

| | WEEKLY HEALTH NEWS | |

ΕΝΘΕΤΟ ΥΓΕΙΑΣ 36 ΣΕΛΙΔΕΣ



Ιπποκράτειος Πολιτεία

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ANIMUS DISABILITY DAY 2026

Είμαστε Μαζί ... ορατοί για μια ζωή με ίσες ευκαιρίες και πρόσβαση παντού

Πολιτεία Θεσσαλών

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

ΚΥΡΙΑΚΗ 22 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2026 | ΔΩΡΕΑΝ ΔΙΑΘΕΣΗ | ΑΡΙΘΜΟΣ ΦΥΛΛΟΥ **58**

ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΟΥ DANIEL

Οι πληγές παραμένουν ανοικτές

Οι αθέατες επιπτώσεις των θεομηνιών στα γεωργικά εδάφη και η επίδρασή τους στις καλλιέργειες

ΣΕΛ. 4-5

ΑΙΧΜΗ ΟΙ ΝΕΕΣ ΙΚΕ

Αυξημένη επιχειρηματική κινητικότητα στη Θεσσαλία

Ανοδική τάση στη σύσταση Ιδιωτικών Κεφαλαιουχικών Εταιρειών σε Λάρισα και Μαγνησία

ΣΕΛ. 12-13

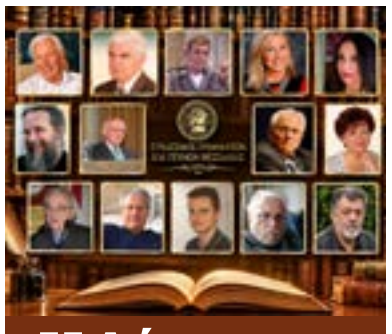


ΣΕΙΣΜΟΣ 2021

Το στοίχημα της αντισεισμικής θωράκισης

Επιστήμονες και στελέχη που έζησαν τη διαχείριση της κρίσης καταθέτουν την εμπειρία τους

ΣΕΛ. 8



Η Λάρισα τιμά τους ανθρώπους των Γραμμάτων

Η λογοτεχνική δημιουργία, η ιστορική έρευνα & ο πολιτισμός συναντούν την παράδοση της πόλης

ΣΕΛ. 29-31



Από την έκπτωση 50% στην πλήρη απαλλαγή για επτά ευπαθείς κοινωνικές ομάδες πολιτών

Τα ερωτήματα για την κατάργηση των εισοδηματικών κριτηρίων και τη νέα οικονομική επιβάρυνση των δημοτών μετά την αύξηση

Άγνωστος ο ακριβής αριθμός των δικαιούχων, όταν η τελευταία διαθέσιμη σχετική καταγραφή στη Λάρισα σημειώθηκε το 2017

Ρελάνς Μαμάκου

στην αντιπολίτευση με πλήρη απαλλαγή ευπαθών ομάδων από τα δημοτικά τέλη

ΣΕΛ. 6-7

ΒΑΪΟΣ ΚΥΡΙΤΣΑΚΑΣ

Στόχος τα 7.000 νέα δέντρα στη Λάρισα

Έχουμε ήδη φυτεύσει 2.500

Ο σχεδιασμός της Δημοτικής Αρχής για περισσότερο πράσινο. Από τους 275 δημοτικούς λαχανόκηπους και τις νέες δεντροφυτεύσεις μέχρι την αναβάθμιση των συνοικιών και την αντιμετώπιση της θερμικής νησίδας

ΣΕΛ. 16-17

ΒΙΒΙΑΝ ΤΕΓΟΥ

«Ο Μύλος των Ξωτικών είναι χαρά για την πόλη»

ΣΕΛ. 56-57

Φ. ΛΑΜΠΡΙΝΙΔΗΣ

Η ατμοσφαιρική ρύπανση είναι υπαρκτό πρόβλημα

“

Δεν μπορούμε να κλείνουμε τα μάτια



ΣΕΛ. 8-9

ΣΑΝ ΣΗΜΕΡΑ

ΚΥΡΙΑΚΗ
22 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2026

Αγίων Βαλλεριανού Κικιλίας και Τιβουρτίου, Αγίου Φιλήμονος του Αποστόλου, Οσίου Ιακώβου Τσαλίκη

Βαλέρια, Βαλεριάνα, Βάλια, Βαλέριος, Βαλεριανός, Βάλιος Σεσίλια, Κεκίλια, Κικίλια Φιλήμων, Φιλήμονας, Φιλημονή, Φιλημόνα, Φλημόνα Ιάκωβος, Ιακωβίνα, Ζακελίνα * Γιακουμής *

Ευρωπαϊκή Εβδομάδα για τη Μείωση των Αποβλήτων
Ευρωπαϊκή Ημέρα Κινηματογράφων Τέχνης

1897

Υπογράφεται ελληνοτουρκική συνθήκη ειρήνης στην Κωνσταντινούπολη, μετά τον άτυχο για την Ελλάδα πόλεμο του 1897.

1920

Διενεργείται δημοψήφισμα για την επάνοδο του βασιλιά Κωνσταντίνου στην Ελλάδα από την κυβέρνηση Δημητρίου Ράλλη.

1963

Ο πρόεδρος των ΗΠΑ, Τζον Φιτζέραλντ Κένεντι, δολοφονείται στο Ντάλας. Ο αντιπρόεδρος, Λίντον Τζόνσον, ορκίζεται 36ος πρόεδρος των ΗΠΑ, μέσα στο προεδρικό αεροσκάφος Air Force One.

1975

Έρχεται στην Ελλάδα ο Βασίλης Χατζηπαναγής από την Παχτακόρ της Τασκένδης. Θα κάνει το ντεμπούτο του δύο εβδομάδες μετά, αλλά θα πετύχει το πρώτο του γκολ στις 28 Μαρτίου 1976.

1977

Ο Μανόλης Ανδρόνικος ανακαλύπτει τον τάφο του Φίλιππου στη Βεργίνα.

Πολιτεία Θεσσαλών

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ
Αχιλλέας Αθ. Νταβέλης

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ
Πάνος Πλικαδίτης

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, μηχανικά, ηλεκτρονικά ή άλλο, χωρίς προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη.

2η σελίδα

FORMedia.gr
ΑΜΕΣΗ ΕΓΚΥΡΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

ΣΗΜΕΡΑ Ο ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗΣ



Σήμερα τιμάται στη Λάρισα η επέτειος της Εθνικής Αντίστασης, με εκδηλώσεις που διοργανώνει η Περιφέρεια Θεσσαλίας. Η κεντρική τελετή θα πραγματοποιηθεί στις 11:00, στο Ηρώο Πεσόντων, στην περιοχή του Φρουρίου, με επιμνημόσυνη δέηση και κατάθεση στεφάνων από εκπροσώπους των πολιτικών και στρατιωτικών αρχών, κομμάτων, αντιστασιακών οργανώσεων και φορέων. Θα ακολουθήσουν ενός λεπτού σιγή και η ανάκρουση του Εθνικού Ύμνου. Παράλληλα, προβλέπεται γενικός σημαιοστολισμός από τις 08:00 έως τη δύση του ηλίου, καθώς και φωταγώγηση δημόσιων κτιρίων.

www.formediatv.gr | www.formedia.gr | www.formediaradio.gr

21 admedia ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ

Le Beaujolais Nouveau 2026 est arrive!

Αν και Nouveau / Νέο , τα έχει τα χρονάκια του... ..... Το φαινόμενο ξεκίνησε στη Γαλλία, και συγκεκριμένα στην περιοχή του Beaujolais, στη Νότια Βουργουνδία. Όταν ο Β' Παγκόσμιος Πόλεμος έφερε στην Λυών μεγάλο αριθμό καλλιτεχνών και πνευματικών ανθρώπων που θέλησαν να ξεφύγουν από την γερμανική κατοχή του Παρισιού, αυτοί γνώρισαν, αγάπησαν και μετέφεραν, με την επιστροφή τους, στο Παρίσι την συνήθεια του να πίνουν φρέσκο Beaujolais.
Το κρασί προέρχεται από τα βουνά του Beaujolais (περιοχή Macon στα βόρεια και νότια της Lyon)και σύμφωνα με μια παλιά συνήθεια στα bistrot της Λυών, αμέσως μετά την εορτή των Αγίων Πάντων, σερβίριζαν το Beaujolais της νέας σοδειάς (γι' αυτό δεν θα ήταν υπερβολή να πούμε ότι το Beaujolais Nouveau γεννήθηκε στα bistrot της Λυών). Πέντε λέξεις που ανεβάζουν τον ενθουσιασμό και πληροφορούν τους ανά τον κόσμο οινόφιλους, για την άφιξη του νέου κρασιού. γραμμένο στο παράθυρο ενός bistrot στη Λυών το 1951, έπεσε στην ματιά του Louis Orizet, ποιητή και συγγραφέα, ο οποίος το διέθωσε και το έκανε το σύνθημα μιας ολόκληρης περιοχής. Το 1954 ήταν η πρώτη φορά που το σύνθημα «Le Beaujolais Nouveau est arrive» έγινε η σημαία των παραγωγών της περιοχής και η φήμη του ξεπέρασε τα στενά όρια του Beaujolais. Και ενώ έχει περάσει μισός αιώνας από τότε κάθε χρονιά η παρουσίαση της νέας σοδειάς κρατάει αμείωτο το ενδιαφέρον των θαυμαστών του. Το Beaujolais δεν είναι ποικιλία, αλλά περιοχή προέλευσης. Το κρασί προκύπτει από την βασική ερυθρή ποικιλία του Beaujolais, που ονομάζεται Gamay). Πρόκειται για μία ποικιλία που καλλιεργείται και οινοποιείται εύκολα, είναι ιδιαίτερα παραγωγική και δίνει κρασιά με ελαφρύ σώμα και πλούσιο φρουτώδη χαρακτήρα.







Ο Κώστας, ο Σίλβιο και η Άνγκελα

Απολαυστικός ο Κώστας Αργυρόπουλος στον καναπέ του Non Paper. Ο αντιδήμαρχος Δημοτικής Αστυνομίας της Λάρισας και «σκιά» του Κώστα Καραμανλή μίλησε για τα 20 και πλέον χρόνια της παρουσίας του στο πλευρό του πρώην πρωθυπουργού και μοιράστηκε προσωπικές του εμπειρίες. Από τη συνάντηση του σε ασανσέρ με τον τότε Ιταλό πρωθυπουργό, αείμνηστο Σίλβιο Μπερλουσκόνι μέχρι το πρωινό που πήρε παρέα με την πρώην καγκελάριο της Γερμανίας, Άνγκελα Μέρκελ.

Πανέρια

Από τα ωραία της πρόσφατης επίσκεψης του γενικού διευθυντή του ΠΑΣΟΚ, Νίκου Σαλαγιάννη στον Βόλο. Στη συζήτηση που είχε με τοπικά κομματικά στελέχη για τη συγκρότηση του ψηφοδελτίου της Μαγνησίας, του ζητήθηκε να μεταφέρει στη Χαριλάου Τρικούπη ότι δεν θα γίνει δεκτή καμία υποψηφιότητα προσώπου από τα... πανέρια του Μπέου καθώς και οποιουδήποτε συναλλάσσεται με τον δήμαρχο.

Επικριτές

Ποια επιστροφή της Νίνας Κασιμάτη στο ΠΑΣΟΚ. Η επανένταξη του Νίκου Παπατόλια ενοχλεί περισσότερο στον Βόλο με τους επικριτές του να υπενθυμίζουν όπου σταθούν κι όπου βρεθούν τη απάρνηση του «πράσινου ήλιου» στα «πέτρινα» χρόνια για χατήρι του Τσίπρα.

Ατάκα

Κορυφαία ατάκα της προέδρου της κοινοβουλευτικής ομάδας του ΣΥΡΙΖΑ, Ρένας Δούρου σε αγρότη κατά τη διάρκεια της συνάντησής της με εκπροσώπους αγροτικών συλλόγων της Λάρισας. «Φορά Αρμάνι, σε λένε και Τσιάρα άντε να αποδείξεις πώς δεν έχεις θέμα να είσαι εδώ»!

Tloupas Path

Πολύς λόγος έγινε για τη φετινή διοργάνωση του «Tloupas Path», αλλά δεν ακούσαμε κουβέντα για την ακύρωση της τελευτής λήξης στην πλατεία Ταχυδρομείου. Άσε που δεν δόθηκε και κανένα βραβείο

Διευθυντής

Μετά την ανακαίνιση των ιατρείων του οφθαλμολογικού τμήματος του Γενικού Νοσοκομείου της Λάρισας και την ανανέωση του εξοπλισμού, ήρθε και η πρόσληψη μόνιμου διευθυντή, με τον εξειδικευμένο και με πολυετή εμπειρία στη χειρουργική υαλοειδούς – αμφιβληστροειδούς, Δημήτρη Τσουρή να αναλαμβάνει καθήκοντα Διευθυντή Οφθαλμολογίας.

Συναυλίες

Σαμπάνη, Τσαλιγοπούλου και Οικονομόπουλο ο Μπέος για τις γιορτές στον Βόλο, Πορτοκάλογλου και Πρωτοψάλτη ο Σακκάς στα Τρίκαλα. Ο Μάμακος κρατάει κλειστά τα χαρτιά του.

Παρέλαση

Το κόστος της Χριστουγεννιάτικης Παρέλασης στις 30 Δεκεμβρίου, απασχόλησε τη δημοτική επιτροπή του Δήμου Λαρισαίων. Κόστος περίπου... 200.000 ευρώ. Από αυτά περισσότερο θα κοστίσει η ανάθεση της επικοινωνίας της εκδήλωσης (37.200) παρά οι στολές και τα άρματα!

Φωταγώγηση

Λιγότερο δαπανηρή θα είναι πάντως η εκδήλωση φωταγώγησης του χριστουγεννιάτικου δέντρου την Τετάρτη 2 Δεκεμβρίου στην κεντρική πλατεία. Ο προϋπολογισμός της συναυλίας, υπολογίζεται να ανέλθει στα 51.336 ευρώ (συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ). Επομένως τα λεφτά τα έρουμε. Το ποιος θα τραγουδήσει θα το μάθουμε.

Ραντεβού

Στα όρια του έφτασε υποστηρικτής δημάρχου για να κλείσει ένα ραντεβού μαζί του. Ενα μήνα περίμενε. Κι όχι κάποιος άγνωστος. Στηρίξε και με το παραπάνω όταν έπρεπε.

Λεφτά υπάρχουν

Ο Μπέος πάντως κάθε χρόνο αποδεικνύει ότι ποντάρει πολλά στα Χριστούγεννα, εξού και ο Δήμος Βόλου βάζει το χέρι βαθιά στην τσέπη. Έτσι για την εκδήλωση φωταγώγηση του δένδρου με καλεσμένο τον Νίκο Οικονομόπουλο εγκρίθηκε κονδύλι 328.600 ευρώ. Για όλες τις άλλες εορταστικές εκδηλώσεις θα καταβληθούν επιπλέον 362.080 ευρώ. Εμ, έτσι έρχονται, πέρα των γνωστών λαϊκών καλλιτεχνών, Έλληνες και Ιταλοί τενόροι καθώς και το το Μπαλέτο του Εθνικού Θεάτρου της Σερβίας;

Απαρατήρητα...

Από τη συντακτική ομάδα του Δημοσιογραφικού Οργανισμού 21admedia



Πρώτος γύρος

Στις 28 Νοεμβρίου αναμένεται να ανακοινωθεί ο πρώτος γύρος των υποψηφίων με το ψηφοδέλτιο της ΕΛΑΣ. Στον Βόλο, η Φανή Κουντούρη ξεκίνησε ήδη να... ράβεται. Ο Μεϊκόπουλος έχει πρώτα να παραιτηθεί και να παραδώσει την έδρα...

Σαρακατσάνος

Ο... Σαρακατσάνος έρχει κι από βουνά, έρχει κι από πεδινά. Κι αυτός έρχει να αποφεύγει τις τρικλοποδιές των συντρόφων, που δεν θέλουν ούτε να τον βλέπουν. Για την ώρα βγήκε αλώβητος. Έχει και συνέχεια όμως. Και αναμένεται με ιδιαίτερο ενδιαφέρον.

Φιλαράκια

Αναγκαία διόρθωση. Γράφτηκε στη στήλη της προηγούμενης εβδομάδας ότι ο αποπεμφθείς -λόγω της υπόθεσης «χάντιμπολ»- πρώην υφυπουργός Ανάπτυξης Λάζαρος Τσαβδαρίδης διατηρεί σχέσεις με τη Λάρισα λόγω της φιλίας του με τον πρόεδρο του Δικηγορικού Συλλόγου Λάρισας, Τρύφανα Τσάτσαρο, από τα φοιτητικά τους χρόνια στη Νομική Κομοτινής. Τελικά συμφοιτητές στη Νομική του ΑΠΘ ήταν...



Μηνιαία κάρτα

Με χρηματοδότηση σχεδόν 250.000 ευρώ από την Περιφέρεια, η μηνιαία κάρτα απεριορίστων διαδρομών των φοιτητών για τη μετακίνησή τους με τα αστικά της Λάρισας θα διατίθεται με έκπτωση 50% στα 15 ευρώ. Όσο δηλαδή στην Αθήνα και ακριβότερη από τη Θεσσαλονίκη όπου ο ΟΑΣΘ την τιμολογεί στα 13,50. Κάποιοι εκτίθενται και δεν είναι ο Κουρέτας.

«Προπόνηση»

Αν άκουγε κανείς τον Παναγιώτη Νταή στην τοποθέτησή του στη συνεδρίαση της δημοτικής επιτροπής, θα νόμιζε κανείς ότι ήταν συνεδρίαση της βουλής. Μάλλον «προπονείται» για το

Οι πλημμύρες Daniel και Elias προκάλεσαν εκτεταμένες αποθέσεις φερτών υλικών και διάβρωση, μεταβάλλοντας τη μηχανική σύσταση, την οργανική ουσία και τη διαθεσιμότητα θρεπτικών στοιχείων. Σε ορισμένες περιοχές, οι νέες αποθέσεις έφτασαν ακόμη και τα 60 εκατοστά, δημιουργώντας προβλήματα που επηρεάζουν τη γονιμότητα και τη δυνατότητα καλλιέργεια



ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΟΥ DANIEL ΣΤΗ ΘΕΣΣΑΛΙΚΗ ΓΗ

Οι πληγές παραμένουν ανοικτές

Οι αθέατες επιπτώσεις των θεομηνιών στα γεωργικά εδάφη και η επίδρασή τους στις καλλιέργειες

Τα ακραία καιρικά φαινόμενα Daniel και Elias, που εκδηλώθηκαν στη Θεσσαλία τον Σεπτέμβριο του 2023, προκάλεσαν εκτεταμένες καταστροφές στον θεσσαλικό κάμπο, επηρεάζοντας σημαντικά τόσο τις καλλιεργούμενες εκτάσεις όσο και τη φυσική, χημική και βιολογική κατάσταση των γεωργικών εδαφών. Η έκταση και η ένταση των πλημμυρικών φαινομένων ανέδειξαν την ευπάθεια του εδαφικού συστήματος απέναντι σε ακραία φαινόμενα, καθώς οι επιπτώσεις δεν περιορίστηκαν στην απώλεια της φυτικής παραγωγής και των καλλιεργητικών περιόδων. Αντίθετα, επεκτάθηκαν στη διατάραξη της εδαφικής δομής, στη μεταβολή των φυσικοχημικών ιδιοτήτων, στην αλλοίωση της οργανικής ουσίας και στη διαφοροποίηση της θρεπτικής κατάστασης των εδαφών.

Γράφει η **Λόλα Γάτσιου**

Η συνολική αποτίμηση των επιπτώσεων καταδεικνύει ότι η διατήρηση της εδαφικής υγείας αποτελεί βασική προϋπόθεση για την αποκατάσταση της αγροτικής παραγωγής και τη μακροπρόθεσμη βιωσιμότητα της θεσσαλικής γεωργίας. Μία από τις σημαντικότερες συνέπειες των πλημμυρών ήταν η μεταφορά και η απόθεση μεγάλων ποσοτήτων φερτών υλικών σε γεωργικές εκτάσεις. Τα υλικά αυτά περιλάμβαναν άμμο, λεπτόκοκκα ιζήματα, χαλίκια και άλλα εδαφικά συστατικά, τα οποία δημιούργησαν νέους επιφανειακούς ορίζοντες με διαφορετικά χαρακτηριστικά από εκείνα του αρχικού εδάφους. Το πάχος των αποθέσεων παρουσίασε σημαντική χωρική διαφοροποίηση, κυμαινόμενο από περιορισμένα επιφανειακά στρώματα έως περισσότερα από 20–30 εκατοστά, ενώ σε ορισμένες περιπτώσεις έφθασε ακόμη και τα 60 εκατοστά.

Παράλληλα, σε αρκετές περιοχές καταγράφηκαν φαινόμενα επιφανειακής και βαθύτερης διάβρωσης, συμπεριλαμβανομένης της διάβρωσης κατά στρώσεις, της αυλακωτής και χαραδρωτικής διάβρωσης, καθώς και της μαζικής μεταφοράς επιφανειακού εδάφους. Οι παραπάνω διεργασίες είχαν ως αποτέλεσμα τη διατάραξη της αρχικής εδαφικής δομής και τη δημιουργία συνθηκών που ενδέχεται να επηρεάζουν τη διηθητικότητα, την υδατοϊκανότητα, τον αερισμό και την ανάπτυξη του ριζικού συστήματος των καλλιεργειών.

Μεταβολές στη γονιμότητα

Η απόθεση νέων εδαφικών υλικών και η απομάκρυνση τμημάτων του αρχικού επιφανειακού ορίζοντα προκάλεσαν διαφοροποιήσεις στις χημικές ιδιότητες των γεωργικών εδαφών. Οι μεταβολές αφορούν κυρίως τη μηχανική σύσταση, το pH, την περιεκτικότητα σε ανθρακικά και οργανική ουσία, καθώς και τη διαθεσιμότητα βασικών θρεπτικών στοιχείων, όπως ο φώσφορος και το κάλιο. Ιδιαίτερη σημασία παρουσιάζει η διαφοροποίηση της οργανικής ουσίας, καθώς αποτελεί καθοριστικό παράγοντα για τη διατήρηση της εδαφικής γονιμότητας, τη σταθερότητα των συσσωματωμάτων, τη συγκράτηση του νερού και τη λειτουργία των μικροοργανισμών. Επιπλέον, η πιθανότητα παρουσίας επιβαρυντικών ή δυνητικά τοξικών στοιχείων καθιστά αναγκαία την εφαρμογή κατάλληλων εργαστηριακών ελέγχων, ιδιαίτερα σε εκτάσεις όπου παρατηρούνται ειδικές περιβαλλοντικές συνθήκες ή ενδείξεις τοπικής επιβάρυνσης.

Επιπτώσεις στη βιολογική λειτουργία του εδάφους

Η παρατεταμένη κατάκλυση των γεωργικών εκτάσεων από νερό δημιούργησε συνθήκες περιορισμένης διαθεσιμότητας οξυγόνου στο έδαφος, επηρεάζοντας τη δραστηριότητα των μικροοργανισμών και τις βιολογικές διεργασίες που συνδέονται με την αποδόμηση της οργανικής ουσίας και την ανακύκλωση των θρεπτικών στοιχείων. Η διατάραξη αυτών των διεργασιών μπορεί να επηρεάσει τη λειτουργικότητα του εδαφικού οικοσυστήματος και, κατ' επέκταση, τη θρέψη και την ανάπτυξη των φυτών. Για την επιστημονική διερεύνηση των επιπτώσεων των πλημμυρών πραγματοποιήθηκαν, στο πλαίσιο έργων που χρηματοδοτήθηκαν από το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και την Περιφέρεια Θεσσαλίας, εδαφολογικές διεγματοληψίες και εργαστηριακές αναλύσεις σε πλημμυρισμένες γεωργικές εκτάσεις. Οι σχετικές δράσεις υλοποιήθηκαν από το Ινστιτούτο Βιομηχανικών και Κτηνοτροφικών Φυτών του ΕΛΓΟ-ΔΗΜΗΤΡΑ στη Λάρισα, με στόχο την αποτύπωση της κατάστασης των εδαφών και την παροχή επιστημονικά τεκμηριωμένων πληροφοριών για τη διαχείριση και την επαναφορά τους στην παραγωγή. Στο πλαίσιο αυτό πραγματοποιήθηκαν εκατοντάδες εδαφολογικές αναλύσεις, οι οποίες περιλάμβαναν τον προσδιορισμό φυσικών και χημικών ιδιοτήτων, βασικών θρεπτικών στοιχείων, ιχνοστοιχείων και δυνητικά τοξικών στοιχείων. Τα αποτελέσματα ανέδειξαν σημαντικές διαφοροποιήσεις μεταξύ των πλημμυρισμένων εκτάσεων, επιβεβαιώνοντας ότι η έκταση των επιπτώσεων εξαρτάται από το τοπικό ιστορικό κάθε αγροτεμαχίου, τη διάρκεια της κατάκλυσης, τη δυναμική της υδάτινης ροής, την τοπογραφία και τα χαρακτηριστικά των αποτιθέμενων υλικών.

Οι επιπτώσεις δεν περιορίζονται στις άμεσες καταστροφές, αλλά ενδέχεται να επηρεάζουν για χρόνια την ανάπτυξη των καλλιεργειών, την αποδοτικότητα του εδάφους και το κόστος παραγωγής. Η αποκατάσταση απαιτεί εργαστηριακές αναλύσεις, επαναλαμβανόμενη παρακολούθηση και στοχευμένες παρεμβάσεις ανά αγροτεμάχιο, καθώς δεν υπάρχει μία ενιαία λύση για όλες τις πληγείσες εκτάσεις





Τα ευρήματα των εργαστηριακών αναλύσεων

Από την αξιολόγηση των αποτελεσμάτων προέκυψαν τρεις βασικές διαπιστώσεις:

Α) Η απόθεση φερτών υλικών οδήγησε στη δημιουργία νέων εδαφικών στρωμάτων, τα οποία σε αρκετές περιπτώσεις παρουσιάζουν διαφορετική αναλογία άμμου, ιλύος και αργίλου σε σχέση με το αρχικό έδαφος. Η διαφοροποίηση αυτή μπορεί να επηρεάσει ουσιαστικά τη διηθητικότητα, τη συγκράτηση νερού και θρεπτικών στοιχείων, καθώς και τον αερισμό του εδάφους.

Β) Σε σημαντικό μέρος των εξεταζόμενων δειγμάτων διαπιστώθηκε χαμηλή περιεκτικότητα σε οργανική ουσία. Το εύρημα αυτό αποκτά ιδιαίτερη σημασία, καθώς η κάλυψη του αρχικού επιφανειακού εδάφους από φερτά υλικά φτωχά σε οργανική ουσία μπορεί να οδηγήσει σε υποβάθμιση της ποιότητας του καλλιεργούμενου ορίζοντα και σε περιορισμό της φυσικής γονιμότητας.

Γ) Οι συγκεντρώσεις του διαθέσιμου φωσφόρου και του ανταλλάξιμου καλίου παρουσίασαν σημαντικές διακυμάνσεις μεταξύ των δειγμάτων. Η διαπίστωση αυτή υπογραμμίζει ότι η θρεπτική κατάσταση των πληγεισών εκτάσεων δεν είναι ομοιογενής και ότι οι ανάγκες λίπανσης πρέπει να προσδιορίζονται με βάση τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά κάθε αγροτεμαχίου.

Ιδιαίτερη σημασία παρουσιάζει το γεγονός ότι από την αξιολόγηση των ψευδο-ολικών συγκεντρώσεων δυνητικά τοξικών στοιχείων δεν προέκυψε ένδειξη γενικευμένης συσώρευσής τους στον εξεταζόμενο καλλιεργούμενο εδαφικό ορίζοντα. Η συγκεκριμένη διαπίστωση αποτελεί θετικό στοιχείο για την περιβαλλοντική αξιολόγηση των πλημμυρισμένων γεωργικών εκτάσεων. Ωστόσο, δεν αποκλείει την ύπαρξη τοπικών επιβαρύνσεων, ούτε καταργεί την ανάγκη στοχευμένων ελέγχων σε περιοχές με ιδιαίτερα χαρακτηριστικά. Επιπλέον, η απουσία ενδείξεων γενικευμένης συσσώρευσης δεν ισοδυναμεί με καθολική πιστοποίηση της καταλληλότητας όλων των εδαφών, καθώς η αξιολόγηση πρέπει να λαμβάνει υπόψη και τη μορφή, τη βιοδιαθεσιμότητα και τις τοπικές συγκεντρώσεις των εξεταζόμενων στοιχείων.

Μακροπρόθεσμες επιπτώσεις

Οι επιπτώσεις των πλημμυρικών φαινομένων δεν περιορίζονται στην άμεση περίοδο εκδήλωσής τους. Ακόμη και όταν οι γεωργικές εκτάσεις επανέρχονται σε καλλιεργητική χρήση, ενδέχεται να εξακολουθούν να παρουσιάζουν μεταβολές που επηρεάζουν την παραγωγική τους ικανότητα. Οι σημαντικότερες δυνητικές μακροπρόθεσμες επιπτώσεις συνοψίζονται στις ακόλουθες κατηγορίες:

Διατάραξη των φυσικών ιδιοτήτων και της υδατικής συμπεριφοράς: Η παρουσία νέων στρωμάτων διαφορετικής μηχανικής σύστασης μπορεί να μεταβάλει την κίνηση και τη συγκράτηση του νερού στο εδαφικό προφίλ. Τα αμμώδη υλικά ενδέχεται να περιορίζουν την ικανότητα συγκράτησης νερού και θρεπτικών στοιχείων, ενώ τα λεπτόκοκκα υλικά, ανάλογα με τη σύστασή τους, είναι δυνατόν να προκαλέσουν προβλήματα αποστράγγισης και αερισμού. Οι μεταβολές αυτές μπορούν να επηρεάσουν την ανάπτυξη του ριζικού συστήματος και την ανθεκτικότητα των καλλιεργειών σε περιόδους υδατικής καταπόνησης.

Μείωση της οργανικής ουσίας και της βιολογικής δραστηριότητας: Η κάλυψη του αρχικού επιφανειακού εδάφους από αποθέσεις χαμηλής περιεκτικότητας σε οργανική ουσία μπορεί να περιορίσει τη συμμετοχή του οργανικού κλάσματος στον καλλιεργούμενο ορίζοντα. Παράλληλα, η παρατεταμένη κατάκλυση και η μεταβολή των συνθηκών αερισμού ενδέχεται να επηρεάσουν τη μικροβιακή δραστηριότητα και τις βιολογικές διεργασίες που συμβάλλουν στη διατήρηση της εδαφικής γονιμότητας. Μεταβολές στη διαθεσιμότητα θρεπτικών στοιχείων: Η διαθεσιμότητα του φωσφόρου, του καλίου και άλλων θρεπτικών στοιχείων μπορεί να διαφοροποιείται ανάλογα με τη μηχανική σύσταση, το pH, την περιεκτικότητα σε ανθρακικά και την οργανική ουσία. Ως εκ τούτου, οι πρακτικές λίπανσης που εφαρμόζονταν πριν από τις πλημμύρες δεν θεωρείται δεδομένο ότι εξακολουθούν να ανταποκρίνονται στις σημερινές ανάγκες των καλλιεργειών. Πιθανά προβλήματα αλατότητας και αποστράγγισης: Σε επιμέρους περιοχές, κυρίως όπου παρατηρήθηκε παρατεταμένη κατάκλυση ή υφίστανται περιορισμένες δυνατότητες φυσικής αποστράγγισης, ενδέχεται να εμφανίζονται προβλήματα υπερβολικής εδαφικής υγρασίας, συσσώρευσης αλάτων και δυσμενών συνθηκών ανάπτυξης των ριζών. Επιπρόσθετα, οι συνθήκες αυξημένης υγρασίας μπορούν να ευνοήσουν την εμφάνιση ή την έξαρση ορισμένων μυκητολογικών ασθενειών. Οι συγκεκριμένες επιπτώσεις απαιτούν ειδική αξιολόγηση μέσω μετρήσεων της ηλεκτρικής αγωγιμότητας, της εδαφικής υγρασίας και άλλων κατάλληλων παραμέτρων, χωρίς να θεωρείται ότι χαρακτηρίζουν το σύνολο των πληγεισών εκτάσεων.

Επιπτώσεις στην παραγωγικότητα

Η υποβάθμιση των φυσικών, χημικών και βιολογικών ιδιοτήτων του εδάφους ενδέχεται να οδηγήσει σε μείωση των αποδόσεων, αυξημένες ανάγκες σε λιπάσματα και άλλες εισροές, καθώς και υψηλότερο κόστος καλλιεργητικών εργασιών. Οι συνέπειες αυτές επηρεάζουν την οικονομική βιωσιμότητα των γεωργικών εκμεταλλεύσεων, αυξάνοντας την αβεβαιότητα ως προς τον προγραμματισμό της παραγωγής και τη μακροπρόθεσμη αξιοποίηση της αγροτικής γης. Επισημαίνεται ότι η σημερινή έκταση των επιπτώσεων δεν μπορεί να προσδιοριστεί με ακρίβεια αποκλειστικά από τις αρχικές αναλύσεις. Απαιτούνται επαναλαμβανόμενες διεγματοληψίες στα ίδια αγροτεμάχια, σε συνδυασμό με δεδομένα για τις καλλιεργητικές πρακτικές και τις αποδόσεις.

Αποκατάστασης των πληγεισών εδαφών

Η αποκατάσταση της γεωργικής γης στη Θεσσαλία αποτελεί εφικτό στόχο, υπό την προϋπόθεση ότι οι παρεμβάσεις θα βασίζονται σε επιστημονική διάγνωση και θα προσαρμόζονται στα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά κάθε αγροτεμαχίου. Η εφαρμογή ενιαίων πρακτικών σε όλες τις πληγείσες εκτάσεις δεν θεωρείται επιστημονικά ενδεδειγμένη, καθώς οι επιπτώσεις διαφοροποιούνται σημαντικά από περιοχή σε περιοχή. Συνολικά, το έδαφος αναδεικνύεται σε στρατηγικό φυσικό πόρο για την οικονομική, κοινωνική και περιβαλλοντική βιωσιμότητα της Θεσσαλίας. Η προστασία του δεν πρέπει να περιορίζεται στην αποκατάσταση των άμεσων ζημιών που προκαλούν οι πλημμύρες, αλλά να εντάσσεται σε μια μακροπρόθεσμη στρατηγική διατήρησης της εδαφικής υγείας και ενίσχυσης της ανθεκτικότητας του αγροτικού συστήματος.

Ο δήμαρχος Θανάσης Μαμάκος προτείνει την κατάργηση της ισχύουσας έκπτωσης 50% και τη μετάβαση σε πλήρη απαλλαγή για πολύτεκνους, τρίτεκνους, μονογονεϊκές οικογένειες, άπορους, άτομα με αναπηρία, διαβητικούς με συγκεκριμένο ποσοστό αναπηρίας και μακροχρόνια ανέργους. Η πρόταση αποτελεί κοινωνική παρέμβαση αλλά και πολιτική απάντηση στην κριτική της αντιπολίτευσης



ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΤΕΛΗ

Ρελάνς Μαμάκου

στην αντιπολίτευση με πλήρη απαλλαγή ευπαθών ομάδων από τα δημοτικά τέλη

Από την έκπτωση 50% στην πλήρη απαλλαγή για επτά ευπαθείς κοινωνικές ομάδες πολιτών

Τα ερωτήματα για την κατάργηση των εισοδηματικών κριτηρίων και τη νέα οικονομική επιβάρυνση των δημοτών μετά την αύξηση κατά 35%

Άγνωστος ο ακριβής αριθμός των δικαιούχων., όταν η τελευταία διαθέσιμη σχετική καταγραφή στη Λάρισα σημειώθηκε το 2017

Μια κίνηση με σαφή κοινωνικό αλλά και πολιτικό αποτύπωμα επιχειρεί ο δήμαρχος Λαρισαίων Θανάσης Μαμάκος, προτείνοντας την πλήρη απαλλαγή επτά ευπαθών κοινωνικών ομάδων από τα δημοτικά τέλη καθαριότητας και φωτισμού, χωρίς κανένα εισοδηματικό κριτήριο. Η πρωτοβουλία έρχεται σε μια περίοδο κατά την οποία η αύξηση των δημοτικών τελών κατά 35% εξακολουθεί να βρίσκεται στο επίκεντρο της αντιπαράθεσης μεταξύ δημοτικής αρχής και αντιπολίτευσης, επιχειρώντας να μετατοπίσει τη συζήτηση και στο πεδίο της κοινωνικής πολιτικής.

Γράφει ο **Τάσος Κουρκούμπας**

Η κίνηση Μαμάκου αποτελεί ουσιαστικά μια πολιτική ρελάνς του δημάρχου Λαρισαίων στην αντιπολίτευση, προτάσσοντας μία συγκεκριμένη παρέμβαση οικονομικής ανακούφισης για κατηγορίες πολιτών που αντιμετωπίζουν αυξημένες κοινωνικές και οικονομικές δυσκολίες. Η πρόταση προβλέπει τη μετάβαση από τη μείωση κατά 50% που ισχύει μέχρι σήμερα στην πλήρη απαλλαγή από τις σχετικές χρεώσεις, διευρύνοντας παράλληλα τις κατηγορίες των δικαιούχων. Η σχετική εισήγηση αναμένεται να κατατεθεί προς συζήτηση και έγκριση στο Δημοτικό Συμβούλιο του Δήμου Λαρισαίων στις αρχές του επόμενου μήνα. Ωστόσο, πέρα από τη θετική διάσταση της οικονομικής ελάφρυνσης, η πρόταση ανοίγει και μια σειρά ερωτημάτων, κυρίως ως προς την κατάργηση κάθε εισοδηματικού περιορισμού, την έκταση της παρέμβασης και τον αριθμό των πολιτών που τελικά θα επωφεληθούν.

Επτά κατηγορίες πλήρους απαλλαγής

Σύμφωνα με τον σχεδιασμό της δημοτικής αρχής, η πλήρης απαλλαγή από τα τέλη καθαριότητας και φωτισμού θα αφορά επτά κατηγορίες δικαιούχων:

- Πολύτεκνες οικογένειες
- Τρίτεκνες οικογένειες
- Μονογονεϊκές οικογένειες
- Άποροι πολίτες
- Άτομα με αναπηρία 67% και άνω
- Διαβητικούς με ποσοστό αναπηρίας 50% και άνω
- Μακροχρόνια ανέργους

Η σημαντικότερη αλλαγή σε σχέση με το προηγούμενο καθεστώς είναι ότι η απαλλαγή προτείνεται να ισχύει χωρίς εισοδηματικά κριτήρια. Με άλλα λόγια, η ένταξη στο μέτρο θα συνδέεται με την ιδιότητα του δικαιούχου και όχι με το ύψος του οικογενειακού ή ατομικού εισοδήματος.

Η συγκεκριμένη επιλογή μπορεί να διευκολύνει σημαντικά την πρόσβαση στο μέτρο, καθώς καταργεί περιορισμούς που ενδεχομένως απέκλειαν πολίτες οι οποίοι, παρά το εισόδημά τους, αντιμετωπίζουν αυξημένες οικογενειακές, υγειονομικές ή άλλες οικονομικές υποχρεώσεις.

Την ίδια στιγμή όμως, η οριζόντια κατάργηση των εισοδηματικών κριτηρίων δημιουργεί εύλογα ερωτήματα για τη φιλοσοφία και τη στόχευση της παρέμβασης. Είναι αναγκαία η πλήρης απαλλαγή όλων των μελών των συγκεκριμένων κατηγοριών, ανεξαρτήτως οικονομικής κατάστασης; Θα μπορούσε να υπάρξει ένα σύστημα που να συνδυάζει την κοινωνική ιδιότητα με συγκεκριμένα εισοδηματικά όρια, ώστε η μεγαλύτερη οικονομική ενίσχυση να κατευθύνεται σε όσους αντιμετωπίζουν τις εντονότερες δυσκολίες;

Πρόκειται για ζητήματα που αναμένεται να απασχολήσουν τη συζήτηση στο Δημοτικό Συμβούλιο, καθώς η επιλογή της δημοτικής αρχής δεν αφορά απλώς το ποσοστό της απαλλαγής, αλλά και τον τρόπο με τον οποίο ορίζεται η κοινωνική δικαιοσύνη στην κατανομή των δημοτικών ελαφρύνσεων.

Άγνωστος ο αριθμός των δικαιούχων

Ένα ακόμη σημαντικό στοιχείο της πρότασης είναι ότι στην παρούσα φάση δεν μπορεί να προσδιοριστεί με ακρίβεια ο αριθμός των νοικοκυριών και των πολιτών που θα εντάχθούν στο νέο καθεστώς. Δεδομένου ότι η πραγματική εικόνα θα προκύψει μετά την υποβολή των σχετικών αιτήσεων και τον έλεγχο των δικαιολογητικών από τις αρμόδιες υπηρεσίες του Δήμου, οποιαδήποτε εκτίμηση για τον συνολικό αριθμό των δικαιούχων θα ήταν επισφαλής.

Ενδεικτική της δυσκολίας καταγραφής του αριθμού των ωφελούμενων, είναι το γεγονός ότι η τελευταία σχετική καταγραφή εντοπίζεται προ δεκαετίας, όταν το 2017 περίπου 4.000 νοικοκυριά της Λάρισας είχαν ενταχθεί στα κοινωνικά τιμολόγια του Δήμου Λαρισαίων και της ΔΕΥΑΛ.

Σύμφωνα με τα τότε στοιχεία, η λίστα των ωφελούμενοι περιλάμβανε 2.077 άπορους πολίτες, 1.051 άτομα με αναπηρία, 542 πολύτεκνες οικογένειες, 234 συνταξιούχους, 60 μακροχρόνια ανέργους, 33 μονογονεϊκές οικογένειες και έναν νέο επαγγελματία. Σημαντικός αριθμός των ωφελουμένων ήταν, επίσης, δικαιούχοι του προγράμματος Κοινωνικού Εισοδήματος Αλληλεγγύης, οι οποίοι υποστηρίζονταν και από το πρόγραμμα Επισιτιστικής Βοήθειας Απόρων (ΤΕΒΑ).

Τα στοιχεία αυτά έχουν αποκλειστικά ιστορική και ενδεικτική αξία. Δεν αποτελούν σημερινή αποτύπωση των δυνητικών δικαιούχων, καθώς έχουν μεσολαβήσει σχεδόν δέκα χρόνια, έχουν αλλάξει οι κοινωνικές και οικονομικές συνθήκες και η νέα πρόταση περιλαμβάνει διαφορετικές προϋποθέσεις ένταξης. Ειδικότερα, η κατάργηση των εισοδηματικών περιορισμών ενδέχεται να μεταβάλει σημαντικά την έκταση του μέτρου. Συνεπώς, ο αριθμός των δικαιούχων, αλλά και το συνολικό οικονομικό αποτύπωμα της απαλλαγής, θα μπορούν να υπολογιστούν με μεγαλύτερη ακρίβεια μόνο μετά την ολοκλήρωση της διαδικασίας αιτήσεων.

Το πολιτικό αποτύπωμα της πρότασης

Η πρόταση Μαμάκου έρχεται σε μια ιδιαίτερα φορτισμένη περίοδο για το ζήτημα των ανταποδοτικών τελών. Η αύξηση κατά 35% αποτέλεσε μια από τις σημαντικότερες αποφάσεις της δημοτικής αρχής, προκαλώντας έντονη κριτική από την αντιπολίτευση και προβληματισμό σε σημαντικό μέρος της τοπικής κοινωνίας.

Σ' αυτό το περιβάλλον, η εξαγγελία της πλήρους απαλλαγής επτά κοινωνικών ομάδων αποκτά και πολιτική διάσταση. Η δημοτική αρχή Μαμάκου επιχειρεί έτσι να αναδείξει το κοινωνικό πρόσωπο της πολιτικής της, προβάλλοντας μια συγκεκριμένη παρέμβαση που αφορά πολίτες με αυξημένες ανάγκες. Η κίνηση μπορεί να χαρακτηριστεί ως ρελάνς στην αντιπολίτευση, καθώς μεταφέρει μέρος της συζήτησης από την αύξηση των δημοτικών τελών στην οικονομική στήριξη των ευάλωτων ομάδων. Αυτό, ωστόσο, δεν αναιρεί το γεγονός ότι η αύξηση κατά 35% εξακολουθεί να επιβαρύνει το σύνολο των υπόλοιπων δημοτών.

Επομένως, τα δύο ζητήματα χρειάζεται να εξεταστούν διακριτά: από τη μία πλευρά, η ανάγκη προστασίας των κοινωνικά ευάλωτων και από την άλλη, η συνολική επιβάρυνση που υφίστανται οι δημότες από τα αυξημένα ανταποδοτικά τέλη.

Έσοδα 20,7 εκατ. - δαπάνες 19 εκατ. ευρώ

Ενδιαφέρον παρουσιάζουν τα οικονομικά στοιχεία που έγιναν γνωστά στην πρόσφατη συνεδρίαση του Δημοτικού Συμβουλίου για τον οικονομικό απολογισμό του 2025.

Σύμφωνα με τα στοιχεία που παρουσίασε η δημοτικήα αρχή, τα έσοδα από τις ανταποδοτικές υπηρεσίες διαμορφώθηκαν σε 20,7 εκατομμύρια ευρώ, έναντι δαπανών ύψους 19 εκατομμυρίων ευρώ.

Η παρουσίαση αυτών των στοιχείων καθιστά αναγκαία μια αναλυτική ενημέρωση για τη διαμόρφωση του κόστους των ανταποδοτικών υπηρεσιών, τη σχέση εσόδων και δαπανών και τους παράγοντες που οδήγησαν στην αύξηση των τελών.

Τα ποσά του προϋπολογισμού και του απολογισμού δεν είναι ταυτόσημα μεγέθη, ωστόσο η εικόνα των εσόδων και των δαπανών αποτελεί ένα ουσιαστικό σημείο αναφοράς για τη δημόσια συζήτηση.

Το ερώτημα που προκύπτει είναι κατά πόσο η αύξηση κατά 35% ήταν αναγκαία για την κάλυψη των πραγματικών λειτουργικών αναγκών των υπηρεσιών καθαριότητας και φωτισμού και με ποιον τρόπο η δημοτική αρχή αξιολογεί τη δυνατότητα οικονομικής ελάφρυνσης των δημοτών, χωρίς να επηρεάζεται η ποιότητα των παρεχόμενων υπηρεσιών.

Η οικονομική εικόνα των νοικοκυριών της Λάρισας

Σύμφωνα με τα στοιχεία της ΕΛΣΤΑΤ για το 2021, στον Δήμο Λαρισαίων καταγράφονταν 63.695 νοικοκυριά, με μέσο καθαρό εισόδημα 13.372 ευρώ. Μετά την αύξηση του 35% η ετήσια επιβάρυνση από τα δημοτικά τέλη, σύμφωνα με τα διαθέσιμα στοιχεία, ανήλθε σε περίπου 328 ευρώ ανά νοικοκυριό.

Τα μεγέθη αυτά αναδεικνύουν τη σημασία των δημοτικών τελών για τον οικογενειακό προϋπολογισμό, ιδιαίτερα σε μια περίοδο κατά την οποία το κόστος διαβίωσης έχει αυξηθεί σημαντικά. Βεβαίως, πρόκειται για στοιχεία του 2021, τα οποία δεν αποτυπώνουν κατ' ανάγκη τη σημερινή εισοδηματική κατάσταση των νοικοκυριών. Παρέχουν, ωστόσο, ένα χρήσιμο πλαίσιο για την κατανόηση της οικονομικής επιβάρυνσης που συνεπάγονται οι δημοτικές χρεώσεις.

Τα ερωτήματα που παραμένουν

Η πλήρης απαλλαγή των επτά ευπαθών κοινωνικών ομάδων αποτελεί μια παρέμβαση με σαφή κοινωνικό χαρακτήρα, η οποία, θα προσφέρει ουσιαστική οικονομική ελάφρυνση στους δικαιούχους.

Η επιτυχία της, όμως, δεν θα κριθεί μόνο από την απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου. Θα εξαρτηθεί και από την αποτελεσματικότητα της εφαρμογής της, την ενημέρωση των πολιτών, την απλοποίηση της διαδικασίας υποβολής αιτήσεων και την πραγματική αποτύπωση του αριθμού των ωφελουμένων.

Παράλληλα, η επιλογή της πλήρους κατάργησης των εισοδηματικών κριτηρίων χρειάζεται να συνοδευτεί από σαφή αιτιολόγηση. Η δημοτική αρχή καλείται να εξηγήσει γιατί επιλέγει την οριζόντια απαλλαγή για κάθε δικαιούχο των συγκεκριμένων κατηγοριών, ποια είναι η εκτιμώμενη οικονομική επίπτωση στα έσοδα των ανταποδοτικών υπηρεσιών και με ποιον τρόπο θα διασφαλιστεί ότι το μέτρο ανταποκρίνεται στις πραγματικές κοινωνικές ανάγκες. Το ίδιο ισχύει και για το ευρύτερο ζήτημα της αύξησης κατά 35%. Η κοινωνική απαλλαγή συγκεκριμένων ομάδων δεν υποκαθιστά την ανάγκη διαφάνειας ως προς το κόστος των υπηρεσιών και την τεκμηρίωση των αυξήσεων που επιβαρύνουν την πλειονότητα των δημοτών.

Η πρωτοβουλία Μαμάκου συνιστά, αναμφίβολα, μια νέα παρέμβαση στο πεδίο της κοινωνικής πολιτικής του Δήμου και μια πολιτική απάντηση στην κριτική που έχει ασκηθεί από την αντιπολίτευση για τα δημοτικά τέλη. Το κατά πόσο θα αποτελέσει και μια ολοκληρωμένη πολιτική ανακούφισης των νοικοκυριών θα φανεί στην πράξη, τόσο από την έκταση της απαλλαγής όσο και από τις επόμενες αποφάσεις της δημοτικής αρχής για το συνολικό ύψος των ανταποδοτικών χρεώσεων.

Σε κάθε περίπτωση, η στήριξη των ευάλωτων κοινωνικών ομάδων αποτελεί ένα σημαντικό ζητούμενο. Εξίσου σημαντικό, όμως, παραμένει το αίτημα για μια δίκαιη, διαφανή και οικονομικά τεκμηριωμένη πολιτική δημοτικών τελών, που θα λαμβάνει υπόψη τις δυνατότητες όλων των δημοτών.

Παραμένει άγνωστος ο ακριβής αριθμός των δικαιούχων, καθώς η τελευταία σχετική καταγραφή έγινε το 2017. Παράλληλα, η πλήρης κατάργηση των εισοδηματικών κριτηρίων, σε συνδυασμό με την αύξηση των δημοτικών τελών κατά 35%, δημιουργεί ερωτήματα για την οικονομική επίπτωση στα ανταποδοτικά έσοδα και τη συνολική επιβάρυνση των υπόλοιπων δημοτών



Η Θεσσαλία αντιμετωπίζει υπαρκτό πρόβλημα ατμοσφαιρικής ρύπανσης, με τη Λάρισα να εμφανίζει τις χαμηλότερες περιβαλλοντικές επιδόσεις μεταξύ των τεσσάρων μεγάλων αστικών κέντρων. Οι βασικές πηγές επιβάρυνσης είναι οι μετακινήσεις και τα οχήματα, η βιομηχανική δραστηριότητα και οι καύσεις



ΦΩΤΗΣ ΛΑΜΠΡΙΝΙΔΗΣ

«Η ατμοσφαιρική ρύπανση στη Θεσσαλία είναι υπαρκτό πρόβλημα – Δεν μπορούμε να κλείνουμε τα μάτια»

Ο αντιπεριφερειάρχης Περιβάλλοντος μιλά για τις επιβαρυμένες ατμοσφαιρικές συνθήκες στα τέσσερα μεγάλα αστικά κέντρα, τις βασικές πηγές ρύπανσης και την ανάγκη συντονισμένων παρεμβάσεων – Σε πραγματικό χρόνο οι μετρήσεις μέσω της πλατφόρμας Air Thessaly, ενώ από τον Ιανουάριο δρομολογείται η ανάπτυξη προγνωστικού μοντέλου για την ποιότητα του αέρα

Συνέντευξη στη **Λόλα Γάτσιου**

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail

Η ποιότητα του αέρα που αναπνέουμε εξελίσσεται σε ένα από τα σημαντικότερα ζητήματα δημόσιας υγείας και περιβαλλοντικής προστασίας για τη Θεσσαλία. Οι αυξημένες συγκεντρώσεις αιωρούμενων σωματιδίων, οι εποχικές επιβαρύνσεις και οι διαφορετικές πηγές εκπομπών συνθέτουν μια πραγματικότητα που δεν επιτρέπει εφησυχασμό. Η Λάρισα, τα Τρίκαλα, ο Βόλος και η Καρδίτσα αντιμετωπίζουν, σε διαφορετικό βαθμό, προβλήματα ποιότητας της ατμόσφαιρας, με τις μετακινήσεις, τη βιομηχανική δραστηριότητα και τις καύσεις να αποτελούν βασικούς παράγοντες επιβάρυνσης.

Η Περιφέρεια Θεσσαλίας επιχειρεί να περάσει από την καταγραφή του προβλήματος σε μια πιο οργανωμένη στρατηγική αντιμετώπισης, ενισχύοντας το δίκτυο μετρήσεων, διευρύνοντας τις περιοχές παρακολούθησης και αξιοποιώντας την τεχνολογία για την έγκαιρη ενημέρωση των πολιτών. Η ψηφιακή πλατφόρμα Air Thessaly αποτελεί ένα από τα βασικά εργαλεία αυτής της προσπάθειας.

Ο αντιπεριφερειάρχης Περιβάλλοντος, Φώτης Λαμπρινίδης, μιλά για την πραγματική εικόνα της ατμοσφαιρικής ρύπανσης στη Θεσσαλία, τις ευθύνες της Πολιτείας και της αυτοδιοίκησης, την ενεργειακή φτώχεια που συνδέεται με την καύση στερεών καυσίμων, αλλά και τα επόμενα βήματα για ένα πιο αξιόπιστο και ολοκληρωμένο σύστημα περιβαλλοντικής παρακολούθησης.

Ποια είναι σήμερα η συνολική εικόνα της ποιότητας του αέρα στη Θεσσαλία; Υπάρχει πράγματι λόγος ανησυχίας ή πρόκειται για ένα ζήτημα που κατά περιόδους αποκτά μεγαλύτερη δημοσιότητα;

Είναι ένα υπαρκτό πρόβλημα και δεν μπορούμε να κλείνουμε τα μάτια. Η εικόνα που έχουμε επιβεβαιώνεται και από τα στοιχεία που παρουσιάστηκαν στο πλαίσιο της αξιολόγησης του Ελεγκτικού Συνεδρίου, με βάση τα δεδομένα που υποβάλλονται στον Ευρωπαϊκό Οργανισμό Περιβάλλοντος. Αναγνωρίζουμε ότι υπάρχει επιβάρυνση τόσο στα τέσσερα μεγάλα αστικά κέντρα της Θεσσαλίας όσο και σε αρκετές άλλες περιοχές. Έχουμε υπερβάσεις που εμφανίζονται με αξιοσημείωτη συχνότητα, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι βρισκόμαστε διαρκώς σε επίπεδα συναγερμού. Υπάρχουν, ωστόσο, επιβαρυμένες καταστάσεις σε συγκεκριμένες χρονικές περιόδους, τις οποίες οφείλουμε να καταγράψουμε, να αξιολογήσουμε και κυρίως να διακειριστούμε. Το πρώτο βήμα είναι να αποτυπώσουμε το πρόβλημα στην πραγματική του διάσταση, να εντοπίσουμε τις αιτίες και στη συνέχεια να σχεδιάσουμε τις κατάλληλες παρεμβάσεις.

Υπάρχουν διαφοροποιήσεις μεταξύ των τεσσάρων Θεσσαλικών πόλεων; Ποια περιοχή εμφανίζει τις μεγαλύτερες επιβαρύνσεις;

Ο Ευρωπαϊκός Οργανισμός Περιβάλλοντος καταγράφει όχι ιδιαίτερα θετικές επιδόσεις και για τις τέσσερις θεσσαλικές πόλεις. Στις χαμηλότερες περιβαλλοντικές επιδόσεις βρίσκεται η Λάρισα, ακολουθούν τα Τρίκαλα και ο Βόλος και στη συνέχεια η Καρδίτσα. Αυτό, όμως, δεν πρέπει να μας οδηγήσει σε μια λογική σύγκρισης μεταξύ των πόλεων. Δεν έχει ιδιαίτερη σημασία αν κάποιος βρίσκεται μία θέση ψηλότερα ή χαμηλότερα σε μια κατάταξη. Το συνολικό πρόβλημα είναι κοινό και απαιτεί αντιμετώπιση σε επίπεδο ολόκληρης της Περιφέρειας.

Ενδεικτικά, το τελευταίο εικοσιτετράωρο στη Λάρισα καταγράφηκαν υπερβάσεις κυρίως στα αιωρούμενα σωματίδια PM10, τα οποία συνδέονται μεταξύ άλλων με την αφρικανική σκόνη και τις αγροτικές εργασίες, όπως τα οργώματα που αυτή την περίοδο είναι εντονότερα. Παράλληλα, υπάρχουν επιβαρύνσεις και στα μικρότερα σωματίδια PM2,5, τα οποία σχετίζονται κυρίως με τις καύσεις και την κυκλοφορία των οχημάτων.

Ο χειμώνας θεωρείται η πιο δύσκολη περίοδος, κυρίως λόγω της αυξημένης χρήσης τζακιών και άλλων μέσων θέρμανσης. Πόσο σημαντική είναι αυτή η παράμετρος;

Πράγματι, τον χειμώνα η κατάσταση γίνεται δυσκολότερη. Η θέρμανση και οι καύσεις συμβάλλουν σημαντικά στην επιβάρυνση της ατμόσφαιρας. Θα ήθελα να είμαι ξεκάθαρος: καλό είναι να αποφεύγουμε, όσο είναι δυνατόν, την καύση στα τζάκια, ιδιαίτερα όταν αυτά χρησιμοποιούνται συμπληρωματικά, απλώς για να δημιουργήσουν μια αίσθηση θαλπωρής.

Πρέπει να είμαστε ειλικρινείς. Η συγκεκριμένη μορφή ρύπανσης μπορεί να επιβαρύνει σημαντικά την ποιότητα του αέρα ακόμη και μέσα στο ίδιο μας το σπίτι. Χρειάζεται, επομένως, να περιορίσουμε αυτή τη συνήθεια, ιδίως στα μεγάλα αστικά κέντρα, όπως η Λάρισα, ο Βόλος, τα Τρίκαλα και η Καρδίτσα. Υπάρχει, βέβαια, και μια άλλη διάσταση που δεν μπορούμε να αγνοήσουμε: η ενεργειακή φτώχεια. Είναι διαφορετικό να χρησιμοποιεί κάποιος το τζάκι για συμπληρωματική θέρμανση και διαφορετικό να αναγκάζεται, λόγω οικονομικής αδυναμίας, να καίει ό,τι βρίσκει για να ζεστάνει το σπίτι του. Αυτό το φαινόμενο το είδαμε έντονα και τα προηγούμενα χρόνια και εξακολουθεί να υπάρχει. Χρειάζεται, λοιπόν, να αντιμετωπίσουμε και τις κοινωνικές αιτίες που οδηγούν σε αυτές τις πρακτικές.

Όταν η χρήση στερεών καυσίμων δεν μπορεί να αποφευχθεί, είναι σημαντικό να ελέγχεται η ποιότητά τους. Τα καυσόξυλα πρέπει να είναι κατάλληλα αποθηκευμένα και σωστά αποξηραμένα, ενώ απαιτούνται έλεγχοι και στις επιχειρήσεις που τα διαθέτουν στην αγορά. Αυτές είναι οι κατευθύνσεις που δίνει κάθε χρόνο η Περιφέρεια και στις οποίες θα επιμείνουμε ακόμη περισσότερο.

Πέρα από τα τζάκια, ποιες είναι οι σημαντικότερες πηγές ατμοσφαιρικής ρύπανσης στη Θεσσαλία;

Δεν χρειάζεται να αναζητούμε τις αιτίες χωρίς στοιχεία. Υπάρχουν αναλυτικές μελέτες του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και άλλων επιστημονικών φορέων, οι οποίες συγκλίνουν ως προς τους βασικούς παράγοντες επιβάρυνσης. Σε γενικές γραμμές, περίπου το ένα τρίτο της ατμοσφαιρικής επιβάρυνσης συνδέεται με τις μετακινήσεις και τις μεταφορές, με κυρίαρχο παράγοντα το αυτοκίνητο, ιδιαίτερα μέσα στα αστικά κέντρα. Ένα ακόμη τρίτο σχετίζεται με τη βιομηχανική δραστηριότητα και τη λειτουργία των επιχειρήσεων, κυρίως των βιομηχανικών εγκαταστάσεων. Το υπόλοιπο συνδέεται με τις καύσεις, τις δραστηριότητες εστίασης και άλλες αντίστοιχες πηγές. Επομένως, οι παρεμβάσεις πρέπει να κινηθούν και στις τρεις αυτές κατευθύνσεις. Δεν πρέπει να διαμονοποιούμε έναν μόνο παράγοντα. Δεν ευθύνεται αποκλειστικά το αυτοκίνητο, το εργοστάσιο, το χωράφι ή το τζάκι. Όλα συνεισφέρουν, σε διαφορετικό βαθμό, στη συνολική επιβάρυνση και όλα πρέπει να ενταχθούν σε έναν ολοκληρωμένο σχεδιασμό.

Η Περιφέρεια έχει προχωρήσει στην ανάπτυξη της πλατφόρμας Air Thessaly. Τι δυνατότητες προσφέρει στους πολίτες;

Έχουμε κάνει σημαντικά βήματα ώστε να διαθέτουμε πλέον ένα αξιόπιστο σύστημα παρακολούθησης της ποιότητας του αέρα. Από την άνοιξη του 2025 εργαστήκαμε συστηματικά για τη συντήρηση και τη βαθμονόμηση των σταθμών μέτρησης, σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

Δεν μιλάμε πλέον θεωρητικά. Έχουμε ένα συγκροτημένο σύστημα που μπορεί να παράγει αξιόπιστα αποτελέσματα. Το επόμενο βήμα ήταν να καταστήσουμε αυτή την πληροφορία προσβάσιμη σε κάθε πολίτη. Αυτό ακριβώς κάνει η πλατφόρμα Air Thessaly. Μέσω της ιστοσελίδας της Περιφέρειας Θεσσαλίας, ο ενδιαφερόμενος μπορεί να επιλέξει τον σταθμό μέτρησης που βρίσκεται κοντά στην κατοικία του ή στην περιοχή στην οποία θέλει να μετακινηθεί και να ενημερωθεί για τις τελευταίες μετρήσεις. Η ενημέρωση γίνεται σε πραγματικό χρόνο, με συνεχή ροή δεδομένων. Ο πολίτης μπορεί να γνωρίζει ποια είναι η κατάσταση στην περιοχή του και να αποφασίζει ανάλογα για τις δραστηριότητές του, τις μετακινήσεις του ή ακόμη και το αν είναι προτιμότερο να περιορίσει την παραμονή του σε εξωτερικούς χώρους.

Μιλάμε, δηλαδή, για μια πλατφόρμα που δεν θα καταγράφει απλώς την υφιστάμενη κατάσταση, αλλά θα μπορεί να προειδοποιεί και για όσα πρόκειται να συμβούν;

Ακριβώς. Έχουμε ήδη πετύχει, μέσα από τη συνεργασία μας με το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, να ενσωματώσουμε τις αξιόπιστες σειρές μετρήσεων σε προγνωστικά μοντέλα. Από τον Ιανουάριο του νέου έτους προχωρούμε στο επόμενο στάδιο, ώστε να έχουμε προβλέψεις για την ατμοσφαιρική ρύπανση στις επόμενες έξι, οκτώ και δώδεκα ώρες.

Με αυτόν τον τρόπο, ο πολίτης δεν θα γνωρίζει μόνο τι συμβαίνει τη στιγμή που επισκέπτεται την πλατφόρμα, αλλά θα μπορεί να ενημερώνεται και για την πιθανή εξέλιξη της ποιότητας του αέρα. Πρόκειται για ένα σημαντικό εργαλείο πρόληψης, καθώς η έγκαιρη ενημέρωση επιτρέπει καλύτερο προγραμματισμό και προστασία.

Ποιες κατηγορίες πολιτών πρέπει να είναι περισσότερο προσεκτικές όταν καταγράφονται αυξημένες συγκεντρώσεις ρύπων;

Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζονται οι συμπολίτες μας με αναπνευστικά προβλήματα, όσοι αντιμετωπίζουν καρδιολογικές ή βρογχοπνευμονικές παθήσεις, οι ηλικιωμένοι και φυσικά τα παιδιά. Αυτές οι ομάδες είναι πιο ευάλωτες και πρέπει να έχουν έγκαιρη και αξιόπιστη ενημέρωση, ώστε να μπορούν να προσαρμόζουν ανάλογα τις δραστηριότητές τους.

Η Περιφέρεια έχει την αρμοδιότητα να ενημερώνει συστηματικά το κοινό, κάτι που πλέον γίνεται με πιο συγκεκριμένο και αξιόπιστο τρόπο. Όταν, ωστόσο, καταγράφονται επίπεδα συναγερμού, προβλέπονται πρόσθετα μέτρα από την Πολιτεία, όπως περιορισμοί στη λειτουργία μεγάλων μονάδων ή παρεμβάσεις στην κυκλοφορία. Υπάρχει, βεβαίως, και η ατομική ευθύνη. Εάν οι συνθήκες το απαιτούν, κάποιος μπορεί να επιλέξει να παραμείνει στο σπίτι, να περιορίσει τις εξωτερικές δραστηριότητες των παιδιών ή να αποφύγει την άσκοπη μετακίνηση. Όμως θέλω να υπογραμμίσω ότι δεν πρέπει να μεταφέρουμε το βάρος αποκλειστικά στον πολίτη.

Επιμένετε ιδιαίτερα στη δημόσια ευθύνη για την αντιμετώπιση της ατμοσφαιρικής ρύπανσης. Τι πρέπει να αλλάξει στον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζεται το πρόβλημα;

Το πρόβλημα είναι δημόσιο και, επομένως, δημόσιες είναι και οι ευθύνες. Πριν φτάσουμε στην ατομική ευθύνη, πρέπει να αναγνωρίσουμε ότι οι πολιτικές αρχές και οι αυτοδιοικητικές αρχές έχουν την υποχρέωση να λαμβάνουν τα μέτρα που τους αναλογούν. Δεν μπορούμε να ζητάμε από τον πολίτη να αλλάξει τη συμπεριφορά του, εάν προηγουμένως οι αρμόδιοι φορείς δεν έχουν εξαντλήσει τα περιθώρια των δικών τους παρεμβάσεων. Η ευαισθητοποίηση είναι σημαντική, αλλά πρέπει να στηρίζεται σε αξιόπιστα δεδομένα, σε συντονισμό και σε συγκεκριμένες πολιτικές. Στο πλαίσιο αυτό, επιδιώκουμε να εμπλέξουμε όλους τους οργανωμένους φορείς και τους ίδιους τους παράγοντες που συμβάλλουν στη ρύπανση. Επιχειρήσεις, δήμοι, βιομηχανικές μονάδες, επαγγελματικοί φορείς, σύλλογοι εστίασης και Περιφέρεια πρέπει να αναλάβουν συγκεκριμένες δεσμεύσεις.

Έχετε ήδη εφαρμόσει αυτή την προσέγγιση σε κάποια περιοχή;

Έχουμε ξεκινήσει αυτή την προσπάθεια πιλοτικά στον Βόλο, εδώ και περίπου ενάμιση χρόνο. Η λογική είναι να δημιουργηθεί ένα πλαίσιο αμοιβαίων δεσμεύσεων και ελέγχου, στο οποίο κάθε φορέας θα αναλαμβάνει συγκεκριμένες ευθύνες. Μπορεί να πρόκειται για δενδροφυτεύσεις, διαβροχή δρόμων ή παρεμβάσεις στα φίλτρα των επιχειρήσεων. Σημασία έχει να μην περιοριζόμαστε σε γενικές διακηρύξεις, αλλά να συμφωνούμε σε συγκεκριμένες ενέργειες και να ελέγχουμε την εφαρμογή τους. Στόχος μας είναι αυτή η διαδικασία να επεκταθεί συστηματικά. Στο τέλος του μήνα επιχειρούμε να εφαρμόσουμε το ίδιο μοντέλο και στη Λάρισα, ώστε σταδιακά να μεταφερθεί σε ολόκληρη τη Θεσσαλία. Ακόμη και μια μείωση της ατμοσφαιρικής ρύπανσης κατά 5% θα αποτελούσε ένα πολύ σημαντικό αποτέλεσμα, με βάση τις συνθήκες που έχουν διαμορφωθεί.

Ποια είναι τα επόμενα βήματα για το δίκτυο παρακολούθησης της ποιότητας του αέρα; Έχουν προγραμματιστεί νέες μετρήσεις και επέκταση των σταθμών;

Αυτή τη στιγμή η Περιφέρεια Θεσσαλίας διαθέτει 38 αναλυτές σε οκτώ σταθμούς παρακολούθησης. Το δίκτυο αυτό πρόκειται να επεκταθεί, καθώς θέλουμε να αποκτήσουμε αξιόπιστη εικόνα και σε περιοχές εκτός των μεγάλων αστικών κέντρων.

Ήδη εξετάζουμε την επέκταση σε περιοχές όπως ο Αλμυρός και οι Σοφάδες. Οι ανάγκες δεν είναι ίδιες παντού. Σε ορισμένες περιοχές υπάρχουν επιβαρύνσεις που συνδέονται με αγροτικές δραστηριότητες, σε άλλες με βιομηχανικές εγκαταστάσεις ή με διαφορετικές τοπικές πηγές ρύπανσης. Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε τι ακριβώς συμβαίνει σε κάθε περιοχή και να μη στηριζόμαστε μόνο στις μετρήσεις των αστικών κέντρων. Παράλληλα, μελετάμε την ενίσχυση του συστήματος με νέους αναλυτές, την επέκταση των μετρήσεων σε περισσότερους ρύπους και τη συστηματικότερη λειτουργία του συνολικού δικτύου.

Στον σχεδιασμό περιλαμβάνονται και μετρήσεις για βαρέα μέταλλα, όπως ο μόλυβδος, το αρσενικό, το κάδμιο και το νικέλιο;

Βεβαίως. Με την ενσωμάτωση της νέας ευρωπαϊκής οδηγίας για την ποιότητα του αέρα, προκύπτει η ανάγκη να προχωρήσουμε σε ένα πιο ολοκληρωμένο σχέδιο παρακολούθησης και να εντάξουμε και νέες μετρήσεις, μεταξύ των οποίων και εκείνες για συγκεκριμένα στοιχεία που μπορεί να είναι επικίνδυνα για την ανθρώπινη υγεία. Σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, εργαζόμαστε ήδη για τη συγκρότηση του περιφερειακού σχεδίου μέτρησης της ποιότητας του αέρα. Εκτιμώ ότι η Θεσσαλία θα είναι μεταξύ των πρώτων Περιφερειών που θα προχωρήσουν στην ολοκλήρωση ενός τέτοιου σχεδίου. Θα περιλαμβάνει τόσο τα βραχυπρόθεσμα μέτρα όσο και τη συνολική στρατηγική για την παρακολούθηση και τη βελτίωση της ποιότητας της ατμόσφαιρας.

Ποιο είναι τελικά το βασικό μήνυμα που θέλετε να στείλετε στους πολίτες της Θεσσαλίας;

Από την πρώτη στιγμή ως Περιφερειακή Αρχή επιλέξαμε μια σχέση ειλικρίνειας με τους πολίτες, η οποία βασίζεται στην αναγνώριση του προβλήματος. Έχει μεγάλη σημασία να μην υποβαθμίζουμε την κατάσταση και να μη λέμε ότι δεν υπάρχει πρόβλημα στην ατμόσφαιρα. Αντίθετα, πρέπει να γνωρίζουμε ποια είναι η πραγματική του διάσταση, να έχουμε συνεχή εικόνα και να μπορούμε να παρεμβαίνουμε αποτελεσματικά. Αυτό που προσπαθούμε να δημιουργήσουμε είναι ένα αξιόπιστο σύστημα ενημέρωσης, μέτρησης και συνεργασίας. Η πλατφόρμα Air Thessaly, η ενίσχυση των σταθμών, οι νέες μετρήσεις και η ενεργοποίηση των οργανωμένων φορέων αποτελούν βήματα προς αυτή την κατεύθυνση. Θέλουμε οι πολίτες να γνωρίζουν τι αναπνέουν, αλλά και να έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν στην προσπάθεια βελτίωσης της ποιότητας του αέρα.

Η προστασία του περιβάλλοντος δεν μπορεί να είναι υπόθεση ενός μόνο φορέα. Χρειάζεται συνεργασία, συνέπεια και ανάληψη ευθυνών από όλους, με την Πολιτεία και την αυτοδιοίκηση να έχουν πρωταγωνιστικό ρόλο. Την έντονη ανησυχία για τις προτεινόμενες αυξήσεις στις χρεώσεις διανομής φυσικού αερίου στη Θεσσαλία εκφράζει το ΙΝΚΑ Θεσσαλίας, αναδεικνύοντας τις πρόσθετες οικονομικές πιέσεις που ενδέχεται να δεχθούν νοικοκυριά και επιχειρήσεις σε μια περίοδο κατά την οποία το ενεργειακό κόστος εξακολουθεί να αποτελεί σημαντικό βάρος για την καθημερινότητα και την οικονομική δραστηριότητα.

Από τον Ιανουάριο ενεργοποιείται το επόμενο στάδιο της πλατφόρμας Air Thessaly, με την εισαγωγή προγνωστικού μοντέλου που θα ενημερώνει τους πολίτες για την πιθανή εξέλιξη της ατμοσφαιρικής ρύπανσης τις επόμενες 6, 8 και 12 ώρες, ενισχύοντας την έγκαιρη προστασία της δημόσιας υγείας



Περισσότερες από 35 επιχειρήσεις και οργανισμοί συμμετείχαν στο Thessaly Career Forum 2026, δημιουργώντας ένα σημαντικό πεδίο άμεσης επαφής μεταξύ εργοδοτών και υποψηφίων εργαζομένων και αναδεικνύοντας τις επαγγελματικές ευκαιρίες που προσφέρει η αγορά εργασίας της Θεσσαλίας





THESSALY CAREER FORUM 2026

Νέες ιδέες, σύγχρονες δεξιότητες

Περισσότερες από 35 επιχειρήσεις και οργανισμοί, δεκάδες επαγγελματικές ευκαιρίες και δράσεις συμβουλευτικής, δικτύωσης και ανάπτυξης δεξιοτήτων έφεραν σε επαφή την αγορά εργασίας με το ανθρώπινο δυναμικό της Θεσσαλίας

Η σύνδεση της εκπαίδευσης με την απασχόληση, η ανάδειξη νέων επαγγελματικών ευκαιριών και η ουσιαστική επικοινωνία μεταξύ επιχειρήσεων και υποψηφίων εργαζομένων βρέθηκαν στο επίκεντρο του Thessaly Career Forum 2026, το οποίο πραγματοποιήθηκε στο Πάρκο Καινοτομίας JOIST στη Λάρισα. Η διοργάνωση αποτέλεσε ένα σημαντικό σημείο συνάντησης για την αγορά εργασίας της Θεσσαλίας, δημιουργώντας έναν σύγχρονο χώρο διαλόγου, ενημέρωσης, δικτύωσης και επαγγελματικής ανάπτυξης.

Με τη συμμετοχή περισσότερων από 35 επιχειρήσεων και οργανισμών από διαφορετικούς κλάδους της οικονομίας, το φόρουμ ανέδειξε τις πραγματικές ανάγκες της περιφερειακής επιχειρηματικότητας και τις δυνατότητες επαγγελματικής αποκατάστασης και εξέλιξης που διαμορφώνονται στην περιοχή. Παράλληλα, έδωσε τη δυνατότητα σε νέους, ανέργους, αποφοίτους, εργαζομένους και επαγγελματίες να έρθουν σε άμεση επαφή με εργοδότες, στελέχη ανθρώπινου δυναμικού και εκπροσώπους σημαντικών επιχειρήσεων.

Σημείο συνάντησης επιχειρήσεων και υποψηφίων

Το Thessaly Career Forum σχεδιάστηκε ως μια πρακτική εμπειρία καριέρας, με στόχο να γεφυρώσει την απόσταση ανάμεσα στην προσφορά και τη ζήτηση εργασίας. Σε μια περίοδο κατά την οποία οι ανάγκες των επιχειρήσεων μεταβάλλονται και οι απαιτήσεις της αγοράς εργασίας εξελίσσονται διαρκώς, η άμεση επικοινωνία εργοδοτών και υποψηφίων αποκτά ιδιαίτερη σημασία.

Οι επισκέπτες είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν από κοντά επιχειρήσεις που δραστηριοποιούνται στη Θεσσαλία, να ενημερωθούν για τις επαγγελματικές τους ανάγκες και να διερευνήσουν πιθανές ευκαιρίες απασχόλησης. Η προσωπική επαφή με εκπροσώπους εταιρειών και στελέχη ανθρώπινου δυναμικού δημιούργησε τις προϋποθέσεις για ουσιαστικές επαγγελματικές γνωριμίες, αλλά και για την ανάπτυξη σχέσεων που μπορούν να εξελιχθούν σε μελλοντικές συνεργασίες.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσίασε η πολυκλαδική σύνθεση των συμμετεχόντων επιχειρήσεων, καθώς εκπροσωπήθηκαν τομείς όπως η βιομηχανία τροφίμων και ποτών, η μεταποίηση, οι κατασκευές, η ενέργεια, η υγεία, τα φάρμακα, οι συμβουλευτικές υπηρεσίες, οι ασφάλειες, η τεχνολογία και το εμπόριο.

Περισσότερες από 35 επιχειρήσεις στο JOIST

Σημαντική ήταν η παρουσία μεγάλων επιχειρηματικών ομίλων και εταιρειών με ισχυρή δραστηριότητα στη Θεσσαλία και την ευρύτερη ελληνική αγορά.

Στον κλάδο των τροφίμων και ποτών συμμετείχαν, μεταξύ άλλων, η Coca-Cola 3E, τα Ελληνικά Γαλακτοκομεία, η Melissa Kikizas, τα Μπισκότα Παπαδοπούλου, η Intercomm Foods, η Fresh Del Monte, η ΕΛΒΑΚ, η ΟΛΥΜΠΙΟΣ Χαλβαδοποιία και η PVG Food Hellas.

Στη βιομηχανία, τις κατασκευές και την ενέργεια έδωσαν το «παρών» ο Όμιλος ΗΡΑΚΛΗΣ, ο οποίος συμμετείχε και ως χορηγός, η EXALCO, η ILVIEF, η Makris Panels, η Ζάβαλος ΑΕ - CARTONTEC, η Βαρδούλης ΑΕ, η Kontogianni Bath & Floor και η SDENG Engineering Bureau.

Αντίστοιχα, στον τομέα της υγείας και των φαρμακευτικών προϊόντων συμμετείχαν το ΙΑΣΩ Θεσσαλίας, η Rontis Hellas, η BIOΣΕΡ και η Βιοέλεγχος, αναδεικνύοντας τις επαγγελματικές δυνατότητες ενός κλάδου με εξειδικευμένες ανάγκες σε επιστημονικό και διοικητικό προσωπικό.

Παράλληλα, την παρουσία τους είχαν σημαντικές εταιρείες συμβουλευτικών, ασφαλιστικών και κτηματομεσιτικών υπηρεσιών, όπως η Deloitte, η Interamerican, το λογιστικό και φοροτεχνικό γραφείο του Απόστολου Σταγιάννη, η Keller Williams One και η RE/MAX.

Στον χώρο της τεχνολογίας, του εμπορίου και των υπηρεσιών συμμετείχαν η Jobfind.gr, η οποία ήταν και χορηγός της διοργάνωσης, η PhoenixDA, η LFG Daily Trade, το Κίτρινο και η Spirito.

Το οικοσύστημα της διοργάνωσης συμπλήρωσαν το JOIST Innovation Park, η EMPLOY EDU, ο Σύνδεσμος Θεσσαλικών Επιχειρήσεων και Βιομηχανιών (ΣΘΕΒ), ο Σύνδεσμος Βιομηχανιών Θεσσαλίας και Στερεάς Ελλάδος (ΣΒΘΣΕ), η Startup Greece και η YouthPioneer.

Από το βιογραφικό στη συνέντευξη

Ένα από τα βασικά χαρακτηριστικά του Thessaly Career Forum ήταν ο πρακτικός προσανατολισμός του. Η διοργάνωση δεν περιορίστηκε στην παρουσίαση επιχειρήσεων και την ενημέρωση για θέσεις εργασίας, αλλά έδωσε ιδιαίτερη έμφαση στην ενδυνάμωση των υποψηφίων και στην απόκτηση δεξιοτήτων που μπορούν να αξιοποιηθούν άμεσα στην αναζήτηση εργασίας. Στο πλαίσιο αυτό, οι συμμετέχοντες είχαν τη δυνατότητα να λάβουν εξατομικευμένη συμβουλευτική σταδιοδρομίας και να αξιολογήσουν το βιογραφικό τους με τη βοήθεια έμπειρων συμβούλων. Στο CV Corner, οι ενδιαφερόμενοι μπορούσαν να ενημερωθούν για τη σωστή δομή και παρουσίαση ενός ανταγωνιστικού βιογραφικού, καθώς και για τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να αναδείξουν αποτελεσματικότερα τα προσόντα, την εμπειρία και τις δεξιότητές τους.

Ιδιαίτερη θέση είχε και το LinkedIn Corner, όπου παρουσιάστηκαν τρόποι αξιοποίησης των επαγγελματικών μέσων κοινωνικής δικτύωσης για την ενίσχυση της προσωπικής επαγγελματικής εικόνας, τη διεύρυνση του δικτύου επαφών και την αναζήτηση νέων ευκαιριών.

Σημαντική ήταν επίσης η θεματική του Video-CV, μιας σύγχρονης μορφής επαγγελματικής παρουσίασης που δίνει τη δυνατότητα στους υποψηφίους να αναδείξουν την προσωπικότητα, την επικοινωνιακή τους ικανότητα και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά τους.

Διαδραστικές συζητήσεις με ανθρώπους της αγοράς

Ξεχωριστό ενδιαφέρον παρουσίασαν οι διαδραστικές συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης (Round Tables), μέσα από τις οποίες οι συμμετέχοντες είχαν τη δυνατότητα να συνομιλήσουν απευθείας με στελέχη επιχειρήσεων, διευθύνοντες συμβούλους και επαγγελματίες της αγοράς.

Οι συζητήσεις επικεντρώθηκαν στις σύγχρονες απαιτήσεις των επιχειρήσεων, στις δεξιότητες που αναζητούν οι εργοδότες, στις προοπτικές επαγγελματικής εξέλιξης και στις αλλαγές που διαμορφώνουν το εργασιακό περιβάλλον. Η δυνατότητα υποβολής ερωτήσεων και ανταλλαγής απόψεων σε μικρότερες ομάδες έδωσε στους ενδιαφερόμενους μια πιο άμεση εικόνα για τις πραγματικές συνθήκες της αγοράς εργασίας.

Παράλληλα, τα εξειδικευμένα workshops για υποψηφίους εργαζομένους επικεντρώθηκαν στη δημιουργία ανταγωνιστικού βιογραφικού, στην αποτελεσματική αξιοποίηση του LinkedIn και στην παραγωγή Video-CV. Με κεντρικό τίτλο «Κάνε τον Εργοδότη να Πει "Σε Θέλω!" – LinkedIn, CV & Video-CV: Ξεκώρισε και Κέρδισε την Επόμενη Θέση Εργασίας», η σχετική θεματική προσέφερε πρακτικές κατευθύνσεις για την καλύτερη προετοιμασία των υποψηφίων.

Στο επίκεντρο και οι ανάγκες των εργοδοτών

Το φόρουμ απευθύνθηκε, ωστόσο, όχι μόνο σε όσους αναζητούν εργασία, αλλά και στις ίδιες τις επιχειρήσεις, οι οποίες βρίσκονται αντιμέτωπες με νέες προκλήσεις στην προσέλκυση και επιλογή ανθρώπινου δυναμικού.

Τα workshops για εργοδότες και στελέχη επιχειρήσεων εστίασαν στις σύγχρονες πρακτικές recruitment, στις διαφορετικές επαγγελματικές προσδοκίες των εργαζομένων και στις γενεακές διαφορές στον χώρο εργασίας, από τους Baby Boomers έως τη Generation Z.

Η κατανόηση των διαφορετικών κινήτρων, αναγκών και τρόπων επικοινωνίας των γενεών αποτελεί πλέον σημαντικό παράγοντα για τη διαμόρφωση αποτελεσματικών πολιτικών ανθρώπινου δυναμικού. Οι επιχειρήσεις καλούνται να προσαρμόσουν τις πρακτικές τους, να ενισχύσουν την ελκυστικότητά τους ως εργοδότες και να δημιουργήσουν ένα εργασιακό περιβάλλον που ανταποκρίνεται στις προσδοκίες διαφορετικών ομάδων εργαζομένων.

Μέσα από τη συμμετοχή τους στο φόρουμ είχαν, επίσης, την ευκαιρία να αναδείξουν την εταιρική τους ταυτότητα, την κουλτούρα και τις δυνατότητες επαγγελματικής εξέλιξης που προσφέρουν, ενισχύοντας το employer branding τους.

Επένδυση στο ανθρώπινο δυναμικό της Θεσσαλίας

Το Thessaly Career Forum 2026 ανέδειξε τη σημασία της δημιουργίας σταθερών διαύλων επικοινωνίας μεταξύ της επιχειρηματικής κοινότητας, της εκπαίδευσης και των ανθρώπων που αναζητούν μια θέση στην αγορά εργασίας.

Η διοργάνωση απευθύνθηκε σε ένα ευρύ κοινό: νέους ηλικίας 18-35 ετών, φοιτητές, αποφοίτους πανεπιστημίων, ΙΕΚ και ΚΕΚ, ανέργους, εργαζομένους που επιθυμούν αλλαγή καριέρας, αλλά και επαγγελματίες που επιδιώκουν να αναβαθμίσουν τις δεξιότητές τους ή να επανατοποθετηθούν στην αγορά εργασίας.

Ιδιαίτερη σημασία έχει, επίσης, η συζήτηση γύρω από τις νέες μορφές απασχόλησης, όπως η υβριδική και η εξ αποστάσεως εργασία, καθώς και η ανάγκη για συνεχή επιμόρφωση, επανακατάρτιση (reskilling) και αναβάθμιση δεξιοτήτων (upskilling).

Σε μια εποχή κατά την οποία η τεχνολογία, οι νέες μορφές οργάνωσης της εργασίας και οι μεταβαλλόμενες ανάγκες των επιχειρήσεων επηρεάζουν καθοριστικά την επαγγελματική πραγματικότητα, η επένδυση στο ανθρώπινο δυναμικό αποτελεί βασική προϋπόθεση για την ανάπτυξη της περιφερειακής οικονομίας.

Η συνάντηση περισσότερων από 35 επιχειρήσεων και οργανισμών με υποψήφιους από διαφορετικές ηλικιακές και επαγγελματικές ομάδες επιβεβαίωσε ότι η Θεσσαλία διαθέτει ένα δυναμικό επιχειρηματικό οικοσύστημα, με ανάγκη για εξειδικευμένους εργαζομένους, νέες ιδέες και σύγχρονες δεξιότητες. Το Thessaly Career Forum 2026, μέσα από τη δικτύωση, την ενημέρωση και τις πρακτικές δράσεις επαγγελματικής ανάπτυξης, ανέδειξε ότι η αγορά εργασίας δεν αφορά μόνο την αναζήτηση μιας θέσης απασχόλησης, αλλά και τη δημιουργία των κατάλληλων συνθηκών για μακροπρόθεσμη επαγγελματική εξέλιξη. Για τη Λάρισα και τη Θεσσαλία, τέτοιες πρωτοβουλίες μπορούν να αποτελέσουν σημαντικό κρίκο στη σύνδεση της επιχειρηματικότητας με το ανθρώπινο δυναμικό και στην ενίσχυση των αναπτυξιακών προοπτικών της περιοχής.



Αύξηση 14,5% στις νέες ΙΚΕ στη Λάρισα το 2026, με 200 νέες εταιρείες έως τις 14 Νοεμβρίου, έναντι 166 το αντίστοιχο δεκάμηνο του 2025. Πρωταγωνιστούν οι κατασκευές, με εντυπωσιακή αύξηση 92,3%, ενώ ακολουθούν το λιανικό εμπόριο και η διαχείριση ακινήτων



ΑΙΧΜΗ ΟΙ ΝΕΕΣ ΙΚΕ

Αυξημένη επιχειρηματική κινητικότητα στη Θεσσαλία

Ανοδική τάση στη σύσταση Ιδιωτικών Κεφαλαιουχικών Εταιρειών σε Λάρισα και Μαγνησία

Η επιχειρηματική δραστηριότητα στη Θεσσαλία παρουσιάζει αυξημένη κινητικότητα το 2026, με τη Λάρισα να καταγράφει σημαντική άνοδο στις συστάσεις νέων Ιδιωτικών Κεφαλαιουχικών Εταιρειών (ΙΚΕ). Ειδικότερα, από την αρχή του έτους έως και τις 14 Νοεμβρίου ιδρύθηκαν 200 νέες ΙΚΕ στον νομό, έναντι 178 την αντίστοιχη περίοδο του 2025, καταγράφοντας αύξηση 12,4%.

Τα στοιχεία, τα οποία προκύπτουν από την επεξεργασία δεδομένων του Γενικού Εμπορικού Μητρώου (ΓΕΜΗ) από την πλατφόρμα IKEwebsites.gr, αποτυπώνουν τις τάσεις που διαμορφώνονται στην τοπική επιχειρηματικότητα. Στο επίκεντρο βρίσκονται οι κατασκευές, το χονδρικό και λιανικό εμπόριο, καθώς και η διαχείριση ακινήτων, κλάδοι που συγκεντρώνουν σημαντικό μέρος των νέων εταιρικών εγχειρημάτων.

Η θετική εικόνα δεν περιορίζεται στη Λάρισα. Σε επίπεδο Θεσσαλίας, η Μαγνησία καταγράφει επίσης αυξητική τάση, με τις νέες συστάσεις ΙΚΕ να εμφανίζουν άνοδο 13% σε σύγκριση με το αντίστοιχο περσινό διάστημα. Η εξέλιξη εντάσσει την περιοχή μεταξύ των νομών της περιφέρειας που παρουσιάζουν ενίσχυση της συγκεκριμένης μορφής επιχειρηματικής δραστηριότητας.

Η αυξημένη κινητικότητα στη σύσταση ΙΚΕ καταγράφεται σε μια περίοδο κατά την οποία η επιχειρηματική δραστηριότητα στην περιφέρεια παρουσιάζει διαφοροποιήσεις ανά κλάδο και περιοχή. Την ίδια στιγμή, η υποχώρηση των νέων αγροτικών ΙΚΕ στη Λάρισα αναδεικνύει τις διαφορετικές τάσεις που διαμορφώνονται μεταξύ των παραγωγικών κλάδων. Το επόμενο διάστημα θα έχει ενδιαφέρον να φανεί εάν η αυξημένη δραστηριότητα που καταγράφεται μέσα στο 2026 θα διατηρηθεί και το 2027, καθώς και κατά πόσο οι νέες συστάσεις θα μεταφραστούν σε σταθερή επιχειρηματική παρουσία, νέες επενδύσεις και ενίσχυση της απασχόλησης στη Θεσσαλία.

Λάρισα: Άνοδος στις νέες συστάσεις

Αναλυτικότερα, από τον Ιανουάριο έως και τον Οκτώβριο του 2026 ιδρύθηκαν στη Λάρισα 190 νέες ΙΚΕ, έναντι 166 το αντίστοιχο δεκάμηνο του 2025, σημειώνοντας αύξηση 14,5%. Το πρώτο δεκαπενθήμερο του Νοεμβρίου, ωστόσο, η κινητικότητα ήταν ελαφρώς περιορισμένη, καθώς καταγράφηκαν 10 νέες συστάσεις έναντι 12 πέρυσι.

Η συνολική επίδοση του έτους έχει ήδη προσεγγίσει τον αριθμό των νέων εταιρειών που ιδρύθηκαν σε ολόκληρο το 2025. Συγκεκριμένα, πέρυσι συστάθηκαν 205 νέες ΙΚΕ στον νομό, ενώ το 2024 ο αντίστοιχος αριθμός είχε διαμορφωθεί στις 224. Με 200 νέες εταιρείες έως τις 14 Νοεμβρίου, η φετινή δραστηριότητα βρίσκεται πολύ κοντά στα περσινά επίπεδα, παρά το γεγονός ότι το έτος δεν έχει ακόμη ολοκληρωθεί.

Αξίζει να σημειωθεί ότι τα δεδομένα αφορούν αποκλειστικά εταιρείες με νομική μορφή ΙΚΕ και έδρα στον νομό Λάρισας και δεν περιλαμβάνουν το σύνολο των νέων επιχειρήσεων που δημιουργήθηκαν στην περιοχή.

Οι κατασκευές στην πρώτη θέση

Τη μεγαλύτερη δυναμική μεταξύ των επιμέρους κλάδων εμφανίζουν οι κατασκευές κτιρίων. Από τις αρχές του 2026 έως τις 14 Νοεμβρίου ιδρύθηκαν 25 νέες ΙΚΕ με αντικείμενο τη συγκεκριμένη δραστηριότητα, έναντι 13 το αντίστοιχο διάστημα του προηγούμενου έτους. Η αύξηση φτάνει το 92,3%, αποτυπώνοντας την ενίσχυση του ενδιαφέροντος για επιχειρηματική δραστηριοποίηση στον κατασκευαστικό τομέα.

Η εξέλιξη αποκτά ιδιαίτερο ενδιαφέρον για την τοπική αγορά, καθώς η οικοδομική δραστηριότητα και η αγορά ακινήτων στη Λάρισα βρίσκονται στο επίκεντρο των συζητήσεων για το κόστος κατοικίας, την προσφορά νέων ακινήτων και τις επενδυτικές προοπτικές.

Στη δεύτερη θέση βρίσκεται το χονδρικό εμπόριο, με 19 νέες ΙΚΕ έναντι 20 το 2025, ενώ ακολουθεί το λιανικό εμπόριο με 17 νέες εταιρείες, από μόλις 9 την προηγούμενη χρονιά. Η συγκεκριμένη κατηγορία παρουσιάζει σχεδόν διπλασιασμό των συστάσεων, γεγονός που καταδεικνύει μεγαλύτερη κινητικότητα στη δημιουργία νέων εταιρικών σχημάτων στον χώρο του λιανεμπορίου.

Παράλληλα, στον κλάδο διαχείρισης και αξιοποίησης ακινήτων καταγράφονται 14 νέες ΙΚΕ, έναντι 13 πέρυσι, επιβεβαιώνοντας την παρουσία της συγκεκριμένης δραστηριότητας μεταξύ των βασικών επιλογών των νέων επιχειρηματιών.

Συμβουλευτικές υπηρεσίες, εστίαση και μεταφορές

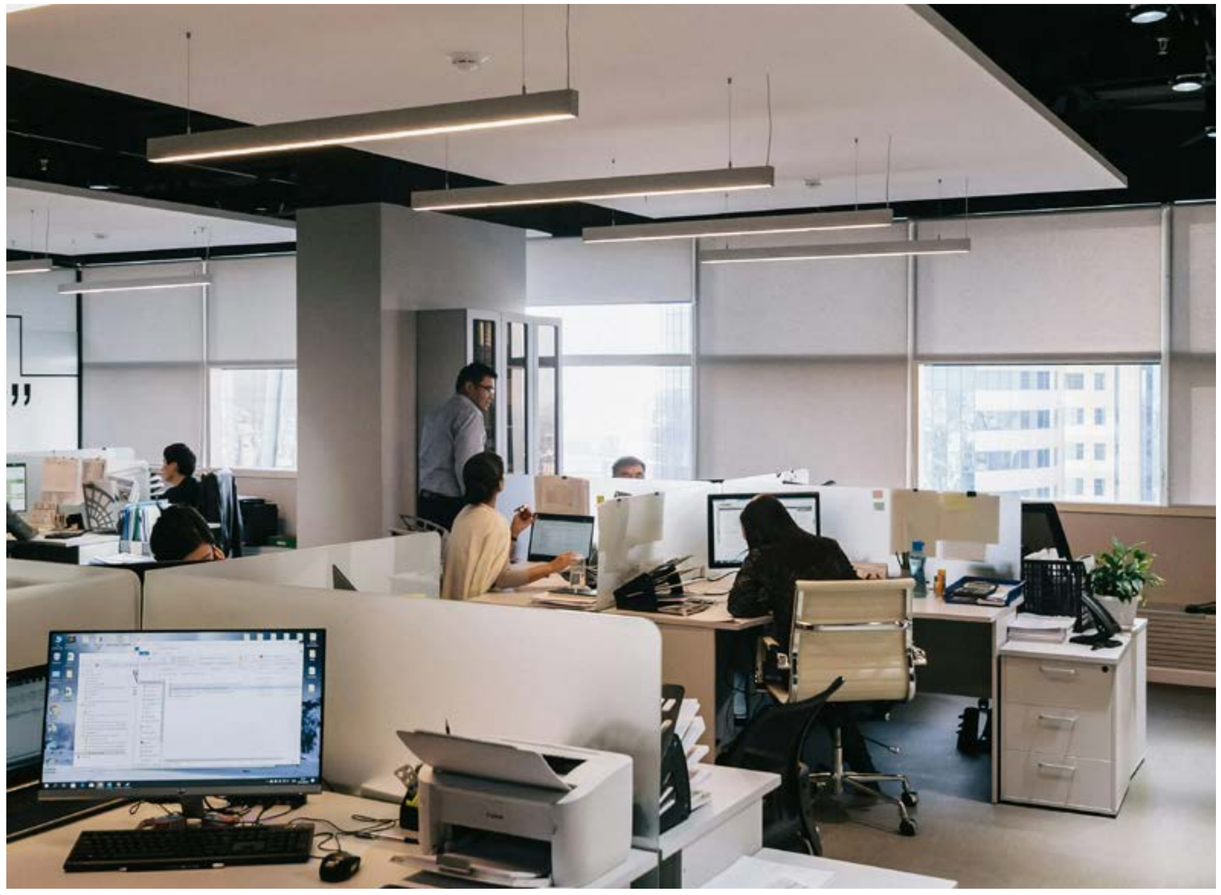
Ενδιαφέρον παρουσιάζει και η κατανομή των νέων εταιρειών σε άλλους κλάδους της οικονομικής δραστηριότητας. Στον τομέα των επιχειρηματικών συμβουλών ιδρύθηκαν 10 νέες ΙΚΕ, ενώ από 9 νέες εταιρείες καταγράφονται στην εστίαση και στις χερσαίες μεταφορές. Ακολουθούν ο κλάδος της υγείας με 8 νέες συστάσεις και η βιομηχανία τροφίμων με 7. Ισάριθμες νέες ΙΚΕ καταγράφονται και στον τομέα της πληροφορικής, αν και η συγκεκριμένη δραστηριότητα εμφανίζει υποχώρηση σε σχέση με τις 9 νέες εταιρείες του 2025.

Στον αντίποδα, αξιοσημείωτη είναι η μείωση στον αγροτικό τομέα. Οι νέες ΙΚΕ με δραστηριότητα στη γεωργία και την κτηνοτροφία περιορίστηκαν σε 4, έναντι 12 την αντίστοιχη περσινή περίοδο. Η μεταβολή αφορά αποκλειστικά τη συγκεκριμένη νομική μορφή και δεν μπορεί να θεωρηθεί αντιπροσωπευτική της συνολικής πορείας των αγροτικών και κτηνοτροφικών δραστηριοτήτων στη Λάρισα.

1.831 ενεργές ΙΚΕ στη Λάρισα

Σύμφωνα με τα ίδια στοιχεία του ΓΕΜΗ, οι ενεργές Ιδιωτικές Κεφαλαιουχικές Εταιρείες με έδρα στον νομό Λάρισας ανέρχονται συνολικά σε 1.831, αντιπροσωπεύοντας περίπου το 1,7% του αντίστοιχου αριθμού σε πανελλαδικό επίπεδο. Από αυτές, το 51% είναι μονοπρόσωπες, δηλαδή διαθέτουν έναν μόνο εταίρο. Το ποσοστό είναι χαμηλότερο από τον πανελλαδικό μέσο όρο, ο οποίος διαμορφώνεται στο 57,3%, και αναδεικνύει τη διαφορετική σύνθεση των επιχειρηματικών σχημάτων που έχουν αναπτυχθεί στον νομό.

Θετική επιχειρηματική κινητικότητα στη Θεσσαλία, αλλά και αυξημένα λουκέτα πανελλαδικά. Η Μαγνησία καταγράφει άνοδο 13% στις νέες ΙΚΕ, ενώ σε εθνικό επίπεδο οι διαγραφές και λύσεις εταιρειών έφτασαν τις 4.720 έως τα τέλη Οκτωβρίου 2026, αναδεικνύοντας τη διπλή εικόνα της επιχειρηματικότητας: νέες συστάσεις αλλά και προκλήσεις βιωσιμότητας



Σε πανελλαδικό επίπεδο, άλλωστε, η μονοπρόσωπη ΙΚΕ αποτελεί πλέον ιδιαίτερα διαδεδομένη επιλογή. Το 67% των νέων εταιρειών που ιδρύθηκαν το 2026 έως το τέλος Οκτωβρίου έχει έναν μόνο εταίρο, έναντι 41% το 2015 και 50% το 2019. Η συγκεκριμένη νομική μορφή αξιοποιείται όλο και περισσότερο από ελεύθερους επαγγελματίες και μικρούς επιχειρηματίες που επιθυμούν να δραστηριοποιηθούν μέσω εταιρείας με περιορισμένη ευθύνη.

Άνοδος 13% για τη Μαγνησία

Η εικόνα στη Θεσσαλία εντάσσεται σε μια ευρύτερη τάση ενίσχυσης της επιχειρηματικής δραστηριότητας σε αρκετές περιφερειακές ενότητες της χώρας.

Ειδικότερα, η Λάρισα καταγράφει αύξηση 14% στις νέες ΙΚΕ, ενώ η Μαγνησία ακολουθεί με άνοδο 13%. Πρόκειται για επιδόσεις που τοποθετούν τους δύο θεσσαλικούς νομούς μεταξύ των περιοχών με θετικό πρόσημο στη σύγκριση με το 2025. Ανάλογη εικόνα εμφανίζουν η Πιερία με αύξηση 33%, η Αιτωλοακαρνανία με 28%, τα Χανιά με 21% και η Χαλκιδική με 19%. Αντίθετα, μειωμένες συστάσεις καταγράφονται στο Ηράκλειο, στην Κέρκυρα και στα Δωδεκάνησα. Σε πανελλαδικό επίπεδο, έως τις 31 Οκτωβρίου 2026 είχαν ιδρυθεί 11.444 νέες ΙΚΕ, έναντι 11.574 την αντίστοιχη περίοδο του 2025.

Η μικρή υποχώρηση αποδίδεται κυρίως στη χαμηλότερη δραστηριότητα του Οκτωβρίου, κατά τον οποίο συστάθηκαν 1.163 εταιρείες έναντι 1.310 πέρυσι. Παρά τη συγκεκριμένη μεταβολή, ο αριθμός των νέων ΙΚΕ εξακολουθεί να κινείται κοντά στα επίπεδα των προηγούμενων ετών. Το 2025 ιδρύθηκαν συνολικά 13.892 εταιρείες, ενώ το 2024 είχαν καταγραφεί 13.908 νέες συστάσεις.

Θετικές επιδόσεις, αλλά και λουκέτα

Ένα ακόμη ενδιαφέρον στοιχείο της πανελλαδικής ανάλυσης αφορά τη θέση της ΙΚΕ μεταξύ των βασικών εταιρικών μορφών. Παρά το γεγονός ότι οι νέες συστάσεις παραμένουν σε υψηλά επίπεδα, το μερίδιό της στο σύνολο των νέων εταιρειών έχει υποχωρήσει από 54% το 2019 σε περίπου 35% το 2025 και το 2026. Η μεταβολή δεν συνδέεται με αντίστοιχη μείωση του απόλυτου αριθμού των ΙΚΕ, αλλά με την εντυπωσιακή αύξηση των ετερόρρυθμων εταιρειών, οι οποίες από 3.516 το 2019 έφτασαν τις 16.207 το 2025. Αύξηση καταγράφεται και στις ομόρρυθμες εταιρείες, από 4.100 σε 8.197. Η χρονική σύμπτωση με τις αλλαγές στη φορολόγηση των ατομικών επιχειρήσεων από το 2024 αποτελεί ένα στοιχείο που αξίζει να εξετιστεί, χωρίς ωστόσο τα διαθέσιμα δεδομένα του μητρώου να τεκμηριώνουν από μόνα τους αιτιώδη σχέση.

Η αύξηση των νέων συστάσεων δεν σημαίνει ότι απουσιάζουν οι προκλήσεις για τη βιωσιμότητα των επιχειρήσεων. Το 2025 διαγράφηκαν ή λύθηκαν 4.770 ΙΚΕ, αριθμός που αποτελεί τη μεγαλύτερη ετήσια καταγραφή μέχρι σήμερα, έναντι 3.358 το 2024.

Η τάση συνεχίζεται και το 2026, καθώς έως τα τέλη Οκτωβρίου είχαν ήδη καταγραφεί 4.720 διαγραφές ή λύσεις εταιρειών. Παρά την αυξημένη κινητικότητα, η καθαρή δημιουργία νέων ΙΚΕ παραμένει θετική, ενώ τα στοιχεία επιβίωσης δείχνουν ότι σημαντικό ποσοστό των εταιρειών συνεχίζει τη λειτουργία του σε βάθος χρόνου. Ενδεικτικά, ενεργές παραμένουν περίπου το 77% των ΙΚΕ που ιδρύθηκαν το 2019, το 78% όσων συστάθηκαν το 2021 και το 69% των εταιρειών του 2016.



ΚΑΘΕ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΣΤΙΣ 20:00 «NON PAPER»

Η εκπομπή του FORMediaTV Non Paper με τον δημοσιογράφο **Τάσο Κουρκούμπα** έρχεται να δώσει έναν διαφορετικό τόνο στην ενημέρωση, εστιάζοντας στην ουσία πίσω από τις δηλώσεις και τα γεγονότα της Θεσσαλίας. Μέσα από συνεντεύξεις με πρόσωπα της επικαιρότητας, φιλοδοξεί να αναδείξει όχι μόνο θέσεις, στρατηγική και διλήμματα, αλλά και την αθέατη πλευρά των πρωταγωνιστών.

NON PAPER» ΜΕ ΤΟΝ **ΦΩΤΗ ΤΕΚΟ**

Από τη Λάρισα μέχρι τη λίστα Forbes



Άγνωστες πτυχές της ζωής, της προσωπικότητας και της διαδρομής του «Λαρισαίου» από τον Εύοσμο που κατάφερε να ξεχωρίσει στον χώρο της βιοχημείας και της επιχειρηματικότητας

Ο Φώτης Τέκος αποτελεί χαρακτηριστικό παράδειγμα της νέας γενιάς ανθρώπων που συνδυάζουν την επιστημονική γνώση με την επιχειρηματικότητα, την καινοτομία και τη δημιουργικότητα. Με αφετηρία τον Εύοσμο Θεσσαλονίκης και σταθμό ζωής τη Λάρισα, κατάφερε να χαράξει μια ξεχωριστή επαγγελματική πορεία, αποδεικνύοντας ότι η επιμονή, η αφοσίωση και η αγάπη για αυτό που κάνει μπορούν να οδηγήσουν σε σημαντικές διακρίσεις.
Σήμερα, ως διευθύνων σύμβουλος της εταιρείας Fudoxys, δραστηριοποιείται στον χώρο της επιστημονικής έρευνας, της ανάλυσης φυσικών προϊόντων και της ανάπτυξης καινοτόμων λύσεων, ενώ η επαγγελματική του διαδρομή έχει ξεπεράσει τα ελληνικά σύνορα. Η παρουσία του στη λίστα Forbes Under 30, με τους 30 σημαντικότερους Έλληνες κάτω των 30 ετών, αποτέλεσε μία από τις σημαντικότερες αναγνωρίσεις της μέχρι σήμερα πορείας του.

Γράφει ο **Τάσος Κουρκούμπας**

Η ιστορία του πολιτογραφημένου Λαρισαίου, Φώτη Τέκου δεν είναι απλώς η διαδρομή ενός νέου που κατάφερε να ξεχωρίσει στον επιστημονικό και επιχειρηματικό κόσμο. Είναι η ιστορία ενός ανθρώπου που δεν ακολούθησε απαραίτητα μια προκαθορισμένη πορεία, αλλά επέλεξε να επενδύσει σε όσα αγαπούσε πραγματικά.

Από τις παιδικές αναμνήσεις στον Εύοσμο της Θεσσαλονίκης και τα οικογενειακά αμπέλια στις Σέρρες, μέχρι τα πανεπιστημιακά εργαστήρια, τις διεθνείς συνεργασίες και τις επιχειρηματικές διακρίσεις, η πορεία του χαρακτηρίζεται από συνεχή αναζήτηση και εξέλιξη. Και ίσως αυτό που τον εκφράζει περισσότερο είναι η σκέψη του Αλμπέρ Καμύ με την οποία επέλεξε να κλείσει τη συζήτησή του: «Η πραγματική γενναιοδωρία προς το μέλλον είναι να τα δίνουμε όλα στο παρόν».

Γεννήθηκε και μεγάλωσε στον Εύοσμο Θεσσαλονίκης, μια περιοχή με έντονο νεανικό στοιχείο, όπου διαμορφώθηκαν οι πρώτες του αναμνήσεις, οι φιλίες και οι εμπειρίες που τον συνόδευσαν στην πορεία του. Φοίτησε στο 22ο Δημοτικό Σχολείο Ευόσμου, ενώ από μικρός συμμετείχε σε σχολικές εκδηλώσεις και θεατρικές παραστάσεις. Θυμάται ακόμη την απαγγελία του ποιήματος για τον Αθανάσιο Διάκο, αλλά και τον «Θούριο» του Ρήγα Φεραίου, που είχε παρουσιάσει στην έκτη Δημοτικού.

Η καταγωγή έχει αναφορές στη Θεσσαλονίκη, στον Πόντο, στη Μικρά Ασία και στις Σέρρες. Από την πλευρά του πατέρα του υπάρχουν ρίζες από την Άσσηρο Θεσσαλονίκης, ενώ η γιαγιά του ήταν Πόντια και έζησε τις δύσκολες στιγμές του ξεριζωμού. Από την πλευρά της μητέρας του, οι οικογενειακές καταβολές συνδέονται επίσης με τη Μικρά Ασία και άλλες περιοχές. Αυτή η πολυπολιτισμική οικογενειακή διαδρομή αποτελεί κομμάτι της ταυτότητάς του.

Ιδιαίτερη θέση στις αναμνήσεις του έχουν οι στιγμές στο χωριό, στη Σαμιά Σερρών, και κυρίως οι εικόνες με τον παππού και τη γιαγιά του στον αμπελώνα. Εκεί ήρθε σε επαφή με την καλλιέργεια της γης, το πάτημα των σταφυλιών και την παραδοσιακή παραγωγή κρασιού και τσίπουρου. Αυτές οι εμπειρίες συνέβαλαν στην αγάπη του για τη φύση, την αγροτική παραγωγή και την ποιότητα των ελληνικών προϊόντων.

Στα μαθητικά του χρόνια ασχολήθηκε ενεργά με το μπάσκετ. Το ταλέντο του στο άθλημα στάθηκε η αφορμή για τη μεταγραφή του στα Εκπαιδευτήρια Μαντουλίδη, όπου συνδύασε τον αθλητισμό με ένα διαφορετικό εκπαιδευτικό περιβάλλον. Ο ίδιος αναγνωρίζει ότι αυτή η εμπειρία τον βοήθησε να διευρύνει τους ορίζοντές του και να γνωρίσει νέους ανθρώπους και διαφορετικές προοπτικές.

Παρά τη μετέπειτα ακαδημαϊκή του πορεία, χαρακτηρίζει τον εαυτό του μέτριο μαθητή στα σχολικά χρόνια. Δεν αγαπούσε όλα τα μαθήματα και δεν είχε ιδιαίτερη επίδοση σε όσα δεν του προκαλούσαν ενδιαφέρον. Όλα άλλαξαν, όμως, όταν γνώρισε τη βιολογία μέσα από τον καθηγητή του, Παναγιώτη Δόλγκερα. Εκείνος κατάφερε να του μεταδώσει την αγάπη για την επιστήμη και να επηρεάσει καθοριστικά την επιλογή της μετέπειτα επαγγελματικής του πορείας.

Κατά τη διάρκεια των μαθητικών του χρόνων, είχε την ευκαιρία να συμμετέχει σε εκπαιδευτικά ταξίδια και να έρθει σε επαφή με σημαντικούς ανθρώπους του πολιτισμού και της δημοσιογραφίας. Παράλληλα, η συστηματική ανάγνωση βιβλίων, ακόμη και κατά τη διάρκεια των σχολικών διακοπών, καλλιέργησε την αγάπη του για τη λογοτεχνία. Μέχρι σήμερα θεωρεί ότι τα βιβλία αποτελούν έναν μοναδικό τρόπο να διευρύνει κανείς τη σκέψη και τη φαντασία του.

Η εγκατάστασή του στη Λάρισα έγινε με αφορμή τις πανεπιστημιακές του σπουδές. Η πρώτη του εντύπωση από την πόλη δεν ήταν ιδιαίτερα θετική, καθώς την είχε φανταστεί μεγαλύτερη και διαφορετική. Παρ' όλα αυτά, δεν σκέφτηκε ποτέ σοβαρά να εγκαταλείψει την προσπάθεια ή να επιστρέψει στη Θεσσαλονίκη. Με τα χρόνια, η Λάρισα έγινε ο τόπος με τον οποίο συνδέθηκε προσωπικά και επαγγελματικά, σε τέτοιο βαθμό ώστε σήμερα να δηλώνει ότι δεν την αλλάζει με τίποτα.

Σπούδασε στο Τμήμα Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Παρακολουθούσε ανελλιπώς τις διαλέξεις, ολοκλήρωσε τις σπουδές του σε τέσσερα χρόνια και πέρασε όλα τα μαθήματα με την πρώτη προσπάθεια. Η πρώτη του ουσιαστική επαφή με το εργαστήριο, μέσα από την πτυχιακή του εργασία, ήταν εκείνη που τον έκανε να καταλάβει ότι ήθελε να ακολουθήσει τον δρόμο της επιστημονικής έρευνας.

Μετά την ολοκλήρωση του μεταπτυχιακού του, είχε αποφασίσει να συνεχίσει την πορεία του στη Γερμανία, σε κλινική που εξειδικευόταν σε θεραπείες υποβοηθούμενης αναπαραγωγής. Ωστόσο, μια συζήτηση με τον καθηγητή του, Δημήτρη Κουρέτα, έμελλε να αλλάξει τα σχέδιά του. Ζητώντας μια συστατική επιστολή για τη θέση στη Γερμανία, άκουσε μια διαφορετική επαγγελματική πρόταση: να συμμετάσχει στην ανάπτυξη της FoodOxys. Η απάντησή του ήταν άμεση και θετική.

Η ένταξή του στη λίστα Forbes 30 Under 30 αποτέλεσε μία από τις πιο συγκινητικές στιγμές της ζωής του. Η διάκριση αυτή ήρθε ως αναγνώριση της επιστημονικής και επιχειρηματικής του δραστηριότητας. Ο ίδιος, ωστόσο, δεν αποδίδει την επιτυχία του σε ένα μεμονωμένο γεγονός, αλλά στη συστηματική προσπάθεια και στα διαδοχικά βήματα που τον οδήγησαν μέχρι εκεί.

Μέσα από τη δραστηριότητά του στη FoodOxys, εντόπισε μια σημαντική ευκαιρία αξιοποίησης των παραπροϊόντων της αγροδιατροφικής παραγωγής. Αντί να αντιμετωπίζονται ως απόβλητα, υλικά όπως τα υπολείμματα της ελιάς μπορούν να αξιοποιηθούν και να μετατραπούν σε χρήσιμα φυσικά συστατικά. Η ιδέα αυτή οδήγησε σε μια νέα επιχειρηματική δραστηριότητα, την Olea Fortius και σε συνεργασία με βελγική εταιρεία, με εξαγωγικό προσανατολισμό και παρουσία σε δεκάδες χώρες. Πρόκειται για μια προσέγγιση που συνδυάζει την προστασία του περιβάλλοντος, την αγροτική παραγωγή και την οικονομική ανάπτυξη.

Παρότι έχει συνεργαστεί στενά με τον καθηγητή και Περιφερειάρχη Θεσσαλίας Δημήτρη Κουρέτα και είχε ενεργό συμμετοχή στην προεκλογική του προσπάθεια, δεν έχει θέσει ως στόχο την πολιτική ενασχόληση. Θεωρεί ότι η ταυτόχρονη διοίκηση μιας επιχείρησης και η συμμετοχή στην πολιτική θα δημιουργούσαν ζητήματα ισορροπίας και αφοσίωσης. Δεν αποκλείει τίποτα για το μέλλον, ωστόσο αυτή την περίοδο οι στόχοι του παραμένουν προσανατολισμένοι στην επιχειρηματικότητα και την επιστημονική καινοτομία.

Με τον Δημήτρη Κουρέτα συνδέεται με σχέση ετών. Τον είχε καθηγητή, τον έχει πλέον συνέταιρο. Εντούτοις του απευθύνεται πάντα στον πληθυντικό. «Από θέμα σεβασμού στον δάσκαλο» όπως λέει.

Πέρα από την επιστήμη και τις επαγγελματικές υποχρεώσεις, έχει μια ιδιαίτερη σχέση με τη θάλασσα. Διαθέτει δίπλωμα χειριστή σκάφους και ασχολείται με τις θαλάσσιες εξορμήσεις, το ψάρεμα και τις καταδύσεις. Είναι πιστοποιημένος αυτοδύτης και αγαπά την εξερεύνηση του υποθαλάσσιου κόσμου, τον οποίο παρομοιάζει με έναν εντελώς διαφορετικό πλανήτη.

Μια λιγότερο γνωστή πλευρά της προσωπικότητάς του είναι η ενασχόλησή του με τη σκοποβολή. Η πρώτη του επαφή με το άθλημα προέκυψε από την παιδική του περιέργεια και τις εικόνες που είχε σχηματίσει μέσα από τον κινηματογράφο και τα παιδικά παιχνίδια. Στην πορεία ανακάλυψε ότι η σκοποβολή απαιτεί συγκέντρωση, αυτοσυγκράτηση και προσήλωση στον στόχο.

Στόχος τα 7.000 νέα δέντρα στη Λάρισα: Έχουν ήδη φυτευτεί περίπου 2.500 δέντρα, ενώ το πρόγραμμα συνεχίζεται σε κεντρικούς δρόμους και γειτονιές, με στόχο την ενίσχυση του αστικού πρασίνου και τη δημιουργία περισσότερων χώρων σκίασης



ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ ΠΡΑΣΙΝΟΥ ΒΑΙΟΣ ΚΥΡΙΤΣΑΚΑΣ

«Στόχος τα 7.000 νέα δέντρα στη Λάρισα – Έχουμε ήδη φυτεύσει 2.500»

Από τους 275 δημοτικούς λαχανόκηπους και τις νέες δεντροφυτεύσεις μέχρι την αναβάθμιση των συνοικιών και την αντιμετώπιση της θερμικής νησίδας – Ο σχεδιασμός της Δημοτικής Αρχής για περισσότερο πράσινο, η προστασία των δέντρων και οι παρεμβάσεις σε περισσότερες από 1.200 δεντροδόχους στο κέντρο της πόλης

Το Δίκτυο Απόδημων Λαρισαίων φιλοδοξεί να δημιουργήσει μια ουσιαστική, αμφίδρομη σχέση ανάμεσ Το αστικό πράσινο αποτελεί μία από τις σημαντικότερες παραμέτρους για την ποιότητα ζωής σε μια πόλη που δοκιμάζεται όλο και περισσότερο από τις υψηλές θερμοκρασίες και τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής. Για τη Λάρισα, η ενίσχυση των χώρων πρασίνου, η δημιουργία νέων δενδροστοιχιών, η συντήρηση των υφιστάμενων δέντρων και η ενεργοποίηση των πολιτών μέσα από οργανωμένες δράσεις αποτελούν βασικές προτεραιότητες της Δημοτικής Αρχής.

Συνέντευξη στη **Λόλα Γάτσιου**

Με στόχο τη φύτευση 7.000 νέων δέντρων μέχρι την ολοκλήρωση της δημοτικής θητείας, η Διεύθυνση Πρασίνου έχει ήδη προχωρήσει σε περίπου 2.500 δεντροφυτεύσεις, ενώ νέες παρεμβάσεις βρίσκονται σε εξέλιξη σε κεντρικούς δρόμους, πάρκα και συνοικίες. Την ίδια στιγμή, οι δημοτικοί λαχανόκηποι επιστρέφουν με 275 διαθέσιμα τεμάχια, δίνοντας τη δυνατότητα σε περισσότερους δημότες να καλλιεργήσουν τα δικά τους προϊόντα και να έρθουν σε επαφή με τη φύση.

Ο αντιδήμαρχος Πρασίνου του Δήμου Λαρισαίων, Δημήτρης Κυριτσάγκας, μιλά για τον σχεδιασμό της υπηρεσίας, τις νέες φυτεύσεις, τις ανάγκες συντήρησης του αστικού πρασίνου, αλλά και τους κανόνες που πρέπει να γνωρίζουν οι πολίτες για την προστασία των δημοτικών δέντρων.

Οι δημοτικοί λαχανόκηποι αποτελούν έναν θεσμό με κοινωνικό και περιβαλλοντικό αποτύπωμα. Ποια είναι η φετινή πρόβλεψη και ποιοι μπορούν να συμμετάσχουν στο πρόγραμμα;

Ο δημοτικός λαχανόκηπος εκτείνεται σε περίπου 20 στρέμματα και αποτελείται από 275 τεμάχια, τα οποία θα διατεθούν στους πολίτες μετά την ολοκλήρωση της διαδικασίας υποβολής και αξιολόγησης των αιτήσεων. Η προκήρυξη έχει ήδη ανακοινωθεί και οι αιτήσεις θα γίνονται δεκτές έως τις 17 Δεκεμβρίου.

Στη συνέχεια θα εξεταστούν τα δικαιολογητικά και θα προχωρήσουμε στη διάθεση των τεμαχίων, ώστε οι δικαιούχοι να μπορέσουν να ασχοληθούν με την καλλιέργεια και να αξιοποιήσουν δημιουργικά τον ελεύθερο χρόνο τους στη φύση. Είναι ένας θεσμός που έχει αποδείξει ότι συγκεντρώνει μεγάλο ενδιαφέρον από τους πολίτες. Οι συμβάσεις ανανεώνονται κάθε δύο χρόνια, δίνοντας τη δυνατότητα σε περισσότερους ανθρώπους να συμμετάσχουν, καθώς ορισμένοι από τους προηγούμενους δικαιούχους ενδεχομένως δεν επιθυμούν να συνεχίσουν.

Υπάρχουν συγκεκριμένα κοινωνικά και οικονομικά κριτήρια για την επιλογή των δικαιούχων;

Υπάρχουν συγκεκριμένα κριτήρια, τα οποία περιγράφονται στην αίτηση και στα απαιτούμενα δικαιολογητικά. Οι ενδιαφερόμενοι θα πρέπει να προσκομίσουν φωτοτυπία αστυνομικής ταυτότητας, εκκαθαριστικό της εφορίας του 2025, πιστοποιητικό οικογενειακής κατάστασης και, εφόσον υπάρχει, κάρτα ανεργίας. Παράλληλα, προβλέπεται προτεραιότητα για συγκεκριμένες κοινωνικές ομάδες, όπως οι πολύτεκνες και οι μονογονεϊκές οικογένειες, καθώς και άλλες ευπαθείς κατηγορίες. Η οικονομική κατάσταση των ενδιαφερομένων λαμβάνεται επίσης υπόψη κατά την αξιολόγηση. Όλοι οι πολίτες έχουν τη δυνατότητα να υποβάλουν αίτηση, αλλά η διάθεση των τεμαχίων θα γίνει με βάση τα προβλεπόμενα κριτήρια και τις προτεραιότητες.

Πώς λειτουργούν οι λαχανόκηποι και ποιες υποχρεώσεις αναλαμβάνουν οι δικαιούχοι;

Κάθε τεμάχιο είναι περίπου 50 τετραγωνικά μέτρα και προορίζεται αποκλειστικά για προσωπική χρήση. Δεν υπάρχει δυνατότητα εμπορικής εκμετάλλευσης των προϊόντων. Οι δικαιούχοι μπορούν να καλλιεργούν λαχανικά που καλύπτουν τις ανάγκες του νοικοκυριού τους, όπως ντομάτες, μαρούλια και άλλα εποχικά προϊόντα. Η προετοιμασία του εδάφους, η φροντίδα των καλλιεργειών και το πότισμα αποτελούν ευθύνη των ίδιων των πολιτών. Μάλιστα, για την εξοικονόμηση νερού, το πότισμα πρέπει να γίνεται αποκλειστικά με σύστημα σταγόνας. Υπάρχουν επίσης περιορισμοί ως προς το είδος των φυτών που μπορούν να καλλιεργηθούν, καθώς δεν επιτρέπονται καλλιέργειες που αναπτύσσονται σε υπερβολικό ύψος και δημιουργούν προβλήματα στους γειτονικούς χώρους. Ο λαχανόκηπος έχει και εκπαιδευτική διάσταση. Δεκάδασε επισκέψεις σχολείων, με στελέχη της υπηρεσίας Πρασίνου να ενημερώνουν τα παιδιά για τις καλλιέργειες και τις εργασίες που πραγματοποιούνται. Είναι σημαντικό οι νεότερες γενιές να γνωρίζουν από κοντά τη διαδικασία παραγωγής των τροφίμων και τη σημασία της επαφής με τη φύση.

Ένα από τα βασικά στοιχήματα της Δημοτικής Αρχής είναι η ενίσχυση του πρασίνου. Πού βρίσκεται σήμερα το πρόγραμμα δεντροφυτεύσεων και πόσο εφικτός είναι ο στόχος των 7.000 νέων δέντρων;

Όπως έχει αναφέρει και ο δήμαρχος, ο στόχος της Δημοτικής Αρχής είναι να φυτευτούν 7.000 νέα δέντρα μέχρι την ολοκλήρωση της δημοτικής θητείας. Θεωρώ ότι είναι ένας απολύτως εφικτός στόχος. Μέχρι σήμερα έχουν πραγματοποιηθεί περίπου 2.500 δεντροφυτεύσεις και συνεχίζουμε με τη βιομηχανία ζωμαρικών Κίκιζας, στο πλαίσιο της οποίας πραγματοποιήθηκε δεντροφύτευση από την περιοχή του Αγίου Θωμά μέχρι τη Διαιάλ, με περίπου 180 έως 190 νέα δέντρα.

Οι παρεμβάσεις συνεχίστηκαν στην οδό Σανδράκη, από την περιοχή της Διαιάλ προς τον κυκλικό κόμβο του Αλκαζάρ, ενώ προγραμματίστηκε η ολοκλήρωση των φυτεύσεων και στην απέναντι πλευρά, με επιπλέον περίπου 180 δέντρα. Επιλέγουμε είδη όπως πλατάνια, τάμαριξ και μουριές, τα οποία μπορούν να προσφέρουν σκίαση κατά τους καλοκαιρινούς μήνες και να βελτιώσουν αισθητά την εικόνα των διαδρομών που χρησιμοποιούν καθημερινά οι πολίτες.

Πόσο σημαντική είναι η συμμετοχή των πολιτών, των σχολείων και των συλλόγων σε αυτές τις δράσεις;

Η ανταπόκριση είναι ιδιαίτερα θετική. Βλέπουμε ανθρώπους που έρχονται στις δεντροφυτεύσεις, παιδιά που θέλουν να συμμετάσχουν και σχολεία που ζητούν να οργανώσουμε κοινές δράσεις. Έχουμε πραγματοποιήσει φυτεύσεις με τα ΚΑΠΗ, ενώ συνεργαζόμαστε με σχολικές μονάδες σε δράσεις στο πάρκο Χατζηχαλάρ.

Η συμμετοχή αυτή έχει μεγάλη αξία, γιατί οι πολίτες δεν παρακολουθούν απλώς μια παρέμβαση του Δήμου, αλλά γίνονται οι ίδιοι μέρος της προσπάθειας. Θέλω, επίσης, να αναγνωρίσω τη δουλειά των εργαζομένων της υπηρεσίας Πρασίνου, οι οποίοι καταβάλλουν μεγάλη προσπάθεια, συχνά κάτω από δύσκολες συνθήκες, για να υλοποιήσουν τις φυτεύσεις και να διατηρήσουν τους χώρους σε καλή κατάσταση. Παράλληλα, έχουν ολοκληρωθεί σημαντικές παρεμβάσεις στην περιοχή των Αμπελοκήπων, από τον κήπο των Αμπελοκήπων μέχρι τα ΚΕΠ στην αεροδρομίου, όπου δημιουργήθηκαν νέοι διάδρομοι και φυτεύτηκαν περίπου 700 δέντρα. Πρόκειται για μια παρέμβαση που αναβαθμίζει την περιοχή και δημιουργεί έναν νέο χώρο πρασίνου και περιπάτου για τους κατοίκους.

Υπάρχουν συχνά αντιδράσεις από πολίτες όταν ένα παλιό δέντρο απομακρύνεται από έναν δρόμο ή μια πλατεία. Με ποια διαδικασία αποφασίζεται η κοπή ενός δέντρου και υπάρχει πρόβλεψη αντικατάστασής του;

Κανένα δέντρο δεν κόβεται αυθαίρετα. Πριν από οποιαδήποτε απόφαση, πραγματοποιείται έλεγχος από τριμελή επιτροπή της υπηρεσίας, η οποία εξετάζει την κατάσταση του δέντρου και εάν μπορεί να παραμείνει στο σημείο με ασφάλεια.

Συνήθως απομακρύνονται δέντρα που έχουν ξεραθεί, παρουσιάζουν ασθένειες ή έχουν καταστεί επικίνδυνα για τους πολίτες. Πρέπει να κατανοήσουμε ότι και τα δέντρα έχουν τον δικό τους κύκλο ζωής. Μεγαλώνουν, γερνούν και σε ορισμένες περιπτώσεις δημιουργούνται προβλήματα που απαιτούν παρέμβαση. Ιδιαίτερα όταν ακολουθούν έντονα καιρικά φαινόμενα, η κατάσταση ενός δέντρου μπορεί να δημιουργήσει κινδύνους.

Η ασφάλεια των πολιτών είναι βασική προτεραιότητα. Όπου υπάρχει ανάγκη απομάκρυνσης ενός δέντρου, εξετάζεται η δυνατότητα νέας φύτευσης, ώστε να διατηρείται και να ενισχύεται το πράσινο της πόλης.

Μπορεί ένας κάτοικος να κόψει ή να παρέμβει σε ένα δέντρο που βρίσκεται έξω από την κατοικία του, επειδή ενδεχομένως τον ενοχλεί;

Όχι. Αυτό απαγορεύεται. Τα δέντρα που βρίσκονται σε κοινόχρηστους χώρους, έξω από τις ιδιωτικές κατοικίες, ανήκουν στη διαχείριση του Δήμου και η φροντίδα τους αποτελεί αρμοδιότητα της υπηρεσίας Πρασίνου. Η σχετική κανονιστική προβλέπει πρόστιμα για όσους παρεμβαίνουν αυθαίρετα σε αυτά. Το ύψος του προστίμου εξαρτάται από την περίπτωση και από χαρακτηριστικά όπως η ηλικία του δέντρου. Επομένως, εάν κάποιος διαπιστώσει ότι ένα δέντρο χρειάζεται κλάδεμα, παρουσιάζει κάποιο πρόβλημα ή ενδεχομένως δημιουργεί κίνδυνο, πρέπει να απευθυνθεί στον Δήμο και όχι να επιχειρήσει να επέμβει μόνος του. Θα ήθελα, επίσης, να επισημάνω ότι πρέπει να προστατεύουμε τα δέντρα ακόμη και στους ιδιωτικούς μας χώρους.

Δεν μπορούμε να ζητάμε περισσότερο πράσινο στην πόλη και ταυτόχρονα να απομακρύνουμε τα δέντρα από τις αυλές μας επειδή ρίχνουν φύλλα. Το καλοκαίρι, όταν οι θερμοκρασίες είναι ιδιαίτερα υψηλές, η σκιά ενός δέντρου είναι πολύτιμη. Δεν αρκεί μόνο το κλιματιστικό. Χρειάζεται και η φυσική σκίαση.

275 δημοτικοί λαχανόκηποι για τους πολίτες: Η νέα προκήρυξη δίνει τη δυνατότητα σε δημότες να αποκτήσουν δικό τους χώρο καλλιέργειας, με κοινωνικά κριτήρια και προτεραιότητα σε ευάλωτες ομάδες, ενισχύοντας παράλληλα την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση και τη συμμετοχή των πολιτών





Πόσο μεγάλη είναι η έκταση που καλείται να διαχειριστεί καθημερινά η Διεύθυνση Πρασίνου και ποιες είναι οι μεγαλύτερες δυσκολίες;

Οι ανάγκες είναι διαρκείς και η υπηρεσία έχει ένα ιδιαίτερα μεγάλο αντικείμενο. Η Λάρισα διαθέτει περίπου 18.000 έως 19.000 δέντρα στις δεντροστοιχίες της και επιπλέον 25.000 έως 27.000 δέντρα σε πλατείες και άλλους χώρους πρασίνου. Ανταλαμβάνεται κανείς τον όγκο της δουλειάς που απαιτείται για τη συντήρηση, το κλάδεμα, την άρδευση και τον έλεγχο όλων αυτών των δέντρων.

Ένα σημαντικό ζήτημα είναι η στελέχωση. Οι ανάγκες της υπηρεσίας είναι μεγάλες και θα θέλαμε να υπάρχει η δυνατότητα πρόσληψης μόνιμου προσωπικού. Η Διεύθυνση Πρασίνου δεν διαθέτει τις ίδιες δυνατότητες με άλλες δημοτικές υπηρεσίες που έχουν ανταποδοτικό χαρακτήρα και μπορούν να καλύπτουν ευκολότερα τις ανάγκες τους σε προσωπικό. Έτσι, προσπαθούμε να ανταποκριθούμε με το υπάρχον ανθρώπινο δυναμικό και με εργολαβίες που αναλαμβάνουν συγκεκριμένα τμήματα των εργασιών.

Παράλληλα, υπάρχουν και αντικειμενικές δυσκολίες, όπως τα καιρικά φαινόμενα, που συχνά ανατρέπουν τον προγραμματισμό των εργασιών. Το κλάδεμα, για παράδειγμα, απαιτεί συγκεκριμένες συνθήκες και όταν ο καιρός δεν το επιτρέπει, οι παρεμβάσεις καθυστερούν.

Πώς μπορούν οι πολίτες να ενημερώνουν την υπηρεσία για προβλήματα που εντοπίζουν στις γειτονιές τους;

Υπάρχει το κεντρικό σύστημα Novoville, στο οποίο συγκεντρώνονται τα αιτήματα των πολιτών και στη συνέχεια προωθούνται στις αρμόδιες υπηρεσίες. Παράλληλα, οι δημότες μπορούν να απευθύνονται απευθείας στη Διεύθυνση Πρασίνου, αναφέροντας συγκεκριμένα προβλήματα που εντοπίζουν. Εξετάζουμε τα αιτήματα και προσπαθούμε να ανταποκριθούμε όσο το δυνατόν καλύτερα. Πρέπει, ωστόσο, να γίνει κατανοητό ότι δεν είναι εφικτό να πραγματοποιούνται όλες οι παρεμβάσεις ταυτόχρονα. Υπάρχει ένας πολύ μεγάλος αριθμός δέντρων και καθημερινές ανάγκες σε ολόκληρη την πόλη. Η υπηρεσία αξιολογεί τις προτεραιότητες και επιδιώκει να αντιμετωπίζει πρώτα τα ζητήματα που είναι πιο επείγοντα και συνδέονται με την ασφάλεια και τη λειτουργικότητα των δημόσιων χώρων.

Υπάρχει σχεδιασμός για περισσότερες εκπαιδευτικές δράσεις, ώστε τα παιδιά να γνωρίσουν το περιβάλλον και να συμμετέχουν ενεργά στη φροντίδα του

Υπάρχει συνεχής επικοινωνία με τα σχολεία και είμαστε ανοιχτοί σε οργανωμένες συνεργασίες. Οι μαθητές μπορούν να επισκέπτονται το φυτώριο του Δήμου, όπου παράγονται φυτά από την υπηρεσία, να συμμετέχουν σε δεντροφυτεύσεις ή να επισκέπτονται χώρους όπως ο Ιπποκράτειος Τόπος και ο βοτανικός κήπος στο Αλκαζάρ.

Όταν υπάρχει ενδιαφέρον από μια σχολική μονάδα, προσπαθούμε να οργανώσουμε τη δράση ανάλογα με τις δυνατότητές μας. Μπορούμε επίσης να διαθέσουμε φυτά και λουλούδια για σχολικές παρεμβάσεις, στο μέτρο που το επιτρέπει η λειτουργία του δημοτικού φυτωρίου. Είναι σημαντικό τα παιδιά να μεγαλώνουν με περιβαλλοντική συνείδηση και να αντιλαμβάνονται ότι το πράσινο δεν είναι απλώς διακόσμηση, αλλά απαραίτητο στοιχείο της καθημερινότητάς μας.

Τελικά, ποιο είναι το μεγαλύτερο στοίχημα για το πράσινο της Λάρισας τα επόμενα χρόνια;

Θέλουμε να πρασινίσει ακόμη περισσότερο η πόλη και να αξιοποιήσουμε κάθε διαθέσιμο χώρο. Υπάρχουν περισσότερες από 1.200 δεντροδόχοι στο κέντρο της Λάρισας που χρειάζονται νέες φυτεύσεις, ενώ αντίστοιχες ανάγκες υπάρχουν και στις συνοικίες. Στόχος μας είναι να καλύψουμε όσο το δυνατόν περισσότερα από αυτά τα κενά, ιδιαίτερα κατά τη χειμερινή περίοδο που οι συνθήκες είναι ευνοϊκότερες για τις δεντροφυτεύσεις.

Η προσπάθεια δεν περιορίζεται στην εικόνα του κέντρου. Θέλουμε κάθε γειτονιά να έχει περισσότερο πράσινο, περισσότερη σκιά και χώρους στους οποίους οι πολίτες, τα παιδιά και οι μεγαλύτεροι άνθρωποι θα μπορούν να περπατούν και να απολαμβάνουν το περιβάλλον. Το στοίχημα των 7.000 δέντρων είναι σημαντικό, αλλά εξίσου σημαντικό είναι να φροντίσουμε όσα ήδη έχουμε φυτεύσει. Να τα συντηρούμε, να τα ποτίζουμε και να διασφαλίζουμε ότι θα αναπτυχθούν σωστά.

Η Λάρισα χρειάζεται περισσότερο πράσινο και αυτή είναι μια προσπάθεια στην οποία πρέπει να συμμετέχουμε όλοι. Η στην πόλη και τους ανθρώπους της που ζουν μακριά της. Η ιδέα, οι πρώτες εγγραφές, η ακαδημαϊκή δικτύωση, οι συνεργασίες και οι δράσεις που οχεδιάζονται για το επόμενο διάστημα.

1.562 παραβάσεις της νομοθεσίας για την ενδοοικογενειακή βία καταγράφηκαν στη Θεσσαλία το 2025, έναντι 1.201 το 2024, σημειώνοντας αύξηση περίπου 30%. Πρωτιά στη Λάρισα με 556 καταγραφές, ακολουθούν η Καρδίτσα με 423, η Μαγνησία με 380 και τα Τρίκαλα με 203



ΒΙΑ ΚΑΤΑ ΤΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Οι καταγγελίες και τα εγκλήματα που συγκλονίζουν στη Θεσσαλία

Περισσότερες από 1.500 καταγεγραμμένες παραβάσεις της νομοθεσίας για την ενδοοικογενειακή βία το 2025, ενώ τα στοιχεία των αστυνομικών και κοινωνικών υπηρεσιών αποτυπώνουν ένα πρόβλημα με πολλές και συχνά αθέατες διαστάσεις

Η βία κατά των γυναικών δεν είναι ένα φαινόμενο που περιορίζεται σε μεμονωμένες υποθέσεις, ούτε μια πραγματικότητα που αφορά μόνο τις μεγάλες πόλεις. Στη Θεσσαλία, από τη Λάρισα και τον Βόλο μέχρι την Καρδίτσα και τα Τρίκαλα, οι καταγγελίες για ενδοοικογενειακή βία, οι επιθέσεις, οι απειλές, η σωματική και ψυχολογική κακοποίηση συνθέτουν μια ιδιαίτερα ανησυχητική εικόνα.

Γράφει η Λόλα Γάτσιου

Πίσω από τους αριθμούς βρίσκονται γυναίκες που βιώνουν καθημερινά τον φόβο, που δυσκολεύονται να απομακρυνθούν από ένα κακοποιητικό περιβάλλον, που συχνά φοβούνται να μιλήσουν ή να καταγγείλουν τον άνθρωπο που βρίσκεται δίπλα τους. Σε ορισμένες περιπτώσεις, η βία κλιμακώνεται και αποκτά τραγική κατάληξη. Με αφορμή τη Διεθνή Ημέρα για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών, στις 25 Νοεμβρίου, το ζήτημα επανέρχεται στο προσκήνιο με επιτακτικό τρόπο. Η καταγραφή των υποθέσεων που δημοσιοποιήθηκαν στη Θεσσαλία κατά το τελευταίο δωδεκάμηνο, από τις 15 Νοεμβρίου 2025 έως τις 15 Νοεμβρίου 2026, αναδεικνύει την ανάγκη για ουσιαστική προστασία των θυμάτων, έγκαιρη παρέμβαση και αποτελεσματική αντιμετώπιση των δραστών.

Χρειάζεται, ωστόσο, μια σημαντική διευκρίνιση: δεν υπάρχει δημόσια, ενιαία και πλήρης καταγραφή όλων των περιστατικών βίας κατά των γυναικών ανά νομό και ημερομηνία. Επομένως, τα δημοσιογραφικά καταγεγραμμένα εγκλήματα δεν μπορούν να παρουσιαστούν ως το σύνολο όσων συνέβησαν στην περιοχή.

Περισσότερες από 1.500 παραβάσεις σε έναν χρόνο

Ιδιαίτερα αποκαλυπτικά είναι τα στοιχεία που αφορούν την ενδοοικογενειακή βία στη Θεσσαλία. Σύμφωνα με τους πίνακες της Ελληνικής Αστυνομίας, όπως δημοσιοποιήθηκαν τον Οκτώβριο του 2026, το 2025 καταγράφηκαν συνολικά 1.562 παραβάσεις της νομοθεσίας περί ενδοοικογενειακής βίας, έναντι 1.201 το 2024. Πρόκειται για αύξηση περίπου 30%.

Η κατανομή ανά αστυνομική διεύθυνση παρουσιάζει ενδιαφέρον:

Στη Λάρισα καταγράφηκαν 556 παραβάσεις. Στη Μαγνησία 380. Στην Καρδίτσα 423. Στα Τρίκαλα 203.

Στα Τρίκαλα, μάλιστα, οι καταγραφές αυξήθηκαν από 163 το 2024 σε 203 το 2025, σημειώνοντας άνοδο περίπου 24,5%.

Οι αριθμοί αφορούν παραβάσεις της σχετικής νομοθεσίας και όχι κατ' ανάγκη ισάριθμες διαφορετικές γυναίκες ή ισάριθμες ανεξάρτητες υποθέσεις. Αποτυπώνουν, ωστόσο, το μέγεθος της αστυνομικής δραστηριότητας γύρω από ένα πρόβλημα που εξακολουθεί να απασχολεί έντονα την κοινωνία.

642 δικογραφίες και 401 συλλήψεις στην Καρδίτσα από την έναρξη λειτουργίας του Γραφείου Αντιμετώπισης Ενδοοικογενειακής Βίας, τον Ιούνιο του 2024, έως τον Νοέμβριο του 2025. Παράλληλα, χορηγήθηκαν 109 συσκευές Panic Button και 34 θύματα μεταφέρθηκαν σε ασφαλείς χώρους φιλοξενία



Μαγνησία: Εκατοντάδες υποθέσεις και δεκάδες γυναίκες με Panic Button

Στον Βόλο και ευρύτερα στη Μαγνησία, τα στοιχεία που είχαν παρουσιαστεί τον Νοέμβριο του 2025 αποτύπωναν ήδη τη μεγάλη έκταση του φαινομένου. Σύμφωνα με τα στοιχεία του Γραφείου Αντιμετώπισης Ενδοοικογενειακής Βίας της Διεύθυνσης Αστυνομίας Μαγνησίας, κατά το πρώτο δεκάμηνο του 2025 είχαν καταγραφεί 346 υποθέσεις, έναντι 307 το 2024 και 184 το 2023.

Ανησυχητική ήταν και η εικόνα από τη χρήση του Panic Button. Το 2024 είχαν εγκατασταθεί την εφαρμογή 40 γυναίκες και ένας άνδρας, ενώ το 2025 ο αριθμός έφτασε τις 58 γυναίκες και τους επτά άνδρες.

Παράλληλα, σύμφωνα με στοιχεία που δημοσιοποιήθηκαν από τη συλλογικότητα «Μαχητικές και Ελεύθερες Βόλου», οι καταγγελίες για έμφυλη βία στη Μαγνησία κατά το πρώτο εννιάμηνο του 2025 ανήλθαν σε 288, έναντι 237 την αντίστοιχη περίοδο του 2024.

Τα στοιχεία αυτά αφορούν διαφορετικές κατηγορίες καταγραφών και δεν πρέπει να αθροίζονται μεταξύ τους. Αποτυπώνουν, όμως, την αυξημένη ανάγκη για προστασία και υποστήριξη των γυναικών.

Καρδίτσα: 642 δικογραφίες και 401 συλλήψεις

Ιδιαίτερα σημαντικά είναι και τα στοιχεία από το Γραφείο Αντιμετώπισης Ενδοοικογενειακής Βίας του Αστυνομικού Τμήματος Καρδίτσας.

Σύμφωνα με όσα παρουσίασε ο προϊστάμενος του Γραφείου, αστυνόμος Β΄ Γιώργος Τσιουρής, από την έναρξη λειτουργίας της υπηρεσίας, στις 10 Ιουνίου 2024, μέχρι τις 28 Νοεμβρίου 2025, είχαν σχηματιστεί 642 δικογραφίες και είχαν πραγματοποιηθεί 401 συλλήψεις.

Στο ίδιο διάστημα είχαν χορηγηθεί 109 συσκευές Panic Button, ενώ 34 θύματα είχαν μεταφερθεί σε ασφαλή χώρο φιλοξενίας (Safe House).

Η εικόνα από τις κοινωνικές δομές είναι εξίσου χαρακτηριστική. Περίπου 370 γυναίκες είχαν απευθυνθεί στο Συμβουλευτικό Κέντρο του Κέντρου Γυναικών Καρδίτσας, εκ των οποίων οι 67 μέσα στο 2025, σύμφωνα με τα στοιχεία που παρουσιάστηκαν τον Νοέμβριο εκείνης της χρονιάς.

Η παρέμβαση των υπηρεσιών δεν περιορίζεται στην καταγραφή μιας καταγγελίας. Περιλαμβάνει συμβουλευτική, υποστήριξη, ενημέρωση για τα δικαιώματα των γυναικών και, όταν απαιτείται, ασφαλή απομάκρυνση από το περιβάλλον στο οποίο κινδυνεύουν.

Οι βιασμοί που έφτασαν στις δικαστικές αίθουσες

Μία από τις ιδιαίτερα σοβαρές υποθέσεις που απασχόλησαν τη Θεσσαλία και επανήλθαν στην επικαιρότητα τον Νοέμβριο του 2026 αφορά έναν 25χρονο από την Καρδίτσα, ο οποίος κατηγορείται για βιασμούς δύο γυναικών.

Σύμφωνα με το δημοσίευμα της Θεσσαλίας Τηλεόρασης, οι δύο καταγγελλόμενες επιθέσεις φέρονται να σημειώθηκαν τον Ιανουάριο και τον Απρίλιο του 2025, όταν ο κατηγορούμενος είχε ήδη αφεθεί ελεύθερος με περιοριστικούς όρους για άλλη υπόθεση βιασμού.

Η μία γυναίκα ήταν 27 ετών. Σύμφωνα με την καταγγελία, ο άνδρας την ακολούθησε μέχρι την πολυκατοικία όπου διέμενε, μπήκε μαζί της στο ασανσέρ και φέρεται να το απενεργοποίησε, προχωρώντας στη σεξουαλική επίθεση. Η δεύτερη γυναίκα ήταν 17 ετών. Κατά την καταγγελία, όταν του ανακοίνωσε ότι δεν επιθυμούσε να συνεχίσουν τη σχέση τους, εκείνος την ξυλοκόπησε και τη βίασε. Στην ίδια υπόθεση αναφέρεται ότι την κράτησε για κάποιο διάστημα χωρίς τη θέλησή της σε κατοικία.

Ο 25χρονος είχε καταδικαστεί τον Αύγουστο του 2025 σε κάθειρξη δέκα ετών για την προηγούμενη υπόθεση βιασμού και κρατούνταν στις φυλακές Γρεβενών.

Η συγκεκριμένη υπόθεση χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή στη χρονολογική καταγραφή: οι καταγγελλόμενες πράξεις τοποθετούνται στο 2025 και όχι στο τελευταίο δωδεκάμηνο που εξετάζει το παρόν ρεπορτάζ. Η δικαστική εξέλιξη της, όμως, τον Νοέμβριο του 2026 υπενθυμίζει τη σοβαρότητα των περιστατικών σεξουαλικής βίας και την ανάγκη προστασίας των θυμάτων.

Η σιωπή που προηγείται της κακοποίησης

Ένα από τα σημαντικότερα ζητήματα που αναδεικνύονται μέσα από τις υποθέσεις ενδοοικογενειακής βίας είναι ότι η σωματική επίθεση συχνά δεν αποτελεί το πρώτο επεισόδιο.

Προηγούνται απειλές, εξευτελισμοί, εκφοβισμός, οικονομικός έλεγχος, απομόνωση από συγγενείς και φίλους, παρακολούθηση του κινητού τηλεφώνου και περιορισμός της ελευθερίας της γυναίκας. Πρόκειται για μορφές κακοποίησης που δεν αφήνουν πάντοτε ορατά σημάδια, αλλά μπορούν να δημιουργήσουν ένα ασφυκτικό περιβάλλον εξάρτησης και φόβου.

Η δυσκολία απομάκρυνσης από τον κακοποιητή συνδέεται συχνά με την οικονομική ανασφάλεια, την ύπαρξη ανήλικων παιδιών, την κοινωνική πίεση και τον φόβο για την επόμενη ημέρα. Η ανάγκη ενίσχυσης των δομών υποστήριξης είναι επομένως καθοριστική. Η ύπαρξη ξενώνων φιλοξενίας, συμβουλευτικών κέντρων, εξειδικευμένων αστυνομικών υπηρεσιών και νομικής συνδρομής μπορεί να αποδειχθεί σωτήρια.

Στη Θεσσαλία λειτουργούν δομές υποστήριξης γυναικών, μεταξύ άλλων στη Λάρισα και στην Καρδίτσα, ενώ η Περιφέρεια έχει αναφερθεί και στη λειτουργία ξενώνων φιλοξενίας σε Λάρισα και Βόλο.

Η 25η Νοεμβρίου δεν είναι απλώς μια συμβολική ημέρα

Η Διεθνής Ημέρα για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών αποτελεί μια αφορμή για να ακουστούν οι γυναίκες που μέχρι σήμερα δεν έχουν βρει τη δύναμη ή την ασφάλεια να μιλήσουν.

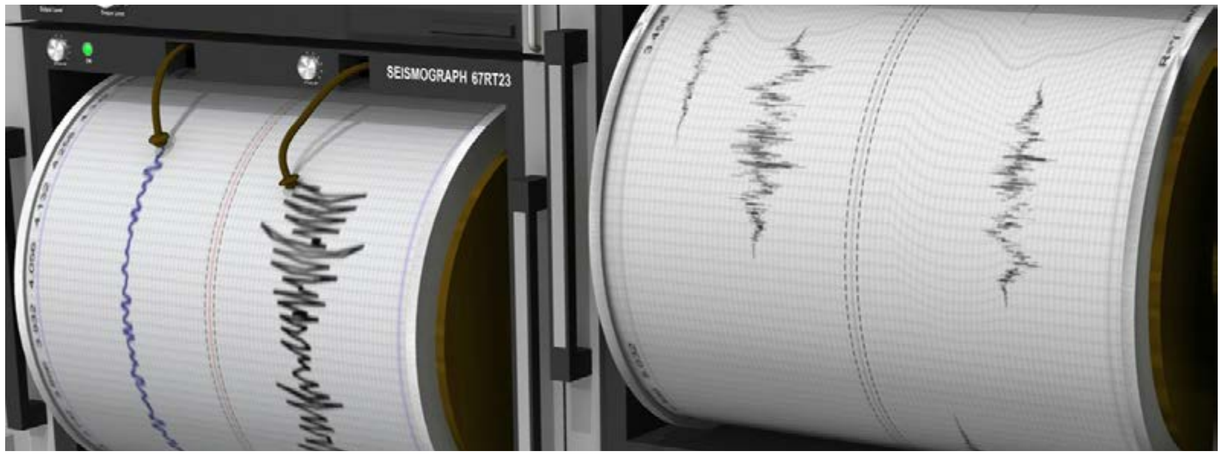
Το ζητούμενο δεν είναι μόνο να αυξηθούν οι καταγγελίες, αλλά να υπάρχει ένα σύστημα που θα μπορεί να τις αντιμετωπίζει αποτελεσματικά. Να μην αφήνεται καμία γυναίκα μόνη απέναντι στον φόβο, να αξιολογούνται εγκαίρως οι απειλές και να υπάρχει συνέχεια στην προστασία της μετά την πρώτη παρέμβαση.

Η ενημέρωση της κοινωνίας, η εκπαίδευση των νέων στον σεβασμό και στην ισότητα, η αναγνώριση των πρώτων ενδείξεων κακοποίησης και η άμεση κινητοποίηση των αρμόδιων υπηρεσιών αποτελούν βασικές προϋποθέσεις για να περιοριστεί το φαινόμενο.

Γιατί κάθε καταγγελία που ακούγεται μπορεί να αποτελέσει μια ευκαιρία προστασίας. Και κάθε γυναίκα που ζητά βοήθεια πρέπει να γνωρίζει ότι δεν είναι μόνη.



Πέντε χρόνια μετά τους σεισμούς του 2021, ο Δήμος Λαρισαίων διοργανώνει εκδήλωση απολογισμού για την αντισεισμική ετοιμότητα, με τη συμμετοχή επιστημόνων, μηχανικών και εκπροσώπων της Πολιτικής Προστασίας και της Πυροσβεστικής



ΣΕΙΣΜΟΣ 2021

Το στοίχημα της αντισεισμικής θωράκισης στη Λάρισα

Επιστήμονες και στελέχη που έζησαν τη διαχείριση της κρίσης καταθέτουν την εμπειρία τους

Πέντε και πλέον χρόνια μετά τους ισχυρούς σεισμούς του Μαρτίου του 2021, που αναστάτωσαν τη Λάρισα και ολόκληρη τη Θεσσαλία, το ερώτημα για το επίπεδο αντισεισμικής ετοιμότητας της περιοχής παραμένει επίκαιρο. Τι μάθαμε από εκείνες τις δύσκολες ημέρες; Πόσο αποτελεσματικός αποδείχθηκε ο μηχανισμός Πολιτικής Προστασίας; Ποιες αδυναμίες εντοπίστηκαν και, κυρίως, σε ποιον βαθμό έχουν αξιοποιηθεί σήμερα τα συμπεράσματα εκείνης της εμπειρίας;

Τα ερωτήματα αυτά βρίσκονται στο επίκεντρο της εκδήλωσης που διοργανώνει ο Δήμος Λαρισαίων την Πέμπτη 26 Νοεμβρίου, στις 6 το απόγευμα, στην αίθουσα εκδηλώσεων του κτηρίου της ΔΕΥΑΛ, με τίτλο «Σεισμός 2021 – Τι μάθαμε, πόσο έτοιμοι είμαστε σήμερα». Πρόκειται για μια πρωτοβουλία ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των πολιτών, η οποία επιχειρεί να συνδέσει την εμπειρία του παρελθόντος με τις σημερινές ανάγκες πρόληψης και σχεδιασμού. Οι σεισμικές δονήσεις του Μαρτίου του 2021 αποτέλεσαν μια μεγάλη δοκιμασία για τις τοπικές κοινωνίες, τις δημόσιες υπηρεσίες και τους μηχανισμούς αντιμετώπισης έκτακτων καταστάσεων. Οι επιπτώσεις δεν περιορίστηκαν στις ζημιές που καταγράφηκαν σε κατοικίες, δημόσια κτίρια και άλλες υποδομές. Η καθημερινότητα χιλιάδων ανθρώπων ανατράπηκε, ενώ αναδείχθηκε με έντονο τρόπο η ανάγκη για άμεση κινητοποίηση, σωστή πληροφόρηση και αποτελεσματική συνεργασία όλων των εμπλεκόμενων φορέων. Εκείνες τις ώρες, η διαχείριση της κρίσης απαιτούσε συνεχή παρουσία στο πεδίο, ελέγχους σε κτίρια, καταγραφή των προβλημάτων και αντιμετώπιση των αναγκών που δημιουργήθηκαν. Παράλληλα, οι αρμόδιες υπηρεσίες κλήθηκαν να διαχειριστούν την ανησυχία των πολιτών, την ανάγκη προσωρινής στέγασης σε περιπτώσεις όπου κρίθηκε απαραίτητο, αλλά και την αποκατάσταση της ομαλότητας σε περιοχές που δοκιμάστηκαν από τις διαδοχικές δονήσεις.

Από την εμπειρία του 2021 στον σημερινό σχεδιασμό

Η εκδήλωση του Δήμου Λαρισαίων φιλοδοξεί να αποτελέσει κάτι περισσότερο από μια αναδρομή στα γεγονότα εκείνης της περιόδου. Στόχος είναι να γίνει ένας ουσιαστικός απολογισμός της διαχείρισης των σεισμών, να αναδειχθούν οι καλές πρακτικές, αλλά και να καταγραφούν τα σημεία στα οποία απαιτείται περαιτέρω βελτίωση. Στο επίκεντρο της συζήτησης θα βρεθούν οι πρώτες ώρες μετά την εκδήλωση του σεισμικού φαινομένου, η ενεργοποίηση των μηχανισμών αντιμετώπισης, η συνεργασία μεταξύ των υπηρεσιών, οι αυτοψίες και οι έλεγχοι στα κτίρια, καθώς και ο ρόλος των επιστημόνων και των τεχνικών υπηρεσιών στην αποτίμηση των ζημιών.

Ιδιαίτερη σημασία αποκτά το ζήτημα του συντονισμού. Μια σεισμική κρίση δεν αντιμετωπίζεται από έναν μόνο φορέα. Απαιτεί τη συνεργασία της Πολιτικής Προστασίας, της Πυροσβεστικής, των μηχανικών, των επιστημονικών οργανισμών, της Τοπικής Αυτοδιοίκησης και των υπόλοιπων υπηρεσιών που έχουν την ευθύνη της προστασίας των πολιτών. Η εμπειρία του 2021 ανέδειξε πόσο καθοριστική είναι η σαφής κατανομή αρμοδιοτήτων, η ταχύτητα ανταπόκρισης και η δυνατότητα επικοινωνίας μεταξύ όλων των εμπλεκομένων. Ένα ακόμη κρίσιμο ζήτημα αφορά την κατάσταση των κτιριακών υποδομών και την ανάγκη συστηματικών ελέγχων. Η αντισεισμική προστασία δεν εξαντλείται στην αντιμετώπιση των συνεπειών ενός σεισμού, αλλά ξεκινά πολύ νωρίτερα, μέσα από την πρόληψη, την αξιολόγηση της ανθεκτικότητας των κατασκευών και την ενίσχυση της ετοιμότητας των δημόσιων υπηρεσιών. Σχολεία, δημόσια κτίρια, χώροι συνάθροισης κοινού και βασικές υποδομές αποτελούν σημεία ιδιαίτερης σημασίας για τον σχεδιασμό κάθε οργανωμένης παρέμβασης. Σημαντική θέση στη συζήτηση θα έχουν επίσης τα γεωλογικά και τεχνικά δεδομένα που προέκυψαν από τη σεισμική ακολουθία του Μαρτίου του 2021. Η επιστημονική αποτύπωση των φαινομένων αποτελεί απαραίτητο εργαλείο για την κατανόηση της σεισμικής συμπεριφοράς της περιοχής και την καλύτερη προετοιμασία απέναντι σε μελλοντικά γεγονότα.

Οι άνθρωποι που βρέθηκαν στην πρώτη γραμμή

Το ενδιαφέρον της εκδήλωσης ενισχύεται από τη συμμετοχή προσώπων που διαθέτουν επιστημονική κατάρτιση και άμεση εμπειρία από τη διαχείριση των συνεπειών των σεισμών. Στο πάνελ θα συμμετάσχουν ο πρόεδρος του Συλλόγου Πολιτικών Μηχανικών Ελλάδος και μέλος της Διοικούσας Επιτροπής του Οργανισμού Αντισεισμικού Σχεδιασμού και Προστασίας (ΟΑΣΠ), Βασίλειος Μπαρδάκης, ο πρόεδρος του ΤΕΕ Κεντροδυτικής Θεσσαλίας, Νίκος Παπαγεωργίου, ο προϊστάμενος της Πολιτικής Προστασίας του Δήμου Λαρισαίων, Μιχάλης Τσιάρας, ο γεωλόγος – πολιτικός μηχανικός Αλέξανδρος Μπελέσης και ο αντιπύραρχος της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Λάρισας, Βασίλης Κοβούλης. Η παρουσία εκπροσώπων από τον τεχνικό κόσμο, την επιστημονική κοινότητα, την Πολιτική Προστασία και την Πυροσβεστική δίνει τη δυνατότητα να παρουσιαστούν διαφορετικές πτυχές της ίδιας κρίσης. Από την επιστημονική ερμηνεία του σεισμικού φαινομένου μέχρι την επιχειρησιακή αντιμετώπιση των συνεπειών του, η συζήτηση αναμένεται να αναδείξει τη σημασία της διαρκούς συνεργασίας και της προετοιμασίας. Χαιρετισμό στην εκδήλωση θα απευθύνει ο δήμαρχος Λαρισαίων, Θανάσης Μαμάκος, ο οποίος αναμένεται να αναφερθεί στη σημασία της πρόληψης και της ενίσχυσης της αντισεισμικής συνείδησης σε επίπεδο τοπικής κοινωνίας.

Η πρόληψη ξεκινά από την ενημέρωση των πολιτών

Πέρα από την επιχειρησιακή ετοιμότητα των αρμόδιων υπηρεσιών, καθοριστικός παράγοντας για την αντιμετώπιση ενός σεισμού είναι και η γνώση των ίδιων των πολιτών. Η σωστή συμπεριφορά πριν, κατά τη διάρκεια και μετά από μια σεισμική δόνηση μπορεί να συμβάλει ουσιαστικά στον περιορισμό των κινδύνων. Η ενημέρωση για τα μέτρα αυτοπροστασίας, η γνώση των ασφαλών σημείων σε κατοικίες και χώρους εργασίας, η ύπαρξη οικογενειακού σχεδίου έκτακτης ανάγκης και η εξοικείωση με τις οδηγίες των αρμόδιων αρχών αποτελούν βασικά στοιχεία μιας οργανωμένης κοινωνίας απέναντι στον σεισμικό κίνδυνο. Το ζητούμενο, επομένως, δεν είναι μόνο να γνωρίζουμε τι συνέβη το 2021, αλλά να διαπιστώσουμε τι έχει αλλάξει από τότε και τι χρειάζεται να γίνει ακόμη. Η αντισεισμική προστασία αποτελεί μια διαρκή διαδικασία, που προϋποθέτει σχεδιασμό, τακτική αξιολόγηση, εκπαίδευση και ετοιμότητα. Η πρωτοβουλία του Δήμου Λαρισαίων πραγματοποιείται στο πλαίσιο του Προγράμματος Ανάπτυξης και Αλληλεγγύης για την Αυτοδιοίκηση «Αντώνης Τρίτσης», με στόχο να αξιοποιηθεί η εμπειρία των σεισμών του 2021 ως πολύτιμο εργαλείο για το μέλλον. Γιατί η ουσιαστική προετοιμασία απέναντι σε έναν σεισμό δεν αρχίζει την ώρα που χτυπά ο Εγκέλαδος, αλλά πολύ νωρίτερα, μέσα από την πρόληψη και τη συλλογική ευθύνη.



Αύξηση μισθών και συντάξεων, νέες μειώσεις φόρων για νοικοκυριά και επιχειρήσεις, παρεμβάσεις στην αγορά ακινήτων και μέτρα για τη στήριξη της μεσαίας τάξης, των αγροτών και των ελεύθερων επαγγελματιών, προβλέπονται, μεταξύ άλλων, στον κρατικό προϋπολογισμό για το 2027, ο οποίος κατατέθηκε την Παρασκευή (20/11)

ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ 2027

Αυξήσεις σε μισθούς και συντάξεις

Μέτρα για τη στήριξη της μεσαίας τάξης, των αγροτών και των ελεύθερων επαγγελματιών στον «χάρτη» των παρεμβάσεων



Αύξηση μισθών και συντάξεων, νέες μειώσεις φόρων για νοικοκυριά και επιχειρήσεις, παρεμβάσεις στην αγορά ακινήτων και μέτρα για τη στήριξη της μεσαίας τάξης, των αγροτών και των ελεύθερων επαγγελματιών, προβλέπονται, μεταξύ άλλων, στον κρατικό προϋπολογισμό για το 2027, ο οποίος κατατέθηκε την Παρασκευή (20/11). Η συζήτηση θα ξεκινήσει στη Βουλή την Παρασκευή 11 Δεκεμβρίου και θα ολοκληρωθεί αργά το βράδυ της Τρίτης 15 Δεκεμβρίου με την καθιερωμένη ονομαστική ψηφοφορία.

Ειδικότερα, στον προϋπολογισμό για το 2027 προβλέπονται σημαντικές αλλαγές για συνταξιούχους και δημοσίους υπαλλήλους, καθώς η ετήσια οικονομική ενίσχυση των συνταξιούχων αυξάνεται, με διεύρυνση των δικαιούχων σε 2,2 εκατομμύρια πολίτες, ενώ από την 1η Ιανουαρίου 2027 οι συντάξεις θα αυξηθούν οριζόντια κατά 2,9%, χωρίς συμψηφισμό της προσωπικής διαφοράς. Παράλληλα, θεσπίζεται μόνιμο επίδομα Χριστουγέννων 500 ευρώ μεικτά για περίπου 720.000 δημοσίους υπαλλήλους από τον Δεκέμβριο του 2027, ενώ προβλέπεται και οριζόντια αναπροσαρμογή των μισθών τους, ακολουθώντας την αύξηση του κατώτατου μισθού.

Όπως αναφέρει ο προϋπολογισμός, από τον Νοέμβριο 2026 η ετήσια οικονομική ενίσχυση αυξάνεται από 300 ευρώ σε 400 ευρώ καθαρά και επεκτείνεται σε μόνιμη βάση στο σύνολο των συνταξιούχων ηλικίας άνω των 65 ετών, καταλαμβάνοντας 270.000 νέους δικαιούχους (συνολικός αριθμός 2,2 εκατ. δικαιούχοι). Το συνολικό δημοσιονομικό κόστος της ενίσχυσης εκτιμάται σε 879 εκατ. ευρώ. Το ίδιο ποσό θα λαμβάνουν οι συνταξιούχοι ηλικίας άνω των 60 ετών οι οποίοι είναι δικαιούχοι μόνο σύνταξης λόγω θανάτου, τα άτομα με αναπηρία ανεξαρτήτως ηλικίας και οι ανασφάλιστοι υπερήλικες.

Παράλληλα, από την 1η.1.2027 εφαρμόζεται οριζόντια αύξηση των συντάξεων για το σύνολο των συνταξιούχων με βάση τον μέσο όρο του πληθωρισμού και της αύξησης του ΑΕΠ, χωρίς συμψηφισμό της προσωπικής διαφοράς. Με βάση τις μακροοικονομικές εκτιμήσεις και λαμβανομένων υπόψη και των μακροοικονομικών στοιχείων του 2025, η αύξηση για το 2027 υπολογίζεται σε 2,9% και το αναλογούν δημοσιονομικό κόστος σε 850 εκατ. ευρώ. Επιπλέον, καταργείται η περικοπή κατά 50% στους δικαιούχους που λαμβάνουν συντάξεις λόγω θανάτου μετά την παρέλευση της τριετίας, με το δημοσιονομικό κόστος να ανέρχεται στο ποσό των 48 εκατ. ευρώ.

Θεσπίζεται σε μόνιμη βάση επίδομα εορτών Χριστουγέννων ύψους 500 ευρώ μεικτά από τον Δεκέμβριο 2027 για τους περίπου 720.000 υπαλλήλους και λειτουργούς, με ετήσιο δημοσιονομικό κόστος 433 εκατ. ευρώ. Το καθαρό ποσό του επιδόματος κυμαίνεται από 257 ευρώ έως 389 ευρώ ανάλογα με τα έτη υπηρεσίας, την ηλικία, το εισόδημα και τον αριθμό των προστατευόμενων τέκνων. Επιπλέον, ο ονομαστικός μισθός αναπροσαρμόζεται οριζόντια, ακολουθώντας την αύξηση του κατώτατου μισθού, με εκτιμώμενο κόστος 382 εκατ. ευρώ το 2027. Ο κατώτατος μισθός αναμένεται να αυξηθεί σε 1.000 ευρώ (1.300 ευρώ συνυπολογιζομένων των τριετιών) έως το 2028 από 920 ευρώ, μέσω δύο αυξήσεων που θα λάβουν χώρα τον Απρίλιο 2027 και τον Ιανουάριο 2028.

Παράλληλα, από την 1η.4.2027 μειώνονται κατά 0,5 ποσοστιαία μονάδα οι ασφαλιστικές εισφορές των εργαζομένων στον ιδιωτικό τομέα (κρατήσεις υπέρ ΔΥΠΑ), με το δημοσιονομικό κόστος, το οποίο καλύπτεται από τον κρατικό προϋπολογισμό, να ανέρχεται σε 163 εκατ. ευρώ το 2027 και σε 218 εκατ. ευρώ το 2028. Συνεπεία της εν λόγω μείωσης, το ποσοστό των συνολικών εισφορών στον ιδιωτικό τομέα υποχωρεί το 2027 σε 34,66% (12,87% για τον εργαζόμενο και 21,79% για τον εργοδότη). Επιταχυνόμενες αποσβέσεις: Για δαπάνες από την 1η.01.2027 σε μηχανολογικό εξοπλισμό η απόσβεση συμπτύσσεται σε 6 έτη έναντι των 10 ετών, με προοδευτικούς συντελεστές ως εξής: 1ο έτος: 10%, 2ο έτος: 10%, 3ο έτος: 15%, 4ο έτος: 15%, 5ο έτος: 25% και 6ο έτος: 25%. Με αυτόν τον τρόπο επιταχύνονται οι επενδύσεις σε μηχανολογικό εξοπλισμό και παρέχονται κίνητρα για τις εν λόγω επενδύσεις, δεδομένου ότι θα αποσβέννυνται σε 6 έτη αντί για 10 έτη, με αντίστοιχη ωφέλεια στον φόρο εισοδήματος των επιχειρήσεων.

Τέλος επιτηδεύματος: Καταργείται πλήρως από το 2027 για νομικά πρόσωπα στην ελληνική περιφέρεια και στη Θεσσαλονίκη, ωφελουμένων 121.922 επιχειρήσεων. Στην Περιφέρεια Αττικής μειώνεται κατά 50% το 2028 και καταργείται οριστικά το 2029, με το δημοσιονομικό κόστος να διαμορφώνεται σε 82 εκατ. ευρώ το 2027 και σε 138 εκατ. ευρώ το 2028, σταθεροποιούμενο σε 201 εκατ. ευρώ τα επόμενα έτη. Προκαταβολή φόρου: Από το φορολογικό έτος 2027 μειώνεται κατά 5% η προκαταβολή φόρου των ατομικών επιχειρήσεων, ενώ από το φορολογικό έτος 2028 προβλέπεται η μείωση προκαταβολής φόρου των νομικών προσώπων κατά 5% ετησίως και μέχρι ποσοστού 50%, με στόχο την ενίσχυση της ρευστότητας των επιχειρήσεων. Το ταμειακό κόστος εκτιμάται σε 73 εκατ. ευρώ το 2028, σε 377 εκατ. ευρώ το 2029 και σε 399 εκατ. ευρώ το 2030. Φόρος μεταβίβασης σε πολίτες τρίτων χωρών: Από τον Ιούλιο 2027 ο φόρος μεταβίβασης για αγορά κατοικίας από φυσικά πρόσωπα, φορολογικούς κατοίκους τρίτων χωρών (εκτός ΕΕ), αυξάνεται από 3% σε 15% (τελικό 15,45% συνυπολογιζομένης της εισφοράς 3% επί του φόρου υπέρ Δήμων). Ο σκοπός της εν λόγω παρέμβασης συνίσταται στην αποκλιμάκωση των τιμών και στη συνεπακόλουθη ευχερέστερη πρόσβαση των μόνιμων κατοίκων στη στέγη.

Πρόγραμμα «Σπίτι μου ΙΙ»: Θεσμοθετείται νέο πρόγραμμα ύψους 2 δισ. ευρώ μέσω της ΕΑΤ για τη στήριξη της αγοράς πρώτης κατοικίας μέσω χαμηλότοκων στεγαστικών δανείων με διευρυμένα κριτήρια (ηλικία έως 55 έτη, εμπορική αξία ακινήτου έως 300.000 ευρώ, ύψος δανείου έως 230.000 ευρώ και αυξημένα εισοδηματικά όρια κατά 7.000 ευρώ ανά τέκνο).

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail



Η απεργία δεν περιορίζεται στον χώρο του Δημοσίου, αλλά αποκτά χαρακτηριστικά ευρύτερης εργατικής κινητοποίησης, με κοινό μέτωπο διεκδικήσεων για μισθούς, εργασιακά δικαιώματα, Υγεία και Παιδεία- 24ωρη απεργία και στον ιδιωτικό τομέα στη Λάρισα στις 25 Νοεμβρίου, με συγκέντρωση στις 10:30 το πρωί στην Κεντρική πλατεία, έπειτα από απόφαση του Εργατικού Κέντρου Λάρισας



ΑΠΕΡΓΙΑΚΕΣ ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

Στους δρόμους και πάλι

Δυναμικό «παρών» στη Λάρισα - ΑΔΕΔΥ, Εργατικά Κέντρα και δεκάδες σωματεία συντονίζουν τις διεκδικήσεις τους, με αιχμή τις αυξήσεις στους μισθούς, τις συλλογικές συμβάσεις και την ενίσχυση της δημόσιας Υγείας και Παιδείας

Σε ευρύτερη απεργιακή κινητοποίηση, με τη συμμετοχή εργαζομένων τόσο από τον δημόσιο όσο και από τον ιδιωτικό τομέα, αναμένεται να εξελιχθεί η Τετάρτη 25 Νοεμβρίου 2026. Η 24ωρη πανελλαδική απεργία που έχει προκηρύξει η ΑΔΕΔΥ αποκτά ευρύτερες διαστάσεις, καθώς στο πλευρό των δημοσίων υπαλλήλων συντάσσονται Εργατικά Κέντρα, Ομοσπονδίες και πρωτοβάθμια σωματεία του ιδιωτικού τομέα.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η κινητοποίηση στη Λάρισα, όπου το Εργατικό Κέντρο Λάρισας έχει αποφασίσει επίσης την προκήρυξη 24ωρης απεργίας, καλώντας τους εργαζόμενους να συμμετάσχουν μαζικά στη συγκέντρωση που έχει προγραμματιστεί για τις 10:30 το πρωί στην Κεντρική πλατεία. Έτσι, η απεργία δεν περιορίζεται στον χώρο του Δημοσίου, αλλά αποκτά χαρακτηριστικά ευρύτερης εργατικής κινητοποίησης, με κοινό μέτωπο διεκδικήσεων για μισθούς, εργασιακά δικαιώματα, Υγεία και Παιδεία.

Ποιοι συμμετέχουν στην απεργία

Η ΑΔΕΔΥ καλεί σε 24ωρη πανελλαδική απεργία τους εργαζόμενους στο Δημόσιο, ενώ συμμετοχή έχουν ανακοινώσει και κλάδοι της εκπαίδευσης. Μεταξύ των φορέων που έχουν γνωστοποιήσει τη συμμετοχή τους συγκαταλέγονται η Ομοσπονδία Συλλόγων Υπηρεσίας Πολιτικής Αεροπορίας (ΟΣΥΠΑ), καθώς και η Πανελλήνια Ομοσπονδία Συλλόγων Ειδικού Εκπαιδευτικού Προσωπικού Ειδικής Αγωγής (ΠΟΣΕΕΠΕΑ).

Σημαντική είναι και η συμμετοχή του ιδιωτικού τομέα. Σύμφωνα με τις μέχρι τώρα ανακοινώσεις, στην απεργία έχουν λάβει αποφάσεις συμμετοχής Εργατικά Κέντρα από πολλές περιοχές της χώρας, μεταξύ των οποίων της Αθήνας, του Πειραιά, της Πάτρας, της Εύβοιας, των Τρικάλων, της Λάρισας, της Καρδίτσας, των Ιωαννίνων, της Λαμίας και της Κέρκυρας.

Παράλληλα, συμμετέχουν Ομοσπονδίες που εκπροσωπούν εργαζόμενους σε διαφορετικούς παραγωγικούς κλάδους, όπως οι οικοδόμοι, οι ιδιωτικοί υπάλληλοι, οι εργαζόμενοι στα τρόφιμα και τα ποτά, οι τυπογράφοι, οι λογιστές, οι εργαζόμενοι στο φάρμακο, στην ειδική αγωγή και στο θέαμα – ακρόαμα.

Το απεργιακό μέτωπο στη Λάρισα

Στη Λάρισα, ξεχωριστή σημασία έχει η απόφαση του Εργατικού Κέντρου Λάρισας να συμμετάσχει με 24ωρη απεργία, καλώντας σε συγκέντρωση στην Κεντρική πλατεία στις 10:30 π.μ.

Το Εργατικό Κέντρο συντονίζει τη δράση του με εργατικά κέντρα, ομοσπονδίες και σωματεία του δημόσιου και ιδιωτικού τομέα, προβάλλοντας το σύνθημα: «Δώστε λεφτά για μισθούς, Υγεία και Παιδεία – Όχι για τους πολέμους και τα κέρδη των λίγων!». Στο απεργιακό μέτωπο της πόλης έχει ενταχθεί και το Σωματείο Τύπου και Χάρτου Νομού Λάρισας, το οποίο έχει αποφασίσει απεργία, διεκδικώντας υπογραφή κλαδικής Συλλογικής Σύμβασης Εργασίας με αυξήσεις, επανένταξη του κλάδου στα Βαρέα και Ανθυγιεινά Επαγγέλματα και καθιέρωση επτάωρης, πενθήμερης εργασίας, με 35ωρο την εβδομάδα. Η συμμετοχή του Εργατικού Κέντρου Λάρισας και των σωματείων της περιοχής δίνει στην κινητοποίηση ιδιαίτερο τοπικό αποτύπωμα, καθώς οι διεκδικήσεις αφορούν εργαζόμενους σε διαφορετικούς κλάδους της οικονομίας και της παραγωγής.

Τι διεκδικούν οι εργαζόμενοι

Στον πυρήνα των αιτημάτων της ΑΔΕΔΥ βρίσκονται:

Ουσιαστικές αυξήσεις στους μισθούς, που να καλύπτουν τις απώλειες της αγοραστικής δύναμης.

Επαναφορά του 13ου και του 14ου μισθού.

Πραγματική ενίσχυση των δημόσιων υπηρεσιών με προσωπικό και πόρους.

Προστασία της μονιμότητας και των δημοκρατικών και συνδικαλιστικών δικαιωμάτων.

Κατάργηση του νέου πειθαρχικού πλαισίου και των διατάξεων που χαρακτηρίζονται αυταρχικές και τιμωρητικές.

Αντίθεση στις ιδιωτικοποιήσεις δημόσιων οργανισμών και φορέων.

Μέτρα υγείας και ασφάλειας σε όλους τους χώρους εργασίας.

Από την πλευρά του, το Εργατικό Κέντρο Λάρισας δίνει έμφαση στην ανάγκη ουσιαστικής προστασίας του εισοδήματος των εργαζομένων, στη βελτίωση των εργασιακών συνθηκών και στην ενίσχυση των κοινωνικών αγαθών.

Στο επίκεντρο η ακρίβεια και το κόστος διαβίωσης

Η απεργιακή κινητοποίηση πραγματοποιείται σε μια περίοδο κατά την οποία οι εργαζόμενοι βρίσκονται αντιμέτωποι με τη συνεχιζόμενη ακρίβεια, το αυξημένο κόστος στέγασης, ενέργειας και βασικών αγαθών, αλλά και με τις πιέσεις που δέχονται οι μισθοί από τις καθημερινές οικονομικές υποχρεώσεις.

Το αίτημα για επαναφορά του 13ου και του 14ου μισθού αποτελεί μία από τις κεντρικές διεκδικήσεις των δημοσίων υπαλλήλων, ενώ στον ιδιωτικό τομέα κυριαρχούν οι διεκδικήσεις για συλλογικές συμβάσεις με πραγματικές αυξήσεις, σταθερό ωράριο και καλύτερες συνθήκες εργασίας.

Η Τετάρτη 25 Νοεμβρίου αναμένεται, επομένως, να αποτελέσει ημέρα ευρύτερης συνδικαλιστικής κινητοποίησης, με τη Λάρισα να βρίσκεται στο επίκεντρο των δράσεων στη Θεσσαλία.



Οι παραγωγοί που υπέβαλαν απλουστευμένη δήλωση ΟΣΔΕ 2026 οφείλουν να την τροποποιήσουν έως τις 30 Νοεμβρίου, ακόμη και αν δεν έχουν αλλαγές στα στοιχεία τους, ενώ την ίδια ημέρα αναμένεται η προκαταβολή της Βασικής Ενίσχυσης



ΟΣΔΕ 2026

Τα βήματα μέχρι τις 30 Νοεμβρίου

Περίπου 480.000 δηλώσεις είχαν υποβληθεί μέχρι το τέλος της εβδομάδας - Σε εξέλιξη οι αιτήσεις για την ενίσχυση ζωοτροφών, με προθεσμία έως τις 3 Δεκεμβρίου

Η ολοκλήρωση της προθεσμίας για την Απλουστευμένη Υποβολή των δηλώσεων ΟΣΔΕ 2026 σηματοδοτεί την έναρξη της επόμενης κρίσιμης περιόδου για τους παραγωγούς, οι οποίοι καλούνται να τακτοποιήσουν τις εκκρεμότητές τους, προκειμένου να διασφαλίσουν την καταβολή των αγροτικών ενισχύσεων. Ιδιαίτερη προσοχή απαιτείται από όσους επέλεξαν την απλουστευμένη διαδικασία, καθώς θα πρέπει να προχωρήσουν υποχρεωτικά σε τροποποίηση των αιτήσεών τους έως τις 30 Νοεμβρίου, ανεξάρτητα από το εάν υπάρχουν αλλαγές στα δηλωθέντα στοιχεία.

Σύμφωνα με τις διαθέσιμες πληροφορίες, μέχρι την Παρασκευή 20 Νοεμβρίου είχαν κατατεθεί περίπου 480.000 δηλώσεις ΟΣΔΕ για το 2026, συμπεριλαμβανομένων τόσο των οριστικοποιημένων όσο και των απλουστευμένων αιτήσεων.

Παρά την ολοκλήρωση της διορίας για την απλουστευμένη υποβολή την περασμένη Πέμπτη 19/11, οι υποχρεώσεις των παραγωγών δεν σταματούν εδώ. Όσοι υπέβαλαν αίτηση μέσω της συγκεκριμένης διαδικασίας θα πρέπει να εισέλθουν εκ νέου στο σύστημα και να πραγματοποιήσουν τροποποίηση μέχρι και τις 30 Νοεμβρίου.

Το στοιχείο που χρειάζεται να προσέξουν ιδιαίτερα οι δικαιούχοι είναι ότι η συγκεκριμένη ενέργεια είναι υποχρεωτική ακόμη και στην περίπτωση που δεν υπάρχει καμία μεταβολή στα στοιχεία της αρχικής δήλωσης. Επομένως, η παράλειψη της διαδικασίας ενδέχεται να δημιουργήσει προβλήματα στην εξέλιξη της αίτησης και στην ένταξη του παραγωγού στις επόμενες πληρωμές.

Μέχρι τέλος Νοεμβρίου η βασική ενίσχυση

Στο μέτωπο των πληρωμών, η επόμενη σημαντική ημερομηνία αφορά την καταβολή της προκαταβολής της Βασικής Εισοδηματικής Στήριξης. Σύμφωνα με την τελευταία ανακοίνωση της ΑΑΔΕ, η πληρωμή αναμένεται να πραγματοποιηθεί το αργότερο έως τις 30 Νοεμβρίου 2026.

Στην καταβολή προβλέπεται να συμπεριληφθούν οι παραγωγοί που υπέβαλαν τις αιτήσεις τους μέχρι τις 20 Νοεμβρίου, καθώς και δικαιούχοι οι οποίοι είχαν κατατεθεί τις δηλώσεις τους έως τις 25 Σεπτεμβρίου, αλλά δεν πληρώθηκαν στην προκαταβολή του Οκτωβρίου.

Πρόκειται για περιπτώσεις παραγωγών των οποίων οι αιτήσεις δεν πληρούσαν αρχικά τις απαραίτητες προϋποθέσεις πληρωμής. Ωστόσο, εφόσον εντοπίστηκαν οι εκκρεμότητες και πραγματοποιήθηκαν εγκαίρως οι απαιτούμενες διορθώσεις, υπάρχει δυνατότητα να συμπεριληφθούν στην επόμενη πληρωμή.

Εκκαθαρίσεις Δεκεμβρίου

Διαφορετικό χρονοδιάγραμμα ισχύει για τις δηλώσεις που θα υποβληθούν μετά τις 20 Νοεμβρίου. Όπως διευκρινίζει η ΑΑΔΕ, οι αιτήσεις ΟΣΔΕ που θα κατατεθούν από τις 20 έως και τις 30 Νοεμβρίου θα ληφθούν υπόψη στις εκκαθαριστικές πληρωμές του Δεκεμβρίου 2026.

Στην ίδια κατηγορία εντάσσονται και οι τροποποιήσεις που αφορούν ενισχύσεις για οποίες έχουν ήδη προκαταβληθεί σε αιτήσεις που είχαν υποβληθεί έως τις 25 Σεπτεμβρίου.

Με αυτόν τον τρόπο, οι παραγωγοί που δεν θα προλάβουν να συμπεριληφθούν στην επόμενη προκαταβολή θα έχουν τη δυνατότητα να τακτοποιήσουν τις δηλώσεις τους και να εξεταστούν στο πλαίσιο των πληρωμών εκκαθάρισης του Δεκεμβρίου.

Ανοιχτές οι αιτήσεις για την ενίσχυση ζωοτροφών

Παράλληλα με τις διαδικασίες του ΟΣΔΕ, ξεκίνησε στις 19 Νοεμβρίου η υποβολή αιτήσεων για την οικονομική ενίσχυση των ζωοτροφών, συνολικού προϋπολογισμού έως 53,77 εκατ. ευρώ. Οι ενδιαφερόμενοι κτηνοτρόφοι έχουν περιθώριο να υποβάλουν τις αιτήσεις τους έως τις 3 Δεκεμβρίου 2026.

Ωστόσο, ήδη καταγράφονται προβλήματα κατά τη διαδικασία υποβολής. Σύμφωνα με αναφορές κτηνοτρόφων στον ΑγροΤύπο, υπάρχουν περιπτώσεις δικαιούχων που αδυνατούν να ολοκληρώσουν την αίτησή τους λόγω φορολογικών ζητημάτων. Η ΑΑΔΕ αποδίδει το πρόβλημα σε φορολογικούς λόγους, χωρίς ωστόσο να έχει δοθεί μέχρι στιγμής σαφής ενημέρωση για τις συγκεκριμένες αιτίες που εμποδίζουν την υποβολή. Το ζήτημα προκαλεί προβληματισμό στον κτηνοτροφικό κόσμο, καθώς η προθεσμία είναι περιορισμένη και απαιτείται έγκαιρη διευκρίνιση για να μην αποκλειστούν δικαιούχοι εξαιτίας εκκρεμοτήτων που δεν γνωρίζουν πώς να αντιμετωπίσουν.

Οι προθεσμίες που θέλουν προσοχή

Πέρα από τις διαδικασίες του ΟΣΔΕ και την ενίσχυση ζωοτροφών, η ΑΑΔΕ υπενθυμίζει και άλλες σημαντικές ημερομηνίες για την υποβολή αιτήσεων κρατικών ενισχύσεων.

Ειδικότερα:

27 Νοεμβρίου 2026: Ολοκληρώνεται η προθεσμία υποβολής αιτήσεων για τις ενισχύσεις ήσσονος σημασίας (de minimis), βάσει του Κανονισμού (ΕΕ) 1408/2013. Αφορά παραγωγούς μπδικής στην Περιφερειακή Ενότητα Έβρου, οι οποίοι υπέστησαν ζημιές ως συνέπεια των ζωνόσων ευλογιάς και πανώλης το 2024, καθώς και παραγωγούς βιομηχανικής τομάτας στην Ημαθία, που επλήγησαν από τις δυσμενείς καιρικές συνθήκες του Daniel το 2023.

3 Δεκεμβρίου 2026: Λήγει η προθεσμία για τις αιτήσεις κρατικής οικονομικής ενίσχυσης των αιγοπροβατοτρόφων σε Περιφερειακές Ενότητες της χώρας, λόγω των περιοριστικών μέτρων για την αντιμετώπιση της ευλογιάς. Η ενίσχυση αφορά επίσης αιγοπροβατοτρόφους και βοοτρόφους της Περιφερειακής Ενότητας Λέσβου, εξαιτίας των μέτρων περιορισμού της εξάπλωσης του αφθώδους πυρετού. Το επόμενο δεκαήμερο χαρακτηρίζεται, συνεπώς, ιδιαίτερα κρίσιμο για τον αγροτικό και κτηνοτροφικό κόσμο. Οι παραγωγοί θα πρέπει να ελέγξουν τις εκκρεμότητες των δηλώσεών τους, να ολοκληρώσουν τις απαιτούμενες τροποποιήσεις και να μην αφήσουν για την τελευταία στιγμή τις αιτήσεις των ενισχύσεων. Η τήρηση των προθεσμιών αποτελεί βασική προϋπόθεση για την ομαλή εξέταση των φακέλων και την ένταξη των δικαιούχων στις προγραμματισμένες πληρωμές.



Ο Σύνδεσμος Γραμμάτων και Τεχνών Θεσσαλίας τιμά 14 Λαρισαίους συγγραφείς για την προσφορά τους στη λογοτεχνία, την ιστορική έρευνα, την επιστήμη και τον πολιτισμό, σε εκδήλωση την Πέμπτη 23 Νοεμβρίου, στις 19:00, στο Γαλλικό Ινστιτούτο Λάρισας, με ελεύθερη είσοδο



ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΤΟΥ ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ ΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΤΕΧΝΩΝ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Η Λάρισα τιμά τους ανθρώπους των Γραμμάτων

Μια ξεχωριστή εκδήλωση του Συνδέσμου Γραμμάτων και Τεχνών Θεσσαλίας στο Γαλλικό Ινστιτούτο Λάρισας – Η λογοτεχνική δημιουργία, η ιστορική έρευνα και ο πολιτισμός συναντούν την παράδοση της πόλης

Η μακρά και πολυδιάστατη παρουσία της Λάρισας στα ελληνικά Γράμματα αναδεικνύεται μέσα από μια ξεχωριστή πρωτοβουλία του Συνδέσμου Γραμμάτων και Τεχνών Θεσσαλίας, ο οποίος τιμά δεκατέσσερις Λαρισαίους συγγραφείς για την προσφορά και το έργο τους. Σε συνεργασία με το Γαλλικό Ινστιτούτο Λάρισας, διοργανώνει ειδική εκδήλωση, δίνοντας την ευκαιρία στο κοινό να γνωρίσει από κοντά ανθρώπους που έχουν αφιερώσει σημαντικό μέρος της ζωής τους στη λογοτεχνία, την ιστορική έρευνα, την επιστήμη και την πνευματική δημιουργία.

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί την Πέμπτη 23 Νοεμβρίου, στις 19.00, στον χώρο του Γαλλικού Ινστιτούτου Λάρισας, με ελεύθερη είσοδο για το κοινό. Πρόκειται για μια συνάντηση με ιδιαίτερη σημασία για τα πολιτιστικά δρώμενα της πόλης, καθώς αναδεικνύει τη δημιουργική παρουσία ανθρώπων που, μέσα από διαφορετικές διαδρομές και συγγραφικές αναζητήσεις, έχουν συμβάλει ουσιαστικά στην πνευματική φυσιογνωμία της Λάρισας και της ευρύτερης Θεσσαλίας.

Μετά την πρόσφατη παρουσίαση και τιμητική αναφορά στους Λαρισαίους ποιητές, ο Σύνδεσμος στρέφει τώρα το ενδιαφέρον του στους ανθρώπους που υπηρετούν τον πεζό λόγο σε όλες τις εκφάνσεις του. Μυθιστόρημα, διήγημα, θεατρικό έργο, ιστορική και λαογραφική μελέτη, γλωσσολογική έρευνα, παιδική λογοτεχνία και επιστημονική συγγραφή συνθέτουν ένα ευρύ πεδίο δημιουργίας, στο οποίο οι τιμώμενοι έχουν αφήσει το δικό τους αποτύπωμα. Κεντρικός ομιλητής της εκδήλωσης θα είναι ο Βάιος Κουτριντζές, συγγραφέας του έργου «Λεξικό Λαρισαίων Συγγραφέων – Από την Αρχαιότητα έως το 2020 μ.Χ.». Μέσα από την εισήγησή του αναμένεται να αναδείξει τη μακραίωνη παράδοση της Λάρισας στην καλλιέργεια του λόγου, αλλά και τη συμβολή των ανθρώπων που υπηρέτησαν τα Γράμματα σε διαφορετικές ιστορικές περιόδους.

Οι δεκατέσσερις δημιουργοί που θα τιμηθούν, με αλφαβητική σειρά, εκπροσωπούν διαφορετικές γενιές, επαγγελματικές αφετηρίες και λογοτεχνικές κατευθύνσεις. Κοινό τους χαρακτηριστικό είναι η δημιουργική σχέση με τον λόγο και η συμβολή τους στην πολιτιστική ζωή του τόπου.

Γιώργος Ζημιανίτης

Γεννήθηκε στη Λάρισα και εργάστηκε ως δάσκαλος. Υπήρξε από τις σημαντικές παρουσίες της τοπικής λογοτεχνικής ζωής, καθώς επιμελήθηκε τη λογοτεχνική σελίδα της εφημερίδας «Ελευθερία», πρωτοστάτησε στην ίδρυση της Λογοτεχνικής Ομάδας Λάρισας και διηύθυνε το περιοδικό «Λαρισαϊκά Γράμματα». Στη λογοτεχνία εμφανίστηκε το 1967 με τη συλλογή διηγημάτων «Μορφές». Ακολούθησαν η «Ενδοστροφή», το μυθιστόρημα «Χωρίς Φραγμό» και η συλλογή «Σιγανή Βροχή». Έχει τιμηθεί με λογοτεχνικά βραβεία, μεταξύ των οποίων το τρίτο βραβείο Πεζογραφίας του Δήμου Λάρισας και το χρυσό μετάλλιο της Académie Internationale de Lutèce.

Νικόλαος Κατσαρός

Ο τέως πρόεδρος της Βουλής, γεννήθηκε στο Αργυροπούλι Τυρνάβου. Σπούδασε Νομική στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, από όπου αποφοίτησε το 1959 με άριστα, και άσκησε επί δεκαετίες

<<<ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΕΛΙΔΑ 31



Μια ξεχωριστή αναδρομή στην πνευματική ιστορία της Λάρισας, με κεντρικό ομιλητή τον Βάιο Κουτριντζέ, συγγραφέα του «Λεξικού Λαρισαίων Συγγραφέων», αναδεικνύει τη διαχρονική συμβολή των ανθρώπων των Γραμμάτων στην πολιτιστική ταυτότητα της Θεσσαλίας

τη δικηγορία στη Λάρισα. Παράλληλα με την επαγγελματική και κοινωνική του δραστηριότητα, ασχολήθηκε συστηματικά με τη γλωσσολογική και ιστορική έρευνα. Στο συγγραφικό του έργο περιλαμβάνονται οι μελέτες «Αρχαιοελληνικές ρίζες του Σαρακατσιάνικου λόγου», «Σαρακατσάνοι, Συρράκο και Σακαρέτσι» και «Σαρακατσιάνοι και Αρμάνοι – Βλάχοι». Οι εργασίες του αναδεικνύουν την ιστορική, γλωσσική και πολιτισμική ταυτότητα των Σαρακατσάνων.

Ευάγγελος Κολώνας

Γεννήθηκε στη Λάρισα και σπούδασε με υποτροφία στη Δραματική Σχολή του Ωδείου Αθηνών. Εργάστηκε ως ηθοποιός και βοηθός σκηνοθέτη σε αθηναϊκούς θιάσους, ενώ στη λογοτεχνία εμφανίστηκε το 1981 με τη συλλογή διηγημάτων «Τα δάκρυα είναι γένους ουδετέρου». Τιμήθηκε τρεις φορές από το υπουργείο Πολιτισμού για θεατρικά έργα του, ενώ το 1995 απέσπασε το πρώτο βραβείο του Φιλολογικού Ομίλου «Παρνασσός» για το έργο «Άννα και Μαίρη». Από την επιστροφή του στη Λάρισα ανέπτυξε έντονη πολιτιστική δράση, με θεατρικές παραστάσεις, παρουσιάσεις βιβλίων και δράσεις για παιδιά. Στα έργα του περιλαμβάνεται και «Η Πολιτεία της Σιωπής».

Μπέττυ Μαγρίζου

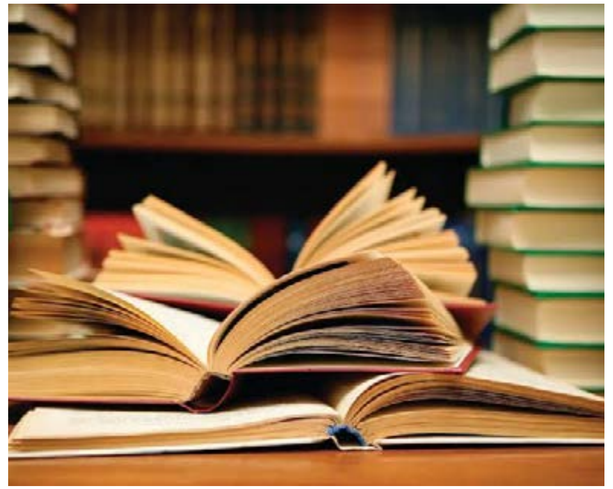
Γεννήθηκε στη Θεσσαλονίκη και ζει στη Λάρισα. Σπούδασε Οικονομικά στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης και απέκτησε δίπλωμα οπτικού. Έχει γράψει μυθιστορήματα, θεατρικά έργα και παραμύθια, ενώ το έργο της «Η προίκα» τιμήθηκε με το Κρατικό Βραβείο Θεάτρου. Ιδιαίτερη θέση στη συγγραφική της πορεία κατέχει το μυθιστόρημα «Το βραχιόλι της φωτιάς», στο οποίο βασίστηκε η ομώνυμη τηλεοπτική σειρά της ΕΡΤ. Κείμενά της έχουν παρουσιαστεί και διδαχθεί στο εξωτερικό, ενώ έχει ασχοληθεί με τη μνήμη, την ιστορία, την ανθρώπινη αξιοπρέπεια και τις κοινωνικές σχέσεις.

Μαρία Μπτσιούλη

Γεννήθηκε και μεγάλωσε στη Λάρισα. Η αγάπη της για τη γραφή εκφράστηκε αρχικά μέσα από ποιήματα και διηγήματα, ενώ στη συνέχεια απέκτησε σημαντικές διακρίσεις σε πανελλήνιους λογοτεχνικούς διαγωνισμούς. Το διήγημά της «Σαϊμέ Σουλτάν... η Μάγισσα» διακρίθηκε με το πρώτο βραβείο, ενώ το «Σαλαάμ» απέσπασε έπαινο. Ακολούθησαν το μυθιστόρημα «Ζωή... ή ζωή μου!» και η νουβέλα «Η ωραία Ελένη», η οποία τιμήθηκε με το τρίτο βραβείο στον διαγωνισμό «Ασημένια Σελίδα ΙΙΙ». Η συγγραφική της παρουσία χαρακτηρίζεται από την αγάπη για την ανθρώπινη ιστορία και τη δύναμη της φαντασίας.

π. Θεμιστοκλής Μουρτζανός

Γεννήθηκε στην Ερμούπολη της Σύρου και ολοκλήρωσε τις εγκύκλιες σπουδές του στη Λάρισα. Είναι πτυχιούχος Φιλολογίας και Θεολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών και διδάκτωρ του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης. Χειροτονήθηκε διάκονος το 1995 και πρεσβύτερος το 1996. Από το 2002 υπηρετεί στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση ως θεολόγος, ενώ στην Ιερά Μητρόπολη Κερκύρας ασκεί καθήκοντα Γενικού Αρχιερατικού Επιτρόπου και έχει την ευθύνη ποιμαντικών και νεανικών δραστηριοτήτων. Παράλληλα, αρθρογραφεί στον ημερήσιο και περιοδικό Τύπο και συνεργάζεται με τον ραδιοφωνικό



σταθμό της Εκκλησίας της Ελλάδος.

Χαρίλαος Ντούλας

Κατάγεται από τον Παλαμά Καρδίτσας και σπούδασε στο Κλασικό Τμήμα του Πανεπιστημίου Αθηνών με υποτροφία του Ιδρύματος Κρατικών Υποτροφιών. Ως φιλόλογος ανέπτυξε σημαντική εκπαιδευτική και πολιτιστική δραστηριότητα, ενώ στη Λάρισα διετέλεσε επί δώδεκα χρόνια πρόεδρος του Συνδέσμου Φιλολόγων.

Συνέβαλε στην καθιέρωση της διδασκαλίας της τοπικής ιστορίας στα σχολεία και στην ίδρυση του τοπικού Ιστορικού Αρχείου, που εξελίχθηκε στα Γενικά Αρχεία του Κράτους. Το συγγραφικό του έργο επικεντρώνεται στην ιστορία, τη λαογραφία και τη γλωσσική ταυτότητα της Θεσσαλίας, με χαρακτηριστικά έργα «Οι Καραγκούνηδες της Θεσσαλίας» και «Το κοινωνικό έπος των Καραγκούνηδων της Θεσσαλίας». Μελέτες του έχουν τιμηθεί από την Ακαδημία Αθηνών.

Νικόλαος Παπαθεοδώρου

Γεννήθηκε στο Συκούριο Λάρισας. Διακεκριμένος μαιευτήρας, με μακρά παρουσία στη Λάρισα, ασχολείται συστηματικά με την ιστορία της γενέτειράς του. Έχει δημοσιεύσει εκατοντάδες ιστορικά κείμενα, ανασύροντας από αρχεία, μαρτυρίες και οικογενειακές συλλογές άγνωστες πτυχές της αστικής ιστορίας. Η σειρά «Ιχνηλατώντας την Παλιά Λάρισα» αποτελεί σημαντική συμβολή στη διάσωση της ιστορικής μνήμης της πόλης. Μέσα από τις έρευνές του αναδεικνύονται πρόσωπα, κτίρια, γεγονότα και κοινωνικές συνθήκες του 19ου και του 20ού αιώνα.

Χριστίνα Πολέζε

Γεννήθηκε στη Λάρισα και σπούδασε Ελληνική και Γαλλική Φιλολογία στο Πανεπιστήμιο Αθηνών. Πραγματοποίησε μεταπτυχιακές σπουδές στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης και αναγορεύθηκε διδάκτωρ Συγκριτικής Λογοτεχνίας. Εργάστηκε στο Γαλλικό Ινστιτούτο Αθηνών, στο παράρτημα της Λάρισας, από το 1974 έως το 1981 και στη συνέχεια στην τριτοβάθμια εκπαίδευση. Ασχολήθηκε με τη μετάφραση περιηγητικών κειμένων από τη γαλλική και την ιταλική γλώσσα, συμβάλλοντας στη γνωριμία του ελληνικού αναγνωστικού κοινού με σημαντικές μαρτυρίες και κείμενα άλλων πολιτισμών.

Κώστας Σπανός

Γεννήθηκε στη Δεσκάτη και υπηρέτησε στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση έως το 1997. Από το 1968 ασχολείται με την ιστορία, τη γλώσσα και τη λαογραφία της Θεσσαλίας. Έχει δημοσιεύσει περίπου 700 μελέτες και άρθρα και έχει συμμετάσχει σε 194 ιστορικά συνέδρια και ημερίδες. Το 1980 ίδρυσε και έκτοτε εκδίδει στη Λάρισα το «Θεσσαλικό Ημερολόγιο», μια πολύτιμη επιστημονική περιοδική έκδοση με δεκάδες τόμους. Για τη συνολική προσφορά του τιμήθηκε το 2000 από την Ακαδημία Αθηνών, ενώ έχει λάβει σημαντικές διακρίσεις από την Περιφέρεια Θεσσαλίας, δήμους και εκκλησιαστικούς φορείς.

Θεόδωρος Στάθης

Γεννήθηκε στην Κοιλάδα Λάρισας. Σπούδασε Μηχανολόγος Μηχανικός στο Πολυτεχνείο της Βιέννης και συνέχισε τις σπουδές του στο Πανεπιστήμιο Columbia της Νέας Υόρκης, όπου αναγορεύθηκε διδάκτωρ Θετικών Επιστημών στη Βιοφυσική. Ακολούθησε ακαδημαϊκή και πολιτική σταδιοδρομία, διδάσκοντας σε πανεπιστήμια των ΗΠΑ και της Ελλάδας και εκλεγόμενος επανειλημμένα βουλευτής Λάρισας. Διετέλεσε υφυπουργός Εθνικής Άμυνας, αναπληρωτής υπουργός Πολιτισμού και υπουργός Γεωργίας. Παράλληλα, ανέπτυξε σημαντική μουσική δραστηριότητα ως συνθέτης τεσσάρων οπερών, μεταξύ των οποίων η «Αντιγόνη», το «Opus Elgin» και η «Άλκηστις». Έχει επίσης συγγράψει επιστημονικά και πολιτικά βιβλία.

Δημήτρης Στατήρης

Γεννήθηκε στη Λάρισα το 1985 και σπούδασε Μηχανολογία. Έχει αναπτύξει έντονη λογοτεχνική δραστηριότητα, με διηγήματά του να δημοσιεύονται σε έντυπα και ηλεκτρονικά περιοδικά και εφημερίδες, ενώ ορισμένα έχουν μεταφραστεί στα ιταλικά. Έχει εκδώσει τις συλλογές διηγημάτων «Ο σολίστ και άλλα πεζά», «Ξένοι στην κόψη» και «Προτομές», καθώς και τις νουβέλες «Εκεί που η όραση περισσεύει», «Ο πυρήνας μέσα μου» και «Σκάλωμα». Ανήκει στη νεότερη γενιά δημιουργών που εμπλουτίζουν τη σύγχρονη ελληνική πεζογραφία με τη δική τους αφηγηματική οπτική.

Αθανάσιος Τριανταφύλλου

Γεννήθηκε στη Λάρισα και σπούδασε Μαθηματικά στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Υπηρέτησε για περισσότερα από τριάντα χρόνια στη δημόσια εκπαίδευση, αναλαμβάνοντας διευθυντικές και επιμορφωτικές θέσεις, ενώ διετέλεσε σχολικός σύμβουλος Μαθηματικών. Υπήρξε ενεργό μέλος της Ελληνικής Μαθηματικής Εταιρείας και πρόεδρος του παραρτήματος Λάρισας. Παράλληλα, ανέπτυξε σημαντική σχέση με τη λογοτεχνία και το θέατρο, καθώς διετέλεσε μέλος και πρόεδρος της Καλλιτεχνικής Επιτροπής του Θεσσαλικού Θεάτρου. Έχει εκδώσει βιβλία για τα Μαθηματικά, τη λογοτεχνία και τα παιδιά, ενώ κείμενα και ποιήματά του φιλοξενούνται σε λογοτεχνικά περιοδικά.

Θωμάς Ψύρρας

Γεννήθηκε στον Τύρναβο και σπούδασε Φιλολογία στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Εργάστηκε ως καθηγητής στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση και δίδαξε θεωρία της λογοτεχνίας σε προγράμματα επιμόρφωσης εκπαιδευτικών. Υπήρξε εκδότης και συνεργάτης λογοτεχνικών και εκπαιδευτικών περιοδικών, ενώ άρθρα και μελέτες του δημοσιεύτηκαν σε σημαντικά έντυπα.

Έγραψε τη νουβέλα «Τα ψάρια της Παναγιάς» και τα μυθιστορήματα «Πυκνός Καιρός» και «Μαράν Αθά», ενώ επιμελήθηκε σημαντικές εκδόσεις με αναφορές στη Λάρισα και τη Θεσσαλία. Το «Μαράν Αθά» παρουσιάστηκε και θεατρικά. Παράλληλα, ασχολήθηκε με την πολιτική και εκλέχθηκε βουλευτής Λάρισας με τη Δημοκρατική Αριστερά το 2012.

Η πρωτοβουλία του Συνδέσμου Γραμμάτων και Τεχνών Θεσσαλίας δεν περιορίζεται στην αναγνώριση δεκατεσσάρων δημιουργών. Αποτελεί ουσιαστικά έναν φόρο τιμής σε όλους τους ανθρώπους που εργάζονται αθόρυβα και συστηματικά για την καλλιέργεια των Γραμμάτων και τη διατήρηση της πολιτιστικής ταυτότητας του τόπου. Όπως επισημαίνεται και στη σχετική ανακοίνωση του Συνδέσμου, οι Λαρισαίοι και Θεσσαλοί συγγραφείς είναι πολύ περισσότεροι. Η παρουσία της Θεσσαλίας στα ελληνικά Γράμματα είναι διαχρονική, συνεχής και ισχυρή. Οι δημιουργοί που θα παρουσιαστούν αποτελούν αντιπροσωπευτικά παραδείγματα μιας ευρύτερης πνευματικής κοινότητας, η οποία με το έργο της έχει συμβάλει ώστε η Λάρισα να αποτελεί ένα αξιόλογο πολιτιστικό και πνευματικό κέντρο της χώρας.

Η εκδήλωση φιλοδοξεί να αποτελέσει την αρχή μιας ευρύτερης προσπάθειας ανάδειξης και άλλων συγγραφέων, ερευνητών και ανθρώπων του πολιτισμού. Γιατί η λογοτεχνία και η ιστορική μνήμη δεν αποτελούν μόνο καταγραφή του παρελθόντος, αλλά ζωντανό στοιχείο της ταυτότητας μιας πόλης και της κοινωνίας της.

Και η Λάρισα, μέσα από τους ανθρώπους της, αποδεικνύει ότι διαθέτει μια πλούσια πνευματική παρακαταθήκη, η οποία αξίζει να αναδεικνύεται, να διασώζεται και να μεταφέρεται στις επόμενες γενιές.



Πρόκειται για μια παρέμβαση που αποσκοπεί όχι μόνο στην αντιμετώπιση των συνεπειών μιας καταστροφής, αλλά και στην καλύτερη προετοιμασία του μηχανισμού Πολιτικής Προστασίας πριν από την εκδήλωση επικίνδυνων φαινομένων

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ «ΑΙΓΙΣ»

Έξι νέα μηχανήματα στη μάχη της Θεσσαλίας απέναντι στις φυσικές καταστροφές

Ενισχύεται ο μηχανισμός Πολιτικής Προστασίας



Τα νέα μηχανήματα προέρχονται από το Εθνικό Πρόγραμμα Πολιτικής Προστασίας «ΑΙΓΙΣ» και παραχωρούνται στην Περιφέρεια Θεσσαλίας στο πλαίσιο της συνεργασίας με το Υπουργείο Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας

Ένα ακόμη σημαντικό εργαλείο για την ενίσχυση της Πολιτικής Προστασίας αποκτά η Θεσσαλία, καθώς έξι νέα μηχανήματα έργου εντάσσονται στον επιχειρησιακό εξοπλισμό της Περιφέρειας, με στόχο την ταχύτερη ανταπόκριση σε περιπτώσεις φυσικών καταστροφών και έκτακτων αναγκών. Σε μια περιοχή που έχει δοκιμαστεί επανειλημμένα από ακραία καιρικά φαινόμενα, με τις πλημμύρες να έχουν αναδείξει τις μεγάλες ανάγκες σε μέσα και υποδομές, η ενίσχυση του μηχανολογικού εξοπλισμού αποκτά ιδιαίτερη σημασία.

Τα νέα μηχανήματα προέρχονται από το Εθνικό Πρόγραμμα Πολιτικής Προστασίας «ΑΙΓΙΣ» και παραχωρούνται στην Περιφέρεια Θεσσαλίας στο πλαίσιο της συνεργασίας με το Υπουργείο Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας. Η σχετική απόφαση της Περιφερειακής Επιτροπής εγκρίνει την κατανομή τους στις Διευθύνσεις Τεχνικών Έργων των τεσσάρων Περιφερειακών Ενοτήτων, προκειμένου να αξιοποιούνται με βάση τις ανάγκες κάθε περιοχής.

Πρόκειται για μια παρέμβαση που αποσκοπεί όχι μόνο στην αντιμετώπιση των συνεπειών μιας καταστροφής, αλλά και στην καλύτερη προετοιμασία του μηχανισμού Πολιτικής Προστασίας πριν από την εκδήλωση επικίνδυνων φαινομένων. Η δυνατότητα άμεσης διάθεσης κατάλληλων μηχανημάτων σε τοπικό επίπεδο μπορεί να συμβάλει στην ταχύτερη αποκατάσταση προβλημάτων που δημιουργούνται στο οδικό δίκτυο, στην προβασιμότητα και σε άλλες κρίσιμες υποδομές.

Η κατανομή στις 4 Περιφερειακές Ενότητες

Ο νέος εξοπλισμός αποτελείται από τέσσερις μικρούς ελαστικοφόρους φορτωτές τύπου Bobcat S550 και δύο μικρούς ερπυστριοφόρους φορτωτές τύπου Bobcat T590. Η κατανομή τους έγινε με γνώμονα την αποκεντρωμένη επιχειρησιακή αξιοποίηση, ώστε κάθε Περιφερειακή Ενότητα να διαθέτει πρόσθετα μέσα για την κάλυψη των αναγκών της. Ειδικότερα, στη Λάρισα παραχωρείται ένας ελαστικοφόρος φορτωτής Bobcat S550, ενώ αντίστοιχο μηχάνημα θα διατεθεί και στην Περιφερειακή Ενότητα Μαγνησίας και Σποράδων. Η Καρδίτσα θα ενισχυθεί με δύο μηχανήματα, έναν ελαστικοφόρο φορτωτή Bobcat S550 και έναν ερπυστριοφόρο Bobcat T590. Την ίδια σύνθεση εξοπλισμού θα αποκτήσει και η Περιφερειακή Ενότητα Τρικάλων, στην οποία επίσης κατανέμονται ένας ελαστικοφόρος και ένας ερπυστριοφόρος φορτωτής. Με αυτόν τον τρόπο, οι τέσσερις Περιφερειακές Ενότητες αποκτούν πρόσθετες δυνατότητες παρέμβασης, χωρίς να απαιτείται σε κάθε περίπτωση η μετακίνηση μηχανημάτων από μια άλλη περιοχή της Θεσσαλίας. Η αποκεντρωμένη διαχείριση θεωρείται ιδιαίτερα σημαντική σε περιπτώσεις εκτεταμένων καταστροφών, όταν οι ανάγκες μπορεί να εμφανιστούν ταυτόχρονα σε διαφορετικά σημεία.

Από τις πλημμύρες έως την αποκατάσταση της πρόσβασης

Η χρησιμότητα των νέων μηχανημάτων συνδέεται με ένα ευρύ φάσμα εργασιών Πολιτικής Προστασίας. Θα μπορούν να αξιοποιούνται σε παρεμβάσεις πρόληψης και ετοιμότητας, στην αντιμετώπιση έκτακτων περιστατικών, αλλά και στις πρώτες εργασίες αποκατάστασης μετά από φυσικές καταστροφές. Ιδιαίτερη βαρύτητα δίνεται στη δυνατότητα απομάκρυνσης φερτών υλικών, στην αποκατάσταση της προσβασιμότητας και στην υποστήριξη εργασιών σε περιοχές όπου έχουν δημιουργηθεί προβλήματα εξαιτίας έντονων βροχοπτώσεων, πλημμυρών ή άλλων ακραίων καιρικών φαινομένων.

Σε μια περιφέρεια με διαφορετικά γεωμορφολογικά χαρακτηριστικά, από τον θεσσαλικό κάμπο και τις ορεινές περιοχές της Πίνδου έως το Πήλιο και τις νησιωτικές περιοχές των Σποράδων, οι επιχειρησιακές ανάγκες δεν είναι ίδιες. Οι έντονες βροχοπτώσεις μπορεί να προκαλέσουν προβλήματα σε αγροτικούς δρόμους και δίκτυα πρόσβασης, ενώ σε ορεινές περιοχές κατολισθήσεις και μεταφορά φερτών υλικών μπορούν να δυσκεράνουν σημαντικά την κυκλοφορία. Αντίστοιχα, μετά από πλημμυρικά φαινόμενα, η απομάκρυνση υλικών και η αποκατάσταση της δυνατότητας διέλευσης αποτελούν βασικές προϋποθέσεις για την επιστροφή στην κανονικότητα και την πρόσβαση των κατοίκων στις κατοικίες, τις αγροτικές εκμεταλλεύσεις και τις επαγγελματικές τους δραστηριότητες. Βέβαια, τα συγκεκριμένα μηχανήματα αποτελούν υποστηρικτικά μέσα του συνολικού σχεδιασμού και δεν υποκαθιστούν τις υπόλοιπες υποδομές και τις παρεμβάσεις που απαιτούνται για την ολοκληρωμένη αντιπλημμυρική θωράκιση και την προστασία των περιοχών.

Ευθύνη λειτουργίας και συντήρησης

Η παραχώρηση των έξι μηχανημάτων συνοδεύεται από συγκεκριμένες υποχρεώσεις για τις υπηρεσίες που θα αναλάβουν τη διαχείρισή τους. Οι αντίστοιχες Διευθύνσεις Τεχνικών Έργων των Περιφερειακών Ενοτήτων θα έχουν την ευθύνη για τη διοικητική διαχείριση, τη φύλαξη, την ασφαλή λειτουργία και την επιχειρησιακή διάθεση του εξοπλισμού. Παράλληλα, προβλέπεται η διατήρηση των συμβατικών υποχρεώσεων του προμηθευτή για την εγγυημένη λειτουργία των μηχανημάτων, την τεχνική υποστήριξη, τη συντήρηση και την αποκατάσταση τυχόν βλαβών κατά τη διάρκεια της περιόδου εγγύησης. Πρόκειται για μια σημαντική παράμετρο, καθώς η επιχειρησιακή αξία ενός μηχανήματος δεν εξαρτάται μόνο από την απόκτησή του, αλλά και από τη δυνατότητα να βρίσκεται σε καλή κατάσταση και να είναι διαθέσιμο όταν προκύψει ανάγκη.

Στοίχημα η ετοιμότητα στην πράξη

Η ενίσχυση του μηχανολογικού εξοπλισμού εντάσσεται στη γενικότερη προσπάθεια για τη δημιουργία ενός πιο οργανωμένου και αποτελεσματικού μηχανισμού Πολιτικής Προστασίας στη Θεσσαλία. Η εμπειρία των τελευταίων ετών έχει καταστήσει σαφές ότι η πρόληψη, η ετοιμότητα και η ταχύτητα επέμβασης αποτελούν καθοριστικούς παράγοντες για τον περιορισμό των επιπτώσεων από ακραία φυσικά φαινόμενα. Το ζητούμενο πλέον είναι τα νέα μέσα να ενταχθούν ουσιαστικά στον καθημερινό επιχειρησιακό σχεδιασμό των υπηρεσιών, να υπάρχει σωστή συντήρηση και ετοιμότητα χρήσης τους.

ΡΕΠΟΡΤΑΖ ΑΜΕΣΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΘΕΣΣΑΛΙΑ
FORMedia.gr

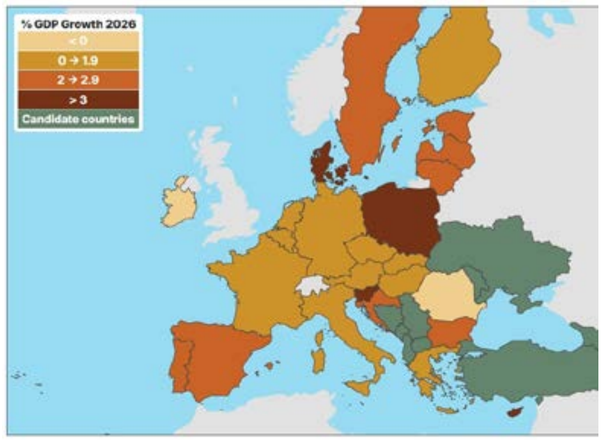
Η Κομισιόν προβλέπει ανάπτυξη 1,8% για την Ελλάδα το 2026 και μόλις 1,5% το 2027 και το 2028, καθώς εξασθενεί η συμβολή του Ταμείου Ανάκαμψης. Την ίδια στιγμή, ο πληθωρισμός εκτιμάται στο 4,1% για το 2026, περιορίζοντας την αγοραστική δύναμη των νοικοκυριών

ΕΚΘΕΣΗ ΤΗΣ ΚΟΜΙΣΟΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

Επιβράδυνση της ανάπτυξης το 2027

Χαμηλότερες οι προβλέψεις για το ΑΕΠ : Στο 1,8% η ανάπτυξη το 2026 και στο 1,5% το 2027 και το 2028, καθώς εξασθενεί η ώθηση από το Ταμείο Ανάκαμψης

Η Ελλάδα μεταξύ των οκτώ χωρών της ΕΕ όπου προβλέπεται υποχώρηση των πραγματικών μισθών





Χαμηλότερα τοποθετεί την πρόβλεψή της για το ΑΕΠ το 2027 η Κομισιόν στην φθινοπωρινή έκθεσή της για την ελληνική οικονομία, έναντι της εαρινής πρόβλεψης έκθεσης. Η Κομισιόν διατηρεί σταθερή την εκτίμηση για ανάπτυξη 1,8% το 2026, μειώνει όμως την πρόβλεψη για το 2027 στο 1,5%, έναντι 1,6% στις εαρινές προβλέψεις. Ρυθμό ανάπτυξης 1,5% αναμένει και το 2028, καθώς περιορίζεται η ώθηση από το Ταμείο Ανάκαμψης, ενώ το ενεργειακό κόστος και οι αυστηρότερες συνθήκες χρηματοδότησης επιβαρύνουν την οικονομική δραστηριότητα.

Στον αντίποδα, η Ελλάδα προβλέπεται ότι θα διατηρήσει δημοσιονομικά πλεονάσματα, αλλά και θα συνεχίσει την αποκλιμάκωση του δημόσιου χρέους. Ο λόγος χρέους προς ΑΕΠ αναμένεται να υποχωρήσει στο 135,7% το 2026, στο 130,7% το 2027 και στο 126,6% το 2028.

Παράλληλα, όμως η Κομισιόν τοποθετεί την Ελλάδα στο γκρουπ των οκτώ χωρών της Ευρωπαϊκής Ένωσης που οι πραγματικές αποδοχές θα μειωθούν. Αιτία ο πολύ υψηλός πληθωρισμός, για τον οποίο η πρόβλεψη αναθεωρείται για τη χώρα μας στο 4,1% για φέτος και στο 3,2% το 2027, περιορίζοντας την αγοραστική δύναμη παρά τις ονομαστικές αυξήσεις των αμοιβών.

Ειδικότερα, η πρόβλεψη για τον ελληνικό πληθωρισμό αναθεωρείται προς τα πάνω κατά 0,4 ποσοστιαίες μονάδες για το 2026 και κατά 0,8 μονάδες για το 2027. Η Επιτροπή προβλέπει ότι θα φθάσει στο 4,1% φέτος, θα υποχωρήσει στο 3,2% το 2027 και στο 2,4% το 2028. Ο πληθωρισμός είχε διαμορφωθεί κατά μέσο όρο στο 3,8% το τρίτο τρίμηνο του 2026. Η Επιτροπή εκτιμά ότι το υψηλότερο ενεργειακό κόστος θα περάσει και στις τιμές μη ενεργειακών αγαθών και υπηρεσιών, διατηρώντας τις πληθωριστικές πιέσεις και το 2027, προτού εξασθενήσουν σταδιακά.

Πιέσεις στα νοικοκυριά

Σύμφωνα με την Κομισιόν, η ελληνική οικονομία αναπτύχθηκε κατά 1,9% σε ετήσια βάση το πρώτο εξάμηνο του 2026, με κινητήριο δύναμη την ευρεία αύξηση της εγχώριας ζήτησης. Η επενδυτική δραστηριότητα αναμένεται να παραμείνει ισχυρή και στο δεύτερο εξάμηνο, υποστηριζόμενη από εισροές – ρεκόρ ευρωπαϊκών πόρων μέσω του Ταμείου Ανάκαμψης.

Αντιθέτως οι συνθήκες για τα νοικοκυριά είναι πιεστικές. Η Επιτροπή εκτιμά ότι το ενεργειακό σοκ «μειώνει το πραγματικό εισόδημα των νοικοκυριών και περιορίζει την αύξηση της κατανάλωσης». Τα μέτρα ενεργειακής στήριξης και η μείωση της φορολογικής και ασφαλιστικής επιβάρυνσης της εργασίας μετριάζουν την επίπτωση, αλλά δεν αποτρέπουν την προβλεπόμενη μείωση των πραγματικών αποδοχών.

Σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, η ιδιωτική κατανάλωση προβλέπεται να αυξηθεί κατά 1,5% το 2026, κατά 1,3% το 2027 και κατά 1,4% το 2028. Για τις ονομαστικές αμοιβές ανά εργαζόμενο, αντίστοιχα, προβλέπει αύξηση 3,8% το 2026, 3,4% το 2027 και 2,8% το 2028.

Μείωση πραγματικών αποδοχών

Ωστόσο η αύξηση των ονομαστικών αμοιβών δεν ισοδυναμεί από μόνη της με ενίσχυση της αγοραστικής δύναμης. Η Επιτροπή επισημαίνει ότι το 2026, για την Ελλάδα, ότι συγκαταλέγεται στην ομάδα των οκτώ χωρών, από την Ιταλία και την Ισπανία έως το Βέλγιο, την Αυστρία, το Λουξεμβούργο, την Κύπρο και τη Ρουμανία, όπου προβλέπεται υποχώρηση των πραγματικών αποδοχών.

Όπως τονίζεται «σε επίπεδο χωρών, προβλέπεται κάποια μείωση των πραγματικών αποδοχών το 2026 στη Ρουμανία, την Αυστρία, το Βέλγιο, το Λουξεμβούργο, την Ιταλία, την Ελλάδα, την Κύπρο και την Ισπανία». Στη συνέχεια η μείωση αναμένεται να αντιστραφεί, στις περισσότερες περιπτώσεις το 2027, αλλά ειδικά για το Βέλγιο, την Αυστρία και την Ισπανία το 2028.

Με τα δεδομένα αυτά πάντως, συνολικά η ανάπτυξη της Ελλάδας εκτιμάται στο 1,8% το 2026 και στο 1,5% τόσο το 2027 όσο και το 2028. Κι αυτό διότι, μετά το 2026, το υψηλό ενεργειακό κόστος, οι αυστηρότερες συνθήκες χρηματοδότησης και η σταδιακή ολοκλήρωση του Ταμείου Ανάκαμψης αναμένεται να περιορίσουν τη δυναμική των επενδύσεων. Ο ακαθάριστος σχηματισμός παγίου κεφαλαίου προβλέπεται να αυξηθεί κατά 7,3% το 2026, κατά 2,5% το 2027 και κατά 2,6% το 2028. Η πρόβλεψη για το 2027, πάντως, είναι υψηλότερη από την εαρινή εκτίμηση του 1,3%.

Παράλληλα, η Επιτροπή αναφέρει ότι οι εξαγωγές διυλισμένων πετρελαϊκών προϊόντων και η διεύρυνση της διαφοράς τιμής τους από το αργό πετρέλαιο στηρίζουν το εμπορικό ισοζύγιο, παρά την υψηλή εξάρτηση της χώρας από εισαγωγές ενέργειας.

Ανθεκτική αγορά εργασίας

Η αγορά εργασίας εξακολουθεί να βελτιώνεται, αλλά η μείωση της ανεργίας αναμένεται να συνεχιστεί πιο αργά. Το ποσοστό ανεργίας προβλέπεται στο 8,4% το 2026, στο 8% το 2027 και στο 7,7% το 2028. Οι προβλέψεις για τα δύο πρώτα έτη μάλιστα, είναι ελαφρώς χειρότερες από τις εαρινές (8,3% για το 2026 και 7,9% για το 2027).

Στην έκθεση επισημαίνεται ότι στο δεύτερο τρίμηνο του 2026 η ανεργία είχε υποχωρήσει στο 8,3% και η μακροχρόνια ανεργία είχε μειωθεί στο 4,3% , αλλά παρέμενε η υψηλότερη στην ΕΕ. Οι κενές θέσεις εργασίας παρέμεναν επίσης σε υψηλά επίπεδα, ιδίως στον τουρισμό. Η Επιτροπή επισημαίνει ως διαρθρωτικά εμπόδια τις ελλείψεις δεξιοτήτων και την περιορισμένη πρόσβαση σε υπηρεσίες φροντίδας παιδιών και ηλικιωμένων.

Η απασχόληση προβλέπεται να αυξηθεί κατά 0,5% το 2026, κατά 0,4% το 2027 και κατά 0,3% το 2028. Η επιβράδυνση της οικονομικής δραστηριότητας και τα διαρθρωτικά εμπόδια αναμένεται να περιορίσουν τον ρυθμό δημιουργίας θέσεων εργασίας.

Πρωτογενές πλεόνασμα 3,7% το 2027

Το συνολικό πλεόνασμα της γενικής κυβέρνησης προβλέπεται να περιοριστεί από 2% του ΑΕΠ το 2025 σε 0,9% το 2026, 0,7% το 2027 και 0,2% το 2028. Οι προβλέψεις για το 2026 και το 2027 πάντως είναι κατά 0,1 ποσοστιαία μονάδα υψηλότερες από τις εαρινές.

Το πρωτογενές πλεόνασμα (δηλαδή το δημοσιονομικό αποτέλεσμα πριν από τις δαπάνες τόκων) προβλέπεται στο 4,1% του ΑΕΠ το 2026, στο 3,7% το 2027 και στο 3,4% το 2028.

Για το 2026, οι νέες παροχές εκτός των μέτρων ενεργειακής στήριξης έχουν πρόσθετο δημοσιονομικό κόστος περίπου 0,8% του ΑΕΠ, ενώ τα μέτρα ενεργειακής στήριξης υπολογίζονται σε 0,3% του ΑΕΠ.

Για το 2027, η έκθεση αποτυπώνει παροχές πρόσθετου καθαρού κόστους περίπου 0,6% του ΑΕΠ. Σε αυτά περιλαμβάνονται περαιτέρω αυξήσεις αποδοχών στον δημόσιο τομέα, χρεοστουγγενιάτικη παροχή 500 ευρώ για δημοσίους υπαλλήλους, μείωση ασφαλιστικών εισφορών κατά 0,5 ποσοστιαίες μονάδες και φορολογικές ελαφρύνσεις για πολύτεκνες οικογένειες, αγρότες και αυτοαπασχολουμένους. Αναφέρεται επίσης επιδότηση 95 εκατ. ευρώ στη μεταποίηση για το αυξημένο κόστος ηλεκτρικής ενέργειας του 2026.

Η Ελλάδα συγκαταλέγεται στις οκτώ χώρες της ΕΕ όπου προβλέπεται υποχώρηση των πραγματικών αποδοχών το 2026, καθώς οι αυξήσεις στους μισθούς δεν επαρκούν για να καλύψουν την άνοδο των τιμών. Παράλληλα, η Κομισιόν προβλέπει συνέχιση της αποκλιμάκωσης του δημόσιου χρέους



Υποχώρηση δημόσιου χρέους

Ο λόγος δημόσιου χρέους προς ΑΕΠ προβλέπεται να υποχωρήσει από 145,4% το 2025 σε 135,7% το 2026, 130,7% το 2027 και 126,6% το 2028. Για το 2027 μάλιστα, η πρόβλεψη είναι χαμηλότερη κατά 3,7 ποσοστιαίες μονάδες από την αντίστοιχη εαρινή. Επιπλέον έχει αναθεωρηθεί και η βάση του 2025, με το ποσοστό χρέος να μειώνεται σε 145,4% αντί 146,1% στην προηγούμενη εκτίμηση.

Η Επιτροπή αποδίδει την προβλεπόμενη μείωση στην ισχυρή ονομαστική αύξηση του ΑΕΠ, στα δημοσιονομικά πλεονάσματα και στη χρήση ταμειακών διαθεσίμων για αποπληρωμές χρέους.

Αναθεώρηση προς τα πάνω για το ΑΕΠ

Συνολικά, η οικονομία της ΕΕ παρουσίασε καλύτερη ανθεκτικότητα από ό,τι αναμενόταν κατά τα τρία πρώτα τρίμηνα του 2026 και αναμένεται να συνεχίσει να αναπτύσσεται κατά την περίοδο πρόβλεψης, παρά τις ισχυρότερες και πιο επίμονες πληθωριστικές πιέσεις και τις αυστηρότερες συνθήκες χρηματοδότησης.

Σε αυτό το πλαίσιο, η Κομισιόν αναθεωρεί προς τα πάνω την πρόβλεψή της για την ανάπτυξη της ΕΕ το 2026, στο 1,4%, δηλαδή στο ίδιο επίπεδο με το 2025.

Η οικονομική δραστηριότητα αναμένεται να αυξηθεί κατά 1,4% και το 2027 και κατά 1,5% το 2028.

Το ΑΕΠ της ευρωζώνης αναμένεται να διαμορφωθεί στο 1,2% τόσο το τρέχον έτος όσο και το επόμενο, και να αυξηθεί στο 1,3% το 2028.

Πληθωρισμός στην ΕΕ και στην ευρωζώνη

Τον Οκτώβριο, ο πληθωρισμός στην ευρωζώνη αυξήθηκε στο 4,0%, από 3,8% τον Σεπτέμβριο. Αντίθετα, οι πληθωριστικές πιέσεις στις τιμές των μη επεξεργασμένων τροφίμων αναμένεται να ενταθούν βραχυπρόθεσμα και σταδιακά να μετακυλιστούν στις τιμές των επεξεργασμένων τροφίμων κατά μήκος της εφοδιαστικής αλυσίδας.

Επιπλέον, το αυξημένο ενεργειακό κόστος αναμένεται να μετακυλιστεί στο συνολικό καλάθι καταναλωτή, προβλέπει η Κομισιόν.

Ωστόσο, οι δευτερογενείς πληθωριστικές επιδράσεις αναμένεται να παραμείνουν περιορισμένες, καθώς οι μισθολογικές αυξήσεις επιβραδύνονται, ενώ τα συνολικά περιθώρια κέρδους των επιχειρήσεων αυξάνονται οριακά.

Συνολικά, ο γενικός πληθωρισμός στην ΕΕ αναμένεται να κορυφωθεί πάνω από το 4% μεταξύ του τέλους του 2026 και των αρχών του 2027.

Ο ετήσιος πληθωρισμός προβλέπεται να διαμορφωθεί στο 3,3% το 2026 και στο 3,2% το 2027, προτού υποχωρήσει στο 2,3% το 2028.

Ο πληθωρισμός στην ευρωζώνη αναμένεται να ακολουθήσει παρόμοια πορεία.

Όπως και στην προηγούμενη πληθωριστική έξαρση του 2022, τα νοικοκυριά χαμηλότερου εισοδήματος είναι περισσότερο εκτεθειμένα στις υψηλές τιμές των τροφίμων και στην αύξηση των λογαριασμών ενέργειας, καθώς τα συγκεκριμένα βασικά αγαθά αντιπροσωπεύουν μεγαλύτερο ποσοστό της καταναλωτικής τους δαπάνης.

Επενδύσεις και οικονομική δραστηριότητα

Αντίθετα, οι μη οικιστικές κατασκευές, συμπεριλαμβανομένων των δημόσιων επενδύσεων, προβλέπεται να συνεχίσουν να αυξάνονται φέτος, χάρη στην ώθηση που παρέχει ο Μηχανισμός Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας (Recovery and Resilience Facility – RRF). Ωστόσο, η δυναμική αυτή αναμένεται να εξασθενήσει κατά τη διάρκεια του προβλεπόμενου χρονικού ορίζοντα.

Οι επενδύσεις σε εξοπλισμό προβλέπεται να συνεχίσουν να αυξάνονται με ικανοποιητικό ρυθμό φέτος, υποστηριζόμενες και από την ανάκαμψη της μεταποίησης από την άνοιξη, αλλά αναμένεται να επιβραδυνθούν το 2027.

Οι λοιπές επενδύσεις, οι οποίες περιλαμβάνουν κυρίως άυλα περιουσιακά στοιχεία, αναμένεται να συνεχίσουν να αυξάνονται σταθερά κατά τη διάρκεια της περιόδου πρόβλεψης, αν και με βραδύτερο ρυθμό σε σχέση με τις ΗΠΑ, γεγονός που αντανακλά επίσης τις χαμηλότερες επενδύσεις στην τεχνητή νοημοσύνη στην Ευρώπη.

Συνολικά, ο ρυθμός αύξησης των επενδύσεων αναμένεται να επιβραδυνθεί από 2,6% το 2025 σε ετήσιο μέσο όρο περίπου 1,5% το 2026 και το 2027, προτού παρουσιάσει σταδιακή άνοδο προς το τέλος της περιόδου πρόβλεψης.

Αύξηση ανεργίας και ελαστικοποίησης εργασίας στους νέους

Η υπολογιζόμενη ελαστικότητα περίπου 0,25-0,3, χαμηλότερη από τον μακροχρόνιο μέσο όρο που προσεγγίζει το 0,5, υποδηλώνει ότι η οικονομική επέκταση θα συνοδεύεται από μικρότερη αύξηση της απασχόλησης σε σχέση με τα προηγούμενα χρόνια.

Κατά συνέπεια, η κυκλική αύξηση της παραγωγικότητας της εργασίας προβλέπεται να επανέλθει περίπου στο 1%.

Παρά τις δυσμενείς δημογραφικές εξελίξεις, το εργατικό δυναμικό αναμένεται να συνεχίσει να αυξάνεται κατά την περίοδο πρόβλεψης, με το ποσοστό συμμετοχής στην αγορά εργασίας να ενισχύεται σταδιακά και να φθάνει στο 66,7% έως το τέλος της περιόδου.

Το ποσοστό ανεργίας αναμένεται να παραμείνει κοντά στα ιστορικά χαμηλά επίπεδα, ελαφρώς πάνω από το 6%, καθ' όλη τη διάρκεια της περιόδου πρόβλεψης.

Οι μισθοί προβλέπεται να αυξηθούν κατά 3,8% φέτος και κατά 3,7% το επόμενο έτος, ποσοστά οριακά υψηλότερα από εκείνα που είχαν προβλεφθεί την άνοιξη, και να επιβραδυνθούν πιο αισθητά το 2028.

Αυτό συνεπάγεται θετική αύξηση των πραγματικών μισθών κατά τη διάρκεια της περιόδου πρόβλεψης, αν και με ρυθμό χαμηλότερο από την αύξηση της παραγωγικότητας.

Ιδιωτική κατανάλωση και εισόδημα των νοικοκυριών

Κατά την περίοδο πρόβλεψης, το πραγματικό διαθέσιμο εισόδημα αναμένεται να αυξηθεί με βραδύτερο ρυθμό σε σχέση με τις εαρινές προβλέψεις, λόγω της σημαντικής αύξησης του κόστους διαβίωσης.

Η αύξηση της ιδιωτικής κατανάλωσης αναμένεται να επιβραδυνθεί στο 1,3% φέτος, να υποχωρήσει οριακά στο 1,1% το 2027 και να επανέλθει στο 1,3% το 2028, καθώς η αποκλιμάκωση του πληθωρισμού θα επιτρέψει ισχυρότερη αύξηση της αγοραστικής δύναμης των νοικοκυριών.

Η πρόβλεψη για την καταναλωτική δαπάνη εξαρτάται επίσης από μια μικρή μείωση του ποσοστού αποταμίευσης των νοικοκυριών, στο 14,1% το 2028, επίπεδο που εξακολουθεί να είναι σημαντικά υψηλότερο από τον προ πανδημίας μέσο όρο, ο οποίος ανερχόταν περίπου στο 12%.

Οι επιδράσεις του πλούτου (wealth effects) διαδραματίζουν οριακό ρόλο στην ενίσχυση της κατανάλωσης.

Μετά από προβλεπόμενη αύξηση κατά 1,9% φέτος, η αύξηση της δημόσιας κατανάλωσης αναμένεται να επιβραδυνθεί σε λίγο πάνω από το 1% κατά τα επόμενα δύο έτη.

Δημοσιονομική πολιτική και δημόσιο χρέος

Παρότι η δημοσιονομική πολιτική θα είναι συνολικά ελαφρώς συσταλτική κατά την περίοδο 2027-2028 και τα προσωρινά μέτρα για τον περιορισμό των κοινωνικών και οικονομικών επιπτώσεων των υψηλών τιμών ενέργειας αναμένεται να καταργηθούν σταδιακά, οι δαπάνες για τόκους προβλέπεται να αυξάνονται σταθερά.

Ειδικότερα, αναμένεται να αυξηθούν από 1,9% του ΑΕΠ το 2025 σε 2,4% του ΑΕΠ το 2028, καταγράφοντας το υψηλότερο ποσοστό των τελευταίων δεκαετιών.

Παρά τη σταδιακή αύξηση των δαπανών στο πλαίσιο της πολιτικής συνοχής, το συνολικό επίπεδο των δαπανών που χρηματοδοτούνται από την ΕΕ αναμένεται να μειωθεί το 2027, καθώς ολοκληρώνεται ο Μηχανισμός Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας (RRF).

Η εξέλιξη αυτή συμβάλλει στη συσταλτική δημοσιονομική στάση του 2027.

Οι δημόσιες επενδύσεις αναμένεται να παραμείνουν σταθερές ως ποσοστό του ΑΕΠ, σε ιστορικά υψηλά επίπεδα, ενισχυόμενες από τη συνεχιζόμενη αύξηση των αμυντικών δαπανών.

Ο λόγος του δημόσιου χρέους προς το ΑΕΠ προβλέπεται να αυξηθεί στην ΕΕ από 82,6% του ΑΕΠ το 2025 σε 85,6% το 2028.

Στην ευρωζώνη, αναμένεται να αυξηθεί από 88,6% του ΑΕΠ το 2025 σε 91,3% το 2028.



Η Περιφέρεια Θεσσαλίας χρηματοδοτεί την αναβάθμιση των αθλητικών υποδομών της ΣΜΥ στα Τρίκαλα, με πλήρη εξοπλισμό του υφιστάμενου γυμναστηρίου και τη δημιουργία κολυμβητηρίου 25 × 10 μέτρων με αεροϋποστηριζόμενη κάλυψη, ενισχύοντας τη φυσική εκπαίδευση των σπουδαστών

Νέο κολυμβητήριο για τη ΣΜΥ

Σύγχρονο, πλήρως εξοπλισμένο γυμναστήριο και κολυμβητήριο 25 × 10 μέτρων με αεροϋποστηριζόμενη κάλυψη για την αναβάθμιση της φυσικής εκπαίδευσης των σπουδαστών





Σημαντική ενίσχυση των αθλητικών υποδομών της Σχολής Μονίμων Υπαξιωματικών (ΣΜΥ) στα Τρίκαλα δρομολογείται με πρωτοβουλία της Περιφέρειας Θεσσαλίας, η οποία αναλαμβάνει τη χρηματοδότηση δύο παρεμβάσεων που αναμένεται να αναβαθμίσουν ουσιαστικά τις δυνατότητες άθλησης και φυσικής προετοιμασίας των σπουδαστών.

ΡΕΠΟΡΤΑΖ ΑΜΕΣΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΘΕΣΣΑΛΙΑ **FORMedia.gr**

Τη δημιουργία ενός σύγχρονου γυμναστηρίου, εξοπλισμένου με όλα τα απαραίτητα όργανα άθλησης και ενδυνάμωσης, καθώς και την κατασκευή κολυμβητηρίου διαστάσεων 25 × 10 μέτρων, ανακοίνωσε ο Περιφερειάρχης Θεσσαλίας Δημήτρης Κουρέτας, κατά την επίσκεψή του στις εγκαταστάσεις της στρατιωτικής σχολής, όπου βρέθηκε συνοδευόμενος από την αντιπεριφερειάρχη Π.Ε. Τρικάλων Χρύσα Ντιντή και έγινε δεκτός από τον Διοικητή της Σχολής, Ταξίαρχο Κωνσταντίνο Κωτάκο. Στο επίκεντρο της επίσκεψης βρέθηκαν οι υφιστάμενες ανάγκες της Σχολής, οι δυνατότητες αξιοποίησης των διαθέσιμων χώρων και οι προοπτικές βελτίωσης των εγκαταστάσεων που υποστηρίζουν την καθημερινή εκπαίδευση των μελλοντικών στελεχών των Ενόπλων Δυνάμεων.

Κεντρική θέση στον σχεδιασμό καταλαμβάνει η δημιουργία ενός πλήρως εξοπλισμένου γυμναστηρίου, το οποίο θα καλύπτει ένα ευρύ φάσμα αναγκών εκγύμνασης, φυσικής κατάστασης και μυϊκής ενδυνάμωσης των σπουδαστών. Όπως διευκρίνισε ο Δημήτρης Κουρέτας, δεν προβλέπεται η ανέγερση νέου κτιρίου, καθώς στη Σχολή υπάρχει ήδη κατάλληλος διαθέσιμος χώρος. Η παρέμβαση της Περιφέρειας Θεσσαλίας θα επικεντρωθεί στην προμήθεια και εγκατάσταση σύγχρονου αθλητικού εξοπλισμού, προκειμένου ο υφιστάμενος χώρος να μετατραπεί σε μια ολοκληρωμένη εγκατάσταση γυμναστικής, αντάξια των απαιτήσεων μιας στρατιωτικής σχολής.

Ο εξοπλισμός που σχεδιάζεται να διατεθεί περιλαμβάνει διαδρόμους τρεξίματος, στατικά ποδήλατα, ελλειπτικά μηχανήματα, ελεύθερα βάρη, πάγκους γυμναστικής, πολυόργανα και εξειδικευμένα μηχανήματα ενδυνάμωσης. Με τον τρόπο αυτό θα παρέχεται η δυνατότητα στους σπουδαστές να πραγματοποιούν διαφορετικά προγράμματα εκγύμνασης, ανάλογα με τις απαιτήσεις της στρατιωτικής τους εκπαίδευσης.

Παράλληλα, η Περιφέρεια Θεσσαλίας αναλαμβάνει και την κάλυψη των αναγκών θέρμανσης και ψύξης του χώρου, ώστε να διασφαλίζονται οι κατάλληλες συνθήκες λειτουργίας και άθλησης σε όλες τις εποχές του χρόνου.

«Η Περιφέρεια Θεσσαλίας αναλαμβάνει να χρηματοδοτήσει τον πλήρη εξοπλισμό ενός σύγχρονου γυμναστηρίου για τους σπουδαστές της ΣΜΥ. Θέλουμε να δημιουργήσουμε έναν χώρο άθλησης υψηλών προδιαγραφών, με ό,τι καλύτερο υπάρχει σε εξοπλισμό, που θα ανταποκρίνεται στις ανάγκες της καθημερινής τους εκπαίδευσης», ανέφερε χαρακτηριστικά ο Περιφερειάρχης.

Κολυμβητήριο με «μπαλόνι»

Εξίσου σημαντική θεωρείται η απόφαση για τη δημιουργία νέου κολυμβητηρίου στις εγκαταστάσεις της Σχολής, με διαστάσεις 25 × 10 μέτρα και αεροϋποστηριζόμενη κάλυψη τύπου «μπαλόνι». Πρόκειται για μια υποδομή που θα διευρύνει τις δυνατότητες αθλητικής δραστηριότητας των σπουδαστών, καθώς η ειδική κάλυψη θα επιτρέπει τη χρήση της πισίνας ανεξάρτητα από τις καιρικές συνθήκες. Με αυτόν τον τρόπο, η κολύμβηση θα μπορεί να ενταχθεί με μεγαλύτερη ευελιξία στο πρόγραμμα φυσικής προετοιμασίας, χωρίς να εξαρτάται από τις εποχικές μεταβολές ή τις δυσμενείς καιρικές συνθήκες.

Η συγκεκριμένη παρέμβαση έρχεται να συμπληρώσει τον σχεδιασμό για την αναβάθμιση των αθλητικών εγκαταστάσεων της ΣΜΥ, προσθέτοντας μια ακόμη δυνατότητα εκπαίδευσης και σωματικής άσκησης σε ένα περιβάλλον όπου η φυσική αντοχή και η καλή σωματική κατάσταση αποτελούν βασικές προϋποθέσεις για την επαγγελματική εξέλιξη των σπουδαστών.

Η σημασία των παρεμβάσεων για τη Σχολή Τη σημασία της χρηματοδοτικής συνδρομής της Περιφέρειας υπογράμμισε από την πλευρά του ο Διοικητής της ΣΜΥ, Ταξίαρχος Κωνσταντίνος Κωτάκος, επισημαίνοντας ότι η ύπαρξη διαθέσιμου χώρου για τη δημιουργία του γυμναστηρίου αποτελεί σημαντικό πλεονέκτημα, ενώ η εξασφάλιση του απαραίτητου εξοπλισμού θα επιτρέψει την πλήρη αξιοποίησή του. Όπως ανέφερε, η συγκεκριμένη πρωτοβουλία θα δώσει τη δυνατότητα στη Σχολή να αποκτήσει μια ολοκληρωμένη αθλητική εγκατάσταση, η οποία θα ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις και στο επίπεδο λειτουργίας ενός στρατιωτικού εκπαιδευτικού ιδρύματος.

«Θα είναι ένα πλήρες γυμναστήριο που θα αρμόζει στη Στρατιωτική Σχολή», σημείωσε χαρακτηριστικά, αναδεικνύοντας τη σημασία της συνεργασίας με την Περιφέρεια για την κάλυψη αναγκών που σχετίζονται άμεσα με την καθημερινότητα και την εκπαίδευση των σπουδαστών.

Συνεργασία για την υλοποίηση των έργων

Η επίσκεψη του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας στις εγκαταστάσεις της Σχολής ολοκληρώθηκε με συζήτηση μεταξύ των δύο πλευρών για τα επόμενα βήματα, τις διαδικασίες που απαιτούνται και τον συντονισμό της συνεργασίας προκειμένου να προχωρήσουν οι προγραμματισμένες παρεμβάσεις.

Οι δύο αθλητικές υποδομές συνθέτουν μια συνολική προσπάθεια αναβάθμισης των συνθηκών εκπαίδευσης στη ΣΜΥ Τρικάλων, με την Περιφέρεια Θεσσαλίας να αναλαμβάνει ενεργό ρόλο στην ενίσχυση των δυνατοτήτων της Σχολής.

Το ζητούμενο δεν περιορίζεται στην προσθήκη νέου εξοπλισμού ή στην κατασκευή μιας πισίνας, αλλά αφορά τη δημιουργία ενός πιο ολοκληρωμένου πλαισίου φυσικής προετοιμασίας για τους αυριανούς υπαξιωματικούς. Σε μια στρατιωτική σχολή, όπου η σωματική αντοχή, η πειθαρχία και η επιχειρησιακή ετοιμότητα αποτελούν αναπόσπαστα στοιχεία της εκπαίδευσης, η αναβάθμιση των αθλητικών εγκαταστάσεων αποκτά ιδιαίτερη σημασία. Με την ολοκλήρωση των σχεδιαζόμενων παρεμβάσεων, η ΣΜΥ αναμένεται να διαθέτει αναβαθμισμένες δυνατότητες άθλησης, ενισχύοντας τις υποδομές που υποστηρίζουν την προετοιμασία και τη συνολική εκπαιδευτική διαδικασία των σπουδαστών της.



Η μεταφορά των ελεγκτικών αρμοδιοτήτων στη Λάρισα από την 1η Ιανουαρίου 2027 προκαλεί αντιδράσεις, με τους εργαζόμενους να προειδοποιούν για σταδιακή αποδυνάμωση της ΔΟΥ Βόλου, ενώ παραμένουν τα ερωτήματα για τον πραγματικό ρόλο που θα διατηρήσει η υπηρεσία

ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΤΩΝ ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΩΝ

Στον «αέρα» η ΔΟΥ Βόλου

Ανησυχία για το μέλλον της υπηρεσίας και την εξυπηρέτηση πολιτών και επιχειρήσεων προκαλεί το σχέδιο μεταφοράς ελεγκτικών αρμοδιοτήτων στη Λάρισα



Η προοπτική μιας σταδιακής αποδυνάμωσης της ΔΟΥ Βόλου, μέσα από την κεντρικοποίηση φορολογικών και ελεγκτικών αρμοδιοτήτων σε υπηρεσίες εκτός νομού, προκαλεί έντονες αντιδράσεις στους εργαζόμενους και ανοίγει μια ευρύτερη συζήτηση για το μέλλον των δημόσιων οικονομικών υπηρεσιών στην περιφέρεια. Στο επίκεντρο βρίσκεται ο σχεδιασμός της ΑΑΔΕ για την αναδιοργάνωση των ΔΟΥ., ο οποίος, σύμφωνα με τους εργαζόμενους, προβλέπει από την 1η Ιανουαρίου 2027 τη μεταφορά των Τμημάτων Ελέγχου της Μαγνησίας στο υπό δημιουργία Φορολογικό Κέντρο Θεσσαλίας, με έδρα τη Λάρισα.

Γράφει η **Εννη Λεβέντη**

Οι εργαζόμενοι εκτιμούν ότι η συγκεκριμένη εξέλιξη δεν αποτελεί μια απλή διοικητική αναδιάρθρωση, αλλά μπορεί να αποτελέσει το πρώτο βήμα για την ουσιαστική κατάργηση της πλήρους λειτουργίας της τοπικής ΔΟΥ, ακόμη κι αν το κτίριο στον Βόλο εξακολουθήσει να λειτουργεί. Η ανησυχία τους αφορά κυρίως την απώλεια σημαντικών φορολογικών αντικειμένων, την απομάκρυνση κρίσιμων αρμοδιοτήτων και τη σταδιακή μετατροπή της υπηρεσίας σε μια δομή περιορισμένων δυνατοτήτων, η οποία δεν θα μπορεί να καλύπτει το σύνολο των αναγκών της τοπικής κοινωνίας.

Στο πλαίσιο αυτό, ο Σύλλογος Εργαζομένων της ΔΟΥ Βόλου προχωρά την Πέμπτη 26 Νοεμβρίου 2026 σε στάση εργασίας, καλώντας παράλληλα τους φορείς του νομού να εκδώσουν ψηφίσματα συμπαράστασης και να στηρίξουν την κινητοποίηση. Η συγκέντρωση διαμαρτυρίας έχει προγραμματιστεί στις εγκαταστάσεις της ΔΟΥ Βόλου, με βασικό αίτημα τη διατήρηση και ενίσχυση των τοπικών φορολογικών υπηρεσιών, με πλήρη στελέχωση, υποδομές και αρμοδιότητες. Για τους εργαζόμενους, το ζήτημα δεν περιορίζεται στα εργασιακά τους δικαιώματα. Αφορά την καθημερινότητα χιλιάδων φορολογουμένων, επαγγελματιών και επιχειρήσεων, αλλά και τη διοικητική παρουσία του κράτους στη Μαγνησία. Όπως επισημαίνουν, ένας νομός χωρίς μια πλήρως λειτουργική ΔΟΥ χάνει ένα σημαντικό κομμάτι της δημόσιας εξυπηρέτησης, με τις συνέπειες να είναι εντονότερες για όσους δεν έχουν τη δυνατότητα να αξιοποιήσουν πλήρως τις ψηφιακές υπηρεσίες ή να μετακινούνται εύκολα εκτός της περιοχής τους.

Η ψηφιοποίηση, σύμφωνα με τους εργαζόμενους, δεν έχει εξαλείψει την ανάγκη φυσικής παρουσίας στις φορολογικές υπηρεσίες. Υπάρχουν υποθέσεις που απαιτούν προσωπική επικοινωνία, διευκρινίσεις, έλεγχο εγγράφων και άμεση παρέμβαση υπαλλήλων. Η απομάκρυνση αρμοδιοτήτων από τον Βόλο ενδέχεται, επομένως, να δημιουργήσει πρόσθετα εμπόδια, αυξημένο κόστος και καθυστερήσεις, ιδιαίτερα για μικρές επιχειρήσεις και πολίτες που κατοικούν στην περιφέρεια του νομού. Ιδιαίτερη διάσταση αποκτά το ζήτημα λόγω της γεωγραφίας της Μαγνησίας. Οι περιοχές του Πηλίου και οι Βόρειες Σποράδες αντιμετωπίζουν ήδη αντικειμενικές δυσκολίες στις μετακινήσεις, ενώ η μετάβαση στη Λάρισα για την εξυπηρέτηση φορολογικών υποθέσεων θα μπορούσε να επιβαρύνει σημαντικά πολίτες και επαγγελματίες. Για τους κατοίκους απομακρυσμένων χωριών, αλλά και για όσους δραστηριοποιούνται σε νησιωτικές περιοχές, η φυσική πρόσβαση σε μια κεντρική υπηρεσία εκτός νομού δεν είναι πάντοτε εύκολη ή οικονομικά εφικτή. Παράλληλα, οι εργαζόμενοι υπογραμμίζουν ότι η αυξανόμενη εξάρτηση από τις ηλεκτρονικές διαδικασίες δεν λαμβάνει επαρκώς υπόψη τον ψηφιακό αναλφαβητισμό, ο οποίος εξακολουθεί να αποτελεί σημαντικό εμπόδιο, κυρίως για ηλικιωμένους και κατοίκους μικρών οικισμών. Σε αυτές τις περιπτώσεις, η διεκπεραίωση μιας υπόθεσης μπορεί να απαιτήσει τη συνδρομή λογιστών ή άλλων επαγγελματιών, μεταφέροντας ουσιαστικά το κόστος της αναδιοργάνωσης στους ίδιους τους φορολογουμένους.

Υποστελέχωση και αβεβαιότητα

Η συζήτηση για την αναδιοργάνωση της ΔΟΥ στον Βόλο αποκτά ακόμη μεγαλύτερη βαρύτητα εξαιτίας της ήδη δύσκολης κατάστασης που επικρατεί στο εσωτερικό της υπηρεσίας. Το πρόβλημα της υποστελέχωσης έφερε πριν λίγες μέρες στη Βουλή ο βουλευτής Μαγνησίας Αλέξανδρος Μεϊκόπουλος, με ερώτησή του προς τον υπουργό Εθνικής Οικονομίας και Οικονομικών.

Σύμφωνα με τα στοιχεία που επικαλέστηκε, κατά την τελευταία τριετία αποχώρησαν από νευραλγικές υπηρεσίες της ΔΟΥ Βόλου 40 εργαζόμενοι, ενώ οι θέσεις που καλύφθηκαν από νέες τοποθετήσεις ανέρχονται μόλις σε πέντε. Την ίδια στιγμή, μέχρι το τέλος του 2026 αναμένεται να αποχωρήσουν ακόμη 25 υπάλληλοι, κυρίως λόγω συνταξιοδότησης ή για άλλους λόγους. Η εικόνα αυτή αποτυπώνει το μέγεθος της πίεσης που δέχεται η υπηρεσία. Όπως ανέφερε ο βουλευτής, περισσότεροι από τους μισούς εργαζομένους αναγκάζονται να εκτελούν ταυτόχρονα πολλαπλά καθήκοντα, προκειμένου να καλύψουν τα κενά. Οι ελλείψεις δεν επιβαρύνουν μόνο το προσωπικό, αλλά επηρεάζουν άμεσα την εξυπηρέτηση των πολιτών, τη διεκπεραίωση των φορολογικών υποθέσεων, τους ελέγχους και την είσπραξη των δημοσίων εσόδων. Το ερώτημα που προκύπτει είναι πώς μπορεί μια υπηρεσία που ήδη λειτουργεί υπό συνθήκες σοβαρής υποστελέχωσης να ανταποκριθεί στις αυξημένες ανάγκες, όταν παράλληλα σχεδιάζεται η μεταφορά αρμοδιοτήτων της σε μια άλλη διοικητική δομή. Οι εργαζόμενοι εκφράζουν τον φόβο ότι η αναδιάρθρωση θα επιταχύνει τη συρρίκνωση της περιφερειακής υπηρεσίας, καθώς οι αποχωρήσεις λόγω συνταξιοδότησης δεν θα αναπληρώνονται με νέες προσλήψεις στον ίδιο βαθμό. Ακόμη κι αν δεν υπάρξουν άμεσες μετακινήσεις υπαλλήλων, όπως επισημαίνουν, η απώλεια οργανικών θέσεων και αντικειμένων θα δημιουργήσει σταδιακά μια υπηρεσία με λιγότερες δυνατότητες και περιορισμένο ρόλο. Ταυτόχρονα, η μεταφορά αρμοδιοτήτων μπορεί να προκαλέσει εργασιακή αναστάτωση, καθώς υπάλληλοι περιφερειακών τμημάτων ενδέχεται να βρεθούν αντιμέτωποι με αλλαγές στο αντικείμενο εργασίας τους, απώλεια θέσεων ευθύνης ή ενδεχόμενες μετακινήσεις. Σημαντικές είναι και οι ενστάσεις που διατυπώνονται για την αποτελεσματικότητα του μοντέλου της κεντρικοποίησης. Ο Σύλλογος Εργαζομένων υποστηρίζει ότι δεν έχουν παρουσιαστεί επαρκή και δημοσιοποιημένα στοιχεία που να αποδεικνύουν ότι η συγκέντρωση των υπηρεσιών σε μεγαλύτερες διοικητικές μονάδες οδηγεί σε ταχύτερη διεκπεραίωση υποθέσεων, λιγότερες εκκρεμότητες και καλύτερη εισπραξιμότητα. Αντίθετα, επικαλείται προβλήματα υποστελέχωσης σε αντίστοιχες δομές της Αθήνας και της Θεσσαλονίκης, εκφράζοντας επιφυλάξεις για το κατά πόσο ένα τέτοιο μοντέλο μπορεί να εφαρμοστεί αποτελεσματικά στην περιφέρεια.

Ξεχωριστή ανησυχία προκαλεί και η πιθανή απομάκρυνση των ελεγκτικών αρμοδιοτήτων. Η Μαγνησία διαθέτει έντονη βιομηχανική, εμπορική, αγροτική και τουριστική δραστηριότητα, με διαφορετικές ανάγκες και ιδιαιτερότητες ανά περιοχή και περίοδο. Η παρουσία ελεγκτικών υπηρεσιών στον τόπο όπου δραστηριοποιούνται οι επιχειρήσεις θεωρείται από τους εργαζόμενους κρίσιμη για τη διενέργεια άμεσων επιτόπιων ελέγχων, αυτοψιών και διασταυρώσεων.

Η μεταφορά των ελέγχων στη Λάρισα, σύμφωνα με τις επισημάνσεις τους, μπορεί να περιορίσει την ταχύτητα ανταπόκρισης και να στερήσει από τις φορολογικές αρχές την άμεση γνώση της τοπικής αγοράς. Σε μια περίοδο κατά την οποία η αντιμετώπιση της φοροδιαφυγής, των εικονικών επιχειρήσεων και των κυκλωμάτων που χρησιμοποιούν ανυπαρθρώπους βρίσκεται ψηλά στην επικαιρότητα, η τοπική πληροφόρηση και η δυνατότητα άμεσης παρέμβασης αποκτούν ιδιαίτερη σημασία.



Από τις 30 Νοεμβρίου έως και τις 5 Δεκεμβρίου, μαθητές, εκπαιδευτικοί, εκπρόσωποι συλλόγων, εθελοντές και πολίτες ενώνουν τις δυνάμεις τους, στέλνοντας ένα ηχηρό μήνυμα υπέρ της ισότιμης συμμετοχής όλων στην κοινωνική ζωή

ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΑΦΙΕΡΩΜΕΝΗ ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΗΡΙΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟ ΣΤΟΝ ΒΟΛΟ

«Η αγάπη είναι η λύση»

Σειρά δράσεων της Ιεράς Μητρόπολης Δημητριάδος και Αλμυρού για την ισότητα, την αποδοχή και την κοινωνική συμπερίληψη



Μια εβδομάδα αφιερωμένη στην ενημέρωση, την ευαισθητοποίηση και την ανάδειξη της αξίας της ανθρώπινης προσφοράς διοργανώνει στον Βόλο το Άτυπο Δίκτυο Φορέων Υγείας Μαγνησίας της Ιεράς Μητρόπολης Δημητριάδος και Αλμυρού. Από τις 30 Νοεμβρίου έως και τις 5 Δεκεμβρίου, μαθητές, εκπαιδευτικοί, εκπρόσωποι συλλόγων, εθελοντές και πολίτες ενώνουν τις δυνάμεις τους, στέλνοντας ένα ηχηρό μήνυμα υπέρ της ισότιμης συμμετοχής όλων στην κοινωνική ζωή.

Με κεντρικό σύνθημα «Η αγάπη είναι η λύση», οι πρωτοβουλίες συνδέονται με δύο σημαντικές παγκόσμιες ημέρες: την Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία, στις 3 Δεκεμβρίου, και την Παγκόσμια Ημέρα Εθελοντισμού, στις 5 Δεκεμβρίου. Βασικός στόχος είναι να αναδειχθεί ότι η αποδοχή της διαφορετικότητας δεν αποτελεί απλώς μια θεωρητική διακήρυξη, αλλά προϋποθέτει καθημερινή στάση ζωής, έμπρακτη υποστήριξη και συλλογική ευθύνη.

Παρουσιάζοντας το πρόγραμμα των εκδηλώσεων, ο Μητροπολίτης Δημητριάδος και Αλμυρού κ. Ιγνάτιος υπογράμμισε τη σημασία της αγάπης, του σεβασμού και της αλληλεγγύης ως θεμελιωδών αξιών μιας κοινωνίας που δεν αφήνει κανέναν στο περιθώριο. Ιδιαίτερη έμφαση έδωσε στη συνεργασία με την εκπαιδευτική κοινότητα και τη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Μαγνησίας, επισημαίνοντας ότι κάθε άνθρωπος, ανεξάρτητα από την ύπαρξη αναπηρίας, δικαιούται ίσες ευκαιρίες και δυνατότητες συμμετοχής.

Από το σχολείο στον αθλητισμό

Η αυλαία των δράσεων θα ανοίξει τη Δευτέρα 30 Νοεμβρίου, στις 12:00, στο Μουσικό Σχολείο Βόλου, όπου οι μαθητές θα παρουσιάσουν μουσικοθεατρικό δρώμενο με μηνύματα αποδοχής, ισότητας και κοινωνικής συμμετοχής.

Το απόγευμα της ίδιας ημέρας, στις 18:00, στο ξενοδοχείο «Ξενία», θα πραγματοποιηθεί «Αρχονταρίκι» με τον Μητροπολίτη Δημητριάδος, με θέμα την αναπηρία, την εκπαίδευση και τη συμπερίληψη. Στο πλαίσιο της συνάντησης θα προβληθεί η ταινία μικρού μήκους «Πώς να εκπαιδεύσεις έναν αντιήρωα» και θα ακολουθήσει συζήτηση με ανθρώπους που γνωρίζουν τις προκλήσεις της Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης. Στη συζήτηση θα συμμετάσχουν οι Γεώργιος Αλμπανούδης, Απόστολος Μιχαλόπουλος και Φωτεινή Γρηγορίου, ενώ θα υπάρξει και βιντεοσκοπημένη παρέμβαση της Στέλλας Μιχολίτση από τη Στοκχόλμη. Την Τρίτη 1 Δεκεμβρίου, η ενημέρωση θα μεταφερθεί στον χώρο του αθλητισμού. Στο Εθνικό Αθλητικό Κέντρο Βόλου θα πραγματοποιηθεί γνωριμία με το γκόλμπολ (goalball), το παραολυμπιακό άθλημα που απευθύνεται σε άτομα με προβλήματα όρασης. Οι μαθητές θα έχουν την ευκαιρία να συμμετάσχουν βιωματικά, να γνωρίσουν τους κανόνες και τις ιδιαιτερότητές του και να αντιληφθούν στην πράξη πόσο σημαντικές είναι η συνεργασία, η εμπιστοσύνη και η ισότιμη συμμετοχή.

Κοινωνική ευαισθητοποίηση

Κορυφαία στιγμή της εβδομάδας θα είναι η Πέμπτη 3 Δεκεμβρίου, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει διαδικτυακές εκδηλώσεις, σχολικές πρωτοβουλίες, πορεία ευαισθητοποίησης και δραστηριότητες ανοιχτές στους πολίτες.

Από τις 08:00 έως τις 10:00 θα πραγματοποιηθεί διαδικτυακή συνάντηση σε συνεργασία με τη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Μαγνησίας, κατά την οποία θα παρουσιαστούν οι δράσεις και το έργο των συλλόγων και φορέων που συμμετέχουν στο Άτυπο Δίκτυο Φορέων Υγείας. Παράλληλα, στο Πνευματικό Κέντρο της Ιεράς Μητρόπολης, το 3ο Γυμνάσιο Βόλου θα πραγματοποιήσει ξεχωριστή εκδήλωση από τις 08:30 έως τις 10:00. Στη συνέχεια θα ακολουθήσει πορεία ευαισθητοποίησης, με αφετηρία το Πνευματικό Κέντρο και τερματισμό την πλατεία του Μητροπολιτικού Ιερού Ναού Αγίου Νικολάου. Μαθητές, εκπαιδευτικοί, οικογένειες, εκπρόσωποι συλλόγων, εθελοντές και πολίτες αναμένεται να συμμετάσχουν, μεταφέροντας στους δρόμους της πόλης το μήνυμα ότι η αναπηρία δεν πρέπει να αποτελεί αιτία αποκλεισμού ή άνισης μεταχείρισης. Στην πλατεία του Αγίου Νικολάου, το ΕΕΕΕΚ Βόλου, σε συνεργασία με άλλους φορείς, θα οργανώσει βιωματικά και εκπαιδευτικά παιχνίδια, ψυχαγωγικές δραστηριότητες και πρωτοβουλίες συμπερίληψης. Στόχος είναι μικροί και μεγάλοι να συμμετάσχουν ενεργά, ανακαλύπτοντας μέσα από την κοινή εμπειρία τη σημασία της αποδοχής. Οι δράσεις θα συνεχιστούν διαδικτυακά από τις 18:00 έως τις 20:00, με τη συμμετοχή των Εσπερινών Σχολείων της περιοχής. Το πρόγραμμα θα περιλαμβάνει δύο βιντεοπροβολές κοινωνικού και εκπαιδευτικού περιεχομένου, καθώς και παρουσιάσεις των συλλόγων για την προσφορά και την υποστήριξη που παρέχουν στα άτομα με αναπηρία και τις οικογένειές τους.

Η οικογένεια στο προσκήνιο

Η εβδομάδα θα ολοκληρωθεί το Σάββατο 5 Δεκεμβρίου, στις 11:00, στο Συνεδριακό Κέντρο Θεσσαλίας, στα Μελισσάτικα Βόλου. Η τελική εκδήλωση θα είναι αφιερωμένη όχι μόνο στα άτομα με αναπηρία, αλλά και στις οικογένειές τους, στους φροντιστές και στους ανθρώπους που προσφέρουν εθελοντικά τον χρόνο και τις δυνάμεις τους. Κεντρική ομιλήτρια θα είναι η Παναγιώτα Σταυρούση, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια του Παιδαγωγικού Τμήματος Ειδικής Αγωγής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, η οποία θα αναφερθεί στην αυτονομία, τον αυτοπροσδιορισμό και την ενδυνάμωση των ατόμων με αναπηρία. Ιδιαίτερη σημασία θα έχει και η προσωπική μαρτυρία μέλους οικογένειας ατόμου με αναπηρία, μέσα από την οποία θα φωτιστούν οι καθημερινές δυσκολίες, οι ανάγκες και οι προκλήσεις που συχνά παραμένουν αθέατες.

Η εκδήλωση θα πλαισιωθεί από μουσική παρέμβαση και τιμητικές αναφορές σε εθελοντές και ομάδες που έχουν αναπτύξει σημαντική κοινωνική προσφορά. Παράλληλα, θα υπάρχουν δημιουργικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες για παιδιά με αναπηρία, με τη συνδρομή συνεργαζόμενων φορέων, ώστε να διευκολυνθεί η συμμετοχή των οικογενειών τους.

ΡΕΠΟΡΤΑΖ ΑΜΕΣΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΘΕΣΣΑΛΙΑ
FORMedia.gr



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! Ξεχωριστή θέση στην εκπομπή έχει ο «Μπολσεβίκος», μια ιδιαίτερη ραδιοφωνική persona που αποτελεί πλέον αναπόσπαστο κομμάτι του «NON PAPER». Με τον δικό του χαρακτηριστικό τρόπο, το δικό του ύφος και τη δική του ματιά, ο «Μπολσεβίκος» λειτουργεί ως ένας ξεχωριστός ρόλος μέσα στην εκπομπή, προσθέτοντας χιούμορ, σαρκασμό, αιχμηρό σχόλιο και ανατροπή στην καθημερινή ραδιοφωνική συζήτηση.



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 παραγωγό 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!!!

Κεντρικός πρωταγωνιστής της εκδήλωσης θα είναι ο Ανδριανός Γολέμης, ο οποίος θα μοιραστεί με τους μαθητές και τις μαθήτριες την προσωπική και επαγγελματική του διαδρομή, μεταφέροντάς τους εμπειρίες από την επιστημονική έρευνα



Από τα Τρίκαλα στο Διάστημα

Ο Θεσσαλός γιατρός και πρώτος Έλληνας αστροναύτης, Ανδριανός Γολέμης συναντά μαθητές και μαθήτριες των Τρικάλων σε μία ξεχωριστή εκπαιδευτική δράση

Μια ξεχωριστή ευκαιρία να γνωρίσουν τον συναρπαστικό κόσμο του Διαστήματος, να ανακαλύψουν τα μυστικά της διαστημικής επιστήμης και να συνομιλήσουν με έναν άνθρωπο που βρίσκεται στην πρώτη γραμμή της ευρωπαϊκής διαστημικής δραστηριότητας θα έχουν οι μαθητές και οι μαθήτριες των σχολείων Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης της Περιφερειακής Ενότητας Τρικάλων.

Η εκπαιδευτική δράση με τίτλο «Από τα Τρίκαλα στο Διάστημα: Συζήτηση με τον πρώτο Έλληνα αστροναύτη Ανδριανό Γολέμη» θα πραγματοποιηθεί την ερχόμενη Παρασκευή, στις 10:00, στο Δημοτικό Κλειστό Γυμναστήριο της πόλης. Πρόκειται για μια πρωτοβουλία που φιλοδοξεί να μετατρέψει την επιστημονική γνώση σε ζωντανή εμπειρία, δίνοντας στους νέους τη δυνατότητα να προσεγγίσουν από κοντά τις σύγχρονες εξελίξεις στην εξερεύνηση του Διαστήματος.

Τη διοργάνωση αναλαμβάνουν από κοινού το Υπουργείο Ψηφιακής Διακυβέρνησης και Τεχνητής Νοημοσύνης-Γενική Γραμματεία Τηλεπικοινωνιών και Ταχυδρομείων και η Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Τρικάλων, ενώ η δράση τελεί υπό την αιγίδα της Περιφερειακής Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Θεσσαλίας και του Δήμου Τρικκαίων.

Από τη Θεσσαλία στην ESA

Κεντρικός πρωταγωνιστής της εκδήλωσης θα είναι ο Ανδριανός Γολέμης, ο οποίος θα μοιραστεί με τους μαθητές και τις μαθήτριες την προσωπική και επαγγελματική του διαδρομή, μεταφέροντάς τους εμπειρίες από την επιστημονική έρευνα, την ιατρική υποστήριξη αστροναυτών και την προετοιμασία για διαστημικές αποστολές.

Μεγαλωμένος στη Λάρισα, ο Ανδριανός Γολέμης σπούδασε Ιατρική στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης και στη συνέχεια εξειδικεύτηκε στις Επιστήμες του Διαστήματος, αποκτώντας μεταπτυχιακό τίτλο από το Διεθνές Διαστημικό Πανεπιστήμιο στο Στρασβούργο της Γαλλίας. Η επιστημονική του πορεία συνδέθηκε από νωρίς με την έρευνα των επιπτώσεων που έχουν οι ακραίες συνθήκες στον ανθρώπινο οργανισμό.

Ένας από τους σημαντικότερους σταθμούς της διαδρομής του ήταν η παραμονή του, το 2014, για 14 μήνες στον ερευνητικό σταθμό Concordia της Ανταρκτικής. Σε ένα από τα πιο αφιλόξενα περιβάλλοντα του πλανήτη, όπου οι θερμοκρασίες μπορούν να αγγίξουν τους -80 βαθμούς Κελσίου, συμμετείχε σε ευρωπαϊκά ερευνητικά προγράμματα που μελετούσαν την ανθρώπινη φυσιολογία και ψυχολογία υπό συνθήκες απομόνωσης, περιορισμένης επικοινωνίας και ακραίας καταπόνησης. Οι συνθήκες αυτές παρουσιάζουν σημαντικές ομοιότητες με τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι άνθρωποι κατά τη διάρκεια μιας διαστημικής αποστολής.

Μετά την εμπειρία της Ανταρκτικής, εργάστηκε στο γαλλικό Ινστιτούτο Διαστημικής Ιατρικής και Φυσιολογίας MEDES, συμμετέχοντας σε κλινικές μελέτες που προσομοιώνουν τις επιπτώσεις της έλλειψης βαρύτητας και των διαστημικών συνθηκών στον ανθρώπινο οργανισμό.

Από το 2018 εντάχθηκε στο Ευρωπαϊκό Κέντρο Αστροναυτών (EAC) της Ευρωπαϊκής Διαστημικής Υπηρεσίας (ESA), στην Κολωνία της Γερμανίας, αναλαμβάνοντας καθήκοντα Ιατρού Επανδρωμένων Αποστολών. Το αντικείμενό του περιλαμβάνει την ιατρική προετοιμασία, την παρακολούθηση της υγείας και την αποκατάσταση των Ευρωπαίων αστροναυτών. Το 2024 προήχθη στη θέση του Επικεφαλής Ιατρών Επανδρωμένων Αποστολών της ESA, ενώ παράλληλα συνεργάζεται ερευνητικά με το Ελληνικό Κέντρο Διαστήματος.

Πρώτος Έλληνας αστροναύτης

Το 2022 αποτέλεσε χρονιά-ορόσημο για την ελληνική παρουσία στη διαστημική κοινότητα. Ο Ανδριανός Γολέμης έγινε ο πρώτος Έλληνας που ολοκλήρωσε επιτυχώς και τα έξι στάδια της ιδιαίτερα απαιτητικής διαδικασίας επιλογής νέων αστροναυτών της ESA. Ανάμεσα σε περίπου 22.500 υποψηφίους από όλη την Ευρώπη, εξασφάλισε μία από τις 25 θέσεις της τελικής επιλογής, καταγράφοντας μια σημαντική επιτυχία για την Ελλάδα.

Τον Φεβρουάριο του 2026 ξεκίνησε επίσημα την εκπαίδευσή του στο Ευρωπαϊκό Κέντρο Αστροναυτών, αποτελώντας τον πρώτο Έλληνα πολίτη που εισέρχεται στο συγκεκριμένο πρόγραμμα με την ιδιότητα του υποψήφιου αστροναύτη. Η εκπαίδευσή του περιλαμβάνει προσομοιώσεις διαστημικών περιπάτων, τεχνικές επιβίωσης, εξοικείωση με τα συστήματα του Διεθνούς Διαστημικού Σταθμού (ISS), καθώς και προετοιμασία για τις απαιτητικές συνθήκες μιας επανδρωμένης αποστολής.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει και η προοπτική συμμετοχής του σε αποστολή στον Διεθνή Διαστημικό Σταθμό. Σύμφωνα με τον σχεδιασμό που έχει ανακοινωθεί, η ελληνική συμμετοχή προγραμματίζεται για το 2027, στο πλαίσιο της αποστολής VAST-PAM-1, με προβλεπόμενη διάρκεια περίπου δύο εβδομάδων. Κατά τη διάρκειά της αναμένεται να πραγματοποιηθούν επιστημονικά πειράματα και τεχνολογικές επιδείξεις που προέρχονται από ελληνικά πανεπιστήμια, ερευνητικά κέντρα και επιχειρήσεις. Πέρα από την επαγγελματική του δραστηριότητα, ο Γολέμης ασχολείται με την αστροφωτογραφία και τις καταδύσεις, είναι πιλότος μικρών αεροσκαφών και συμμετέχει ενεργά στη διάδοση της επιστημονικής γνώσης.

Η επιστήμη γίνεται εμπειρία

Η συνάντηση στα Τρίκαλα δεν περιορίζεται στην παρουσίαση μιας προσωπικής επιτυχίας. Βασικός στόχος της είναι να εμπνεύσει τη νέα γενιά, να ενισχύσει την επιστημονική περιέργεια και να αναδείξει τη σημασία της διαστημικής έρευνας στην καθημερινότητα. Οι μαθητές θα έχουν την ευκαιρία να διαπιστώσουν ότι οι διαστημικές τεχνολογίες βρίσκονται πολύ πιο κοντά στη ζωή τους απ' όσο ενδεχομένως φαντάζονται. Οι δορυφορικές επικοινωνίες, τα συστήματα GPS, η μετεωρολογική πρόγνωση και η περιβαλλοντική παρακολούθηση αποτελούν χαρακτηριστικά παραδείγματα εφαρμογών που αξιοποιούν την επιστημονική και τεχνολογική πρόοδο στον τομέα του Διαστήματος.

Χαμηλότερο όριο ένταξης: Το ελάχιστο συνολικό ύψος οφειλών μειώνεται από τις 10.000 στις 5.000 ευρώ, διευρύνοντας τον αριθμό των φυσικών προσώπων και επιχειρήσεων που μπορούν να ενταχθούν στον εξωδικαστικό μηχανισμό



ΕΞΩΔΙΚΑΣΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ

Νέες ευκαιρίες ρύθμισης χρεών

Από τις 5.000 ευρώ το όριο ένταξης και έως 240 δόσεις για οφειλές σε Δημόσιο και ασφαλιστικά ταμεία – Σταθερό επιτόκιο 3% για συγκεκριμένες κατηγορίες οφειλετών από την 1η Δεκεμβρίου

Νέα δεδομένα διαμορφώνονται για χιλιάδες οφειλέτες που έχουν ενταχθεί ή σκοπεύουν να ενταχθούν στον εξωδικαστικό μηχανισμό, καθώς από την 1η Δεκεμβρίου 2026 ενεργοποιείται το σταθερό επιτόκιο 3% για συγκεκριμένες κατηγορίες δανειοληπτών. Η ευνοϊκή πρόβλεψη αφορά τόσο νέες όσο και υφιστάμενες ρυθμίσεις, ενώ παράλληλα διευρύνεται η δυνατότητα υπαγωγής με τη μείωση του ελάχιστου συνολικού ύψους οφειλών από τις 10.000 στις 5.000 ευρώ.

Την ίδια στιγμή, οι διευκρινίσεις της Ανεξάρτητης Αρχής Δημοσίων Εσόδων αποσαφηνίζουν κρίσιμα ζητήματα για τη διαχείριση των χρεών, τις προϋποθέσεις διατήρησης μιας σύμβασης, την προστασία της κατοικίας και την αναστολή μέτρων αναγκαστικής είσπραξης.

Με την εγκύκλιο Ε.2073/2026, που εκδόθηκε στις 10 Νοεμβρίου, η ΑΑΔΕ καθορίζει τον τρόπο αντιμετώπισης των οφειλών προς το Δημόσιο, αλλά και ειδικότερων περιπτώσεων που αφορούν ιδιώτες και επιχειρήσεις. Στο πλαίσιο αυτό διευκρινίζονται ζητήματα που εκτείνονται από τις οφειλές προς δήμους και περιφέρειες μέχρι τη φορολογική ενημερότητα, τις κατασχέσεις και τη διαγραφή υπολοίπων μετά την ολοκλήρωση της αποπληρωμής.

Σταθερό επιτόκιο 3%: Ποιους αφορά και από πότε εφαρμόζεται

Με βάση τον νόμο 5354/2026, συγκεκριμένοι οφειλέτες αποκτούν από την 1η Δεκεμβρίου δικαίωμα αποπληρωμής των ρυθμισμένων χρεών τους προς τράπεζες και εταιρείες διαχείρισης απαιτήσεων με σταθερό επιτόκιο 3%. Η ρύθμιση αφορά τόσο δάνεια με εμπράγματες εξασφαλίσεις όσο και εκείνα που δεν διαθέτουν αντίστοιχη κάλυψη. Σημαντικό είναι ότι η νέα πρόβλεψη δεν περιορίζεται στις συμβάσεις που θα συναφθούν στο μέλλον, αλλά επεκτείνεται και στις ενεργές ρυθμίσεις, ακόμη και αν αυτές προβλέπουν διαφορετικό επιτόκιο.

Η αλλαγή εφαρμόζεται στις καταβολές που πραγματοποιούνται από την 1η Δεκεμβρίου 2026. Αντίθετα, τα ποσά που έχουν ήδη πληρωθεί δεν επιστρέφονται ούτε συμψηφίζονται με μελλοντικές υποχρεώσεις.

Δικαιούχοι είναι δύο κατηγορίες:

•Οι οφειλέτες που διαθέτουν επίσημη βεβαίωση ευάλωτου οφειλέτη.

•Οι επιλέξιμοι οφειλέτες, για τους οποίους ισχύουν εισοδηματικά και περιουσιακά κριτήρια έως και δύο φορές υψηλότερα από εκείνα των ευάλωτων.

Για ένα φυσικό πρόσωπο, τα ανώτατα όρια της δεύτερης κατηγορίας διαμορφώνονται σε ετήσιο εισόδημα 14.000 ευρώ, τραπεζικές καταθέσεις 14.000 ευρώ και ακίνητη περιουσία αξίας έως 240.000 ευρώ.

Παράλληλα, οι οφειλές προς χρηματοδοτικούς φορείς δεν πρέπει να υπερβαίνουν τις 300.000 ευρώ και θα πρέπει να βρίσκονταν, έστω και εν μέρει, σε καθυστέρηση τουλάχιστον 90 ημερών κατά την έναρξη ισχύος της σχετικής διάταξης.

Για τους δικαιούχους των δύο κατηγοριών προβλέπεται επίσης τεκμαιρόμενη συναίνεση των πιστωτών στην πρόταση ρύθμισης που προκύπτει από τον ηλεκτρονικό υπολογισμό.

Η οικονομική διαφορά μπορεί να είναι σημαντική. Σε παράδειγμα του υπουργείου Οικονομικών, για δάνειο 100.000 ευρώ με εμπράγματη εξασφάλιση και διάρκεια αποπληρωμής 20 ετών, η μηνιαία δόση με επιτόκιο 3% υπολογίζεται σε 554,60 ευρώ. Με το προηγούμενο καθεστώς και τις παραδοχές για το Euribor που χρησιμοποιήθηκαν στο παράδειγμα, η δόση μετά την πρώτη τριετία θα έφθανε τα 653,50 ευρώ.

Πρόκειται για διαφορά περίπου 99 ευρώ κάθε μήνα. Στην περίπτωση δανείου χωρίς εμπράγματη εξασφάλιση, η αντίστοιχη δόση μετά την τριετία θα διαμορφωνόταν στα 685,56 ευρώ.

Από τις 10.000 στις 5.000 ευρώ το όριο για ένταξη

Μία ακόμη σημαντική αλλαγή αφορά το ελάχιστο ύψος των οφειλών που απαιτείται για την υποβολή αίτησης στον εξωδικαστικό μηχανισμό.

Για την πολυμερή διαδικασία, το συνολικό ποσό των χρεών προς την εφορία, τα ασφαλιστικά ταμεία, τις τράπεζες και τους servicers αρκεί πλέον να ξεπερνά τις 5.000 ευρώ.

Έτσι, ένας οφειλέτης με χρέος 3.200 ευρώ στην εφορία και 2.100 ευρώ σε τράπεζα μπορεί να καλύψει το απαιτούμενο όριο, καθώς οι οφειλές αθροίζονται.

Στις διμερείς ρυθμίσεις, αντίθετα, το σχετικό κατώτατο ποσό εξετάζεται ξεχωριστά για κάθε πιστωτή.

Επιπλέον, η συγκέντρωση τουλάχιστον του 90% των συνολικών οφειλών σε έναν χρηματοδοτικό φορέα δεν αποτελεί πλέον εμπόδιο για την υπαγωγή στην πολυμερή διαδικασία.

Δικαίωμα υποβολής αίτησης αποκτούν και μη κερδοσκοπικά νομικά πρόσωπα ιδιωτικού δικαίου, εφόσον αναπτύσσουν οικονομική δραστηριότητα.

Η διαδικασία πραγματοποιείται ηλεκτρονικά μέσω gov.gr, με τη χρήση των προσωπικών κωδικών Taxisnet. Την αίτηση μπορεί να υποβάλει ο ίδιος ο οφειλέτης ή εξουσιοδοτημένος σύμβουλος.

Οι οφειλές προς το Δημόσιο και τα ασφαλιστικά ταμεία μπορούν να αποπληρωθούν σε έως 240 μηνιαίες δόσεις.

Για τα μη εξυπηρετούμενα δάνεια προβλέπονται διαφορετικά ανώτατα όρια, ανάλογα με το είδος του οφειλέτη και τις εξασφαλίσεις:

•Έως 420 δόσεις για φυσικά πρόσωπα, όταν οι οφειλές καλύπτονται πλήρως ή εν μέρει από ειδικά προνόμια.

•Έως 240 δόσεις για φυσικά πρόσωπα χωρίς τέτοια κάλυψη και για νομικά πρόσωπα με αντίστοιχες εξασφαλίσεις.

•Έως 180 δόσεις για νομικά πρόσωπα χωρίς ειδικά προνόμια.

Η διαμόρφωση της σύμβασης στηρίζεται στα τελευταία οικονομικά στοιχεία που έχουν αντληθεί από την πλατφόρμα. Εάν η έκδοση της πρότασης καθυστερήσει πέρα από το προβλεπόμενο χρονικό διάστημα, πραγματοποιείται νέα άντληση στοιχείων πριν από την οριστικοποίησή της. Πληρωμές που έχουν πραγματοποιηθεί μετά την τελευταία άντληση και πριν από την ενεργοποίηση της ρύθμισης υπολογίζονται για την εξόφλησή της, χωρίς να μεταβάλλεται το αρχικό πρόγραμμα δόσεων.

Ποια χρέη μπορούν να συμπεριληφθούν

Στον εξωδικαστικό μηχανισμό μπορούν να ενταχθούν και οφειλές προς δήμους, περιφέρειες και νομικά πρόσωπα που υπάγονται σε αυτούς, εφόσον ξεπερνούν τις 5.000 ευρώ και έχουν προηγουμένως βεβαιωθεί στην ΑΑΔΕ.

Προσοχή στην απώλεια της ρύθμισης: Οι οφειλέτες πρέπει να τακτοποιούν και τα χρέη που μένουν εκτός σύμβασης, μέσα σε προθεσμία 90 ημερών για τις υφιστάμενες ληξιπρόθεσμες οφειλές και 60 ημερών για τις νέες φορολογικές υποχρεώσεις. Διαφορετικά, κινδυνεύουν να χάσουν τη ρύθμιση



Στο ποσό περιλαμβάνονται οι βασικές οφειλές, καθώς και τυχόν πρόστιμα και προσαυξήσεις.

Η δυνατότητα αυτή παρέχεται ακόμη και όταν έχουν ήδη κινηθεί διαδικασίες αναγκαστικής είσπραξης. Με την υπογραφή της σχετικής σύμβασης για τα συγκεκριμένα χρέη, τα μέτρα που έχουν επιβληθεί αίρονται.

Στη διαδικασία μπορούν επίσης να υπαχθούν άλλες οφειλές υπέρ τρίτων, εφόσον έχουν βεβαιωθεί και εισπράττονται από την ΑΑΔΕ.

Βασική προϋπόθεση είναι οι φορολογικές οφειλές να εμφανίζονται στο ΑΦΜ του προσώπου που υποβάλλει την αίτηση. Υπάρχουν, ωστόσο, εξαιρέσεις για περιπτώσεις κληρονομικής ή επιχειρηματικής διαδοχής.

Ειδική πρόβλεψη υπάρχει και για παλαιότερα φορολογικά χρέη συζύγου που έχουν καταχωριστεί στο ΑΦΜ του άλλου συζύγου, ενώ αφορούν εισόδημα ή περιουσία του πρώτου. Σε αυτή την περίπτωση μπορεί να ζητηθεί από την αρμόδια φορολογική υπηρεσία ο διαχωρισμός των οφειλών, ώστε να καταστεί δυνατή η υπαγωγή τους.

Αντίστοιχα, όταν μία εταιρεία έχει διαλυθεί, βρίσκεται σε εκκαθάριση ή δεν υφίσταται πλέον, αίτηση μπορεί να καταθέσει το πρόσωπο που φέρει εκ του νόμου ευθύνη για το σύνολο των χρεών της.

Η δυνατότητα καλύπτει ακόμη και οφειλές που είχαν ενταχθεί σε προηγούμενη ρύθμιση η οποία τελικά χάθηκε.

Για τους εγγυητές, πάντως, η ευθύνη δεν εξαφανίζεται με την εξόφληση της σύμβασης από τον βασικό οφειλέτη. Παραμένουν υπεύθυνοι για το ανεξόφλητο υπόλοιπο, χωρίς να μπορούν να το εντάξουν εκ νέου σε ξεχωριστή αίτηση.

Δεν μπορούν να υπαχθούν στον μηχανισμό:

•Οφειλές από επιστρεπτέα προκαταβολή.

•Ποσά που προκύπτουν από συμβιβασμό στο πλαίσιο εξώδικης επίλυσης φορολογικής διαφοράς.

Επιπλέον, όσοι έχουν προσφύγει στον νόμο Κατσέλη θα πρέπει να έχουν προηγουμένως παραιτηθεί έγκυρα από την αντίστοιχη δικαστική διαδικασία, προκειμένου να υποβάλουν αίτηση στον εξωδικαστικό.

Πώς προστατεύεται η κύρια κατοικία

Ιδιαίτερη σημασία έχει η δυνατότητα ειδικής πρότασης ρύθμισης που προβλέπει την αξιοποίηση ή εκποίηση άλλων ακινήτων του οφειλέτη, στον βαθμό που απαιτείται για την ικανοποίηση των πιστωτών. Για τον υπολογισμό της δυνατότητας αποπληρωμής, λαμβάνεται υπόψη μόνο η αξία της κύριας κατοικίας από το σύνολο της ακίνητης περιουσίας. Οι τράπεζες και οι λοιποί χρηματοδοτικοί φορείς υποχρεούνται να καταθέτουν τη συγκεκριμένη εναλλακτική πρόταση εφόσον δικαίωμα να προχωρήσουν σε πλειστηριασμό της κύριας κατοικίας. Οι υφιστάμενες υποθήκες και προσημειώσεις εξακολουθούν να ισχύουν, ενώ οι πιστωτές διατηρούν το δικαίωμα να αναγγελθούν σε πλειστηριασμό που έχει ξεκινήσει από τρίτο πρόσωπο. Παράλληλα, δίνεται δεύτερη ευκαιρία σε όσους έχασαν προηγούμενη σύμβαση εξαιτίας καθυστερήσεων στις πληρωμές. Για διάστημα έξι μηνών από τις 21 Σεπτεμβρίου 2026 μπορούν να καταθέσουν νέα αίτηση για τα ίδια χρέη, χωρίς να χρειάζεται να περιμένουν την πάροδο της συνήθους περιόδου των 12 μηνών.

Οι προθεσμίες που μπορούν να οδηγήσουν σε απώλεια της ρύθμισης

Ένα από τα πιο κρίσιμα σημεία του νέου πλαισίου αφορά τις φορολογικές οφειλές που δεν συμπεριλαμβάνονται στη σύμβαση του εξωδικαστικού.

Ο οφειλέτης που διαθέτει ήδη ενεργή ρύθμιση στην εφορία μπορεί να ζητήσει να εξαιρεθούν από τη νέα διαδικασία τα χρέη που καλύπτονται από αυτήν, ώστε να μη χάσει την προηγούμενη συμφωνία.

Εάν, αντίθετα, επιλέξει να τα εντάξει στον εξωδικαστικό, η παλαιότερη ρύθμιση καταργείται για τις συγκεκριμένες οφειλές.

Για τα χρέη που είναι ήδη ληξιπρόθεσμα και παραμένουν εκτός της σύμβασης, ο φορολογούμενος έχει περιθώριο 90 ημερών από την υπογραφή της για να τα εξοφλήσει ή να τα εντάξει σε άλλη νόμιμη ρύθμιση. Για τις νέες φορολογικές υποχρεώσεις που καθίστανται ληξιπρόθεσμες μετά την ένταξη, όπως μια απλήρωτη δόση ΕΝΦΙΑ, η προθεσμία περιορίζεται στις 60 ημέρες από την ημερομηνία κατά την οποία έπρεπε να καταβληθούν. Η μη τήρηση αυτών των προθεσμιών μπορεί να έχει σοβαρές συνέπειες. Εάν καθεί η ξεχωριστή ρύθμιση των οφειλών που έχουν μείνει εκτός σύμβασης ή λήξει η αναστολή είσπραξής τους χωρίς να έχουν τακτοποιηθεί, το Δημόσιο μπορεί να προχωρήσει σε καταγγελία της πολυμερούς σύμβασης. Στη διμερή διαδικασία η ανατροπή της ρύθμισης επέρχεται αυτοδικαίως. Διαφορετικοί είναι οι κανόνες για την ενεργοποίηση των δύο τύπων συμβάσεων. Στη διμερή ρύθμιση, η πρώτη δόση πρέπει να καταβληθεί μέσα σε πέντε εργάσιμες ημέρες από την αποδοχή της πρότασης. Η συγκεκριμένη προθεσμία δεν παρατείνεται λόγω των ειδικών παρατάσεων που μπορεί να δίνονται για δόσεις σε περιπτώσεις φυσικών καταστροφών.

Στην πολυμερή διαδικασία, αντίθετα, η σύμβαση τίθεται σε ισχύ χωρίς να απαιτείται προηγούμενη καταβολή της πρώτης δόσης.

Σε περίπτωση θανάτου του οφειλέτη, οι κληρονόμοι αναλαμβάνουν τις υποχρεώσεις της σύμβασης ανάλογα με το κληρονομικό τους μερίδιο.

Εάν ένας πιστωτής καταγγείλει τη σύμβαση λόγω καθυστερήσεων, οι απαιτήσεις του επανέρχονται, αφού αφαιρεθούν τα ποσά που έχουν ήδη καταβληθεί. Για τις απαιτήσεις των χρηματοδοτικών φορέων, η σύμβαση αποτελεί πλέον εκτελεστό τίτλο.

Πότε μπορεί να ανασταλεί η ενεργοποίηση κατάσχεσης

Η ένταξη στον εξωδικαστικό δεν συνεπάγεται αυτομάτως ότι σταματούν όλες οι κατασχέσεις που έχουν επιβληθεί από την εφορία.

Για να αδρανοποιηθεί κατάσχεση εις χείρας τρίτου, όπως εκείνη που έχει επιβληθεί σε τραπεζικό λογαριασμό, απαιτείται ξεχωριστή αίτηση από τον ενδιαφερόμενο. Ο οφειλέτης πρέπει να πληροί συγκεκριμένες προϋποθέσεις: Να έχει καταβάλει την πρώτη δόση της ρύθμισης και όλες τις δόσεις που έχουν ήδη καταστεί απαιτητές. Να έχει εξοφλήσει ή ρυθμίσει τις οφειλές που δεν περιλαμβάνονται στη σύμβαση. Να έχει υποβάλει τις απαιτούμενες δηλώσεις φορολογίας εισοδήματος και ΦΠΑ της τελευταίας πενταετίας πριν από την αίτηση υπαγωγής, ακόμη και εκπρόθεσμα. Όταν υπάρχουν περισσότεροι συνοφειλέτες, ο καθένας πρέπει να υποβάλει δική του αίτηση. Η φορολογική διοίκηση εξετάζει ξεχωριστά τις δηλώσεις και τις υποχρεώσεις κάθε προσώπου, καθώς και τα χρέη για τα οποία έχει ευθύνη. Η δυνατότητα αδρανοποίησης μπορεί να αφορά και κατασχετήρια που εκδόθηκαν μετά την έναρξη της ρύθμισης, εφόσον σχετίζονται με νέες οφειλές. Στις διμερείς συμβάσεις, το Δημόσιο εξακολουθεί να διατηρεί το δικαίωμα εγγραφής υποθήκης για οφειλές που δεν διαθέτουν εμπράγματη εξασφάλιση, ενώ στις πολυμερείς εφαρμόζονται οι γενικοί κανόνες του νόμου.

Φορολογική ενημερότητα και εκκρεμείς ποινικές διαδικασίες

Η τήρηση της ρύθμισης επηρεάζει και τη δυνατότητα έκδοσης φορολογικής ενημερότητας. Ειδικότερα, τα ποσά που προβλέπεται να διαγραφούν στο πλαίσιο της σύμβασης δεν συνυπολογίζονται στην παρακράτηση που ενδεχομένως απαιτείται για τη χορήγηση φορολογικής ενημερότητας. Δεν εμφανίζονται, επίσης, στη σχετική βεβαίωση οφειλής. Για χρέη υπέρ τρίτων που εισπράττονται από την ΑΑΔΕ δεν προβλέπεται συμψηφισμός με χρηματικές απαιτήσεις του οφειλέτη έναντι του Δημοσίου. Σε περιπτώσεις όπου πραγματοποιείται παρακράτηση χωρίς συμψηφισμό, όπως κατά τη μεταβίβαση ενός ακινήτου, οι δόσεις του εξωδικαστικού δεν αποκτούν προτεραιότητα έναντι άλλων ρυθμίσεων.

Ειδικές διευκρινίσεις δίνονται και για τις ποινικές διαδικασίες που σχετίζονται με τη μη καταβολή χρεών προς το Δημόσιο. Μετά την οριστικοποίηση της αίτησης, όσο βρίσκεται σε ισχύ η προβλεπόμενη αναστολή, η φορολογική διοίκηση εξακολουθεί να διαβιβάζει στον εισαγγελέα αιτήματα για άσκηση δίωξης, παρότι η ίδια η ποινική διαδικασία τελεί υπό αναστολή.

Η υποβολή τέτοιου αιτήματος παραλείπεται όταν όλες οι ληξιπρόθεσμες οφειλές έχουν είτε ενταχθεί σε ρύθμιση είτε τεθεί σε αναστολή είσπραξης.

Πρόωρη εξόφληση με απαλλαγή από μελλοντικούς τόκους

Ο οφειλέτης που έχει τη δυνατότητα να αποπληρώσει νωρίτερα τη ρυθμισμένη οφειλή του μπορεί να επωφεληθεί από σημαντική μείωση του τελικού κόστους. Με την πλήρη προεξόφληση απαλλάσσεται από τους τόκους που αντιστοιχούν στις δόσεις τις οποίες εξοφλεί πριν από την προβλεπόμενη ημερομηνία τους. Η οριστική διαγραφή του σχετικού ποσού ολοκληρώνεται όταν εξοφληθεί πλήρως η σύμβαση. Η ευνοϊκή αυτή πρόβλεψη καλύπτει και τα πρόσωπα που ευθύνονται εκ του νόμου για το σύνολο της οφειλής. Αντίθετα, όταν κάποιος έχει ευθύνη μόνο για ένα μέρος του χρέους, η απομπλοκή αποκλειστικά του δικού του μεριδίου δεν αρκεί για να ενεργοποιηθεί η διαγραφή του υπολοίπου.

Ιδιαίτερη μεταχείριση προβλέπεται για τους παρακρατούμενους και επιρριπτόμενους φόρους, όπως ο ΦΠΑ. Σε αυτές τις περιπτώσεις, το ποσό που καταβάλλεται για την εξόφλησή τους, χωρίς να υπολογίζονται οι τόκοι της ρύθμισης, πρέπει να καλύπτει τουλάχιστον το ύψος της αρχικής βασικής οφειλής. Το νέο πλαίσιο δημιουργεί περισσότερες δυνατότητες ρύθμισης για φυσικά πρόσωπα και επιχειρήσεις, αλλά ταυτόχρονα καθιστά ιδιαίτερα σημαντική την έγκαιρη τακτοποίηση κάθε φορολογικής υποχρέωσης που μένει εκτός σύμβασης. Η διατήρηση του ευνοϊκού καθεστώτος δεν εξαρτάται μόνο από την πληρωμή των συμφωνημένων δόσεων, αλλά και από τη συνεπή εκπλήρωση των υπόλοιπων υποχρεώσεων προς το Δημόσιο.

«Δεν θα αυξήσουμε την παραγωγή μας αν δεν βρούμε τρόπο να λύσουμε την έλλειψη αυτή», τονίζει ο Βασίλης Κλιτσογιάννης, επισημαίνοντας ότι οι τεχνικές ειδικότητες, όπως μονταδόροι, συγκολλητές και χειριστές εργαλειομηχανών, εξακολουθούν να βρίσκονται στην κορυφή της ζήτησης



ΒΑΣΙΛΗΣ ΚΛΙΤΣΟΓΙΑΝΝΗΣ

«Το μεγαλύτερο πρόβλημα είναι η έλλειψη ανθρώπινου δυναμικού»

Οι επιχειρήσεις δεν αναζητούν πλέον μόνο πτυχία και τυπικά προσόντα, αλλά κυρίως ανθρώπους με διάθεση για μάθηση, προσαρμοστικότητα και εξέλιξη, ενώ υπογραμμίζει τις σημαντικές επαγγελματικές ευκαιρίες που μπορούν να δημιουργηθούν μέσα από την ανάπτυξη της βιομηχανίας, την ενίσχυση των τεχνικών ειδικοτήτων και την επιστροφή νέων ανθρώπων στην Κεντρική Ελλάδα

Η δυσκολία εξεύρεσης κατάλληλου προσωπικού, η αυξανόμενη σημασία των δεξιοτήτων, οι νέες απαιτήσεις της αγοράς εργασίας και οι προοπτικές απασχόλησης στη Θεσσαλία βρέθηκαν στο επίκεντρο της συζήτησής μας με τον γενικό διευθυντή και μέλος του Συνδέσμου Βιομηχανιών Θεσσαλίας και Στερεάς Ελλάδας, Βασίλη Κλιτσογιάννη. Με αφορμή το Thessaliko Forum 2026, ο ίδιος κάνει τον απολογισμό της διοργάνωσης, αναλύει τις αλλαγές στη συμπεριφορά των νέων εργαζομένων, εξηγεί γιατί οι τεχνικές ειδικότητες παραμένουν περιζήτητες και στέλνει ένα σαφές μήνυμα: η βιομηχανία χρειάζεται ανθρώπους που έχουν διάθεση να εκπαιδευτούν, να αποκτήσουν νέες γνώσεις και να διεκδικήσουν τη θέση τους σε ένα περιβάλλον που αλλάζει διαρκώς.

Συνέντευξη στη **Λόλα Γάτσιου**

Το Thessaliko Forum 2026 αποτέλεσε μια σημαντική πρωτοβουλία για τη σύνδεση της αγοράς εργασίας με την επιχειρηματικότητα. Ποιος είναι ο απολογισμός της διοργάνωσης και ποια μηνύματα προέκυψαν από τη συμμετοχή επιχειρήσεων και υποψηφίων εργαζομένων;

Ήταν ουσιαστικά η πρώτη εκδήλωση ιδιωτικού φορέα στην περιοχή μας με τη μορφή Career Forum, στην οποία συμμετείχαν και πολλοί άνθρωποι νεαρής ηλικίας. Είναι σημαντικό να επισημάνουμε ότι μέχρι σήμερα αντίστοιχες πρωτοβουλίες διοργανώνονται συχνά από τη ΔΥΠΑ, τουλάχιστον μία φορά τον χρόνο, τόσο στη Λάρισα όσο και στον Βόλο. Αυτή τη φορά, όμως, υπήρξε μια διαφορετική προσέγγιση, μέσα από την ιδιωτική πρωτοβουλία, και ζητήθηκε η υποστήριξη φορέων, μεταξύ των οποίων και του Συνδέσμου Βιομηχανιών Θεσσαλίας και Στερεάς Ελλάδας.

Στηρίξαμε με χαρά αυτή την προσπάθεια, καθώς το ζήτημα της εξεύρεσης νέου προσωπικού είναι ιδιαίτερα σοβαρό για τις επιχειρήσεις. Στο πρώτο πάνελ συμμετείχαν αξιόλογα στελέχη και διευθυντές μεγάλων επιχειρήσεων, ενώ είχαμε μια πολύ ενδιαφέρουσα συζήτηση, στην οποία συμμετείχε και ο περιφερειάρχης Θεσσαλίας, Δημήτρης Κουρέτας. Το βασικό συμπέρασμα ήταν ότι οι επιχειρήσεις δυσκολεύονται πλέον να βρουν κατάλληλο προσωπικό. Δεν αναζητούν απαραίτητα ανθρώπους με πολλά και εξειδικευμένα πτυχία, αλλά εργαζομένους που διαθέτουν ανεπτυγμένες ήπιες δεξιότητες, τα λεγόμενα soft skills. Ανθρώπους που μπορούν να αντιλαμβάνονται τι συμβαίνει γύρω τους, να μαθαίνουν εύκολα, να προσαρμόζονται και κυρίως να έχουν διάθεση να εργαστούν και να εξελιχθούν.

Αναφερθήκατε στα soft skills ως βασικό ζητούμενο των επιχειρήσεων. Πόσο έχει αλλάξει τελικά το προφίλ του εργαζομένου που αναζητά σήμερα η βιομηχανία;

Έχει αλλάξει σημαντικά. Θεωρώ ότι στην ελληνική πραγματικότητα έχει περάσει για πολλά χρόνια μια λανθασμένη εικόνα για τη βιομηχανία και τη μεταποίηση. Έχει δημιουργηθεί η εντύπωση ότι πρόκειται για έναν δύσκολο, βρώμικο ή μη ελκυστικό εργασιακό χώρο. Αυτή η αντίληψη, όμως, δεν ανταποκρίνεται στη σημερινή πραγματικότητα.

Η βιομηχανία μπορεί να προσφέρει σημαντικές επαγγελματικές προοπτικές. Ένας άνθρωπος μπορεί να ξεκινήσει από μια θέση εργασίας και, μέσα από την εμπειρία, την εκπαίδευση και την προσωπική του προσπάθεια, να εξελιχθεί, να αναλάβει περισσότερες ευθύνες και να φτάσει ακόμη και σε διοικητικές ή υγετικές θέσεις. Αυτό που έχει τη μεγαλύτερη σημασία σήμερα είναι να διαθέτει κάποιος την ικανότητα να συνεργάζεται, να επικοινωνεί, να μαθαίνει και να προσαρμόζεται. Τα τυπικά προσόντα έχουν τη σημασία τους, αλλά δεν αρκούν από μόνα τους. Η διάθεση για εξέλιξη και η δυνατότητα να ανταποκρίνεται κάποιος στις απαιτήσεις μιας σύγχρονης επιχείρησης αποτελούν πλέον καθοριστικά στοιχεία.

Δεν έχουμε πια την πολυτέλεια να θεωρούμε δεδομένο ότι υπάρχει διαθέσιμο ανθρώπινο δυναμικό για κάθε θέση. Η ανεργία βρίσκεται σε χαμηλά επίπεδα και το δημογραφικό πρόβλημα επιβαρύνει ακόμη περισσότερο την κατάσταση. Πρέπει, επομένως, να αξιοποιήσουμε καλύτερα τους ανθρώπους που διαθέτουμε.

Ποια ήταν η ανταπόκριση των νέων ανθρώπων στο Forum; Διαπιστώσατε πραγματικό ενδιαφέρον να γνωρίσουν από κοντά τις βιομηχανίες και τις διαθέσιμες επαγγελματικές ευκαιρίες;

Η συμμετοχή ήταν ικανοποιητική και προσωπικά με εξέπληξε ευχάριστα. Θα μπορούσε να είναι ακόμη μεγαλύτερη, ωστόσο πρέπει να υπολογίσουμε ότι ήταν η πρώτη φορά που ένας ιδιωτικός φορέας διοργάνωσε μια τέτοια εκδήλωση. Είμαι βέβαιος ότι, εφόσον επαναληφθεί τα επόμενα χρόνια, θα υπάρξει ακόμη μεγαλύτερη προσέλευση. Εκείνο που ξεχώρισα ήταν η παρουσία πολλών νέων ανθρώπων, οι οποίοι επισκέφθηκαν τα περίπτερα και τα σημεία παρουσίας των βιομηχανιών, συνομίλησαν με τους εκπροσώπους τους και ενημερώθηκαν για τις δυνατότητες απασχόλησης.

Μου έκανε ιδιαίτερη εντύπωση ότι αρκετοί νέοι προσήλθαν χωρίς να έχουν μαζί τους τυπωμένα βιογραφικά. Αυτό δείχνει και μια διαφορετική αντίληψη για την αναζήτηση εργασίας. Δεν είναι πλέον μόνο ο υποψήφιος που προσπαθεί να παρουσιάσει τον εαυτό του στην επιχείρηση. Είναι και ο ίδιος ο νέος που αξιολογεί την εταιρεία, το εργασιακό περιβάλλον, τις προοπτικές και τις συνθήκες που προσφέρει.

Οι νέοι είναι πλέον περισσότερο απαιτητικοί και διεκδικούν καλύτερες αποδοχές, αλλά και ένα εργασιακό περιβάλλον που θα τους επιτρέπει να έχουν ισορροπία ανάμεσα στην επαγγελματική και την προσωπική τους ζωή. Θέλουν ευελιξία και καλύτερες συνθήκες εργασίας, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν είναι διατεθειμένοι να ανταποκριθούν στις υποχρεώσεις τους.

Θεωρώ ότι κάνουν καλά. Οι προηγούμενες γενιές είχαμε συχνά παραμελήσει το ζήτημα της προσωπικής ευημερίας, δουλεύοντας ατελείωτες ώρες. Σήμερα οι νέοι δίνουν μεγαλύτερη βαρύτητα στην ποιότητα ζωής και στην ισορροπία μεταξύ εργασίας και προσωπικού χρόνου.

Οι επαφές που πραγματοποιήθηκαν ανάμεσα στις επιχειρήσεις και στους υποψηφίους μπορούν να οδηγήσουν σε πραγματικές προσλήψεις και μακροχρόνιες συνεργασίες;

Είμαι σίγουρος ότι μπορούν. Ένα χαρακτηριστικό της σημερινής αγοράς εργασίας είναι η μεγάλη κινητικότητα. Οι νέοι άνθρωποι δεν παραμένουν απαραίτητα για πολλά χρόνια στην ίδια επιχείρηση ή στην ίδια θέση. Αναζητούν διαρκώς κάτι καλύτερο, εξετάζουν νέες δυνατότητες και, εφόσον δεν βρίσκουν αυτό που επιθυμούν, προχωρούν σε μια διαφορετική επαγγελματική επιλογή. Αυτό σημαίνει ότι μέσα από τέτοιες διοργανώσεις δημιουργούνται πραγματικές ευκαιρίες. Υπάρχουν επαφές, συζητήσεις, προσλήψεις και αλλαγές στο ανθρώπινο δυναμικό των επιχειρήσεων. Ακόμη και όταν ένας υποψήφιος δεν διαθέτει εξαρχής όλες τις γνώσεις που χρειάζεται μια συγκεκριμένη θέση, μπορεί να έχει την όρεξη και τη διάθεση να εκπαιδευτεί.

Αυτό είναι πολύ σημαντικό. Μια επιχείρηση μπορεί να επενδύσει σε έναν άνθρωπο που θέλει να μάθει και να του προσφέρει την εκπαίδευση που απαιτείται, ώστε σταδιακά να ανταποκριθεί στις ανάγκες της.

Ένα ζήτημα που συχνά παραμένει λιγότερο ορατό είναι η ανεργία ανθρώπων μεγαλύτερης ηλικίας. Διαπιστώνετε ότι οι εργαζόμενοι άνω των 50 ετών δυσκολεύονται να αναζητήσουν δημόσια μια νέα θέση εργασίας;

Έχετε απόλυτο δίκιο. Στη συγκεκριμένη διοργάνωση δεν παρατήρησα μεγάλη συμμετοχή ανθρώπων μεγαλύτερης ηλικίας. Ίσως έπαιξε ρόλο και ο χαρακτήρας της εκδήλωσης, που προσέλκυσε κυρίως νεότερα άτομα. Στις ημέρες καριέρας της ΔΥΠΑ, αντίθετα, συναντάμε συχνότερα μεγαλύτερους σε ηλικία υποψηφίους. Γενικότερα, θεωρώ ότι υπάρχει μια δυσκολία για τους ανθρώπους μεγαλύτερης ηλικίας να εμφανιστούν σε τέτοιους χώρους και να δηλώσουν δημόσια ότι αναζητούν εργασία. Πιθανόν να προτιμούν να κινηθούν πιο διακριτικά, μέσα από ηλεκτρονικές πλατφόρμες και προσωπικές επαφές.

Εμείς, ως Σύνδεσμος Βιομηχανιών Θεσσαλίας και Στερεάς Ελλάδας, διαθέτουμε από πέρυσι την πλατφόρμα Jobs, μέσα από την οποία μπορούν οι ενδιαφερόμενοι να αναζητήσουν διαθέσιμες θέσεις εργασίας, κυρίως τεχνικών ειδικοτήτων, και να καταθέσουν το βιογραφικό τους.

Αυτή τη στιγμή υπάρχουν περίπου 200 βιογραφικά στην πλατφόρμα. Εκεί διαπιστώνω ότι η συμμετοχή ανθρώπων μεγαλύτερης ηλικίας είναι σαφώς εντονότερη από ό,τι σε αντίστοιχες εκδηλώσεις. Είναι λογικό, καθώς αρκετοί επιλέγουν να στείλουν το βιογραφικό τους από το σπίτι, χωρίς να χρειάζεται να εκτεθούν σε έναν δημόσιο χώρο αναζητώντας εργασία.

Αν μια επιχείρηση έχει μπροστά της δύο υποψηφίους με αντίστοιχα τυπικά προσόντα, έναν νέο έως 30 ετών και έναν εργαζόμενο 50 ή 55 ετών με μεγαλύτερη επαγγελματική εμπειρία, ποιον θα επιλέξει; Εξακολουθεί η ηλικία να αποτελεί εμπόδιο;

Πιστέψτε με, μπορεί να επιλέξει και τους δύο. Οι επιχειρήσεις σήμερα δεν έχουν την πολυτέλεια να αποκλείουν ανθρώπους, καθώς η εύρεση προσωπικού είναι δύσκολη. Εκείνο που θα μετρήσει περισσότερο είναι η διάθεση του υποψηφίου να εργαστεί, να εκπαιδευτεί και να αποκτήσει νέες γνώσεις. Αυτό μπορεί να φανεί ακόμη και σε μια συνέντευξη εργασίας. Τα στελέχη ανθρώπινου δυναμικού γνωρίζουν πώς να διαπιστώσουν αν ένας άνθρωπος είναι πραγματικά πρόθυμος να μάθει, αν είναι ανοιχτός σε νέες εμπειρίες και αν μπορεί να προσαρμοστεί σε διαφορετικά αντικείμενα. Ένας άνθρωπος 50 ή 55 ετών δεν πρέπει να θεωρεί ότι η επαγγελματική του διαδρομή έχει τελειώσει. Αντίθετα, μπορεί να διαθέτει σημαντική εμπειρία και να έχει μπροστά του αρκετά ακόμη χρόνια εργασίας. Αρκεί να μην φοβάται να δοκιμάσει κάτι διαφορετικό. Δεν μιλάμε, βέβαια, για επιστροφή σε συνθήκες εργασίας χωρίς όρια και ατελείωτα ωράρια. Υπάρχουν πλέον η ψηφιακή κάρτα εργασίας και οι μηχανισμοί ελέγχου. Το ζητούμενο είναι να υπάρχει διάθεση για μάθηση, εκπαίδευση και προσαρμογή.

Ποιες ειδικότητες παρουσιάζουν σήμερα τη μεγαλύτερη ζήτηση στις επιχειρήσεις της Θεσσαλίας; Υπάρχουν συγκεκριμένοι κλάδοι στους οποίους οι ελλείψεις είναι εντονότερες;

Οι τεχνικές ειδικότητες εξακολουθούν να βρίσκονται πολύ ψηλά στη λίστα των αναγκών των επιχειρήσεων. Αυτό το διαπιστώνουμε κάθε χρόνο μέσα από την έρευνα πεδίου που πραγματοποιεί ο Σύνδεσμος Βιομηχανιών. Ειδικότητες όπως οι μονταδόροι, οι συγκολλητές και οι χειριστές εργαλειομηχανών εξακολουθούν να παρουσιάζουν μεγάλη ζήτηση. Πρόκειται για επαγγέλματα που απαιτούν συγκεκριμένες πρακτικές γνώσεις και δεξιότητες και για τα οποία οι επιχειρήσεις αναζητούν διαρκώς προσωπικό. Αντίθετα, στην έρευνα που βρίσκεται σε εξέλιξη για το 2026, παρατηρούμε ένα σχετικά χαμηλό ποσοστό αναγκών για προσωπικό που συνδέεται άμεσα με την πληροφορική και το λογισμικό. Είναι ένα στοιχείο που αξίζει να εξεταστεί, ιδιαίτερα υπό το πρίσμα των αλλαγών που φέρνει η τεχνητή νοημοσύνη στον συγκεκριμένο τομέα. Οι τεχνικές ειδικότητες, πάντως, παραμένουν σταθερά ψηλά. Δεν είναι εναγγέλματα που μπορούν εύκολα να αντικατασταθούν από την τεχνητή νοημοσύνη. Η τεχνολογία εξελίσσεται, αλλά η ανάγκη για ανθρώπους που διαθέτουν πρακτικές δεξιότητες και μπορούν να χειριστούν μηχανήματα και εξοπλισμό παραμένει μεγάλη.



Παράλληλα, τα νέα μηχανήματα που εισέρχονται στη βιομηχανία ενσωματώνουν ολοένα και περισσότερο τεχνολογίες τεχνητής νοημοσύνης. Επομένως, είτε το θέλουμε είτε όχι, οι εργαζόμενοι θα χρειαστεί να εξοικειωθούν με αυτά τα νέα εργαλεία.

Πόσο σοβαρό είναι τελικά το πρόβλημα της έλλειψης ανθρώπινου δυναμικού για την περαιτέρω ανάπτυξη της βιομηχανίας στη Θεσσαλία;

Για εμένα είναι το νούμερο ένα πρόβλημα αυτή τη στιγμή. Δημογραφικό, εργασία και ειδικότητες συνδέονται άμεσα. Δεν μπορούμε να αυξήσουμε την παραγωγή μας και να αναπτύξουμε τη βιομηχανία, εάν δεν βρούμε τρόπους να αντιμετωπίσουμε την έλλειψη ανθρώπινου δυναμικού. Δεν μπορούμε μέσα στα επόμενα χρόνια να αλλάξουμε ξαφνικά τα δημογραφικά δεδομένα και να δημιουργήσουμε νέες γενιές εργαζόμενων. Πρέπει, επομένως, να αναζητήσουμε άλλες λύσεις. Να δούμε σε ποιους τομείς μπορούμε να εκπαιδεύσουμε ανθρώπους, να αξιοποιήσουμε τις δυνατότητές τους και να τους βοηθήσουμε να αποκτήσουν δεξιότητες που δεν είχαν μέχρι σήμερα. Αυτή είναι μια πρόκληση, αλλά ταυτόχρονα και μια ευκαιρία. Πρέπει να αντιληφθούμε ότι η επαγγελματική διαδρομή δεν είναι απαραίτητο να παραμένει ίδια σε όλη τη διάρκεια της ζωής μας. Μπορούμε να μάθουμε νέα αντικείμενα, να αλλάξουμε κατεύθυνση και να αποκτήσουμε γνώσεις που θα μας επιτρέψουν να εργαστούμε σε διαφορετικούς κλάδους.

Ποιες πρωτοβουλίες αναλαμβάνει ο Σύνδεσμος Βιομηχανιών για να περιορίσει το χάσμα δεξιοτήτων και να φέρει πιο κοντά τους εργαζομένους στις πραγματικές ανάγκες των επιχειρήσεων;

Αυτό που προσπαθούμε να κάνουμε δεν είναι απλώς να αυξήσουμε την απασχόληση. Η Θεσσαλία έχει ήδη χαμηλά ποσοστά ανεργίας και δεν υπάρχει μια μεγάλη δεξαμενή ανέργων από την οποία μπορούν οι επιχειρήσεις να αντλήσουν προσωπικό. Η προσπάθειά μας επικεντρώνεται κυρίως στην εκπαίδευση και στην ανάπτυξη των soft skills. Θέλουμε να βοηθήσουμε τους ανθρώπους να γνωρίσουν καλύτερα τη βιομηχανία, να κατανοήσουν τι ζητούν οι επιχειρήσεις και να αποκτήσουν τις δεξιότητες που θα τους επιτρέψουν να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις της. Προς αυτή την κατεύθυνση διοργανώνουμε εξειδικευμένα σεμινάρια και ενημερωτικές εκδηλώσεις, ενώ παράλληλα συντηρούμε και ενημερώνουμε συστηματικά την πλατφόρμα Jobs. Μέσα από αυτήν ενημερώνουμε τις επιχειρήσεις για τα διαθέσιμα βιογραφικά και διευκολύνουμε την επικοινωνία τους με ανθρώπους που αναζητούν εργασία.

Οι επιχειρήσεις χρειάζονται ανθρώπους με ανεπτυγμένα soft skills, προσαρμοστικότητα και θέληση να εκπαιδευτούν. Όπως υπογραμμίζει, ακόμη και ένας εργαζόμενος 50 ή 55 ετών μπορεί να διεκδικήσει μια νέα επαγγελματική ευκαιρία, εφόσον είναι ανοιχτός στη γνώση και στις αλλαγές της αγοράς εργασίας



Η κρυφή λίμνη του Συκουρίου αποτελεί μια αφορμή να στρέψουμε ξανά το βλέμμα μας στον τόπο μας, να γνωρίσουμε καλύτερα το φυσικό του περιβάλλον και να αναδείξουμε τους μικρούς θησαυρούς που συχνά προσπερνάμε



Η ΚΡΥΦΗ ΛΙΜΝΗ ΤΟΥ ΣΥΚΟΥΡΙΟΥ

Ένας μικρός φυσικός θησαυρός που περιμένει να αποκαλυφθεί

Ένας προορισμός αναψυχής, φύσης και αυθεντικής φιλοξενίας

Υπάρχουν τόποι που, παρά το γεγονός ότι βρίσκονται πολύ κοντά μας, παραμένουν σχεδόν άγνωστοι. Μικρές γωνιές της φύσης που δεν έχουν γνωρίσει τη δημοσιότητα που τους αξίζει και περιμένουν υπομονετικά να ανακαλυφθούν. Ένας τέτοιος ξεχωριστός προορισμός βρίσκεται στην ευρύτερη περιοχή του Συκουρίου Λάρισας. Πρόκειται για μια εντυπωσιακή λίμνη, που με τα ιδιαίτερα χρώματα των νερών της και το ξεχωριστό φυσικό της περιβάλλον μοιάζει να ξεπήδησε από κάποιο μακρινό, εξωτικό τοπίο.



Η λεγόμενη «κρυφή λίμνη» αποτελεί ένα από εκείνα τα σημεία που προκαλούν έκπληξη στον επισκέπτη. Το πράσινο και γαλαζοπράσινο χρώμα του νερού δημιουργεί μια εικόνα που δύσκολα περνά απαρατήρητη. Η αντίθεση ανάμεσα στην επιφάνεια της λίμνης, τους βραχώδεις σχηματισμούς και το γύρω φυσικό περιβάλλον συνθέτει ένα σκηνικό ιδιαίτερης αισθητικής αξίας.

Και το εντυπωσιακότερο όλων είναι ότι αυτό το τοπίο βρίσκεται στην καρδιά της θεσσαλικής γης, σε μια περιοχή που διαθέτει ήδη έναν μοναδικό φυσικό πλούτο, με κυρίαρχη παρουσία τον επιβλητικό Κίσσαβο.

Ένας τόπος με τη δική του ιστορία

Η περιοχή του Συκουρίου είναι γνωστή για τη γεωλογική της ιδιαιτερότητα και τον φυσικό της πλούτο. Ο ευρύτερος χώρος του Γεντικίου, με την παρουσία πετρωμάτων και την ιστορία εξόρυξης, προσφέρει ένα ιδιαίτερο γεωλογικό ανάγλυφο.

Η δημιουργία υδάτινων σχηματισμών σε παλιούς χώρους εξόρυξης αποτελεί ένα φαινόμενο που συναντάται και σε άλλες περιοχές της Ελλάδας. Εκεί όπου κάποτε υπήρχε ανθρώπινη δραστηριότητα, η φύση μπορεί με την πάροδο του χρόνου να δημιουργήσει ένα εντελώς διαφορετικό τοπίο.

Η εικόνα της λίμνης, ωστόσο, δεν πρέπει να μας κάνει να ξεχνάμε ότι η εντυπωσιακή της όψη δεν συνεπάγεται απαραίτητα και ασφαλείς συνθήκες πρόσβασης. Οι απότομες όχθες, τα βραχώδη πρανή και το ενδεχόμενο ασταθούς εδάφους απαιτούν ιδιαίτερη προσοχή. Η κολύμβηση δεν θα πρέπει να θεωρείται δεδομένη, καθώς χρειάζεται προηγουμένως να διαπιστωθεί εάν υπάρχουν οι απαραίτητες προϋποθέσεις ασφάλειας.

Ένας κρυμμένος θησαυρός

Σε μια εποχή κατά την οποία όλο και περισσότεροι άνθρωποι αναζητούν εναλλακτικούς προορισμούς, μακριά από τον μαζικό τουρισμό, τέτοια σημεία αποκτούν ιδιαίτερη σημασία. Η κρυφή λίμνη του Συκουρίου θα μπορούσε να αποτελέσει μέρος μιας ευρύτερης προσπάθειας ανάδειξης των φυσικών και γεωλογικών αξιοθέατων της περιοχής. Σε συνδυασμό με τις διαδρομές του Κισσάβου, τα χωριά της περιοχής, τα μονοπάτια, την τοπική γαστρονομία και τα σημεία φυσικού ενδιαφέροντος, θα μπορούσε να ενταχθεί σε μια ολοκληρωμένη πρόταση ήπιας τουριστικής ανάπτυξης.

Δεν χρειάζονται απαραίτητα μεγάλες και δαπανηρές παρεμβάσεις. Χρειάζεται πρώτα καταγραφή, επιστημονική αξιολόγηση, προστασία του χώρου και σωστή ενημέρωση των επισκεπτών. Μια διακριτική σήμανση, η ανάδειξη της γεωλογικής ιστορίας και η δημιουργία ασφαλών σημείων θέασης, εφόσον αυτό επιτρέπεται από τις αρμόδιες υπηρεσίες, θα μπορούσαν να συμβάλουν ουσιαστικά στην προβολή του. Παράλληλα, η προστασία του φυσικού περιβάλλοντος πρέπει να αποτελέσει βασική προτεραιότητα. Η ανεξέλεγκτη προσέλευση, η απόρριψη απορριμμάτων και οι επικίνδυνες δραστηριότητες θα μπορούσαν να αλλοιώσουν την εικόνα του τοπίου και να δημιουργήσουν σοβαρούς κινδύνους.

Η ομορφιά βρίσκεται συχνά δίπλα μας

Ίσως τελικά αυτή να είναι και η μεγαλύτερη αξία της μικρής αυτής λίμνης, ότι μας υπενθυμίζει πως δεν χρειάζεται να ταξιδέψουμε χιλιόμετρα μακριά για να ανακαλύψουμε κάτι ξεχωριστό. Η περιοχή του Συκουρίου κρύβει φυσικές ομορφιές που αξίζουν μεγαλύτερης προσοχής και προβολής. Η λίμνη αποτελεί μια αφορμή να στρέψουμε ξανά το βλέμμα μας στον τόπο μας, να γνωρίσουμε καλύτερα το φυσικό του περιβάλλον και να αναδείξουμε τους μικρούς θησαυρούς που συχνά προσπερνάμε.

Γιατί κάποιες φορές, τα πιο εντυπωσιακά αξιοθέατα δεν βρίσκονται στους τουριστικούς οδηγούς. Βρίσκονται εκεί όπου η φύση και ο χρόνος δημιουργούν τις δικές τους εκπλήξεις. Και η κρυφή λίμνη του Συκουρίου είναι αναμφίβολα ένα από αυτά τα τοπία που αξίζει να γνωρίσουμε, να προστατεύσουμε και να αναδείξουμε.



14:00 – 17:00 | «Κάθε Μέρα ΘεσΣαλία» LIVE
Η καθημερινή ενημερωτική εκπομπή του FORMedia TV καταγράφει την επικαιρότητα, αναδεικνύει τα πρόσωπα και φωτίζει τα ζητήματα που απασχολούν την κοινωνία της Θεσσαλίας. **Καθημερινά με τη δημοσιογράφο Λόλα Γάτσιου.** Η Θεσσαλία έχει τον δικό της χώρο στην ενημέρωση και το FORMedia TV τον κάνει καθημερινά σημείο συνάντησης για την επικαιρότητα, τους ανθρώπους και τα θέματα που βρίσκονται στο επίκεντρο.Το «Κάθε Μέρα Θεσσαλία», στο τηλεοπτικό πρόγραμμα του **FORMedia TV,** με καθημερινή παρουσία στις 14:00 και για τρεις ολόκληρες ώρες ζωντανά, δίνοντας έμφαση στην άμεση, έγκυρη και ουσιαστική ενημέρωση.



14:00 – 16:00 | «COLPO GROSSO» με τον Χρήστο Ευθυμίου LIVE
Το «COLPO GROSSO», με τον Χρήστο Ευθυμίου, η καθημερινή αθλητική εκπομπή που έρχεται να βάλει στο επίκεντρο όλα όσα συμβαίνουν στον χώρο του αθλητισμού, με άμεση ενημέρωση, σχολιασμό, παρασκήνιο και αποκλειστικές συνεντεύξεις. Κάθε μέρα, από τις 14:00 έως τις 16:00, ο Χρήστος Ευθυμίου θα μεταφέρει στους ακροατές τον παλμό της αθλητικής επικαιρότητας, με τη ματιά της δημοσιογραφικής ομάδας του FORMedia και με έμφαση στην τοπική και περιφερειακή αθλητική δραστηριότητα, αλλά και στις σημαντικότερες εξελίξεις από την Ελλάδα και τον κόσμο.

Ο Υπουργός Προστασίας του Πολίτη αναγνώρισε τη συμβολή της Περιφέρειας στα έργα προστασίας από τις πλημμύρες, ενώ ανακοίνωσε την προώθηση δύο σημαντικών αστυνομικών υποδομών σε Τρίκαλα και Ελασσόνα

ΑΝΤΙΠΛΗΜΜΥΡΙΚΗ ΘΩΡΑΚΙΣΗ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Εύσημα Χρυσοχοΐδη σε Κουρέτα

Επίσκεψη του υπουργού Προστασίας του Πολίτη στο Κέντρο Πολιτικής Προστασίας και στο Κέντρο Επιχειρήσεων της Πυροσβεστικής







Με την αντιπλημμυρική θωράκιση της Θεσσαλίας, την ενίσχυση της πολιτικής προστασίας και τη βελτίωση των υποδομών της Ελληνικής Αστυνομίας να βρίσκονται στο επίκεντρο, πραγματοποιήθηκε στη Λάρισα η συνάντηση του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας Δημήτρη Κουρέτα με τον Υπουργό Προστασίας του Πολίτη Μιχάλη Χρυσοχοΐδη. Η συνάντηση, που πραγματοποιήθηκε στο γραφείο του Περιφερειάρχη, στην έδρα της Περιφέρειας, είχε ευρύ αντικείμενο, καθώς συζητήθηκαν ζητήματα που συνδέονται άμεσα με την ασφάλεια και την προστασία των πολιτών, αλλά και με την ανθεκτικότητα της περιοχής απέναντι στις επιπτώσεις της κλιματικής κρίσης.

Ιδιαίτερη βαρύτητα δόθηκε στα αντιπλημμυρικά έργα που βρίσκονται σε εξέλιξη ή σχεδιάζονται στη Θεσσαλία, μετά τις καταστροφικές πλημμύρες των προηγούμενων ετών, οι οποίες ανέδειξαν τις αδυναμίες των υφιστάμενων υποδομών και την ανάγκη για έναν συνολικό και μακροπρόθεσμο σχεδιασμό. Ο κ. Χρυσοχοΐδης, μάλιστα, προχώρησε σε δημόσια αναφορά για τις πρωτοβουλίες της Περιφέρειας, σημειώνοντας χαρακτηριστικά ότι «η Περιφέρεια Θεσσαλίας βρίσκεται σε πάρα πολύ καλό δρόμο».

Η δήλωση αυτή συνοδεύτηκε από αναφορά στη συνεργασία της Περιφέρειας με την κυβέρνηση και ειδικότερα στην προσπάθεια για αποτελεσματικότερη διαχείριση των υδάτινων πόρων, ώστε να αντιμετωπιστούν τόσο οι κίνδυνοι των πλημμυρών κατά τη χειμερινή περίοδο όσο και οι ανάγκες άρδευσης κατά τους θερινούς μήνες. Κατά τη διάρκεια της συνάντησης, ο Δημήτρης Κουρέτας παρουσίασε στον Υπουργό τις παρεμβάσεις που προωθεί η Περιφέρεια Θεσσαλίας για τη διευθέτηση ρεμάτων και την αντιπλημμυρική προστασία οικισμών και καλλιεργήσιμων εκτάσεων. Όπως επισημάνθηκε, ο σχεδιασμός των έργων βασίζεται στις εισηγήσεις και τις επιστημονικές αξιολογήσεις των αρμόδιων ειδικών, με στόχο οι παρεμβάσεις να ανταποκρίνονται στις πραγματικές ανάγκες κάθε περιοχής και να περιορίζουν τις συνέπειες από ενδεχόμενα ακραία καιρικά φαινόμενα.

Το ζήτημα έχει ιδιαίτερη σημασία για τη Θεσσαλία, καθώς οι πλημμύρες των τελευταίων ετών έχουν αφήσει έντονο αποτύπωμα σε υποδομές, αγροτικές εκμεταλλεύσεις, επιχειρήσεις και οικισμούς. Η ανάγκη να διαμορφωθεί ένα διαφορετικό μοντέλο διαχείρισης του νερού, που θα συνδυάζει την αντιπλημμυρική προστασία με την αξιοποίησή του για τις παραγωγικές ανάγκες, αποτελεί μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις για την περιοχή. Ο Υπουργός Προστασίας του Πολίτη στάθηκε ακριβώς σε αυτή τη διάσταση, τονίζοντας: «Πιστεύω ότι κάθε μέρα όλο και περισσότερο θα χτίσουμε μια Θεσσαλία η οποία το καλοκαίρι θα διαθέτει πολύ νερό για τις καλλιέργειες και τον χειμώνα θα το κρατάμε και δεν θα πλημμυρίζουμε ταυτόχρονα πόλεις και χωριά, όπως έγινε τα προηγούμενα χρόνια». Η τοποθέτησή του ανέδειξε την ανάγκη να αντιμετωπίζεται το νερό ως ένας πόρος που πρέπει να αξιοποιείται με σχεδιασμό και όχι ως απειλή που γίνεται αντιληπτή μόνο όταν εκδηλώνονται έντονα καιρικά φαινόμενα.

Δύο σημαντικά έργα για την Ελληνική Αστυνομία

Σημαντικό μέρος της συζήτησης αφορούσε και την ενίσχυση των αστυνομικών υποδομών στη Θεσσαλία. Ο Μιχάλης Χρυσοχοΐδης ευχαρίστησε δημόσια τον Περιφερειάρχη για τη χρηματοδότηση δύο κτιριακών έργων που έχουν ενταχθεί στο περιφερειακό πρόγραμμα και αφορούν την Ελληνική Αστυνομία.

Πρόκειται για το νέο κτίριο της Αστυνομικής Διεύθυνσης Τρικάλων, το οποίο προορίζεται να στεγάσει το σύνολο των αστυνομικών υπηρεσιών της περιοχής, καθώς και για το Αστυνομικό Τμήμα Ελασσόνας. «Θέλω να τον ευχαριστήσω δημόσια, γιατί έχει εντάξει στο περιφερειακό πρόγραμμα δύο κτίρια που αφορούν την Ελληνική Αστυνομία», ανέφερε χαρακτηριστικά ο Υπουργός, υπογραμμίζοντας τη σημασία της συνεργασίας με την Περιφέρεια για την προώθηση των συγκεκριμένων παρεμβάσεων.

Όπως έγινε γνωστό, το επόμενο βήμα αφορά την ολοκλήρωση των απαραίτητων μελετών από τις υπηρεσίες του Υπουργείου Προστασίας του Πολίτη, ώστε να ακολουθήσει η προκήρυξη των έργων. Η δημιουργία σύγχρονων και λειτουργικών εγκαταστάσεων θεωρείται σημαντική για την καλύτερη εξυπηρέτηση των πολιτών, αλλά και για την αποτελεσματικότερη λειτουργία των αστυνομικών υπηρεσιών.

Επίσκεψη στα επιχειρησιακά κέντρα

Μετά την ολοκλήρωση της συνάντησης στην Περιφέρεια, ο Μιχάλης Χρυσοχοΐδης, συνοδευόμενος από τον Δημήτρη Κουρέτα, επισκέφθηκε το Κέντρο Πολιτικής Προστασίας της Περιφέρειας Θεσσαλίας.

Εκεί ενημερώθηκε αναλυτικά και με διαδραστικό τρόπο για τη λειτουργία του, τις επιχειρησιακές δυνατότητες που διαθέτει, καθώς και τον ρόλο του στην πρόληψη, την παρακολούθηση και τη διαχείριση έκτακτων καταστάσεων. Η λειτουργία του Κέντρου αποκτά ιδιαίτερη σημασία για μια περιοχή όπως η Θεσσαλία, όπου η έγκαιρη ενημέρωση, ο συντονισμός των υπηρεσιών και η άμεση κινητοποίηση των μηχανισμών πολιτικής προστασίας αποτελούν κρίσιμους παράγοντες για την αντιμετώπιση φυσικών καταστροφών.

Ακολούθησε επίσκεψη στο Κέντρο Επιχειρήσεων της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας, όπου ο Υπουργός είχε την ευκαιρία να ενημερωθεί για τις επιχειρησιακές λειτουργίες και τον συντονισμό των δυνάμεων σε περιστατικά έκτακτης ανάγκης. Από την πλευρά του, ο Περιφερειάρχης Δημήτρης Κουρέτας, αναφερόμενος στη συνάντηση, δήλωσε ότι συζητήθηκαν ζητήματα αντιπλημμυρικής θωράκισης, δημόσιας υγείας και δημόσιας ασφάλειας. Παράλληλα, χαρακτήρισε τον Υπουργό «μια κινητή βιβλιοθήκη εμπειριών», θέλοντας να υπογραμμίσει τη σημασία της ανταλλαγής γνώσεων και εμπειριών σε θέματα που απαιτούν συντονισμό και αποτελεσματική αντιμετώπιση.

Η επίσκεψη του Μιχάλη Χρυσοχοΐδη στη Λάρισα ολοκληρώθηκε με συμβολικό χαρακτήρα, καθώς ο Δημήτρης Κουρέτας προσέφερε στον Υπουργό ένα ομοίωμα αρχαίου νομίσματος με την κεφαλή του Δία.

Η συνάντηση ανέδειξε το εύρος των ζητημάτων που συνδέουν την Περιφέρεια Θεσσαλίας με το Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη, από την αντιπλημμυρική προστασία και τη διαχείριση κρίσεων μέχρι τις αστυνομικές υποδομές.

Το ζητούμενο πλέον είναι οι σχεδιασμοί και οι εξαγγελίες να προχωρήσουν στα επόμενα στάδια υλοποίησης, με συγκεκριμένα χρονοδιαγράμματα και παρεμβάσεις που θα ενισχύσουν την ασφάλεια των κατοίκων σε ολόκληρη τη Θεσσαλία.



18:00 – 20:00 | «BACK TO THE HITS» με τον Λάζαρο Τζήκα **LIVE**
Υπάρχουν τραγούδια που δεν παλιώνουν ποτέ. Τραγούδια που αρκούν οι πρώτες νότες τους για να μας γυρίσουν πίσω σε μια άλλη εποχή, σε μια ανάμνηση, σε μια παρέα, σε ένα καλοκαίρι ή σε μια ολόκληρη δεκαετία. Αυτή ακριβώς τη σχέση της μουσικής με τις αναμνήσεις, αλλά και με όλα όσα συμβαίνουν γύρω μας, έρχεται να αναδείξει το «Back to the Hits»



16:00-17:00 | «ΤΕΛΕΥΤΑΙΟ ΘΡΑΝΙΟ» με τον Βασίλη Μηνά **LIVE**
Τελευταίο θρανίο ή μπροστά; Για τον Βασίλη Μηνά, η απάντηση είναι ξεκάθαρη. Το τελευταίο θρανίο έχει τη δική του γοητεία, τη δική του ελευθερία και, κυρίως, τη δική του... μουσική!
Η εκπομπή του Βασίλη Μηνά που έρχεται καθημερινά 16:00-17:00 για να γεμίσει το απόγευμα με μουσικάρες, αγαπημένα τραγούδια και επιλογές που μόνο εκείνος ξέρει να ξεκωρίζει.

Στο επίκεντρο του σχεδιασμού του υπουργείου Παιδείας η δημιουργία Αθλητικών Γυμνασίων και η αναμόρφωση του συστήματος εισαγωγής των αθλητών στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση. Στόχος η ουσιαστική σύνδεση της σχολικής εκπαίδευσης με τον αθλητισμό, αλλά και η δικαιότερη αναγνώριση της προσπάθειας των μαθητών που αφιερώνουν σημαντικό μέρος της καθημερινότητάς τους στην προπόνηση





ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΓΥΜΝΑΣΙΑ

Νομοσχέδιο έως τον Μάρτιο του 2027

Αλλαγές στη μοριοδότηση των αθλητών στις Πανελλαδικές

Σημαντικές αλλαγές στον τρόπο με τον οποίο συνδέονται η σχολική εκπαίδευση και ο αθλητισμός προωθεί το υπουργείο Παιδείας, με δύο βασικές παρεμβάσεις που αναμένεται να απασχολήσουν έντονα την εκπαιδευτική και αθλητική κοινότητα το επόμενο διάστημα. Πρόκειται για τη δημιουργία Αθλητικών Γυμνασίων, αλλά και την αναμόρφωση του συστήματος μοριοδότησης των μαθητών-αθλητών στις Πανελλαδικές Εξετάσεις.

Τις σχετικές κατευθύνσεις παρουσίασε η υπουργός Παιδείας, Σοφία Ζαχαράκη, σε συνέντευξή της, προαναγγέλλοντας ότι το νομοσχέδιο για τη δημιουργία Αθλητικού Γυμνασίου αναμένεται να κατατεθεί έως τον Μάρτιο του 2027. Η εξαγγελία αυτή ανοίγει μια νέα συζήτηση για τη δυνατότητα διαμόρφωσης ενός εκπαιδευτικού περιβάλλοντος στο οποίο οι μαθητές θα μπορούν να συνδυάζουν οργανωμένα τη γενική παιδεία με την αθλητική τους ανάπτυξη.

Η δημιουργία Αθλητικών Γυμνασίων φιλοδοξεί να αποτελέσει μια σημαντική πρωτοβουλία για τους μαθητές που έχουν ιδιαίτερη κλίση και ενδιαφέρον για τον αθλητισμό. Η ανάγκη για καλύτερο συνδυασμό σχολικών και αθλητικών υποχρεώσεων αποτελεί διαχρονικό αίτημα οικογενειών, προπονητών και αθλητικών φορέων. Ένας μαθητής που ασχολείται συστηματικά με τον αθλητισμό καλείται καθημερινά να ανταποκριθεί σε ένα ιδιαίτερα απαιτητικό πρόγραμμα. Η παρακολούθηση των μαθημάτων, η μελέτη στο σπίτι, οι προπονήσεις, οι αγώνες και οι μετακινήσεις δημιουργούν συχνά ένα πιεστικό καθημερινό πλαίσιο. Σε αρκετές περιπτώσεις, η έλλειψη ευελιξίας στο σχολικό πρόγραμμα μπορεί να δυσκολέψει την προσπάθεια των παιδιών να εξελιχθούν αθλητικά χωρίς να υποβαθμίζεται η εκπαιδευτική τους πορεία.

Η λειτουργία εξειδικευμένων σχολικών μονάδων θα μπορούσε να προσφέρει μια οργανωμένη απάντηση σε αυτές τις ανάγκες, δημιουργώντας συνθήκες καλύτερης συνεργασίας μεταξύ εκπαιδευτικών και αθλητικών δραστηριοτήτων. Ωστόσο, αρκετές λεπτομέρειες παραμένουν ανοιχτές. Δεν έχουν ακόμη ανακοινωθεί οι προϋποθέσεις εισαγωγής των μαθητών, τα κριτήρια επιλογής, το ακριβές πρόγραμμα σπουδών, ο τρόπος οργάνωσης των προπονήσεων ή ο αριθμός των σχολικών μονάδων που θα δημιουργηθούν.

Επίσης, ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει το κατά πόσο το νέο μοντέλο θα απευθύνεται σε μαθητές συγκεκριμένων αθλημάτων ή θα καλύπτει ένα ευρύτερο φάσμα αθλητικών δραστηριοτήτων. Η απάντηση σε αυτά τα ζητήματα θα καθορίσει σε μεγάλο βαθμό τον χαρακτήρα και την αποτελεσματικότητα του εγχειρήματος. Εξίσου σημαντική είναι η πρόθεση του υπουργείου να επανεξετάσει το ισχύον πλαίσιο μοριοδότησης των αθλητών στις Πανελλαδικές Εξετάσεις. Πρόκειται για ένα ζήτημα που αφορά χιλιάδες μαθητές οι οποίοι προσπαθούν να συνδυάσουν τις απαιτήσεις της σχολικής ζωής με την αγωνιστική τους δραστηριότητα. Η βασική φιλοσοφία της προτεινόμενης αλλαγής είναι να αποδίδεται μεγαλύτερη βαρύτητα στη συνολική και διαχρονική προσπάθεια του μαθητή και όχι αποκλειστικά σε μια μεμονωμένη αθλητική διάκριση. Σύμφωνα με όσα ανέφερε η υπουργός, δύο είναι τα βασικά κριτήρια που εξετάζονται: Η διάρκεια ενασχόλησης με το άθλημα: Θα λαμβάνεται υπόψη το χρονικό διάστημα κατά το οποίο ο μαθητής ασχολείται συστηματικά με μια αθλητική δραστηριότητα. Με αυτόν τον τρόπο επιδιώκεται να αναγνωρίζεται η προσπάθεια των παιδιών που αφιερώνουν χρόνια στην προπόνηση, ακολουθώντας ένα απαιτητικό πρόγραμμα παράλληλα με τις σχολικές τους υποχρεώσεις. Η πραγματική συμμετοχή στην αθλητική δραστηριότητα: Θα εξετάζεται εάν ο μαθητής συμμετέχει ενεργά και ουσιαστικά στο άθλημα, ώστε η μοριοδότηση να ανταποκρίνεται στην πραγματική αθλητική του παρουσία και όχι σε τυπικές ή εικονικές συμμετοχές. Η συγκεκριμένη προσέγγιση επιχειρεί να αντιμετωπίσει αδικίες που ενδέχεται να προκύπτουν από ένα σύστημα το οποίο δεν αποτυπώνει πάντοτε τη συνολική διαδρομή ενός νέου αθλητή. Άλλωστε, η αθλητική εξέλιξη δεν μετριέται μόνο με τις διακρίσεις και τα μετάλλια. Απαιτεί συνέπεια, πειθαρχία, καθημερινή προσπάθεια, συμμετοχή σε προπονήσεις και αγώνες, καθώς και σημαντικές προσωπικές θυσίες.

Η υπουργός Παιδείας έδωσε ιδιαίτερη έμφαση σε αυτήν ακριβώς τη διάσταση, επισημαίνοντας ότι στόχος είναι να αποδοθεί δικαιοσύνη στα παιδιά που ασχολούνται επί σειρά ετών με ένα άθλημα και καταβάλλουν συστηματική προσπάθεια για να ανταποκριθούν τόσο στις εκπαιδευτικές όσο και στις αθλητικές τους υποχρεώσεις.

Εφόσον οι προτεινόμενες αλλαγές προχωρήσουν, το νέο σύστημα θα μπορούσε να αναγνωρίσει με πιο ολοκληρωμένο τρόπο την προσπάθεια μαθητών που βρίσκονται για μεγάλο χρονικό διάστημα στον οργανωμένο αθλητισμό. Ιδιαίτερα σημαντική θα είναι η εφαρμογή αντικειμενικών και διαφανών κριτηρίων, ώστε να διασφαλίζεται ότι όλοι οι υποψήφιοι αξιολογούνται με τους ίδιους κανόνες. Παράλληλα, θα πρέπει να προσδιοριστεί με σαφήνεια ο τρόπος πιστοποίησης της αθλητικής δραστηριότητας, η απαιτούμενη διάρκεια ενασχόλησης και τα αποδεικτικά στοιχεία που θα καλούνται να προσκομίσουν οι ενδιαφερόμενοι. Η αναμόρφωση του συστήματος δεν θα πρέπει να αντιμετωπίζεται ως απλή αλλαγή στον τρόπο υπολογισμού των μορίων. Αποτελεί μια ευρύτερη προσπάθεια αναγνώρισης του ρόλου του αθλητισμού στην ανάπτυξη των νέων, καθώς η συστηματική άθληση καλλιεργεί την αυτοπειθαρχία, την υπευθυνότητα, τη συνεργασία και την επιμονή στην επίτευξη στόχων. Από την άλλη πλευρά, θα πρέπει να διασφαλιστεί ότι η αθλητική δραστηριότητα δεν θα λειτουργεί εις βάρος της εκπαιδευτικής προόδου. Η ισορροπία ανάμεσα στις δύο αυτές διαστάσεις είναι άλλωστε το βασικό ζητούμενο κάθε εκπαιδευτικού μοντέλου που επιδιώκει να στηρίξει τους μαθητές-αθλητές.

Παρά τις κατευθύνσεις που έχουν ήδη παρουσιαστεί, οι αλλαγές στη μοριοδότηση δεν έχουν ακόμη οριστικοποιηθεί. Όπως διευκρίνισε η Σοφία Ζαχαράκη, το υπουργείο αναμένει την ολοκλήρωση της εργασίας της αρμόδιας ομάδας, η οποία επεξεργάζεται τις σχετικές προτάσεις. Στη συνέχεια, η εισήγηση πρόκειται να υποβληθεί στον πρωθυπουργό Κυριάκο Μητσοτάκη, προκειμένου να προχωρήσει η διαδικασία λήψης των τελικών αποφάσεων. Επομένως, οι αλλαγές που συζητούνται αποτελούν προς το παρόν κατευθύνσεις του κυβερνητικού σχεδιασμού και όχι θεσμοθετημένες ρυθμίσεις. Οι μαθητές και οι οικογένειές τους θα πρέπει να αναμένουν τις επίσημες ανακοινώσεις για να γνωρίζουν με ακρίβεια το περιεχόμενο και τον χρόνο εφαρμογής του νέου πλαισίου.

Η δημιουργία Αθλητικών Γυμνασίων και η αναθεώρηση της μοριοδότησης στις Πανελλαδικές αποτελούν δύο παρεμβάσεις με κοινό προσανατολισμό: την ενίσχυση των μαθητών που επιλέγουν να επενδύσουν χρόνο και προσπάθεια στον αθλητισμό, χωρίς να εγκαταλείπουν την εκπαιδευτική τους πορεία.

Το ζητούμενο πλέον είναι οι εξαγγελίες να μετατραπούν σε ένα ολοκληρωμένο και λειτουργικό θεσμικό πλαίσιο, με σαφείς κανόνες, επαρκείς υποδομές και πραγματικές δυνατότητες για τους μαθητές.

Γιατί η στήριξη του νεαρού αθλητή δεν αφορά μόνο την ανάδειξη μελλοντικών πρωταθλητών. Αφορά τη διαμόρφωση ολοκληρωμένων προσωπικοτήτων, οι οποίες θα μπορούν να διεκδικούν με αξιώσεις τόσο την ακαδημαϊκή όσο και την αθλητική τους εξέλιξη. Το μεγάλο στοίχημα για την Πολιτεία είναι να διασφαλίσει ότι κανένα παιδί δεν θα χρειάζεται να επιλέξει ανάμεσα στο σχολείο και στο άθλημα που αγαπά.

Σε τροχιά υλοποίησης μπαίνει ο Φορέας Απόκτησης και Επαναμίσθωσης Ακινήτων, δίνοντας τη δυνατότητα σε ευάλωτα νοικοκυριά να αποφύγουν την απώλεια της κύριας κατοικίας τους. Οι όροι ένταξης, η κρατική επιδότηση, το ύψος του μισθώματος και οι προϋποθέσεις επαναγοράς του ακινήτου

Συνέντευξη στη **Λόλα Γάτσιου**



ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΚΑΡΙΩΤΗΣ

Από το παιχνίδι της παιδικής ηλικίας στη δημιουργία επιτραπέζιων με τη

Ο Βαγγέλης Καριώτης, φοιτητής Οικονομικών και δημιουργός επιτραπέζιων παιχνιδιών από τη Λάρισα, σχεδιάζει, εικονογραφεί και αναπτύσσει μόνος του τις ιδέες του, επιδιώκοντας να συνδυάσει τη διασκέδαση με τη σκέψη, τη φαντασία και την ανθρώπινη επαφή. Με τέσσερις νέες δημιουργίες να ετοιμάζονται για την αγορά τα Χριστούγεννα, μιλά για τα ερεθίσματα που τον διαμόρφωσαν, τις απαιτήσεις της δημιουργικής διαδικασίας και τη σημασία του παιχνιδιού σε μια εποχή που κυριαρχούν οι οθόνες.

Η δημιουργικότητα δεν ακολουθεί πάντα μια ευθεία διαδρομή, ούτε περιορίζεται σε ένα συγκεκριμένο πεδίο σπουδών ή επαγγελματικής δραστηριότητας. Μπορεί να γεννηθεί μέσα από παιδικές αναμνήσεις, οικογενειακές στιγμές, παιχνίδια με φίλους και εμπειρίες που, χωρίς να το αντιλαμβάνεται κανείς τότε, αφήνουν το αποτύπωμά τους για το μέλλον. Για τον Βαγγέλη Καριώτη, η ενασχόληση με τα επιτραπέζια παιχνίδια αποτελεί μια διαδρομή που ξεκίνησε από τα παιδικά του χρόνια και εξελίχθηκε σε μια δημιουργική δραστηριότητα, στην οποία σήμερα επενδύει χρόνο, φαντασία και προσωπική εργασία.

Φοιτητής Οικονομικών στο Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, με έδρα τη Θεσσαλονίκη, βρίσκεται κοντά στην ολοκλήρωση των σπουδών του, παράλληλα όμως έχει αναπτύξει μια διαφορετική πλευρά, αυτή του σχεδιαστή και δημιουργού επιτραπέζιων παιχνιδιών. Από την αρχική ιδέα και τους κανόνες μέχρι την εικονογράφηση, το γραφιστικό περιβάλλον, το κουτί και την προώθηση, αναλαμβάνει σχεδόν κάθε στάδιο της δημιουργίας. Η αφετηρία του ήταν ένα απλό παιχνίδι, ένα κουίζ ποδοσφαίρου. Σήμερα, η δημιουργική του δουλειά έχει εξελιχθεί, με νέες ιδέες να παίρνουν μορφή και με ένα σχέδιο ανάπτυξης που φιλοδοξεί να φέρει περισσότερα παιχνίδια στο κοινό. Στη συζήτησή μας, εξηγεί πώς η παιδική αγάπη για το παιχνίδι έγινε δημιουργική αναζήτηση, γιατί θεωρεί ότι τα επιτραπέζια μπορούν να προσφέρουν κάτι διαφορετικό από την ψηφιακή ψυχαγωγία και πώς αντιμετωπίζει το επόμενο βήμα.

Η ενασχόλησή σου με τα επιτραπέζια παιχνίδια ξεκίνησε από τα παιδικά χρόνια. Ποια ήταν τα ερεθίσματα που σε οδήγησαν σε αυτή τη δημιουργική διαδρομή;

Η ενασχόλησή μου οφείλεται σε πολλά ερεθίσματα. Η οικογένειά μου έπαιξε πολύ σημαντικό ρόλο, καθώς από πέντε έως δέκα χρονών, σε όλη τη διάρκεια του δημοτικού, είχα συνεχώς επαφή με το παιχνίδι. Ο ξάδερφός μου με έμαθε διάφορα παιχνίδια στον υπολογιστή, η ξαδέρφη μου έπαιζε μαζί μου επιτραπέζια κάθε εβδομάδα, όταν πήγαινα τα Σαββατοκύριακα, ενώ με τον θείο μου παίζαμε ένα συγκεκριμένο παιχνίδι, το Stratego. Για πέντε χρόνια δεν μπορούσα να τον νικήσω ποτέ! Παράλληλα, από πέντε χρονών πήγαινα σε ακαδημία ποδοσφαίρου, έκανα καράτε και τα καλοκαίρια μου συνδέονταν πάντα με το παιχνίδι, το κρυφτό, τη θάλασσα και την παρέα. Όλα αυτά τα ερεθίσματα διαμόρφωσαν τη σχέση μου με το παιχνίδι. Μέχρι την πέμπτη δημοτικού, ουσιαστικά αυτή ήταν η μορφή ψυχαγωγίας μου. Το πρώτο κινητό το πήρα στην έκτη δημοτικού.

Θεωρώ ότι η οικογένειά μου βοήθησε πολύ σε αυτή τη διαδρομή. Όταν μεγαλώνεις με τέτοιες εμπειρίες, το παιχνίδι δεν είναι απλώς κάτι που κάνεις για να περάσει η ώρα. Γίνεται ένας τρόπος να επικοινωνείς, να σκέφτεσαι και να περνάς χρόνο με τους ανθρώπους γύρω σου.

Από την αγάπη για το παιχνίδι μέχρι τη δημιουργία ενός δικού σου επιτραπέζιου, πόσο μεγάλη ήταν η απόσταση; Πώς γεννήθηκε η πρώτη ιδέα;

Το πρώτο μου επιτραπέζιο ήταν ένα κουίζ ποδοσφαίρου. Ήταν πολύ απλό και, για να είμαι ειλικρινής, θεωρώ ακόμη ότι είναι το χειρότερο παιχνίδι που έχω δημιουργήσει, ακριβώς επειδή ήταν το πρώτο. Όμως ήταν εκείνο που μου έδωσε την αυτοπεποίθηση και την ψυχολογία να προχωρήσω σε πιο δύσκολες δημιουργίες.

Χρειάζεται ελεύθερος χρόνος, φαντασία και μια σύνδεση της πραγματικότητας με τη φαντασία. Αυτά τα στοιχεία, μαζί, μπορούν να δημιουργήσουν κάτι που αρχικά υπάρχει μόνο στο μυαλό σου και στη συνέχεια αποκτά συγκεκριμένη μορφή.

Το σημαντικό για μένα ήταν ότι έκανα την πρώτη προσπάθεια. Δεν ξεκίνησα έχοντας ένα τέλειο παιχνίδι. Ξεκίνησα με κάτι απλό, το οποίο μου έδωσε τη δυνατότητα να εξελιχθώ και να καταλάβω ότι μπορώ να αναλάβω και πιο σύνθετα εγχειρήματα.

Η δημιουργία ενός επιτραπέζιου παιχνιδιού απαιτεί διαφορετικές δεξιότητες.

Η τήρηση της συγκεκριμένης προθεσμίας είναι απαραίτητη, προκειμένου οι συγκεκριμένοι δικαιούχοι να μπορέσουν να συμπεριληφθούν στην προκαταβολή των αγροτικών ενισχύσεων στις 30 Νοεμβρίου. Οι αγρότες θα έχουν πλέον τη δυνατότητα να ολοκληρώσουν και να οριστικοποιήσουν τις αιτήσεις τους έως και την Τρίτη 17 Νοεμβρίου 2026, κερδίζοντας επιπλέον ημέρες για τη διευθέτηση



Εσύ αναλαμβάνεις σχεδόν τα πάντα μόνος σου. Πώς εξελίσσεται αυτή η διαδικασία;

Είναι ένας πολύ δύσκολος τομέας. Για να σχεδιαστεί ένα επιτραπέζιο παιχνίδι απαιτείται μεγάλη δουλειά και πολλές διαφορετικές δεξιότητες. Εγώ είμαι μόνος μου σε όλη αυτή τη διαδικασία. Αρχικά, έχω την ιδέα και τη γράφω σε ένα χαρτί. Στη συνέχεια περνάω στον υπολογιστή και αναλαμβάνω το graphic design, την εικονογράφηση, τον σχεδιασμό του κουτιού και, αν υπάρχει ταμπλό, τον σχεδιασμό του ταμπλό.

Ουσιαστικά, αναλαμβάνω όλη τη δημιουργική διαδικασία. Παράλληλα, έχω αναλάβει και το marketing της εταιρείας μου. Μπορεί να σπουδάζω Οικονομικά, όμως στην πράξη ασχολούμαι και με το κομμάτι της προώθησης, με τον τρόπο που παρουσιάζονται τα παιχνίδια και με την επικοινωνία τους προς το κοινό.

Η μόνη βοήθεια που χρειάζομαι σε αυτό το στάδιο είναι από το τυπογραφείο, όπου πηγαίνω για την εκτύπωση. Από εκεί και πέρα, όλα τα υπόλοιπα περνούν από τα χέρια μου. Είναι απαιτητικό, αλλά ταυτόχρονα έχει μεγάλη ικανοποίηση, γιατί βλέπεις μια ιδέα να μετατρέπεται σε ολοκληρωμένο προϊόν μέσα από τη δική σου δουλειά.

Πόσο χρόνο χρειάζεται, από τη στιγμή που γεννιέται μια ιδέα μέχρι να φτάσει στην τελική της μορφή;

Αν μιλήσουμε για μένα, θα έλεγα περίπου έναν χρόνο, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι είναι ο φυσιολογικός χρόνος για όλους. Εμένα μπορεί να μου πάρει τρεις μήνες, αν δουλεύω οκτώ ώρες κάθε μέρα πάνω σε ένα παιχνίδι. Αν υπολογίσουμε έναν κανονικό ρυθμό εργασίας, ένα επιτραπέζιο μπορεί να χρειαστεί από έξι μήνες έως έναν χρόνο.

Εγώ τα κάνω όλα μόνος μου, οπότε χρειάζεται να αφιερώνω περισσότερο χρόνο. Δεν είναι μόνο η ιδέα. Υπάρχουν οι κανόνες, ο σχεδιασμός, η εικονογράφηση, η συνολική εικόνα, οι δοκιμές και οι διορθώσεις. Κάθε στάδιο έχει τις δικές του απαιτήσεις. Και φυσικά, ένα παιχνίδι δεν μπορεί να βγει στην αγορά χωρίς να δοκιμαστεί. Πρέπει να δεις αν λειτουργεί πραγματικά, αν οι παίκτες καταλαβαίνουν τους κανόνες, αν υπάρχουν λάθη και αν η εμπειρία είναι αυτή που θέλεις να προσφέρεις.

Αναφέρθηκες στις δοκιμές. Πόσο σημαντικό είναι το playtesting, δηλαδή το να δοκιμάζεται το παιχνίδι από άλλους πριν ολοκληρωθεί;

Είναι από τα σημαντικότερα στάδια. Το playtesting είναι η διαδικασία κατά την οποία παίζουμε το παιχνίδι, εντοπίζουμε λάθη και βλέπουμε πού υπάρχουν προβλήματα στην παικτικότητα. Μπορεί εγώ να έχω σχεδιάσει κάτι με έναν συγκεκριμένο τρόπο, όμως όταν το παίξουν άλλοι άνθρωποι, μπορεί να εμφανιστούν δυσκολίες που δεν είχα αντιληφθεί.

Υπάρχουν φίλοι που δοκιμάζουν τα παιχνίδια, αλλά και playtesters, άνθρωποι που ασχολούνται ειδικά με τα επιτραπέζια και μπορούν να δώσουν πιο συγκεκριμένο feedback. Μου λένε τι λειτουργεί, τι δεν λειτουργεί, πού υπάρχουν λάθη και τι χρειάζεται αλλαγή. Αυτό είναι πολύ σημαντικό, γιατί ο δημιουργός δεν μπορεί να βλέπει πάντα το παιχνίδι αντικειμενικά. Πρέπει να ακούσει τους άλλους, να διορθώσει και να ξαναδοκιμάσει. Έτσι, το παιχνίδι βελτιώνεται και γίνεται πιο ολοκληρωμένο.

Ποια είναι τα επόμενα παιχνίδια που ετοιμάζεις να παρουσιάσεις στο κοινό και τι περιλαμβάνει το σχέδιό σου για την κυκλοφορία τους;

Αυτή τη στιγμή υπάρχουν αρκετά παιχνίδια που έχουν δημιουργηθεί και βρίσκονται σε διαφορετικά στάδια. Ο σχεδιασμός μας είναι να κυκλοφορήσουν τέσσερα επιτραπέζια τα Χριστούγεννα. Πρόκειται για ένα κουίζ ποδοσφαίρου, ένα κουίζ μπάσκετ, το «Χάσμα Γενεών», που είναι ένα οικογενειακό επιτραπέζιο, και την «Πόλη της Διαφθοράς», που είναι ένα παιχνίδι μυστηρίου και θεωρώ ότι θα ενδιαφέρει πολύ κόσμο.

Από εκεί και πέρα, εφόσον ο κύκλος των πωλήσεων εξελιχθεί καλά, έχουμε σκοπό το Πάσχα να κυκλοφορήσουμε άλλα έξι παιχνίδια και στη συνέχεια να συνεχίσουμε την ανανέωση της σειράς. Η ιδέα είναι να υπάρχει σταθερή παραγωγή νέων παιχνιδιών, με στόχο κάθε μήνα να κυκλοφορεί μια νέα δημιουργία. Υπάρχουν ήδη αρκετές ιδέες και παιχνίδια που έχουν αναπτυχθεί και συνεχίζουν να εξελίσσονται. Η δουλειά δεν σταματά με την κυκλοφορία ενός τίτλου. Αντίθετα, αποτελεί την αρχή για την επόμενη δημιουργία.

Ανάμεσα στα παιχνίδια σου υπάρχει και η «Πόλη της Διαφθοράς». Τι είναι αυτό που την κάνει διαφορετική και πώς παίζεται;

Η «Πόλη της Διαφθοράς» είναι ένα παιχνίδι μυστηρίου, το οποίο συνδυάζει στοιχεία από παιχνίδια όπως το Cluedo και το Palermo. Υπάρχει ένα ταμπλό στο οποίο κινούνται οι παίκτες, έξι τοποθεσίες, κάρτες μυστηρίου και κάρτες παγίδας, ενώ οι παίκτες μπορούν να κινηθούν μπροστά ή πίσω ανάλογα με τις εντολές που θα συναντήσουν.

Μπορεί να παιχτεί από τέσσερις έως οκτώ παίκτες. Όταν συμμετέχουν περισσότεροι, χωρίζονται σε δύο ομάδες, το δίκτυο ειρήνης και το δίκτυο διαφθοράς. Το ενδιαφέρον είναι ότι στην αρχή δεν γνωρίζεις ποιοι είναι οι συμπαίκτες σου και ποιοι ανήκουν στην αντίπαλη ομάδα. Πρέπει να κινηθείς, να συγκεντρώσεις στοιχεία και να προσπαθήσεις να καταλάβεις τι συμβαίνει.

Υπάρχουν κάρτες στοιχείων και, όταν συγκεντρωθούν πέντε κάρτες μιας κατηγορίας, πραγματοποιείται ψηφοφορία, κατά την οποία αποχωρεί ένας παίκτης. Έτσι εξελίσσεται η διαδικασία μέχρι το τέλος. Υπάρχει και η δυνατότητα να προσπαθήσεις να κερδίσεις μόνος σου, αλλά και να πετύχεις τον στόχο της ομάδας σου. Είναι ένα παιχνίδι που στηρίζεται στο μυστήριο, στην παρατήρηση και στη στρατηγική.

Αν έπρεπε να ξεχωρίσεις ένα παιχνίδι από όσα έχεις δημιουργήσει, θα μπορούσες να το κάνεις ή κάθε δημιουργία έχει τη δική της θέση;

Δεν θα μπορούσα να ξεχωρίσω ένα ως αγαπημένο μου, γιατί κάθε επιτραπέζιο μου δίνει διαφορετική αίσθηση. Είναι διαφορετικό το καθένα και έχει τη δική του ταυτότητα. Αυτό που μπορώ να κάνω είναι να τα ξεχωρίσω ανάλογα με τη δυσκολία τους. Υπάρχουν τα easy, τα medium και τα hard. Τα παιχνίδια που ετοιμάζουμε περιλαμβάνουν δύο πιο εύκολα, ένα medium προς hard, όπως το «Χάσμα Γενεών», και ένα πιο δύσκολο, την «Πόλη της Διαφθοράς». Τα πιο εύκολα είναι κατάλληλα για ανθρώπους που θέλουν να δοκιμάσουν κάτι καινούριο, ενώ τα πιο απαιτητικά απευθύνονται σε όσους θέλουν να μπουν περισσότερο στη διαδικασία της στρατηγικής και της σκέψης. Ωστόσο, δεν θεωρώ ότι τα πιο δύσκολα παιχνίδια είναι μόνο για όσους ασχολούνται ήδη με τα επιτραπέζια. Μπορούν να τα δοκιμάσουν και άνθρωποι που θέλουν να μάθουν, αρκεί να έχουν διάθεση να ασχοληθούν.

Σε μια εποχή που τα παιδιά και οι νέοι περνούν μεγάλο μέρος του χρόνου τους μπροστά σε οθόνες, τι πιστεύεις ότι μπορεί να προσφέρει ένα επιτραπέζιο παιχνίδι;

Θα ήθελα να μιλήσω τόσο στους γονείς όσο και στα παιδιά. Στους γονείς θα έλεγα να θυμηθούν τα δικά τους παιδικά χρόνια και να ασχολούνται περισσότερο με τα παιδιά τους. Ένας γονιός που αφιερώνει χρόνο στο παιδί του, που κάθεται μαζί του και παίζει, δημιουργεί αναμνήσεις.

Το επιτραπέζιο είναι μια επιλογή που απαιτεί χρόνο και συμμετοχή. Δεν είναι απλώς κάτι που δίνεις στο παιδί για να απασχοληθεί. Είναι μια δραστηριότητα στην οποία μπορείς να συμμετέχεις κι εσύ, να γελάσεις, να συζητήσεις, να περάσεις όμορφα και να δημιουργήσεις κοινές εμπειρίες. Για τα παιδιά, δεν θα ήθελα να επιβάλω κάτι. Είναι σημαντικό να επιλέγουν αυτό που τους κάνει ευτυχισμένα. Αν θέλουν να ασχοληθούν με τα επιτραπέζια, είτε τα δικά μου είτε γενικά, θα χαρώ. Αν επιλέξουν κάτι διαφορετικό, δεν με πειράζει. Αυτό που εύχομαι είναι να ζήσουν τη ζωή τους και να είναι ευτυχισμένα με τις επιλογές τους.

Η δημιουργική σου δραστηριότητα έχει ξεκινήσει να αποκτά επιχειρηματική διάσταση. Πώς φαντάζεσαι την επόμενη ημέρα, εφόσον τα παιχνίδια σου έχουν την ανταπόκριση που επιθυμείς;

Αν η επιχείρηση πάει καλά, φυσικά θα επεκταθεί. Θα έχει δικά της γραφεία και δικούς της υπαλλήλους. Υπάρχουν σχέδια για το πώς μπορεί να εξελιχθεί, αλλά δεν θα ήθελα αυτή τη στιγμή να αποκαλύψω λεπτομέρειες. Είναι κάτι που βρίσκεται στο πρόγραμμα και θα φανεί στην πορεία.

Αυτό που έχει σημασία τώρα είναι να κυκλοφορήσουν τα παιχνίδια, να τα γνωρίσει ο κόσμος και να δούμε την ανταπόκριση. Από εκεί και πέρα, κάθε επόμενο βήμα θα βασιστεί σε αυτό που θα έχουμε καταφέρει.

Κλείνοντας, τι κρατάς από αυτή τη διαδρομή μέχρι σήμερα και τι θα ήθελες να πεις σε κάποιον νέο που έχει μια ιδέα, αλλά διστάζει να την κάνει πράξη;

Θα έλεγα να προσπαθήσει. Η πρώτη μου δημιουργία δεν ήταν η καλύτερη, αλλά μου έδωσε την αυτοπεποίθηση να συνεχίσω. Αν δεν είχα κάνει εκείνο το πρώτο παιχνίδι, δεν θα είχα φτάσει στα επόμενα. Χρειάζεται φαντασία, χρόνος, δουλειά και διάθεση να διορθώνεις τα λάθη σου.

Είναι σημαντικό να δοκιμάζεις, να ακούς τους ανθρώπους που έχουν άποψη για αυτό που δημιουργείς και να μη σταματάς επειδή κάτι δεν βγήκε όπως το περίμενες. Κάθε προσπάθεια σε βοηθά να εξελιχθείς.

Θέλω να ευχαριστήσω για το βήμα που μου δόθηκε να εκφράσω τις απόψεις μου και να μοιραστώ την ιστορία των παιχνιδιών μου. Εύχομαι να μπορέσω να πραγματοποιήσω τα σχέδιά μου και να συνεχίσω να δημιουργώ.

Η διοργάνωση δεν περιορίζεται μόνο στην ψυχαγωγία των επισκεπτών, αλλά δημιουργεί σημαντική οικονομική δραστηριότητα για τα Τρίκαλα και την ευρύτερη περιοχή. Με περίπου 160 εργαζομένους από την εταιρεία και ακόμη 100 άτομα στις επιχειρήσεις που λειτουργούν στον χώρο, ενισχύει την απασχόληση, την αγορά, την εστίαση και τον τουρισμό

Συνέντευξη στη **Λόλα Γάτσιου**





ΒΙΒΙΑΝ ΤΕΓΟΥ

«Ο Μύλος των Ξωτικών είναι χαρά για την πόλη»

Ζούμε και αναπνέουμε γι' αυτή τη μεγάλη διοργάνωση

Με 48 ημέρες λειτουργίας, εκατοντάδες εκδηλώσεις και ένα πλούσιο πρόγραμμα για μικρούς και μεγάλους, ο 15ος Μύλος των Ξωτικών επιστρέφει στο Πάρκο Ματσόπουλου, φιλοδοξώντας να αποτελέσει και φέτος έναν από τους σημαντικότερους χριστουγεννιάτικους προορισμούς της χώρας. Η πρόεδρος της Δημοτικής Αναπτυξιακής Εταιρείας, Βίβιαν Τέγου, μιλά για τον πολυεπίπεδο σχεδιασμό της διοργάνωσης, την προετοιμασία που ξεκινά ουσιαστικά από την επόμενη ημέρα της ολοκλήρωσης κάθε Μύλου, τους εκατοντάδες εργαζομένους που συμβάλλουν στη λειτουργία του, αλλά και την οικονομική και τουριστική επίδρασή του στην ευρύτερη περιοχή της Θεσσαλίας. Ιδιαίτερη έμφαση δίνει στις νέες κατασκευές, στις δωρεάν δραστηριότητες, στην προσβασιμότητα για όλους και στη φετινή προσπάθεια να ζήσουν τη μαγεία των Χριστουγέννων όχι μόνο τα παιδιά, αλλά και οι ενήλικες.

Ο Μύλος των Ξωτικών συμπληρώνει φέτος 15 χρόνια παρουσίας. Τι σηματοδοτεί αυτή η επέτειος και τι να περιμένουν οι επισκέπτες από τη φετινή διοργάνωση;

Ο Μύλος των Ξωτικών επιστρέφει για 15η χρονιά και πιστεύουμε ότι φέτος θα είναι ένας από τους καλύτερους Μύλους που έχουν γίνει όλα αυτά τα χρόνια. Κάθε χρονιά έχουμε ένα καινούργιο θέμα, μια διαφορετική ιστορία, ώστε να προσφέρουμε στους επισκέπτες μια νέα εμπειρία. Ο Μύλος είναι σήμερα το μεγαλύτερο θεματικό πάρκο στην Ελλάδα και αυτό μας δημιουργεί ακόμη μεγαλύτερη ευθύνη, αλλά και την επιθυμία να γινόμαστε κάθε χρόνο καλύτεροι. Φέτος το θέμα μας είναι «Χριστούγεννα στον κόσμο του Οζ». Έχουμε οργανώσει πολλές δωρεάν δράσεις, συναυλίες, θεατρικές παραστάσεις, ανιματέρ και πολλές δραστηριότητες για τα παιδιά. Στόχος μας είναι κάθε ώρα να συμβαίνει κάτι διαφορετικό, ώστε ο επισκέπτης να έχει πάντα κάτι καινούργιο να ανακαλύψει.

Το πρόγραμμα που έχει ανακοινωθεί είναι ιδιαίτερα πλούσιο. Πόσες εκδηλώσεις περιλαμβάνει και πόσο θα διαρκέσει η φετινή διοργάνωση;

Ο Μύλος ανοίγει από το απόγευμα της Παρασκευής και θα λειτουργήσει μέχρι τις 6 Ιανουαρίου. Μιλάμε για 48 ημέρες γεμάτες δραστηριότητες, με περίπου 200 εκδηλώσεις. Έχουμε συναυλίες, θεατρικά, ανιματέρ και πολλές δράσεις που απευθύνονται κυρίως στα παιδιά, αλλά όχι αποκλειστικά σε αυτά.

Θέλουμε ο επισκέπτης να έρθει και να αισθανθεί ότι βρίσκεται σε έναν χώρο όπου διαρκώς κάτι συμβαίνει. Δεν είναι μόνο η περιήγηση στο πάρκο και η γνωριμία με τα θεματικά σημεία. Είναι συνολικά η εμπειρία που προσφέρει ο Μύλος, μέσα από τις εκδηλώσεις, τα παιχνίδια, τη διασκέδαση και τη φιλοξενία.

Ποια είναι τα σημεία και οι δραστηριότητες που θα συναντήσουν φέτος οι επισκέπτες;

Έχουμε δημιουργήσει ένα πολύ όμορφο περιβάλλον, με street food, δωρεάν δράσεις και θεματικά σπίτια. Τα παιδιά θα μπορούν να επισκεφθούν το σπίτι όπου θα πλάθουν κουλουράκια, το μαγικό σπίτι του Οζ, το ταχυδρομείο, αλλά και το δεντρόσπιτο με το λιοντάρι. Φυσικά, στο τέλος του πάρκου θα βρίσκεται ο Άγιος Βασίλης, που θα περιμένει τους μικρούς μας φίλους.

Παράλληλα, θα υπάρχει baby fun park, εκτός από το μεγάλο πάρκο που έχουμε και φέτος, δύο παγοδρόμια και πολλά ακόμη παιχνίδια. Έχουμε προχωρήσει και σε νέες κατασκευές, τις οποίες θα έχουν την ευκαιρία να ανακαλύψουν οι επισκέπτες από κοντά. Δεν θέλουμε να αποκαλύψουμε τα πάντα από πριν, γιατί ένα μέρος της χαράς είναι και η έκπληξη.

Ο Μύλος έχει συνδεθεί κυρίως με τα παιδιά. Υπάρχει, όμως, και πρόβλεψη ώστε να απολαμβάνουν την εμπειρία οι ενήλικες;

Φέτος δουλεύουμε πολύ και για τον ενήλικα. Θέλουμε να δώσουμε ένα δυνατό χρώμα Χριστουγέννων, γιατί πιστεύω ότι και εμείς οι μεγάλοι πρέπει κάποιες ημέρες τον χρόνο να γινόμαστε παιδιά. Το δικαιούμαστε, με τόσα προβλήματα και τόσα πράγματα που περνάμε καθημερινά

Θέλουμε, λοιπόν, οι γονείς να έρθουν μαζί με τα παιδιά τους και να απολαύσουν και οι ίδιοι αυτή την εμπειρία. Τα παιχνίδια δεν είναι μόνο για τα παιδιά. Είναι και για τους μεγάλους. Οι δωρεάν δράσεις δεν απευθύνονται αποκλειστικά στους μικρούς επισκέπτες. Κι εμείς οι ενήλικες θέλουμε να γράψουμε ένα γράμμα στον Άγιο Βασίλη, να πλάσουμε ζυμαράκι, να φτιάξουμε κουλουράκια, να δούμε το λιοντάρι στο δεντρόσπιτο.

Ο Μύλος είναι για όλους. Θέλουμε να προσφέρουμε σε μικρούς και μεγάλους τη δυνατότητα να ξεφύγουν για λίγο από την καθημερινότητα και να ζήσουν τη δική τους χριστουγεννιάτικη ιστορία.

Μια τόσο μεγάλη διοργάνωση απαιτεί πολύμηνη προετοιμασία. Πότε ξεκινά ο σχεδιασμός της επόμενης χρονιάς;

Ο σχεδιασμός δεν σταματά ποτέ. Ο Μύλος ολοκληρώνεται στις 6 Ιανουαρίου και στις 7 Ιανουαρίου ξεκινάμε ήδη να δουλεύουμε για τον επόμενο. Είναι ένα πολύ μεγάλο πρότζεκτ, το οποίο απαιτεί συνεχή προσπάθεια, οργάνωση και συνεργασία.

Το καλλιτεχνικό στήσιμο ξεκινά από την άνοιξη, όταν επιλέγεται το θέμα και αρχίζει να διαμορφώνεται η συνολική εικόνα της επόμενης διοργάνωσης. Στη συνέχεια, όταν ολοκληρώνεται η λειτουργία του πάρκου και ο χώρος περνά στη διάθεση της εταιρείας, ξεκινούν οι εργασίες προετοιμασίας.

Ακόμη και οι πιο απλές λεπτομέρειες απαιτούν δουλειά. Για παράδειγμα, σε όλο το πάρκο όπου υπάρχει γρασίδι τοποθετούνται ξύλινα πατώματα, ώστε να μπορούν οι επισκέπτες να κινούνται χωρίς να λερώνεται ο χώρος. Παράλληλα, γίνονται κατασκευές, τοποθετούνται παιχνίδια και οργανώνονται όλες οι υποδομές που χρειάζονται για να λειτουργήσει σωστά το πάρκο

Είναι ένα μεγάλο έργο, με πολλές απαιτήσεις και αρκετούς ανθρώπους πίσω από αυτό. Είμαστε τυχεροί που έχουμε στην πόλη μας έναν τόσο ξεχωριστό χώρο, το Πάρκο Ματσόπουλου, το οποίο προσφέρει τις κατάλληλες προϋποθέσεις για να φιλοξενήσει μια διοργάνωση τέτοιου μεγέθους.

Με δωρεάν δράσεις, νέες θεματικές κατασκευές, δραστηριότητες για μικρούς και μεγάλους και πρόβλεψη προσβασιμότητας σε όλους τους χώρους, ο 15ος Μύλος φιλοδοξεί να προσφέρει μια ολοκληρωμένη χριστουγεννιάτικη εμπειρία σε κάθε επισκέπτη. Όπως χαρακτηριστικά τονίζει η Βίβιαν Τέγου, «ο Μύλος είναι για όλους»





Πόσο σημαντική είναι η ομαδική δουλειά για να στηθεί και να λειτουργήσει ο Μύλος;

Είναι καθοριστική. Θέλω να ευχαριστήσω όλους τους ανθρώπους που εργάζονται για αυτή την προσπάθεια, γιατί ο Μύλος δεν είναι έργο ενός ανθρώπου. Είναι μια ομαδική δουλειά. Χωρίς τους κατάλληλους συνεργάτες και τους ανθρώπους που διαθέτουν εμπειρία, δεν θα μπορούσε να πραγματοποιηθεί.

Εγώ ασχολούμαι φέτος για πρώτη φορά τόσο ενεργά με τη διοργάνωση, ως πρόεδρος της Αναπτυξιακής Εταιρείας. Υπάρχει, όμως, πίσω μας μια ομάδα με μεγάλη εμπειρία. Ιδιαίτερα σημαντική είναι η συμβολή του project manager, Χάρη Τζάβλου, ο οποίος βρίσκεται εδώ τα τελευταία 14 χρόνια, γνωρίζει πολύ καλά τη διοργάνωση και καθοδηγεί αυτή την προσπάθεια.

Χρειάζεται συντονισμός, επιμονή και καθημερινή παρουσία, ώστε όλες οι επιμέρους εργασίες να ολοκληρωθούν και ο επισκέπτης να βρει έναν χώρο οργανωμένο και έτοιμο να τον υποδεχθεί.

Πόσοι άνθρωποι απασχολούνται κατά τη διάρκεια των 48 ημερών λειτουργίας του Μύλου;

Είναι σημαντικό να διευκρινίσουμε ότι ο Μύλος δεν στηρίζεται αποκλειστικά σε εθελοντές. Οι άνθρωποι που εργάζονται στη διοργάνωση είναι εργαζόμενοι και η λειτουργία ενός τέτοιου πάρκου απαιτεί προσωπικό με συγκεκριμένες αρμοδιότητες.

Ως εταιρεία απασχολούμε περίπου 160 εργαζομένους για τις 48 ημέρες λειτουργίας, οι οποίοι εργάζονται σε εξάωρη βάση. Επιπλέον, υπάρχουν περίπου 100 ακόμη άτομα που απασχολούνται από τους επιχειρηματίες οι οποίοι δραστηριοποιούνται στον χώρο, λειτουργώντας τα παιχνίδια, τις επιχειρήσεις street food και τις υπόλοιπες υπηρεσίες εστίασης.

Αν υπολογίσουμε συνολικά τους ανθρώπους που εργάζονται για τη λειτουργία του Μύλου, αντιλαμβανόμαστε ότι πρόκειται ουσιαστικά για μια μικρή βιομηχανία. Υπάρχει μια ολόκληρη αλυσίδα επαγγελματιών και εργαζομένων που συμβάλλουν καθημερινά, ώστε όλα να λειτουργούν ομαλά.

Η οικονομική συμβολή του Μύλου στην περιοχή είναι ιδιαίτερα σημαντική. Πώς αποτυπώνεται αυτή η επίδραση στην τοπική αγορά;

Ο Μύλος αποτελεί μια σημαντική οικονομική πνοή για τα Τρίκαλα, αλλά και για ολόκληρη τη Θεσσαλία. Οι επισκέπτες που έρχονται στην πόλη δεν περιορίζονται μόνο στην επίσκεψη στο πάρκο. Διαμένουν σε καταλύματα, επισκέπτονται επιχειρήσεις, κινούνται στην αγορά και γνωρίζουν την ευρύτερη περιοχή.

Αυτό σημαίνει ότι η οικονομική δραστηριότητα δεν μένει μόνο μέσα στον χώρο της διοργάνωσης. Επωφελούνται τα ξενοδοχεία, τα καταστήματα, οι επιχειρήσεις εστίασης και πολλοί επαγγελματίες. Η επίδραση φτάνει και σε άλλες πόλεις της Θεσσαλίας. Η Λάρισα, για παράδειγμα, βρίσκεται σε κοντινή απόσταση και μπορεί επίσης να επωφεληθεί από την επισκεψιμότητα που δημιουργεί ο Μύλος. Είναι μια διοργάνωση που ενισχύει την εξωστρέφεια της περιοχής και δημιουργεί κίνηση στην τοπική οικονομία. Γι' αυτό και θέλουμε να έρθει όσο το δυνατόν περισσότερος κόσμος, να γνωρίσει την πόλη μας και να στηρίξει παράλληλα τις επιχειρήσεις της.

Ποια ήταν η επισκεψιμότητα της περσινής χρονιάς και ποιες είναι οι προσδοκίες για φέτος;

Πέρυσι η επισκεψιμότητα ήταν περίπου 980.000 επισκέπτες, δηλαδή λίγο κάτω από το ένα εκατομμύριο. Υπήρξαν εξωγενείς παράγοντες που επηρέασαν τη διοργάνωση και την προσέλευση του κόσμου. Όλοι γνωρίζουμε τι συνέβη την προηγούμενη χρονιά και πόσο επηρέασε τόσο την καθημερινότητα όσο και την οικονομική δυνατότητα των ανθρώπων να ταξιδέψουν.

Φέτος θέλουμε να αναπληρώσουμε αυτό το κενό και περιμένουμε με χαρά τους επισκέπτες. Θέλουμε να έρθουν οικογένειες, σχολεία, άνθρωποι από διάφορες περιοχές της Ελλάδας, ακόμη και όσοι δεν κατάφεραν να επισκεφθούν πέρυσι τον Μύλο.

Το μήνυμά μας είναι ότι ο Μύλος απευθύνεται σε όλες τις ηλικίες. Δεν υπάρχει λόγος να θεωρεί κάποιος ότι είναι ένας χώρος μόνο για παιδιά. Είναι μια εμπειρία που μπορεί να απολαύσει ολόκληρη η οικογένεια.

Υπάρχει και μια ιδιαίτερη αναφορά στη γυναικεία παρουσία στη φετινή διοργάνωση. Τι σημαίνει αυτό για τον φετινό χαρακτήρα του Μύλου;

Φέτος ο Μύλος είναι και μια γυναικεία υπόθεση. Είμαι γυναίκα και βρίσκομαι στη θέση της διευθύνουσας συμβούλου, ενώ θέλουμε να δώσουμε στη φετινή διοργάνωση μια διαφορετική αισθητική, μια πιο ιδιαίτερη προσέγγιση. Θα χαρούμε πολύ να έρθει ο κόσμος και να τη δει από κοντά. Για εμάς το σημαντικό είναι να δημιουργήσουμε κάτι όμορφο, που θα προσφέρει χαρά στους επισκέπτες και θα αναδείξει ακόμη περισσότερο τον χαρακτήρα της διοργάνωσης. Το αποτέλεσμα είναι συλλογικό και προκύπτει από τη συνεργασία όλων των ανθρώπων που συμμετέχουν.

Ένα ζήτημα ιδιαίτερης σημασίας είναι η προσβασιμότητα. Τι πρόβλεψη υπάρχει για τα άτομα με αναπηρία και τις οικογένειες με μικρά παιδιά;

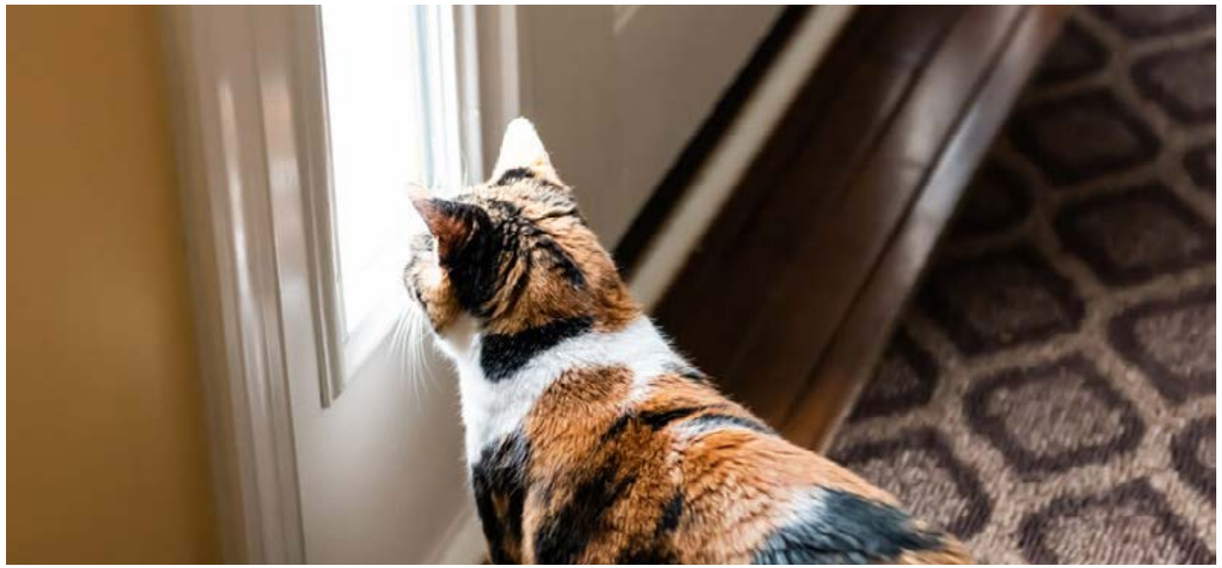
Η προσβασιμότητα είναι κάτι που έχουμε προβλέψει σε όλο το πάρκο. Υπάρχουν ράμπες παντού, σε όλα τα κτίρια και στις γέφυρες, ώστε να μπορούν να κινούνται χωρίς δυσκολία οι άνθρωποι που χρησιμοποιούν αναπηρικό αμαξίδιο, αλλά και οι γονείς με παιδικά καροτσάκια.

Έχουμε φροντίσει να υπάρχει πρόσβαση σε όλους τους χώρους, ενώ υπάρχει πρόβλεψη και για τις τουαλέτες. Θέλουμε κάθε επισκέπτης να μπορεί να απολαύσει τη διοργάνωση χωρίς να αισθάνεται ότι υπάρχουν εμπόδια στην κίνησή του. Ο Μύλος πρέπει να είναι ένας χώρος ανοιχτός σε όλους. Η χαρά των Χριστουγέννων δεν μπορεί να έχει αποκλεισμούς και γι' αυτό η προσβασιμότητα αποτελεί βασικό στοιχείο της οργάνωσής μας.

Παρά τη μεγάλη προετοιμασία, υπάρχει πάντα η αγωνία για την τελευταία στιγμή, ιδιαίτερα σε μια διοργάνωση που εξαρτάται και από τις καιρικές συνθήκες;

Πάντα υπάρχει αγωνία. Ποτέ δεν μπορούμε να πούμε ότι όλα είναι απολύτως λυμένα, γιατί σε μια τόσο μεγάλη διοργάνωση υπάρχουν πάντοτε απρόοπτα. Αυτή την περίοδο, όμως, οι εργασίες προχωρούν πολύ καλά και ο καιρός μέχρι στιγμής μάς βοηθά. Ελπίζουμε ότι, με τη βοήθεια του Θεού και με καλές καιρικές συνθήκες, όλα θα εξελιχθούν ομαλά. Πάντα πρέπει να είμαστε προετοιμασμένοι για το απρόβλεπτο, αλλά αυτή τη στιγμή δεν υπάρχει κάτι που να μας δημιουργεί ιδιαίτερη ανησυχία.

Κάθε φορά που φεύγω από το σπίτι, αναρωτιέμαι τι να σκέφτεται η γάτα μου. Άραγε αντιλαμβάνεται ότι θα επιστρέψω; Καταλαβαίνει ότι η απουσία μου είναι προσωρινή; Ή μήπως κάθε φορά που κλείνει η πόρτα πίσω μου αρχίζει να περιμένει, χωρίς να γνωρίζει πόση ώρα θα περάσει μέχρι να με ξαναδεί;



ΕΝΔΕΙΞΗ ΑΓΑΠΗΣ ΚΑΙ ΑΦΟΣΙΩΣΗΣ

Η γάτα μου με περιμένει πίσω από την πόρτα

Πίσω από την πόρτα δεν βρίσκεται απλώς μια γάτα που περιμένει τον άνθρωπό της, βρίσκεται μια μικρή, καθημερινή υπενθύμιση ότι η αγάπη μπορεί να είναι απλή, σιωπηλή και ανιδιοτελής

Υπάρχουν κάποιες στιγμές στην καθημερινότητά μας που, όσο απλές κι αν φαίνονται, έχουν τη δύναμη να μας γεμίζουν χαρά και συγκίνηση. Μία από αυτές είναι η στιγμή που επιστρέφουμε στο σπίτι και κάποιος μας περιμένει πίσω από την πόρτα. Δεν είναι πάντα ένας άνθρωπος. Μερικές φορές είναι ένα μικρό, χνουδωτό πλάσμα με φωτεινά μάτια, μουστάκια και μια ουρά που κινείται ανυπόμονα. Είναι η γάτα μας, που έχει μάθει να αναγνωρίζει τον ήχο των βημάτων μας και να περιμένει την επιστροφή μας.

Γράφει η **Λόλα Γάτσιου**

Κάθε φορά που φεύγω από το σπίτι, αναρωτιέμαι τι να σκέφτεται η γάτα μου. Άραγε αντιλαμβάνεται ότι θα επιστρέψω; Καταλαβαίνει ότι η απουσία μου είναι προσωρινή; Ή μήπως κάθε φορά που κλείνει η πόρτα πίσω μου αρχίζει να περιμένει, χωρίς να γνωρίζει πόση ώρα θα περάσει μέχρι να με ξαναδεί;

Το πιο όμορφο, όμως, είναι η επιστροφή. Ακόμη κι αν έχω περάσει μια δύσκολη ημέρα, ακόμη κι αν είμαι κουρασμένος από τις υποχρεώσεις και τα προβλήματα, η σκέψη ότι κάποιος με περιμένει στο σπίτι κάνει τη διαδρομή πιο γλυκιά. Και όταν πλησιάζω στην πόρτα, συχνά ακούω ένα νιαούρισμα. Είναι σαν να μου λέει: «Επιτέλους, γύρισες! Πού ήσουν τόση ώρα;». Μόλις ανοίξω την πόρτα, βρίσκεται εκεί. Άλλοτε κάθεται υπομονετικά, άλλοτε κινείται ανυπόμονα γύρω από τα πόδια μου και άλλοτε αρχίζει να τρίβεται πάνω μου, ζητώντας χάδια και προσοχή. Μπορεί να μην καταλαβαίνω τη γλώσσα της, αλλά νιώθω πως με τον δικό της τρόπο εκφράζει τη χαρά της. Δεν χρειάζεται να πει τίποτα περισσότερο, η παρουσία της είναι αρκετή.

Οι γάτες έχουν έναν ιδιαίτερο τρόπο να δείχνουν την αγάπη τους. Δεν είναι πάντα τόσο εκδηλωτικές όσο οι σκύλοι, ούτε ζητούν συνεχώς την προσοχή μας. Είναι πιο ανεξάρτητες, έχουν τον δικό τους χαρακτήρα, τις συνήθειες και τις απαιτήσεις τους. Κάποιες φορές θέλουν να είναι μόνες τους, άλλες φορές αναζητούν την αγκαλιά μας και άλλες απλώς επιλέγουν να βρίσκονται στο ίδιο δωμάτιο μαζί μας. Ακόμη και αυτή η σιωπηλή συντροφιά τους είναι μια μορφή αγάπης.

Πολλοί άνθρωποι πιστεύουν ότι οι γάτες είναι απόμακρες. Όσοι, όμως, έχουν μοιραστεί τη ζωή τους με μια γάτα γνωρίζουν ότι πίσω από την ανεξαρτησία κρύβεται ένας βαθύς συναισθηματικός δεσμός με τον άνθρωπό της. Η γάτα αναγνωρίζει τον άνθρωπό της, εξοικειώνεται με τη φωνή του, τις κινήσεις του και την καθημερινή του ρουτίνα. Μπορεί να μάθει πότε συνήθως επιστρέφει στο σπίτι και να περιμένει κοντά στην πόρτα, επειδή έχει συνδέσει συγκεκριμένους ήχους και συνήθειες με τον ερχομό του στο σπίτι.

Και ίσως εδώ βρίσκεται όλη η μαγεία αυτής της σχέσης. Για εμάς, η επιστροφή στο σπίτι μπορεί να είναι απλώς το τέλος μιας εργάσιμης ημέρας. Για εκείνη, όμως, είναι η στιγμή που ο δικός της άνθρωπος βρίσκεται ξανά κοντά της. Είναι η ώρα για χάδια, παιχνίδι, φαγητό και συντροφιά. Είναι η επιστροφή στην ασφάλεια της καθημερινότητάς της.

Σε έναν κόσμο όπου όλοι βιαζόμαστε, όπου οι υποχρεώσεις και τα άγχη συχνά μας απομακρύνουν από τις μικρές χαρές, μια γάτα μπορεί να μας θυμίσει πόσο σημαντική είναι η απλή παρουσία. Δεν ενδιαφέρεται για την επαγγελματική μας επιτυχία, τα χρήματα, την κοινωνική μας θέση ή τα προβλήματά μας. Δεν μας κρίνει για τις δύσκολες ημέρες μας. Μας αναγνωρίζει, μας πλησιάζει και ζητά μόνο λίγη αγάπη και φροντίδα. Αξίζει, επίσης, να θυμόμαστε ότι πίσω από κάθε τέτοια εικόνα υπάρχει και μια ευθύνη. Τα ζώα συντροφιάς δεν είναι παιχνίδια ούτε διακοσμητικά στοιχεία ενός σπιτιού. Έχουν ανάγκες, συναισθήματα και δικαιούνται ασφάλεια, τροφή, καθαριότητα, ιατρική φροντίδα και σεβασμό. Η αγάπη που μας προσφέρουν πρέπει να επιστρέφεται μέσα από καθημερινές πράξεις φροντίδας. Τελικά, ίσως η πιο όμορφη στιγμή της ημέρας να μην είναι κάποια μεγάλη επιτυχία ή ένα σημαντικό γεγονός. Ίσως να είναι απλώς το άνοιγμα μιας πόρτας και δύο μάτια που μας κοιτούν με οικειότητα. Ένα νιαούρισμα, μια ουρά που σηκώνεται ψηλά, ένα μικρό σώμα που τρίβεται στα πόδια μας.

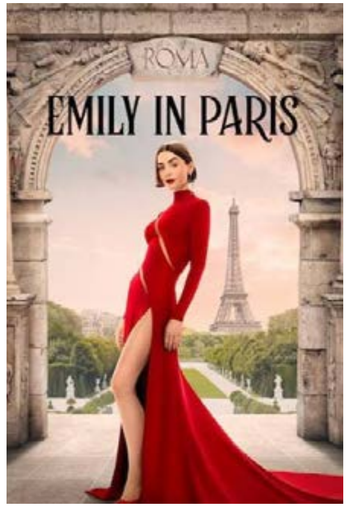
Κάθε φορά που επιστρέφω και τη βρίσκω να με περιμένει, καταλαβαίνω πως το σπίτι δεν είναι μόνο οι τοίχοι και τα έπιπλά του, είναι οι παρουσίες που το γεμίζουν ζωή. Γιατί πίσω από εκείνη την πόρτα δεν βρίσκεται απλώς μια γάτα που περιμένει τον άνθρωπό της. Βρίσκεται μια μικρή, καθημερινή υπενθύμιση ότι η αγάπη μπορεί να είναι απλή, σιωπηλή και ανιδιοτελής. Και τελικά, όσο μακριά κι αν μας οδηγήσει η ημέρα, είναι όμορφο να γνωρίζουμε πως κάπου υπάρχει μια μικρή ψυχή που περιμένει να ακούσει το κλειδί στην πόρτα.



Τι έκανε την Έμιλι Κούπερ ένα από τα πιο αναγνωρίσιμα πρόσωπα του Netflix και τι περιμένουμε από την τελευταία της περιπέτεια;

Η έκτη και τελευταία σεζόν μεταφέρει την Έμιλι σε νέες ευρωπαϊκές περιπέτειες, με την Ελλάδα να αποκτά ξεχωριστή θέση στην ιστορία.





BLACK DOVES

Τα περιστέρια επέστρεψαν, αλλά η ειρήνη παραμένει άγνωστη λέξη!

Κάποιες τηλεοπτικές σειρές χρειάζονται περίπλοκες αφηγηματικές διαδρομές, ανατροπές και χαρακτήρες με βαθιά ψυχολογική ανάπτυξη για να κερδίσουν το ενδιαφέρον του κοινού. Και υπάρχουν και εκείνες που αρκούνται σε ένα εντυπωσιακό σύνολο, μια βόλτα στους δρόμους του Παρισιού, ένα ποτήρι σαμπάνιας, έναν γοητευτικό σεφ και μια πρωταγωνίστρια που μοιάζει να έχει πάντα έτοιμη την επόμενη ανάρτηση στο Instagram. Το «Emily in Paris» ανήκει ξεκάθαρα στη δεύτερη κατηγορία. Και κάπου ανάμεσα στην υπερβολή, τη μόδα, τους έρωτες και τις επαγγελματικές περιπέτειες, κατάφερε να μετατραπεί σε ένα από τα πλέον αναγνωρίσιμα τηλεοπτικά προϊόντα της πλατφόρμας του Netflix.

Γράφει η **Έυη Γκουλιάρα**

Η Έμιλι Κούπερ, την οποία υποδύεται η Λίλι Κόλινς, συστήθηκε στο κοινό τον Οκτώβριο του 2020. Είναι μια νεαρή Αμερικανίδα από το Σικάγο, με επαγγελματικές φιλοδοξίες στον χώρο του μάρκετινγκ, η οποία βρίσκεται ξαφνικά στο Παρίσι για να εργαστεί σε μια γαλλική εταιρεία επικοινωνίας. Η αποστολή της είναι να μεταφέρει μια αμερικανική οπτική στη διαφημιστική στρατηγική της εταιρείας, χωρίς όμως να γνωρίζει επαρκώς τη γλώσσα, τις συνήθειες και τους άγραφους κανόνες της χώρας στην οποία καλείται να ζήσει και να εργαστεί. Αυτή ακριβώς η πολιτισμική σύγκρουση αποτελεί την αφετηρία της σειράς. Η Έμιλι αντιμετωπίζει κάθε επαγγελματικό και προσωπικό εμπόδιο με αστείρευτη αισιοδοξία, αυτοπεποίθηση και μια σχεδόν αφοπλιστική πίστη ότι όλα μπορούν να λυθούν με μια καλή ιδέα και μια επιτυχημένη καμπάνια στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Οι Γάλλοι συνάδελφοί της, αντίθετα, δεν ενθουσιάζονται ιδιαίτερα με την αμερικανική της προσέγγιση. Στο επίκεντρο βρίσκεται η Σιλβί Γκρατό, την οποία ενσαρκώνει η Φιλιπίν Λερόά-Μπολιέ, μια γυναίκα με ισχυρή προσωπικότητα, επαγγελματική εμπειρία, αυστηρότητα και μια ιδιαίτερη ικανότητα να αντιμετωπίζει την Έμιλι με ένα βλέμμα που συχνά λέει περισσότερα από ολόκληρους διαλόγους. Η δημιουργία της σειράς φέρει την υπογραφή του Ντάρεν Σταρ, του ανθρώπου πίσω από το «Sex and the City», και αυτό γίνεται αντιληπτό από τα πρώτα κιόλας επεισόδια. Η μόδα δεν αποτελεί απλώς ένα διακοσμητικό στοιχείο, αλλά μέρος της αφήγησης. Τα ρούχα, τα αξεσουάρ, τα εστιατόρια, τα ξενοδοχεία, οι δρόμοι και τα χαρακτηριστικά παριζιάνικα τοπία δημιουργούν έναν κόσμο όπου η καθημερινότητα μοιάζει περισσότερο με διαρκή φωτογράφιση περιοδικού παρά με πραγματική ζωή. Η ενδυματολογική επιμέλεια της Μέριλιν Φιτουσί έπαιξε καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση αυτής της ταυτότητας, με επιλογές που συχνά προκαλούν συζητήσεις, θαυμασμό, αλλά και έντονες αντιδράσεις.

> **Μετά από έξι σεζόν, η Έμιλι καλείται να αποδείξει ότι έχει ωριμάσει, να ξεκαθαρίσει τις προσωπικές και επαγγελματικές της προτεραιότητες και να αποχαιρετήσει το κοινό με ένα τέλος αντάξιο της τηλεοπτικής της διαδρομής**

Η μεγάλη δύναμη του «Emily in Paris» είναι ταυτόχρονα και η μεγαλύτερη αδυναμία του. Η σειρά δεν προσπαθεί πραγματικά να παρουσιάσει το Παρίσι όπως είναι. Προτιμά να παρουσιάσει το Παρίσι όπως θα ήθελε να το ονειρεύεται ένας επισκέπτης που έχει στη διάθεσή του απεριόριστο χρόνο, χρήματα και μια ντουλάπα γεμάτη επώνυμα ρούχα. Οι Γάλλοι χαρακτήρες παρουσιάζονται συχνά μέσα από στερεότυπα, οι επαγγελματικές σχέσεις μοιάζουν υπερβολικά εύκολες και οι προσωπικές περιπέτειες της πρωταγωνίστριας αποκτούν μια σχεδόν παραμυθένια διάσταση. Δεν είναι τυχαίο ότι η πρώτη σεζόν προκάλεσε αντιδράσεις στη Γαλλία, με αρκετούς κριτικούς να κατηγορούν την παραγωγή για μια επιφανειακή και γεμάτη κλισέ απεικόνιση της γαλλικής κοινωνίας. Το ζήτημα αυτό δεν εξαφανίστηκε στις επόμενες σεζόν. Αντίθετα, έγινε μέρος της δημόσιας συζήτησης γύρω από τη σειρά. Από την άλλη πλευρά, ακριβώς αυτή η υπερβολή αποτέλεσε ένα από τα στοιχεία που την έκαναν αναγνωρίσιμη. Το «Emily in Paris» δεν ζητά από τον θεατή να το αντιμετωπίσει ως κοινωνικό ντοκουμέντο. Του προσφέρει μια στιλιζαρισμένη εκδοχή της πραγματικότητας, όπου τα προβλήματα σπάνια διαρκούν περισσότερο από μερικά επεισόδια και η επόμενη περιπέτεια βρίσκεται πάντα στη γωνία. Στο προσωπικό επίπεδο, η Έμιλι βρίσκεται διαρκώς ανάμεσα σε διαφορετικές επιλογές. Ο Γκαμπριέλ, ο γοητευτικός Γάλλος σεφ που υποδύεται ο Λούκας Μπράβο, γίνεται από την πρώτη περίοδο ένας από τους βασικούς άξονες της ερωτικής ιστορίας. Η σχέση τους χαρακτηρίζεται από έλξη, αναβολές, παρεξηγήσεις και συνεχείς μετατοπίσεις. Στο μεταξύ, η Μίντι Τσεν, την οποία υποδύεται η Άσλεϊ Παρκ, αποτελεί την πιο στενή φίλη της Έμιλι και μια ξεχωριστή παρουσία στη σειρά, με τη μουσική, τις προσωπικές της φιλοδοξίες και τις δικές της ερωτικές περιπλοκές να προσθέτουν μια διαφορετική διάσταση στην αφήγηση. Καθώς οι σεζόν προχωρούν, η ιστορία αποκτά μεγαλύτερη γεωγραφική έκταση. Η Ρώμη μπαίνει δυναμικά στο προσκήνιο,

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail

Η επιστροφή του Γκαμπριέλ στο προσκήνιο αναζωπυρώνει τα ερωτήματα για την προσωπική ζωή της Έμιλι και τις τελικές επιλογές της. Μόδα, πολυτέλεια, έρωτες και παριζιάνικα κλισέ. Μια σειρά που δίχασε τους κριτικούς, αλλά κατάφερε να γίνει ένα από τα πιο αναγνωρίσιμα τηλεοπτικά brands του Netflix.





όταν η επαγγελματική δραστηριότητα της Έμιλι επεκτείνεται στην ιταλική πρωτεύουσα. Εκεί γνωρίζει τον Μαρτσέλο Μουρατόρι, τον οποίο υποδύεται ο Ευτζένιο Φραντσεσκίνι, έναν Ιταλό κληρονόμο οικογενειακής επιχείρησης πολυτελών προϊόντων από κασμίρι. Η νέα σχέση της πρωταγωνίστριας την οδηγεί σε μια διαφορετική εκδοχή της ευρωπαϊκής ζωής, μακριά από τους γνώριμους δρόμους του Παρισιού. Η Ιταλία, με τη δική της αισθητική και τον δικό της ρυθμό, λειτουργεί ως μια νέα σκηνή για τις επαγγελματικές και προσωπικές αναζητήσεις της. Στην πέμπτη σεζόν, η Έμιλι καλείται να ισορροπήσει ανάμεσα στην επαγγελματική της παρουσία στη Ρώμη και στη ζωή που έχει δημιουργήσει στη Γαλλία. Η σχέση της με τον Μαρτσέλο περνά από δοκιμασίες και τελικά οδηγείται σε οριστική ρήξη. Εκείνος επιθυμεί να την εντάξει στον κόσμο της οικογενειακής επιχείρησης, όμως η Έμιλι επιλέγει να μην εγκαταλείψει την επαγγελματική δραστηριότητα και την καθημερινότητα που έχει χτίσει στο Παρίσι. Η επιστροφή της στη γαλλική πρωτεύουσα επαναφέρει στο προσκήνιο τον Γκαμπριέλ, ο οποίος της στέλνει μια πρόσκληση να τον συναντήσει στην Ελλάδα, όπου βρίσκεται για επαγγελματικούς λόγους. Παράλληλα, η Μίντι βρίσκεται μπροστά σε μια δική της σημαντική απόφαση. Ο Νικολά ντε Λεόν της κάνει πρόταση γάμου και εκείνη την αποδέχεται, την ώρα που ο Άλφι εξακολουθεί να έχει συναισθήματα για εκείνη. Έτσι, το τέλος της πέμπτης σεζόν δεν κλείνει οριστικά τις προσωπικές εκκρεμότητες των χαρακτήρων. Αντίθετα, δημιουργεί το κατάλληλο έδαφος για το τελευταίο κεφάλαιο. Και εδώ βρίσκεται το μεγάλο ενδιαφέρον της έκτης σεζόν. Το Netflix έχει επιβεβαιώσει ότι πρόκειται για την τελευταία σεζόν της σειράς, ενώ η επίσημη πρεμιέρα της έχει οριστεί για τις 24 Δεκεμβρίου 2026. Η παραγωγή έχει ήδη αποκαλύψει ότι η ιστορία θα κινηθεί ανάμεσα στην Ελλάδα, το Μονακό και το Παρίσι. Η ελληνική παρουσία δεν είναι μια απλή αναφορά στο τέλος της προηγούμενης σεζόν. Αποτελεί μέρος της νέας διαδρομής της Έμιλι, με τον Γκαμπριέλ να βρίσκεται ξανά στο προσκήνιο. Στο πρώτο teaser που δημοσιοποίησε το Netflix στις 11 Νοεμβρίου, η Έμιλι εμφανίζεται έτοιμη για νέες περιπέτειες, ενώ η συνάντησή της με τον Γκαμπριέλ δημιουργεί ξανά ερωτήματα για το μέλλον της σχέσης τους. Η Ελλάδα και το Μονακό προσθέτουν νέα σκηνικά στη γνώριμη αισθητική της παραγωγής, χωρίς να απουσιάζει το Παρίσι, η πόλη που αποτελεί τον βασικό χαρακτήρα της σειράς από την πρώτη ημέρα. Στο καστ επιστρέφουν η Λίλι Κόλινς, η Φιλιπίν Λερόά-Μπολιέ, η Άσλεϊ Παρκ, ο Λούκας Μπράβο, ο Λουσιέν Λαβισκόν, ο Σάμιουελ Άρνολντ, ο Μπρούνο Γκουερί, ο Γουίλιαμ Αμπαντί και ο Πολ Φόρμαν, ενώ συμμετέχει και η Μίνι Ντράϊβερ στον ρόλο της πρηγκίπισσας Τζέιν. Η επιστροφή των βασικών προσώπων είναι σημαντική, καθώς η τελευταία σεζόν καλείται να ολοκληρώσει όχι μόνο την προσωπική διαδρομή της Έμιλι, αλλά και τις ιστορίες των ανθρώπων που αποτέλεσαν το σταθερό περιβάλλον της.

Το μεγάλο ερώτημα, βέβαια, δεν είναι μόνο αν η Έμιλι θα επιλέξει τελικά τον Γκαμπριέλ ή αν θα αναζητήσει μια εντελώς διαφορετική κατεύθυνση στην προσωπική της ζωή. Είναι αν η ηρωίδα έχει πραγματικά εξελιχθεί. Έξι σεζόν μετά την άφιξή της στη Γαλλία, εξακολουθεί να βρίσκεται ανάμεσα σε επαγγελματικές ευκαιρίες, ερωτικά διλήμματα και προσωπικές αναζητήσεις. Η σειρά έχει δώσει αρκετές φορές την αίσθηση ότι οι χαρακτήρες κινούνται κυκλικά, επιστρέφοντας σε παρόμοιες καταστάσεις με διαφορετικό φόντο. Αυτό είναι ένα από τα βασικά αφηγηματικά της προβλήματα. Η αλλαγή πόλης δεν σημαίνει απαραίτητα και αλλαγή χαρακτήρα. Από την άλλη, δεν μπορεί κανείς να αρνηθεί ότι το «Emily in Paris» γνωρίζει πολύ καλά το τηλεοπτικό είδος στο οποίο ανήκει. Δεν υπόσχεται βαθιά κοινωνική ανάλυση, ούτε επιχειρεί να ανταγωνιστεί τις σειρές που στηρίζονται σε σύνθετες ψυχολογικές διαδρομές και σκοτεινές αφηγηματικές ανατροπές. Η επιτυχία του βρίσκεται στην ευκολία με την οποία παρακολουθείται, στη χρωματική του ταυτότητα, στη μόδα, στις τοποθεσίες και στην αίσθηση ότι για σαράντα περίπου λεπτά μπορεί κανείς να αποδράσει από τη δική του καθημερινότητα. Αυτό, ωστόσο, δεν σημαίνει ότι η σειρά δεν οφείλει να παραδώσει κάτι περισσότερο στο φινάλε της.

Η τελευταία σεζόν έχει την ευκαιρία να δώσει πραγματικό βάθος στην Έμιλι, να αφήσει πίσω τις επαναλαμβανόμενες ερωτικές εκκρεμότητες και να προσφέρει στους χαρακτήρες μια κατάληξη που θα δικαιολογεί τη μακρά τηλεοπτική τους διαδρομή. Η Σιλβί, η Μίντι και οι υπόλοιποι ήρωες έχουν αποκτήσει δική τους ταυτότητα και αξίζουν κάτι περισσότερο από το να λειτουργούν απλώς ως υποστηρικτικό περιβάλλον της πρωταγωνίστριας. Το «Emily in Paris» δεν υπήρξε ποτέ η σειρά που θα αλλάξει την ιστορία της τηλεόρασης.

FORMedia.gr
ΣΥΝΕΧΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

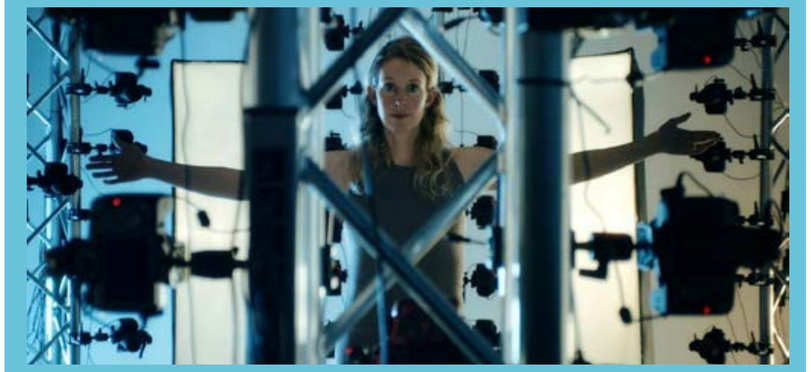
Στο σινεμά άλλοι κυνηγούν το Όσκαρ, άλλοι την αλήθεια κι άλλοι απλώς την έξοδο κινδύνου!

Γράφει η **Έυη Γκουλιάρα**

οι κινηματογραφικές αίθουσες ανοίγουν τις πόρτες τους και η μεγάλη οθόνη έχει αποφασίσει να παίξει σε πολλά ταμπλό. Γιατί, ως γνωστόν, όταν δεν ξέρεις τι να δεις, το Χόλιγουντ έχει πάντα μια παλιά συνταγή να σου ξαναζεστάνει και μια καινούργια καταστροφή να σου σερβίρει. Πρώτος στο ρινγκ ο «I Play Rocky», που μας μεταφέρει στην εποχή πριν ο Σιλβέστερ Σταλόνε γίνει ο άνθρωπος που έμαθε σε ολόκληρο τον πλανήτη να ανεβαίνει σκάλες τρέχοντας και να φωνάζει «Αντριαν!». Η ταινία αφηγείται την περιπέτεια ενός άγνωστου ηθοποιού που αρνείται να παραδώσει το σενάριό του σε άλλον και επιμένει να πρωταγωνιστήσει στην ιστορία που ο ίδιος έγραψε. Ένα μάθημα επιμονής, φιλοδοξίας και επαγγελματικού πείσματος. Με άλλα λόγια, αν δεν πιστέψεις εσύ στον εαυτό σου, δύσκολα θα σε πιστέψει ο παραγωγός. Από το ρινγκ περνάμε στην αρένα με το «The Hunger Games: Η Ανατολή του Θερισμού». Οι Αγώνες Πείνας επιστρέφουν, αυτή τη φορά 24 χρόνια πριν από την ιστορία που γνωρίσαμε, για να μας εξηγήσουν πώς ξεκίνησαν όλα με τον νεαρό Χέιμιτς. Το Καπιτώλιο εξακολουθεί να έχει ιδιαίτερα προβλήματα με τη δημοκρατία και οι νέοι εξακολουθούν να πληρώνουν τον λογαριασμό. Τουλάχιστον εδώ η δυστοπία έχει εντυπωσιακά σκηνικά και εισιτήριο κινηματογράφου. Στο «Μπορείς να Δεις τα Πάντα» περνάμε από τη φαντασία στην πραγματικότητα, η οποία αποδεικνύεται συχνά πολύ πιο παράξενη. Η Ελίζαμπεθ Χολμς, η ιδρύτρια της Theranos που βρέθηκε στο επίκεντρο ενός τεράστιου επιχειρηματικού σκανδάλου, προσκαλεί ένα κινηματογραφικό συνεργείο να καταγράψει τη ζωή της λίγο πριν από τη φυλάκισή της. Ένα ντοκιμαντέρ που υπόσχεται αποκαλύψεις και θέτει ένα ενδιαφέρον ερώτημα: όταν κάποιος θέλει τόσο πολύ να ελέγχει την εικόνα του, τι συμβαίνει όταν η κάμερα δεν σταματά να γράφει; Στα «Μυστικά και Ψίθυροι», μια επιστροφή στην Τυνησία για μια οικογενειακή κηδεία γίνεται αφορμή να ανοίξουν ντουλάπια που καλύτερα να έμεναν κλειστά. Οικογενειακά μυστικά, απαγορευμένες επιθυμίες και κοινωνικές συμβάσεις συνθέτουν ένα τρυφερό δράμα. Γιατί κάθε οικογένεια έχει τα μυστικά της. Άλλες τα συζητούν στο τραπέζι και άλλες χρειάζονται ολόκληρη ταινία για να τα αποκαλύψουν. Για τους μικρούς θεατές, ο «Πλανήτης των Κρυστάλλων» φέρνει τη δική του δόση φαντασίας. Η μικρή Ρέα συναντά ένα πλάσμα που θυμίζει δεινόσαυρο και ξεκινά μια περιπέτεια για να το επανενώσει με τη μητέρα του.

Φιλία, θάρρος και συγκίνηση, χωρίς πολιτικές αναλύσεις και οικογενειακά τραπέζια που καταλήγουν σε καβγάδες. Και για όσους θεωρούν ότι το σινεμά πρέπει να αφήνει κάτι περισσότερο από την απόδειξη του κυλικείου, υπάρχει ο «Αντρέι Ταρκόφσκι: Η Ιδιοφυΐα, ο Άνθρωπος, ο Θρύλος». Ένα ντοκιμαντέρ αφιερωμένο στον σπουδαίο δημιουργό, με σπάνιο υλικό από τα γυρίσματα της «Θυσίας» και μια ευκαιρία να ξανασυναντήσουμε έναν κινηματογράφο που δεν βιάζεται να σου εξηγήσει τα πάντα.

Μπορείς να Δεις τα Πάντα



Η Ελίζαμπεθ Χολμς, η φιλόδοξη ιδρύτρια της εταιρείας βιοτεχνολογίας Theranos, που κάποτε παρουσιάστηκε ως το νέο μεγάλο αστέρι της Silicon Valley, βρίσκεται πλέον αντιμέτωπη με τις συνέπειες ενός από τα μεγαλύτερα επιχειρηματικά σκάνδαλα των τελευταίων ετών. Λίγο πριν από την έναρξη της ποινής φυλάκισής της, ένα κινηματογραφικό συνεργείο αποκτά πρόσβαση στην προσωπική της ζωή, καταγράφοντας την καθημερινότητά της, τις σχέσεις της και την προσπάθειά της να διαχειριστεί την πτώση της. Η γυναίκα που υποσχόταν να αλλάξει τον κόσμο των ιατρικών εξετάσεων, αλλά κατέληξε να καταδικαστεί για απάτη, βρίσκεται ξανά μπροστά σε μια κάμερα. Μόνο που αυτή τη φορά το ερώτημα δεν είναι τι μπορεί να δει η τεχνολογία, αλλά πόσα μπορεί να κρύψει καταγράφοντας την καθημερινότητά της, τις σχέσεις της και την προσπάθειά της να διαχειριστεί την πτώση της. Η γυναίκα που υποσχόταν να αλλάξει τον κόσμο των ιατρικών εξετάσεων, αλλά κατέληξε να καταδικαστεί για απάτη, βρίσκεται ξανά μπροστά σε μια κάμερα. Μόνο που αυτή τη φορά το ερώτημα δεν είναι τι μπορεί να δει η τεχνολογία, αλλά πόσα μπορεί να κρύψει



I Play Rocky

Πριν γίνει ο Ρόκι Μπαλμπόα, ο άνθρωπος που έμαθε σε εκατομμύρια θεατές ότι δεν έχει σημασία πόσες φορές θα πέσεις, αλλά πόσες θα σηκωθείς, ο Σιλβέστερ Σταλόνε ήταν ένας άγνωστος ηθοποιός που προσπαθούσε να επιβιώσει στο σκληρό περιβάλλον του Χόλιγουντ. Με ελάχιστα χρήματα, περιορισμένες ευκαιρίες και πόρτες που έκλειναν η μία μετά την άλλη, γράφει ένα σενάριο για έναν πυγμάχο που αρνείται να εγκαταλείψει το όνειρό του. Όταν όμως οι παραγωγοί ενδιαφέρονται να αγοράσουν την ιστορία του, θέτοντας ως όρο να αναλάβει άλλος τον πρωταγωνιστικό ρόλο, εκείνος αρνείται να υποχωρήσει.



Μυστικά & Ψίθυροι

Μια απρόσμενη επιστροφή στην πατρίδα μετατρέπεται σε ένα ταξίδι αναμέτρησης με το παρελθόν, όταν μια νεαρή γυναίκα εγκαταλείπει τη ζωή της στη Γαλλία και ταξιδεύει στην Τυνησία για την κηδεία του θείου της. Η οικογενειακή επανένωση, που αρχικά μοιάζει με μια τυπική διαδικασία αποχαιρετισμού, σύντομα εξελίσσεται σε μια δύσκολη δοκιμασία, καθώς η παρουσία της ξυπνά αναμνήσεις, αποκαλύπτει παλιές πληγές και φέρνει στην επιφάνεια μυστικά που για χρόνια παρέμεναν κρυμμένα πίσω από τη σιωπή. Ανάμεσα στις αυστηρές κοινωνικές παραδόσεις, τις οικογενειακές προσδοκίες και τις προσωπικές επιθυμίες, η ηρωίδα καλείται να αντιμετωπίσει όσα η ίδια και οι δικοί της άνθρωποι προσπάθησαν να κρατήσουν στο σκοτάδι. Η Λεϊλά Μπουζίντ σκηνοθετεί ένα ευαίσθητο δράμα για την ταυτότητα, τη γυναικεία επιθυμία, την οικογένεια και το τίμημα της σιωπής σε μια κοινωνία όπου ορισμένες αλήθειες εξακολουθούν να θεωρούνται απαγορευμένες.

The Hunger Games: Η Ανατολή του Θερισμού





Είκοσι τέσσερα χρόνια πριν από τα γεγονότα της πρώτης ταινίας, η Πάνεμ ετοιμάζεται για μια ακόμη αιματηρή τηλεοπτική υπερπαραγωγή, όπου η επιβίωση είναι το μοναδικό έπαθλο και η ανθρώπινη ζωή το φθηνότερο νόμισμα. Στους 50ούς Αγώνες Πείνας, γνωστούς και ως Δεύτερο Τεταρτημόριο, ο νεαρός Χέιμιτς Άμπερναθι επιλέγεται ως εκπρόσωπος της Περιφέρειας 12 και βρίσκεται ξαφνικά παγιδευμένος σε έναν εφιάλτη χωρίς επιστροφή. Με το Καπιτώλιο να οργανώνει ένα ακόμη φαντασμαγορικό θέαμα θανάτου και τους διαγωνιζόμενους να μετατρέπονται σε πιόνια ενός αδίστακτου συστήματος, ο Χέιμιτς καλείται να αντιμετωπίσει όχι μόνο τους αντιπάλους του, αλλά και μια ολόκληρη μηχανή εξουσίας που έχει ήδη αποφασίσει ποιος αξίζει να ζήσει. Πίσω από τις εντυπωσιακές εικόνες, τις συμμαχίες και τις ανατροπές, ξεδιπλώνεται η ιστορία που διαμόρφωσε έναν από τους πιο εμβληματικούς χαρακτήρες της σειράς. Γιατί στην Πάνεμ ακόμη και η ελπίδα είναι επικίνδυνη υπόθεση.

Από τον Σιλβέστερ Σταλόνε που έπρεπε να παλέψει για να γίνει ο Ρόκι, στους «Αγώνες Πείνας» που δεν χορταίνουν να επιστρέφουν, την Ελίζαμπεθ Χολμς που θέλει να βλέπουν τα πάντα, τα «Μυστικά και Ψίθυροι» που δεν λένε να μείνουν θαμμένα, τον «Πλανήτη των Κρυστάλλων» που υπόσχεται λίγη παιδική μαγεία και τον Ταρκόφσκι που επιστρέφει για να μας θυμίσει ότι το σινεμά δεν είναι μόνο ποπ κορν και εκρήξεις, η κινηματογραφική εβδομάδα από τις 19 Νοεμβρίου έχει απ' όλα. Ακόμη και λόγους να μην κοιτάξεις το κινητό σου για δύο ώρες

Survivors: Ξαναγράφοντας τον Μύθο της

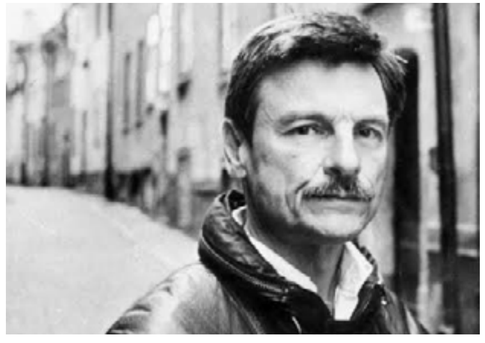
Τρεις γυναίκες, τρεις διαφορετικές προσωπικές διαδρομές και μια κοινή εμπειρία που αφήνει βαθιά σημάδια: η επιβίωση από την έμφυλη βία. Το ελληνικό ντοκιμαντέρ «Survivors: Ξαναγράφοντας τον Μύθο της» ακολουθεί τις ιστορίες γυναικών που αποφασίζουν να μιλήσουν, να αναμετρηθούν με το τραυματικό παρελθόν τους και να διεκδικήσουν ξανά τον έλεγχο της ζωής και της ταυτότητάς τους. Με αφετηρία τους αρχαιοελληνικούς μύθους και τις γυναικείες μορφές που σημάδεψαν τη μυθολογία, οι πρωταγωνίστριες επιχειρούν να ξαναγράψουν τις δικές τους αφηγήσεις, μετατρέποντας τη σιωπή σε λόγο και την ευαλωτότητα σε δύναμη. Οι εμπειρίες τους συναντούν διαχρονικές ιστορίες γυναικών που βρέθηκαν αντιμέτωπες με την εξουσία, την κακοποίηση και την κοινωνική καταπίεση, αποκαλύπτοντας πόσο επίκαιροι παραμένουν οι μύθοι όταν μιλούν για τη γυναικεία μοίρα. Μέσα από μια κινηματογραφική αφήγηση που δεν αναζητά εύκολες συγκινήσεις, αλλά δίνει χώρο στις ίδιες τις γυναίκες να ακουστούν, το ντοκιμαντέρ φωτίζει τη διαδρομή από το τραύμα στην προσωπική χειραφέτηση. Γιατί οι μύθοι γράφτηκαν πριν από χιλιάδες χρόνια από άλλους. Αυτή τη φορά, όμως, οι γυναίκες παίρνουν την πένα στα χέρια τους και αλλάζουν το τέλος της ιστορίας.





Αντρέι Ταρκόφσκι: Η Ιδιοφυΐα, ο Άνθρωπος, ο Θρύλος

Ο Αντρέι Ταρκόφσκι δεν υπήρξε απλώς ένας σπουδαίος σκηνοθέτης, αλλά ένας δημιουργός που αντιμετώπισε τον κινηματογράφο ως τέχνη, φιλοσοφία και βαθιά προσωπική αναζήτηση. Το ντοκιμαντέρ του Μιχάλ Λεστσιλόφσκι μάς μεταφέρει στα παρασκήνια της τελευταίας του ταινίας, «Η Θυσία», καταγράφοντας σπάνιες στιγμές από τα γυρίσματα, τις σκέψεις, τις αγωνίες και τις συνομιλίες ενός ανθρώπου που άφησε ανεξίτηλο αποτύπωμα στην έβδομη τέχνη.



Μέσα από αυθεντικό κινηματογραφικό υλικό και προσωπικές μαρτυρίες, ξεδιπλώνεται το πορτρέτο ενός καλλιτέχνη που αναζητούσε διαρκώς το νόημα της ανθρώπινης ύπαρξης, της πίστης, του χρόνου και της μνήμης. Η κάμερα δεν περιορίζεται στην καταγραφή μιας κινηματογραφικής παραγωγής, αλλά αποκαλύπτει τον τρόπο με τον οποίο ο Ταρκόφσκι αντιλαμβανόταν τη δημιουργία, τις απαιτήσεις του από τους συνεργάτες του και την αγωνιώδη προσπάθειά του να αποτυπώσει στην οθόνη όσα δύσκολα χωρούν σε λέξεις. Ένα ντοκιμαντέρ για τους λάτρεις του σινεμά, αλλά και για όσους θέλουν να γνωρίσουν τον άνθρωπο πίσω από τον θρύλο. Βέβαια, όσοι έχουν συνηθίσει τις γρήγορες εναλλαγές, τις εκρήξεις και τα κινηματογραφικά εφέ, καλό είναι να οπλιστούν με λίγη υπομονή. Ο Ταρκόφσκι δεν βιαζόταν ποτέ να πει την ιστορία του. Και σίγουρα δεν θα το έκανε για να προλάβει το επόμενο διάλειμμα για ποπ κορν.



Ο Πλανήτης των Κρυστάλλων

Η 11χρονη Ρέα δεν φαντάζεται ότι μια συνηθισμένη ημέρα μπορεί να μετατραπεί σε μια απίθανη διαστημική περιπέτεια, μέχρι τη στιγμή που συναντά ένα μικροσκοπικό πλάσμα που θυμίζει δεινόσαυρο και μοιάζει να έχει ξεπηδήσει από έναν εντελώς διαφορετικό κόσμο. Η απρόσμενη γνωριμία εξελίσσεται σε μια ξεχωριστή φιλία και σύντομα η μικρή ηρωίδα αναλαμβάνει μια δύσκολη αποστολή: να βοηθήσει τον καινούργιο της φίλο να βρει ξανά τη μητέρα του.



Στην πορεία, οι δυο τους έρχονται αντιμέτωποι με απρόβλεπτες καταστάσεις, ανακαλύπτουν άγνωστους κόσμους και μαθαίνουν ότι το θάρρος δεν μετριέται με το μέγεθος, αλλά με την αποφασιστικότητα να προστατεύσεις κάποιον που έχει ανάγκη. Μέσα από πολύχρωμες εικόνες, φανταστικά τοπία και μια ιστορία γεμάτη συγκίνηση, ο «Πλανήτης των Κρυστάλλων» μιλά για τη φιλία, την αγάπη, την οικογένεια και τη σημασία της αλληλεγγύης. Μια οικογενειακή περιπέτεια που απευθύνεται κυρίως στους μικρούς θεατές, χωρίς να αποκλείει τους μεγάλους που εξακολουθούν να πιστεύουν ότι κάπου εκεί έξω μπορεί να υπάρχει ένας μικρός δεινόσαυρος που περιμένει να τον υιοθετήσουν.

ΚΔΗΦ
ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ & ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ
ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

ANIMUS

Μαζί, δίνουμε αξία σε κάθε μέρα.

Στο **ANIMUS** προσφέρουμε
υποστήριξη, φροντίδα και σεβασμό
σε κάθε **μοναδική προσωπικότητα.**

ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΨΗ
Αγκαλιάζουμε τη διαφορετικότητα
και δημιουργούμε ένα περιβάλλον
χωρίς αποκλεισμούς.

ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ
Στεκόμαστε δίπλα σε κάθε άτομο
με κατανόηση, σεβασμό
και αγάπη.

ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ
Ενισχύουμε τις δυνατότητες,
καλλιεργούμε δεξιότητες
και χτίζουμε αυτοπεποίθηση.

Σκάναρε με!

Σκανάρετε εδώ
και μοιραστείτε τη γνώμη σας
στο Google!

Γιατί όταν υπάρχει συμπερίληψη,
καλλιεργείται η αξιοπρέπεια.

ΜΑΖΙ ΧΤΙΖΟΥΜΕ ΕΝΑΝ ΚΟΣΜΟ ΧΩΡΙΣ ΕΜΠΟΔΙΑ.

ΣΚΡΟΥΤΖ
Η μαγεία των Χριστουγέννων ταξίδεψε το ΚΔΗΦ ANIMUS
Μια ξεχωριστή εξωτερική δράση στον κινηματογράφο για τους ωφελούμενους
ΣΕΛ. 30

Ιπποκράτειος Πολιτεία

|| WEEKLY HEALTH NEWS ||
ΚΥΡΙΑΚΗ 22 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2026 | ΔΩΡΕΑΝ ΕΚΔΟΣΗ ΥΓΕΙΑΣ | ISSUE 21

ΚΑΘΕ ΠΑΙΔΙ ΕΧΕΙ ΦΩΝΗ & ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ
Μήνυμα ευαισθητοποίησης
Για την Παγκόσμια Ημέρα για τα Δικαιώματα του Παιδιού
ΣΕΛ. 34-35

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ANIMUS DISABILITY DAY 2026



Οι άνθρωποι με αναπηρία στο επίκεντρο της εκδήλωσης των Δομών Υγείας ANIMUS στις 3 Δεκεμβρίου, στο Divani Hotel της Λάρισας, με στόχο την ισότιμη συμμετοχή, την αυτονομία και την προσβασιμότητα στην καθημερινή ζωή
ΣΕΛ. 4-5

Η νοηματική γλώσσα γίνεται γέφυρα επικοινωνίας

Στο ΚΔΗΦ ANIMUS η γνωριμία με τη Νοηματική Γλώσσα ενισχύει την έκφραση, την αλληλεπίδραση και την κατανόηση διαφορετικών τρόπων επικοινωνίας



Νέα ομάδα βιωματικών δράσεων με στόχο την ενίσχυση της επικοινωνίας, της ισότιμης συμμετοχής και της αποδοχής
ΣΕΛ. 10

Μελωδίες αποκατάστασης

στα ΚΑΑ ANIMUS και ΑΣΤΙΚΟ ΚΑΑ «Κυανούς Σταυρός»

Εργαλείο έκφρασης, επικοινωνίας και ενδυνάμωσης, προσθέτοντας μια ξεχωριστή διάσταση στη θεραπευτική διαδικασία



Η μουσικοθεραπεία ως μέσο αποκατάστασης, συναισθηματικής έκφρασης και κοινωνικής συμπερίληψης – Η δύναμη της μουσικής στην ενίσχυση της επικοινωνίας, της αυτοπεποίθησης και της ποιότητας ζωής των ασθενών
ΣΕΛ. 12-13

Την **υγεία** μας **να 'χουμε...**

Από τη **Λόλα Γάτσιου**

Η αποκατάσταση μετά από νευρολογικές παθήσεις

Οι νευρολογικές παθήσεις, όπως το εγκεφαλικό επεισόδιο, η σκλήρυνση κατά πλάκας ή οι κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις, μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά την κίνηση, την ομιλία και τη γενική λειτουργικότητα ενός ατόμου. Η αποκατάσταση σε αυτές τις περιπτώσεις αποτελεί μια σύνθετη και μακροχρόνια διαδικασία που απαιτεί υπομονή, συνέπεια και εξειδικευμένη φροντίδα.

Κεντρικό ρόλο έχει η επανεκπαίδευση του νευρικού συστήματος μέσα από στοχευμένες ασκήσεις κινητικότητας, ισορροπίας και συντονισμού. Η φυσικοθεραπεία και η εργοθεραπεία συνεργάζονται για να βοηθήσουν τον ασθενή να ανακτήσει όσο το δυνατόν περισσότερη αυτονομία στις καθημερινές του δραστηριότητες.

Εξίσου σημαντική είναι η λογοθεραπευτική υποστήριξη, ειδικά όταν υπάρχουν δυσκολίες στην ομιλία ή στην κατάποση. Παράλληλα, η ψυχολογική ενίσχυση βοηθά τον ασθενή να διαχειριστεί τις αλλαγές στην εικόνα του σώματος και στις ικανότητές του. Η αποκατάσταση μετά από νευρολογική βλάβη δεν στοχεύει μόνο στη βελτίωση των συμπτωμάτων, αλλά και στην επανένταξη του ατόμου σε μια λειτουργική και ποιοτική καθημερινότητα.

Ο ρόλος της κινησιοθεραπείας στη συνολική υγεία

Η κινησιοθεραπεία αποτελεί βασικό πυλώνα της σύγχρονης αποκατάστασης και της πρόληψης.

Μέσα από ελεγχόμενη και επιστημονικά σχεδιασμένη κίνηση, συμβάλλει στη βελτίωση της μυϊκής δύναμης, της ευλυγισίας και της αντοχής.

Δεν αφορά μόνο άτομα που βρίσκονται σε φάση ανάρρωσης μετά από τραυματισμό ή χειρουργείο, αλλά και ανθρώπους με χρόνιες παθήσεις ή καθιστική ζωή. Η συστηματική άσκηση βοηθά στη μείωση του πόνου, στη βελτίωση της στάσης του σώματος και στην πρόληψη μυοσκελετικών προβλημάτων.

Ένα εξατομικευμένο πρόγραμμα κινησιοθεραπείας λαμβάνει υπόψη την ηλικία, τη φυσική κατάσταση και τις ανάγκες του κάθε ατόμου. Η σταδιακή αύξηση της έντασης επιτρέπει στο σώμα να προσαρμοστεί με ασφάλεια, αποφεύγοντας τραυματισμούς.

Πέρα από τα σωματικά οφέλη, η κίνηση έχει και σημαντική επίδραση στην ψυχική υγεία, καθώς συμβάλλει στη μείωση του άγχους και στη βελτίωση της διάθεσης. Έτσι, η κινησιοθεραπεία αποτελεί ένα ολιστικό εργαλείο ευεξίας.

Η σημασία της αποκατάστασης μετά από ορθοπεδικές κακώσεις

Οι ορθοπεδικές κακώσεις, όπως κατάγματα, ρήξεις συνδέσμων και χειρουργικές επεμβάσεις σε αρθρώσεις, απαιτούν προσεκτική και συστηματική αποκατάσταση για την πλήρη επαναφορά της λειτουργικότητας.

Η αρχική φάση επικεντρώνεται στη μείωση του πόνου και του οιδήματος, ενώ σταδιακά εισάγονται ασκήσεις κινητικότητας για την αποφυγή δυσκαμψίας. Η φυσικοθεραπευτική παρέμβαση είναι καθοριστική για την επανάκτηση της δύναμης και του εύρους κίνησης.

Καθώς ο ασθενής προχωρά, ενσωματώνονται πιο δυναμικές ασκήσεις που στοχεύουν στην ενίσχυση των μυών και στη βελτίωση της σταθερότητας της άρθρωσης. Η σωστή καθοδήγηση μειώνει τον κίνδυνο επανατραυματισμού και επιταχύνει την επιστροφή στις καθημερινές δραστηριότητες.

Η επιτυχία της αποκατάστασης εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τη συνεργασία του ασθενούς με την θεραπευτική ομάδα και τη συνέπεια στην εφαρμογή του προγράμματος. Η διαδικασία αυτή δεν είναι απλώς θεραπευτική, αλλά και επανεκπαιδευτική για το ίδιο το σώμα.

Η σημασία της αποκατάστασης μετά από ορθοπεδικές κακώσεις

Τα αναπνευστικά νοσήματα, όπως η χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια, η πνευμονία ή οι σοβαρές λοιμώξεις του αναπνευστικού συστήματος, μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά την ικανότητα ενός ατόμου να αναπνέει, να κινείται και να ανταποκρίνεται στις καθημερινές του ανάγκες. Η αποκατάσταση σε αυτές τις περιπτώσεις στοχεύει στη βελτίωση της αναπνευστικής λειτουργίας και στη σταδιακή επαναφορά της φυσικής αντοχής.

Βασικό στοιχείο της διαδικασίας αποτελεί η αναπνευστική φυσικοθεραπεία, η οποία περιλαμβάνει ασκήσεις βαθιάς αναπνοής, τεχνικές αποβολής εκκρίσεων και εκπαίδευση στη σωστή χρήση των αναπνευστικών μυών. Μέσα από αυτές τις παρεμβάσεις επιδιώκεται η καλύτερη οξυγόνωση του οργανισμού και η μείωση της δύσπνοιας.

Παράλληλα, η σταδιακή επανένταξη στη φυσική δραστηριότητα βοηθά τον ασθενή να ανακτήσει τη χαμένη του αντοχή, πάντα με ελεγχόμενο και εξατομικευμένο ρυθμό. Η ήπια άσκηση συμβάλλει στη βελτίωση της καρδιοαναπνευστικής λειτουργίας και στη συνολική ενδυνάμωση του οργανισμού.

Εξίσου σημαντική είναι η εκπαίδευση του ασθενούς σχετικά με τη διαχείριση της νόσου, τη σωστή χρήση φαρμακευτικής αγωγής και την αποφυγή παραγόντων.

ΑΛΗΘΕΙΕΣ
Η σταδιακή επιστροφή στη λειτουργικότητα και την καθημερινότητα



Οι χειρουργικές επεμβάσεις, είτε ορθοπεδικές είτε γενικής χειρουργικής φύσης, απαιτούν μια οργανωμένη διαδικασία αποκατάστασης ώστε ο ασθενής να επανέλθει με ασφάλεια στις καθημερινές του δραστηριότητες. Η μετεγχειρητική περίοδος είναι κρίσιμη, καθώς το σώμα χρειάζεται χρόνο για να επουλωθεί και να επανακτήσει τη φυσιολογική του λειτουργία. Στην αρχική φάση, προτεραιότητα έχει η διαχείριση του πόνου, η μείωση του οιδήματος και η πρόληψη επιπλοκών όπως η δυσκαμψία ή η μυϊκή αδυναμία. Η κινητοποίηση ξεκινά σταδιακά, πάντα με καθοδήγηση εξειδικευμένων επαγγελματιών υγείας. Καθώς η ανάρρωση προχωρά, εισάγονται πιο ενεργητικές ασκήσεις που στοχεύουν στην ενδυνάμωση των μυών και στην αποκατάσταση του εύρους κίνησης. Η φυσικοθεραπεία παίζει καθοριστικό ρόλο στη σωστή επανεκπαίδευση του σώματος. Η επιτυχία της αποκατάστασης εξαρτάται από τη συνέπεια του ασθενούς και τη συνεργασία με τη θεραπευτική ομάδα, με στόχο την πλήρη και ασφαλή επιστροφή στην καθημερινή ζωή, καθοριστικό ρόλο στη μετεγχειρητική πορεία έχει η σωστή εκπαίδευση του ασθενούς σχετικά με τους περιορισμούς και τις επιτρεπόμενες δραστηριότητες. Η κατανόηση του τι πρέπει να αποφεύγεται συμβάλλει σημαντικά στην πρόληψη επιπλοκών και στην προστασία της περιοχής που έχει χειρουργηθεί. Παράλληλα, η σταδιακή αύξηση της δραστηριότητας βοηθά το σώμα να προσαρμοστεί χωρίς υπερφόρτωση, διατηρώντας την ισορροπία ανάμεσα στην ξεκούραση και την κινητοποίηση. Η σωστή διατροφή και η επαρκής ενυδάτωση υποστηρίζουν τη διαδικασία επούλωσης των ιστών, ενισχύοντας την ανάρρωση σε κυτταρικό επίπεδο. Εξίσου σημαντική είναι η ψυχολογική υποστήριξη, καθώς η περίοδος μετά το χειρουργείο μπορεί να συνοδεύεται από άγχος ή αβεβαιότητα για την πορεία της υγείας. Με τη σταθερή καθοδήγηση της θεραπευτικής ομάδας, ο ασθενής αποκτά μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και εμπιστοσύνη στη διαδικασία αποκατάστασης, γεγονός που συμβάλλει θετικά στην τελική έκβαση.

Η σημασία της συνεχούς φροντίδας για καλύτερη ποιότητα ζωής

Αποκατάσταση και πρόληψη σε χρόνιες παθήσεις

Οι χρόνιες παθήσεις, όπως ο διαβήτης, η αρθρίτιδα και τα μυοσκελετικά σύνδρομα, απαιτούν μια μακροχρόνια και σταθερή προσέγγιση αποκατάστασης που δεν επικεντρώνεται μόνο στη θεραπεία των συμπτωμάτων, αλλά και στην πρόληψη επιδείνωσης της κατάστασης. Η αποκατάσταση σε αυτές τις περιπτώσεις βασίζεται στη συστηματική άσκηση, στη σωστή εργονομία της καθημερινής ζωής και στην εκπαίδευση του ασθενούς σχετικά με τη διαχείριση της νόσου του. Στόχος είναι η διατήρηση της λειτουργικότητας και η μείωση του πόνου. Η εξατομικευμένη φυσικοθεραπεία συμβάλλει στη βελτίωση της κινητικότητας, στη μείωση της δυσκαμψίας και στην ενίσχυση της μυϊκής δύναμης. Παράλληλα, η υιοθέτηση υγιεινών συνηθειών, όπως η σωστή διατροφή και η τακτική άσκηση, ενισχύει τη συνολική υγεία. Η πρόληψη αποτελεί βασικό πυλώνα της αποκατάστασης, καθώς βοηθά στην αποφυγή επιπλοκών και στη διατήρηση μιας καλύτερης ποιότητας ζωής για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Επιπλέον, ιδιαίτερα σημαντικός είναι ο ρόλος της τακτικής παρακολούθησης από επαγγελματίες υγείας, ώστε να αξιολογείται συνεχώς η πορεία του ασθενούς και να γίνονται οι απαραίτητες προσαρμογές στο θεραπευτικό πλάνο. Η έγκαιρη αναγνώριση μικρών αλλαγών στην κατάσταση μπορεί να αποτρέψει την εμφάνιση πιο σοβαρών προβλημάτων στο μέλλον. Παράλληλα, η ενίσχυση της αυτοδιαχείρισης βοηθά τον ασθενή να αναλαμβάνει ενεργό ρόλο στη φροντίδα του, βελτιώνοντας την καθημερινή του λειτουργικότητα και μειώνοντας την εξάρτηση από το σύστημα υγείας.

ANIMUS
ΚΕΝΤΡΟ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ & ΑΠΟΦΥΓΗΣ

BIA

Ζήτημα δημόσιας υγείας

Η βία κατά των γυναικών δεν είναι ιδιωτική υπόθεση

Πίσω από κάθε περιστατικό βίας υπάρχει μια γυναίκα που μπορεί να φοβάται, να σιωπά, να κρύβει τα σημάδια και να αναζητά έναν τρόπο διαφυγής. Η κοινωνία, η πολιτεία και το σύστημα υγείας δεν έχουν την πολυτέλεια να κοιτούν αλλού



Υπάρχουν πληγές που φαίνονται και άλλες που παραμένουν αόρατες. Υπάρχουν γυναίκες που κυκλοφορούν καθημερινά ανάμεσά μας, εργάζονται, μεγαλώνουν παιδιά, συναντούν φίλους, χαμογελούν και συνεχίζουν τη ζωή τους, ενώ πίσω από την κλειστή πόρτα του σπιτιού τους βιώνουν τον φόβο, την απειλή, τον έλεγχο και την κακοποίηση. Για πολλές από αυτές, η βία δεν ξεκινά με ένα χτύπημα. Ξεκινά με μια απαγόρευση, μια προσβολή, μια απειλή, την αμφισβήτηση της προσωπικότητάς τους, την απομόνωση από τους ανθρώπους που αγαπούν. Και πολλές φορές, πριν γίνει ορατή στο σώμα, έχει ήδη αφήσει βαθιά τραύματα στην ψυχή.

Η 25η Νοεμβρίου, Διεθνής Ημέρα για την Εξάλειψη της Βίας κατά των Γυναικών, δεν είναι απλώς μια ακόμη ημερομηνία στο ημερολόγιο των διεθνών επετείων. Είναι μια ημέρα μνήμης, διεκδίκησης και ευθύνης. Καθιερώθηκε επίσημα από τη Γενική Συνέλευση του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών το 1999, τιμώντας τη μνήμη των τριών αδελφών Μιραμπάλ από τη Δομινικανή Δημοκρατία, οι οποίες δολοφονήθηκαν στις 25 Νοεμβρίου 1960 εξαιτίας της πολιτικής τους δράσης ενάντια στο δικτατορικό καθεστώς. Η ιστορία τους έγινε σύμβολο αντίστασης απέναντι στη βία και την καταπίεση και υπενθύμιση ότι η ελευθερία και η αξιοπρέπεια δεν είναι διαπραγματεύσιμες. Περισσότερες από έξι δεκαετίες μετά, η πραγματικότητα αποδεικνύει ότι η βία κατά των γυναικών εξακολουθεί να αποτελεί μία από τις σοβαρότερες παραβιάσεις των ανθρωπίνων δικαιωμάτων παγκοσμίως. Σύμφωνα με τα νεότερα διαθέσιμα στοιχεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, περίπου μία στις τρεις γυναίκες, δηλαδή σχεδόν 840 εκατομμύρια γυναίκες και κορίτσια παγκοσμίως, έχει υποστεί σωματική ή σεξουαλική βία κατά τη διάρκεια της ζωής της, από σύντροφο ή από άλλο πρόσωπο. Πρόκειται για μια πραγματικότητα που δεν μπορεί να αντιμετωπιστεί ως μεμονωμένο κοινωνικό φαινόμενο, αλλά ως μια εκτεταμένη κρίση με σοβαρές επιπτώσεις στη δημόσια υγεία. Η βία δεν έχει μία μόνο μορφή. Μπορεί να είναι σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική, λεκτική ή οικονομική. Μπορεί να εκδηλώνεται μέσα στην οικογένεια, σε μια συντροφική σχέση, στον χώρο εργασίας, στον δρόμο, στο διαδίκτυο. Μπορεί να εκφράζεται μέσα από τον εξαναγκασμό, την παρακολούθηση, τον περιορισμό της ελευθερίας, την οικονομική εξάρτηση, τις απειλές και την ταπείνωση. Η ψηφιακή εποχή, μάλιστα, έχει δημιουργήσει νέες μορφές κακοποίησης, με την παρενόχληση, τη δημοσιοποίηση προσωπικού υλικού χωρίς συναίνεση και τον διαδικτυακό εκφοβισμό να επεκτείνουν τη βία πέρα από τα φυσικά όρια ενός χώρου. Ωστόσο, η πιο επικίνδυνη πλευρά της βίας είναι συχνά εκείνη που δεν αναγνωρίζεται εγκαίρως. Η γυναίκα που υπομένει δεν είναι απαραίτητα γυναίκα που αποδέχεται. Μπορεί να φοβάται για τη ζωή της, να αντισχνεί για τα παιδιά της, να εξαρτάται οικονομικά από τον κακοποιητή της ή να πιστεύει ότι δεν υπάρχει πραγματική διέξοδος. Μπορεί να ντρέπεται, να αισθάνεται ενοχές ή να έχει πειστεί ότι ευθύνεται η ίδια για όσα βιώνει. Η κοινωνική προκατάληψη, η αμφισβήτηση και η ενοχοποίηση του θύματος λειτουργούν πολλές φορές ως δεύτερη μορφή βίας, αναγκάζοντας τις γυναίκες να παραμένουν σιωπηλές. Εδώ ακριβώς αναδεικνύεται ο καθοριστικός ρόλος της υγείας. Η βία κατά των γυναικών δεν αφήνει μόνο μώλωπες, κατάγματα ή τραυματισμούς. Μπορεί να προκαλέσει χρόνιο πόνο, διαταραχές ύπνου, γυναικολογικά και αναπαραγωγικά προβλήματα, ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες, αλλά και σοβαρές ψυχολογικές επιπτώσεις, όπως κατάθλιψη, αγχώδεις διαταραχές και μετατραυματικό στρες. Οι συνέπειες δεν περιορίζονται στη στιγμή της κακοποίησης. Μπορούν να συνοδεύουν μια γυναίκα για χρόνια, επηρεάζοντας την καθημερινότητα, τις σχέσεις, την εργασία και την ποιότητα ζωής της. Γι' αυτό και οι επαγγελματίες υγείας βρίσκονται συχνά στην πρώτη γραμμή της αναγνώρισης και της αντιμετώπισης περιστατικών βίας. Ένας γιατρός, ένας νοσηλευτής, ένας ψυχολόγος, ένας κοινωνικός λειτουργός μπορεί να είναι ο πρώτος άνθρωπος στον οποίο μια γυναίκα θα βρει την ασφάλεια να μιλήσει. Η ευαισθητοποίηση και η κατάλληλη εκπαίδευση του προσωπικού, η διακριτική προσέγγιση, η εμπιστευτικότητα και η δημιουργία ενός περιβάλλοντος χωρίς επικρίσεις μπορούν να κάνουν τη διαφορά. Η γυναίκα που ζητά βοήθεια χρειάζεται να γίνει πιστευτή, να αντιμετωπιστεί με σεβασμό και να έχει πρόσβαση σε ουσιαστική ιατρική, ψυχολογική και κοινωνική υποστήριξη. Η αντιμετώπιση, όμως, δεν μπορεί να σταματά στην περίθαλψη των τραυμάτων. Απαιτείται ένα ολοκληρωμένο δίκτυο προστασίας, με υπηρεσίες υγείας, δομές φιλοξενίας, συμβουλευτικά κέντρα, νομική υποστήριξη και εξειδικευμένους επαγγελματίες που θα μπορούν να συνοδεύσουν τη γυναίκα σε κάθε βήμα της προσπάθειάς της να απομακρυνθεί από ένα κακοποιητικό περιβάλλον. Παράλληλα, η πολιτεία οφείλει να διασφαλίζει ότι οι καταγγελίες διερευνώνται αποτελεσματικά, ότι οι δράστες λογοδοτούν και ότι τα θύματα δεν εγκαταλείπονται μετά την πρώτη αναφορά του περιστατικού. Εξίσου σημαντική είναι η πρόληψη. Η εκπαίδευση από μικρή ηλικία στον σεβασμό, στην ισότητα, στη συναίνεση και στις υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις αποτελεί θεμέλιο για μια κοινωνία χωρίς έμφυλη βία. Τα αγόρια και τα κορίτσια πρέπει να μεγαλώνουν γνωρίζοντας ότι η αγάπη δεν ελέγχει, δεν απειλεί, δεν περιορίζει και δεν επιβάλλεται. Η ζήλια δεν αποτελεί απόδειξη αγάπης, η επιβολή δεν είναι δύναμη και η σιωπή δεν είναι υποχρέωση. Η αλλαγή των κοινωνικών αντιλήψεων χρειάζεται χρόνο, αλλά ξεκινά από την οικογένεια, το σχολείο, τον εργασιακό χώρο και κάθε καθημερινή μας συμπεριφορά. Κανένας αγώνας κατά της βίας δεν μπορεί να είναι αποτελεσματικός όταν αφήνει απέξω την κοινωνία. Η αδιαφορία, η ανοχή και η δικαιολόγηση κακοποιητικών συμπεριφορών δημιουργούν χώρο για να συνεχιστεί το πρόβλημα. Αντίθετα, η ενημέρωση, η αλληλεγγύη και η έγκαιρη παρέμβαση μπορούν να σώσουν ζωές. Δεν χρειάζεται να είμαστε ειδικοί για να ακούσουμε μια γυναίκα που ζητά βοήθεια. Χρειάζεται να μην την αμφισβητήσουμε, να μην την κρίνουμε και να μην της ζητήσουμε να αποδείξει ότι υπέφερε αρκετά για να δικαιούται προστασία.

Η 25η Νοεμβρίου μάς καλεί να κοιτάξουμε πέρα από τα στατιστικά στοιχεία και τους τίτλους των ειδήσεων. Πίσω από κάθε αριθμό υπάρχει ένας άνθρωπος, μια ιστορία, μια ζωή που αξίζει να συνεχιστεί χωρίς φόβο. Η εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών δεν είναι υπόθεση μιας ημέρας, ούτε ευθύνη μόνο των θεσμών. Είναι μια διαρκής κοινωνική και υγειονομική προτεραιότητα.

| | WEEKLY HEALTH NEWS | | WEEKLY HEALTH NEWS | | WEEKLY HEALTH NEWS | | WEEKLY HEALTH NEWS | |

Τα γενέθλιά της Σωτηρίας



Μια ξεχωριστή ημέρα γεμάτη χαμόγελα, ευχές και όμορφες στιγμές ήταν η σημερινή για τη Σωτηρία Ποτουγλίδου, κοινωνική λειτουργό του ΚΔΗΦ ANIMUS, η οποία γιόρτασε τα γενέθλιά της έχοντας στο πλευρό της τους συναδέλφους της. Με μια εντυπωσιακή τούρτα στα χέρια και surrounded από το προσωπικό της δομής, η εορτάζουσα έγινε το επίκεντρο μιας μικρής, αλλά ιδιαίτερα ζεστής γιορτής στον χώρο εργασίας της. Οι συνάδελφοί της φρόντισαν να της χαρίσουν μια ευχάριστη έκπληξη, αποδεικνύοντας ότι οι καθημερινές επαγγελματικές σχέσεις μπορούν να αποκτούν και μια ξεχωριστή ανθρώπινη διάσταση.

Άλλωστε, στο ΚΔΗΦ ANIMUS η φροντίδα, η συνεργασία και η ανθρώπινη επαφή αποτελούν βασικά στοιχεία της καθημερινότητας. Και τέτοιες στιγμές υπενθυμίζουν ότι πίσω από κάθε οργανωμένη δομή βρίσκονται άνθρωποι που μοιράζονται όχι μόνο τις επαγγελματικές τους υποχρεώσεις, αλλά και τις χαρές της ζωής. Οι ευχές όλων συνόδευσαν τη Σωτηρία για μια νέα χρονιά γεμάτη υγεία, προσωπική ευτυχία και δημιουργικότητα. Γιατί, τελικά, κάποιες από τις πιο γλυκές στιγμές της δουλειάς δεν βρίσκονται στο ημερήσιο πρόγραμμα, αλλά πάνω σε μια τούρτα γενεθλίων!

«Μετά την αναπηρία τι; Πώς είναι η επόμενη μέρα»: Οι ίδιοι οι άνθρωποι με αναπηρία παίρνουν τον πρώτο λόγο, καταθέτουν τις προσωπικές τους εμπειρίες και αναδεικνύουν την ανάγκη για μια κοινωνία χωρίς αποκλεισμούς, με ίσες ευκαιρίες και πραγματική προσβασιμότητα για όλους.

ANIMUS DISABILITY DAY 2026

Είμαστε Μαζί

Είμαστε ορατοί για μια ζωή με ίσες ευκαιρίες και πρόσβαση παντού

Οι άνθρωποι με αναπηρία στο επίκεντρο της εκδήλωσης των Δομών Υγείας ANIMUS στις 3 Δεκεμβρίου, στο Divani Hotel της Λάρισας, με στόχο την ισότιμη συμμετοχή, την αυτονομία και την προσβασιμότητα στην καθημερινή ζωή

Γράφει η **Εννη Λεβέντη**

Στις 3 Δεκεμβρίου, στις 18:00, στο Divani Hotel στη Λάρισα, οι Δομές Υγείας ANIMUS διοργανώνουν μια ανοιχτή εκδήλωση αφιερωμένη στα δικαιώματα, στην αυτονομία και στην ποιότητα ζωής των ανθρώπων με αναπηρία. Στο επίκεντρο βρίσκονται οι ίδιοι, παρουσιάζοντας τις εμπειρίες τους και περιγράφουν πώς είναι η ζωή με αναπηρία, συζητάμε ανοιχτά για την επόμενη μέρα, για την αποκατάσταση, τη διαβίωση, την κοινωνική συμμετοχή. Επισημαίνουμε τα κενά του συστήματος και προβάλουμε τα βήματα που έχουν γίνει για να έχουν οι άνθρωποι με αναπηρία να απολαμβάνουν μια ζωή με ελευθερία, χωρίς αποκλεισμό και κοινωνικούς διαχωρισμούς αλλά με παρουσία στα κοινά και ισοτιμία στην κοινωνία

Η εκδήλωση στόχο έχει να θέσει μεταξύ άλλων ένα βασικό ερώτημα. Ένα σημαντικό προβληματισμό που θα ανοίξει μια ουσιαστική συζήτηση για τη ζωή πέρα από τη διάγνωση και τη θεραπεία. Για την καθημερινότητα, τις προσωπικές επιλογές, την εκπαίδευση, την εργασία, τις ανθρώπινες σχέσεις και το δικαίωμα κάθε ανθρώπου να σχεδιάζει το μέλλον του με αυτονομία και αξιοπρέπεια. Μεσα από τις προσωπικές μαρτυρίες των καλεσμένων, θα δοθεί βήμα και δυνατότητα ορατοτητας στους ανθρώπους που βιώνουν την καθημερινότητα μιας πόλης από τη δική τους ματιά, με τις δυσκολίες, με τις παρατηρήσεις, με την συνδρομή τους θα ακουστούν τα θέλω τους και η ανάγκη για περισσότερα έργα προσβασιμότητας και πράξεις κοινωνικλής συνοχής. Είμαστε όλοι μαζί, όλοι διαφορετικοί μα όλοι ίσοι.

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία, οι Δομές Υγείας ANIMUS διοργανώνουν την Πέμπτη 3 Δεκεμβρίου, στις 18:00, στο Divani Hotel της Λάρισας, το ANIMUS Disability Day 2026, απευθύνοντας ανοιχτή πρόσκληση στην κοινωνία ολόκληρης της Θεσσαλίας. Η εκδήλωση φιλοδοξεί να ξεπεράσει τα όρια μιας καθιερωμένης επετειακής δράσης και να αποτελέσει έναν σταθμό περισυλλογής και ουσιαστικής επικοινωνίας και μέσα από τον διάλογο ανταλλαγής εμπειριών και προβληματισμού για όσα έχουν επιτευχθεί, αλλά και για τις αλλαγές που εξακολουθούν να είναι αναγκαίες να οδηγηθούμε σε πράξεις πραγματικής συμπερίληψης. Η κεντρική σκηνή του ANIMUS Disability Day είναι ξεκάθαρη, πρωταγωνιστές της εκδήλωσης θα είναι οι ίδιοι οι άνθρωποι με αναπηρία. Μέσα από τις προσωπικές τους αφηγήσεις θα αναδειχθούν οι πραγματικές διαστάσεις της καθημερινότητάς τους, οι ιστορίες τους, οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν, οι δυνατότητες που αναπτύσσουν, οι στόχοι που κατακτούν και οι προσδοκίες τους για το μέλλον θα είναι τα εργαλεία που θα ενεργοποιήσουν νέους μηχανισμούς και θα δυναμώσουν την κοινή επιθυμία να μη συζητάμε μόνο μεταξύ μας και ψυθιριστά για την αναπηρία αλλά να αγκαλιάσουμε τον εκπολιτισμό μας ως κοινωνία με πράξεις αλληλέγγυες, γιατί ο τρόπος που λειτυργεί η συνοχή και η αποδοχή στα δικαιώματα των αναπήρων είναι δείγμα πολιτισμού. Η εμπειρία των ανθρώπων που η ζωή τους άλλαξε, είναι μάθημα ζωής για όλους μας γιατί κανείς δεν μπορείν να προβλέψει την επόμενη μερα στη ζωή μας. Η δική τους επόμενη μέρα, αποτελεί πολύτιμη γνώση. Κανείς δεν μπορεί να περιγράψει πληρέστερα τις ανάγκες προσβασιμότητας, τις ελλείψεις στην υποστήριξη ή τη σημασία της ανεξάρτητης διαβίωσης από εκείνους που τις βιώνουν. Γι' αυτό και η ενεργός συμμετοχή τους στον δημόσιο διάλογο και στις αποφάσεις που αφορούν τους ΑΜΕΑ αποτελεί βασική προϋπόθεση κάθε ουσιαστικής πολιτικής συμπερίληψης. Η αναπηρία δεν ορίζει την ταυτότητα ούτε τις δυνατότητες ενός ανθρώπου. Εκείνο που συχνά περιορίζει την καθημερινή του ζωή είναι τα εμπόδια του περιβάλλοντος, οι κοινωνικές αντιλήψεις και η απουσία κατάλληλων υποδομών. Στην παγκόμσια ημέρα Αναπηρίας χρειάζεται να ορίσουμε αλλαγές όχι να περιγράψουμε συμπαθητικά πόσο τους αγαπάμε αλλά να βάλουμε ξανά τις βάσεις μιας κοινωνίας που είναι ικανή να συμπεριλάβει αδιακριτα τις ανάγκες όλων των πολιτών της.

Από το 2008, ο Όμιλος ANIMUS αναπτύσσει στη Λάρισα ένα δίκτυο υπηρεσιών υγείας, αποθεραπείας, αποκατάστασης και υποστήριξης ατόμων με αναπηρία, επενδύοντας στη διεπιστημονική συνεργασία, στην εξειδικευμένη γνώση και στις σύγχρονες θεραπευτικές προσεγγίσεις.

Η φυσικοθεραπεία, η εργοθεραπεία, η λογοθεραπεία, η ψυχολογική υποστήριξη και η νοσηλευτική φροντίδα συνδυάζονται σε εξατομικευμένα προγράμματα που ανταποκρίνονται στις ανάγκες και στους στόχους κάθε ωφελουμένου. Στο επίκεντρο αυτής της προσπάθειας βρίσκεται η βελτίωση της λειτουργικότητας, η ανάπτυξη δεξιοτήτων και η μεγαλύτερη δυνατή αυτονομία.

Η εμπειρία των χρόνων έχει αναδείξει τη σημασία της συνέχειας στην υποστήριξη. Η πρόοδος δεν αφορά αποκλειστικά την αποκατάσταση μιας λειτουργίας, αλλά και τη δυνατότητα αξιοποίησής της στην καθημερινότητα, στην επόμενη μερά μετά την αποκατάσταση, στη ζωή και στην επιστροφή στο σπίτι, στην επικοινωνία, στις μετακινήσεις, στη διαβίωση και στις κοινωνικές δραστηριότητες μέχρι την επαγγελματική αποκατάσταση και επιστροφή στη δράση, επιστροφή στη ζωή.

Πίσω από κάθε θεραπευτικό πρόγραμμα υπάρχει μια διαφορετική προσωπική διαδρομή. Και κάθε κατάκτηση, όσο μικρή κι αν φαίνεται, μπορεί να αποτελέσει ένα ουσιαστικό βήμα προς την ελευθερία και την ανεξάρτητη διαβιώση.

ANIMUS Total Care

Η υποστήριξη συνεχίζεται πέρα από τη θεραπεία. Μια ομιρέλα συμπερίληψης, κατανόησης, υποστήριξης, συμμετοχής στη ζωή ξανά Αυτή τη συνέχεια εκφράζει η φιλοσοφία του ANIMUS Total Care, που συνδέει την αποκατάσταση με την ημερήσια φροντίδα, τη δημιουργική απασχόληση, την κοινωνική ένταξη και την υποστηριζόμενη διαβίωση.

Μέσα από το Κέντρο Διημέρευσης και Ημερήσιας Φροντίδας ΚΔΗΦ ANIMUS αναπτύσσονται θεραπευτικές, εκπαιδευτικές και δημιουργικές δραστηριότητες που προσφέρουν ερεθίσματα, ενισχύουν την επικοινωνία και δημιουργούν ευκαιρίες αλληλεπίδρασης.

Η επαφή με την τέχνη, τον πολιτισμό και το ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον, οι νέες εμπειρίες και η συμμετοχή σε συλλογικές δραστηριότητες συμβάλλουν στην καλλιέργεια δεξιοτήτων και στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησης.

Παράλληλα, η υποστηριζόμενη διαβίωση και η πρωτοπορία των δομών ΣΥΔ αναδεικνύει τη σημασία ενός ασφαλούς περιβάλλοντος που σέβεται την προσωπικότητα, τις ανάγκες και τις επιλογές κάθε ανθρώπου.

Πρόκειται για μια προσέγγιση που επιδιώκει να συνδέσει τη θεραπευτική πρόοδο με την πραγματική ζωή, προσφέροντας υποστήριξη στα διαφορετικά στάδια και στις μεταβαλλόμενες ανάγκες της.

Η επόμενη ημέρα και οι νέες πρωτοβουλίες

Σημαντικό μέρος του ANIMUS Disability Day 2026 θα αφιερωθεί στην παρουσίαση νέων έργων, σχεδιασμών και πρωτοβουλιών των Δομών Υγείας ANIMUS.

Η συζήτηση θα επικεντρωθεί στις προοπτικές περαιτέρω ανάπτυξης των υπηρεσιών, στην αξιοποίηση της επιστημονικής γνώσης και στη δημιουργία νέων δυνατοτήτων υποστήριξης και κοινωνικής συμμετοχής.

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail



Η διάγνωση, οι θεραπείες, η στήριξη της οικογένειας και ο σκύλος που έγινε συνοδοιπόρος σε μια από τις δυσκολότερες περιόδους της ζωής της. Σήμερα, η Ιωάννα θέλει να μεταφέρει σε άλλους ανθρώπους όσα η ίδια βίωσε μέσα από τη σχέση της με τον Πλούτο



TRUE STORIES - ΙΩΑΝΝΑ ΤΣΑΡΜΠΟΠΟΥΛΟΥ ΚΑΙ ΤΟΝ ΠΛΟΥΤΟ

Μια ιστορία αγάπης και δύναμης

Από ένα πρωινό στην παραλία του Βόλου μέχρι μια κοινή διαδρομή ζωής, γεμάτη αγάπη, ανατροπές και απρόσμενες συναντήσεις. Η Ιωάννα αφηγείται πώς ο Πλούτο μπήκε στη ζωή της, άλλαξε τις ισορροπίες της οικογένειάς της και έγινε συνοδοιπόρος στις σημαντικότερες στιγμές της

Συνέντευξη στη **Λόλα Γάτσιου**

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail

Υπάρχουν συναντήσεις που μοιάζουν τυχαίες, αλλά ο χρόνος αποδεικνύει ότι μπορούν να αλλάξουν ολόκληρη τη ζωή ενός ανθρώπου. Μια Κυριακάτικη βόλτα στην παραλία του Βόλου, ένας σκύλος χωρίς οικογένεια και μια γυναίκα που δεν είχε σκοπό να αποκτήσει δεύτερο κατοικίδιο ήταν αρκετά για να ξεκινήσει μια ιστορία με ξεχωριστή διαδρομή. Η Ιωάννα δεν αναζητούσε έναν ακόμη σκύλο. Ο Πλούτο, όμως, φαίνεται πως είχε ήδη αποφασίσει πού ήθελε να ανήκει. Από την πρώτη τους συνάντηση μέχρι τις περιπέτειες στη Σαντορίνη και την Κρήτη, η σχέση τους εξελίχθηκε σε έναν δεσμό που ξεπέρασε τα όρια της συνηθισμένης συμβίωσης ανθρώπου και ζώου. Πίσω από αυτή την ιστορία βρίσκεται μια γυναίκα με βαθιά αγάπη για τη μουσική, τα παιδιά και τη φροντίδα, η οποία ανακάλυψε μέσα από τις αλλαγές της ζωής της νέες δυνατότητες προσφοράς. Μια αφήγηση για τις απρόβλεπτες διαδρομές, τις αποφάσεις που παίρνονται με την καρδιά και εκείνες τις παρουσίες που έρχονται στη ζωή μας χωρίς να τις έχουμε προγραμματίσει, αλλά τελικά δεν μπορούμε να φανταστούμε τη ζωή μας χωρίς αυτές.

Πριν φτάσουμε στη γνωριμία σου με τον Πλούτο, θέλω να γνωρίσουμε την Ιωάννα. Πώς ήταν τα παιδικά σου χρόνια και ποια ήταν τα πρώτα πράγματα που σε γέμιζαν χαρά;

Μεγάλωσα στον Βόλο, σε μια παραδοσιακή ελληνική οικογένεια, με τους δύο γονείς μου να εργάζονται και έναν αδελφό. Θα έλεγα ότι ήμουν ένα ήσυχο παιδί, χωρίς να δημιουργώ ιδιαίτερες ανησυχίες στους γονείς μου. Δεν νομίζω ότι πέρασα κάποια πολύ έντονη εφηβεία, αν και αυτό θα πρέπει να το επιβεβαιώσουν και οι ίδιοι. Από πολύ μικρή ηλικία, όμως, είχα δύο μεγάλες αγάπες: τη μουσική και τα παιδιά. Η μουσική υπήρχε πάντοτε μέσα στο σπίτι μας. Ακούγαμε δίσκους και θυμάμαι τον εαυτό μου να ζητά επίμονα από τους γονείς μου να με γράψουν σε ωδείο, ώστε να μάθω ένα μουσικό όργανο.

Μάλιστα, θυμάμαι πολύ έντονα μια χρονιά, όταν ήμουν περίπου στην τρίτη Δημοτικού. Είχαμε βγει με μια φίλη μου να πούμε τα κάλαντα και είχαμε μαζέψει αρκετά χρήματα. Αποφάσισα τότε ότι θα αγόραζα ένα μικρό δώρο για κάθε μέλος της οικογένειάς μου και με όσα χρήματα περίσσευαν θα αγόραζα το πρώτο μου μουσικό όργανο. Δεν είχα συγκεκριμένες απαιτήσεις. Θα έπαιρνα ό,τι μπορούσα να αγοράσω με τα χρήματα που είχα συγκεντρώσει.

Έτσι απέκτησα την πρώτη μου μελόντικα. Ήταν ένα όργανο που μπορούσες να το χρησιμοποιήσεις και σαν μικρό πιάνο, φυσώντας μέσα από έναν σωλήνα. Η χαρά μου ήταν απερίγραπτη. Καθόμουν και προσπαθούσα να βγάλω με το αυτί μου τραγούδια που άκουγα. Αργότερα γράφτηκα στο Δημοτικό Ωδείο Βόλου και ξεκίνησα μια πορεία που τελικά έγινε και επαγγελματική επιλογή.

Η μουσική, λοιπόν, δεν ήταν απλώς ένα παιδικό ενδιαφέρον. Έγινε κομμάτι της επαγγελματικής σου ταυτότητας.

Ακριβώς. Συνέχισα τις μουσικές σπουδές μου, πήρα τα πτυχία μου και στα θεωρητικά και κάποια στιγμή αποφάσισα ότι ήθελα να ασχοληθώ επαγγελματικά με τη μουσική. Παράλληλα, μου άρεσαν πάρα πολύ τα παιδιά. Από μικρή ήθελα να έχω ένα μικρότερο αδελφάκι, για να μπορώ να το φροντίζω και να παίζω μαζί του.

Τελικά, συνδύασα αυτές τις δύο αγάπες. Ακολούθησα τη μουσική εκπαίδευση, έγινα μητέρα σε σχετικά μικρή ηλικία και σήμερα έχω δύο ενήλικες κόρες. Δεν αισθάνομαι ότι εγκατέλειψα ποτέ τη μουσική. Αντίθετα, η πορεία μου με οδήγησε να ανακαλύψω και άλλες πλευρές της, κυρίως την ανθρώπινη και επικοινωνιακή της διάσταση.

Η αγάπη για τα ζώα υπήρχε από τότε ή εμφανίστηκε αργότερα; Υπήρχε από πολύ μικρή ηλικία, παρόλο που δεν είχαμε ποτέ σκύλο ή γάτα στο σπίτι. Θυμάμαι να επιστρέφω από το σχολείο και, όταν έβρισκα κάποιο σπουργιτάκι που είχε πέσει από τη φωλιά του, να το παίρνω και να προσπαθώ να το φροντίσω, με την ελπίδα να μπορέσει να ξαναπετάξει και να επιστρέψει στη μητέρα του.

Είχα επίσης χελωνάκια και καναρίνι. Πάντοτε ένιωθα την ανάγκη να φροντίζω τα μικρά πλάσματα. Ωστόσο, δεν είχα μεγαλώσει με σκύλο και γνώριζα ότι η απόκτηση ενός κατοικίδιου συνεπάγεται ευθύνη και καθημερινές υποχρεώσεις

Πώς αποφασίσατε τελικά να αποκτήσετε το πρώτο σας σκυλάκι;

Η μικρότερη κόρη μου ζητούσε από πολύ μικρή να αποκτήσουμε σκύλο. Εγώ, επειδή γνώριζα ότι πρόκειται για μια μεγάλη ευθύνη, της έλεγα ότι δεν ήταν κάτι που μπορούσαμε να κάνουμε εκείνη τη στιγμή. Της έλεγα ότι όταν μεγαλώσει και γίνει φοιτήτρια, θα μπορούσε να πάρει ένα σκυλάκι. Και πράγματι, όταν πέρασε στο πανεπιστήμιο, επέστρεψε σε εκείνη την παλιά υπόσχεση. Θυμάμαι ότι ήταν Οκτώβριος. Μου είπε: «Μαμά, έγινα φοιτήτρια και θέλω να πάρουμε σκυλάκι». Εγώ αρχικά της απάντησα ότι θα το σκεφτούμε.

Κάποιο πρωινό, όμως, πήγα και την ξύπνησα. Της είπα ότι το είχα αποφασίσει και ότι μπορούσε να αρχίσει να ψάχνει για να διαλέξουμε σκύλο. Η χαρά της ήταν τόσο μεγάλη που σηκώθηκε από το κρεβάτι και άρχισε να κλαίει. Αυτή τη στιγμή δεν πρόκειται να την ξεχάσω.

Έτσι ήρθε στην οικογένειά μας ο Τσάρλι. Δύο χρόνια αργότερα, όμως, θα ερχόταν και ο Πλούτο, χωρίς κανείς μας να γνωρίζει ότι εκείνη η συνάντηση θα άλλαζε τόσο πολύ τη ζωή μας.

Πάμε, λοιπόν, σε εκείνο το πρωινό που γνώρισες τον Πλούτο. Πώς συνέβη η πρώτη σας συνάντηση

Ήταν ένα πρωινό Κυριακής. Είχα βγάλει τον Τσάρλι για την καθιερωμένη μας βόλτα στην παραλία του Βόλου. Εκεί, έξω από τον Άγιο Κωνσταντίνο, συναντήσαμε τον Πλούτο. Ήταν ένα αδέσποτο σκυλί, πολύ φιλικό και κοινωνικό.

Αρχικά νόμιζα ότι θα ήθελε να παίξει με τον Τσάρλι. Εκείνος, όμως, δεν έδειξε ιδιαίτερο ενδιαφέρον για το άλλο σκυλί. Περισσότερο ήθελε να πλησιάσει εμένα, να δεχτεί χάδια και αγκαλιές. Έτσι, περάσαμε λίγη ώρα μαζί και στη συνέχεια αποφάσισα να επιστρέψω στο σπίτι.

Ο Πλούτο άρχισε να μας ακολουθεί. Ήταν διακριτικός, δεν μας ενοχλούσε, απλώς ερχόταν πίσω μας. Έφτασε μέχρι την πολυκατοικία όπου μέναμε, στο κέντρο του Βόλου. Τότε τηλεφώνησα στην κόρη μου και της είπα να ετοιμάσει λίγο φαγητό, γιατί θα ανέβαινα να πάρω τροφή για να του δώσω.

Όταν, όμως, άνοιξα την πόρτα, συνέβη κάτι απίστευτο. Ο Πλούτο μπήκε πρώτος στην πολυκατοικία, άρχισε να ανεβαίνει τις σκάλες και έφτασε στο διαμέρισμά μας. Η κόρη μου περίμενε στην ανοιχτή πόρτα και εκείνος μπήκε κατευθείαν μέσα.

Κοιταζόμασταν όλοι απορημένοι. Δεν ξέραμε τι να κάνουμε. Του προσφέραμε φαγητό και νερό, αλλά εκείνος δεν έδειξε ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Μύρισε ολόκληρο το σπίτι, πήγε στο χαλάκι της κουζίνας, ξάπλωσε και αποκοιμήθηκε!

Ήταν σαν να είχε αποφασίσει μόνος του ότι αυτό ήταν το σπίτι του.

Έτσι ακριβώς φαινόταν! Εκείνη την ημέρα είχαμε προγραμματίσει να πάμε οικογενειακώς στη Μακρινίτσα για φαγητό. Σκεφτήκαμε ότι θα τον αφήναμε έξω από την πολυκατοικία και θα συνεχίζαμε την ημέρα μας. Όταν, όμως, κατεβήκαμε και ετοιμαζόμασταν να φύγουμε με το αυτοκίνητο, τον είδαμε να τρέχει προς το μέρος μας. Έκανε ένα σάλτο και μπήκε μέσα!

Για δεύτερη φορά κοιταζόμασταν μεταξύ μας και αναρωτιόμασταν τι ακριβώς συνέβαινε. Επειδή είχε τόσο μεγάλη οικειότητα με τους ανθρώπους και με τους χώρους, σκεφτήκαμε ότι ίσως κάποιος τον είχε χάσει. Αποφασίσαμε να τον κρατήσουμε προσωρινά, μέχρι να πάμε την επόμενη ημέρα στον κτηνίατρο και να δούμε αν είχε μικροτσίπ. Φτιάξαμε ένα αυτοσχέδιο κολάρο και λουρί και τον πήραμε μαζί μας στη Μακρινίτσα. Καθίσαμε στο τραπέζι, φάγαμε και τα δύο σκυλιά ήταν ήρεμα μεταξύ τους. Επιστρέψαμε όλοι μαζί στο σπίτι και ο Πλούτο πέρασε μαζί μας και τη νύχτα.

Την επόμενη ημέρα επισκεφθήκαμε τον κτηνίατρο. Διαπιστώσαμε ότι ήταν τσιπαρισμένος στο όνομα του Δήμου Βόλου, στειρωμένος και ουσιαστικά ένα αδέσποτο σκυλί που ήταν έτοιμο για υιοθεσία.

Παρ' όλα αυτά, η αρχική σας απόφαση δεν ήταν να τον κρατήσετε.

Καθόλου. Είχαμε ήδη τον Τσάρλι και δεν είχαμε σκεφτεί ποτέ να αποκτήσουμε δεύτερο σκύλο. Έτσι, βάλαμε αγγελία για να βρεθεί μια κατάλληλη οικογένεια που θα μπορούσε να τον υιοθετήσει. Βρέθηκαν άνθρωποι που ενδιαφέρθηκαν πραγματικά και ήταν πολύ καλοί άνθρωποι. Η πρώτη οικογένεια, όμως, δεν κατάφερε να τον κρατήσει. Παρότι ο κήπος της ήταν ψηλά περιφραγμένος, ο Πλούτο βρήκε τρόπο να φύγει και επέστρεψε σε εμένα. Ακολούθησαν και άλλες προσπάθειες. Βρέθηκε δεύτερη οικογένεια, επέστρεψε ξανά και στη συνέχεια βρήκαμε μια τρίτη οικογένεια, εκτός Βόλου. Όλη αυτή η διαδικασία κράτησε περίπου δύο μήνες.



Μέσα σε αυτό το διάστημα άρχισε να μου λείπει πολύ. Είχαμε συνεχή επικοινωνία με την τελευταία οικογένεια, καθώς ήθελα να γνωρίζω πώς προσαρμοζόταν. Κάποια στιγμή είπα στη μητέρα της οικογένειας ότι, αν δυσκολεύονταν, μπορούσα να τον πάρω πίσω. Δεν ήθελα να αισθάνονται υποχρεωμένοι να τον κρατήσουν. Τελικά, κοντά στα Χριστούγεννα, με πήραν τηλέφωνο και μου είπαν ότι μπορούσα να τον πάρω. Ήταν σαν να μου έκαναν ένα δώρο. Είχαν περάσει περίπου δύο μήνες από την ημέρα που τον είχαμε βρει.

Άρα ο Πλούτο επέστρεψε οριστικά στην οικογένειά σου τα Χριστούγεννα του 2020;

Ναι. Ήταν περίπου το 2020. Είχαμε προηγουμένως συνεννοηθεί με την οικογένεια και είχαμε αποφασίσει πώς θα αναλαμβάναμε τις υποχρεώσεις των δύο σκύλων. Η μικρότερη κόρη μου θα αναλάμβανε περισσότερο τον Τσάρλι, ενώ εγώ θα αναλάμβανα τον Πλούτο.

Έτσι, τα δύο σκυλάκια συνυπήρξαν στην οικογένειά μας και όλα εξελίχθηκαν πολύ όμορφα. Το όνομα Πλούτο, μάλιστα, το είχε πάρει από την πρώτη κιόλας ημέρα, λόγω των χρωμάτων του και της μορφής του, από τον γνωστό χαρακτήρα του Μίκυ Μάους.

Στην επαγγελματική σου διαδρομή, από τη μουσική εκπαίδευση πέρασες σταδιακά και στην ειδική αγωγή. Ποιο ήταν το γεγονός που σε έκανε να δεις τη μουσική με έναν διαφορετικό τρόπο;

Εργάστηκα αρχικά σε ωδεία και σε ιδιωτικό δημοτικό σχολείο. Στη συνέχεια προέκυψε η ενασχόλησή μου με τα σχολεία ειδικής αγωγής και τη μουσικοθεραπεία. Ήταν κάτι που με ενδιέφερε, αλλά δεν ήταν εξαρχής ο αρχικός επαγγελματικός μου σχεδιασμός.

Θυμάμαι πολύ έντονα μια χριστουγεννιάτικη γιορτή σε ιδιωτικό σχολείο, στην οποία είχαμε προσκαλέσει και ένα σχολείο ειδικής αγωγής. Αρχικά παρουσιάσαμε εμείς το δικό μας πρόγραμμα, με τραγούδια, ποιήματα και μικρά θεατρικά. Στη συνέχεια ανέβηκαν στη σκηνή τα παιδιά του ειδικού σχολείου. Κάποια παιδιά είχαν δυσκολίες στον λόγο ή στην κίνηση. Οι εκπαιδευτικοί βρίσκονταν δίπλα τους και τα βοηθούσαν. Μπορεί ένα παιδί να μην μπορούσε να πει ολόκληρο το ποίημα, αλλά να ολοκλήρωνε μια συλλαβή ή να ακολουθούσε τη μελωδία ενός τραγουδιού.

Αυτό που με συγκλόνισε ήταν τα πρόσωπά τους. Έλαμπαν από χαρά.

Δεν είχε καμία σημασία αν έλεγαν σωστά τους στίχους ή αν εκτελούσαν τέλεια τις κινήσεις. Η χαρά τους ήταν πραγματική και μεταδιδόταν σε όλους μας. Μέχρι τη στιγμή κατάλαβα ότι η μουσική είναι κάτι πολύ περισσότερο από την εκμάθηση ενός οργάνου ή την παρουσίαση μιας παράστασης. Είναι ένας τρόπος επικοινωνίας, έκφρασης συναισθημάτων και σύνδεσης με τους άλλους ανθρώπους.

Αυτή η εμπειρία ήταν το πρώτο ουσιαστικό ερέθισμα για να ασχοληθώ περισσότερο με τα παιδιά ειδικής αγωγής και τις ευάλωτες ομάδες.

Και κάπως έτσι ξεκίνησε μια νέα επαγγελματική διαδρομή, η οποία σε οδήγησε μακριά από τον Βόλο, στη Σαντορίνη και αργότερα στην Κρήτη. Ο Πλούτο σε ακολούθησε σε αυτές τις αλλαγές;

Φυσικά. Όταν έκανα τα χαρτιά μου για να εργαστώ ως αναπληρώτρια στην ειδική αγωγή, ήθελα πολύ να μου δοθεί αυτή η ευκαιρία. Η ειδοποίηση για τη Σαντορίνη ήρθε μόλις τρεις ημέρες αφότου ο Πλούτο είχε επιστρέψει οριστικά στην οικογένειά μας, έπειτα από την τελευταία προσπάθεια υιοθεσίας.

Έπρεπε να παρουσιαστώ μέσα σε μία εβδομάδα. Ήταν μια ξαφνική αλλαγή, αλλά δεν είχα κανέναν ενδοιασμό. Ήθελα και τον Πλούτο στη ζωή μου και τη νέα επαγγελματική εμπειρία.

Μάζεψα τα πράγματά μου, βρήκα σπίτι και ξεκινήσαμε μαζί. Ήταν μια περίοδος ανάμεσα στα διαδοχικά κύματα της πανδημίας, με δυσκολίες και περιορισμούς. Η Σαντορίνη ήταν σχεδόν άδεια, χωρίς την τουριστική κίνηση που γνωρίζουμε όλοι. Ωστόσο, αυτή η περίοδος μού έδωσε τη δυνατότητα να γνωρίσω το νησί με έναν εντελώς διαφορετικό τρόπο. Και ο Πλούτο ήταν πάντα δίπλα μου. Μαζί ξεκινούσαμε τις βόλτες μας, ανακαλύπταμε διαδρομές και περνούσαμε πολλές ώρες στη φύση. Εκείνος έγινε η καθημερινή μου συντροφιά σε μια περίοδο που για πολλούς ανθρώπους θα μπορούσε να είναι μοναχικά. Για εμένα ήταν μια πολύ όμορφη εμπειρία. Και όταν αργότερα ήρθε η επόμενη επαγγελματική πρόταση, αυτή τη φορά για την Κρήτη, δεν υπήρχε κανένα ερώτημα. Θα συνεχίζαμε μαζί. Δεν υπήρχε περίπτωση να αφήσω τον Πλούτο πίσω. Άλλωστε, από την πρώτη στιγμή είχε αποδείξει ότι ήξερε πολύ καλά πού ήθελε να βρίσκεται.

Η περιπέτεια της υγείας της ανέδειξε τη σημασία της πρόληψης, της οικογενειακής στήριξης και της φροντίδας του εαυτού της. Όπως η ίδια αναγνωρίζει, μέσα από τη δοκιμασία κατάλαβε ότι διέθετε μεγαλύτερη δύναμη από όση πίστευε, με τον Πλούτο να αποτελεί σημαντική πηγή ψυχολογικής υποστήριξης



Στην Κρήτη, όμως, συνέβη κάτι που έμελλε να αλλάξει και τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβανόσουν τη σχέση του Πλούτο με τους ανθρώπους. Πότε άρχισες να καταλαβαίνεις ότι είχε μια ιδιαίτερη ικανότητα επικοινωνίας;

Είχα ήδη περάσει περίπου έναν χρόνο μαζί του στη Σαντορίνη και είχα ασχοληθεί με την εκπαίδευσή του. Ήξερα ότι ήταν ένας πολύ φιλικός και συνεργάσιμος σκύλος. Όταν πήγα στην Κρήτη, η διευθύντρια του σχολείου γνώρισε τον Πλούτο και, βλέποντας τον χαρακτήρα του, μου πρότεινε κάποια στιγμή να τον φέρω στο σχολείο. Δεν το είχα σκεφτεί προηγουμένως. Δεν μπορούσα να φανταστώ ότι θα έπαιρνα έναν σκύλο μαζί μου στο σχολείο, ιδιαίτερα σε ένα σχολείο ειδικής αγωγής. Τελικά, αποφάσισα να το δοκιμάσω, χωρίς όμως να το κάνω καθημερινά, γιατί ήθελα παράλληλα να μάθει να μένει μόνος του στο σπίτι τις ώρες που εργαζόμουν. Τον έφερνα, λοιπόν, στο σχολείο, έκανε τις βόλτες του στην αυλή και βρισκόταν μαζί μας κατά τη διάρκεια του μαθήματος. Εκεί άρχισα να παρατηρώ συμπεριφορές που δεν είχα δει ποτέ προηγουμένως.

Θυμάσαι κάποιο περιστατικό που σε έκανε να συνειδητοποιήσεις ότι η παρουσία του μπορούσε να έχει πραγματικά ιδιαίτερη σημασία για ένα παιδί;

Θυμάμαι ένα παιδί που είχε βιώσει μια έντονη συναισθηματική φόρτιση και έκλαιγε. Ο Πλούτο σηκώθηκε από μόνος του, πλησίασε το παιδί που βρισκόταν σε αναπηρικό αμαξίδιο, ακούμπησε πάνω του τα πόδια του και άρχισε να του γλείφει τα χέρια.

Το παιδί αμέσως χαμογέλασε. Ξέχασε για λίγο αυτό που το είχε αναστατώσει και άρχισε να ασχολείται με τον Πλούτο. Η διάθεσή του άλλαξε εντελώς. Θυμάμαι επίσης ένα κοριτσάκι που βρισκόταν σε αμαξίδιο και είχε πολύ περιορισμένη κινητικότητα και δυνατότητα επικοινωνίας μέσω του λόγου. Ήμασταν στην αυλή και ο Πλούτο ήταν ξαπλωμένος πάνω σε ένα ξύλινο παγκάκι. Προσπαθούσα να φέρω το κορίτσι κοντά του, ώστε να μπορέσει να τον χαϊδέψει με τη βοήθειά μας.

Επειδή, όμως, ο Πλούτο βρισκόταν πιο πίσω, το παιδί δεν μπορούσε να τον φτάσει. Ενώ προσπαθούσα να βρω έναν τρόπο να διευκολύνω την επαφή τους, εκείνος μετακινήθηκε μόνος του. Σύρθηκε πάνω στο παγκάκι και ακούμπησε το κεφάλι του στα πόδια του κοριτσιού.

Το παιδί χαμογέλασε και μπόρεσε να τον χαϊδέψει. Ήταν μια πολύ συγκινητική στιγμή. Δεν περίμενα αυτή την αντίδραση. Μέχρι τότε τον εκπαίδευα κυρίως στη βασική υπακοή, ώστε να συνεργάζεται μαζί μου, να ακούει τις εντολές και να ανταποκρίνεται. Δεν είχα φανταστεί ότι θα μπορούσε να συμπεριφερθεί με τέτοιον τρόπο απέναντι σε παιδιά με διαφορετικές ανάγκες

Εκεί άρχισες να σκέφτεσαι ότι ο Πλούτο θα μπορούσε να προσφέρει κάτι περισσότερο από τη συντροφιά του;

Ναι, αλλά δεν πήρα αμέσως την απόφαση να το εξελίξω. Είχα την εντύπωση ότι οι σκύλοι θεραπείας πρέπει να είναι ζώα που εκπαιδεύονται από πολύ μικρή ηλικία ειδικά για αυτόν τον σκοπό. Δεν γνώριζα ότι θα μπορούσε να ακολουθήσει αυτή τη διαδρομή και ένας σκύλος που είχε ήδη μεγαλώσει.

Έτσι, το άφησα για ένα διάστημα στην άκρη. Επέστρεψα στον Βόλο και συνέχισα να εργάζομαι σε ιδιωτική δομή ειδικής αγωγής. Δεν είχα ακόμη αποφασίσει ότι θα ασχοληθώ συστηματικά με τη ζωοθεραπεία.

Και τότε ήρθε μια διαφορετική δοκιμασία στη δική σου ζωή. Η διάγνωση του καρκίνου του μαστού. Πώς έμαθες ότι αντιμετώπιζες αυτή την ασθένεια;

Ήταν πριν από περίπου δύο χρόνια, πάλι Οκτώβριο. Η διάγνωση προέκυψε μέσα από τον τακτικό προληπτικό έλεγχο που έκανα κάθε χρόνο. Θέλω να τονίσω πόσο σημαντικό είναι αυτό. Ήμουν συνεπής στις εξετάσεις μου, γιατί γνώριζα ότι ο προληπτικός έλεγχος δεν πρέπει να παραμελείται

Έκανα τη μαστογραφία και τον υπέρηχο και ο γιατρός παρατήρησε κάτι που δεν υπήρχε στην προηγούμενη εξέταση. Μου συνέστησε να προχωρήσω και σε μαγνητική τομογραφία, ώστε να διερευνηθεί καλύτερα.

Στη συνέχεια, τα ευρήματα έδειξαν ότι χρειαζόταν βιοψία, καθώς υπήρχαν ενδείξεις που έπρεπε να εξεταστούν σοβαρά. Εκεί ξεκίνησε μια περίοδος με πολλές εξετάσεις και μεγάλη αγωνία. Αναζήτησα έναν γιατρό που να εμπιστεύομαι και να αισθάνομαι ότι μπορούμε να αντιμετωπίσουμε μαζί όλη αυτή τη διαδικασία.

Η βιοψία επιβεβαίωσε ότι επρόκειτο για κακοήθεια, ευτυχώς όμως σε πολύ αρχικό στάδιο. Δεν είχαν επηρεαστεί οι λεμφαδένες ούτε υπήρχε ένδειξη επέκτασης σε άλλα σημεία του σώματος. Ακολούθησε ένας εκτεταμένος κύκλος εξετάσεων, χειρουργική επέμβαση και θεραπείες. Ήταν μια περίοδος που έπρεπε να αντιμετωπίσω πολλά πράγματα ταυτόχρονα.

Ποια ήταν η δυσκολότερη στιγμή αυτής της διαδρομής; Η ίδια η θεραπεία ή η αναμονή μέχρι να μάθεις τι ακριβώς συμβαίνει;

Για εμένα η πιο δύσκολη περίοδος ήταν στην αρχή. Από τη στιγμή που ο γιατρός μού είπε ότι είχε εντοπίσει κάτι στον υπέρηχο μέχρι να ολοκληρωθούν όλες οι εξετάσεις και να μάθω τι ακριβώς είχα, το μυαλό μου πήγαινε παντού. Σκεφτόμουν την υγεία μου, την οικογένειά μου και κυρίως τις δύο κόρες μου. Αναρωτιόμουν πώς θα τους ανακοινώσω αυτό που συμβαίνει, γιατί δεν ήθελα να νιώσουν ανασφάλεια ή να φοβηθούν ότι μπορεί να χάσουν τη μητέρα τους. Είναι μια σκέψη που περνά από το μυαλό κάθε ανθρώπου όταν έρχεται αντιμέτωπος με μια τέτοια διάγνωση.

Όταν, όμως, ολοκληρώθηκαν οι εξετάσεις, οι γιατροί μου εξήγησαν την κατάσταση και με καθησύχασαν. Ήταν ένα αρχικό στάδιο και υπήρχε συγκεκριμένο θεραπευτικό πλάνο. Αφού διαχειρίστηκα την πρώτη αγωνία, μίλησα ανοιχτά με τα κορίτσια μου. Τους εξήγησα τι συνέβαινε και προσπάθησα να τις καθησυχάσω, χωρίς να τους κρύψω την αλήθεια.

Ο Πλούτο ήταν δίπλα σου σε όλη αυτή τη διαδρομή. Πόσο σημαντική ήταν η παρουσία του;

Ήταν πάρα πολύ σημαντική. Η χημειοθεραπεία είναι μια διαδικασία που επιβαρύνει τόσο σωματικά όσο και ψυχολογικά τον άνθρωπο. Υπήρχαν ημέρες που αισθανόμουν καλύτερα και ήθελα να κάνω πράγματα και άλλες που ήμουν πιο κουρασμένη.

Ο Πλούτο ήταν δίπλα μου με έναν πολύ ιδιαίτερο τρόπο. Αν είχα διάθεση να κάνουμε περισσότερα πράγματα, με ακολουθούσε χαρούμενος. Αν ήμουν πιο πεσμένη και δεν μπορούσα να κινηθώ πολύ, καθόταν δίπλα μου, ήσυχος και υπομονετικός.

Θυμάμαι ότι όταν ολοκλήρωνα τη χημειοθεραπεία, το πρώτο πράγμα που ήθελα να κάνω όταν επέστρεφα στο σπίτι ήταν να πάρω τον Πλούτο και να βγούμε βόλτα. Ήξερα ότι με περίμενε και ότι είχε ανάγκη την παρουσία μου. Αυτό μου έδινε δύναμη. Δεν αισθανόμουν ότι έπρεπε να προσπαθήσω να είμαι καλά για χάρη του. Ήταν απλώς εκεί. Και αυτή η συντροφιά είχε για εμένα τεράστια σημασία.

Παράλληλα, έπρεπε να πάρεις και δύσκολες αποφάσεις σε σχέση με την εργασία σου.

Ναι. Κάποια στιγμή συνειδητοποίησα ότι έπρεπε να βάλω τον εαυτό μου σε προτεραιότητα. Εργαζόμουν με παιδιά ειδικής αγωγής, σε ένα περιβάλλον όπου υπήρχαν αυξημένες πιθανότητες έκθεσης σε λοιμώξεις. Γνώριζα ότι θα ακολουθούσαν χημειοθεραπείες και δεν ήθελα να υπάρξει κάποια επιπλοκή ή καθυστέρηση στη θεραπεία μου.

Έτσι αποφάσισα να παραιτηθώ από τη δουλειά μου. Δεν ήταν εύκολη απόφαση, αλλά αισθάνθηκα ότι εκείνη την περίοδο έπρεπε να προστατεύσω την υγεία μου.

Ακολούθησε χειρουργείο. Παρότι υπήρχε η δυνατότητα τοπικής επέμβασης, προτίμησα τη μαστεκτομή, καθώς αισθανόμουν ότι αυτή ήταν η πιο κατάλληλη επιλογή για εμένα. Στη συνέχεια ακολούθησε ανοσοθεραπεία και δεύτερη χειρουργική επέμβαση για την αποκατάσταση. Με βοήθησαν πολύ η οικογένειά μου, ο Πλούτο και η γυμναστική, την οποία συνέχισα όσο μπορούσα. Όλα αυτά συνέβαλαν στο να διατηρήσω τη σωματική και ψυχολογική μου δύναμη.

Έχεις πει ότι μέσα από αυτή την περιπέτεια δεν άλλαξες ως άνθρωπος, αλλά αναθεώρησες αρκετές από τις προτεραιότητές σου. Τι ανακάλυψες για τον εαυτό σου;

Συνειδητοποίησα ότι έχω περισσότερη δύναμη από όση πίστευα. Όλοι έχουμε μέσα μας αποθέματα αντοχής, αλλά πολλές φορές δεν γνωρίζουμε πόσα είναι μέχρι να βρεθούμε αντιμέτωποι με κάτι πραγματικά δύσκολο

Επίσης, κατάλαβα ότι πρέπει να ασχολούμαι περισσότερο με τον εαυτό μου. Παλαιότερα σκεφτόμουν διαρκώς τους άλλους. Πώς θα επηρεάσω τον συνάδελφο, τον φίλο, κάποιον από την οικογένειά μου. Προσπαθούσα να φροντίζω τους πάντες και τελικά δεν έδινα την ίδια σημασία στις δικές μου ανάγκες.

Δεν σημαίνει ότι έπαψα να ενδιαφέρομαι για τους άλλους. Απλώς κατάλαβα ότι πρέπει να υπάρχει ισορροπία. Πρέπει να δίνουμε προτεραιότητα σε όσα μας κάνουν καλό και σε όσα έχουν πραγματική σημασία για τη ζωή μας.

Μάλιστα, παρά τις δυσκολίες της θεραπείας, αισθάνθηκα ότι βρήκα χρόνο να σκεφτώ, να ξεκουραστώ και να επαναπροσδιορίσω κάποια πράγματα. Δεν ήταν μια εύκολη περίοδος, αλλά μέσα από αυτήν προέκυψε και κάτι θετικό.

Η εμπειρία σου με τον Πλούτο σε έκανε τελικά να πάρεις την απόφαση να ασχοληθείς επαγγελματικά με τη ζωοθεραπεία;

Ναι. Η απόφαση ήρθε ουσιαστικά μέσα στην περίοδο των χημειοθεραπειών. Είχα βιώσει η ίδια πόσο δύσκολη μπορεί να είναι μια τέτοια διαδικασία και είχα διαπιστώσει πόσο με βοηθούσε η παρουσία του Πλούτο. Σκεφτόμουν πόσο σημαντικό θα ήταν να μπορούσαν και άλλοι άνθρωποι να έχουν μια αντίστοιχη εμπειρία. Δεν αφορά μόνο ανθρώπους που αντιμετωπίζουν μια ογκολογική ασθένεια. Ένας άνθρωπος που περνά μια δύσκολη περίοδο, που χρειάζεται ψυχολογική υποστήριξη ή βρίσκεται σε μια ευάλωτη κατάσταση, μπορεί να ωφεληθεί από μια τέτοια επαφή. Έτσι άρχισα να αναζητώ πληροφορίες, να επικοινωνώ με τους αρμόδιους φορείς και να διερευνώ πώς θα μπορούσαμε να εκπαιδευτούμε και να πιστοποιηθούμε.

Η διαδικασία αποδείχθηκε απαιτητική. Πώς οργανώθηκε η εκπαίδευση και ποια ήταν τα βήματα που χρειάστηκε να ακολουθήσετε;

Ήρθα σε επαφή με το Ελληνικό Ινστιτούτο Ζωοθεραπείας, σε συνεργασία με το Γαλλικό Ινστιτούτο Ζωοθεραπείας. Αρχικά έπρεπε να αξιολογηθούμε και εγώ και ο Πλούτο, ώστε να διαπιστωθεί αν μπορούσαμε να συμμετάσχουμε στην εκπαίδευση και αν ο σκύλος είχε τα κατάλληλα χαρακτηριστικά για να εξελιχθεί σε σκύλο θεραπείας. Η επιλογή ήταν ιδιαίτερα απαιτητική. Από όσους ενδιαφέρονται και υποβάλλουν αίτηση, επιλέγεται ένας περιορισμένος αριθμός εκπαιδευόμενων, περίπου ένας δέκα άτομα κάθε φορά. Αφού περάσαμε την αρχική αξιολόγηση, ξεκίνησε η εκπαίδευση. Η δική μου εκπαίδευση περιλαμβάνει θεωρητικό και πρακτικό μέρος. Μαθαίνουμε για τη συμπεριφορά και την ψυχολογία του σκύλου, αλλά και για τον τρόπο με τον οποίο οργανώνεται μια συνεδρία ζωοθεραπείας. Είναι πολύ σημαντικό να κατανοήσουμε την αλληλεπίδραση ανάμεσα στον ωφελούμενο, τον ειδικό θεραπευτή και τον σκύλο. Δεν αρκεί να έχουμε έναν φιλικό και ήρεμο σκύλο. Πρέπει να γνωρίζουμε πώς λειτουργεί αυτή η σχέση και πώς μπορεί να ενταχθεί σωστά στη θεραπευτική διαδικασία. Η εκπαίδευση γίνεται και για τους δύο μας, με διαφορετικό τρόπο. Ο Πλούτο αξιολογείται και εκπαιδεύεται για τον δικό του ρόλο, ενώ εγώ αποκτώ τις απαραίτητες γνώσεις για να μπορώ να διαχειρίζομαι σωστά κάθε συνάντηση.

Πώς φαντάζεσαι τη συνέχεια; Ονειρεύεσαι ήδη τις πρώτες επισκέψεις του Πλούτο σε νοσοκομεία, ογκολογικές μονάδες ή άλλες δομές

Το περιμένω με μεγάλη χαρά. Από τη στιγμή που πήρα την απόφαση να ασχοληθώ με αυτό και είδα ότι μπορούμε να προχωρήσουμε, απέκτησα έναν καινούργιο στόχο. Μου αρέσει ιδιαίτερα το γεγονός ότι μέσα από μια δύσκολη προσωπική εμπειρία ανακάλυψα κάτι νέο που μπορώ να κάνω για τους άλλους. Έχω βιώσει από πρώτο χέρι πόσο σημαντική μπορεί να είναι η παρουσία ενός ζώου σε μια δύσκολη περίοδο. Θα ήθελα να μπορέσουμε να προσφέρουμε αυτή τη δυνατότητα και σε άλλους ανθρώπους. Υπάρχουν συγκεκριμένες προϋποθέσεις και για τον άνθρωπο που αναλαμβάνει τον ρόλο του χειριστή. Πρέπει να έχει σχέση με τον χώρο της υγείας και της φροντίδας του ανθρώπου. Δεν είναι μια δραστηριότητα που μπορεί να αναλάβει οποιοσδήποτε, απλώς επειδή έχει έναν εκπαιδευμένο σκύλο. Θέλω να ακολουθήσουμε όλα τα απαραίτητα βήματα, με υπευθυνότητα και σωστή προετοιμασία.

Αν μπορούσες να κρατήσεις ένα μήνυμα από όσα έζησες και να το μεταφέρεις στις γυναίκες που διαβάζουν σήμερα αυτή τη συνέντευξη, ποιο θα ήταν;

Θα ήθελα να πω στις γυναίκες να μην παραμελούν τον προληπτικό έλεγχο. Να μην τον φοβούνται και να μην τον αναβάλλουν. Όσο πιο έγκαιρα γνωρίζουμε τι συμβαίνει με την υγεία μας, τόσο περισσότερες δυνατότητες έχουμε να αντιμετωπίσουμε μια δύσκολη κατάσταση. Και σε όσους ανθρώπους περνούν σήμερα μια δύσκολη περίοδο, θα ήθελα να πω ότι δεν πρέπει να κάνουν την αισιοδοξία τους. Χρειάζεται να δώσουμε λίγο περισσότερο χώρο στον εαυτό μας, στις ανάγκες και στις επιθυμίες μας. Μπορεί μέσα από μια δύσκολη εμπειρία να ανακαλύψουμε κάτι καινούργιο και όμορφο. Αυτό συνέβη και σε εμένα. Μέσα από όσα πέρασα, βγήκε κάτι που δεν είχα φανταστεί ότι θα αποτελούσε μέρος της ζωής μου. Η σχέση μου με τον Πλούτο με βοήθησε να το ανακαλύψω.

Αν συναντούσες σήμερα το κορίτσι που ήσουν, εκείνο που αγόρασε την πρώτη του μελόντικα με τα χρήματα από τα κάλαντα, τι θα του έλεγες;

Θα του έλεγα να συνεχίσει να ονειρεύεται και να μη φοβάται τις αλλαγές. Δεν νομίζω ότι άλλαξα στον πυρήνα μου. Εξακολουθώ να αγαπώ τη μουσική, τα παιδιά και τους ανθρώπους. Απλώς σήμερα γνωρίζω καλύτερα τις δυνατότητές μου και έχω διαφορετικές προτεραιότητες. Και, φυσικά, θα του έλεγα να είναι ανοιχτό σε όσα φέρνει η ζωή. Γιατί πολλές φορές δεν ξέρουμε ποια θα είναι η επόμενη διαδρομή μας.

Και ο Πλούτο; Τι θέση έχει πλέον στα όνειρά σου για το μέλλον;

Είναι αναπόσπαστο κομμάτι τους. Ήρθε στη ζωή μου απρόσμενα, σε μια στιγμή που δεν αναζητούσα δεύτερο σκύλο. Κι όμως, τελικά έγινε ένας από τους σημαντικότερους συνοδοιπόρους μου. Από την πρώτη μας συνάντηση στην παραλία του Βόλου μέχρι τα ταξίδια μας, τις αλλαγές, τις δυσκολίες και την εκπαίδευση, έχουμε μοιραστεί πάρα πολλά. Τώρα θέλω να μπορέσουμε να μοιραστούμε αυτή την εμπειρία και με άλλους ανθρώπους.

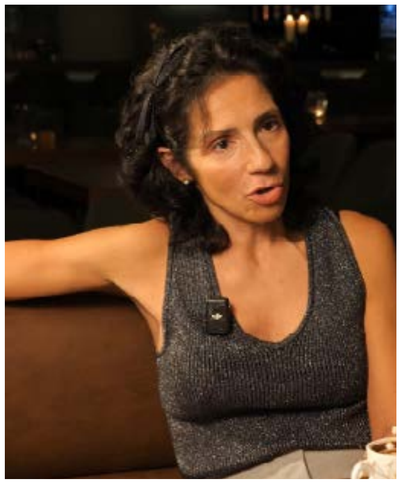
Ελπίζω τα επόμενα χρόνια να μας δοθεί η ευκαιρία να προσφέρουμε χαρά, συντροφιά και υποστήριξη σε ανθρώπους που το έχουν ανάγκη. Γιατί αυτό είναι που κρατάω περισσότερο από όλη αυτή τη διαδρομή: ότι ακόμη και μέσα από κάτι δύσκολο μπορεί να γεννηθεί μια νέα δυνατότητα. Και ότι κάποιες φορές ένα πλάσμα που συναντάς τυχαία μπορεί να σου δείξει έναν δρόμο που δεν είχες φανταστεί ποτέ ότι θα ακολουθήσεις. Ένα χαμόγελο σε έναν άγνωστο, μια κουβέντα ενθάρρυνσης σε κάποιον που δυσκολεύεται, μια αυθόρμητη κίνηση βοήθειας, λίγα λεπτά πραγματικής προσοχής σε έναν άνθρωπο που έχει ανάγκη να ακουστεί.

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail

Η εμπειρία της με τον Πλούτο την οδήγησε στην εκπαίδευση και την πιστοποίηση στη ζωοθεραπεία, με στόχο να προσφέρει σε άλλους ανθρώπους, παιδιά και ασθενείς τη συντροφικότητα και τη συναισθηματική υποστήριξη που η ίδια βίωσε



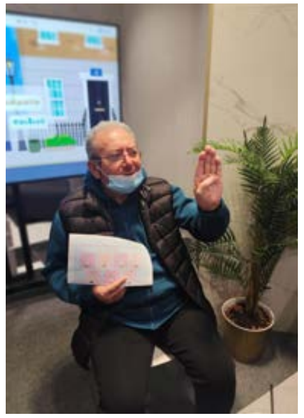


Στο ΚΔΗΦ ANIMUS η γνωριμία με τη Νοηματική Γλώσσα ενισχύει την έκφραση, την αλληλεπίδραση και την κατανόηση διαφορετικών τρόπων επικοινωνίας

Μέσα από βιωματικές ασκήσεις, δημιουργική έκφραση και ομαδική συμμετοχή, οι ωφελούμενοι ανακαλύπτουν εναλλακτικούς τρόπους έκφρασης και αλληλεπίδρασης, εξοικειώνονται με βασικές χειρομορφές και εκφράσεις και καλλιεργούν δεξιότητες συνεργασίας, παρατηρητικότητας και ενσυναίσθησης

Η νοηματική γλώσσα γίνεται γέφυρα επικοινωνίας

Νέα ομάδα βιωματικών δράσεων με στόχο την ενίσχυση της επικοινωνίας, της ισότιμης συμμετοχής και της αποδοχής της διαφορετικότητας






Ρεπορτάζ
Λόλα Γάτσιου

Μια νέα πρωτοβουλία με επίκεντρο τη Νοηματική Γλώσσα ξεκίνησε σήμερα στο Κέντρο Διημέρευσης και Ημερήσιας Φροντίδας (ΚΔΗΦ) ANIMUS, στη Λάρισα, διευρύνοντας τις δράσεις δημιουργικής απασχόλησης και κοινωνικής συμμετοχής που υλοποιούνται καθημερινά στις δομές υγείας ANIMUS.

Η νέα ομάδα δράσεων φιλοδοξεί να φέρει τους συμμετέχοντες σε μια πρώτη ουσιαστική επαφή με τη Νοηματική Γλώσσα, γνωρίζοντάς τους βασικά στοιχεία, χειρομορφές και εκφράσεις που αποτελούν σημαντικά εργαλεία επικοινωνίας. Πρόκειται για μια δραστηριότητα με ιδιαίτερη εκπαιδευτική και κοινωνική αξία, καθώς αναδεικνύει τη σημασία της επικοινωνίας ως θεμελιώδους δικαιώματος κάθε ανθρώπου, ανεξάρτητα από τις δυνατότητες ή τις ιδιαιτερότητές του.

Η πρωτοβουλία δεν περιορίζεται στην εκμάθηση ορισμένων συμβόλων ή κινήσεων. Στοχεύει κυρίως στην καλλιέργεια μιας διαφορετικής αντίληψης για την επικοινωνία, ενθαρρύνοντας τους συμμετέχοντες να ανακαλύψουν νέους τρόπους έκφρασης, να αλληλεπιδράσουν μεταξύ τους και να αντιληφθούν ότι η συνεννόηση μπορεί να επιτευχθεί μέσα από περισσότερα κανάλια πέρα από τον προφορικό λόγο.

Μέσα από βιωματικές δραστηριότητες, παιχνίδια, δημιουργική έκφραση και ομαδικές ασκήσεις, τα μέλη της ομάδας έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν σταδιακά βασικές έννοιες της Νοηματικής Γλώσσας, να εξασκηθούν στην αναγνώριση και τη χρήση εκφράσεων και να συμμετέχουν ενεργά σε μια κοινή διαδικασία μάθησης. Η προσέγγιση αυτή ενισχύει παράλληλα τη συγκέντρωση, την παρατηρητικότητα, τη συνεργασία και την αυτοπεποίθηση, δημιουργώντας ένα περιβάλλον στο οποίο κάθε συμμετέχων μπορεί να εκφραστεί με τον δικό του τρόπο.



Ιδιαίτερη σημασία έχει και η κοινωνική διάσταση της δράσης. Η εξοικείωση με τη Νοηματική Γλώσσα συμβάλλει στην κατανόηση των επικοινωνιακών αναγκών των κωφών και βαρήκοων ανθρώπων, ενισχύοντας την ενσυναίσθηση και την αποδοχή της διαφορετικότητας. Παράλληλα, υπενθυμίζει ότι η συμπερίληψη δεν αποτελεί μια αφηρημένη έννοια, αλλά μια καθημερινή στάση που αποτυπώνεται στις σχέσεις, στη συμπεριφορά και στις ευκαιρίες συμμετοχής που προσφέρονται σε όλους.

Για τις δομές υγείας ANIMUS, η συγκεκριμένη πρωτοβουλία εντάσσεται σε μια ευρύτερη προσπάθεια ανάπτυξης δραστηριοτήτων που ενισχύουν τις δεξιότητες, την κοινωνικοποίηση και την αυτονομία των ωφελουμένων. Η δημιουργία ομάδων με διαφορετικό αντικείμενο δίνει τη δυνατότητα στα άτομα να ανακαλύπτουν νέες κλίσεις και ενδιαφέροντα, να αποκτούν εμπειρίες και να συμμετέχουν σε ένα οργανωμένο πλαίσιο δημιουργικής αλληλεπίδρασης.

Η έναρξη της ομάδας Νοηματικής Γλώσσας αποτελεί, επομένως, ένα ακόμη βήμα προς ένα περιβάλλον περισσότερο προσβάσιμο και ανοιχτό σε όλους. Ένα περιβάλλον στο οποίο η διαφορετικότητα δεν αντιμετωπίζεται ως εμπόδιο, αλλά ως στοιχείο που εμπλουτίζει την ανθρώπινη επικοινωνία.

Γιατί η επικοινωνία δεν εξαντλείται στις λέξεις. Βρίσκεται στις κινήσεις, στις εκφράσεις, στα βλέμματα και, κυρίως, στην πρόθεση να συναντήσουμε τον άλλον εκεί όπου βρίσκεται. Και η συμπερίληψη ξεκινά από αυτήν ακριβώς την πρόθεση: να μάθουμε να επικοινωνούμε με όλους, χωρίς αποκλεισμούς.

ΚΥΑΝΟΥΣ ΣΤΑΥΡΟΣ
Αστικό Κέντρο στην καρδιά της Λάρισας

Το **ΚΑΑ ANIMUS Κυανούς Σταυρός**, αποτελεί Υποκατάστημα του **ANIMUS ΚΑΑ** και βρίσκεται στο κέντρο της πόλης της Λάρισας
Διαθέτει:
• Επιστημονική ομάδα με εξειδίκευση στους βαρέως πάσχοντες ασθενείς
• Υπερσύγχρονο εξοπλισμό σε Χώρους Αυξημένης Φροντίδας
• Σύγχρονους θεραπευτικούς χώρους και θεραπευτική πισίνα
• Λειτουργεί ΚΑΑ Ανοιχτής Νοσηλείας για εξωτερικούς ασθενείς
• Κατάλληλα διαμορφωμένα δωμάτια ώστε να παρέχουν ασφαλή και άνετη παραμονή
Ειδικότητες • Παθολόγος • Φυσίατρος • Νευρολόγος



ANIMUS
ΚΥΑΝΟΥΣ ΣΤΑΥΡΟΣ

Πληροφορίες: 2411801500, Κύπρου 100, Λάρισα

Η μουσικοθεραπεία μπορεί να συμβάλει στην ενίσχυση της μνήμης, της προσοχής, του συντονισμού και της επικοινωνίας, ενώ παράλληλα προσφέρει συναισθηματική υποστήριξη, χαλάρωση και κίνητρο συμμετοχής στη διαδικασία αποκατάστασης



Η μουσική γίνεται γέφυρα επικοινωνίας και θεραπείας στα ΚΑΑ ANIMUS και «Κυανούς Σταυρός»

Η μουσικοθεραπεία ως μέσο αποκατάστασης, συναισθηματικής έκφρασης και κοινωνικής συμπερίληψης – Η δύναμη της μουσικής στην ενίσχυση της επικοινωνίας, της αυτοπεποίθησης και της ποιότητας ζωής των ασθενών

Η μουσική δεν αποτελεί απλώς μια μορφή ψυχαγωγίας. Είναι ένας ιδιαίτερος τρόπος επικοινωνίας, έκφρασης και σύνδεσης των ανθρώπων, που μπορεί να προσφέρει σημαντικά οφέλη στη διαδικασία της αποκατάστασης. Με αυτή τη φιλοσοφία, η μουσικοθεραπεία έχει τη δική της ξεχωριστή θέση στις θεραπευτικές και υποστηρικτικές δραστηριότητες που πραγματοποιούνται στο Κέντρο Αποκατάστασης και Αποθεραπείας ANIMUS και στο ΚΑΑ «Κυανούς Σταυρός», αξιοποιώντας τη δύναμη της μουσικής ως ένα επιπλέον μέσο ενίσχυσης της σωματικής, ψυχολογικής και κοινωνικής ευεξίας των ασθενών.

Στο περιβάλλον της αποκατάστασης, κάθε άνθρωπος ακολουθεί τη δική του διαδρομή, αντιμετωπίζοντας διαφορετικές προκλήσεις και ανάγκες. Η θεραπευτική διαδικασία δεν περιορίζεται μόνο στην αντιμετώπιση των κινητικών ή λειτουργικών δυσκολιών, αλλά περιλαμβάνει και τη συναισθηματική υποστήριξη, την ενδυνάμωση της ψυχολογίας και την αποκατάσταση της σχέσης του ατόμου με τον εαυτό του και τους γύρω του. Σε αυτή την προσπάθεια, η μουσική μπορεί να λειτουργήσει ως ένα πολύτιμο εργαλείο, δημιουργώντας ευκαιρίες επικοινωνίας ακόμη και όταν ο προφορικός λόγος δεν είναι εύκολος ή επαρκής.

Μέσα από τη μουσικοθεραπεία, οι ασθενείς έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν σε δραστηριότητες που αξιοποιούν τον ρυθμό, τη μελωδία, το τραγούδι, τα μουσικά όργανα και την ακρόαση. Ανάλογα με τις ανάγκες και τις δυνατότητες κάθε ατόμου, οι δραστηριότητες μπορούν να συμβάλουν στην εξάσκηση της προσοχής, της μνήμης, της συγκέντρωσης και του συντονισμού, ενώ παράλληλα ενισχύουν την έκφραση συναισθημάτων και την επικοινωνία.



Ιδιαίτερη σημασία έχει η συμβολή της μουσικής στη συναισθηματική κατάσταση των ασθενών. Η συμμετοχή σε μια μουσική δραστηριότητα μπορεί να δημιουργήσει ένα ευχάριστο και ασφαλές περιβάλλον, να περιορίσει το αίσθημα απομόνωσης και να προσφέρει στιγμές χαλάρωσης, ευχαρίστησης και προσωπικής ικανοποίησης. Ένα γνώριμο τραγούδι, ένας αγαπημένος σκοπός ή ένας απλός μουσικός ρυθμός μπορούν να ενεργοποιήσουν αναμνήσεις, να προκαλέσουν θετικά συναισθήματα και να ενθαρρύνουν την προσωπική έκφραση.

Παράλληλα, η μουσικοθεραπεία αποκτά ιδιαίτερη αξία μέσα από την ομαδική συμμετοχή. Όταν οι ασθενείς τραγουδούν, ακούν, δημιουργούν ή ακολουθούν έναν κοινό ρυθμό, αναπτύσσουν σχέσεις αλληλεπίδρασης και συνεργασίας. Μαθαίνουν να περιμένουν τη σειρά τους, να συντονίζονται με τους υπόλοιπους και να αναγνωρίζουν τη συμβολή κάθε μέλους της ομάδας. Με αυτόν τον τρόπο, η μουσική μετατρέπεται σε ένα κοινό σημείο συνάντησης, όπου δεν έχουν σημασία οι περιορισμοί ή οι δυσκολίες, αλλά η διάθεση για συμμετοχή και επικοινωνία. Εδώ ακριβώς αναδεικνύεται και η ουσιαστική διάσταση της συμπερίληψης. Η μουσική δεν απαιτεί από όλους τις ίδιες δυνατότητες, ούτε θέτει ως προϋπόθεση την τέλεια εκτέλεση ή την εξοικείωση με κάποιο μουσικό όργανο. Ο καθένας μπορεί να συμμετέχει με τον δικό του τρόπο, σύμφωνα με τις δυνατότητες, τις ανάγκες και τον προσωπικό του ρυθμό. Ένα βλέμμα, μια κίνηση, ένα χτύπημα των χεριών ή μια συμμετοχή στο τραγούδι μπορούν να αποτελέσουν ισότιμες μορφές έκφρασης.

Η διαδικασία αυτή καλλιεργεί την ενσυναίσθηση, τον αμοιβαίο σεβασμό και την αποδοχή της διαφορετικότητας. Δημιουργεί έναν χώρο όπου κάθε ασθενής αισθάνεται ότι ανήκει σε μια ομάδα, ότι η παρουσία του έχει αξία και ότι μπορεί να συμβάλει σε μια κοινή εμπειρία. Η αλληλεπίδραση μέσα από τη μουσική ενισχύει τους κοινωνικούς δεσμούς και βοηθά στην αντιμετώπιση της απομόνωσης που συχνά συνοδεύει τις απαιτητικές περιόδους της αποκατάστασης.

Στα ΚΑΑ ANIMUS και «Κυανούς Σταυρός», η αξιοποίηση της μουσικής στις δραστηριότητες των ασθενών αναδεικνύει τη σημασία μιας ολιστικής προσέγγισης στην αποκατάσταση. Μιας προσέγγισης που αναγνωρίζει ότι πίσω από κάθε θεραπευτικό στόχο βρίσκεται ένας άνθρωπος με προσωπικές ανάγκες, συναισθήματα, βιώματα και επιθυμίες.

Η μουσικοθεραπεία, όταν σχεδιάζεται και εφαρμόζεται από κατάλληλα εκπαιδευμένους επαγγελματίες, μπορεί να λειτουργήσει συμπληρωματικά στο συνολικό πρόγραμμα αποκατάστασης, προσαρμοσμένη στις ανάγκες κάθε ασθενούς. Δεν αντικαθιστά τις υπόλοιπες θεραπευτικές παρεμβάσεις, αλλά εμπλουτίζει τη διαδικασία με έναν διαφορετικό και δημιουργικό τρόπο προσέγγισης.

Γιατί η αποκατάσταση δεν αφορά μόνο όσα μπορεί να καταφέρει ξανά το σώμα. Αφορά και όσα μπορεί να αισθανθεί, να εκφράσει και να μοιραστεί ο άνθρωπος. Και η μουσική, με τη μοναδική της δύναμη να ενώνει τους ανθρώπους πέρα από τις λέξεις, μπορεί να γίνει ένα πολύτιμο μέσο σε αυτή τη διαδρομή.

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail

Μέσα από την ομαδική μουσική έκφραση, κάθε ασθενής συμμετέχει σύμφωνα με τις δυνατότητές του, αναπτύσσει σχέσεις αλληλεπίδρασης και αισθάνεται ότι αποτελεί ισότιμο μέλος μιας ομάδας, στην οποία η διαφορετικότητα γίνεται αποδεκτή και σεβαστή

ΥΓΕΙΑ
ΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ













Η αποκατάσταση στην παιδική ηλικία δεν αποσκοπεί μόνο στη βελτίωση μιας κινητικής λειτουργίας, αλλά επιδιώκει να ενισχύσει την ανάπτυξη, την επικοινωνία, την κοινωνικοποίηση και τη δυνατότητα του παιδιού να συμμετέχει στις δραστηριότητες της καθημερινότητάς του



22ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

Η αποκατάσταση αλλάζει ζωές

Οι νέες θεραπευτικές δυνατότητες για παιδιά και ενήλικες

Η αποκατάσταση δεν είναι απλώς το επόμενο βήμα μετά από μια ασθένεια, έναν τραυματισμό ή μια χειρουργική επέμβαση. Είναι μια ολοκληρωμένη και συχνά μακρά διαδικασία, μέσα από την οποία ο άνθρωπος προσπαθεί να ξανακερδίσει την κίνηση, τη λειτουργικότητα, την αυτονομία και, τελικά, την ποιότητα της ζωής του. Αυτή η σύγχρονη αντίληψη για τον ρόλο της ιατρικής αποκατάστασης βρέθηκε στο επίκεντρο του 22ου Πανελλήνιου Συνεδρίου της Ελληνικής Εταιρείας Φυσικής Ιατρικής και Αποκατάστασης, που πραγματοποιήθηκε από τις 30 Οκτωβρίου έως την 1η Νοεμβρίου 2026, στο Ελληνικό Ινστιτούτο Παστέρ, στην Αθήνα.

Γράφει η **Λόλα Γάτσιου**

Με κεντρικό θέμα «Φυσική Ιατρική και Αποκατάσταση: Η Ολιστική Φροντίδα για το Παιδί και τον Ενήλικα», το συνέδριο συγκέντρωσε το επιστημονικό ενδιαφέρον σε ένα ευρύ πεδίο ζητημάτων που αφορούν τόσο την παιδική ηλικία όσο και την ενήλικη ζωή. Η βασική προσέγγιση που αναδείχθηκε ήταν ότι η αποκατάσταση δεν μπορεί να περιορίζεται στην αντιμετώπιση ενός συμπτώματος ή μιας κινητικής δυσκολίας. Χρειάζεται να λαμβάνει υπόψη το σύνολο των αναγκών του ασθενούς, τη σωματική και γνωστική του κατάσταση, την ψυχολογική υποστήριξη, το οικογενειακό περιβάλλον και τις συνθήκες της καθημερινότητάς του.

Η ολιστική αυτή προσέγγιση προϋποθέτει τη συνεργασία διαφορετικών ειδικοτήτων, με τον φυσίατρο να έχει κεντρικό ρόλο στον σχεδιασμό και τον συντονισμό της θεραπευτικής πορείας, σε συνεργασία με φυσικοθεραπευτές, εργοθεραπευτές, λογοθεραπευτές, νοσηλευτές, ψυχολόγους και κοινωνικούς λειτουργούς. Στόχος δεν είναι μόνο η αντιμετώπιση της αναπηρίας, αλλά η αξιοποίηση κάθε διαθέσιμης δυνατότητας, ώστε ο ασθενής να συμμετέχει όσο το δυνατόν πιο ενεργά και ανεξάρτητα στη ζωή του.

Παιδιατρική αποκατάσταση

Ιδιαίτερη βαρύτητα δόθηκε στην παιδιατρική αποκατάσταση, με το επιστημονικό πρόγραμμα να αναδεικνύει την ανάγκη για έγκαιρη παρέμβαση, εξατομικευμένο σχεδιασμό και ενεργή συμμετοχή του παιδιού στη θεραπευτική διαδικασία.

Στη σχετική ενότητα εξετάστηκε η εφαρμογή προγραμμάτων πρώιμης παιδικής παρέμβασης, αλλά και ο ρόλος της οικογένειας ως βασικού παράγοντα στην πορεία της αποκατάστασης. Το οικογενειοκεντρικό μοντέλο φροντίδας βρέθηκε στο επίκεντρο της συζήτησης, καθώς η αποτελεσματικότητα μιας θεραπευτικής παρέμβασης δεν εξαρτάται μόνο από τις συνεδρίες που πραγματοποιούνται σε ένα εξειδικευμένο κέντρο, αλλά και από τη δυνατότητα συνέχειας και υποστήριξης στο οικογενειακό περιβάλλον.

Ειδική αναφορά έγινε στην αντιμετώπιση της σπαστικότητας σε παιδιά με τη χρήση κρουστικών κυμάτων (Shockwave Therapy), μια θεραπευτική προσέγγιση που αποτέλεσε αντικείμενο επιστημονικής παρουσίασης. Παράλληλα, αναπτύχθηκαν παιδοκεντρικές μέθοδοι που αξιοποιούν το παιχνίδι, την επικοινωνία και την ενεργητική συμμετοχή του παιδιού.

Η προσέγγιση αυτή έχει ιδιαίτερη σημασία, καθώς η αποκατάσταση στην παιδική ηλικία δεν αποσκοπεί μόνο στη βελτίωση μιας κινητικής λειτουργίας. Επιδιώκει να ενισχύσει την ανάπτυξη, την επικοινωνία, την κοινωνικοποίηση και τη δυνατότητα του παιδιού να συμμετέχει στις δραστηριότητες της καθημερινότητάς του.

Νευροεκφυλιστικές παθήσεις: Η μάχη για τη διατήρηση της αυτονομίας

Ένα από τα σημαντικότερα πεδία του συνεδρίου αφορούσε την ολιστική αντιμετώπιση των νευροεκφυλιστικών παθήσεων, με ιδιαίτερη αναφορά στη νόσο Πάρκινσον και στις διαταραχές της γνωστικής λειτουργίας.

Οι συγκεκριμένες παθήσεις επηρεάζουν σταδιακά πολλές πλευρές της ζωής των ασθενών. Η κινητικότητα, η ισορροπία, η ομιλία, η κατάποση, η μνήμη και η δυνατότητα αυτοεξυπηρέτησης μπορούν να παρουσιάσουν σημαντικές δυσκολίες. Για τον λόγο αυτό, η αντιμετώπισή τους απαιτεί συνδυασμό παρεμβάσεων και όχι μια αποκλειστικά φαρμακευτική προσέγγιση.

Στο συνέδριο παρουσιάστηκαν οι τέσσερις πυλώνες της ολιστικής προσέγγισης των ατόμων με νευροεκφυλιστικά νοσήματα, ενώ ιδιαίτερη θέση είχαν τα βιωματικά εργαστήρια για τους φροντιστές. Αναδείχθηκε ο ρόλος τους στην καθημερινή υποστήριξη των ασθενών, αλλά και η ανάγκη να λαμβάνονται υπόψη οι δικές τους ψυχολογικές και πρακτικές ανάγκες.

Εξίσου σημαντική ήταν η συμβολή του κοινωνικού λειτουργού ως συνδετικού κρίκου μεταξύ ασθενούς, οικογένειας και θεραπευτικής ομάδας. Η φροντίδα ενός ανθρώπου με άνοια ή άλλη νευροεκφυλιστική πάθηση συχνά αποτελεί μια διαρκή δοκιμασία για το οικογενειακό περιβάλλον. Η ενημέρωση, η εκπαίδευση και η ψυχοκοινωνική υποστήριξη των φροντιστών αποτελούν επομένως αναπόσπαστο μέρος της συνολικής θεραπευτικής στρατηγικής.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσίασαν και οι παρεμβάσεις που αφορούν την καθημερινή λειτουργικότητα των ασθενών. Μεταξύ άλλων, εξετάστηκαν η θεραπεία εντατικής φωνητικής εκπαίδευσης LSVT LOUD για άτομα με νόσο Πάρκινσον, οι εργονομικές παρεμβάσεις για την πρόληψη των πτώσεων, οι βασικές αρχές κινητοποίησης και τα ομαδικά προγράμματα ψυχοκινητικής ενδυνάμωσης.

Μάλιστα, η σημασία της τακτικής άσκησης στην ισορροπία των ασθενών με νόσο Πάρκινσον αποτέλεσε αντικείμενο ξεχωριστής επιστημονικής εργασίας που παρουσιάστηκε από τη διεπιστημονική ομάδα του Τμήματος Ιατρικής Αποκατάστασης του Κέντρου Αποθεραπείας και Αποκατάστασης «Κωνσταντίνος Πρίφτης».

Το βασικό ζητούμενο είναι να διατηρεί ο ασθενής, για όσο το δυνατόν μεγαλύτερο χρονικό διάστημα, τις δεξιότητες και τις δυνατότητές του, να περιορίζεται ο κίνδυνος επιπλοκών και να υποστηρίζεται η ανεξάρτητη διαβίωσή του.

Εγκεφαλικό επεισόδιο

Ξεχωριστή θέση στο πρόγραμμα είχε η αποκατάσταση μετά από αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο (ΑΕΕ), ένα ζήτημα που αφορά χιλιάδες ασθενείς και οικογένειες, καθώς οι συνέπειες ενός εγκεφαλικού μπορεί να είναι ιδιαίτερα σοβαρές και να επηρεάζουν καθοριστικά την καθημερινότητα.

Στην τελετή έναρξης αναπτύχθηκε το θέμα του χρονικού παραθύρου της νευρολογικής ανάρρωσης, με τίτλο «Μύθος και αλήθεια στην αποκατάσταση». Το ενδιαφέρον επικεντρώθηκε στις δυνατότητες βελτίωσης των ασθενών, στη σημασία του χρόνου έναρξης της θεραπείας και στην ανάγκη να αποφεύγονται γενικεύσεις σχετικά με το πότε ολοκληρώνεται η διαδικασία της αποκατάστασης.

Η αποκατάσταση μετά από ένα εγκεφαλικό δεν έχει την ίδια πορεία για όλους. Εξαρτάται από την έκταση και τη θέση της εγκεφαλικής βλάβης, τη γενική κατάσταση του ασθενούς, τις συνοδές παθήσεις και την ανταπόκρισή του στις θεραπευτικές παρεμβάσεις. Η συστηματική και εξατομικευμένη θεραπεία μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση της κινητικότητας, της επικοινωνίας και της λειτουργικότητας, ενώ η παρακολούθηση πρέπει να προσαρμόζεται στις ανάγκες κάθε ανθρώπου.

Στο ίδιο πλαίσιο, το συνέδριο έδωσε χώρο και σε ζητήματα σύνθετων νευρολογικών βλαβών, όπως οι κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις, οι κινητικές παραλύσεις και η αποκατάσταση ασθενών με πολλαπλές και σύνθετες αναπηρίες.

Κακώσεις νωτιαίου μυελού

Ιδιαίτερα ουσιαστική ήταν η ενότητα που αφορούσε τις βλάβες του νωτιαίου μυελού και τις δυνατότητες αποκατάστασης της βάδισης. Το ερώτημα «Βάδιση ή αμαξίδιο;» αποτέλεσε τον τίτλο μιας από τις επιστημονικές παρουσιάσεις, αναδεικνύοντας ένα ζήτημα που δεν έχει μία ενιαία απάντηση για όλους τους ασθενείς.

Η επιλογή της κατάλληλης μεθόδου αποκατάστασης πρέπει να βασίζεται στις πραγματικές δυνατότητες του ασθενούς, στην ασφάλεια, στην ενεργειακή επιβάρυνση και στη λειτουργικότητα που μπορεί να εξασφαλίσει στην καθημερινότητά του. Η βάδιση αποτελεί σημαντικό στόχο για πολλούς ανθρώπους με κάκωση νωτιαίου μυελού, ωστόσο η χρήση αμαξιδίου και άλλων βοηθημάτων μπορεί επίσης να προσφέρει μεγαλύτερη αυτονομία και καλύτερη ποιότητα ζωής.

Στο πρόγραμμα παρουσιάστηκαν ακόμη η διαδερμική διέγερση του νωτιαίου μυελού και η σχέση της με τη βάδιση σε περιπτώσεις χρόνιας κάκωσης, καθώς και τα σύγχρονα συστήματα υποβοήθησης της κίνησης.

Παράλληλα, εξετάστηκαν ειδικότερα προβλήματα που μπορεί να αντιμετωπίζουν οι συγκεκριμένοι ασθενείς, όπως οι διαταραχές κατάποσης, οι λοιμώξεις του ουροποιητικού, οι διαταραχές της αναπαραγωγικής λειτουργίας και η σεξουαλική δυσλειτουργία. Πρόκειται για ζητήματα που συχνά δεν είναι ορατά, αλλά επηρεάζουν καθοριστικά την υγεία και την καθημερινότητα των ανθρώπων με κακώσεις νωτιαίου μυελού.

Σαρκοπενία

Ένα ακόμη σημαντικό θέμα που απασχόλησε τους συνέδρους ήταν η σαρκοπενία, δηλαδή η προοδευτική απώλεια μυϊκής μάζας και δύναμης, η οποία συνδέεται ιδιαίτερα με τη γήρανση, χωρίς όμως να αφορά αποκλειστικά τους ηλικιωμένους.

Η σαρκοπενία μπορεί να περιορίσει σημαντικά την κινητικότητα, να αυξήσει τον κίνδυνο πτώσεων και καταγμάτων και να οδηγήσει σε απώλεια της ανεξαρτησίας. Για τον λόγο αυτό, η έγκαιρη αναγνώριση και η αντιμετώπισή της αποτελούν σημαντικό πεδίο της σύγχρονης αποκατάστασης.

Στο συνέδριο εξετάστηκαν τα νεότερα δεδομένα για τη διεπιστημονική προσέγγιση της σαρκοπενίας, η αλληλεπίδραση μεταξύ μυϊκού και λιπώδους ιστού και των οστών, καθώς και οι κατευθυντήριες γραμμές για την αποκατάσταση με τη συμβολή της εργοθεραπείας.

Η άσκηση, η ενδυνάμωση και η διατήρηση της λειτουργικής ικανότητας αποτελούν βασικά εργαλεία στην προσπάθεια περιορισμού των επιπτώσεων της μυϊκής απώλειας. Το ζητούμενο είναι οι άνθρωποι μεγαλύτερης ηλικίας να μπορούν να διατηρούν την κινητικότητά τους, να αυτοεξυπηρετούνται και να παραμένουν ενεργοί στην κοινωνική ζωή.

Ορθώσεις και σύγχρονες τεχνολογίες στην υπηρεσία των ασθενών

Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε και στις νέες τεχνολογικές δυνατότητες που αξιοποιούνται στην ιατρική αποκατάσταση. Στο πλαίσιο του συνεδρίου πραγματοποιήθηκε εκτενές κλινικό φροντιστήριο για τις ορθώσεις σε παιδιά και ενήλικες, με στόχο την ανάδειξη της σημασίας της σωστής αξιολόγησης και επιλογής του κατάλληλου βοηθήματος.

Οι ορθώσεις μπορούν να συμβάλουν στη σταθεροποίηση των αρθρώσεων, στη διόρθωση ή υποστήριξη της στάσης του σώματος, στη βελτίωση της βάδισης και στην ενίσχυση της λειτουργικότητας των άνω και κάτω άκρων. Η επιλογή τους, ωστόσο, δεν μπορεί να γίνεται με ενιαία κριτήρια, καθώς πρέπει να ανταποκρίνεται στις ιδιαίτερες ανάγκες κάθε ασθενούς.

Στο επιστημονικό φροντιστήριο εξετάστηκαν η ανάλυση της βάδισης, η δυναμική αξιολόγηση των δυνάμεων που ασκούνται κατά την επαφή με το έδαφος, οι ορθώσεις των κάτω άκρων, οι παρεμβάσεις στον κορμό και οι νέες τεχνολογίες στον σχεδιασμό ορθωτικών συστημάτων.

Παράλληλα, παρουσιάστηκαν νεότερες προσεγγίσεις στη νευροαποκατάσταση, όπως η διακρανιακή παλμική διέγερση (Transcranial Pulse Stimulation), καθώς και η αξιοποίηση της τενσιομυογραφίας για τη μυϊκή χαρτογράφηση και την αξιολόγηση της μυϊκής λειτουργίας.

Οι τεχνολογικές εξελίξεις δημιουργούν νέες δυνατότητες για πιο ακριβή αξιολόγηση και εξατομικευμένη θεραπευτική παρέμβαση. Δεν αντικαθιστούν, ωστόσο, την κλινική εκτίμηση και την εμπειρία της θεραπευτικής ομάδας. Αντίθετα, μπορούν να λειτουργήσουν συμπληρωματικά, προσφέροντας περισσότερα δεδομένα για τον σχεδιασμό της αποκατάστασης.

Από το νοσοκομείο στην ανεξάρτητη διαβίωση

Από τα πιο ουσιαστικά ζητήματα που αναδείχθηκαν ήταν η ανάγκη ενίσχυσης των δομών αποκατάστασης στη χώρα μας και κυρίως η δημιουργία ενδιάμεσων δομών, οι οποίες θα καλύπτουν το κενό μεταξύ της νοσοκομειακής περίθαλψης και της επιστροφής του ασθενούς στην καθημερινή ζωή. Η έξοδος από το νοσοκομείο δεν σημαίνει απαραίτητα ότι έχει ολοκληρωθεί η θεραπευτική πορεία. Πολλοί ασθενείς εξακολουθούν να χρειάζονται συστηματική παρακολούθηση, φυσικοθεραπεία, εργοθεραπεία, ειδικό εξοπλισμό και υποστήριξη για την προσαρμογή τους στις νέες συνθήκες διαβίωσης.

Στο συνέδριο πραγματοποιήθηκε βιωματικό εργαστήριο με θέμα «Εισαγωγή στη μετάβαση στην αυτόνομη διαβίωση», στο οποίο παρουσιάστηκε η δράση του συλλόγου «ΠΕΡΠΑΤΩ», ενώ αναπτύχθηκαν ζητήματα που αφορούν την αποκατάσταση στην Ελλάδα και στην Ευρώπη και τη μετάβαση από τη θεραπευτική διαδικασία στην ανεξάρτητη διαβίωση.

Η αυτονομία δεν αφορά μόνο την ικανότητα ενός ανθρώπου να περπατά ή να κινείται χωρίς βοήθεια. Αφορά τη δυνατότητά του να συμμετέχει στην κοινωνική ζωή, να εργάζεται, να μετακινείται, να επικοινωνεί και να λαμβάνει ο ίδιος αποφάσεις για την καθημερινότητά του.

Στο ίδιο πλαίσιο, ιδιαίτερη θέση είχαν οι εργοθεραπευτικές παρεμβάσεις για τη λειτουργικότητα και την αυτονομία. Παρουσιάστηκαν προσεγγίσεις για άτομα με μυοτονική δυστροφία, παρεμβάσεις εργοθεραπείας στην άνοια, αξιολόγηση της λειτουργικότητας μαθητών ειδικών σχολείων, αλλά και η αξιοποίηση της μουσικής και της ηχοκινητικής εργοθεραπείας σε παιδιά με νευρολογικά νοσήματα.

Ο πόνος και η φαρμακευτική κάνναβη στην αποκατάσταση

Στο επιστημονικό πρόγραμμα συμπεριλήφθηκε και η διαχείριση του χρόνιου πόνου, της σπαστικότητας και των συμπτωμάτων που δυσκολεύουν την καθημερινότητα των ασθενών.

Ειδική ενότητα αφιερώθηκε στη θέση της φαρμακευτικής κάνναβης στην αποκατάσταση, με παρουσιάσεις για τη δυνατότητά της να συμβάλει στη διαχείριση της σπαστικότητας σε ασθενείς με κάκωση νωτιαίου μυελού, αλλά και για τον ρόλο της στη σύγχρονη αντιμετώπιση του χρόνιου πόνου.

Παράλληλα, εξετάστηκε η μη φαρμακευτική διαχείριση του πόνου στο πλαίσιο της επείγουσας ιατρικής. Η συγκεκριμένη θεματική ανέδειξε την ανάγκη συνδυασμού διαφορετικών θεραπευτικών επιλογών, ανάλογα με την πάθηση, την ένταση των συμπτωμάτων και τις ιδιαίτερες ανάγκες κάθε ασθενούς.

Η αποκατάσταση ως δικαίωμα και όχι ως πολυτέλεια

Το 22ο Πανελλήνιο Συνέδριο της Ελληνικής Εταιρείας Φυσικής Ιατρικής και Αποκατάστασης ανέδειξε ένα ζήτημα που αφορά όχι μόνο την ιατρική κοινότητα, αλλά συνολικά την κοινωνία: την ανάγκη κάθε άνθρωπος που αντιμετωπίζει μια σοβαρή ασθένεια, μια αναπηρία ή έναν τραυματισμό να έχει πρόσβαση σε ολοκληρωμένες υπηρεσίες αποκατάστασης.

Η επιστημονική πρόοδος δημιουργεί συνεχώς νέες θεραπευτικές δυνατότητες. Ωστόσο, η αξιοποίησή τους προϋποθέτει επαρκείς δομές, εξειδικευμένο προσωπικό, συνέχεια στη φροντίδα και ουσιαστική στήριξη των οικογενειών.

Η αποκατάσταση δεν πρέπει να αντιμετωπίζεται ως μια συμπληρωματική υπηρεσία μετά τη νοσηλεία, αλλά ως αναπόσπαστο κομμάτι της υγειονομικής περίθαλψης. Γιατί επιτυχία δεν είναι μόνο να αντιμετωπιστεί μια ασθένεια ή να επιβιώσει ένας ασθενής μετά από ένα σοβαρό συμβάν. Είναι να μπορέσει να επιστρέψει, στον βαθμό που είναι εφικτό, σε μια ζωή με αξιοπρέπεια, συμμετοχή και όσο το δυνατόν μεγαλύτερη ανεξαρτησία.

Αυτό ήταν και το ευρύτερο μήνυμα του συνεδρίου: η αποκατάσταση δεν αφορά μόνο την επαναφορά μιας χαμένης λειτουργίας, αλλά την προσπάθεια να ξανακερδίσει ο άνθρωπος τη

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail

Το 22ο Πανελλήνιο Συνέδριο της Ελληνικής Εταιρείας Φυσικής Ιατρικής και Αποκατάστασης ανέδειξε την ανάγκη κάθε άνθρωπος που αντιμετωπίζει μια σοβαρή ασθένεια, μια αναπηρία ή έναν τραυματισμό να έχει πρόσβαση σε ολοκληρωμένες υπηρεσίες αποκατάστασης





ΚΔΗΦ
ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΗΜΕΡΕΥΣΗΣ & ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

ANIMUS

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 Διημέρευσης 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
• Φυσικοθεραπευτής
• Λογοθεραπευτής
• Νοσηλευτής

ΠΑΡΕΧΟΜΕΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

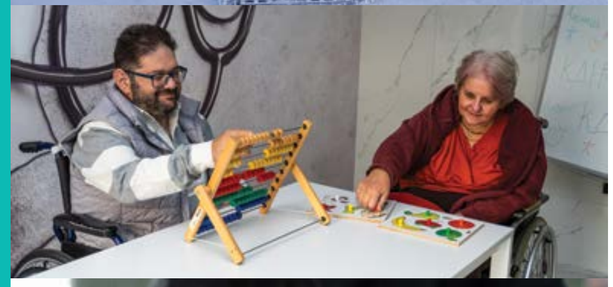
• Ωράριο λειτουργίας 07:30 - 19:30
• Παροχή δεκατιανού και μεσημεριανού γεύματος
• Εκτίμηση αναγκών και εφαρμογή εξατομικευμένου πλάνου εκπαίδευσης, φροντίδας και αποκατάστασης
• Εκπαίδευση σε κοινωνικές δεξιότητες και σε δεξιότητες καθημερινής ζωής, με ιδιαίτερη αναφορά σε εφαρμογές της σύγχρονης τεχνολογίας
• Υποστηρικτικές και θεραπευτικές παρεμβάσεις σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο
• Προγράμματα εκπαίδευσης, υποστήριξης και συμβουλευτικής των οικογενειών

ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

• Ψυχαγωγικές εκδρομές και πολιτιστικές δραστηριότητες
• Ειδικό πρόγραμμα φυσικής αγωγής
• Υδροθεραπεία
• Γιόγκα, Μουσικοθεραπεία • Χοροθεραπεία • Ζωγραφική
• Μαγειρική
• Ρομποτική
• Ομάδα γνωστικής ενδυνάμωσης
• Ομάδα ψυχοσυναισθηματικής ανάπτυξης
• Ομάδα γνωριμίας με ξένες γλώσσες
• Βόλτες στην πόλη
• Κεραμική
• Θεατρική αγωγή









ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ:
ANIMUS – Κέντρο Διημέρευσης – Ημερήσιας Φροντίδας (Κ.Δ.Η.Φ) Κύπρου & Σκαρλάτου Σούτσου Γωνία **ΤΗΛΕΦΩΝΟ:** 2411803303 **E-MAIL:** kdif@animus-sa.gr

Πρόκειται για διαταραχή της επικοινωνίας που επηρεάζει την ομιλία, την κατανόηση, την ανάγνωση και τη γραφή, χωρίς να επηρεάζει τη νοημοσύνη

Τα ισχαιμικά προκαλούνται από απόφραξη της αιματικής ροής στον εγκέφαλο (θρόμβος ή εμβολή), ενώ τα αιμορραγικά από ρήξη αιμοφόρου αγγείου και αιμορραγία στον εγκέφαλο

Γράφει το τμήμα **Λογοθεραπείας ΚΑΑ**

ΑΓΓΕΙΑΚΑ ΕΓΚΕΦΑΛΙΚΑ ΕΠΕΙΣΟΔΙΑ ΚΑΙ ΑΦΑΣΙΑ

Αιτιολογία, κλινική εικόνα, τύποι αφασίας και ο ρόλος της λογοθεραπευτικής αποκατάστασης

Ως αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, ορίζεται η αιφνίδια εισβολή ενός νευρολογικού ελλείμματος, το οποίο οφείλεται σε διαταραχή της εγκεφαλική κυκλοφορίας και μπορεί να διαρκέσει από 24ώρες έως και μία εβδομάδα. Λόγω της παθογένειάς τους ταξινομούνται σε δύο κατηγορίες: τα ισχαιμικά εγκεφαλικά επεισόδια και τα αιμορραγικά. Μπορεί να προκαλέσουν σοβαρές βλάβες όπως παραλυσίες, διαταραχές κατάποσης, διαταραχές γνωστικών λειτουργιών και διαταραχές λόγου.

Ισχαιμικά εγκεφαλικά επεισόδια

Τα ισχαιμικά εγκεφαλικά επεισόδια, αποτελούν ένα οξύ νευρολογικό έλλειμμα το οποίο προκύπτει από βλάβη σε μία περιοχή του κεντρικού νευρικού συστήματος εξαιτίας της μειωμένης ροής του αίματος. Συνήθως μπορεί να προκληθεί από θρόμβο, ή από εμβολή.

Το θρομβωτικό εγκεφαλικό επεισόδιο εμφανίζεται όταν ένας θρόμβος αίματος σχηματίζεται μέσα σε ένα αιμοφόρο αγγείο στον εγκέφαλο, εμποδίζοντας τη ροή του αίματος στον εγκέφαλο. Αυτός ο τύπος εγκεφαλικού προκαλείται συχνότερα από συσσώρευση λιπών στα αιμοφόρα αγγεία, τα οποία μπορεί τελικά να οδηγήσουν σε θρόμβο αίματος. Πρόκειται για τον πιο συχνό τύπο αγγειακών εγκεφαλικών επεισοδίων με ποσοστό 80%.

Το Εμβολικό Εγκεφαλικό Συμβαίνει όταν ένας θρόμβος αίματος ή άλλο υλικό σχηματίζεται σε ένα αιμοφόρο αγγείο σε άλλο σημείο του σώματος, όπως η καρδιά, με αποτέλεσμα την εμπόδιση της ροής του αίματος.

Βασικοί παράγοντες για την εμφάνιση Ισχαιμικού Εγκεφαλικού Επεισοδίου αποτελούν:

•Ηλικία, καθώς ο κίνδυνος αυξάνεται με το πέρας της
•Η υψηλή αρτηριακή πίεση
•Το κάπνισμα, λόγω αύξησης της πιθανότητας θρόμβωσης
•Ο διαβήτης, λόγω υψηλών επιπέδων σακχάρου στο αίμα
•Η υψηλή χοληστερόλη, λόγω συσσώρευσης λιπών στα αιμοφόρα αγγεία
•Η κληρονομικότητα
•Η κολπική μαρμαρυγή, λόγω αρρυθμίας.

Κοινά συμπτώματα των Ισχαιμικών Εγκεφαλικών επεισοδίων είναι:

•η αδυναμία στο πρόσωπο, το χέρι ή το πόδι και κυρίως στη μία πλευρά του σώματος,
•η απώλεια όρασης μονόπλευρά ή αμφίπλευρα,
•η δυσκολία στην παραγωγή λόγου και την κατανόηση και
•η ξαφνική απώλεια ισορροπίας ή συντονισμού των κινήσεων.

Βασική προϋπόθεση πρόληψης των ισχαιμικών εγκεφαλικών επεισοδίων είναι η αλλαγή των συνηθειών της καθημερινής ζωής, ο ιατρικός έλεγχος, η διατήρηση ενός φυσιολογικού σωματικού βάρους και η σωματική άσκηση.

Αιμορραγικά Εγκεφαλικά Επεισόδια

Το αιμορραγικό εγκεφαλικό επεισόδιο είναι μια σοβαρή ιατρική κατάσταση που συμβαίνει όταν ένα αιμοφόρο αγγείο εντός του εγκεφάλου σπάει, προκαλώντας αιμορραγία εσωτερικά του εγκεφάλου. Αυτός ο τύπος εγκεφαλικού επεισοδίου αντιπροσωπεύει περίπου το 15% όλων των εγκεφαλικών επεισοδίων και συχνά είναι πιο σοβαρός και επικίνδυνος για τη ζωή σε σύγκριση με τα ισχαιμικά εγκεφαλικά επεισόδια, που προκύπτουν από φραγμένα αιμοφόρα αγγεία.

Οι τύποι αιμορραγικών εγκεφαλικών επεισοδίων είναι:

•Εγκεφαλική αιμορραγία: Η εγκεφαλική αιμορραγία, ο πιο συνηθισμένος τύπος αιμορραγικού εγκεφαλικού επεισοδίου, περιλαμβάνει αιμορραγία εντός του ιστού του εγκεφάλου. Υψηλή αρτηριακή πίεση, ανεύρυσμα και αρτηριοφλεβικές δυσπλασίες είναι συχνές αιτίες.

•Ενδοκοιλιακή αιμορραγία: Παρατηρείται η εμφάνιση αιματώματος εντός των κοιλίων του εγκεφάλου. Η ενδοκοιλιακή αιμορραγία ενδέχεται να οδηγήσει στην ανάπτυξη αποφρακτικής υδροκεφαλίας, η οποία επανειλημμένως αποτελεί απειλή για τη ζωή των ασθενών. Στους ενήλικες, η ενδοκοιλιακή αιμορραγία συνήθως αποτελεί επίκτητο της ενδοκοιλιακής επέκτασης μιας ενδοεγκεφαλικής αιμορραγίας, όπως υπερτασική αιμορραγία των βασικών γαγγλίων ή υπαραχνοειδούς αιμορραγίας που μπορεί να προκληθεί από τη ρήξη ανευρύσματος.

•Υπαραχνοειδής αιμορραγία: Η υπαραχνοειδική αιμορραγία αναφέρεται στην αιμορραγία στον χώρο ανάμεσα στον εγκέφαλο και στην μεμβράνη που τον περιβάλει, και συχνά προκαλείται από ένα σπασμένο ανεύρυσμα. Αυτός ο τύπος εγκεφαλικού επεισοδίου παρουσιάζεται συνήθως ως ξαφνικός, έντονος πονοκέφαλος.

•Αιμορραγία σχετιζόμενη με την αμυλοειδική αγγειοπάθεια: Η αμυλοειδική αγγειοπάθεια, μια κατάσταση που χαρακτηρίζεται από τη συσσώρευση ανώμαλων πρωτεϊνών στους τοίχους των αιμοφόρων αγγείων του εγκεφάλου, μπορεί να οδηγήσει σε αιμορραγικό εγκεφαλικό επεισόδιο. Αυτή η υποκατηγορία επηρεάζει κυρίως τους ηλικιωμένους.

ΑΦΑΣΙΑ

Όπως αναφέρθηκε, μετά την εμφάνιση εγκεφαλικού επεισοδίου, μπορεί να προκύψουν σημαντικές διαταραχές στο λόγο ενός ασθενή. Μία σημαντική διαταραχή, είναι η αφασία. Η αφασία είναι μια κατάσταση που μπορεί να επηρεάσει την ικανότητα επικοινωνίας δηλαδή την ομιλία, τη γραφή και την κατανόηση της γλώσσας, προφορικής και γραπτής, αυτό που δεν επηρεάζει όμως είναι τη νοημοσύνη. Ταξινομείται ανάλογα με το βαθμό και τον τύπο των συμπτωμάτων. Πιο συγκεκριμένα, η αφασία κατηγοριοποιείται σε αφασία Wernicke, αφασία Broca, αφασία αγωγής, αμιγής κινητική αφασία,

ΑΦΑΣΙΑ WERNICKE

Το βασικό γνώρισμα αυτής της μορφής είναι η δυσκέρεια κατανόησης του λόγου, η οποία συνδυάζεται με ακατάληπτη αλλά ρέουσα ομιλία. Τα άτομα με ρέουσα αφασία, πολλές φορές, δεν έχουν επίγνωση του ότι δεν γίνονται κατανοητά από τους άλλους και δίνουν την εικόνα κάποιου που «μιλάει συνεχώς με ένα συνονθύλευμα ακατανόητων λέξεων». Σχετίζεται συχνότερα με βλάβες στον αριστερό κροταφικό λοβό (στον οποίο περιέχεται η περιοχή Wernicke).

ΑΦΑΣΙΑ BROCA

Με τον όρο αφασία BROCA ή κινητική αφασία εννοούμε την αδυναμία κανονικής εκπομπής του προφορικού λόγου, δηλαδή της ομιλίας. Αυτό σημαίνει ότι δεν υπάρχει δυνατότητα ορθής επικοινωνίας εκ μέρους του ασθενή, επειδή δεν μπορεί να εκπέμψει τις λέξεις που πρέπει, ενώ στη θέση τους χρησιμοποιεί κάποια στερεοτυπία.

Αυτό σημαίνει ότι δεν είναι απαραίτητο η στερεοτυπία να είναι μία συλλαβή ή έστω ένα σύμπλεγμα γραμμάτων, αλλά είναι δυνατόν να περιλαμβάνει κάποια έννοια, πλην όμως για τον ίδιο τον ασθενή δεν περιέχει καμία έννοια ενώ κατά την εκπομπή θεωρεί ότι απαντάει σωστά. Το γεγονός αυτό σημαίνει ότι σε αμιγώς λειτουργικό επίπεδο έχει διαταραχθεί η αποκωδικοποίηση του λόγου σε κινητικό επίπεδο, δηλαδή στο τελικό στάδιο της εκπομπής όπου θα



Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail

Η μεγαλύτερη πρόοδος στην ανάκτηση των γλωσσικών λειτουργιών παρατηρείται κατά τους πρώτους τρεις μήνες μετά το εγκεφαλικό επεισόδιο. Η λογοθεραπεία συμβάλλει σημαντικά στη βελτίωση της επικοινωνίας και της ποιότητας ζωής των ασθενών



δοθούν οι ανάλογες εντολές στα διάφορα μυϊκά συστήματα για να παράγουν τη συγκεκριμένη λέξη. Δηλαδή έχει διαταραχθεί η κινητική αποκωδικοποίηση του λόγου, της δομικής προφοράς, η οποία συνδυάζει την έννοια με τις ανάλογες κινητικής φύσεως ενέργειες.

ΑΦΑΣΙΑ ΑΓΩΓΗΣ

Με τον όρο αφασία αγωγής ορίζουμε σε παθολογικό επίπεδο την αδυναμία επανάληψης λέξεων ή/και φράσεων που προτείνονται στον ασθενή προφορικά.

Πρόκειται για την αδυναμία σύνδεσης των δύο κέντρων, αυτού του Broca και αυτού του Wernicke, δηλαδή του ιδεοκινητικού με το ιδεϊκό κέντρο. Η αφασία αγωγής αναφέρεται αρχικά μόνο σε θεωρητικό επίπεδο από τον Wernicke, μετά από την αναφορά του στην αισθητική αφασία. Θεωρεί δηλαδή ότι θα πρέπει να υπάρχει μία σύνδεση μεταξύ της αισθητικής και της κινητικής περιοχής του λόγου, οπότε στη συνέχεια διακοπή αυτής της σύνδεσης θα πρέπει να προκαλεί αυτή τη συγκεκριμένη αφασία, την οποία ονομάζει στα γερμανικά Leitungsapasier, δηλαδή σε πιστή μετάφραση αφασία αγωγιμότητος. Πιστεύουμε όμως ότι και ο όρος αφασία αγωγής είναι εξ' ίσου σαφής και για το λόγο αυτό τον χρησιμοποιούμε. Η διακοπή της σύνδεσης μεταξύ των δύο λειτουργικών κέντρων ή περιοχών, αυτής της αισθητικής (ιδεϊκής) λειτουργίας και αυτήν της κινητικής (ιδεοκινητικής) λειτουργίας, σημαίνει ουσιαστικά την αδυναμία μετατροπής των ιδεϊκών δεδομένων, δηλαδή της εννοιολογικής σημασίας της λέξης, σε ιδεοκινητικά δεδομένα, δηλαδή σε προφορά και εκπομπή του προφορικού λόγου.

ΑΜΙΓΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΦΑΣΙΑ

Με τον όρο "ΑΜΙΓΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΦΑΣΙΑ" εννοούμε τις αδυναμίες στην άρθρωση του προφορικού λόγου σε μηχανικό ουσιαστικά επίπεδο, δηλαδή την κανονική ροή των διάφορων συχνοτήτων στα πλαίσια της προφορικής εκπομπής μίας λέξης και κατ' επέκταση φράσης. Αυτό σημαίνει ότι δεν υπάρχει δυνατότητα ελέγχου του ρυθμού της εκπομπής του προφορικού λόγου και στη συνέχεια της ορθής άρθρωσής του εκ μέρους του ασθενή, επειδή δεν μπορεί να ελέγξει τα ανάλογα μυϊκά συστήματα. Ουσιαστικά πρόκειται για την αναθρία του Pierre Marie, ενώ η βλάβη εντοπίζεται στο ρολάνδιο πώμα. Πρόκειται για σπάνια περίπτωση γιατί η βλάβη θα πρέπει να είναι εντοπισμένη και να μην εκτείνεται σε γειτονικές περιοχές, από τις οποίες θα διακόπτονται άλλες λειτουργικές δραστηριότητες. Ουσιαστικά πρόκειται για μυϊκή δυστονία των οργάνων που συμμετέχουν στον προφορικό λόγο, από την οποία δημιουργείται μία δυσπραξία, χαρακτηριζόμενη από δύναμη και διάρκεια, όπως στις υπερτονίες.

Είναι δυνατόν να γίνει σύγχυση της αμιγούς κινητικής αφασίας με την στοματο- γλωσσοπροσωπική απραξία, όσον αφορά την κινητικότητα των μυών του στόματος, αλλά στην ουσία δεν πρόκειται ούτε για παρόμοια κατάσταση σε λειτουργικό επίπεδο, ούτε όσον αφορά τον εντοπισμό της βλάβης. Οι βασικές διαδικασίες του προφορικού λόγου, αλλά και γενικότερα του λόγου, δεν παρουσιάζουν κάποια διαταραχή, ενώ σχεδόν πάντα παρατηρείται δεξιά ημιπληγία, με συχνά έντονη πάρεση των μυών του προσώπου δεξιά.

ΑΜΝΗΣΙΑΚΗ ΑΦΑΣΙΑ

Με τον όρο αμνησιακή αφασία εννοούμε τις δυσκέρειες ή και την αδυναμία του ασθενή να βρει μια λέξη κατά την εκπομπή του προφορικού λόγου. Ο συγκεκριμένος ασθενής παραπονείται σχεδόν συνεχώς ότι δεν μπορεί να θυμηθεί κάποια λέξη, είτε κατά τη συνομιλία, είτε ακόμα και σκεπτόμενος κάτι. Για το λόγο αυτό θεωρήθηκε ότι επρόκειτο για απώλεια μνήμης, αλλά στη συνέχεια όμως φάνηκε ότι δεν πρόκειται για απώλεια μνήμης αλλά για διαταραχή κάποιων μηχανισμών στο επίπεδο του συνόλου της διαδικασίας του λόγου, οι οποίοι απαγορεύουν ανάλογους συνδυασμούς στην εύρεση και προφορά κάποιας λέξης.

ΟΛΙΚΗ ΑΦΑΣΙΑ

Με τον όρο ολική αφασία χαρακτηρίζεται η παθολογική κατάσταση, η οποία περιλαμβάνει την παθολογία των αφασιών του Broca και του Wernicke. Αυτό σημαίνει ότι ο εντοπισμός της βλάβης θα πρέπει να περιλαμβάνει το σύνολο των δύο αντίστοιχων περιοχών, πράγμα που σημαίνει ότι θα περιλαμβάνει απαραίτητα και την περιοχή της σύνδεσής τους, δηλαδή την περιοχή της αφασίας αγωγής.

Η παθολογία στην περίπτωση της ολικής αφασίας λογικά θα έπρεπε να είναι το σύνολο των παθολογιών των διαφόρων ειδών αφασιών, που περιλαμβάνονται σε αυτήν, όμως δεν είναι έτσι, ιδιαίτερα όσον αφορά κάποιες συγκεκριμένες ιδιαιτερότητες στην λειτουργική παθολογία του εγκεφάλου. Για παράδειγμα στην ολική αφασία δεν υπάρχει το στοιχείο της επαναλήψης μίας στερεοτυπίας, όπως αυτή παρατηρείται στην αφασία Broca.

Η ολική αφασία είναι πολύ σπάνια, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν παρατηρείται στην κλινική πρακτική, αλλά είναι πολύ σημαντικό να διερευνήσει κανείς σε βάθος το είδος και την υφή, θα λέγαμε, των παρατηρούμενων βλαβών για να μπορέσει να δει ποιες θα είναι οι αναμενόμενες παθολογικές δυσκέρειες. Στις περιπτώσεις της ολικής αφασίας σημαντικό ρόλο παίζει και η γενικότερη φυσική κατάσταση του ασθενή, όπου παρατηρείται έντονη ημιπληγία των δεξιών άκρων, γεγονός που θα καθηλώσει τον ασθενή στο κρεβάτι για μεγάλο χρονικό διάστημα.

ΥΠΟΦΛΟΙΩΔΕΙΣ ΑΦΑΣΙΕΣ

Με τον όρο υποφλοιώδεις αφασίες εννοούμε τις πιθανές βλάβες, συχνά πολύ μικρής έκτασης, οι οποίες παρουσιάζονται σε επίπεδο υποφλοιώδες και από τις οποίες βέβαια προκαλούνται συγκεκριμένες λειτουργικές δυσκέρειες στη λειτουργική διαδικασία του λόγου. Οι υποφλοιώδεις αφασίες αποτελούν μεν ένα σημαντικό κεφάλαιο στην αφασιολογία στα πλαίσια της νευροψυχολογίας, αλλά θεωρούμε ότι δεν αποτελούν μία συγκεκριμένη οντότητα, τουλάχιστον στις αρχικές χρονικά περιόδους της νόσου, αλλά διαχωρίζονται ανάλογα με τον εντοπισμό της ή των βλαβών σε εγκεφαλικό επίπεδο. Σίγουρα στη συνέχεια και εφόσον οι βλάβες επεκταθούν τότε είναι δυνατόν να μιλάμε για γενικευμένη υποφλοιώδη λειτουργική βλάβη, άρα και υποφλοιώδη αφασία. Πριν απ' όλα όμως θα πρέπει να κατανοήσουμε τη λειτουργική συμβολή του υποφλοιού στις λειτουργίες του λόγου για να μπορέσουμε στη συνέχεια να κατανοήσουμε τους ανάλογους μηχανισμούς αυτού ή αυτών των ειδών αφασίας.

FORMedia.gr
ΣΥΝΕΧΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

Η πιο γνωστή εκδήλωσή του είναι η νόσος «χέρι – πόδι – στόμα», η οποία χαρακτηρίζεται από την εμφάνιση μικρών φυσαλίδων ή εξανθημάτων στα χέρια, στα πόδια και μέσα στο στόμα. Στις περισσότερες περιπτώσεις η λοίμωξη έχει ήπια πορεία και υποχωρεί χωρίς ειδική θεραπεία μέσα σε λίγες ημέρες





ΙΟΣ ΚΟΞΑΚΙ

Συχνή λοίμωξη των παιδιών

Τα συμπτώματα, η μετάδοση και η προστασία των παιδιών

Ο ιός Κοξάκι αποτελεί μία από τις συχνότερες ιογενείς λοιμώξεις της παιδικής ηλικίας, προκαλώντας κάθε χρόνο ανησυχία σε γονείς και εκπαιδευτικούς, ιδιαίτερα κατά τις περιόδους αυξημένης κυκλοφορίας του. Πρόκειται για έναν εντεροϊό που μεταδίδεται εύκολα, κυρίως μεταξύ μικρών παιδιών, σε χώρους όπου υπάρχει στενή καθημερινή επαφή, όπως παιδικοί σταθμοί, νηπιαγωγεία και σχολεία. Η πιο γνωστή εκδήλωσή του είναι η νόσος «χέρι – πόδι – στόμα», η οποία χαρακτηρίζεται από την εμφάνιση μικρών φυσαλίδων ή εξανθημάτων στα χέρια, στα πόδια και μέσα στο στόμα. Στις περισσότερες περιπτώσεις η λοίμωξη έχει ήπια πορεία και υποχωρεί χωρίς ειδική θεραπεία μέσα σε λίγες ημέρες. Ωστόσο, η αναγνώριση των συμπτωμάτων και η σωστή εφαρμογή μέτρων υγιεινής είναι ιδιαίτερα σημαντικές για τον περιορισμό της διασποράς.

Αυξημένη προσοχή στη Λάρισα

Ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι το θέμα βρίσκεται και στην επικαιρότητα της Θεσσαλίας. Σύμφωνα με ενημέρωση του Ιατρικού Συλλόγου Λάρισας στις 16 Νοεμβρίου 2026, το τελευταίο διάστημα καταγράφονται αναφορές για αυξημένα περιστατικά από παιδιατρικά ιατρεία της περιοχής, κυρίως σε παιδιά προσχολικής ηλικίας. Ο Σύλλογος επισημαίνει ότι η μετάδοση μπορεί να είναι ιδιαίτερα γρήγορη σε βρεφονηπιακούς και παιδικούς σταθμούς, καθώς και σε νηπιαγωγεία. Η εξέλιξη αυτή καθιστά αναγκαία την ενημέρωση των γονέων, αλλά και την αυξημένη προσοχή από τις σχολικές μονάδες, ώστε να περιοριστεί η διασπορά του ιού χωρίς να δημιουργείται αδικαιολόγητη ανησυχία.

Εκδήλωση της λοίμωξης

Οι ιοί Coxsackie ανήκουν στην οικογένεια των εντεροϊών και διακρίνονται σε δύο βασικές ομάδες, Α και Β. Μπορούν να προσβάλουν τόσο παιδιά όσο και ενήλικες, ωστόσο συχνότερα εμφανίζονται σε μικρές ηλικίες. Η περίοδος επώασης κυμαίνεται συνήθως από τρεις έως έξι ημέρες. Τα συμπτώματα δεν είναι πάντοτε ίδια, καθώς εξαρτώνται από τον τύπο του ιού και την αντίδραση του οργανισμού. Μεταξύ των συχνότερων είναι ο πυρετός, ο πονόλαιμος, η κόπωση, η μειωμένη όρεξη, η καταρροή και ορισμένες φορές γαστρεντερικές διαταραχές, όπως διάρροια. Ιδιαίτερα χαρακτηριστική είναι η εμφάνιση επώδυνων μικρών πληγών ή φυσαλίδων στο εσωτερικό του στόματος, στη γλώσσα και στα ούλα, καθώς και εξανθήματος στις παλάμες και στα πέλματα. Σε ορισμένες περιπτώσεις οι φυσαλίδες εμφανίζονται επίσης στους γλουτούς και στα άκρα. Οι στοματικές βλάβες μπορεί να δυσκολεύουν το παιδί να φάει και να πιει νερό, γεγονός που αυξάνει τον κίνδυνο αφυδάτωσης. Σημειώνεται ότι δεν εμφανίζουν όλα τα παιδιά την ίδια κλινική εικόνα, ενώ υπάρχουν και περιπτώσεις ασυμπτωματικής λοίμωξης.

Μετάδοση και διάρκεια

Η μετάδοση του ιού γίνεται εύκολα μέσω των σταγονιδίων που απελευθερώνονται με τον βήχα, το φτέρνισμα και την ομιλία, αλλά και μέσω της άμεσης επαφής με τις εκκρίσεις, τις φυσαλίδες ή τα κόπρανα ενός μολυσμένου ατόμου. Επιπλέον, η επαφή με μολυσμένα αντικείμενα και επιφάνειες, όπως παιχνίδια, πόμολα, τραπέζια, σκεύη και αντικείμενα καθημερινής χρήσης, μπορεί να συμβάλει στη μετάδοση. Αυτός είναι και ο λόγος που οι παιδικοί σταθμοί και τα νηπιαγωγεία αποτελούν χώρους στους οποίους ο ιός μπορεί να εξαπλωθεί γρήγορα.

Η μεταδοτικότητα είναι εντονότερη κατά την πρώτη εβδομάδα της νόσησης, ωστόσο ο ιός μπορεί να εξακολουθεί να αποβάλλεται μέσω των κοπράνων για αρκετές εβδομάδες ή και μήνες μετά την υποχώρηση των συμπτωμάτων. Επομένως, η τήρηση των κανόνων υγιεινής δεν πρέπει να σταματά μόλις το παιδί αισθανθεί καλύτερα.

Θεραπεία - Σοβαρές επιπλοκές

Στις περισσότερες περιπτώσεις η λοίμωξη από Coxsackie είναι ήπια και αυτοϊώμενη, με τα συμπτώματα να υποχωρούν μέσα σε επτά έως δέκα ημέρες. Δεν υπάρχει ειδική αντιική θεραπεία ούτε διαθέσιμο εμβόλιο για την πρόληψη της συγκεκριμένης λοίμωξης. Η αντιμετώπιση είναι κυρίως συμπτωματική και περιλαμβάνει την ανακούφιση από τον πυρετό και τον πόνο, σύμφωνα πάντα με τις οδηγίες του παιδιάτρου. Ιδιαίτερη σημασία έχει η επαρκής ενυδάτωση του παιδιού. Επειδή οι πληγές στο στόμα μπορεί να προκαλούν πόνο κατά την κατάποση, ορισμένα παιδιά αρνούνται να πιουν νερό ή να φάνε. Οι γονείς θα πρέπει να προσφέρουν συχνά υγρά και να παρακολουθούν την κατάσταση του παιδιού. Παρότι οι σοβαρές επιπλοκές είναι σπάνιες, χρειάζεται άμεση ιατρική αξιολόγηση όταν εμφανίζονται έντονος ή επίμονος πονοκέφαλος, δυσκαμψία στον αυχένα, ασυνήθιστη υπνηλία, σύγχυση, δυσκολία στην αναπνοή ή σημάδια αφυδάτωσης. Επίσης, οι γονείς πρέπει να επικοινωνούν με τον παιδίατρο όταν ο πυρετός επιμένει πάνω από τρεις ημέρες ή όταν η γενική κατάσταση του παιδιού προκαλεί ανησυχία. Ιδιαίτερη προσοχή απαιτείται στα βρέφη, ειδικά κάτω των έξι μηνών. Το βασικό όπλο για τον περιορισμό της διασποράς είναι η καθημερινή εφαρμογή απλών κανόνων υγιεινής. Ειδικότερα, οι ειδικοί συνιστούν: Συχνό και σχολαστικό πλύσιμο των χεριών με σαπούνι και νερό, ιδιαίτερα μετά την τουαλέτα και πριν από το φαγητό. Αποφυγή κοινής χρήσης ποτηριών, μαχαιροπίρουνων, πετσετών και προσωπικών αντικειμένων.

Συστηματικό καθαρισμό και απολύμανση παιχνιδιών, τραπεζιών, πόμολων και άλλων επιφανειών.

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail

Σε αυτή την ανάγκη έρχεται να απαντήσει το ευρωπαϊκό έργο CyberShield4Health, συνολικού προϋπολογισμού περίπου 9,6 εκατ. ευρώ, το οποίο φιλοδοξεί να ενισχύσει την κυβερνοανθεκτικότητα των οργανισμών υγειονομικής περίθαλψης σε ευρωπαϊκό επίπεδο

Στο επίκεντρο η προστασία των ιατρικών δεδομένων, η αντιμετώπιση κυβερνοεπιθέσεων και η απρόσκοπτη λειτουργία των υπηρεσιών υγείας



«ΑΣΠΙΔΑ» ΚΥΒΕΡΝΟΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Στα νοσοκομεία με ευρωπαϊκή χρηματοδότηση 9,6 εκατ. ευρώ

Τέσσερις ελληνικοί φορείς συμμετέχουν στο έργο CyberShield4Health

Σε μια περίοδο κατά την οποία τα νοσοκομεία μεταφέρουν ολοένα και περισσότερες υπηρεσίες τους στο ψηφιακό περιβάλλον, η κυβερνοασφάλεια αναδεικνύεται σε ένα από τα σημαντικότερα ζητήματα για τη δημόσια υγεία. Η προστασία των προσωπικών και ιατρικών δεδομένων των ασθενών, η ασφαλής λειτουργία των πληροφοριακών συστημάτων και η δυνατότητα άμεσης αντιμετώπισης μιας κυβερνοεπίθεσης δεν αποτελούν πλέον αποκλειστικά τεχνολογικές προκλήσεις, αλλά κρίσιμες προϋποθέσεις για την ίδια την παροχή περίθαλψης.

Μια επιτυχημένη ψηφιακή επίθεση σε ένα νοσοκομείο μπορεί να έχει πολύ σοβαρότερες συνέπειες από την υποκλοπή ευαίσθητων πληροφοριών. Μπορεί να οδηγήσει σε αδυναμία πρόσβασης στους ηλεκτρονικούς φακέλους των ασθενών, καθυστερήσεις σε διαγνωστικές εξετάσεις και θεραπείες, ακυρώσεις προγραμματισμένων ραντεβού, ακόμη και σε διακοπή της επικοινωνίας μεταξύ των κλινικών τμημάτων. Σε ένα περιβάλλον όπου κάθε λεπτό μπορεί να είναι καθοριστικό για την αντιμετώπιση ενός περιστατικού, η ψηφιακή ασφάλεια συνδέεται άμεσα με την ασφάλεια των ασθενών. Σε αυτή την ανάγκη έρχεται να απαντήσει το ευρωπαϊκό έργο CyberShield4Health, συνολικού προϋπολογισμού περίπου 9,6 εκατ. ευρώ, το οποίο φιλοδοξεί να ενισχύσει την κυβερνοανθεκτικότητα των οργανισμών υγειονομικής περίθαλψης σε ευρωπαϊκό επίπεδο. Στην κοινοπραξία συμμετέχουν τέσσερις ελληνικοί φορείς, το Ίδρυμα Τεχνολογίας και Έρευνας (ΙΤΕ), η εταιρεία Asklipios S.A., το Βενιζέλειο Νοσοκομείο Κρήτης και η NOVIT, μαζί με ακόμη 17 οργανισμούς από την Πορτογαλία, την Ιταλία, τη Γερμανία και το Βέλγιο. Η ελληνική συμμετοχή έχει ιδιαίτερη σημασία, καθώς συνδυάζει την ερευνητική και τεχνολογική τεχνογνωσία με την εμπειρία ενός δημόσιου νοσοκομείου, δημιουργώντας τις προϋποθέσεις για την εφαρμογή και αξιολόγηση λύσεων σε πραγματικές συνθήκες λειτουργίας του συστήματος υγείας.

Στο μικροσκόπιο 150 οργανισμοί υγείας

Το έργο έχει διάρκεια δύο ετών, από τον Ιούνιο του 2026 έως τον Μάιο του 2028, και χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του προγράμματος «Ψηφιακή Ευρώπη» (Digital Europe Programme). Συντονιστής είναι το KU Leuven, ενώ η διαχείριση της χρηματοδότησης πραγματοποιείται από το Ευρωπαϊκό Κέντρο Αρμοδιότητας για τον Κυβερνοασφάλεια (ECCC).

Βασικός στόχος είναι να περάσουν δοκιμασμένες λύσεις κυβερνοασφάλειας από το επίπεδο του σχεδιασμού στην πράξη, μέσα στις πραγματικές υποδομές των νοσοκομείων και των υπόλοιπων οργανισμών υγειονομικής περίθαλψης. Στο πλαίσιο αυτό προβλέπεται η αξιολόγηση τουλάχιστον 150 οργανισμών υγειονομικής περίθαλψης, προκειμένου να καταγραφούν οι υφιστάμενες ψηφιακές αδυναμίες, να εντοπιστούν κοινές ανάγκες και να προσδιοριστούν οι παρεμβάσεις που απαιτούνται για την καλύτερη προστασία τους. Με βάση τα αποτελέσματα των αξιολογήσεων, οι εταίροι θα επιλέξουν και θα προσαρμόσουν λύσεις που έχουν ήδη δοκιμαστεί, ώστε να ανταποκρίνονται στις ιδιαίτερες ανάγκες κάθε οργανισμού. Η προσέγγιση αυτή επιδιώκει να περιορίσει την ανάγκη κάθε νοσοκομείου να αναπτύσσει μόνο του συστήματα προστασίας, συχνά με περιορισμένους οικονομικούς πόρους και ελλείψεις εξειδικευμένου προσωπικού.

Τέσσερις βασικοί άξονες προστασίας

Οι παρεμβάσεις του CyberShield4Health θα επικεντρωθούν σε τέσσερις βασικούς τομείς.

Ο πρώτος αφορά την παρακολούθηση της ασφάλειας των πληροφοριακών συστημάτων, ώστε να εντοπίζονται εγκαίρως ύποπτες δραστηριότητες και ενδείξεις πιθανής παραβίασης. Η έγκαιρη αναγνώριση μιας απειλής μπορεί να αποτρέψει την επέκταση μιας επίθεσης και να περιορίσει τις επιπτώσεις της. Ο δεύτερος άξονας αφορά την αξιοποίηση πληροφοριών για τις κυβερνοαπειλές (threat intelligence). Πρόκειται για τη συγκέντρωση και ανάλυση δεδομένων σχετικά με νέες μεθόδους επιθέσεων και κινδύνους, ώστε οι οργανισμοί υγείας να μπορούν να προετοιμάζονται καλύτερα και να αντιδρούν αποτελεσματικότερα. Ο τρίτος περιλαμβάνει συστηματικούς ελέγχους ασφάλειας στις ψηφιακές υποδομές, με στόχο τον εντοπισμό ευπαθειών που θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν από κακόβουλους χρήστες. Τέλος, ιδιαίτερη βαρύτητα δίνεται στην απόκριση σε περιστατικά, δηλαδή στην οργανωμένη διαδικασία αντιμετώπισης μιας κυβερνοεπίθεσης, στον περιορισμό της ζημιάς και στην όσο το δυνατόν ταχύτερη αποκατάσταση της λειτουργίας των συστημάτων. Εκπαίδευση του προσωπικού Ωστόσο, η τεχνολογία από μόνη της δεν αρκεί. Ένα από τα σημαντικότερα ζητήματα που αναγνωρίζει το ευρωπαϊκό εγχείρημα είναι ο ανθρώπινος παράγοντας. Για τον λόγο αυτό προβλέπεται η ανάπτυξη εκπαιδευτικού υλικού και η πραγματοποίηση πρακτικών ασκήσεων για το υγειονομικό και το τεχνικό προσωπικό. Η αναγνώριση ενός ύποπτου ηλεκτρονικού μηνύματος, η αποφυγή επικίνδυνων συνδέσμων, η ασφαλής διαχείριση κωδικών πρόσβασης και η γνώση των διαδικασιών αναφοράς ενός περιστατικού μπορούν να αποδειχθούν εξίσου σημαντικές με τα πλέον σύγχρονα τεχνολογικά συστήματα προστασίας. Άλλωστε, οι κυβερνοεπιθέσεις δεν πραγματοποιούνται πάντοτε μέσω σύνθετων τεχνικών. Συχνά αξιοποιούν ανθρώπινα λάθη ή αδυναμίες στην καθημερινή χρήση των ψηφιακών υπηρεσιών.

Η νέα πρόκληση για το ΕΣΥ

Η ευρωπαϊκή πρωτοβουλία έρχεται σε μια περίοδο κατά την οποία η ψηφιοποίηση της υγείας επιταχύνεται, με την ηλεκτρονική συνταγογράφηση, τους ψηφιακούς φακέλους ασθενών, την ανταλλαγή ιατρικών πληροφοριών και τις νέες υπηρεσίες τηλεϊατρικής να αποτελούν πλέον αναπόσπαστο μέρος της περίθαλψης. Παράλληλα, η εφαρμογή της ευρωπαϊκής οδηγίας NIS2 θέτει αυξημένες απαιτήσεις για την ασφάλεια των δικτύων και των πληροφοριακών συστημάτων, ενώ ο Ευρωπαϊκός Χώρος Δεδομένων Υγείας (European Health Data Space) δημιουργεί νέες δυνατότητες ασφαλούς ανταλλαγής και αξιοποίησης δεδομένων υγείας μεταξύ των κρατών-μελών. Το μεγάλο στοίχημα για τα ελληνικά νοσοκομεία είναι να προχωρήσουν στον ψηφιακό μετασχηματισμό τους χωρίς να αφήσουν εκτεθειμένες τις υποδομές τους. Η προστασία των δεδομένων εκατομμυρίων ασθενών, η διασφάλιση της εμπιστευτικότητας του ιατρικού ιστορικού και, κυρίως, η απρόσκοπτη λειτουργία των νοσοκομείων σε συνθήκες ψηφιακής κρίσης αποτελούν πλέον βασικές προτεραιότητες. Το CyberShield4Health επιχειρεί να δημιουργήσει ένα κοινό ευρωπαϊκό πλαίσιο αντιμετώπισης των απειλών, ενισχύοντας τη συνεργασία και την ανταλλαγή τεχνογνωσίας. Γιατί σε ένα σύγχρονο νοσοκομείο η ασφάλεια δεν εξαρτάται μόνο από τον εξοπλισμό και το ιατρικό προσωπικό, αλλά και από την ικανότητα των ψηφιακών συστημάτων.

Για τους περισσότερους, η πρώτη γουλιά το πρωί σηματοδοτεί την έναρξη της ημέρας, προσφέροντας τόνωση και εγρήγορση. Ωστόσο, η επίδρασή του στον ανθρώπινο οργανισμό φαίνεται πως δεν περιορίζεται στην ενεργοποίηση του εγκεφάλου. Ο καφές αποτελεί για εκατομμύρια ανθρώπους αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητάς τους





ΝΕΑ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΨΗ

Καφές και έντερο

Τι έδειξαν οι μετρήσεις με ειδική ασύρματη κάψουλα και ποια είναι η πιθανή σχέση του αγαπημένου ροφήματος με το εντερικό μικροβίωμα

Ο καφές αποτελεί για εκατομμύρια ανθρώπους αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητάς τους. Για τους περισσότερους, η πρώτη γουλιά το πρωί σηματοδοτεί την έναρξη της ημέρας, προσφέροντας τόνωση και εγρήγορση. Ωστόσο, η επίδρασή του στον ανθρώπινο οργανισμό φαίνεται πως δεν περιορίζεται στην ενεργοποίηση του εγκεφάλου. Αντίθετα, μπορεί να επεκτείνεται και στο πεπτικό σύστημα, επηρεάζοντας την κινητικότητα του εντέρου και τη διαδικασία της πέψης.

Μια νέα επιστημονική μελέτη από το Πανεπιστήμιο της Κοπεγχάγης έρχεται να προσθέσει ενδιαφέροντα στοιχεία στη συζήτηση γύρω από τη σχέση του καφέ με την υγεία του εντέρου. Σύμφωνα με τα ευρήματα, η συστηματική κατανάλωση του δημοφιλούς ροφήματος συνδέεται με συχνότερες συσπάσεις του παχέος εντέρου, οι οποίες συμβάλλουν στη μετακίνηση του εντερικού περιεχομένου και στη φυσιολογική λειτουργία της αφόδευσης.

Η παρατήρηση αυτή αποκτά ιδιαίτερη σημασία, καθώς ενδέχεται να συμβάλει στην καλύτερη κατανόηση των μηχανισμών που σχετίζονται με τη δυσκοιλιότητα και τις διαταραχές των κενώσεων. Παράλληλα, οι ερευνητές εξετάζουν κατά πόσο ο καφές επηρεάζει το περιβάλλον του εντέρου και τη σύνθεση των μικροοργανισμών που φιλοξενούνται σε αυτό.

Η μελέτη, στην οποία συμμετείχαν περισσότεροι από 60 ενήλικες, είχε διάρκεια εννέα ημερών και σχεδιάστηκε με στόχο να διερευνηθούν διαφορετικές πτυχές της επίδρασης του καφέ στο γαστρεντερικό σύστημα. Οι επιστήμονες διαπίστωσαν ότι όσοι κατανάλωναν από ένα έως πέντε φλιτζάνια καφέ, περισσότερες από τρεις ημέρες την εβδομάδα, εμφάνιζαν αυξημένη οξύτητα στο λεπτό έντερο, αλλά και μεγαλύτερη συχνότητα συσπάσεων στο παχύ έντερο. Οι τελευταίες αποτελούν βασικό στοιχείο της φυσιολογικής λειτουργίας του πεπτικού συστήματος. Μέσω των συντονισμένων μυϊκών κινήσεων, το περιεχόμενο του εντέρου προωθείται σταδιακά προς το τελικό τμήμα του πεπτικού σωλήνα, διευκολύνοντας την αποβολή των κοπράνων.

Όπως εξηγεί η Francesca Bucci, υποψήφια διδάκτορας στο Πανεπιστήμιο της Κοπεγχάγης και μέλος της ερευνητικής ομάδας, οι συσπάσεις του εντέρου μπορούν να υποστηρίξουν την ομαλή πέψη, να συμβάλουν στην πρόληψη της δυσκοιλιότητας και να διατηρήσουν τη λειτουργικότητα των εντερικών μυών.

Το εύρημα ενισχύει την επιστημονική άποψη ότι ο καφές ενδέχεται να επηρεάζει ενεργά τη λειτουργία του γαστρεντερικού συστήματος και όχι απλώς να αποτελεί ένα καθημερινό διεγερτικό ρόφημα.

Η «έξυπνη κάψουλα»

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει και η μεθοδολογία που ακολούθησαν οι ερευνητές. Για να παρακολουθήσουν με μεγαλύτερη ακρίβεια τι συμβαίνει στο εσωτερικό του οργανισμού, χρησιμοποίησαν μια ειδική ασύρματη συσκευή, γνωστή ως SmartPill. Συνολικά, 50 από τους συμμετέχοντες κατάπιαν την ειδική κάψουλα, η οποία διέσχιζε τον γαστρεντερικό σωλήνα καταγράφοντας σημαντικές παραμέτρους της πεπτικής λειτουργίας. Ο ενσωματωμένος αισθητήρας μετρούσε την οξύτητα, τη θερμοκρασία και την πίεση στο εσωτερικό του πεπτικού συστήματος. Παράλληλα, κατέγραφε τον χρόνο διέλευσης του εντερικού περιεχομένου, καθώς και τις συσπάσεις που πραγματοποιούνται κατά τη μετακίνησή του. Με αυτόν τον τρόπο, οι επιστήμονες απέκτησαν μια πιο ολοκληρωμένη εικόνα της λειτουργίας του εντέρου, χωρίς να περιοριστούν στις υποκειμενικές αναφορές των συμμετεχόντων για την πέψη και τις καθημερινές τους συνήθειες.

Την ίδια περίοδο, οι εθελοντές κατέγραφαν επί οκτώ ημέρες τα τρόφιμα και τα ροφήματα που κατανάλωναν, ενώ παρείχαν καθημερινά δείγματα κοπράνων και ούρων. Οι εργαστηριακές αναλύσεις επέτρεψαν στους ερευνητές να εξετάσουν τη σύνθεση του εντερικού μικροβιώματος, αλλά και την παρουσία μεταβολιτών της καφεΐνης, δηλαδή ουσιών που παράγονται κατά τον μεταβολισμό της στον οργανισμό.

Τι συμβαίνει στο λεπτό έντερο και στο μικροβίωμα

Πέρα από την αυξημένη κινητικότητα του παχέος εντέρου, ένα ακόμη στοιχείο που προέκυψε από την έρευνα ήταν η μεγαλύτερη οξύτητα στο λεπτό έντερο των συστηματικών καταναλωτών καφέ. Η συγκεκριμένη παρατήρηση χρειάζεται, ωστόσο, περαιτέρω διερεύνηση. Το επίπεδο του pH στο λεπτό έντερο αποτελεί σημαντικό παράγοντα για τη λειτουργία των πεπτικών ενζύμων, τη διάσπαση των τροφών και την απορρόφηση των θρεπτικών συστατικών. Προς το παρόν, οι επιστήμονες δεν μπορούν να προσδιορίσουν με βεβαιότητα εάν η μεταβολή της οξύτητας που καταγράφηκε έχει θετικές, αρνητικές ή ουδέτερες συνέπειες για την υγεία. Ο αναπληρωτής καθηγητής του Πανεπιστημίου της Κοπεγχάγης Henrik Munch Roager επισημαίνει ότι προηγούμενες επιστημονικές εργασίες έχουν ήδη δείξει πως ο καφές μπορεί να επηρεάσει διαφορετικές διαδικασίες της πέψης, μεταξύ των οποίων και την έκκριση γαστρικών οξέων. Επομένως, σύμφωνα με τον ίδιο, υπάρχουν ενδείξεις ότι η επίδραση του καφέ στο πεπτικό σύστημα δεν αποτελεί απλώς μια τυχαία παρατήρηση. Παρ' όλα αυτά, δεν έχει αποδειχθεί ότι όλες οι μεταβολές που καταγράφηκαν στη συγκεκριμένη έρευνα οφείλονται αποκλειστικά στην κατανάλωσή του. Εξίσου σημαντική είναι η πιθανή σχέση του ροφήματος με το εντερικό μικροβίωμα.

Πρόκειται για το σύνολο των μικροοργανισμών που κατοικούν στο έντερο και συμμετέχουν σε πολλές λειτουργίες, από τον μεταβολισμό των συστατικών της τροφής μέχρι την υποστήριξη του ανοσοποιητικού συστήματος. Προηγούμενη μελέτη του 2024 από το University of Texas Medical Branch είχε αναδείξει θετική συσχέτιση ανάμεσα στην κατανάλωση καφέ και στη σύνθεση, καθώς και την ποικιλομορφία των εντερικών βακτηρίων. Η μικροβιακή ποικιλομορφία θεωρείται σημαντικό χαρακτηριστικό ενός ισορροπημένου εντερικού οικοσυστήματος.

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail













Στέγη Υποστηριζόμενης Διαβίωσης

Η Στέγη Υποστηριζόμενης Διαβίωσης (ΣΥΔ) αποτελεί μια μοναδική υπηρεσία φιλοξενίας και διαβίωσης ασθενών με επίκτητες κινητικές ή πολλαπλές αναπηρίες με απώτερο σκοπό την κοινωνική επανένταξη. Η ΣΥΔ έχει δυνατότητα φιλοξενίας 18 ενοίκων σε μονόκλινα δωμάτια υψηλών ξενοδοχειακών προδιαγραφών. Όλοι οι χώροι είναι διαμορφωμένοι για να εξυπηρετούνται άτομα με κινητική αναπηρία. Το κτίριο εναρμονισμένο με το φυσικό περιβάλλον διαθέτει άνετους και κοινόχρηστους φιλόξενους χώρους και υπνοδωμάτια επισκεπτών. Το εξειδικευμένο προσωπικό που στελεχώνει τη ΣΥΔ παρέχει υπηρεσίες φροντίδας, θεραπείας και ψυχαγωγίας.

Πληροφορίες: 24950 22111, Μακρυχώρι Λάρισας



Η ουσιαστική κοινωνική ένταξη δεν περιορίζεται στην παροχή υπηρεσιών φροντίδας και υποστήριξης. Προϋποθέτει ευκαιρίες μάθησης, ενημέρωσης και ενεργού συμμετοχής. Γιατί κάθε άνθρωπος έχει δικαίωμα στη γνώση, στην ελεύθερη έκφραση και στη διαμόρφωση της δικής του άποψης







Το Πολυτεχνείο έγινε αφορμή για γνώση, διάλογο και προβληματισμό στο ΚΔΗΦ ANIMUS

Μια εκπαιδευτική δράση αφιερωμένη στην εξέγερση της 17ης Νοεμβρίου έφερε τους ωφελούμενους σε επαφή με μια κορυφαία στιγμή της σύγχρονης ελληνικής ιστορίας, αναδεικνύοντας τις διαχρονικές αξίες της ελευθερίας, της δημοκρατίας και της ισότητας

Η ιστορική μνήμη δεν αποτελεί απλώς μια αναδρομή στο παρελθόν. Είναι ένα ζωντανό εργαλείο γνώσης, κατανόησης και διαμόρφωσης κοινωνικής συνείδησης, ιδιαίτερα όταν μεταφέρεται με τρόπο προσιτό και ουσιαστικό σε κάθε άνθρωπο. Με αυτή τη φιλοσοφία, το Κέντρο Διημέρευσης και Ημερήσιας Φροντίδας (ΚΔΗΦ) ANIMUS πραγματοποίησε μια ξεχωριστή εκπαιδευτική και ενημερωτική δράση με αφορμή την επέτειο της 17ης Νοεμβρίου, τιμώντας την εξέγερση του Πολυτεχνείου και τα μηνύματα που εξακολουθεί να εκπέμπει περισσότερες από πέντε δεκαετίες μετά.

Οι ωφελούμενοι του ΚΔΗΦ είχαν την ευκαιρία να συμμετάσχουν σε ένα οπτικοακουστικό αφιέρωμα, μέσα από το οποίο παρουσιάστηκαν ιστορικά πλάνα, φωτογραφίες και πληροφορίες για τα γεγονότα του Νοεμβρίου του 1973. Με την αξιοποίηση εικόνων και ιστορικού υλικού, οι συμμετέχοντες γνώρισαν καλύτερα το πολιτικό και κοινωνικό περιβάλλον της εποχής, τα γεγονότα που οδήγησαν στην εξέγερση των φοιτητών και τη σημασία της αντίστασης απέναντι στη δικτατορία.

Η προβολή αποτέλεσε την αφετηρία για μια ουσιαστική συζήτηση, δίνοντας τη δυνατότητα στους ωφελούμενους να εκφράσουν σκέψεις, να διατυπώσουν ερωτήματα και να προσεγγίσουν έννοιες που βρίσκονται στον πυρήνα της δημοκρατικής κοινωνίας. Η ελευθερία, η



ισότητα, ο σεβασμός των δικαιωμάτων, η δυνατότητα ελεύθερης έκφρασης και η συμμετοχή στα κοινά αναδείχθηκαν ως αξίες που δεν ανήκουν μόνο στην ιστορία, αλλά αποτελούν καθημερινές προϋποθέσεις για μια κοινωνία χωρίς αποκλεισμούς.

Η επέτειος του Πολυτεχνείου προσφέρει κάθε χρόνο την ευκαιρία να αναλογιστούμε τη σημασία της δημοκρατίας και το κόστος της απώλειας των ελευθεριών. Το σύνθημα «Ψωμί – Παιδεία – Ελευθερία», που συνδέθηκε με την εξέγερση, διατηρεί τη διαχρονική του σημασία, υπενθυμίζοντας ότι η αξιοπρέπεια, η πρόσβαση στη γνώση και η ελεύθερη συμμετοχή στην κοινωνική ζωή αποτελούν θεμελιώδη δικαιώματα για όλους.

Για τους ωφελούμενους του ΚΔΗΦ ANIMUS, η συγκεκριμένη πρωτοβουλία είχε ιδιαίτερη εκπαιδευτική και κοινωνική αξία. Η προσέγγιση ενός ιστορικού γεγονότος μέσα από οπτικοακουστικά μέσα και συλλογική συζήτηση δημιούργησε ένα περιβάλλον συμμετοχής, ανταλλαγής απόψεων και ενεργοποίησης της σκέψης. Παράλληλα, έδωσε χώρο στην προσωπική έκφραση, ενισχύοντας την αυτοπεποίθηση και την αίσθηση ότι κάθε άποψη έχει θέση και αξία. Η ουσιαστική κοινωνική ένταξη δεν περιορίζεται στην παροχή υπηρεσιών φροντίδας και υποστήριξης. Προϋποθέτει ευκαιρίες μάθησης, ενημέρωσης, πολιτιστικής συμμετοχής και ενεργού παρουσίας στην κοινότητα. Κάθε άνθρωπος έχει δικαίωμα να γνωρίζει την ιστορία του τόπου του, να συμμετέχει στον δημόσιο διάλογο και να διαμορφώνει τη δική του άποψη για όσα συμβαίνουν γύρω του.

Σε αυτή την κατεύθυνση, οι εκπαιδευτικές και ενημερωτικές πρωτοβουλίες αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της καθημερινότητας στις δομές ANIMUS. Μέσα από δράσεις που συνδυάζουν τη γνώση με την επικοινωνία και τη βιωματική συμμετοχή, δημιουργούνται συνθήκες για την καλλιέργεια δεξιοτήτων, την ενδυνάμωση της προσωπικότητας και την ανάπτυξη κοινωνικής συνείδησης.

Η δράση για την 17η Νοεμβρίου στο ΚΔΗΦ ANIMUS ανέδειξε ότι η ιστορία αποκτά πραγματική αξία όταν γίνεται κατανοητή, συζητείται και συνδέεται με τη ζωή του σήμερα. Γιατί η δημοκρατία, η ελευθερία και η ισότητα δεν είναι μόνο έννοιες που θυμόμαστε στις επετείους. Είναι αξίες που οφείλουμε να υπερασπιζόμαστε καθημερινά, διασφαλίζοντας ότι κάθε άνθρωπος έχει φωνή, δικαιώματα και ίσες ευκαιρίες συμμετοχής στην κοινωνία.

Η απώλεια λειτουργικής ανεξαρτησίας, ο πόνος και η αβεβαιότητα για την πορεία της αποκατάστασης μπορούν να προκαλέσουν άγχος, ανασφάλεια και μείωση της αυτοπεποίθησης

Η σωστή ενημέρωση, η σχέση εμπιστοσύνης με τον θεραπευτή, οι ρεαλιστικοί στόχοι και η υποστήριξη της οικογένειας συμβάλλουν στην ενεργή συμμετοχή του ασθενού









ΜΕΤΑΤΡΑΥΜΑΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ

Αποκατάσταση και ψυχολογία

Ο σωματικός τραυματισμός δεν αφήνει μόνο το αποτύπωμά του στο σώμα, αλλά επηρεάζει βαθιά τη σκέψη, τη συμπεριφορά και τη συναισθηματική ισορροπία του ασθενούς

Ένας σωματικός τραυματισμός μπορεί να αποτελέσει σημείο καμπής στην καθημερινότητα ενός ανθρώπου. Ακόμη και μια φαινομενικά απλή κάκωση, όπως ένα διάστρεμμα, είναι δυνατόν να προκαλέσει σημαντικές αλλαγές στις συνήθειες, στις υποχρεώσεις και στην ποιότητα ζωής του ασθενούς. Όταν, μάλιστα, πρόκειται για έναν σοβαρότερο τραυματισμό που περιορίζει την κινητικότητα ή απαιτεί μακρά περίοδο αποκατάστασης, οι επιπτώσεις αποκτούν συχνά μεγαλύτερες διαστάσεις.

Δραστηριότητες που μέχρι πρότινος θεωρούνταν αυτονόητες, όπως το περπάτημα, το ντύσιμο, η προσωπική υγιεινή ή η μετακίνηση μέσα στο σπίτι, ενδέχεται να μετατραπούν σε καθημερινές προκλήσεις. Η απώλεια της λειτουργικής ανεξαρτησίας, έστω και προσωρινά, μπορεί να επηρεάσει την αυτοπεποίθηση, τη διάθεση και την αίσθηση ελέγχου που έχει το άτομο στη ζωή του.

Το πρόβλημα γίνεται εντονότερο όταν η αποκατάσταση απαιτεί εβδομάδες ή μήνες. Η αναμονή για την επιστροφή στην προηγούμενη φυσική κατάσταση, η αβεβαιότητα για το τελικό αποτέλεσμα και οι περιορισμοί στις κοινωνικές και επαγγελματικές δραστηριότητες δημιουργούν ένα σύνθετο ψυχολογικό φορτίο.

Σε αυτό το πλαίσιο, ο ρόλος του φυσικοθεραπευτή και των υπόλοιπων επαγγελματιών υγείας δεν περιορίζεται στην αποκατάσταση της μυοσκελετικής ή νευρολογικής λειτουργίας. Η θεραπευτική προσέγγιση καλείται να λάβει υπόψη και τον τρόπο με τον οποίο ο ασθενής αντιλαμβάνεται τον τραυματισμό του, διαχειρίζεται τις δυσκολίες και συμμετέχει στη διαδικασία ανάρρωσης.

Σημάδια ψυχολογικής επιβάρυνσης

Η ψυχολογική αντίδραση σε έναν τραυματισμό δεν είναι ίδια για όλους. Η σοβαρότητα της κάκωσης, ο εκτιμώμενος χρόνος αποκατάστασης, οι επαγγελματικές υποχρεώσεις, οι οικογενειακές ευθύνες και η προσωπικότητα του ασθενούς αποτελούν παράγοντες που επηρεάζουν σημαντικά τον τρόπο διαχείρισης της κατάστασης.

Ένας αθλητής που αναγκάζεται να διακόψει την αγωνιστική του δραστηριότητα, ένας γονέας που δυσκολεύεται να ανταποκριθεί στις οικογενειακές του υποχρεώσεις ή ένας εργαζόμενος που αδυνατεί να επιστρέψει στη δουλειά του μπορεί να βιώσουν τον ίδιο τραυματισμό με εντελώς διαφορετικό τρόπο.

Το άγχος, η ανασφάλεια και η αντιμετώπιση για πιθανές οικονομικές απώλειες ενδέχεται να εκδηλωθούν μέσα από συγκεκριμένες συμπεριφορές. Ο ασθενής μπορεί να εμφανίζει αυξημένη ευερεθιστότητα, να αντιδρά έντονα σε απλά καθημερινά ερεθίσματα ή να απορρίπτει τις θεραπευτικές οδηγίες.

Σε άλλες περιπτώσεις, παρατηρείται άρνηση αναγνώρισης της σοβαρότητας του τραυματισμού, ενώ ορισμένοι ασθενείς τείνουν να υπερβάλλουν ως προς τις συνέπειές του. Η ενοχή, η αυτομομφή, η κοινωνική απομόνωση, η απαισιοδοξία και η επαναλαμβανόμενη αναδρομή στις συνθήκες του τραυματισμού αποτελούν επίσης ενδείξεις που χρειάζονται προσοχή.

Ιδιαίτερα σημαντικό είναι να αναγνωρίζεται ο φόβος της αποκατάστασης. Ορισμένοι ασθενείς δεν ανησυχούν μόνο για τον πόνο ή τη λειτουργική τους αποκατάσταση, αλλά και για το ενδεχόμενο να μην καταφέρουν ποτέ να επιστρέψουν στο προηγούμενο επίπεδο δραστηριότητάς τους.

Η έγκαιρη αναγνώριση αυτών των αντιδράσεων επιτρέπει στον θεραπευτή να προσαρμόσει την προσέγγισή του και να αποτρέψει την περαιτέρω επιβάρυνση της θεραπευτικής διαδικασίας.

Οταν η ψυχολογία γίνεται εμπόδιο

Η επιτυχία ενός προγράμματος αποκατάστασης εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τη συνέπεια και την ενεργή συμμετοχή του ασθενούς. Όσο η θεραπεία προχωρά από τις παθητικές τεχνικές προς την ενεργητική κινητοποίηση και τη θεραπευτική άσκηση, τόσο μεγαλύτερη σημασία αποκτούν η διάθεση, η αυτοπεποίθηση και το κίνητρο.

Ένα από τα συχνότερα εμπόδια είναι η απουσία σαφών στόχων. Η επιθυμία για γρήγορη επιστροφή στην κανονικότητα μπορεί να μετατραπεί σε απογοήτευση όταν η πρόοδος δεν ανταποκρίνεται στις προσδοκίες. Η αναβλητικότητα, η μειωμένη συμμετοχή και η εγκατάλειψη των ασκήσεων ενδέχεται να αποτελέσουν συνέπειες αυτής της απογοήτευσης. Εξίσου σημαντικός είναι ο φόβος επανατραυματισμού. Είτε πρόκειται για έναν πρώτο τραυματισμό είτε για επαναλαμβανόμενη κάκωση, ο ασθενής μπορεί να δυσκολεύεται να εμπιστευτεί ξανά το σώμα του. Ακόμη και όταν η λειτουργική αποκατάσταση έχει προχωρήσει, ο φόβος μιας νέας αποτυχίας ενδέχεται να περιορίζει την κινητικότητα και να εμποδίζει την επιστροφή στις προηγούμενες δραστηριότητες. Πρόβλημα δημιουργούν επίσης δύο αντίθετες συμπεριφορές: η υποτίμηση της σοβαρότητας του τραυματισμού και η υπερβολική δραματοποίησή του. Στην πρώτη περίπτωση, ο ασθενής μπορεί να αγνοήσει τις οδηγίες και να επιχειρήσει κινήσεις για τις οποίες δεν είναι ακόμη έτοιμος, αυξάνοντας τον κίνδυνο επιπλοκών. Στη δεύτερη, ο υπερβολικός φόβος οδηγεί σε αποφυγή της κίνησης και καθυστέρηση της επανένταξης. Σημαντικό ρόλο σε αυτές τις αντιδράσεις μπορεί να διαδραματίσει και η ανεξέλεγκτη αναζήτηση πληροφοριών στο διαδίκτυο. Η έκθεση σε γενικευμένες ή ανακριβείς πληροφορίες συχνά ενισχύει την αντιπαλότητα και δημιουργεί λανθασμένες προσδοκίες για την πορεία της ανάρρωσης.

Τρόποι πρώιμης ψυχολογικής υποστήριξης

Η ψυχολογική διάσταση πρέπει να ενσωματώνεται από τα πρώτα στάδια της αποκατάστασης. Παρότι οι σοβαρές ή επίμονες ψυχολογικές δυσκολίες απαιτούν συνεργασία με εξειδικευμένο επαγγελματία ψυχικής υγείας, υπάρχουν πρακτικές παρεμβάσεις που μπορούν να ενισχύσουν σημαντικά τη θεραπευτική σχέση και τη συμμετοχή του ασθενούς.

1. Ολοκληρωμένη ενημέρωση και εκπαίδευση του ασθενούς

Η γνώση αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα μέσα περιορισμού της αβεβαιότητας. Ο ασθενής χρειάζεται να κατανοήσει τι ακριβώς έχει συμβεί, ποιος είναι ο μηχανισμός του τραυματισμού, ποιες λειτουργίες έχουν επηρεαστεί και ποια είναι τα ρεαλιστικά στάδια της αποκατάστασης.

Ο θεραπευτής οφείλει να παρουσιάζει τις απαραίτητες πληροφορίες με απλό και κατανοητό τρόπο, προσαρμοσμένο στο επίπεδο κατανόησης του κάθε ατόμου. Η επεξήγηση της ανατομίας και της λειτουργίας της τραυματισμένης περιοχής μπορεί να βοηθήσει τον ασθενή να αντιληφθεί γιατί απαιτούνται συγκεκριμένες ασκήσεις και περιορισμοί.

Παράλληλα, η συστηματική ενημέρωση περιορίζει την ανάγκη αναζήτησης αποσπασματικών πληροφοριών στο διαδίκτυο. Όταν ο ασθενής γνωρίζει τι να περιμένει, αποκτά μεγαλύτερη αίσθηση ασφάλειας και μπορεί να συμμετέχει πιο ουσιαστικά στη θεραπεία.

2. Δημιουργία σχέσης εμπιστοσύνης με τον θεραπευτή

Η θεραπευτική σχέση αποτελεί θεμέλιο για την αποτελεσματική αποκατάσταση. Ένας ασθενής που αισθάνεται ότι οι ανησυχίες του ακούγονται και αντιμετωπίζονται με σεβασμό είναι πιθανότερο να ακολουθήσει τις οδηγίες και να συνεργαστεί ενεργά.

Η εμπιστοσύνη δεν οικοδομείται μόνο μέσα από την επιστημονική κατάρτιση, αλλά και μέσα από την επικοινωνία. Η υπομονή, η διαθεσιμότητα, η ενσυναίσθηση και η ικανότητα του θεραπευτή να αντιλαμβάνεται τις πραγματικές ανησυχίες πίσω από τις ερωτήσεις του ασθενούς έχουν καθοριστική σημασία.

Η χρήση ανατομικών προπλασμάτων και οπτικών βοηθημάτων μπορεί να διευκολύνει την κατανόηση σύνθετων πληροφοριών. Όσο περισσότερο ο ασθενής αισθάνεται ότι συμμετέχει σε μια συνεργατική διαδικασία, τόσο ευκολότερα αναπτύσσει εμπιστοσύνη στις θεραπευτικές επιλογές.

3. Καθορισμός μικρών και ρεαλιστικών στόχων

Ένα μακροχρόνιο πρόγραμμα αποκατάστασης μπορεί να μοιάζει αποθαρρυντικό, ιδιαίτερα όταν ο ασθενής συγκρίνει την παρούσα κατάσταση με τις προηγούμενες δυνατότητές του.

Η θέσπιση μικρών, μετρήσιμων και εφικτών στόχων μπορεί να αλλάξει σημαντικά αυτή την εικόνα. Αντί να επικεντρώνεται αποκλειστικά στην τελική επιστροφή στην πλήρη δραστηριότητα, ο ασθενής καλείται να αναγνωρίζει κάθε επιμέρους βήμα προόδου.

Η βελτίωση της κινητικότητας, η εκτέλεση μιας καθημερινής δραστηριότητας ή η αύξηση της αντοχής μπορούν να αποτελέσουν ενδιάμεσους στόχους. Η καταγραφή της προόδου και η τακτική επαναξιολόγηση ενισχύουν το κίνητρο και δημιουργούν μια πιο θετική αντίληψη για τη θεραπεία.

4. Ενημέρωση και ενεργοποίηση του οικογενειακού περιβάλλοντος

Το οικογενειακό και φιλικό περιβάλλον επηρεάζει σημαντικά την ψυχολογία του ασθενούς. Η υποστήριξη των οικείων μπορεί να λειτουργήσει ενισχυτικά, αρκεί να βασίζεται σε σωστή ενημέρωση.

Συχνά, η υπερπροστατευτική συμπεριφορά ενός συγγενή ή ο φόβος για πιθανή επιδείνωση οδηγούν τον ασθενή σε μεγαλύτερη ανασφάλεια. Αντίστοιχα, η υποτίμηση των δυσκολιών του από το περιβάλλον μπορεί να δημιουργήσει συναισθήματα απομόνωσης.

Ο θεραπευτής μπορεί, με τη συναίνεση του ασθενούς, να ενημερώσει τους οικείους για τις πραγματικές ανάγκες της αποκατάστασης, τις επιτρεπόμενες δραστηριότητες και τους τρόπους υποστήριξης. Στόχος είναι να δημιουργηθεί ένα περιβάλλον που ενθαρρύνει την ανεξαρτησία χωρίς να παραβλέπει τους αναγκαίους περιορισμούς.

5. Αναζήτηση εναλλακτικών δραστηριοτήτων και πρακτικών λύσεων

Ένα από τα μεγαλύτερα ψυχολογικά βάρη ενός τραυματισμού είναι η προσωρινή απώλεια δραστηριοτήτων που αποτελούσαν σημαντικό κομμάτι της ταυτότητας του ατόμου.

Για έναν αθλητή, για παράδειγμα, η διακοπή της προπόνησης μπορεί να δημιουργήσει την αίσθηση ότι απομακρύνεται από έναν βασικό στόχο ζωής. Αντίστοιχα, ένας άνθρωπος που δυσκολεύεται να αυτοεξυπηρετηθεί μπορεί να βιώσει έντονη απώλεια ανεξαρτησίας.

Σε αυτές τις περιπτώσεις, η αναζήτηση εναλλακτικών λύσεων μπορεί να λειτουργήσει ανακουφιστικά. Εργονομικές προσαρμογές στο ντύσιμο, στο μπάνιο και στις καθημερινές μετακινήσεις μειώνουν την πρακτική επιβάρυνση. Παράλληλα, νέες δραστηριότητες που είναι συμβατές με τους περιορισμούς του τραυματισμού μπορούν να διατηρήσουν το ενδιαφέρον και την κοινωνική συμμετοχή.

Ένας αθλητής, για παράδειγμα, μπορεί να αξιοποιήσει τον χρόνο της αποχής για να ασχοληθεί με την αθλητική ψυχολογία ή τη θεωρητική προετοιμασία του, εφόσον αυτό ανταποκρίνεται στα ενδιαφέροντά του.

6. Ολιστική προσέγγιση και συνεργασία με ειδικούς

Η αντιμετώπιση του τραυματισμού αποκλειστικά σε ανατομικό επίπεδο δεν επαρκεί για να καλύψει όλες τις ανάγκες του ασθενούς. Κάθε άνθρωπος έχει διαφορετικές εμπειρίες, προσδοκίες, υποχρεώσεις και ψυχολογικούς μηχανισμούς διαχείρισης των δυσκολιών.

Ο επαγγελματίας υγείας χρειάζεται να εξετάζει τη συνολική εικόνα, να συζητά με τον ασθενή για τις ανησυχίες του και να διερευνά, με διακριτικότητα και σεβασμό, τους παράγοντες που μπορεί να επηρεάζουν την αποκατάστασή του.

Αυτό δεν σημαίνει ότι ο φυσικοθεραπευτής αναλαμβάνει τον ρόλο του ψυχολόγου. Αντίθετα, σημαίνει ότι αναγνωρίζει τα όρια της ειδικότητάς του και αξιοποιεί τη διεπιστημονική συνεργασία όταν υπάρχουν ενδείξεις σημαντικής ψυχολογικής επιβάρυνσης. Επίμονη καταθλιπτική διάθεση, έντονο άγχος, σοβαρή κοινωνική απόσυρση ή αδυναμία διαχείρισης της καθημερινότητας αποτελούν λόγους για παραπομπή σε κατάλληλο επαγγελματία ψυχικής υγείας.

Η αποκατάσταση δεν αφορά μόνο το σώμα

Η επιτυχής αντιμετώπιση ενός τραυματισμού δεν μετριέται αποκλειστικά από τη βελτίωση της κινητικότητας ή την υποχώρηση του πόνου. Εξίσου σημαντικό είναι ο ασθενής να ανακτήσει την αυτοπεποίθησή του, να αισθανθεί ξανά ασφαλής με το σώμα του και να επιστρέψει σταδιακά στις δραστηριότητες που δίνουν νόημα στην καθημερινότητά του.

Η έγκαιρη ψυχολογική υποστήριξη, η σωστή ενημέρωση, η εμπιστοσύνη, οι ρεαλιστικοί στόχοι και η ολιστική αντιμετώπιση μπορούν να ενισχύσουν ουσιαστικά τη θεραπευτική προσπάθεια.

Άλλωστε, δύο άνθρωποι με φαινομενικά πανομοιότυπους τραυματισμούς δεν είναι απαραίτητο να έχουν τις ίδιες ανάγκες ή να ακολουθήσουν ακριβώς την ίδια διαδρομή αποκατάστασης. Γιατί πίσω από κάθε τραυματισμένο σώμα υπάρχει ένας άνθρωπος με διαφορετικές αντοχές, φόβους, προσδοκίες και προσωπικούς στόχους.

Η σύγχρονη αποκατάσταση οφείλει, επομένως, να αντιμετωπίζει τον ασθενή ως μια ενιαία βιοψυχοκοινωνική οντότητα. Το σώμα χρειάζεται θεραπεία, αλλά η ψυχολογία χρειάζεται εξίσου προσοχή. Και πολλές φορές, η διαφορά ανάμεσα σε μια απλή λειτουργική βελτίωση και σε μια πραγματικά επιτυχημένη επιστροφή στην καθημερινότητα βρίσκεται ακριβώς σε αυτή τη διάσταση.

Ένας σοβαρός τραυματισμός μπορεί να επηρεάσει βαθιά την ψυχολογία, την αυτοπεποίθηση και την καθημερινότητα του ασθενούς, δημιουργώντας άγχος, ανασφάλεια και φόβο για το μέλλον. Γι' αυτό, η επιτυχημένη αποκατάσταση δεν περιορίζεται στη βελτίωση της κινητικότητας ή στην υποχώρηση του πόνου



Ένα από τα βασικότερα χαρακτηριστικά της αποκατάστασης είναι ότι δεν υπάρχει ένα ενιαίο θεραπευτικό μοντέλο που να εφαρμόζεται σε όλους τους ασθενείς. Κάθε άνθρωπος έχει διαφορετικό ιατρικό ιστορικό, διαφορετικές λειτουργικές δυνατότητες και ξεχωριστούς στόχους

Από την αντιμετώπιση ενός τραυματισμού ή μιας σοβαρής πάθησης έως την επανένταξη στην καθημερινότητα, η οργανωμένη αποκατάσταση αποτελεί μια εξατομικευμένη διαδικασία με επίκεντρο τις πραγματικές ανάγκες κάθε ασθενούς

ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ

Ενα βήμα για ποιότητα ζωής









Η αποκατάσταση αποτελεί ένα ιδιαίτερα σημαντικό στάδιο στην πορεία ενός ανθρώπου που έχει αντιμετωπίσει ένα σοβαρό πρόβλημα υγείας, έναν τραυματισμό ή μια χειρουργική επέμβαση. Δεν περιορίζεται στην ανακούφιση από τον πόνο ή στη βελτίωση μιας σωματικής δυσλειτουργίας. Επιδιώκει κάτι πολύ ουσιαστικότερο: να βοηθήσει τον ασθενή να ανακτήσει τις δυνατότητές του, να αποκτήσει ξανά όσο το δυνατόν μεγαλύτερη ανεξαρτησία και να επιστρέψει σε μια ενεργή καθημερινότητα.

Για πολλούς ασθενείς και τις οικογένειές τους, ωστόσο, η διαδικασία αυτή συνοδεύεται από εύλογα ερωτήματα. Πότε είναι απαραίτητη η ένταξη σε πρόγραμμα αποκατάστασης; Ποιος καθορίζει τις θεραπευτικές παρεμβάσεις; Πόσος χρόνος απαιτείται και με ποια κριτήρια αξιολογείται η αποτελεσματικότητά τους;

Ο Φυσίατρος, δηλαδή ο ιατρός που διαθέτει εξειδίκευση στη Φυσική Ιατρική και Αποκατάσταση, έχει κεντρικό ρόλο στον σχεδιασμό και την παρακολούθηση της θεραπευτικής πορείας. Μέσα από την αξιολόγηση του ασθενούς και τη συνεργασία με άλλες ειδικότητες, διαμορφώνει ένα πρόγραμμα που ανταποκρίνεται στις ιδιαίτερες ανάγκες κάθε περίπτωσης.

Επί της ουσίας, η αποκατάσταση είναι μια οργανωμένη πορεία με επίκεντρο τον άνθρωπο και όχι απλώς μια σειρά θεραπευτικών συνεδριών. Η σωστή ιατρική αξιολόγηση, η συνεργασία διαφορετικών ειδικοτήτων και η συνεχής προσαρμογή του θεραπευτικού σχεδιασμού δημιουργούν τις προϋποθέσεις για ουσιαστική βελτίωση. Γιατί το ζητούμενο δεν είναι μόνο να ξεπεραστεί ένα πρόβλημα υγείας, αλλά να μπορέσει ο άνθρωπος να ανακτήσει, στον μεγαλύτερο δυνατό βαθμό, τον έλεγχο της καθημερινής του ζωής.

Η ανάγκη για αποκατάσταση δεν συνδέεται αποκλειστικά με μία συγκεκριμένη πάθηση ή πλικιακή ομάδα. Μπορεί να προκύψει μετά από ένα σοβαρό ατύχημα, μια χειρουργική επέμβαση ή μια ασθένεια που έχει επηρεάσει την κινητικότητα, τη μυϊκή δύναμη, την ισορροπία ή άλλες βασικές λειτουργίες του οργανισμού. Άνθρωποι που έχουν υποστεί εγκεφαλικό επεισόδιο, κρανιοεγκεφαλική κάκωση ή κάκωση νωτιαίου μυελού ενδέχεται να χρειαστούν οργανωμένη αποκατάσταση, όπως επίσης ασθενείς μετά από ορθοπεδικές επεμβάσεις ή παρατεταμένη νοσηλεία σε μονάδα εντατικής θεραπείας. Το σημαντικό είναι ότι η ανάγκη δεν προσδιορίζεται μόνο από την ιατρική διάγνωση. Καθοριστικό ρόλο έχει ο βαθμός στον οποίο το πρόβλημα υγείας περιορίζει την καθημερινή ζωή του ανθρώπου. Δυσκολίες στο περπάτημα, στην ένδυση, στην προσωπική υγιεινή ή στην εκτέλεση απλών καθημερινών δραστηριοτήτων αποτελούν ενδείξεις ότι μπορεί να απαιτείται εξειδικευμένη παρέμβαση.

Φυσίατρος και εξατομίκευση της θεραπείας

Ένα από τα βασικότερα χαρακτηριστικά της αποκατάστασης είναι ότι δεν υπάρχει ένα ενιαίο θεραπευτικό μοντέλο που να εφαρμόζεται σε όλους τους ασθενείς. Κάθε άνθρωπος έχει διαφορετικό ιατρικό ιστορικό, διαφορετικές λειτουργικές δυνατότητες και ξεχωριστούς στόχους.

Ο Φυσίατρος αναλαμβάνει την ολοκληρωμένη αξιολόγηση της κατάστασης, εξετάζοντας τη διάγνωση, τη γενική υγεία, τις κινητικές και λειτουργικές δυσκολίες, αλλά και τις προοπτικές βελτίωσης. Με βάση αυτά τα δεδομένα, καθορίζει τις προτεραιότητες και συντονίζει τη δημιουργία ενός εξατομικευμένου θεραπευτικού προγράμματος.

Στη διαδικασία συμμετέχει μια διεπιστημονική ομάδα, η οποία μπορεί να περιλαμβάνει φυσικοθεραπευτές, εργοθεραπευτές, λογοθεραπευτές, νοσηλευτές και επαγγελματίες ψυχικής υγείας. Η φυσικοθεραπεία συμβάλλει στη βελτίωση της κινητικότητας και της δύναμης, η εργοθεραπεία επικεντρώνεται στην αυτοεξυπηρέτηση και στις καθημερινές δραστηριότητες, ενώ η λογοθεραπεία μπορεί να υποστηρίξει ασθενείς με δυσκολίες στην ομιλία, την επικοινωνία ή την κατάποση.

Η συνεργασία των ειδικοτήτων επιτρέπει την αντιμετώπιση του ασθενούς ως συνόλου και όχι μόνο της επιμέρους δυσλειτουργίας του.

Πόσος χρόνος απαιτείται

Η διάρκεια ενός προγράμματος αποκατάστασης δεν μπορεί να καθοριστεί με έναν συγκεκριμένο κανόνα. Διαφοροποιείται ανάλογα με το είδος και τη βαρύτητα της πάθησης, τη γενική κατάσταση της υγείας, την ηλικία, τις λειτουργικές δυνατότητες και, κυρίως, την ανταπόκριση του οργανισμού στη θεραπεία.

Σε ορισμένες περιπτώσεις η βελτίωση μπορεί να είναι σχετικά γρήγορη, ενώ σε άλλες απαιτείται μεγαλύτερο χρονικό διάστημα και συστηματική θεραπευτική προσπάθεια. Αυτό που έχει σημασία είναι η τακτική αξιολόγηση της προόδου.

Το πρόγραμμα δεν παραμένει απαραίτητα σταθερό από την αρχή έως το τέλος. Ανάλογα με την ανταπόκριση του ασθενούς, οι θεραπευτικοί στόχοι και οι παρεμβάσεις προσαρμόζονται, ώστε να ανταποκρίνονται στις νέες ανάγκες και δυνατότητές του.

Η έγκαιρη έναρξη κάνει τη διαφορά

Η αποκατάσταση δεν είναι απαραίτητο να ξεκινήσει μόνο μετά την έξοδο από το νοσοκομείο. Εφόσον το επιτρέπει η ιατρική κατάσταση, μπορεί να αρχίσει ήδη κατά τη διάρκεια της νοσηλείας, με κατάλληλες και ασφαλείς παρεμβάσεις.

Η έγκαιρη κινητοποίηση μπορεί να συμβάλει στη διατήρηση της μυϊκής δύναμης και της λειτουργικότητας, περιορίζοντας παράλληλα τους κινδύνους που συνδέονται με την παρατεταμένη ακινησία. Η έναρξη και η ένταση των παρεμβάσεων καθορίζονται πάντοτε από τον θεράποντα ιατρό και την ομάδα αποκατάστασης.

Οι σωματικές, γνωσιακές και συναισθηματικές επιπτώσεις της νόσου εξακολουθούν να επηρεάζουν την καθημερινότητά του για μεγάλο χρονικό διάστημα, ακόμη και χρόνια μετά το τέλος της θεραπείας. Οι προκλήσεις που καλείται να αντιμετωπίσει ένας ασθενής δεν σταματούν απαραίτητα με την ολοκλήρωση των ογκολογικών θεραπειών



Η ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΚΑΡΚΙΝΟ

Η μάχη δεν τελειώνει με τη θεραπεία

Πώς η διεπιστημονική φροντίδα, η εξατομικευμένη θεραπευτική προσέγγιση και η φυσική άσκηση συμβάλλουν στην αντιμετώπιση των επιπλοκών της νόσου και στην αποκατάσταση της λειτουργικότητας των ασθενών

Η διάγνωση του καρκίνου αποτελεί μια καθοριστική στιγμή στη ζωή κάθε ανθρώπου. Ωστόσο, οι προκλήσεις που καλείται να αντιμετωπίσει ένας ασθενής δεν σταματούν απαραίτητα με την ολοκλήρωση των ογκολογικών θεραπειών. Αντίθετα, πολλές φορές οι σωματικές, γνωσιακές και συναισθηματικές επιπτώσεις της νόσου εξακολουθούν να επηρεάζουν την καθημερινότητά του για μεγάλο χρονικό διάστημα, ακόμη και χρόνια μετά το τέλος της θεραπείας.

Ο πόνος, η μυϊκή αδυναμία, η επίμονη κόπωση, οι διαταραχές στη βάδιση, η μειωμένη αντοχή και η δυσκολία συγκέντρωσης αποτελούν ορισμένα από τα προβλήματα που μπορεί να εμφανιστούν. Σε αρκετές περιπτώσεις, οι ασθενείς δυσκολεύονται να επιστρέψουν στην εργασία τους, να αυτοεξυπηρετηθούν ή να επανακτήσουν τον προηγούμενο τρόπο ζωής τους. Σε αυτό το πλαίσιο, η ογκολογική αποκατάσταση αποκτά ιδιαίτερη σημασία, καθώς αποτελεί βασικό πυλώνα της σύγχρονης ολοκληρωμένης φροντίδας των ανθρώπων που έχουν διαγνωστεί με καρκίνο. Στόχος της δεν είναι απλώς η αντιμετώπιση των συμπτωμάτων, αλλά η ουσιαστική βελτίωση της λειτουργικότητας, της αυτονομίας και της συνολικής ποιότητας ζωής.

Τι είναι η ογκολογική αποκατάσταση

Η ογκολογική αποκατάσταση είναι μια ολοκληρωμένη, εξατομικευμένη και πολυεπιστημονική διαδικασία, η οποία αποσκοπεί στην υποστήριξη των ασθενών πριν, κατά τη διάρκεια και μετά την ογκολογική θεραπεία.

Βασική της φιλοσοφία είναι να βοηθήσει τον άνθρωπο να ανακτήσει όσο το δυνατόν περισσότερο τον έλεγχο της ζωής του, να περιορίσει τις λειτουργικές επιπτώσεις της νόσου και να επανέλθει στις καθημερινές του δραστηριότητες.

Οι υπηρεσίες παρέχονται συνήθως από εξειδικευμένα τμήματα Φυσικής Ιατρικής και Αποκατάστασης, τα οποία αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της συνολικής λειτουργίας ενός σύγχρονου Ογκολογικού Κέντρου.Κεντρικό ρόλο στην ομάδα έχει ο φυσίατρος, δηλαδή ο ιατρός με ειδικότητα στη Φυσική Ιατρική και Αποκατάσταση. Είναι εκείνος που αξιολογεί το ιατρικό ιστορικό, πραγματοποιεί την κλινική εξέταση και εκτιμά τις λειτουργικές δυνατότητες και τις ανάγκες του ασθενούς, διαμορφώνοντας το κατάλληλο πρόγραμμα παρέμβασης.

Καθοριστική, ωστόσο, είναι και η ενεργή συμμετοχή του ίδιου του ασθενούς, καθώς και της οικογένειάς του. Η συνεργασία όλων των εμπλεκομένων αποτελεί προϋπόθεση για την αποτελεσματικότητα της αποκατάστασης.

Μια ομάδα ειδικών με κοινό στόχο

Η ιδιαιτερότητα της ογκολογικής αποκατάστασης βρίσκεται στη συνεργασία διαφορετικών επιστημονικών ειδικοτήτων, οι οποίες καλύπτουν το σύνολο των αναγκών του ασθενούς.

Στην ομάδα συμμετέχουν ογκολόγοι, παθολόγοι και άλλοι ιατροί, φυσικοθεραπευτές, εργοθεραπευτές, λογοθεραπευτές, κλινικοί ψυχολόγοι, νοσηλευτές, διαιτολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί, καθώς και ειδικοί επαγγελματικής αποκατάστασης.

Ο φυσικοθεραπευτής συμβάλλει στην ενδυνάμωση των μυών, στη βελτίωση της κινητικότητας, της ευκαμψίας και της αντοχής, ενώ αναλαμβάνει και παρεμβάσεις για τη διαχείριση του λεμφοιδήματος.

Ο εργοθεραπευτής επικεντρώνεται στην επανάκτηση της αυτονομίας στις καθημερινές δραστηριότητες, όπως η ένδυση, η προσωπική υγιεινή και η φροντίδα του εαυτού. Ο λογοθεραπευτής αντιμετωπίζει προβλήματα επικοινωνίας, κατανόησης και έκφρασης του λόγου, αλλά και διαταραχές κατάποσης.

Αντίστοιχα, ο κλινικός ψυχολόγος υποστηρίζει τον ασθενή στη διαχείριση των γνωσιακών και συναισθηματικών δυσκολιών, ενώ ο διαιτολόγος παρέχει διατροφική καθοδήγηση. Ο κοινωνικός λειτουργός διευκολύνει τη συνεργασία μεταξύ ασθενούς, οικογένειας και θεραπευτικής ομάδας.

Σημαντική είναι επίσης η συμβολή των ορθωτικών και προσθετικών, των νοσηλευτών, των θεραπευτών αναψυχής και των συμβούλων επαγγελματικής αποκατάστασης, οι οποίοι βοηθούν τον ασθενή να επανενταχθεί στην κοινωνική και επαγγελματική ζωή.

Από τον πόνο έως τις γνωσιακές διαταραχές

Οι ανάγκες αποκατάστασης των ογκολογικών ασθενών είναι πολυδιάστατες. Δεν περιορίζονται στην αντιμετώπιση του σωματικού πόνου, αλλά επεκτείνονται στις ψυχολογικές, γνωσιακές και κοινωνικές επιπτώσεις της νόσου.

Μεταξύ των συχνότερων προβλημάτων περιλαμβάνονται οι αρθραλγίες, ο πόνος στη μέση και στον αυχένα, η μυϊκή αδυναμία, οι νευροπάθειες, η κόπωση, η ίνωση μετά από χημειοθεραπεία ή ακτινοθεραπεία και το λεμφοίδημα.

Παράλληλα, ενδέχεται να εμφανιστούν διαταραχές στη λειτουργία του εντέρου και της ουροδόχου κύστης, δερματικές επιπλοκές μετά την ακτινοβολία, προβλήματα ύπνου, στοματίτιδα και δυσκολία στο άνοιγμα της γνάθου.

Ιδιαίτερη αναφορά αξίζει στο φαινόμενο του «χημειοεγκεφάλου» (chemo brain), το οποίο περιγράφει γνωσιακές δυσκολίες που μπορεί να σχετίζονται με την αντικαρκινική θεραπεία. Προβλήματα μνήμης, συγκέντρωσης, οργάνωσης και επεξεργασίας πληροφοριών είναι δυνατόν να επηρεάσουν σημαντικά την καθημερινότητα.

Οι επιπτώσεις αυτές συχνά συνοδεύονται από άγχος, κατάθλιψη και κοινωνική απομόνωση, δημιουργώντας ένα σύνθετο φορτίο για τον ασθενή και το οικογενειακό του περιβάλλον.

Η φυσική άσκηση ως εργαλείο αποκατάστασης

Η σωματική δραστηριότητα αποτελεί βασικό στοιχείο της ογκολογικής αποκατάστασης. Η κατάλληλα σχεδιασμένη και προσαρμοσμένη στις δυνατότητες κάθε ασθενούς άσκηση μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση της φυσικής κατάστασης, στην ενδυνάμωση των μυών και στη διατήρηση της κινητικότητας. Παράλληλα, βοηθά στην αντιμετώπιση της κόπωσης και στον περιορισμό των συνεπειών της παρατεταμένης ακινησίας. Η βελτίωση της φυσικής λειτουργικότητας μπορεί να έχει θετικό αντίκτυπο όχι μόνο στη σωματική υγεία, αλλά και στην ψυχολογική κατάσταση, στη γνωσιακή λειτουργία και στην κοινωνική συμμετοχή.

Η ποιότητα ζωής, άλλωστε, δεν αποτελεί μονοδιάστατη έννοια. Περιλαμβάνει τη φυσική, τη συναισθηματική, τη γνωσιακή και την κοινωνική ευεξία. Για τον λόγο αυτό, η αποκατάσταση πρέπει να αντιμετωπίζει τον ασθενή ως σύνολο και όχι αποκλειστικά ως φορέα μιας νόσου.

Η αποκατάσταση δεν έχει ημερομηνία λήξης

Ένα πρόγραμμα ογκολογικής αποκατάστασης δεν ακολουθεί ένα ενιαίο χρονοδιάγραμμα για όλους. Η διάρκειά του εξαρτάται από το είδος του καρκίνου, τις θεραπείες που έχουν προηγηθεί, τη γενική κατάσταση του ασθενούς και τις λειτουργικές δυσκολίες που αντιμετωπίζει.

Ορισμένες παρενέργειες είναι προσωρινές και εμφανίζονται κατά τη διάρκεια ή αμέσως μετά τη θεραπεία. Άλλες, όμως, μπορεί να εκδηλωθούν πολύ αργότερα, ακόμη και αρκετά χρόνια μετά την ολοκλήρωσή της, επηρεάζοντας την καθημερινή ζωή.

Επομένως, η ανάγκη για αποκατάσταση δεν αφορά αποκλειστικά την περίοδο της ενεργού νόσου. Μπορεί να προκύψει σε οποιοδήποτε στάδιο της διαδρομής ενός ανθρώπου που έχει αντιμετωπίσει τον καρκίνο. Το σημαντικό είναι να υπάρχει έγκαιρη αξιολόγηση, εξατομικευμένος σχεδιασμός και συστηματική παρακολούθηση, ώστε οι παρεμβάσεις να προσαρμόζονται στις μεταβαλλόμενες ανάγκες του ασθενούς. Η ογκολογική αποκατάσταση υπενθυμίζει ότι η επιτυχία της αντιμετώπισης του καρκίνου δεν αφορά μόνο τη θεραπευτική διαχείριση της νόσου. Αφορά και τη δυνατότητα του ανθρώπου να ζήσει ξανά με αυτονομία, αξιοπρέπεια και ενεργή συμμετοχή στην καθημερινότητα. Γιατί η φροντίδα δεν τελειώνει όταν ολοκληρώνεται η θεραπεία· συνεχίζεται με στόχο μια καλύτερη ζωή.

Η ψυχαγωγία, η πολιτιστική συμμετοχή και η επαφή με την τοπική κοινωνία αποτελούν ουσιαστικές διαστάσεις μιας καθημερινότητας με περισσότερες δυνατότητες, επιλογές και ευκαιρίες. Η πρόσβαση στον κινηματογράφο και στον πολιτισμό είναι δικαίωμα όλων, ενώ κάθε εξωτερική δράση ενισχύει την αυτονομία, την κοινωνικοποίηση και την ποιότητα ζωής των ωφελουμένων





Η μαγεία των Χριστουγέννων ταξίδεψε το ΚΔΗΦ ANIMUS στον κόσμο του κινηματογράφου

Μια ξεχωριστή εξωτερική δράση στο Village Cinemas Λάρισας έδωσε στους ωφελούμενους την ευκαιρία να απολαύσουν την ταινία «Τα Κάλαντα του Σκρουτζ», συνδυάζοντας την ψυχαγωγία με την κοινωνικοποίηση, τη συντροφικότητα και το πνεύμα των Χριστουγέννων

Πείτε την άποψή σας

Στείλτε μας e-mail

Με τη μαγεία των Χριστουγέννων να αρχίζει να γεμίζει την πόλη και την προσμονή των γιορτών να γίνεται ολοένα και πιο έντονη, μια διαφορετική κινηματογραφική έξοδος αποτέλεσε αφορμή για χαμόγελα, όμορφες στιγμές και κοινές εμπειρίες για τους ωφελούμενους του ΚΔΗΦ ANIMUS. Αυτή τη φορά, το πρόγραμμα της καθημερινότητας περιλάμβανε μια επίσκεψη στο Village Cinemas της Λάρισας, όπου η παρέα του ΚΔΗΦ είχε την ευκαιρία να απολαύσει μια χριστουγεννιάτικη κινηματογραφική προβολή.

Η ταινία «Τα Κάλαντα του Σκρουτζ» αποτέλεσε την ιδανική επιλογή για την περίσταση, μεταφέροντας τους συμμετέχοντες σε έναν κόσμο γεμάτο γιορτινές εικόνες, συναισθήματα και μηνύματα. Μέσα από μια ιστορία που συνδέεται με τη χριστουγεννιάτικη παράδοση, οι ωφελούμενοι ήρθαν σε επαφή με αξίες που αποκτούν ιδιαίτερη σημασία αυτή την περίοδο του χρόνου: την αγάπη, την προσφορά, την αλληλεγγύη και την ανθρώπινη επικοινωνία

Η κινηματογραφική εμπειρία δεν περιορίστηκε, ωστόσο, στην παρακολούθηση μιας ταινίας. Η ίδια η έξοδος αποτέλεσε ένα σημαντικό κομμάτι της δραστηριότητας, καθώς έδωσε στους ωφελούμενους τη δυνατότητα να αλλάξουν παραστάσεις, να επισκεφθούν έναν χώρο ψυχαγωγίας της πόλης και να μοιραστούν μια εμπειρία έξω από το γνώριμο περιβάλλον της καθημερινότητάς τους.

Η συμμετοχή σε δραστηριότητες που πραγματοποιούνται στην κοινότητα έχει ιδιαίτερη σημασία για την ενίσχυση της κοινωνικής παρουσίας και της αυτονομίας των ατόμων με αναπηρία. Μια επίσκεψη στον κινηματογράφο, όπως και κάθε άλλη οργανωμένη εξωτερική δραστηριότητα, προσφέρει ευκαιρίες εξοικείωσης με δημόσιους χώρους, κοινωνικής αλληλεπίδρασης και συμμετοχής σε εμπειρίες που αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής όλων των ανθρώπων.

Παράλληλα, τέτοιες πρωτοβουλίες ενισχύουν την επικοινωνία και τις σχέσεις μεταξύ των ωφελουμένων. Η κοινή παρακολούθηση μιας ταινίας, η ανταλλαγή εντυπώσεων και η χαρά της παρέας δημιουργούν ένα περιβάλλον θετικών συναισθημάτων, στο οποίο κάθε συμμετέχων έχει την ευκαιρία να απολαύσει τη στιγμή και να αισθανθεί ενεργό μέλος μιας ομάδας.

Ιδιαίτερα κατά την περίοδο των Χριστουγέννων, η σημασία αυτών των στιγμών γίνεται ακόμη μεγαλύτερη. Οι γιορτές δεν βρίσκονται μόνο στα στολισμένα δέντρα, στα φωτάκια και στις κινηματογραφικές ιστορίες. Βρίσκονται κυρίως στις ανθρώπινες σχέσεις, στη διάθεση για μοίρασμα, στη συντροφικότητα και στις μικρές καθημερινές εμπειρίες που αποκτούν ξεχωριστή αξία όταν τις ζούμε μαζί.

Για το ΚΔΗΦ ANIMUS, η συγκεκριμένη δράση εντάσσεται σε μια ευρύτερη φιλοσοφία που δίνει έμφαση όχι μόνο στη φροντίδα και την υποστήριξη, αλλά και στην ποιότητα ζωής των ωφελουμένων. Η ψυχαγωγία, η πολιτιστική συμμετοχή και η επαφή με την τοπική κοινωνία αποτελούν ουσιαστικές διαστάσεις μιας καθημερινότητας με περισσότερες δυνατότητες, επιλογές και ευκαιρίες.

Η δημιουργία συνθηκών για συμμετοχή σε πολιτιστικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες συμβάλλει στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησης και της ανεξαρτησίας, ενώ παράλληλα αναδεικνύει ότι η πρόσβαση στη διασκέδαση και στον πολιτισμό είναι δικαίωμα όλων. Κάθε τέτοια έξοδος αποτελεί μια ακόμη ευκαιρία να διευρύνονται οι εμπειρίες, να καλλιεργούνται κοινωνικές δεξιότητες και να ενισχύεται η σύνδεση των ωφελουμένων με την πόλη και τους ανθρώπους της.

Η επίσκεψη στο Village Cinemas της Λάρισας άφησε πίσω της κάτι περισσότερο από μια όμορφη κινηματογραφική ανάμνηση. Ανέδειξε την αξία της συμμετοχής, της παρέας και της δυνατότητας κάθε ανθρώπου να απολαμβάνει μικρές και μεγάλες στιγμές της ζωής.

Γιατί τελικά, η πραγματική μαγεία των Χριστουγέννων δεν βρίσκεται μόνο στις ιστορίες της μεγάλης οθόνης, αλλά και στις στιγμές που μοιραζόμαστε. Και αυτή η κινηματογραφική έξοδος του ΚΔΗΦ ANIMUS ήταν μια τέτοια στιγμή: γεμάτη χαμόγελα, γιορτινή διάθεση και την ομορφιά του να είμαστε όλοι μαζί.



Περίπου 15 εκατομμύρια παιδιά γεννιούνται πρόωρα κάθε χρόνο παγκοσμίως, ενώ η εξειδικευμένη νεογνολογική φροντίδα και η επιστημονική πρόοδος αυξάνουν τις δυνατότητες επιβίωσης και υγιούς ανάπτυξής τους

Η συστηματική παρακολούθηση της υγείας, της κινητικής και νευροαναπτυξιακής εξέλιξης, της όρασης, της ακοής και της διατροφής είναι καθοριστική για την έγκαιρη αναγνώριση



ΠΡΟΩΡΟΤΗΤΑ

Η μάχη για μια ζωή που ξεκινά πριν από την ώρα της

Η επιστημονική πρόοδος, η φροντίδα των πρόωρων βρεφών και η ανάγκη για συνεχή υποστήριξη των γονιών

Υπάρχουν μωρά που δεν περιμένουν να συμπληρωθούν οι εννέα μήνες για να αντικρίσουν τον κόσμο. Γεννιούνται νωρίτερα, κάποιες φορές πολύ νωρίτερα, και από τα πρώτα λεπτά της ζωής τους καλούνται να δώσουν τη δική τους μάχη. Μια μάχη που ξεκινά σε μια θερμοκοιτίδα, συνεχίζεται μέσα από την εξειδικευμένη φροντίδα των γιατρών και των νοσηλευτών και, για αρκετές οικογένειες, παραμένει μια καθημερινή διαδρομή αγωνίας, υπομονής και ελπίδας ακόμη και μετά την έξοδο από το νοσοκομείο.

Η προωρότητα δεν αποτελεί ένα σπάνιο φαινόμενο ούτε μια υπόθεση που αφορά αποκλειστικά τις πρώτες ημέρες μετά τη γέννηση. Είναι ένα σημαντικό ζήτημα δημόσιας υγείας, με ιατρικές, κοινωνικές και συναισθηματικές προεκτάσεις. Πίσω από κάθε πρόωρο νεογνό βρίσκεται μια οικογένεια που χρειάζεται ενημέρωση, στήριξη και πρόσβαση σε εξειδικευμένες υπηρεσίες, αλλά και ένα παιδί που δικαιούται τις καλύτερες δυνατές προϋποθέσεις για να μεγαλώσει και να αναπτυχθεί.

Ο Νοέμβριος έχει καθιερωθεί ως μήνας ευαισθητοποίησης για την προωρότητα, με την Παγκόσμια Ημέρα Προωρότητας να αποτελεί το σημαντικότερο σημείο αναφοράς. Το 2026, μάλιστα, η Παγκόσμια Ημέρα τιμάται στις 15 Νοεμβρίου, καθώς ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας έχει μεταφέρει επισήμως τον εορτασμό από τις 17 Νοεμβρίου, ημερομηνία που είχε συνδεθεί επί χρόνια με τη συγκεκριμένη πρωτοβουλία. Το μήνυμα της φετινής εκστρατείας είναι «Μικρά μωρά, μεγάλες δυνατότητες – Επενδύουμε στην παρακολούθηση για να προστατεύσουμε το μέλλον τους».

Το μήνυμα αυτό αποτυπώνει μια βασική πραγματικότητα: η φροντίδα ενός πρόωρου μωρού δεν ολοκληρώνεται όταν καταφέρει να αναπνεύσει χωρίς μηχανική υποστήριξη ή όταν πάρει εξιτήριο από τη Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών. Αντίθετα, τότε αρχίζει ένα νέο κεφάλαιο, στο οποίο η συστηματική παρακολούθηση και η έγκαιρη παρέμβαση μπορούν να παίξουν καθοριστικό ρόλο.

Τι σημαίνει να γεννηθεί ένα παιδί πρόωρα

Ως πρόωρος χαρακτηρίζεται ο τοκετός που πραγματοποιείται πριν από τη συμπλήρωση 37 εβδομάδων κύησης. Μια φυσιολογική εγκυμοσύνη διαρκεί περίπου 40 εβδομάδες και κάθε εβδομάδα που το έμβρυο παραμένει στη μήτρα είναι σημαντική για την ανάπτυξη των οργάνων και των συστημάτων του οργανισμού του.

Η προωρότητα διακρίνεται σε επιμέρους κατηγορίες, ανάλογα με την ηλικία κύησης κατά τη γέννηση. Τα μωρά που γεννιούνται μεταξύ 34ης και 36ης εβδομάδας χαρακτηρίζονται ως όψιμα πρόωρα, εκείνα που γεννιούνται μεταξύ 32ης και 34ης εβδομάδας ως μέτρια πρόωρα, ενώ τα νεογνά που έρχονται στον κόσμο πριν από τις 32 εβδομάδες θεωρούνται πολύ πρόωρα. Ιδιαίτερη κατηγορία αποτελούν τα εξαιρετικά πρόωρα βρέφη, που γεννιούνται πριν από τη συμπλήρωση 28 εβδομάδων.

Η διαφορά λίγων εβδομάδων μπορεί να είναι καθοριστική. Όσο μικρότερη είναι η ηλικία κύησης, τόσο μεγαλύτερη είναι συνήθως η ανάγκη για εξειδικευμένη υποστήριξη, καθώς το σώμα του νεογνού δεν έχει ολοκληρώσει την ανάπτυξη που απαιτείται για την αυτόνομη λειτουργία του έξω από τη μήτρα.

Οι πνεύμονες, ο εγκέφαλος, το ανοσοποιητικό σύστημα, το πεπτικό σύστημα και η ικανότητα ρύθμισης της θερμοκρασίας είναι ορισμένα από τα συστήματα που μπορεί να χρειάζονται επιπλέον χρόνο και ιατρική υποστήριξη. Αυτό δεν σημαίνει ότι όλα τα πρόωρα μωρά θα αντιμετωπίσουν προβλήματα. Η πορεία κάθε παιδιού είναι διαφορετική και εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, με σημαντικότερους την εβδομάδα γέννησης, το βάρος, τη γενικότερη κατάσταση της υγείας του και τις επιπλοκές που ενδεχομένως θα παρουσιαστούν.

Ένα παγκόσμιο ζήτημα δημόσιας υγείας

Οι αριθμοί αποτυπώνουν το μέγεθος του ζητήματος. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, περίπου 15 εκατομμύρια παιδιά γεννιούνται πρόωρα κάθε χρόνο σε όλο τον κόσμο. Αυτό σημαίνει ότι περίπου ένα στα δέκα νεογνά έρχεται στη ζωή πριν από την ολοκλήρωση των 37 εβδομάδων κύησης.

Οι επιπλοκές της προωρότητας συγκαταλέγονται στις κυριότερες αιτίες θανάτου παιδιών κάτω των πέντε ετών παγκοσμίως. Ωστόσο, η πρόσβαση σε κατάλληλη περίθαλψη, η εξειδικευμένη νεογνολογική φροντίδα και η έγκαιρη αντιμετώπιση των προβλημάτων μπορούν να βελτιώσουν σημαντικά τις πιθανότητες επιβίωσης και υγιούς ανάπτυξης.

Ιδιαίτερα σημαντικές είναι οι ανισότητες μεταξύ των χωρών. Η επιβίωση ενός πρόωρου νεογνού δεν εξαρτάται μόνο από την ηλικία κύησης και τη φυσική του κατάσταση, αλλά και από το πού γεννιέται, από το εάν υπάρχει διαθέσιμη μονάδα εξειδικευμένης φροντίδας και από το κατά πόσο η οικογένειά του μπορεί να έχει πρόσβαση σε υπηρεσίες υγείας.

Η επιστημονική πρόοδος έχει αλλάξει σημαντικά τα δεδομένα των τελευταίων δεκαετιών. Βρέφη που παλαιότερα είχαν ελάχιστες πιθανότητες επιβίωσης μπορούν σήμερα, υπό συγκεκριμένες προϋποθέσεις, να ξεπεράσουν σοβαρές δυσκολίες και να αναπτυχθούν. Η εξέλιξη των αναπνευστικών τεχνικών, η βελτίωση της διατροφικής υποστήριξης, η πρόληψη και αντιμετώπιση των λοιμώξεων και η εξειδίκευση των νεογνολόγων έχουν συμβάλει καθοριστικά σε αυτή την αλλαγή.

Η ενημέρωση, η συμμετοχή στη φροντίδα του νεογνού, η ψυχολογική ενδυνάμωση και η πρόσβαση σε εξειδικευμένες υπηρεσίες βοηθούν ολόκληρη την οικογένεια να αντιμετωπίσει τις προκλήσεις της προωρότητας. Η ενίσχυση της προγεννητικής παρακολούθησης, η στελέχωση των Μονάδων Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών με εξειδικευμένο προσωπικό και η δημιουργία οργανωμένων υπηρεσιών υποστήριξης μπορούν να περιορίσουν



Γιατί ένα μωρό μπορεί να γεννηθεί πρόωρα

Τα αίτια του πρόωρου τοκετού είναι σύνθετα και δεν είναι πάντοτε δυνατό να προσδιοριστούν με ακρίβεια. Σε αρκετές περιπτώσεις ο τοκετός ξεκινά αυτόματα, ενώ σε άλλες οι γιατροί κρίνουν απαραίτητο να προχωρήσουν σε πρόωρη γέννηση, όταν η συνέχιση της εγκυμοσύνης ενδέχεται να θέσει σε κίνδυνο τη μητέρα ή το έμβρυο. Μεταξύ των παραγόντων που έχουν συσχετιστεί με αυξημένο κίνδυνο περιλαμβάνονται οι πολύδυμες κυήσεις, ορισμένες λοιμώξεις, η υπέρταση και η προεκλαμψία, ο σακχαρώδης διαβήτης, προβλήματα στον τράχηλο ή στον πλακούντα, καθώς και ένα προηγούμενο ιστορικό πρόωρου τοκετού. Παράλληλα, η ηλικία της εγκύου, ορισμένες χρόνιες παθήσεις, το κάπνισμα και άλλοι παράγοντες που σχετίζονται με τον τρόπο ζωής και τις κοινωνικοοικονομικές συνθήκες μπορούν να επηρεάσουν την έκβαση μιας εγκυμοσύνης.

Αξίζει να σημειωθεί ότι η ύπαρξη ενός ή περισσότερων παραγόντων κινδύνου δεν σημαίνει απαραίτητα ότι θα υπάρξει πρόωρος τοκετός. Αντίστοιχα, πρόωρος τοκετός μπορεί να συμβεί και σε γυναίκες χωρίς γνωστό ιστορικό ή εμφανείς επιβαρυντικούς παράγοντες.

Γι' αυτό η τακτική προγεννητική παρακολούθηση έχει ιδιαίτερη σημασία. Η έγκαιρη αναγνώριση προβλημάτων, η αντιμετώπιση πιθανών λοιμώξεων, η σωστή διαχείριση χρόνιων νοσημάτων και η παρακολούθηση της πορείας της εγκυμοσύνης αποτελούν βασικά στοιχεία για την προστασία της μητέρας και του παιδιού.

Η ενημέρωση έχει επίσης καθοριστική σημασία. Κάθε έγκυος πρέπει να γνωρίζει ότι συμπτώματα όπως οι τακτικές συσπάσεις πριν από την ώρα τους, η απώλεια υγρών ή η αιμορραγία χρειάζονται άμεση επικοινωνία με τον γιατρό και αξιολόγηση.

Η θερμοκοιτίδα και η μάχη των πρώτων ημερών

Για τους γονείς ενός πρόωρου μωρού, η πρώτη επαφή με τη Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών είναι συχνά μια εμπειρία που δεν μοιάζει με όσα είχαν φανταστεί κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης.

Αντί να κρατήσουν αμέσως το παιδί τους στην αγκαλιά τους, μπορεί να βρεθούν μπροστά σε μια θερμοκοιτίδα, περιτριγυρισμένη από μηχανήματα παρακολούθησης, καλώδια και σωληνάκια. Οι πρώτες ημέρες μπορεί να είναι ιδιαίτερα δύσκολες, καθώς η αγωνία για την πορεία του νεογνού εναλλάσσεται με την ανακούφιση κάθε φορά που καταγράφεται ένα μικρό βήμα προόδου. Η θερμοκοιτίδα δημιουργεί ένα ελεγχόμενο περιβάλλον, στο οποίο διατηρούνται κατάλληλες συνθήκες θερμοκρασίας και υγρασίας. Ανάλογα με τις ανάγκες του κάθε βρέφους, μπορεί να απαιτηθεί αναπνευστική υποστήριξη, χορήγηση οξυγόνου, ενδοφλέβια διατροφή, ειδική σίτιση και συνεχής παρακολούθηση των ζωτικών λειτουργιών.

Ένα από τα συχνότερα προβλήματα στα πολύ πρόωρα βρέφη είναι η αναπνευστική δυσχέρεια, καθώς οι πνεύμονες δεν έχουν ολοκληρώσει την ωρίμανσή τους. Επίσης, μπορεί να παρουσιαστούν δυσκολίες στη διατήρηση της θερμοκρασίας, στη σίτιση και στην αντιμετώπιση λοιμώξεων. Οι γιατροί και οι νοσηλευτές των μονάδων νεογνών παρακολουθούν διαρκώς την κατάσταση του παιδιού και προσαρμόζουν τη θεραπευτική προσέγγιση στις ανάγκες του. Δεν υπάρχει μία ενιαία πορεία για όλα τα πρόωρα μωρά. Κάποια χρειάζονται ολιγοήμερη παρακολούθηση, ενώ άλλα παραμένουν στο νοσοκομείο για εβδομάδες ή και μήνες.

Η νοσηλεία δεν αφορά μόνο την αντιμετώπιση των άμεσων προβλημάτων. Στόχος είναι να εξασφαλιστούν οι προϋποθέσεις ώστε το βρέφος να μπορεί να αναπνέει, να τρέφεται, να διατηρεί τη θερμοκρασία του και να αναπτύσσεται με ασφάλεια.

Η δύναμη της επαφής και η συμμετοχή των γονιών

Η ιατρική φροντίδα είναι αναντικατάστατη, αλλά εξίσου σημαντική είναι η παρουσία των γονιών. Η σύγχρονη νεογνολογική προσέγγιση αναγνωρίζει ότι οι γονείς δεν πρέπει να αντιμετωπίζονται απλώς ως επισκέπτες στη Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών. Αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της φροντίδας του παιδιού τους. Ιδιαίτερη θέση έχει η μέθοδος «Καγκουρό», η οποία βασίζεται στην επαφή δέρμα με δέρμα ανάμεσα στο νεογνό και τον γονέα, όταν η κλινική κατάσταση του βρέφους το επιτρέπει και υπό την καθοδήγηση της ιατρικής ομάδας.

Η μέθοδος αυτή μπορεί να συμβάλει στη σταθεροποίηση της θερμοκρασίας και της αναπνοής, στη βελτίωση του θηλασμού και στην ενίσχυση του συναισθηματικού δεσμού. Παράλληλα, προσφέρει στους γονείς τη δυνατότητα να αισθανθούν ότι συμμετέχουν ενεργά στη φροντίδα του παιδιού τους. Ο μητρικός θηλασμός, όταν είναι εφικτός, αποτελεί επίσης σημαντικό κομμάτι της φροντίδας. Το μητρικό γάλα έχει ιδιαίτερη αξία για τα πρόωρα βρέφη, καθώς περιέχει συστατικά που υποστηρίζουν την άμυνα του οργανισμού και την ανάπτυξή τους. Σε ορισμένες περιπτώσεις απαιτείται ειδική ενίσχυση της διατροφής ή διαφορετικός τρόπος χορήγησης, ανάλογα με την ηλικία και τις ανάγκες του νεογνού.

Από την άλλη πλευρά, οι γονείς χρειάζονται ψυχολογική υποστήριξη. Η αβεβαιότητα, η παρατεταμένη νοσηλεία, η αδυναμία άμεσης επαφής με το παιδί και ο φόβος για την εξέλιξή του μπορούν να προκαλέσουν έντονη συναισθηματική επιβάρυνση.

Η ενημέρωση από την ιατρική ομάδα, η συμμετοχή στις καθημερινές διαδικασίες φροντίδας και η πρόσβαση σε ψυχολογική υποστήριξη μπορούν να κάνουν αυτή τη διαδρομή λιγότερο μοναχική.

Η έξοδος από τη ΜΕΝΝ δεν σημαίνει το τέλος της διαδρομής

Η ημέρα που ένα πρόωρο μωρό παίρνει εξιτήριο αποτελεί για πολλούς γονείς μια από τις πιο συγκινητικές στιγμές. Μετά από εβδομάδες ή μήνες μέσα στο νοσοκομείο, οι γονείς επιστρέφουν στο σπίτι έχοντας πλέον το παιδί τους στην αγκαλιά τους. Ωστόσο, μαζί με τη χαρά έρχονται και νέες ευθύνες, ερωτήματα και ανησυχίες.

Πώς θα σιτίζεται; Πώς θα παρακολουθείται το βάρος του; Ποια σημάδια πρέπει να κινητοποιήσουν τους γονείς; Πότε θα πρέπει να γίνει η επόμενη εξέταση; Είναι ερωτήματα που χρειάζονται σαφείς απαντήσεις πριν από την έξοδο από το νοσοκομείο. Η παρακολούθηση των πρόωρων βρεφών μετά το εξιτήριο αποτελεί πλέον βασικό πυλώνα της σύγχρονης φροντίδας.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας υπογραμμίζει ότι η υποστήριξη δεν πρέπει να διακόπτεται με την αποχώρηση από τη Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών. Αντίθετα, απαιτείται συντονισμένη παρακολούθηση της υγείας, της ανάπτυξης και των αναγκών κάθε παιδιού. Στο πλαίσιο αυτό, σημαντικό ρόλο έχουν οι τακτικές επισκέψεις στον παιδίατρο και, όπου χρειάζεται, σε εξειδικευμένους γιατρούς και επαγγελματίες υγείας.

Η παρακολούθηση μπορεί να περιλαμβάνει ελέγχους της όρασης και της ακοής, αξιολόγηση της κινητικής και νευροαναπτυξιακής εξέλιξης, εκτίμηση της διατροφής και της αύξησης του βάρους, καθώς και έλεγχο της αναπνευστικής λειτουργίας.

Ιδιαίτερη σημασία έχει η έγκαιρη αναγνώριση πιθανών αναπτυξιακών δυσκολιών. Η φυσικοθεραπεία, η εργοθεραπεία και η λογοθεραπεία, όταν υπάρχουν σχετικές ενδείξεις, μπορούν να συμβάλουν στην υποστήριξη του παιδιού. Όσο νωρίτερα εντοπίζονται οι ανάγκες τόσο περισσότερες δυνατότητες υπάρχουν για κατάλληλη παρέμβαση.

Επίσης, η αξιολόγηση της ανάπτυξης δεν πρέπει να γίνεται πάντοτε με τα ίδια χρονικά κριτήρια που χρησιμοποιούνται για τα τελειόμηνα παιδιά. Για αρκετό διάστημα οι ειδικοί λαμβάνουν υπόψη τη διορθωμένη ηλικία, δηλαδή την ηλικία που θα είχε το παιδί εάν είχε γεννηθεί στην προβλεπόμενη ημερομηνία τοκετού. Με αυτόν τον τρόπο η αξιολόγηση είναι πιο αντιπροσωπευτική της πραγματικής αναπτυξιακής του πορείας.

Οι γονείς χρειάζονται στήριξη, όχι μόνο οδηγίες

Η προωρότητα δεν επηρεάζει μόνο το νεογνό. Επηρεάζει ολόκληρη την οικογένεια και συχνά αλλάζει την καθημερινότητα των γονιών για μεγάλο χρονικό διάστημα.

Η μητέρα μπορεί να βιώνει ενοχές, αναρωτώμενη εάν έκανε κάτι που συνέβαλε στον πρόωρο τοκετό. Ο πατέρας μπορεί να προσπαθεί να ισορροπήσει ανάμεσα στη δουλειά, στις ανάγκες της οικογένειας και στις επισκέψεις στο νοσοκομείο. Τα υπόλοιπα παιδιά της οικογένειας ενδεχομένως δυσκολεύονται να κατανοήσουν γιατί το νέο μέλος δεν βρίσκεται ακόμη στο σπίτι.

Σε αυτή τη διαδρομή, η ψυχολογική υποστήριξη δεν αποτελεί πολυτέλεια, αλλά ουσιαστική ανάγκη. Η δυνατότητα των γονιών να μοιραστούν τους φόβους τους, να μιλήσουν με ειδικούς και να έρθουν σε επαφή με άλλες οικογένειες που έχουν βιώσει αντίστοιχες εμπειρίες μπορεί να τους βοηθήσει σημαντικά.

Παράλληλα, χρειάζεται να ενισχυθούν οι υπηρεσίες που διευκολύνουν τη μετάβαση από το νοσοκομείο στο σπίτι. Η ενημέρωση, η καθοδήγηση για την καθημερινή φροντίδα και η εξασφάλιση πρόσβασης στις απαραίτητες εξετάσεις και θεραπείες είναι στοιχεία που δεν πρέπει να εξαρτώνται από την οικονομική δυνατότητα ή τον τόπο κατοικίας της οικογένειας.

Για τις οικογένειες της περιφέρειας, το ζήτημα έχει και μια επιπλέον διάσταση. Η πρόσβαση σε εξειδικευμένες υπηρεσίες μπορεί να απαιτεί μετακινήσεις προς μεγαλύτερα νοσοκομεία και αστικά κέντρα, με ό,τι αυτό συνεπάγεται σε χρόνο, κόστος και ψυχική επιβάρυνση. Η ύπαρξη ενός οργανωμένου δικτύου παρακολούθησης και συνεργασίας μεταξύ των δομών υγείας μπορεί να αποδειχθεί καθοριστική.

Η 20ή Νοεμβρίου είναι η Παγκόσμια Ημέρα για τα Δικαιώματα του Παιδιού, υπενθυμίζοντας την ανάγκη προστασίας κάθε παιδιού από τη βία, την κακοποίηση και τις διακρίσεις, καθώς και τη διασφάλιση ίσων ευκαιριών στην εκπαίδευση, την υγεία και την κοινωνική ζωή





ΚΑΘΕ ΠΑΙΔΙ ΕΧΕΙ ΦΩΝΗ ΚΑΙ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ

Μήνυμα ευαισθητοποίησης από το ΚΔΗΦ ANIMUS για την Παγκόσμια Ημέρα για τα Δικαιώματα του Παιδιού

Με μια δράση ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης, το ΚΔΗΦ ANIMUS τίμησε την Παρασκευή 20 Νοεμβρίου την Παγκόσμια Ημέρα για τα Δικαιώματα του Παιδιού, αναδεικνύοντας την ανάγκη προστασίας, αποδοχής, ισότητας και ουσιαστικού σεβασμού της παιδικής ηλικίας

Η υπεράσπιση των δικαιωμάτων του παιδιού δεν αποτελεί απλώς μια υποχρέωση της κοινωνίας, αλλά μια καθημερινή ευθύνη όλων μας. Κάθε παιδί, ανεξάρτητα από την καταγωγή, το φύλο, τις προσωπικές του ιδιαιτερότητες, την κοινωνική ή οικονομική κατάσταση της οικογένειάς του, δικαιούται να μεγαλώνει σε ένα περιβάλλον ασφάλειας, αγάπης και αξιοπρέπειας. Δικαιούται να έχει πρόσβαση στην εκπαίδευση και την υγεία, να εκφράζει ελεύθερα τις σκέψεις και τα συναισθήματά του, να συμμετέχει στην κοινωνική ζωή και, πάνω απ' όλα, να προστατεύεται από κάθε μορφή βίας, κακοποίησης, παραμέλησης και διάκρισης.

Με αυτό το ουσιαστικό μήνυμα πραγματοποιήθηκε την Παρασκευή 20 Νοεμβρίου 2026, στο Κέντρο Διημέρευσης και Ημερήσιας Φροντίδας (ΚΔΗΦ) ANIMUS, ειδική δράση ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης, με επίκεντρο τα δικαιώματα κάθε παιδιού και τη σημασία της διασφάλισής τους. Η πρωτοβουλία είχε στόχο να αναδείξει ότι η παιδική ηλικία πρέπει να προστατεύεται έμπρακτα και ότι κανένα παιδί δεν πρέπει να στερείται τις ευκαιρίες, τη φροντίδα και τον σεβασμό που δικαιούται. Μια ημέρα με παγκόσμιο συμβολισμό Η 20ή Νοεμβρίου έχει καθιερωθεί διεθνώς ως Παγκόσμια Ημέρα για τα Δικαιώματα του Παιδιού, καθώς συνδέεται με δύο σημαντικούς σταθμούς στην ιστορία της προστασίας της παιδικής ηλικίας. Στις 20 Νοεμβρίου 1959, η Γενική Συνέλευση των Ηνωμένων Εθνών υιοθέτησε τη Διακήρυξη των Δικαιωμάτων του Παιδιού, ενώ την ίδια ημερομηνία, το 1989, υιοθετήθηκε η Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού, ένα από τα σημαντικότερα διεθνή κείμενα για την κατοχύρωση των δικαιωμάτων των ανηλίκων.

Η Σύμβαση αναγνωρίζει τα παιδιά ως αυτόνομα υποκείμενα δικαιωμάτων και όχι απλώς ως αποδέκτες φροντίδας και προστασίας. Καθορίζει ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο αρχών και υποχρεώσεων για τα κράτη, τις οικογένειες και τους θεσμούς, προκειμένου κάθε παιδί να απολαμβάνει τις προϋποθέσεις που χρειάζεται για την ομαλή σωματική, πνευματική, συναισθηματική και κοινωνική του ανάπτυξη.



Το ΚΔΗΦ ANIMUS πραγματοποίησε την Παρασκευή 20 Νοεμβρίου δράση ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης, αναδεικνύοντας τη σημασία της αποδοχής, της ισότητας, της ελεύθερης έκφρασης και του σεβασμού των δικαιωμάτων κάθε παιδιού

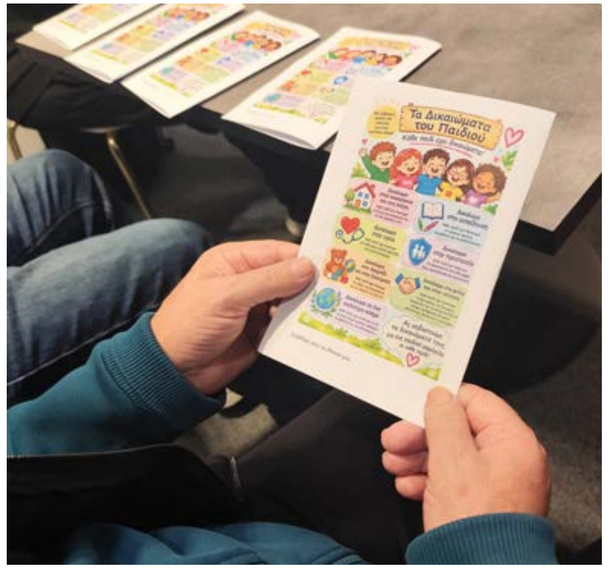


Τέσσερις βασικές αρχές διατρέχουν τη Σύμβαση: η απαγόρευση των διακρίσεων, η προτεραιότητα στο βέλτιστο συμφέρον του παιδιού, το δικαίωμα στη ζωή, την επιβίωση και την ανάπτυξη, καθώς και ο σεβασμός της γνώμης και της συμμετοχής του παιδιού στις αποφάσεις που το αφορούν.

Η σημασία της ημέρας, ωστόσο, δεν περιορίζεται στην ιστορική της διάσταση. Αποτελεί μια ευκαιρία να αξιολογηθεί η στάση της σύγχρονης κοινωνίας απέναντι στα παιδιά, να αναγνωριστούν προβλήματα που εξακολουθούν να υπάρχουν και να ενισχυθεί η προσπάθεια για την αντιμετώπιση φαινομένων όπως η παιδική φτώχεια, η ενδοοικογενειακή βία, ο σχολικός εκφοβισμός, η εκμετάλλευση, ο κοινωνικός αποκλεισμός και οι ανισότητες στην πρόσβαση σε βασικές υπηρεσίες.

Παρά τη σημαντική πρόοδο που έχει σημειωθεί σε διεθνές επίπεδο, εκατομμύρια παιδιά εξακολουθούν να αντιμετωπίζουν συνθήκες που απειλούν την ασφάλεια, την υγεία και την ανάπτυξή τους. Γι' αυτό και η ενημέρωση, η πρόληψη και η καλλιέργεια μιας κουλτούρας σεβασμού των δικαιωμάτων τους παραμένουν αναγκαίες.

Στο πλαίσιο της συγκεκριμένης ημέρας, η δράση που πραγματοποιήθηκε στο ΚΔΗΦ ANIMUS επικεντρώθηκε στην ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση γύρω από θεμελιώδη δικαιώματα που πρέπει να αποτελούν αυτονόητη πραγματικότητα για κάθε παιδί. Μέσα από την πρωτοβουλία αναδείχθηκε η ανάγκη να γνωρίζουμε, να αναγνωρίζουμε και κυρίως να υπερασπιζόμαστε τα δικαιώματα της παιδικής ηλικίας, όχι μόνο σε επετειακές ημερομηνίες, αλλά σε κάθε πτυχή της καθημερινότητας. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στο δικαίωμα κάθε παιδιού στην εκπαίδευση, στην υγεία και στην ασφάλεια, καθώς και στην ανάγκη να μεγαλώνει χωρίς αποκλεισμούς και διακρίσεις. Η πρόσβαση στη γνώση, η δυνατότητα ανάπτυξης των προσωπικών ικανοτήτων, η παροχή κατάλληλης φροντίδας και η προστασία από κάθε μορφή βίας αποτελούν βασικές προϋποθέσεις για τη διαμόρφωση μιας υγιούς προσωπικότητας και μιας ισότιμης κοινωνικής παρουσίας



Παράλληλα, στο επίκεντρο της ενημέρωσης βρέθηκε το δικαίωμα των παιδιών στην ελεύθερη έκφραση. Η δυνατότητα να μιλούν, να εκφράζουν τις ανάγκες τους, να διατυπώνουν τις απόψεις τους και να συμμετέχουν σε αποφάσεις που τα αφορούν είναι αναπόσπαστο στοιχείο του σεβασμού της προσωπικότητάς τους. Κανένα παιδί δεν πρέπει να αισθάνεται ότι η φωνή του δεν έχει σημασία ή ότι οι σκέψεις και τα συναισθήματά του δεν αξίζουν να ακουστούν.

Το μήνυμα που αναδείχθηκε ήταν σαφές: η προστασία των παιδιών δεν αφορά μόνο την αποτροπή κινδύνων, αλλά και τη δημιουργία των κατάλληλων συνθηκών ώστε να μπορούν να αναπτύσσονται, να ονειρεύονται, να μαθαίνουν και να διεκδικούν το μέλλον που τους αξίζει. Ιδιαίτερη σημασία έχει, επίσης, η καλλιέργεια μιας κοινωνικής κουλτούρας αποδοχής και συμπερίληψης. Η διαφορετικότητα δεν μπορεί να αποτελεί αιτία αποκλεισμού, αλλά αφορμή για περισσότερη κατανόηση, αλληλεγγύη και σεβασμό. Κάθε παιδί έχει τη δική του προσωπικότητα, τις δικές του δυνατότητες, τις δικές του ανάγκες και τον δικό του τρόπο να επικοινωνεί με τον κόσμο. Η κοινωνία οφείλει να αναγνωρίζει αυτή την πραγματικότητα και να εξασφαλίζει ότι κανείς δεν μένει πίσω.

Η συγκεκριμένη πρωτοβουλία στο ΚΔΗΦ ANIMUS ανέδειξε ακριβώς αυτή την ανάγκη: να αντιμετωπίζουμε τα δικαιώματα των παιδιών ως μια ζωντανή καθημερινή υποχρέωση. Η ενημέρωση αποτελεί το πρώτο βήμα, όμως η ουσιαστική αλλαγή έρχεται μέσα από τη στάση των ενηλίκων, τη λειτουργία των θεσμών, την εκπαιδευτική κοινότητα και τη συνεργασία όλων όσοι έχουν ευθύνη απέναντι στη νέα γενιά. Η ευθύνη της κοινωνίας απέναντι στη νέα γενιά Η Παγκόσμια Ημέρα για τα Δικαιώματα του Παιδιού υπενθυμίζει ότι η παιδική προστασία δεν μπορεί να αποτελεί αποκλειστική υπόθεση της οικογένειας. Απαιτεί τη συμμετοχή της πολιτείας, των εκπαιδευτικών και κοινωνικών δομών, των επαγγελματιών υγείας, των οργανισμών και κάθε πολίτη ξεχωριστά.

Η πρόληψη της κακοποίησης, η αντιμετώπιση του σχολικού εκφοβισμού, η προστασία από την ψηφιακή βία, η καταπολέμηση των διακρίσεων και η διασφάλιση της ισότιμης πρόσβασης σε υπηρεσίες εκπαίδευσης και υγείας αποτελούν ζητήματα που χρειάζονται διαρκή εγρήγορση. Ταυτόχρονα, η ενίσχυση της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης των παιδιών και των οικογενειών τους είναι καθοριστική για τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος που προσφέρει ασφάλεια και σταθερότητα.

Η ευαισθητοποίηση αποκτά ακόμη μεγαλύτερη αξία όταν μετατρέπεται σε καθημερινή συμπεριφορά. Όταν ακούμε ένα παιδί χωρίς να το διακόπτουμε, όταν σεβόμαστε τη διαφορετικότητά του, όταν του δίνουμε χώρο να συμμετέχει και όταν παρεμβαίνουμε απέναντι σε οποιαδήποτε μορφή αδικίας, τότε τα δικαιώματα παύουν να είναι απλές διατυπώσεις και γίνονται πράξη.


ANIMUS
ΚΥΑΝΟΥΣ ΣΤΑΥΡΟΣ
Η εμπειρία σας μας βοηθά
να γινόμαστε κάθε μέρα καλύτεροι.
ΣΚΑΝΑΡΕΤΕ ΕΔΩ
και αφήστε μας την αξιολόγησή σας
στο Google!
Η ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΣΑΣ
ΜΑΣ ΕΜΠΝΕΕΙ
ΝΑ ΣΥΝΕΧΙΖΟΥΜΕ
ΜΕ ΠΑΘΟΣ
ΚΑΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑ.
Ευχαριστούμε
για την
υποστήριξή σας!
Κάθε κριτική είναι ένα βήμα μπροστά
για εμάς και για εσάς!
ΕΞΑΤΟΜΙΚΕΥΜΕΝΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ
ΕΜΠΕΙΡΟ & ΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ
ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ
ΣΤΟΧΟΣ ΜΑΣ Η ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ ΣΑΣ
ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΟΥ ΕΙΣΤΕ ΜΕΡΟΣ ΤΗΣ ΟΜΑΔΑΣ ΜΑΣ!