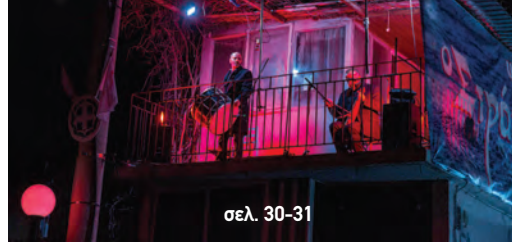




«ΓΙΑΝΝΗΣ ΓΑΪΤΗΣ:  
Η ΟΥΣΙΑ ΤΟΥ  
ΑΠΡΟΣΩΠΟΥ»  
στο Ίδρυμα  
B. & M.  
Θεοχαράκη

σελ. 32-33

Η Ελευσίνα είναι Πολιτιστική  
Πρωτεύουσα της Ευρώπης 2023



σελ. 30-31

ΑΝΔΡΕΑΣ  
ΚΑΤΣΙΓΙΑΝΝΗΣ

«Οι ερμηνευτές  
έχουν τον ρόλο  
ενός οργάνου»

σελ. 29

ΚΥΡΙΑΚΑΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ // ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

# FREE SUNDAY



ΕΛΛΑΔΑ - Ε.Ε.

## ΤΟ ΤΡΙΤΟ ΣΟΚ

ΟΙ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΜΗΤΣΟΤΑΚΗ ΣΤΡΕΦΟΝΤΑΙ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΚΡΑΤΟΥΣ ΔΙΚΑΙΟΥ

Ο ΑΥΤΑΡΧΙΣΜΟΣ ΣΥΜΠΛΗΡΩΝΕΙ ΤΗ ΔΙΑΧΡΟΝΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΑΠΟΤΥΧΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΚΡΙΣΗ

Σελ. 4-7

**Γ. Κύρτσος**  
Η Ε.Ε. πάντα  
στη σκιά του  
πολέμου στην  
Ουκρανία



σελ. 18-21

**Τουρκία**  
Σεισμός:  
Η ανθρωπιστική  
βοήθεια σε  
πολιτικές  
συμπληγάδες



σελ. 8-9

**Οικονομία**  
«Κούρεμα»  
αντικειμενικών  
αξιών ζητούν  
4 στους 10  
δήμους



σελ. 10



## ΚΕΝΤΡΟ ΣΠΟΝΔΥΛΙΚΗΣ ΑΠΟΣΥΜΠΙΕΣΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΓΕΝΝΗΤΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ



### Αποσυμπίεση Μεσοσπονδύλιου Δίσκου

Στην Get Healthier, χάρη στις συντονισμένες προσπάθειες μιας ομάδας κορυφαίων ιατρών και μηχανικών ιατρικών οργάνων, εφαρμόζουμε τις τελευταίες εξελίξεις της βιοτεχνολογίας για να προσφέρουμε μη χειρουργική, μη επεμβατική Αποσυμπίεση του Μεσοσπονδύλιου Δίσκου.

Πρόκειται για μια απόλυτα ασφαλή και αποτελεσματική διαδικασία, χωρίς φάρμακα, ενέσεις, χειρουργεία και αναισθησία, η οποία πραγματοποιείται σε ειδικό θεραπευτικό κρεβάτι που ελέγχεται από ηλεκτρονικό υπολογιστή.

Έτσι, δίνουμε λύσεις σε συχνές επώδυνες παθήσεις όπως οσφυαλγία, ισχιαλγία, κήλη, προβολή δίσκου, αυχενικό σύνδρομο.



Λ. Κηφισίας 53, Αμπελόκηποι, τηλ. 210-69.93.527  
www.gethealthier.gr

# 02 | FS ◆ περιεχόμενα ◆

FS



Πείτε μας  
για τις Κυριακές σας!

#freesunday

Οι ομορφότερες Κυριακάτικες  
στιγμές σας θα αναδημοσιεύονται  
στο @freesundaygr



## ΘΕΜΑΤΑ

**4-7 // ΑΝΑΛΥΣΗ** Γ. ΚΥΡΤΣΟΣ Η τρίτη υποβάθμιση της Ελλάδας στην Ε.Ε.

**8-9 // ΚΟΣΜΟΣ** Σεισμός: Η ανθρωπιστική βοήθεια σε πολιτικές συμπληγάδες

**10 // ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ** «Κούρεμα» αντικειμενικών αξιών ζητούν 4 στους 10 δήμους

**11 // ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ** Οι προτάσεις για τον κατώτατο μισθό

**12-13 // ΠΟΛΙΤΙΚΗ** Το Κυπριακό αλλάζει γενιά επίλυσης

**14 // ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ** Νέα ευκαιρία για την Επιστρεπτέα Προκαταβολή

**15 // ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ** Στην τελική ευθεία το Market Pass

**16 // ΑΠΟΨΗ** ΑΝΔ. ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΣ Όταν η πρόταση δυσπιστίας γίνεται πρόταση... ευκαιρίας

**18-21 // ΑΝΑΛΥΣΗ** Γ. ΚΥΡΤΣΟΣ Η Ε.Ε. στη σκιά του πολέμου στην Ουκρανία

**23 // ΥΓΕΙΑ** Απαιτείται εθνική στρατηγική για την καταπολέμη-

ση του καρκίνου

## FREE TIME

**27 // ΑΤΖΕΝΤΑ** Τα πολιτιστικά δρώμενα της εβδομάδας

**28 // ΣΙΝΕΜΑ** Τι θα δούμε στις κινηματογραφικές αίθουσες

**29 // ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ** Α. Κασιγιάννης «Οι ερμηνευτές έχουν τον ρόλο ενός οργάνου»

**30-31 // ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ** Η Ελευσίνα είναι Πολιτιστική Πρωτεύουσα της Ευρώπης 2023

**32-33 // ΤΕΧΝΗ** «Γιάννης Γαϊτής: Η ουσία του απρόσωπου» στο Ίδρυμα Εικαστικών Τεχνών και Μουσικής Β. & Μ. Θεοχαράκη

**34 // ΒΙΒΛΙΟ** 5 Βιογραφίες

**35 // ΘΕΑΤΡΟ** Dogville στο Θέατρο «Νέος Ακάδημος»

**36-37 // ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ** WWF: 15.000 νέα φυτά στο Σούνιο

**38 // ΚΡΙΤΙΚΗ** «Αίας» του Σοφοκλή, στο Θέατρο «Αλκυονίδες»

**39 // ΕΥΕΞΙΑ** Πότε πρέπει να πιεις νερό;

ΕΒΔΟΜΑΔΑ 650ή  
12/02/23

# FREE SUNDAY

FREE SUNDAY  
ΕΚΔΟΤΗΣ:  
ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΥΡΤΣΟΣ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΜΠΟΡΙΚΗΣ  
ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ  
ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΥΡΤΣΟΣ  
marketing@freesunday.gr  
210-6754430

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ  
Eurokinissi

ΑΝΑΠΤΥΞΗ  
ΔΙΚΤΥΟΥ ΔΙΑΝΟΜΗΣ  
www.kyrtsos.group  
dianomi@freesunday.gr,  
210-7230545

ΑΡΙΣΤΕΙΔΟΥ 6, ΑΘΗΝΑ  
ΤΗΛ: 210-6754430,

ΕΚΤΥΠΩΣΗ  
ΚΟΥΤΟΥΡΙΝΗΣ Ο.Ε.,  
NEWS PRESS HOLD  
Διανέμεται Δωρεάν  
www.freesunday.gr

\*ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, η ολική, μερική ή περιληπτική, ή κατά παράφραση, ή διασκευή απόδοσης του περιεχομένου της εφημερίδας με οποιονδήποτε τρόπο, μηχανικό, ηλεκτρονικό, φωτοτυπικό, ηχογραφήσεως ή άλλων, χωρίς προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη. Νόμοι 238/ 1970, 4301/1979, Ν. 100/1975, ΝΔ 3565/1956 και 4254, 1962 και κανόνες του Διεθνούς Δικαίου.

## ΚΑΤΑΘΕΤΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

### ΠΡΟΘΕΣΜΙΑΚΗ ΚΑΤΑΘΕΣΗ

με επιτόκια έως

# 2,00%

12μηνη κατάθεση  
με κλιμακούμενα επιτόκια  
1,00% και 2,00% στο α'  
και β' εξάμηνο, αντίστοιχα

### ΠΡΟΘΕΣΜΙΑΚΗ ΚΑΤΑΘΕΣΗ

με επιτόκια έως

# 2,50%

24μηνη κατάθεση  
με κλιμακούμενα επιτόκια  
1,00%, 1,50%, 2,00% και 2,50%  
στο α', β', γ' και δ' εξάμηνο,  
αντίστοιχα

## ΕΠΕΝΔΥΤΙΚΟ ΠΡΟΪΟΝ

### ΑΜΟΙΒΑΙΟ ΚΕΦΑΛΑΙΟ

1<sup>η</sup> ετήσια επιδιωκόμενη  
διανομή μερίσματος έως

# 3,10%

Ομολογιακό Α/Κ  
Eurobank DIS  
GF Target Maturity III\*  
5ετούς διάρκειας  
Επενδύει σε ελληνικά και  
ευρωπαϊκά ομόλογα

## Τώρα οι αποταμιεύσεις σας έχουν επιλογές

Γνωρίστε τις καταθετικές και επενδυτικές δυνατότητες που σας προσφέρει η Eurobank με νέες, υψηλότερες αποδόσεις για τα χρήματά σας.

Διάρκεια συμμετοχής σε όλα τα προϊόντα έως 17/3/2023.  
Για τις προθεσμιακές καταθέσεις ισχύει ελάχιστο ποσό 10.000 ευρώ.

Μάθετε περισσότερα στο [eurobank.gr](http://eurobank.gr)

\*ΟΙ ΟΣΕΚΑ ΔΕΝ ΕΧΟΥΝ ΕΓΓΥΗΜΕΝΗ ΑΠΟΔΟΣΗ ΚΑΙ ΟΙ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΕΣ ΑΠΟΔΟΣΕΙΣ ΔΕΝ ΔΙΑΣΦΑΛΙΖΟΥΝ ΤΙΣ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΕΣ

ΜΕ ΕΝΑ ΚΛΙΚ ΣΤΗ ΣΚΕΨΗ ΚΑΙ ΣΤΗ ΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΓΙΩΡΓΟΥ ΚΥΡΤΣΟΥ

www.kyrtsos.gr  George Kyrtsos - Γιώργος Κύρτσος  @GiorgosKyrtsos

**Η** θέση της Ελλάδας στην Ε.Ε. των «27» υποβαθμίζεται το τελευταίο διάστημα με δραματικό τρόπο. Με ευθύνη της κυβέρνησης Μητσοτάκη έχουμε διαρκή διάβρωση του κράτους δικαίου, η οποία απασχολεί όλα τα έγκυρα ευρωπαϊκά ΜΜΕ και συζητείται ολοένα περισσότερο στους ευρωπαϊκούς θεσμούς.

Πρόκειται για την τρίτη ελληνική ήττα στην Ε.Ε. Πρώτα είχαμε τη διαχρονική οικονομική αποτυχία, στη συνέχεια ήρθε η πολυδιάστατη κοινωνική κρίση που μας έριξε στις τελευταίες θέσεις της Ε.Ε. των «27» από άποψη κοινωνικών δικαιωμάτων και επιπέδου διαβίωσης.

Τώρα μένουμε πίσω από τις περισσότερες χώρες της Ε.Ε. σε ζητήματα δικαιωμάτων του πολίτη και κράτους δικαίου. Πρόκειται για ιδιαίτερα δυσάρεστη εξέλιξη, αν οκεφτούμε ότι η Ελλάδα είναι πλήρες μέλος της ΕΟΚ, μετέπειτα Ε.Ε., από το 1981, και πως δεν είχαμε υποστεί τη δοκιμασία του κομμουνισμού που άφησε βαθιά πολιτικά τραύματα σε ορισμένες χώρες της Ε.Ε.

### Οικονομική αποτυχία

Ο δρόμος της ελληνικής οικονομικής αποτυχίας στην Ε.Ε. είναι στρωμένος με υποτιθέμενες διαπραγματευτικές νίκες, ακόμη και διαχειριστικούς θριάμβους.

Ύστερα από 41 χρόνια ευρωπαϊκής συμμετοχής και αφού δοκιμάσαμε διαφορετικές κυβερνήσεις και διαφορετικές οικονομικές πολιτικές, διαπιστώνουμε ότι δεν μπορούσαμε να ξεπεράσουμε ούτε μία ευρωπαϊκή οικονομία, ενώ μας ξεπέρασαν ή μας πλησίασαν επικίνδυνα όλες οι άλλες. Σε ένα ώριμο πολιτικό σύστημα, η διαχρονική οικονομική αποτυχία θα οδηγούσε σε μια αναλυτική δημόσια συζήτηση και σε σύγκλιση των περισσότερων πολιτικών δυνάμεων, προκειμένου να βγούμε από το αδιέξοδο που οι ίδιοι προκαλέσαμε με τα λάθη και τις παραλείψεις μας.

Τέτοια συζήτηση βέβαια δεν διεξάγεται, ούτε πρόκειται να υπάρξει με βάση την πολιτική δυναμική που αναπτύσσεται. Απλά, η κυβέρνηση Μητσοτάκη θα συνεχίσει να προβάλλει κατά κανόνα ανύπαρκτες οικονομικές επιτυχίες, ρίχνοντας τις ευθύνες για τα συσσωρευμένα προβλήματα στην κυβέρνηση Τσίπρα και στο κακό παρελθόν, μέχρις ότου έρθει η επόμενη κυβέρνηση, η οποία θα ακολουθήσει την ίδια ρουτίνα αλλάζοντας τα ονόματα και τις περιόδους.

## Η ΤΡΙΤΗ ΥΠΟΒΑΘΜΙΣΗ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΣΤΗΝ Ε.Ε.



Ιδιαίτερα επικίνδυνη η υποβάθμιση του κράτους δικαίου με ευθύνη της κυβέρνησης

 ΤΟΥ ΕΥΡΩΒΟΥΛΕΥΤΗ ΓΙΩΡΓΟΥ ΚΥΡΤΣΟΥ

### Χαρακτηριστικά παραδείγματα

Τα σαράντα χρόνια είναι πολύ μεγάλο χρονικό διάστημα. Μέσα σε δύο γενιές, τα πάντα μπορούν να αλλάξουν.

Το 1983 είχα επισκεφθεί σαν εμπειρογνώμονας του υπουργείου Εξωτερικών, ειδικευμένος σε ευρωπαϊκά θέματα, τη Νορβηγία η οποία τελικά δεν εντάχθηκε στην ΕΟΚ, μετέπειτα Ε.Ε. Σχημάτισα την εντύπωση ότι ήταν μία πειθαρχημένη, καλά οργανωμένη χώρα με περιορισμένα οικονομικά μέσα. Τέσσερις δεκαετίες αργότερα, το δημόσιο χρέος της Ελλάδας ξεπερνάει τα 400 δισ. ευρώ, ενώ το επενδυτικό ταμείο της Νορβηγίας –ένα είδος εθνικού κεφαλαίου για τις επόμενες γενιές– ξεπερνάει σε αξία το τριπλάσιο του χρέους του Ελληνικού Δημοσίου.

Κι αν θέλουμε να αποδώσουμε την οικονομική απογείωση της Νορβηγίας αποκλειστικά στο φυσικό αέριο και στο πετρέλαιο της Βόρειας Θάλασσας, υπάρχουν άλλα παραδείγματα που αναδεικνύουν τη διαχρονική οικονομική αποτυχία μας στον ανταγωνιστικό χώρο της Ε.Ε.

Το 1986 είχα επισκεφθεί σαν δημοσιογράφος την Ιρλανδία. Με είχαν προβληματίσει το χαμηλό επίπεδο ανάπτυξης και η γενικευμένη φτώχεια της χώρας. Δύο γενιές αργότερα, η Ιρλανδία είναι από τους πρωταθλητές της ευρωπαϊκής ανάπτυξης, παρά το γεγονός ότι ήταν η πρώτη που έπεσε έξω μετά τη διεθνή χρηματοπιστωτική κρίση του 2008-2009.

Πέρασε με επιτυχία τη δοκιμασία, άφησε οριστικά πίσω της την υπανάπτυξη, κατάφερε να μετατραπεί σε ευρωπαϊκό κέντρο των αμερικανικών ψηφιακών κολοσσών, αξιοποίησε ακόμη και το Brexit παρά την παραδοσιακή εξάρτηση της οικονομίας της από τη βρετανική.

Το τελικό αποτέλεσμα είναι μία Ιρλανδία πρωταθλήτρια της ανάπτυξης με κατά κεφαλήν ΑΕΠ περίπου διπλάσιο του ελληνικού.

Το βασικό συμπέρασμα είναι ότι, όπως αποτύχαμε σε βάθος χρόνου, θα χρειαστούμε αλλαγή στρατηγικής αλλά και προσπάθεια και χρόνο για να καλύψουμε τη χαμένη απόσταση.

Προς το παρόν μετράμε απώλειες. Η ελληνική κρίση ξεκίνησε με το πραγματικό εισόδημα των Ελλήνων να είναι γύρω στο 95% του ευρωπαϊκού μέσου όρου, ενώ σήμερα έχει υποχωρήσει γύρω στο 65% του ευρωπαϊκού μέσου όρου.

Η συγκριτική οικονομική θέση μας πέφτει συνεχώς στο εσωτερικό της Ε.Ε. αλλά και με τα κριτήρια του



*Κατά κανόνα ανύπαρκτες οι οικονομικές επιτυχίες που προβάλλει προεκλογικά ο Μητσοτάκης*

διεθνούς ανταγωνισμού. Δεν είναι τυχαίο ότι, με τη βοήθεια της ανόδου του κόστους των εισαγόμενων ορυκτών καυσίμων, το εμπορικό έλλειμμα της Ελλάδας αυξήθηκε το 2022 γύρω στο 70% σε σχέση με το 2021. Το έλλειμμα στο ισοζύγιο τρεχουσών συναλλαγών, παραδοσιακό αδύναμο σημείο της οικονομίας μας, επέστρεψε το 2022 στο 9% του ΑΕΠ (Ακαθάριστου Εγχώριου Προϊόντος), εκεί δηλαδή που ήταν πριν από το ξέσπασμα της κρίσης που έφερε τα μνημόνια.

### Ανύπαρκτη και η νέα επιτυχία

Επειδή βρισκόμαστε στην τελική προεκλογική ευθεία, η κυβέρνηση προβάλλει συστηματικά τη «δική της» οικονομική επιτυχία.

Τα βασικά όμως οικονομικά στοιχεία οδηγούν στο συμπέρασμα ότι η επιτυχία είναι ανύπαρκτη, όπως και οι προηγούμενες που αθροίστηκαν για να μας δώσουν τη διαχρονική αποτυχία.

Το 2020 και το 2021, η Ελλάδα πραγματοποίησε ευρωπαϊκό ρεκόρ δημοσιονομικού ελλείμματος. Έφτασε αθροιστικά το 17% του ΑΕΠ, ένα επικίνδυνο υψηλό ποσοστό για τη χώρα, με το μεγαλύτερο δημόσιο χρέος στην Ε.Ε.

Η Ελλάδα έφτασε να έχει τις υψηλότερες δημόσιες δαπάνες, σαν ποσοστό επί του ΑΕΠ, στην Ε.Ε. των «27», μετά τη Γαλλία.

Το δημοσιονομικό ξεχείλωμα της περιόδου 2020-2021 ξεπέρασε τα όρια που επέβαλε η οικονομική και κοινωνική αντιμετώπιση του COVID-19 και ήταν ενταγμένο στον εκλογικό κύκλο της οικονομίας, με βάση τον πολιτικό σχεδιασμό της κυβέρνησης. Έτσι, είχαμε δυναμική ανάπτυξη το ουσιαστικά προεκλογικό 2022 αλλά με τα καμπανάκια της οικονομίας, όπως το εμπορικό έλλειμμα και το έλλειμμα του ισοζυγίου τρεχουσών συναλλαγών, να χτυπάνε και να μας προειδοποιούν για τις μετεκλογικές δυσκολίες όταν θα βγει ο λογαριασμός.

### Η βασική διαφορά

Η βασική διαφορά στην οικονομική πολιτική της κυβέρνησης Μητσοτάκη από την οικονομική πολιτική των προηγούμενων κυβερνήσεων βρίσκεται στον βαθμό υπερουγκέντρωσης πλούτου και οικονομικής εξουσίας.

Σύμφωνα με ορισμένους υπολογισμούς, επί ΣΥΡΙΖΑ είχε ήδη διαμορφωθεί ένα πανίσχυρο ολιγοπώλιο στον κατασκευαστικό κλάδο, με τις πέντε μεγαλύτερες κατασκευαστικές εταιρείες να ελέγχουν το 70% των μεγάλων έργων και των έργων υποδομής. Το ποσοστό ανέβηκε σταδιακά την τελευταία τετραετία στο 93%.

Το αποτέλεσμα είναι αρκετές δυναμικές κατασκευαστικές εταιρείες να υποχρεώνονται αποκλειστικά σε ρόλο υπεργολάβων, με εξαιρετικά περιορισμένα οικονομικά περιθώρια και τους πολύ μεγάλους του κλάδου να μοιράζουν την πίτα, παίρνοντας επιπλέον ποσοστά και καθυστερώντας την εκταμίευση των ευρωπαϊκών πόρων και την ανάπτυξη της οικονομίας.

Οι μεγάλοι του κατασκευαστικού κλάδου έγιναν με τη βοήθεια των ευρωπαϊκών επιδοτήσεων, που μοιράζονται αποκλειστικά με κυβερνητικές υπο-



*Η οικονομική αποτυχία σε βάθος δύο γενιών μάς μετέτρεψε σε ουραγό της Ε.Ε. και προκάλεσε μεγάλη κοινωνική κρίση*

γραφές, και μεγάλοι του τομέα της ενέργειας. Ο τρόπος που διαχειρίστηκαν την παρασκηνιακή επιρροή τους και την οικονομική ισχύ τους από το φθινόπωρο του 2021 μέχρι σήμερα λύνει όλες τις απορίες. Δισεκατομμύρια ευρωπαϊκών επιδοτήσεων και δανείων με προνομιακούς όρους συνέβαλαν στο στήσιμο της αγοράς σε βάρος νοικοκυριών, επαγγελματιών, μικρομεσαίων επιχειρήσεων, ακόμα και της ενεργηβόρου βιομηχανίας. Το ενεργειακό κόστος της οικονομίας, ένα άλλο παραδοσιακό αδύναμο σημείο, εκτοξεύθηκε συμβάλλοντας στην παραπέρα εξασθένηση της διεθνούς ανταγωνιστικότητας της οικονομίας.

Μετά από ένα δημοσιονομικό, ευρωπαϊκό «σπρώξιμο» της οικονομίας γυρνάμε στα ίδια. Η μεγάλη υποχώρηση του ρυθμού οικονομικής ανάπτυξης, η άνοδος και η ψαλίδα των επιτοκίων, οι δημοσιονο-

μικές και άλλες εκκρεμότητες, η έναρξη της νέας υποχώρησης της οικοδομής μας προειδοποιούν για αυτά που έρχονται.

Η υπερουγκέντρωση πλούτου και οικονομικής εξουσίας, που αποτέλεσε τη βάση της οικονομικής στρατηγικής της κυβέρνησης Μητσοτάκη, στέκεται εμπόδιο στη δημιουργία ενός διεθνώς ανταγωνιστικού επιχειρηματικού οικοσυστήματος και προκαλεί μεγάλες κοινωνικές και πολιτικές εντάσεις.

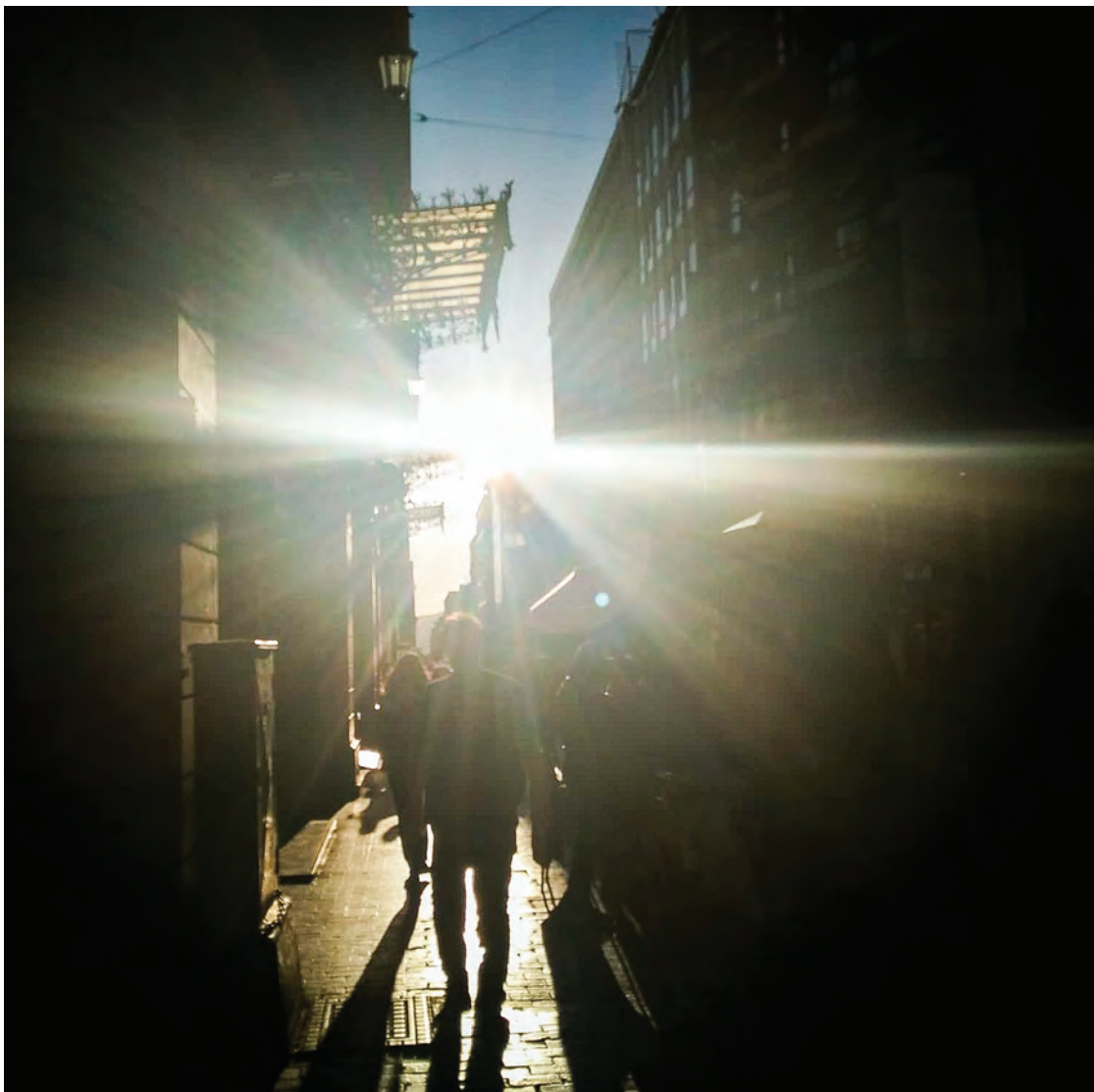
### Κοινωνική κατολίθηση

Η διαχρονική αδυναμία μας να αξιοποιήσουμε τις ευκαιρίες του ανταγωνιστικού ευρωπαϊκού οικονομικού χώρου έχει προκαλέσει τα τελευταία χρόνια δραματική υποβάθμιση της κοινωνικής κατάστασης.

Αποδεικνύεται στην πράξη ότι δεν μπορείς να αντιμετωπίσεις τα κοινωνικά προβλήματα, όταν αποτυγχάνεις οικονομικά για μια περίοδο που καλύ-



*Διαχρονική η οικονομική αποτυχία της Ελλάδας στην Ε.Ε.*



## Εφιαλτικοί οι κοινωνικοί δείκτες στην Ελλάδα σε σχέση με την Ε.Ε.

ππει δύο γενιές.

Οι περισσότεροι δείκτες με κοινωνική διάσταση είναι πραγματικά εφιαλτικοί και δίνουν την εικόνα μιας κοινωνίας που οδηγείται στο ευρωπαϊκό περιθώριο.

Έχουμε από τους υψηλότερους δείκτες υπογεννητικότητας, θνησιμότητας και απόλυτης δημογραφικής συρρίκνωσης. Ο πληθυσμός μειώθηκε με ρυθμό 4% στη διάρκεια της τελευταίας δεκαετίας, με ελάχιστες ευρωπαϊκές χώρες, όπως η Βουλγαρία και η Κροατία, να έχουν χειρότερη δημογραφική δυναμική από εμάς.

Η δημογραφική συρρίκνωση συνδυάζεται με μαζική φυγή των πιο δυναμικών νέων στο εξωτερικό. Σύμφωνα με έρευνα που δημοσίευσε πρόσφατα η

«Καθημερινή», δύο στους τρεις από αυτούς που έφυγαν στο εξωτερικό αποκλείουν την επιστροφή τους στην Ελλάδα.

Στο ζήτημα της δημόσιας υγείας, η Ελλάδα συνδυάζει την κατάρρευση του ΕΣΥ με ευρωπαϊκό ρεκόρ –μαζί με την Κύπρο– ιδιωτικών δαπανών για την υγεία. Αποτέλεσμα της κρίσης στο ΕΣΥ και στα ιδιωτικά νοσοκομεία είναι και το ρεκόρ ενδοκοινωνικών λοιμώξεων που έχει η χώρα μας στην Ε.Ε. Ένας άλλος δείκτης δραματικής κοινωνικής υποβάθμισης είναι το ρεκόρ θανάτων που έχει η Ελλάδα από την πανδημία, σε σχέση με τον πληθυσμό, μεταξύ όλων των χωρών της Νότιας και Δυτικής Ευρώπης.

Και στους δείκτες της κοινωνικής καθημερινότητας η εξέλιξη της χώρας είναι, συγκριτικά, από το κακό στο χειρότερο.

Έχουμε τον πιο γερασμένο στόλο Ι.Χ. αυτοκινήτων στην Ε.Ε. Έχουμε μείνει τραγικά πίσω στους δείκτες της ηλεκτροκίνησης, βελτιωνόμαστε στην ψηφιοποίηση αλλά παραμένουμε στις τελευταίες ευρωπαϊκές θέσεις.

Έχουμε από τους χειρότερους δείκτες φτώχειας, κοινωνικού αποκλεισμού, ενεργειακής φτώχειας, εισοδηματικής αδυναμίας της νέας γενιάς, ιδιαίτερα σε ό,τι αφορά την ενοικίαση σπιτιού, συγκατοίκησης των νέων με τους γονείς τους μέχρι τα... 34, πο-



## Ο συνδυασμός κοινωνικής κρίσης και υπερσυγκέντρωσης πλούτου και οικονομικής εξουσίας ενισχύει τον αυταρχισμό

σοστού του εισοδήματος των μισθωτών που πηγαίνει στα βασικά, ποσοστού του κόστους της στέγασης επί του συνολικού εισοδήματος.

Με το πέρασμα του χρόνου η οικονομική αποτυχία, οι λάθος προτεραιότητες και η έλλειψη οργάνωσης μεγαλώνουν την κοινωνική κρίση.

### Ο εκλογικός κύκλος

Το πρόβλημα είναι ότι η βελτίωση της κοινωνικής κατάστασης περνάει αναγκαστικά από δαπάνες και προσπάθεια που ξεπερνάνε κατά πολύ τον εκλογικό κύκλο.

Από τη στιγμή που δεν υπάρχει στοιχειώδης συναίνεση για το τι πρέπει να γίνει με το δημογραφικό και τις συντάξεις, την υγεία ή την παιδεία, οι κυβερνήσεις δεν αναζητούν κοινωνική στρατηγική σε βάθος χρόνου αλλά... δημοσιονομικό χώρο για να συνεχίσουν μία επιδοματική πολιτική που αποσκοπεί στην εξαγορά ψήφων και οδηγεί σε δημοσιονομικό και κυρίως κοινωνικό αδιέξοδο.

Η κοινωνική κρίση είναι χωρίς προηγούμενο. Στην οικονομία, ο αγροτικός τομέας και η βιομηχανία οδηγούνται σταδιακά στο περιθώριο με σοβαρές κοινωνικές συνέπειες, το υψηλό ποσοστό ανεργίας συνδυάζεται πλέον με έλλειψη εργατοϋπαλληλικού δυναμικού σε κλάδους όπως οι κατασκευές και ο τουρισμός.

Κανείς από αυτούς που παίρνουν τις αποφάσεις δεν γνωρίζει πώς θα ξετυλίξουμε το κουβάρι των κοινωνικών αντιθέσεων και οι περισσότεροι δεν ενδιαφέρονται να μάθουν.

### Στροφή στον αυταρχισμό

Το 2022 χαρακτηρίστηκε από τη στροφή της κυβέρνησης Μητσοτάκη στον αυταρχισμό και τη συστηματική υπονόμευση του κράτους δικαίου στην Ελλάδα. Βρέθηκα, άθελά μου, στο επίκεντρο αυτών των διαδικασιών και έχω ολοκληρωμένη άποψη για το τι συνέβη και κυρίως τι πρόκειται να συμβεί αν δεν αλλάξουμε πορεία.

Η διαχρονική οικονομική αποτυχία που επιβεβαιώθηκε την τετραετία Μητσοτάκη συνέβαλε στην επιδείνωση της κοινωνικής κρίσης. Η δύσκολη κατάσταση που δημιουργήθηκε, σε συνδυασμό με τη στρατηγική επιλογή της κυβέρνησης για υπερσυγκέντρωση πλούτου και οικονομικής εξουσίας, άρχισε να αλλοιώνει τα πολιτικά χαρακτηριστικά της κυβέρνησης και να τη μετατρέπει σε αυταρχικό καθεστώς.



Ο Μπτοστάκης δεν αντέχει την κριτική, γιατί στα περισσότερα ζητήματα δυσκολεύεται να δικαιολογήσει τις επιλογές του και είναι επικοινωνιακά και πολιτικά εύάλωτος. Απάντησε στις επικρίσεις με τη διαγραφή μου από τη ΝΔ και την οργάνωση του τηλεοπτικού αποκλεισμού των περισσότερων επικριτών του.

Η έλλειψη εσωκομματικού διαλόγου και ο δραστηκός περιορισμός της ελευθερίας των ΜΜΕ δεν φάνηκαν επαρκείς για τον έλεγχο των αντιδράσεων και των πολιτικών εξελίξεων. Η κυβέρνηση επιτάχυνε τη μετατροπή της σε καθεστώς, αναπτύσσοντας ένα τεράστιο σύστημα τηλεφωνικών παρακολουθήσεων. Τη μία είχε στόχο εμένα, γιατί η κριτική μου ενοχλούσε το Μαξίμου. Την άλλη στόχος ήταν ο Κουκάκης, γιατί η ερευνητική δημοσιογραφία δημιουργεί προβλήματα σε μια εξουσία που επενδύει στην αδιαφάνεια και την έλλειψη δημοκρατικού ελέγχου. Σειρά μετά είχε ο Ανδρουλάκης, ο οποίος εκείνη την περίοδο έπρεπε να υπονομευθεί από τους κοριούς, σε μια προσπάθεια να μην εκλεγεί στην ηγεσία του ΠΑΣΟΚ.

Αναλαμβάνοντας τόσους πολιτικούς κινδύνους, ο Μπτοστάκης έφτασε στο σημείο να αμύνεται μέσω της υπονόμησης του δημοκρατικού συστήματος ελέγχου και ισορροπιών. Αυτό που τα διεθνή ΜΜΕ αποκαλούν Greek Watergate δεν οδήγησε στην απομάκρυνση του ηγέτη που έκανε το κράτος – παρακράτος, αλλά στην εξουθένωση όλων των δη-



### *Ο Μπτοστάκης, αντί να παραιτηθεί για το Greek Watergate, επιμένει σε βάρος δημοκρατικών θεσμών και κράτους δικαίου*

μοκρατικών θεσμών προκειμένου να αποφύγει ο Μπτοστάκης τη μοίρα του Νίξον, ο οποίος εξαναγκάστηκε σε παραίτηση λόγω του Watergate. Η Κοινοβουλευτική Ομάδα της ΝΔ υποχρεώθηκε να μοραστεί την ενοχή του Μπτοστάκη. Οι αρμόδιες Κοινοβουλευτικές Επιτροπές αδρανοποιήθηκαν ή υπονομεύτηκαν με εντολή Μπτοστάκη. Η Δικαιοσύνη, αντί να αναζητήσει τους κοριούς και τους καθοδηγητές τους, ξεκίνησε έρευνες για τις διαρροές που τους έφεραν σε δύσκολη θέση. Η ΑΔΑΕ και ο πρόεδρός της, οι οποίοι στάθηκαν στο ύψος των συνταγματικών τους υποχρεώσεων, βρέθηκαν στο στόχαστρο της εξουσίας, με το σκεπτικό ότι οι Ανεξάρτητες Αρχές δεν πρέπει να λειτουργούν και

να ασκούν δημοκρατικό έλεγχο... ανεξάρτητα. Τα ελεγχόμενα από την κυβέρνηση ΜΜΕ έκαναν ό,τι μπορούσαν για να μεγαλώσουν τη ζημιά στο κράτος δικαίου. Ξεκίνησαν υποστηρίζοντας ότι ποιος έχει όρεξη να παρακολουθεί «ασήμαντους», όπως τον ευρωβουλευτή Ανδρουλάκη, για να καταλήξουν σε θεωρίες εκφασισμού του δημόσιου βίου. Δεν πειράζει που ο Μπτοστάκης οργάνωσε υποκλοπές, αυτές γίνονται σε όλο τον κόσμο. Δεν ενδιαφέρεται η κοινή γνώμη για βασικά δικαιώματα όπως είναι το απόρρητο των επικοινωνιών, απόδειξη το δημοσκοπικό προβάδισμα της ΝΔ. Κούρασε το θέμα. Αυτοί που επιμένουν να διεκδικούν τα δημοκρατικά τους δικαιώματα φανερώνουν την πολιτική τους αδυναμία.

Τα πλήγματα που δέχεται το κράτος δικαίου στην Ελλάδα είναι αλληπάλλληλα και ετοιμάζουν τη νέα ευρωπαϊκή ήττα της πατρίδας μας. Η Ολομέλεια του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου, Επιτροπές του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου, ειδικές αποστολές του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου ασχολούνται ολοένα περισσότερο με τον περιορισμό της ελευθερίας των ΜΜΕ στην Ελλάδα, τις υποκλοπές, την υπονόμηση του κράτους δικαίου.

Μετά τη διαχρονική οικονομική αποτυχία μας στο εσωτερικό της Ε.Ε. και την κοινωνική κατολίσηση των τελευταίων ετών, κινδυνεύουμε να πέσουμε στο επίπεδο του Όρμπαν και σε ό,τι αφορά το κράτος δικαίου και τη λειτουργία των δημοκρατικών θεσμών.

## ΣΕΙΣΜΟΣ

# Η ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΕ ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΣΥΜΠΛΗΓΑΔΕΣ

✉ ΧΡΗΣΤΟΣ ΜΑΤΗΣ

**Π**ιο περίπλοκη κατέστησε την πολιτική κατάσταση στα σύνορα Συρίας - Τουρκίας ο καταστροφικός σεισμός που έπληξε την περιοχή, καθώς στην ήδη τραγική κατάσταση με τους χιλιάδες νεκρούς προστέθηκαν οι καχυποψίες για τα πλεονεκτήματα που ενδέχεται να δώσει πολιτικά ο τρόπος διανομής της ανθρωπιστικής βοήθειας. Σύμφωνα με τις πρώτες ασφαλείς εκτιμήσεις, ο σεισμός, στη συριακή περιοχή που επλήγη, άφησε πίσω του γύρω στους 2.500 νεκρούς, περίπου ισοκατανεμημένους ανάμεσα στις περιοχές που ελέγχει η κυβέρνηση και οι ενισχυόμενοι από την Τουρκία αντάρτες.

Η Συρία, με έκκληση που απύθνησε μέσω του πρέσβη στα Ηνωμένα Έθνη,

ζήτησε τη Δευτέρα αμέσως μετά τον σεισμό βοήθεια για την αντιμετώπιση της ανθρωπιστικής καταστροφής, υπό την προϋπόθεση όμως ότι αυτή η βοήθεια θα περνούσε στους πληγέντες υπό τον συντονισμό της κυβέρνησης, δηλαδή μέσω Συρίας κι όχι μέσω Τουρκίας.

Στην κατεύθυνση αυτή έχει και τη

συνδρομή της Ρωσίας, η οποία συμμερίζεται την άποψη ότι η παράδοση βοήθειας στη βορειοδυτική Συρία από την Τουρκία παραβιάζει τη συριακή κυριαρχία στην περιοχή. Το θέμα έφτασε μέχρι το Συμβούλιο Ασφαλείας, όπου απλώς επιβεβαιώθηκε η διαφωνία μεταξύ της Ρωσίας και των δυτικών δυνάμεων.

Άλλωστε, η Ρωσία δεν έστειλε βοήθεια από το εξωτερικό, αλλά αξιοποίησε ρωσικές μονάδες που ήταν ήδη σε συριακό έδαφος.

Οι οργανισμοί παροχής ανθρωπιστικής βοήθειας διερευνούν τρόπους για να συνεχίσουν τη ροή της βοήθειας προς την περιοχή, χωρίς να αποκλείουν να γίνει αυτό μέσω περιοχών που ελέγχονται από τη συριακή κυβέρνηση.

«Τα Ηνωμένα Έθνη θα συνεχίσουν να αναζητούν τρόπους για να επεκτείνουν τα σημεία πρόσβασης και να διασφαλίσουν ότι η βοήθεια θα φτάσει στους πιο ευάλωτους», δήλωσε ο El-Mostafa Benlamlil, ο επικεφαλής των υπηρεσιών του ΟΗΕ για την ανθρωπιστική βοήθεια στη Συρία. «Η διασφάλιση ότι η βοήθεια θα φτάσει σε αυτούς που τη χρειάζονται περισσότερο θα απαιτήσει πολιτική βούληση από όλους τους φορείς».



*Ο αρχηγός της αντιπολίτευσης κατηγορεί τον Ερντογάν ότι είναι ο μοναδικός υπεύθυνος για ό,τι συνέβη, διότι μετά τους σεισμούς του 1999 δεν πήρε κανένα μέτρο, ενώ εκείνος αποδίδει τις καθυστερήσεις στους καταστραμμένους δρόμους και αεροδρόμια*





«Όλοι οι διεθνείς παράγοντες, συμπεριλαμβανομένης της Ρωσίας, πρέπει να εξασκίσουν την πίεσή τους στο συριακό καθεστώς για να διασφαλίσουν ότι η ανθρωπιστική βοήθεια για τα θύματα πρέπει να φτάσει», είπε η υπουργός Εξωτερικών της Γερμανίας Ανάλενα Μπερμποκ, σε κοινή συνέντευξη Τύπου με τον ομόλογό της της Αρμενίας, η πρωτεύουσα της οποίας, Γερεβάν, απέχει περίπου 1.000 χιλιόμετρα από το επίκεντρο του σεισμού.

Όμως το ενδεχόμενο η βοήθεια να περάσει από τη Συρία προκαλεί ανησυχίες στους φιλότουρκους και Κούρδους αντάρτες, οι οποίοι φοβούνται ότι σε ένα τέτοιο ενδεχόμενο η κυβέρνηση Άσαντ δεν θα τους συμπεριλάβει στις ροές και την τροφοδοσία.

Και μάλλον δικαίως, όπως προέκυψε από τη δήλωση του υπουργού Εξωτερικών της Συρίας Faisal Mekdad, σύμφωνα με τον οποίο η κυβέρνηση είναι έτοιμη «να επιτρέψει την είσοδο της βοήθειας σε όλες τις περιοχές, αρκεί να μη φτάσει στις ένοπλες τρομοκρατικές ομάδες», όρος με τον οποίο οι Σύριοι αναφέρονται στους Κούρδους αντάρτες εντός των συριακών εδαφών, αλλά ζητώντας παράλληλα την άρση των κυρώσεων που επέβαλλε η Ουάσιγκτον το 2020, διότι «αυξάνουν τα προβλήματα από την καταστροφή».

Το αίτημα είχε υποβάλει επισήμως η Συριακή Ερυθρά Ημισέληνος, όμως οι ΗΠΑ διαβεβαιώνουν ότι οι κυρώσεις δεν επηρεάζουν την ανθρωπιστική βοήθεια, αλλά ενισχύουν την πίεση στον πρόεδρο Άσαντ να διαπραγματευτεί μια πολιτική διευθέτηση του συριακού εμφύλιου πολέμου που μπαίνει στον 11ο χρόνο του.

Όμως οι εκτιμήσεις όλων των αναλυτών είναι ότι όλες οι πλευρές θα προσπαθήσουν να εξασφαλίσουν οφέλη από τη συμπάθεια που μετά τον σεισμό ξέσπασε για τους Άραβες.

Η Ευρωπαϊκή Ένωση θα παράσχει επιπρόσθετη άμεση ανθρωπιστική στήριξη ύψους 6,5 εκατ. ευρώ στην Τουρκία, σε μια από τις μεγαλύτερες ανθρωπιστικές επιχειρήσεις στην οποία συμμετέχουν 1.500 διασώστες, 100 σκύλοι εντοπισμού και ιατρικές ομάδες.

Παράλληλα, στη Συρία θα διατεθούν κατ' αρχήν 3,5 εκατ. ευρώ μετά από αίτημα που υπέβαλε στον ευρωπαϊκό μηχανισμό πολιτικής προστασίας για μονάδες αναζήτησης και διάσωσης, όπως και φάρμακα.

Στις τουρκικές εκκλήσεις ανταποκρίθηκαν 20 χώρες-μέλη, η Αλβανία, το



Μαυροβούνιο και η Σερβία, που συνολικά έστειλαν 31 ομάδες αναζήτησης και διάσωσης και πέντε ιατρικές ομάδες.

Στην έκκληση για καταφύγια ανταποκρίθηκαν η Γερμανία, η Λιθουανία και η Σλοβενία, που προσέφεραν κουβέρτες, σκηνές και θερμαντικά μέσα.

Ενδεικτική της χαώδους κατάστασης στο σημείο του σεισμού είναι η δήλωση του εκπροσώπου του υπουργείου Άμυνας των ΗΠΑ, συνταγματάρχη Γκαρσόν Γκουάρν, σύμφωνα με τον οποίο «οι ΗΠΑ βρίσκονται σε στενή επαφή με τη σύμμαχο χώρα για να καθορίσουν τι βοήθεια χρειάζεται σε εκείνους που επλήγησαν».

Συνολικά επιχειρούν 102 ξένα συνεργεία, από τα οποία δύο είναι ελληνικά. Η Ελλάδα έστειλε δύο αποστολές για να ενισχύσει τις επιχειρήσεις έρευνας και διάσωσης για την ανεύρεση ζωντανών στην ισοπεδωμένη πόλη Χατάι.

Συνολικά, η ελληνική αποστολή αποτελείται από 36 μέλη της ΕΜΑΚ με τρεις σκύλους, 8 γιατρούς και διασώστες του ΕΚΑΒ, δύο αξιωματικούς-μη-

χανικούς του ΠΣ και τον πρόεδρο του ΟΑΣΠ, Ευθύμη Λέκκα.

Η πρώτη ομάδα είχε αναχωρήσει τη Δευτέρα με 21 πυροσβέστες από την 1η ΕΜΑΚ, με δύο διασωστικούς σκύλους και ειδικό διασωστικό όχημα. Την ομάδα συνόδευσε ένας αξιωματικός-μηχανικός του Πυροσβεστικού Σώματος με εξειδίκευση στην υποσύλωση σε ερείπια κτιρίων που έχουν καταρρεύσει, πέντε γιατροί και διασώστες από το ΕΚΑΒ και ο πρόεδρος του ΟΑΣΠ, καθηγητής Λέκκας.

Η δεύτερη ομάδα αποτελείται από 15 μέλη της Β' ΕΜΑΚ με έναν διασωστικό σκύλο και δύο οχήματα. Την ομάδα συνοδεύουν επιπλέον ένας αξιωματικός-μηχανικός του Πυροσβεστικού Σώματος με εξειδίκευση στην υποσύλωση σε ερείπια κτιρίων που έχουν καταρρεύσει, καθώς και τρεις γιατροί και διασώστες από το ΕΚΑΒ.

Πάντως, παρά τη βιβλική καταστροφή και τις δεκάδες χιλιάδες νεκρούς, η υπόθεση εξελίσσεται σε θέμα εσωτερικής πολιτικής αντιπαράθεσης, με τον αρχηγό του CHP, Κεμάλ Κιλιτντάρο-

γλου, να κατηγορεί τον Ερντογάν ότι είναι ο μοναδικός υπεύθυνος για ό,τι συνέβη, διότι μετά τους σεισμούς του 1999 δεν πήρε κανένα μέτρο κι εκείνος αποδίδει τις καθυστερήσεις στους καταστραμμένους δρόμους και αεροδρόμια.

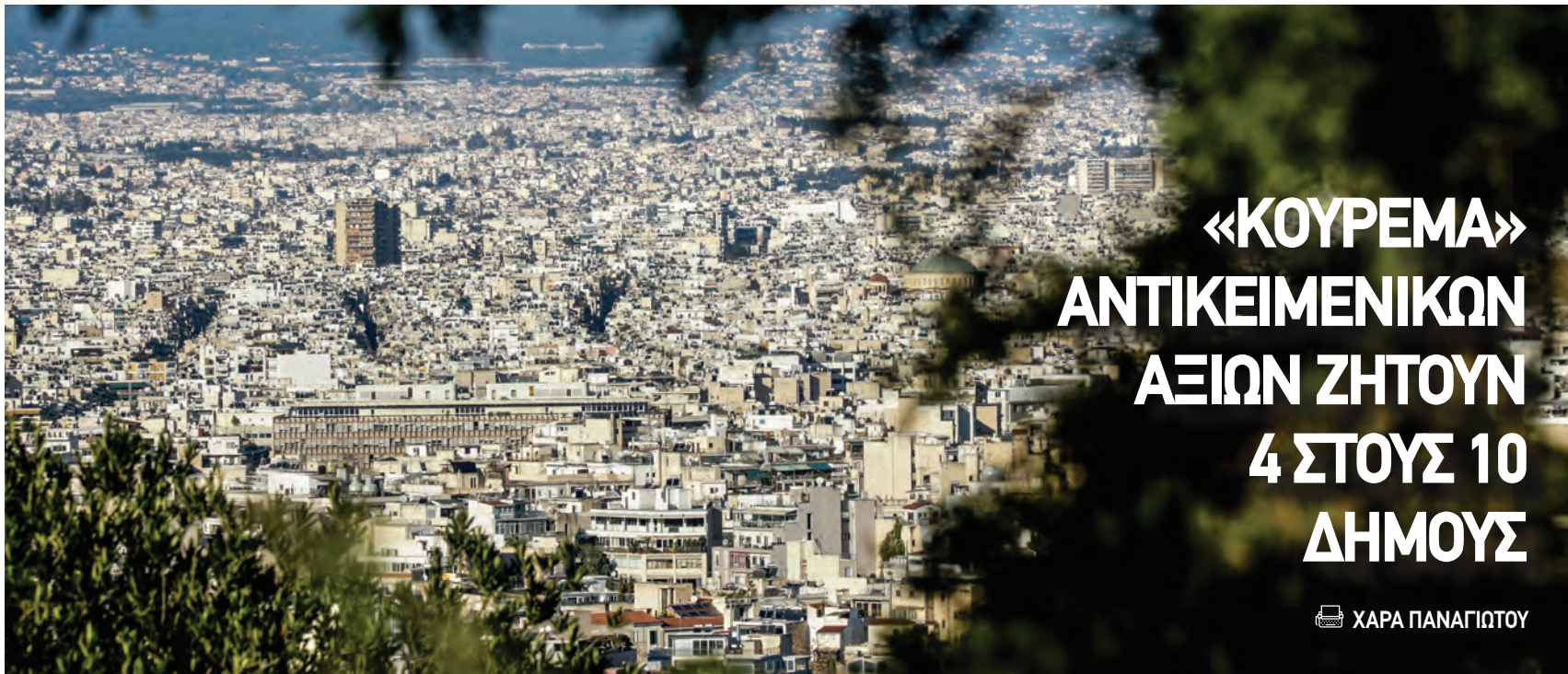
Παράλληλα, διαβεβαίωσε ότι στους επόμενους δέκα μήνες θα έχουν ανοικοδομηθεί οι κατοικίες που έχουν καταρρεύσει σε τριώροφα κτίρια, επικαλούμενος την αξιοπιστία που του εξασφάλισε η παράδοση παρόμοιων κατοίκων μετά από προηγούμενους σεισμούς.

Το πολιτικό πρόβλημα του Ερντογάν είναι ότι αυτήν τη φορά οι εκλογές είναι σε περίπου τρεις μήνες. Θα τον πιστέψουν;

Τουλάχιστον αυτήν τη φορά τον επιβεβαίωσε το γραφείο των Ηνωμένων Εθνών για τη συνεργασία σε ανθρωπιστικά θέματα, το οποίο επικαλούμενο τοπικές πηγές είπε ότι ο δρόμος που συνδέει την Γκαζιαντέπ με το συνοριακό πέρασμα είναι από τους πιο καταστραμμένους και δεν έχει πρόσβαση. Μάλιστα, ο Τούρκος πρόεδρος κάλεσε τους πολίτες να ακούν μόνο τις ανακοινώσεις των Αρχών και να αγνοούν τούς «προβοκάτορες», τους οποίους όμως δεν κατονόμασε, αν και η αστυνομία ανακοίνωσε προσαγωγές και συλλήψεις 31 ατόμων που «έσπερναν τον πανικό».



**Ο ΟΗΕ αναζητά τρόπους για να επεκτείνει τα σημεία πρόσβασης και να διασφαλίσει ότι η βοήθεια θα φτάσει στους πιο ευάλωτους**



## «ΚΟΥΡΕΜΑ» ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΙΚΩΝ ΑΞΙΩΝ ΖΗΤΟΥΝ 4 ΣΤΟΥΣ 10 ΔΗΜΟΥΣ

ΧΑΡΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ

«Κούρεμα» των αντικειμενικών αξιών των ακινήτων ή ακόμη και επαναφορά των τιμών στα επίπεδα του 2018 ζητά το 44% των δήμων στην Ελλάδα, με το υπουργείο Οικονομικών να έχει δεχθεί «βροχή» αιτημάτων.

Την αρχή έκανε ο Δήμος Αθηναίων και ακολούθησαν κι άλλοι δήμοι της Αττικής, όπως: Γλυφάδα, Καλλιθέα, Μαρούσι, Βριλήσσια, Ζωγράφου, Αγ. Δημήτριος, Παλλήνη, Μοσχάτο-Ταύρος, Πετρούπολη. Ωστόσο, ενστάσεις υπάρχουν και από άλλους δήμους στην υπόλοιπη Ελλάδα, όπως Κόρινθος, Καλαμάτα, Ρόδος, Κιλκίς, Πύλος, Σάμος, Κέρκυρα, Πάτρα, Πύργος, Ιθάκη, Κομοτηνή.

### Οι προτάσεις για την Αττική

Ο Δήμος Αθηναίων ήταν ο πρώτος που ζήτησε μείωση των νέων αντικειμενικών αξιών κατά 50%, σε 30 περιοχές από το 1ο, το 2ο, το 3ο και το 6ο Δημοτικό Διαμέρισμα. Στο σημειώμά του προς το υπουργείο Οικονομικών αναφέρει ότι σε όσες περιοχές του δήμου οι αντικειμενικές αξίες αυξήθηκαν πάνω από 55% την 1/1/2022 σε σύγκριση με την 31/12/2021, θα πρέπει να επαναπροσδιοριστούν σε επίπεδα χαμηλότερα από αυτά που καθορίστηκαν την 1/1/2022, ώστε οι αυξήσεις τους σε σύγκριση με την 31/12/2021 να φθάνουν το πολύ μέχρι το 55%.

Μείωση αντικειμενικών αξιών ζητούν και δεκάδες δήμοι της Αττικής. Ενδεικτικά αναφέρονται οι εξής:

Δήμος Ζωγράφου: Προτείνει μείωση

στις ισχύουσες αντικειμενικές αξίες ανά ζώνη που κυμαίνεται από 10% έως 30%. Ειδικότερα, η πρόταση προβλέπει να διαμορφωθούν ως εξής οι τιμές ανά ζώνη:

ΖΩΝΗ Α': 1.800 ευρώ

ΖΩΝΗ Β': 1.570 ευρώ

ΖΩΝΗ Γ': 1.520 ευρώ

ΖΩΝΗ Δ': 1.430 ευρώ

ΖΩΝΗ Ε': 1.350 ευρώ

Δήμος Αμαρουσίου: Ζητά γενική μείωση των αντικειμενικών αξιών στο σύνολο των περιοχών με χρήσεις γης αμιγούς κατοικίας, ώστε οι αντικειμενικές αξίες να επανέλθουν στα επίπεδα του έτους 2018. Επίσης, προτείνει τη δημιουργία νέας οριοθετημένης ζώνης που αφορά στον παλιό και στον νέο οικισμό των Εργατικών Κατοικιών με τιμή ζώνης 1.200 ευρώ ανά/τ.μ.

Δήμος Αργυρούπολης-Ελληνικού: Σύμφωνα με τη δημοτική Αρχή οι αυξήσεις στις αντικειμενικές αξίες είναι υπέρλογες και δεν ανταποκρίνονται στην πραγματικότητα και στις δυνατότητες και των πολιτών. Όπως αναφέρεται στο αίτημα προς το υπουργείο Οικονομικών, η αύξηση στο Ελληνικό με τις νέες αντικειμενικές αξίες κυμαίνεται από 10,52% έως 45%, αύξηση που δεν λαμβάνει τα δεδομένα της περιοχής και την οικονομική δυνατότητα των νοικοκυριών.

Δήμος Μοσχάτου-Ταύρου: Η δημοτική

Αρχή υποστηρίζει ότι οι αυξήσεις στις αντικειμενικές αξίες κυμαίνονται από 22,7% έως 84% στην περιοχή του Μοσχάτου, ενώ στον Ταύρο κυμαίνονται από 5,5% έως 26,3%. Μετά τις αυξήσεις αυτές, η περιοχή του Μοσχάτου έχει – για πρώτη φορά από την ίδρυσή της – μεγαλύτερες τιμές ζώνης από όλες τις γειτονικές περιοχές. Γι' αυτό τον λόγο ζητείται σημαντική μείωση τους.

Δήμος Ραφίνας: Ο δήμος θεωρεί αδικαιολόγητη την αύξηση έως και 56% των αντικειμενικών τιμών και ζητεί οριζόντια μείωση κατά 10% σε όλες τις ζώνες λόγω των πολύ ιδιαίτερων γενικών (οικονομική κρίση, κρίση COVID-19) και ειδικών συνθηκών (πυρόπληκτες περιοχές) της περιοχής.

Δήμος Παλλήνης: Ο δήμος ζητά τη μείωση των αντικειμενικών αξιών ακινήτων στα ίδια επίπεδα πριν από την αύξησή τους ενώ το ίδιο αίτημα έχει και ο Δήμος Ηρακλείου Αττικής.

Δήμος Νίκαιας - Αγ. Ι. Ρέντη: Ο δήμος ζητά από το υπουργείο Οικονομικών μείωση των αντικειμενικών αξιών και την επαναφορά τους σ' αυτές που ίσχυαν την 31/12/2021 καθώς και την επανεξέταση του συντελεστή παλαιότητας για τις κατοικίες άνω των 50 ετών.

Δήμος Γλυφάδας: Σύμφωνα με τη δημοτική Αρχή μετά την τελευταία αναθεώ-

ρηση προέκυψαν μεγάλες αυξήσεις.

Τέλος, σημειώνεται ότι μείωση των αντικειμενικών ζητά ο Δήμος Βριλησίων όπως και ο δήμος Πετρούπολης, καθώς και ο Δήμος Αγίου Δημητρίου Αττικής, όπου η μέση αύξηση των αντικειμενικών αξιών ήταν 81%.

### Η θέση του ΥΠΟΙΚ

Από την πλευρά του, το υπουργείο έχει διαμηνύσει ότι θα εξετάσει μόνο τις γνώμες των δημοτικών συμβουλίων που συνοδεύονται με αποδεικτικά στοιχεία για τις πραγματικές τιμές της αγοράς, ενώ δεν έχει αφήσει το παραμικρό περιθώριο αναδρομικών διορθώσεων. Εφόσον γίνει επανάληψη της διαδικασίας και προσδιοριστούν νέες τιμές ζώνης, αυτές θα ισχύσουν από το χρόνο έκδοσης της απόφασης και εφεξής. Έτσι, δεν θα επηρεαστεί ο ΕΝΦΙΑ ούτε του 2022 αλλά ούτε του 2023, καθώς και οι φόροι μεταβίβασης που έχουν καταβληθεί.

Σύμφωνα με τον σχεδιασμό του υπουργείου Οικονομικών, επανακαθορισμός των αντικειμενικών τιμών θα γίνει στις περιοχές που θα αποδειχθεί η βασιμότητα των αιτημάτων των τοπικών δημοτικών Αρχών, με αρμόδια στελέχη να αναφέρουν ότι οι διορθώσεις στις τιμές δεν θα πρέπει να αναμένονται πριν από το καλοκαίρι.

Η διαδικασία προβλέπει ότι οι αιτιολογημένες γνώμες που θα καταθέσουν οι δήμοι θα τεθούν υπόψη της αρμόδιας Επιτροπής του υπουργείου Οικονομικών, που θα τις μελετήσει υποβάλλοντας τις προτάσεις της στον υπουργό Οικονομικών προκειμένου να λάβει την τελική απόφαση.



Ο Δήμος Αθηναίων ήταν ο πρώτος που ζήτησε από το υπουργείο Οικονομικών μείωση των νέων αντικειμενικών αξιών

## ΟΙ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΑΤΩΤΑΤΟ ΜΙΣΘΟ

ΧΑΡΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ



**Π**υρετώδεις είναι οι ζυμώσεις για τον κατώτατο μισθό που θα τεθεί σε ισχύ από την 1η Απριλίου 2023. Την τελική εισήγηση για το ύψος του κατώτατου μισθού θα την κάνει ο υπουργός Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων Κωστής Χατζηδάκης, στο Υπουργικό Συμβούλιο της 10ης Μαρτίου. Μέχρι τότε, εργοδοτικοί και εργατικοί φορείς καταθέτουν τις προτάσεις τους στο αρμόδιο υπουργείο αναφορικά με το πού πρέπει να κυμανθεί η αύξηση του κατώτατου μισθού, η οποία θα είναι τρίτη τους τελευταίους 16 μήνες.

Πιο αναλυτικά, ΚΕΠΕ, ΙΟΒΕ και ΤτΕ εκτιμούν πως μια γενναία αύξηση του κατώτατου μισθού θα πλήξει την ανταγωνιστικότητα της οικονομίας και θα αυξήσει ασύμμετρα το κόστος εργασίας. Στον αντίποδα, η ΓΣΕΕ ζητά αύξηση στα 826 ευρώ, από 713 ευρώ σήμερα, η ΓΣΕΒΕΕ συζητά ακόμη και αύξηση της τάξης του 8% με 10%, ενώ η ΕΣΣΕ θα δεχόταν αύξηση κοντά σε αυτή που εφαρμόζεται στις συντάξεις.

### Οι προτάσεις

Στο τραπέζι, λοιπόν, βρίσκονται οι εξής προτάσεις:

Τράπεζα της Ελλάδας (ΤτΕ): Προτείνει

μία λελογισμένη αύξηση μεταξύ 3% και 5%, λαμβάνοντας υπόψη τη διαφύλαξη της ανταγωνιστικότητας της οικονομίας και της σταθερότητας των τιμών. Όπως επισημαίνει εκ νέου η ΤτΕ, για κάθε ποσοστιαία μονάδα αύξησης του κατώτατου μισθού, ο μέσος μισθός ανά εργαζόμενο στον ιδιωτικό τομέα αυξάνεται κατά περίπου 0,4-0,5%.

Παράλληλα, παρατηρείται ότι το ποσοστό θέσεων εργασίας που αμείβονται με τον κατώτατο μισθό μειώθηκε σημαντικά το 2022, πιθανότατα γιατί οι επιχειρήσεις αντέδρασαν με αυξήσεις μισθών πέραν του κατώτατου για την εξεύρεση εργατικού δυναμικού.

ΚΕΠΕ: Στην έκθεσή του το Κέντρο Προγραμματισμού και Οικονομικών Ερευνών ξεκαθαρίζει πως η διεθνής ανταγωνιστικότητα της Ελλάδας δεν επιδεινώθηκε το 2022, παρόλο που το μοναδιαίο κόστος εργασίας αυξήθηκε, αφού οι μισθοί αυξήθηκαν περισσότερο σε σχέση με το προϊόν.

Σύμφωνα με τους μελετητές του Κέντρου, υπάρχει η δυνατότητα αύξησης

του κατώτατου μισθού, η οποία όμως δεν θα πρέπει να είναι υπερβολικά μεγάλη, καθώς θα επιβαρύνει περισσότερο τις μικρές επιχειρήσεις και τις επιχειρήσεις σε συγκεκριμένους κλάδους. Μάλιστα, σημειώνει πως για λόγους ισοτιμίας η αύξηση του κατώτατου μισθού θα ήταν σκόπιμο να μην ξεπερνάει την αύξηση που δόθηκε πρόσφατα στους συνταξιούχους (7,75%). Και επισημαίνεται μια παράπλευρη συνέπεια, λόγω του ισχύοντος φορολογικού συστήματος, αφού μισθωτοί που αμείβονται με τον κατώτατο μισθό και έχουν από δύο παιδιά και πάνω, σήμερα δεν υπόκεινται σε φορολογία εισοδήματος. Οποιαδήποτε αύξηση άνω του 0,5% θα συνεπάγεται υπέρβαση του αφορολόγητου και μετάβαση σε ανώτερο φορολογικό κλιμάκιο και άρα επιπρόσθετη φορολογική επιβάρυνση.

ΙΟΒΕ: Το Ίδρυμα Οικονομικών & Βιομηχανικών Ερευνών «βλέπει» περιθώριο αύξησης του κατώτατου μισθού κοντά στον εκτιμώμενο πληθωρισμό για το 2023. Όπως ξεκαθαρίζει, οι όποιες μεταβολές αναμένεται να έχουν άμεσες ε-

πιδράσεις σε μεγαλύτερο μερίδιο εργαζομένων με ευέλικτες μορφές απασχόλησης, εργαζομένων σε μικρομεσαίες εταιρείες, καθώς και εργαζομένων σε κλάδους υπηρεσιών.

Παράλληλα, κρίνεται απαραίτητη η παράλληλη παροχή στήριξης, μέσα από στοχευμένα μέτρα πολιτικής προς τα πλέον ευάλωτα νοικοκυριά, χωρίς αυτά να θέτουν σε κίνδυνο την πορεία μείωσης του υψηλού ποσοστού ανεργίας ή τον στόχο μείωσης της ανεπίσημης απασχόλησης. Στο πλαίσιο της διατηρήσιμης οικονομικής ανάπτυξης που έχει ανάγκη σήμερα η ελληνική οικονομία, το ΙΟΒΕ κρίνει σκόπιμο να συνεχιστεί ως δημοσιονομική προτεραιότητα η περαιτέρω μείωση του μη μισθολογικού κόστους, ειδικά σε σχέση με τη φορολογία της εργασίας και τις εισφορές κοινωνικής ασφάλισης, ενδεχομένως και με εφαρμογή έως ένα ελάχιστο επίπεδο μισθού.

ΕΣΣΕ: Η Ελληνική Συνομοσπονδία Εμπορίου και Επιχειρηματικότητας προτείνει αύξηση 7%, με τον κατώτατο μισθό να διαμορφώνεται στα 763 ευρώ.

ΓΣΕΒΕΕ: Η Γενική Συνομοσπονδία Βιοτεχνών Εμπόρων Ελλάδας προτείνει αύξηση του κατώτατου μισθού κατά 8% με 10% και δεδομένου ότι θα επηρεαστούν, κυρίως, οι μικρές και πολύ μικρές επιχειρήσεις κρίνεται αναγκαίο να ληφθούν μέτρα, προκειμένου να αντιμετωπίσουν το επιπρόσθετο κόστος. Στα συμπεράσματα της έκθεσης υπογραμμίζεται ότι η ταυτόχρονη αύξηση του κατώτατου μισθού σε συνδυασμό με την αντιστάθμιση της αύξησης του κόστους των επιχειρήσεων από την αύξηση αυτή μπορεί να αποτελέσει ένα αποτελεσματικό μίγμα οικονομικής πολιτικής για την καταπολέμηση του στασιμότητας πληθωρισμού. Συγκεκριμένα, η αντιστάθμιση του κόστους των επιχειρήσεων θα διασφαλίσει ότι δεν θα έχουμε επιπλέον αύξηση του πληθωρισμού, ενώ η διατήρηση της αγοραστικής δύναμης των εργαζομένων θα τυνώσει την κατανάλωση, λειτουργώντας αντιφασιακά.

### Το χρονοδιάγραμμα

Σύμφωνα με το χρονοδιάγραμμα που έχει θέσει η κυβέρνηση, η διαδικασία για τον καθορισμό κατώτατου μισθού για το έτος 2023 θα ολοκληρωθεί στις 10 Μαρτίου, οπότε το Υπουργικό Συμβούλιο θα πρέπει να έχει εγκρίνει την πρόταση για το ύψος του νέου κατώτατου μισθού.

Ο νέος μισθός πρέπει να γνωστοποιηθεί το πρώτο δεκαήμερο του Μαρτίου, ώστε τα λογιστήρια των επιχειρήσεων να προλάβουν να προσαρμόσουν τα συστήματά τους και ο νέος μισθός που θα αφορά περίπου 650.000 εργαζόμενους να εφαρμοστεί από την 1η Απριλίου 2023.



*Ο νέος μισθός πρέπει να γνωστοποιηθεί το πρώτο δεκαήμερο του Μαρτίου*



## ΤΟ ΚΥΠΡΙΑΚΟ ΑΛΛΑΖΕΙ ΓΕΝΙΑ ΕΠΙΛΥΣΗΣ

✎ ΧΡΗΣΤΟΣ ΜΑΤΗΣ

«**Ο**ι αριστεροί στην Κύπρο είναι πράκτορες των Εγγλέζων και όποιον επιλέξουν για υποψήφιο πρόεδρο θα τον δέσουν χειροπόδαρα για να τον ελέγχουν», είχε δηλώσει τον Ιούνιο του 2022 ο μακαριστός πλέον Αρχιεπίσκοπος Κύπρου Χρυσόστομος Β', σε μια ιδιαίτερα τολμηρή αποτροφή της συνέντευξής του στον «Πολίτη» για την υποψηφιότητα του πρώην υπουργού Εξωτερικών, Νίκου Χριστοδουλίδη, στις κυπριακές προεδρικές εκλογές. Μέσα σε αυτό το κλίμα, την ίδια περι-

οδο, ανακοίνωσε την υποψηφιότητά του για την προεδρία ο Άνδρεας Μαυρογιάννης, δίνοντας έναν θριαμβικό χαρακτήρα στην αποχώρησή του κ. Αναστασιάδη από τα πολιτικά πράγματα της Κύπρου. Οι τρεις επικρατέστεροι υποψήφιοι διάδοχοί του στην προεδρία, που στις εκλο-

γές της προηγούμενης Κυριακής συγκέντρωσαν περίπου το 90% των ψήφων, προέρχονται από τον δικό του πολιτικό χώρο και ήταν στενοί συνεργάτες του. Ο Νίκος Χριστοδουλίδης, ο οποίος τερμάτισε πρώτος με 31%, είχε διατελέσει επί 4ετία (2014-2018) κυβερνητικός εκ-

πρόσωπος και άλλη μία τετραετία (2018-2022) υπουργός Εξωτερικών. Ο δεύτερος με 29,5%, Ανδρέας Μαυρογιάννης, ήταν ο επίσημος διαπραγματευτής της κυβέρνησης Αναστασιάδη στις δι-κοινοτικές συνομιλίες. Ο τρίτος με 27,5%, Αβέρωφ Νεοφύτου,



*Αν κάτι ξεχωρίζει στην υποψηφιότητα του κ. Χριστοδουλίδη, δεν είναι οι δύο μονάδες διαφορά που έχει από τον δεύτερο, αλλά το ότι η εκλογή του θα σηματοδοτήσει τη μεταφορά της διαχείρισης του προβλήματος της Κύπρου σε μια άλλη γενιά, η οποία δεν έχει καμία εμπειρία συνοίκησης με τους Τουρκοκύπριους*

είναι ο πρόεδρος του Δημοκρατικού Συναγερμού, με τη στήριξη του οποίου είχε εκλεγεί πρόεδρος ο Νίκος Αναστασιάδης ως προκάτοχος του κ. Νεοφύτου.

### Οι Ελληνοκύπριοι πρόεδροι

Ο Πρόεδρος που εκλέγεται την Κυριακή είναι ο 7ος της Κυπριακής Δημοκρατίας, καθώς έχουν προηγηθεί:

- Ο γεννημένος το 1913, Αρχιεπίσκοπος Μακάριος.
- Ο γεννημένος το 1932, Σπύρος Κυπριανού (1977-1988).
- Ο 92χρονος σήμερα Γιώργος Βασιλείου (1988-1993).
- Ο γεννημένος το 1919 Γλαύκος Κληρίδης (1993-2003).
- Ο γεννημένος το 1934, Τάσος Παπαδόπουλος (2003-2008).
- Ο αποβιώσας μετά τη λήξη της θητείας του, Δημήτρης Χριστόφιας (1946) (2008-2013).
- Ο Νίκος Αναστασιάδης παραδίδει εφέτος την προεδρία στα 77 του (1946) (2013-2023).

### Αλλαγή σκυτάλης

Από τους έξι, πλην Μακαρίου, προέδρους, δύο ήταν του κεντροδεξιού Δημοκρατικού Συναγερμού, Κληρίδης και Αναστασιάδης, δύο του κεντροαριστερού ΑΚΕΛ, Βασιλείου και Χριστόφιας, και δύο του κεντρού ΔΗΚΟ, Κυπριανού και Παπαδόπουλος, με τη στήριξη του ΑΚΕΛ.

Αν όμως κάτι ξεχωρίζει στην υποψηφιότητα του κ. Χριστοδουλίδη, δεν είναι οι δύο μονάδες διαφορά που έχει από τον δεύτερο, αλλά το ότι η εκλογή του θα σηματοδοτήσει τη μεταφορά της διαχείρισης του προβλήματος της Κύπρου σε μια άλλη γενιά, η οποία δεν έχει καμία εμπειρία συνοίκησης με τους Τουρκοκύπριους.

Τα τείχη ανάμεσα στις δύο κοινότητες άρχισαν να μπαίνουν μετά την εξέγερση της ΕΟΚΑ, στα μέσα της δεκαετίας του '50, και ολοκληρώθηκαν με την τουρκική εισβολή του 1974.

Ακόμη και οι γεννημένοι το 1946 Χριστόφιας και Αναστασιάδης έχουν εικόνα, έστω εφηβική ή από άμεσες διηγήσεις, για το τι ήταν η συνοίκηση.

Όμως ο Χριστοδουλίδης δεν τα ξέρει αυτά από πρώτο χέρι κι ίσως να μην τα ξέρει ούτε ο γεννημένος το 1956 Μαυρογιάννης, ούτε ο γεννημένος το 1961 Νεοφύτου.

### Η ηγεσία των Τουρκοκυπρίων

Αντίστοιχα, ο ιστορικός ηγέτης των Τουρκοκυπρίων μέχρι το 2005, Ραούφ Ντενκτάς, ήταν γεννημένος το 1924, ο διάδοχός του Μεμέτ Αλι Ταλάτ (2005-2010) έχει γεννηθεί το 1952, ο Ντερβίς Έρογλου που τον διαδέχτηκε το 2010 είχε γεννη-



*Οι τρεις επικρατέστεροι υποψήφιοι διάδοχοι του Αναστασιάδη στην προεδρία της Κύπρου συγκέντρωσαν περίπου το 90% των ψήφων, προέρχονται από τον δικό του πολιτικό χώρο και ήταν στενοί συνεργάτες του*

θεί το 1938 και ο προτελευταίος πρόεδρος Μεχμέτ Ακίντσι, το 1947. Ο εν ενεργεία Ερσίν Τατάρ, που ανέλαβε το 2020, έχει γεννηθεί το 1960. Η γνώση τους από τους «απέναντι» είναι πιο συγκεκριμένη, ενώ πολύ ενδεικτικό είναι και το ότι όλοι οι Ελληνοκύπριοι, εκτός από τον Τάσο Παπαδόπουλο, έκαναν δύο θητείες, ενώ οι «απέναντι» από μία, καθώς όλοι τους δεν επανεξελέγησαν, ανεξαρτήτως κόμματος. Οι τρεις, Ντενκτάς, Έρογλου, Τατάρ, ήταν από το Κόμμα Εθνικής Ενότητας που είχε ιδρύσει ο Ντενκτάς, ο Ταλάτ από το Δημοκρατικό Τουρκικό Κόμμα, ενώ ο Ακίντσι ανεξάρτητος, αν και φέρεται να είχε διατελέσει μέλος του ΑΚΕΛ, του Κομμουνιστικού Κόμματος της Κύπρου.

Το βασικό ζήτημα που έχει να αντιμετωπίσει ο Χριστοδουλίδης και οι γενιές που θα ακολουθήσουν δεν είναι το Κυπριακό ως το πολυσύνθετο γεωπολιτικό πρό-

βλημα, αλλά το Κυπριακό ως παγιωμένο μοντέλο σταθερότητας, το οποίο έχει εκφύγει από τα στενά όρια μιας ενδοκοινοτικής διαμάχης στην οποία εμπλέκονται διεθνή συμφέροντα και γεωπολιτικές αντιπαραθέσεις.

Σε αυτό το πλαίσιο αποκτά ίσως μεγαλύτερο ενδιαφέρον η προσέγγιση που ο κ. Μαυρογιάννης δίνει στο βιβλίο του «Το γαλάζιο φουστάνι», που εξέδωσε στις εκδόσεις Λιβάνη το 2015.

«Δύο γυναίκες, με διαμετρικά αντίθετες λογικές, συναισθήματα και βασανιστικά και αφόρπτα εσωτερικά υπαρξιακά διλήμματα, συναντώνται, εγκλωβίζονται και βουλιάζουν σε ασάφειες, αντιφάσεις και ερωτήματα που περιστρέφονται και επανέρχονται μοιραία στην αρχέγονη αναζήτηση της συμφιλίωσης του ανθρώπου με το χάος που μας περιβάλλει, με τη ζωή και τον θάνατο».

### Στο Κοινοβούλιο

Σε κάθε περίπτωση, όποιος από τους Χριστοδουλίδη ή Μαυρογιάννη κι αν εκλεγεί, θα πρέπει να συνυπάρξει με το ήδη εκλεγμένο 56μελες Κοινοβούλιο, η θητεία του οποίου λήγει την άνοιξη του 2026.

Σε αυτό, ο ΔΗΣΥ έχει 19 βουλευτές, το ΑΚΕΛ 15 και το ΔΗΚΟ 9, ενώ από δύο τριμελείς ομάδες συγκροτούν η σοσιαλδημοκρατική ΕΔΕΚ και τέσσερις βουλευτές που έφυγαν από το ΔΗΚΟ και από δύο τριμελείς το κυπριακό δίκτυο της Χρυσής Αυγής, ΕΛΑΜ και οι Οικολόγοι Πράσινοι, ενώ υπάρχει κι ένας ανεξάρτητος.

Στη βόρεια πλευρά του νησιού, το μη αναγνωρισμένο Κοινοβούλιο εκλέγεται για πέντε χρόνια, η κυβερνητική πλειοψηφία έχει 29 βουλευτές, 24 από τους οποίους οι διάδοχοι του Ντενκτάς, και η αντιπολίτευση 20.

Ουσιαστικά, δηλαδή, πρόκειται για μια απολύτως μπερδεμένη κοινωνία στην οποία η Εκκλησία της Κύπρου ψήφισε Αρχιεπίσκοπο με κριτήριο το ποιος επικροτεί και υποστηρίζει την επίλυση του εκκλησιαστικού προβλήματος της Ουκρανίας, όπως το διαχειρίστηκε ο Οικουμενικός Πατριάρχης, δηλαδή φιλικά προς τη Δύση, ενώ ο μακαριστός Αρχιεπίσκοπος Κύπρου θεωρεί ότι η Δύση, και συγκεκριμένα η Αγγλία, ελέγχει τον όποιο θέλει να εκλεγεί Πρόεδρος Δημοκρατίας.

Κι όλα αυτά ενώ εκατομμύρια ευρώ Ρώσων ολιγαρχών διατίθενται από φιλορώσους Μπροπολίτες που θέλουν να επηρεάζουν το σώμα της κυπριακής Αρχιεπισκοπής και της κυπριακής κοινωνίας.

Όμως, όπως είπε και ο ίδιος ο κ. Μαυρογιάννης αμέσως μετά τις εκλογές, το Κυπριακό μπορεί να φέρει τον Δημοκρατικό Συναγερμό κοντά στην υποψηφιότητά του. Βέβαια ο ΔΗΣΥ δεν ανταποκρίθηκε στην πρόκληση, αλλά αυτό και μόνο ως ιδέα είναι αρκετό για να καθουχάσει όσους θα μπορούσαν να ανουχίσουν για αλλαγές γραμμών στο θέμα.

Η γραμμή Αναστασιάδη όχι μόνο δεν αλλάζει αλλά γίνεται κι εθνική γραμμή διαχείρισης του Κυπριακού. Το κύριο πρόβλημα πλέον είναι ο δικομματισμός που μετατρέπεται σε μονοκομματισμό πολλών κομμάτων.

Διότι, εκτός από το Κυπριακό, ο κ. Μαυρογιάννης, ως υποψήφιος με τη στήριξη του κομμουνιστικού ΑΚΕΛ, διαβεβαίωσε ότι η υποψηφιότητά του είναι ανεξάρτητη, έχει ως προμετωπίδα τη σοβαρότητα στη δημοσιονομική πειθαρχία και τη χρηματοπιστωτική σταθερότητα και ότι δεν θα τεθεί εν αμφιβόλω η σταθερότητα της οικονομίας, που αποτελεί το λάβαρο του ΔΗΣΥ.

Πρόκειται για το ίδιο λάβαρο που τώρα ετοιμάζονται να κρατήσουν άλλοι, ανάμεσα στους οποίους και ο εκπρόσωπος Τύπου του κόμματος, Δημήτρης Δημητρίου, ο οποίος το καλοκαίρι στην ερώτηση κατά πόσο θα διεκδικήσει την προεδρία του ΔΗΣΥ, στο συνέδριο του κόμματος μετά τις προεδρικές, είχε απαντήσει «ότι τώρα δίνουμε τη μεγάλη μάχη για τις προεδρικές εκλογές και για την ενότητα της παράταξης».

«Κάντε μου αυτή την ερώτηση στις 14 Φεβρουαρίου. Όποιος όμως πολιτικός οάς λέει πως δεν έχει φιλοδοξίες, μάλλον δεν σας λέει την αλήθεια. Έχω πολιτικές φιλοδοξίες, έμαθα, όμως, να προσέχω τα επόμενα βήματά μου. Να είναι σταθερά και οίγουρα. Όταν αποπειράσαι να κάνεις άλμα, πολύ πιθανόν να βρεθείς στο κενό».



## ΝΕΑ ΕΥΚΑΙΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΠΙΣΤΡΕΠΤΕΑ ΠΡΟΚΑΤΑΒΟΛΗ

ΧΑΡΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ

**Ε**ως τις 31 Μαΐου μπορούν οι υπόχρεες επιχειρήσεις και οι ελεύθεροι επαγγελματίες να υποβάλουν στην ηλεκτρονική πλατφόρμα της ΑΑΔΕ «myBusiness Support» τα απαιτούμενα δικαιολογητικά για τις ενισχύσεις που έλαβαν από τους επτά κύκλους της Επιστρεπτέας Προκαταβολής.

Αυτό αφορά 10.000 επιχειρήσεις και ελεύθερους επαγγελματίες που θα πρέπει να καταβάλουν έως τις 30 Ιουνίου τα ποσά που βεβαιώθηκαν ως αχρεωστήτως καταβληθέντα μέχρι και τις 2 Νοεμβρίου 2022. Εάν όμως οι υπόχρεες επιχειρήσεις δεν καταθέσουν τα απαιτούμενα δικαιολογητικά έως την παραπάνω ημερομηνία, αλλά και όσες δεν τήρησαν τη ρήτρα της απασχόλησης, τότε θα κληθούν να πληρώσουν εφάπαξ και με τόκο ολόκληρο το ποσό του κρατικού δανείου μέχρι τις 30 Ιουνίου του 2023.

Παράλληλα, παρατείνεται έως τις 30 Ιουνίου 2023 η προθεσμία για την καταβολή των αχρεωστήτως καταβληθέντων ποσών.

### Η απόφαση του ΥΠΟΙΚ

Πιο αναλυτικά, η νέα απόφαση του υπουργείου Οικονομικών για τις Επιστρεπτέες Προκαταβολές αναφέρει μεταξύ άλλων τα εξής:

Για τα ποσά που βεβαιώθηκαν ως αχρεωστήτως καταβληθέντα μέχρι και 2 Νοεμβρίου 2022, η προθεσμία καταβολής παρατείνεται ως την 30ή Ιουνίου 2023.

Σε περίπτωση βεβαίωσης αχρεωστήτως καταβληθέντων ποσών λόγω μη τήρησης

της υποχρέωσης διατήρησης εργαζομένων, διενεργείται εκ νέου υπολογισμός.

Εφόσον έχουν υποβληθεί τα απαραίτητα δικαιολογητικά μέχρι και 23 Σεπτεμβρίου 2022 και μετά τον επανυπολογισμό της υποχρέωσης διατήρησης εργαζομένων προκύπτει ότι τηρήθηκαν οι υποχρεώσεις της επιχείρησης, το αχρεωστήτως καταβληθέν ποσό που βεβαιώθηκε διαγράφεται με την έκδοση Ατομικού Φύλλου Έκπτωσης (ΑΦΕΚ), από τη ΓΔΟΥ του υπουργείου Οικονομικών, και ταυτόχρονα εκδίδεται νέος νόμιμος τίτλος είσπραξης για την επιστροφή του επιστρεπτέου μέρους της ενίσχυσης όπως αυτό υπολογίζεται. Ποσά που τυχόν καταβλήθηκαν βάσει του αρχικού τίτλου είσπραξης πιστώνονται στην οφειλή που προκύπτει από τον νέο τίτλο είσπραξης.

Εφόσον μετά τον επανυπολογισμό της υποχρέωσης διατήρησης εργαζομένων και την παρέλευση της προθεσμίας της 31ης Μαΐου 2023 για την υποβολή των απαραίτητων δικαιολογητικών, προκύπτει ότι τηρήθηκαν οι υποχρεώσεις της επιχείρησης, το αχρεωστήτως καταβληθέν ποσό που βεβαιώθηκε διαγράφεται με την έκδοση Ατομικού Φύλλου Έκπτωσης (ΑΦΕΚ), από τη ΓΔΟΥ του υπουργείου Οικονομικών

και ταυτόχρονα εκδίδεται νέος νόμιμος τίτλος είσπραξης για την επιστροφή του επιστρεπτέου μέρους της ενίσχυσης όπως αυτό υπολογίζεται. Ο νέος τίτλος είσπραξης εξοφλείται σύμφωνα με την παρ. 3 του άρθρου 8.

Η δυνατότητα εφάπαξ καταβολής του επιστρεπτέου ποσού της ληφθείσας ενίσχυσης με έκπτωση 15% επί του επιστρεπτέου ποσού ισχύει μόνο εφόσον τα απαιτούμενα δικαιολογητικά έχουν υποβληθεί το αργότερο μέχρι και την 23η Σεπτεμβρίου 2022. Ποσά που τυχόν καταβλήθηκαν βάσει του αρχικού τίτλου είσπραξης πιστώνονται στην οφειλή που προκύπτει από τον νέο τίτλο είσπραξης.

Εφόσον μετά τον επανυπολογισμό της υποχρέωσης διατήρησης εργαζομένων και την παρέλευση της προθεσμίας της 31ης Μαΐου 2023 για την υποβολή των απαραίτητων δικαιολογητικών, προκύπτει ότι δεν τηρήθηκαν οι υποχρεώσεις της επιχείρησης σύμφωνα με το άρθρο 9, η παράταση του πρώτου εδαφίου θεωρείται ως μη χορηγηθείσα και εφαρμόζεται το άρθρο 6 του ν. 4978/2022 (Κ.Ε.Δ.Ε.) επί του ποσού που βεβαιώθηκε μέχρι και 2 Νοεμβρίου 2022, από 1 Δεκεμβρίου 2022.



*Έως τις 30 Ιουνίου παρατείνεται και η προθεσμία για την καταβολή των αχρεωστήτως καταβληθέντων ποσών*

### Το... εμπόγγο στην ανάρτηση εκκαθαριστικών

Την παράταση στην προθεσμία για την επιστροφή των ενισχύσεων που τυπικά έληγαν στις 31 Ιανουαρίου «φωτογράφιζε» και το γεγονός ότι η ΑΑΔΕ δεν εξέδωσε τα εκκαθαριστικά, με το συνολικό ποσό της ενίσχυσης που υποχρεούνται να επιστρέψουν εφάπαξ και εντόκως οι επιχειρήσεις και οι επαγγελματίες που δεν ήταν συνεπείς με τις υποχρεώσεις τους.

Με βάση το χρονοδιάγραμμα, η ΑΑΔΕ θα έπρεπε έως τις 31 Ιανουαρίου να αποστείλει στις επιχειρήσεις που αποδείχθηκε ότι δεν τήρησαν τα κριτήρια του προγράμματος εκκαθαριστικά στα οποία θα αναγράφεται το συνολικό ποσό της ενίσχυσης από ένα ή περισσότερους κύκλους της επιστρεπτέας που υποχρεούνται να επιστρέψουν εφάπαξ και εντόκως.

Η ΑΑΔΕ κατά τη διαδικασία ελέγχου των επιχειρήσεων εντόπισε μια σειρά από παραλείψεις και λάθη που δεν διορθώνονταν με την απόφαση του υπουργείου Οικονομικών τον Νοέμβριο του 2022, με την οποία τροποποιήθηκε ο όρος της Επιστρεπτέας Προκαταβολής για τη ρήτρα διατήρησης που προσωπικού, ώστε επιχειρήσεις με μικρές παραβάσεις να μην υποχρεωθούν να επιστρέψουν ολόκληρο το ποσό της ενίσχυσης.

### «Λουκέτα» εξπρές

Εν τω μεταξύ, ακόμα πιο βαριές ποινές θα επιβάλλονται από φέτος σε επιχειρήσεις που δεν κόβουν αποδείξεις ή δεν ενημερώνουν εγκαίρως το myData της εφορίας. Ειδικότερα, βάσει του επικαιροποιημένου Κώδικα Φορολογικής Διαδικασίας, η ΑΑΔΕ θα μπορεί να βάζει αυθημερόν λουκέτο σε καταστήματα που δεν προχωρούν στην έκδοση αποδείξεων λιανικής πώλησης, αλλά και σε όσες επιχειρήσεις δεν διαβιβάζουν στο myData τις αποδείξεις που εκδίδουν.

Αν διαπιστωθεί ότι υπάρχουν παραβάσεις που επισύρουν την αναστολή λειτουργίας της επαγγελματικής εγκατάστασης άμεσα για 48 ώρες, με την πράξη αναστολής ορίζεται η αναστολή λειτουργίας της επαγγελματικής εγκατάστασης και προορίζεται ο χρόνος έναρξης εφαρμογής του μέτρου σε ώρα εντός της ημέρας έκδοσης της πράξης, καθώς και ο σχετικός χρόνος λήξης.

Στις περιπτώσεις που συντρέχουν οι διαπιστώσεις που επισύρουν την αναστολή λειτουργίας της επαγγελματικής εγκατάστασης αμελλήτι για 96 ώρες ή για 10 ημέρες, η αναστολή λειτουργίας δεν μπορεί να αρχίσει πριν από την πάροδο δύο τουλάχιστον ημερολογιακών ημερών από την ημερομηνία επίδοσης της πράξης αναστολής λειτουργίας και της έγγραφης ειδοποίησης για τον χρόνο εκτέλεσης αυτής.



## ΣΤΗΝ ΤΕΛΙΚΗ ΕΥΘΕΙΑ ΤΟ MARKET PASS

ΧΑΡΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ

**Σ**την τελική ευθεία έχει μπει το Market Pass, με την κυβέρνηση να έχει βάλει στόχο τις αρχές Μαρτίου για τις πρώτες πληροφορίες.

Σύμφωνα με τις τελευταίες πληροφορίες, η πλατφόρμα για την υποβολή των αιτήσεων αναμένεται να ανοίξει στις 20 Φεβρουαρίου και θα δέχεται αιτήσεις έως τις 15 Μαρτίου, χωρίς ωστόσο να αποκλείεται το ενδεχόμενο παράτασης μέχρι και τα τέλη του ίδιου μήνα.

Όσοι αποφασίσουν να χρησιμοποιήσουν την άυλη κάρτα θα λάβουν την ενίσχυση που αντιστοιχεί στους μήνες Φεβρουάριο και Μάρτιο, ενώ για όσους επιλέξουν τραπεζικό λογαριασμό θα πιστωθούν ποσά τριών μηνών. Στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται στους δικαιούχους κάθε μήνα έως και τον Ιούλιο, ενώ ο σχεδιασμός προβλέπει ότι τα νοικοκυριά θα μπορούν να χρησιμοποιήσουν τα χρήματα μέχρι τα τέλη Αυγούστου.

Στο υπουργείο Οικονομικών αφήνουν «παράθυρο» για επέκταση της χρονικής διάρκειας του Market Pass έως τον Οκτώβριο ή και τα τέλη του έτους, σε περίπτωση που οι τιμές στα τρόφιμα παραμείνουν σε ανοδική τροχιά.

### Τα ποσά

Μια μερίδα πολιτών θα αποσπάσει συνολικά 312 ευρώ, που είναι και τα περισσότερα που μπορεί να λάβει κάποιος από το Market Pass. Ειδικότερα, το ποσό αυτό δικαιούται ο έγγαμος με 2 παιδιά ή μονογονεϊκή οικογένεια με 3 παιδιά, στην οποία και θα χορηγούνται 52 ευρώ τον μήνα κι άρα 312 ευρώ το εξάμηνο.

Λιγότερο «κερδοσμένες» είναι οι υπόλοιπες ομάδες, με α) τον έγγαμο με 1 παιδί ή μονογονεϊκή οικογένεια με 2 να δικαιούται 252 ευρώ, β) τον έγγαμο χωρίς παιδιά ή τη μονογονεϊκή οικογένεια με 1 παιδί 192 ευρώ και γ) τέλους τους άγαμους, που δικαιούνται 132 ευρώ στην κλίμακα του εξαμήνου. Πιο αναλυτικά:

Έγγαμος με 2 παιδιά ή μονογονεϊκή οικογένεια με 3 παιδιά: Το ανώτατο ποσό επιδοτούμενων μηνιαίων αγορών διαμορφώνεται σε 520 ευρώ και η μηνιαία επιδότηση σε 52 ευρώ και 312 ευρώ το εξάμηνο.

Έγγαμος δικαιούχος με 1 παιδί ή για μονογονεϊκή οικογένεια με 2 παιδιά: Το ανώτατο επιδοτούμενο ποσό αγορών ανέρχεται σε 420 ευρώ/μήνα και άρα η μηνιαία επιδότηση θα διαμορφωθεί σε 42 ευρώ, με 252 ευρώ το εξάμηνο.

Έγγαμος χωρίς παιδιά ή μονογονεϊκή οικογένεια με 1 παιδί: Το ανώτατο όριο επιδοτούμενων αγορών έχει καθοριστεί στα 320 ευρώ/μήνα και η μηνιαία επιδότηση σε 32 ευρώ ή 192 ευρώ το εξάμηνο.

Άγαμος: Το ανώτατο ποσό επιδοτούμενων μηνιαίων αγορών καθορίζεται στα 220 ευρώ/μήνα και, κατά συνέπεια, το ποσό του Market Pass είναι 22 ευρώ/μήνα ή 132 ευρώ το εξάμηνο.

Τα ως άνω ποσά ισχύουν με τη χρήση της άυλης ψηφιακής κάρτας. Σε περίπτωση επιλογής κατάθεσης του Market Pass σε τραπεζικό λογαριασμό, η επιδότηση μειώνεται κατά 20%. Στο πλαίσιο αυτό, το υψηλότερο ποσό, που θα χορηγηθεί και πάλι στην ομάδα των έγγαμων με 2 παιδιά ή τη μονογονεϊκή οικογένεια



Στο υπουργείο Οικονομικών αφήνουν «παράθυρο» για επέκταση της χρονικής διάρκειας του Market Pass

νεια με 3 παιδιά, υπολογίζεται στα 249,6 ευρώ.

### Εξαιρέσεις

Ωστόσο, την ενίσχυση δεν θα λάβουν: Τα φυσικά πρόσωπα τα οποία δηλώνονται στη Δήλωση Φορολογίας Εισοδήματος Φυσικών Προσώπων φορολογικού έτους 2021 ως εξαρτώμενα μέλη του υπόχρεου.

Τα φυσικά πρόσωπα τα οποία δηλώνουν στη Δήλωση Φορολογίας Εισοδήματος Φυσικών Προσώπων φορολογικού έτους 2021 ότι φιλοξενούνται.

Τα φυσικά πρόσωπα που εμπίπτουν στον φόρο πολυτελούς διαβίωσης για το φορολογικό έτος 2021.

Οι φορολογικοί κάτοικοι αλλοδαπής.

Τα φυσικά πρόσωπα που δεν έχουν υποβάλει τη δήλωση φορολογίας εισοδήματος φορολογικού έτους 2021 έως και την 31/12/2022.

### Η διαδικασία

Απαραίτητη προϋπόθεση για να λάβει ο δικαιούχος την οικονομική ενίσχυση είναι να υποβάλει αίτηση σε ειδική εφαρμογή της Ενιαίας Ψηφιακής Πύλης της Δημόσιας Διοίκησης (gov.gr – ΕΨΠ). Η είσοδος του φυσικού προσώπου-δικαιούχου στην ειδική εφαρμογή πραγματοποιείται κατόπιν αυθεντικοποίησής του με τη χρήση των κωδικών taxisnet. Μετά την είσοδό του στην εφαρμογή, ο αιτών συμπληρώνει και επικαιροποιεί τα στοιχεία επικοινωνίας του και, ειδικότερα, τη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και τον αριθμό του κινητού τηλεφώνου, το πιστωτικό ίδρυμα που επιλέγει για την έκδοση της ψηφιακής χρεωστικής κάρτας και αιτείται την έκδοση της ψηφιακής χρεωστικής κάρτας και την πίστωση του σχετικού ποσού σε αυτήν. Δίνεται η δυνατότητα για τη μεταβολή των στοιχείων της αίτησης ή την ακύρωση της αίτησης για την έκδοση της ψηφιακής χρεωστικής κάρτας.

### Τρόποι πληρωμής

Το ποσό της οικονομικής ενίσχυσης πιστώνεται στον δικαιούχο: Σε ψηφιακή χρεωστική κάρτα, που εκδίδεται ειδικά για τον σκοπό αυτόν από πιστωτικό ίδρυμα ή χρηματοπιστωτικό οργανισμό.

Σε τραπεζικό λογαριασμό επιλογής του με βάση την αίτηση του αιτούντος την οικονομική ενίσχυση.

Σε περίπτωση που ο δικαιούχος επιλέξει την πίστωση σε τραπεζικό λογαριασμό, τα ποσά που καταβάλλονται ανέρχονται στο 80% της ενίσχυσης που δικαιούται. Τα ποσά είναι αφορολόγητα, ανεκχώρητα και ακατάσχετα στα χέρια του Δημοσίου ή τρίτων.



ΤΟΥ ΑΝΔΡΕΑ ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΥ\*

## ΟΤΑΝ Η ΠΡΟΤΑΣΗ ΔΥΣΠΙΣΤΙΑΣ ΓΙΝΕΤΑΙ ΠΡΟΤΑΣΗ... ΕΥΚΑΙΡΙΑΣ



**Α**εν ήταν και πολύ έξυπνη ιδέα να καταθέσουν πρόταση δυσπιστίας κατά της κυβέρνησης. Όχι μόνο γιατί έχουμε έτσι κι αλλιώς εκλογές σε 2-3 μήνες οπότε η κυβέρνηση θα... «πέσει» από μόνη της, αλλά γιατί της έδωσαν την ευκαιρία ενός πλήρους απολογισμού και μάλιστα σε σύγκριση μαζί τους. Είναι φανερό ότι ο ΣΥΡΙΖΑ είναι ανίκανος να κάνει ακόμα και αντιπολίτευση.

Κατέθεσε την πρόταση δυσπιστίας γιατί θεώρησε ότι θα σφυροκοπάει χωρίς έλεος την κυβέρνηση για τις παρακολουθήσεις, το «καθεστώς» Μπυστοάκη, το έλλειμμα δημοκρατίας και άλλα συναφή, που επί μήνες είναι ο μοναδικός του δημόσιος λόγος. Τι έγινε όμως; Μάλλον το αντίθετο:

- **ΣΤΟ ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΤΙΚΟ** τους είπαν ότι επί ΣΥΡΙΖΑ το 75% των εισροών στην Ευρώπη ήταν από Ελλάδα και τώρα είναι μόνο το 2%. Τα νησιά επί ημερών τους είχαν βουλιάξει από μετανάστες, ενώ τώρα υπάρχει κανονικότητα. Η ανύπαρκτη νεκρή Μαρία έγινε σημαία τους για να δυσφημιστεί η χώρα και συνεχίζουν να την θεωρούν υπαρκτή.

- **ΣΤΙΣ ΣΥΝΤΑΞΕΙΣ** υπήρχαν 1.060.000 εκκρεμότητες που διευθετήθηκαν, ενώ δόθηκαν για πρώτη φορά και αυξήσεις. Η δε ανεργία από 17,5% έχει πέσει στο 11,5%. Ο βασικός μισθός θα έχει αυξηθεί τρεις φορές.

- **ΣΤΟΝ ΕΚΕΥΓΧΡΟΝΙΣΜΟ** του κράτους, οι πολίτες κάνουν πλέον πάνω από 1,1 δισ. συναλλαγές τον χρόνο με το Δημόσιο από τον υπολογιστή τους (και ο αριθμός συνεχώς αυξάνεται), καμία σύγκριση με το χτες.

- **ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ**, ο ρυθμός της

φέτος τριπλασιάστηκε, οι εξαγωγές υπερδιπλασιάστηκαν, ο τουρισμός έκανε νέο ρεκόρ και πάει για το επόμενο, οι επενδύσεις αυξήθηκαν πρωτοφανώς.

- **ΣΤΙΣ ΚΡΙΣΕΙΣ** υπήρξε σωστή διαχείριση από όλες τις απόψεις, σε αντίθεση με το παρελθόν που όλα ήταν αφημένα στην τύχη τους. Ένα παράδειγμα το 112, που δεν επέτρεψε να υπάρξει νέο Μάτι, ή η στήριξη στις μέρες της πανδημίας και της ενεργειακής κρίσης.

- **ΣΤΑ ΔΗΜΟΣΙΑ ΕΡΓΑ** οι ρυθμοί είναι πρωτόγνωρα γοργοί σε αντίθεση με το παρελθόν (ένα παράδειγμα η πολυπαθη Πατρών-Πύργου που είναι και μπροστά από το χρονοδιάγραμμα) ενώ πολλά έχουν πλέον ολοκληρωθεί.

- **ΣΤΗΝ ΕΞΩΤΕΡΙΚΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ** για πρώτη φορά η χώρα εισπράττει ένα κύρος, διεθνείς προτάσεις της υλοποιούνται.

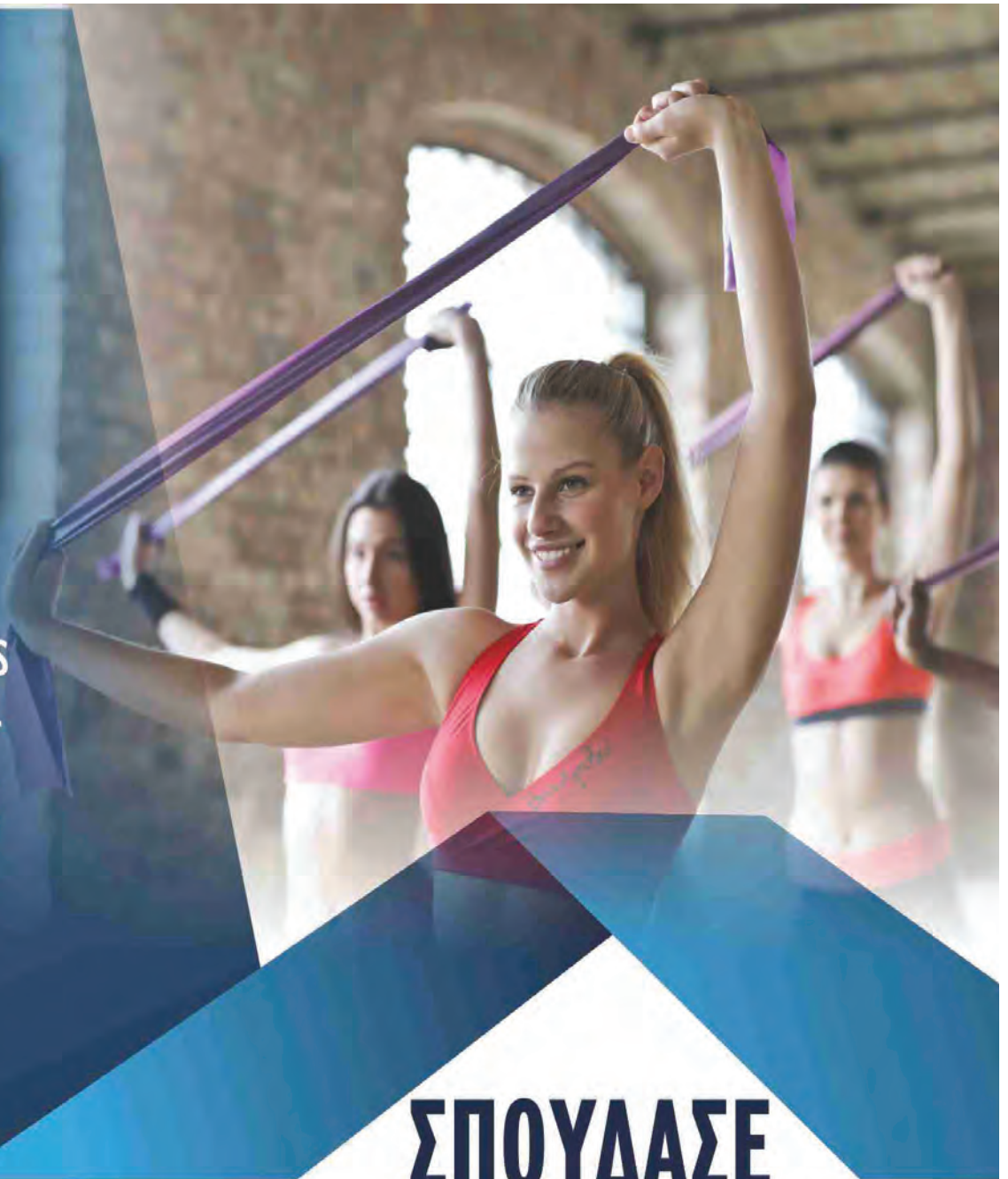
Για να μην μακρηγορώ, η πρόταση δυσπιστίας έδωσε τη μεγάλη ευκαιρία σε όλους τους υπουργούς της κυβέρνησης να κάνουν πλήρεις απολογισμούς και να τους συγκρίνουν με τους προηγούμενους για κάθε δραστηριότητα που αφορά τη χώρα. Ο ίδιος ο πρωθυπουργός είχε δώσει και τον τόνο, λέγοντας ότι δεν θα επιδιώξει στη Βουλή τη σύγκρουση αλλά τη σύγκριση. Και από αυτήν, ο ΣΥΡΙΖΑ μόνο χάνει, αυτή είναι η αλήθεια.

Μετά από αυτήν τη λάθος απόφαση της αξιωματικής αντιπολίτευσης να δώσει σε όλη την κυβέρνηση την ευκαιρία να αυτο-αποθεωθεί, θα έχει ενδιαφέρον να δούμε τις επόμενες δημοσκοπήσεις. Μην εκπλαγείτε αν το 7%-8% που όλες καταγράφουν σήμερα, τα ποσοστά θα έχουν μεγαλώσει ακόμα περισσότερο. Θα έχει βοηθήσει και η πρόταση δυσπιστίας!





Αναγνωρισμένες  
Σπουδές προπονητικής  
του τμήματος Υγείας -  
Ιατρικής - Βιολογίας  
(UFR SMBH) του  
Δημόσιου Γαλλικού  
Πανεπιστημίου  
Paris 13



# ΣΠΟΥΔΑΣΕ ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ (STAPS)



Κηφισίας 125-127, 11524 Αθήνα  
Τ: + 30 210 6980772-3

- ➔ Ειδικότητες : ποδόσφαιρο, μπάσκετ, στίβος, κολύμβηση, χορός, fitness
- ➔ Ελληνόφωνα τμήματα
- ➔ Φοιτητική κάρτα
- ➔ Φοιτητική ιδιότητα
- ➔ Πτυχία του Δημόσιου Γαλλικού Πανεπιστημίου Paris 13

ΜΕΙΩΣΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΡΩΝ

Πληροφορίες [www.ideal.gr](http://www.ideal.gr)



## Η Ε.Ε. ΣΤΗ ΣΚΙΑ ΤΟΥ ΠΟΛΕΜΟΥ ΣΤΗΝ ΟΥΚΡΑΝΙΑ



Η διάρκεια και η έκβαση της αναμέτρησης κρίνουν το μέλλον της Ευρώπης

 ΤΟΥ ΕΥΡΩΒΟΥΛΕΥΤΗ ΓΙΩΡΓΟΥ ΚΥΡΤΣΟΥ

**Ο** Πούτιν οργάνωσε την εισβολή στην Ουκρανία θεωρώντας ότι οι εχθροπραξίες θα κρατούσαν μερικές ημέρες ή λίγες εβδομάδες και πως θα έθετε υπό τον έλεγχό του το Κίεβο και άλλα μεγάλα αστικά κέντρα. Επιδιώξή του ήταν να ανατρέψει τον πρόεδρο Ζελένκι και την κυβέρνηση του και να βάλει στη θέση του έναν ελεγχόμενο από τη Μόσχα πολιτικό, ενδεχομένως τον πρώην πρόεδρο της Ουκρανίας Γιανουκόφσκι, ο οποίος αναγκάστηκε να εγκαταλείψει τη χώρα μετά τη φιλοευρωπαϊκή λαϊκή εξέγερση το 2014.

Το σχέδιο του Πούτιν απέτυχε παταγωδώς, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι ο πόλεμος χάθηκε για τη Ρωσία.

### Το πλεονέκτημα στους Ρώσους

Περίπου έναν χρόνο μετά το ξεκίνημα της αναμέτρησης, οι Ρώσοι εξακολουθούν να έχουν το στρατηγικό πλεονέκτημα. Έχουν καταλάβει γύρω στο 20% των εδαφών της Ουκρανίας, κυρίως αυτά που κατοικούνται από ρωσόφωνους και εξακολουθούν να προωθούν τις θέσεις τους.

Τα ρωσικά στρατεύματα βρέθηκαν σε δύσκολη θέση στα τέλη του καλοκαιριού - αρχές φθινοπώρου του 2022

και υπέστησαν σημαντικές ήττες στα πεδία των μαχών. Ο Πούτιν όμως κέρυξε μερική επιστράτευση με στόχο να αυξήσει κατά 300.000 - 500.000 το δυναμικό του εκστρατευτικού σώματος και να αλλάξει τον συσχετισμό των δυνάμεων.

Φαίνεται ότι τα κατάφερε, γιατί σε όλη τη διάρκεια του 2023 οι Ουκρανοί δέχονται μεγάλη πίεση στο μέτωπο και υποχρεώνονται, σε ορισμένες περιπτώσεις, σε οργανωμένη υποχώρηση.

### Μέθοδος Συρίας

Ο Πούτιν ακολούθησε και στην Ουκρανία τη μέθοδο που εφάρμοσε στη Συρία. Η ρωσική αεροπορία και το πυροβολικό ισοπέδωσαν τις πόλεις της Συρίας που ήλεγχαν οι αντικαθεστωτικοί δίνοντας προτεραιότητα στην καταστροφή της βασικής υποδομής, ακόμη και των νοσοκομείων. Η στρατηγική της ισοπέδωσης εξουθένωσε τους αντικαθεστωτικούς στη Συρία περιορίζοντας τις απώλειες των στρατευμάτων του Άσαντ και των Ρώσων και Ιρανών συμμάχων του. Καταστράφηκε βέβαια το μεγαλύτερο μέρος της χώρας, αλλά αυτό θεωρήθηκε «παράπλευρη απώλεια» σε μια «επιτυχημένη» στρατιωτική επιχείρηση.

Στην αρχή ο Πούτιν είχε εμπιστοσύνη στις ένοπλες δυνάμεις της Ρω-

**“Οι Ρώσοι ισοπεδώνουν την Ουκρανία με τη μέθοδο που εφάρμοσαν στη Συρία και στην Τσετσενία**

σίας και γι' αυτό απέφευγε τα πλήγματα κατά μη στρατιωτικών στόχων. Στη συνέχεια άρχισε να ισοπεδώνει περιοχές των αστικών κέντρων της Ουκρανίας, χωρίς όμως να παραδέχεται ότι τα πλήγματα κατά αμάχων και της βασικής υποδομής ήταν μέρος του στρατιωτικού σχεδιασμού του.

Όταν όμως άρχισε η αναγκαστική υποχώρηση των ρωσικών στρατευμάτων, ύστερα από αρκετές ταπεινωτικές ήττες, υιοθέτησε επίσημα τη στρατηγική που εφάρμοσε στη Συρία και πριν από αυτήν στην Τσετσενία.

Προχώρησε στη συστηματική ισοπέδωση των αστικών κέντρων της Ουκρανίας χρησιμοποιώντας σε πολλές περιπτώσεις drones ιρανικής κατασκευής. Επιδίωξή του είναι να καταστρέψει τη βασική υποδομή, τα νοσοκομεία, να στερήσει τη θέρμανση, τον φωτισμό, ακόμη και το νερό από δεκάδες εκατομμύρια Ουκρανούς.

Το έχει ήδη επιτύχει σε μεγάλο βαθμό. Οι Ουκρανοί που έφυγαν στο εξωτερικό ή μετακινήθηκαν στο εσωτερικό σε αναζήτηση ασφάλειας, τροφίμων, στέγασης, θέρμανσης, ηλεκτρικού, νερού ξεπερνούν τα δέκα εκατομμύρια.

Αυτά που θεωρούμε αυτονόητα, τα στερούνται πλέον περίπου οι μισοί Ουκρανοί, με αποτέλεσμα να γίνεται πολύ πιο δύσκολη η υπεράσπιση της πατρίδας τους. Μια χώρα όπου οι οικογένειες όσων μάχονται στο μέτωπο στερούνται περίπου τα πάντα και η υποδομή της έχει καταστραφεί σε μεγάλο ποσοστό, είναι πολύ δύσκολο να αμυνθεί αποτελεσματικά για πρακτικούς αλλά και ψυχολογικούς λόγους.

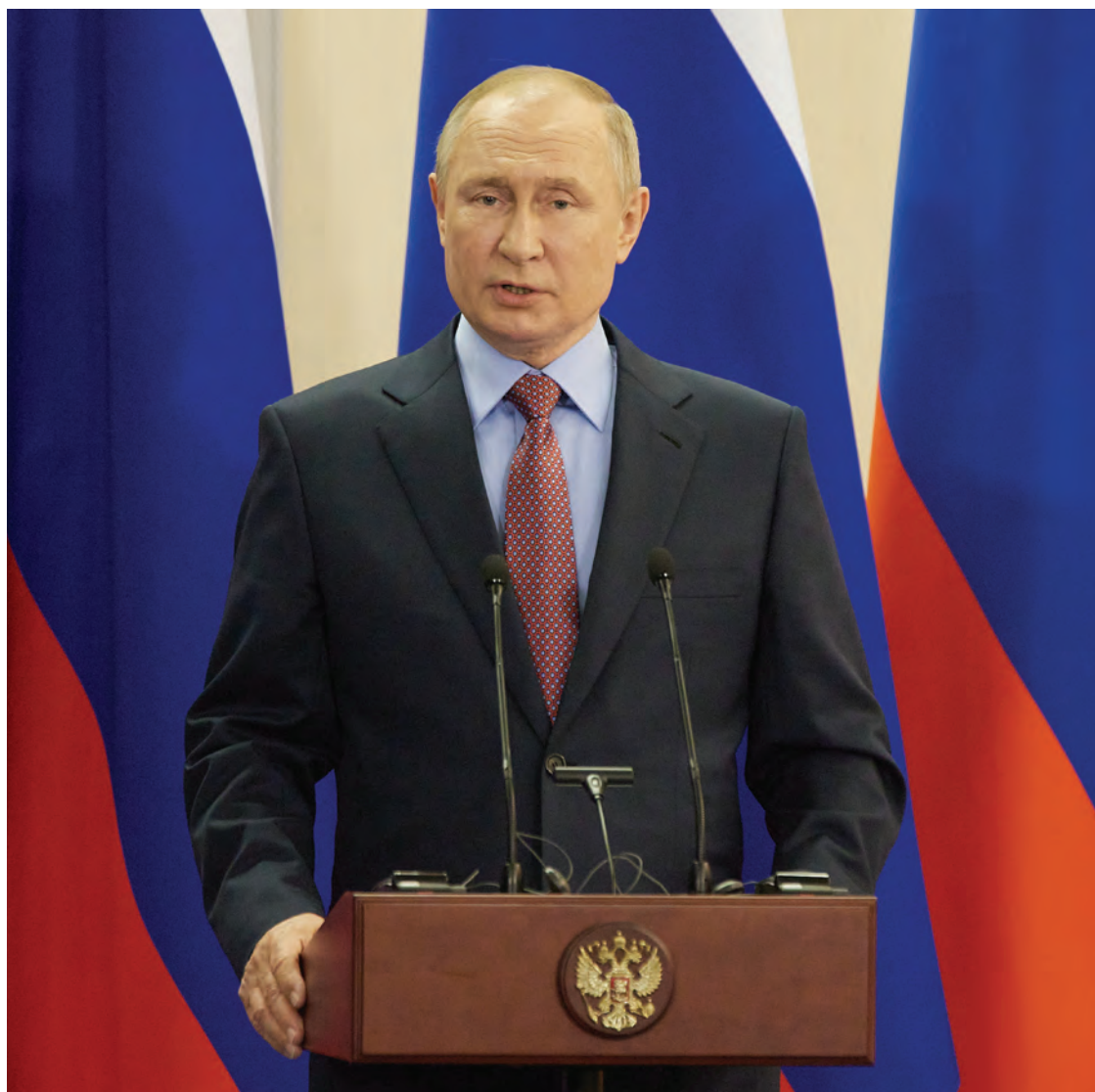
### Με όλα τα μέσα

Ο επιτιθέμενος Πούτιν χρησιμοποιεί όλα τα μέσα για να επικρατήσει. Έχει επιβάλει στυγνή δικτατορία στο εσωτερικό της Ρωσίας και η καταπίεση είναι πιο σκληρή απ' ό,τι προς το τέλος της σοβιετικής περιόδου. Τα περισσότερα αντιπολιτευόμενα ΜΜΕ έβαλαν μόνο τους λουκέτο, γιατί δεν μπορούσαν να λειτουργήσουν στη βάση των κανόνων του καθεστώτος. Δημοσιογράφοι οι οποίοι τόλμησαν να μιλήσουν για πόλεμο καταδικάστηκαν σε πολυετείς ποινές φυλάκισης. Επίσημως δεν διεξάγεται πόλεμος εναντίον της Ουκρανίας αλλά μία «ειδική στρατιωτική επιχείρηση», με στόχο την εξουδετέρωση των «επιτιθέμενων Ουκρανών ναζιστών».

Αυτά που κάνει ο Πούτιν στην Ουκρανία παραπέμπουν στις μεθόδους του Χίτλερ και του Στάλιν. Η έννοια του «ολοκληρωτικού πολέμου» που ανέλυε ο Γκέμπελς στη χιτλερική Γερμανία βρίσκει σήμερα την εφαρμογή της στον πόλεμο της Ρωσίας κατά της Ουκρανίας. Επιπλέον, η προγραμματισμένη εξαθλίωση του πληθυσμού της χώρας παραπέμπει στα εγκλήματα του Στάλιν στις αρχές της δεκαετίας του '30, οπότε επιβλήθηκε λιμός στην Ουκρανία με εκατομμύρια νεκρούς για να καμφθούν οι αντιρρήσεις των αγροτών της Ουκρανίας στη σοβιετική κολεκτιβοποίηση.

### Περιορισμός των αντιδράσεων

Το καθεστώς Πούτιν χρησιμοποιεί διάφορες μεθόδους για να περιορίσει τις αντιδράσεις στο εσωτερικό της χώρας για τη συνέχιση και την κλιμάκωση



*Για να αποθαρρυνθεί ο Πούτιν, οι Ευρωπαίοι πρέπει να γίνουν γρήγοροι, αποφασιστικοί και αποτελεσματικοί*

του πολέμου.

Δείχνει προτίμηση στη στρατολόγηση από απομακρυσμένες περιοχές, ώστε οι μεγάλες απώλειες να μην επηρεάζουν πολύ τα μεγάλα αστικά κέντρα. Επιπλέον, οι μισθοί που δίνονται σε όσους πηγαίνουν στο μέτωπο είναι εξαιρετικά ικανοποιητικοί, ιδιαίτερα για τους περισσότερους που προέρχονται από τα κατώτερα εισοδηματικά στρώματα. Με έξι μήνες στο μέτωπο μπορείς να χρηματοδοτήσεις ένα καλό στεγαστικό δάνειο.

Σε περίπτωση θανάτου, οι οικογένειες των στρατιωτικών αποζημιώνονται πλουσιοπάροχα. Τους δίνεται μία μικρή περιουσία προκειμένου να ξεπερά-

σουν, στο μέτρο του δυνατού, την απώλεια του αγαπημένου τους προσώπου.

Ο Πούτιν άδειασε τις φυλακές από τα πιο επικίνδυνα και επιθετικά στοιχεία, τα οποία ενέταξε στον μισθοφορικό στρατό της εταιρείας Wagner. Όσοι βαρυποινίτες ενταχθούν στη Wagner – ακόμη και δολοφόνοι και βιαστές– αμνηστεύονται αυτόματα. Στους πολίτες εξηγείται ότι αν δεν ήταν οι βαρυποινίτες της Wagner στο μέτωπο, μπορεί να ήταν τα παιδιά τους και γι' αυτό πρέπει να στηρίξουν και αυτή την επινόηση του καθεστώτος.

Στις συνθήκες που περιγράψαμε ο πόλεμος εξακολουθεί να είναι πόλεμος των Ρώσων και όχι απλά πόλεμος του καθεστώτος Πούτιν. Οι σχετικές δημοσκοπήσεις που καταγράφουν ποσοστά έγκρισης της πολιτικής Πούτιν της τάξης του 80% δεν θεωρούνται αξιόπιστες. Από την άλλη, ένα μίγμα πολιτικής καταπίεσης και τρομοκρατίας, οικονομικών κινήτρων και αλυτρωτισμού –να προστατεύσουμε τα αδέρφια μας που καταπιέζονται από τους Ουκρανούς– εγγυάται τον περιορισμό των αντιδράσεων στις επιλογές Πούτιν.

### Σε βάθος χρόνου

Έναν χρόνο μετά την έναρξη των εχθροπραξιών, το



Βασικό σενάριο είναι ότι η αναμέτρηση θα πάει σε βάθος χρόνου.

Με όσα έχει κάνει ο Πούτιν δεν έχει οδό υποχώρησης. Αν λήξουν οι εχθροπραξίες θα ακολουθήσει, με τον έναν ή τον άλλον τρόπο, την πορεία του Μιλόσεβιτς σε διεθνές δικαστήριο.

Η οικονομία όμως της Ρωσίας αποδεικνύεται πολύ πιο ανθεκτική απ' ό,τι είχαν εκτιμήσει οι Δυτικοί, ενώ η Ρωσία παραμένει πυρηνική υπερδύναμη, γεγονός που της επιτρέπει να επιμείνει στην επιθετική της στρατηγική.

Ούτε από την πλευρά των Ουκρανών υπάρχει οδός υποχώρησης. Οποιοσδήποτε ηγέτης δεχθεί, στο όνομα της ειρήνης, την απώλεια τουλάχιστον του 20% των εδαφών της Ουκρανίας θα βρεθεί εκτός εξουσίας, πιθανότατα σε στρατοδικείο με την κατηγορία της εσχάτης προδοσίας. Και οι υποστηρικτές της Ουκρανίας είναι υπέρ της συνέχισης του πολέμου μέχρι την ήττα του Πούτιν ή τουλάχιστον την αναγνώριση από τη Μόσχα της ματαιότητάς του. Το προηγούμενο της Κριμαίας, η οποία ενσωματώθηκε στη Ρωσία το 2014 χωρίς αυτό να οδηγήσει στην εγκατάλειψη της επεκτατικής στρατηγικής, έγινε μάθημα για τους Δυτικούς. Αν ο Πούτιν δεν εγκαταλείψει την προσπάθεια στην Ουκρανία, θεωρείται σχεδόν βέβαιο ότι θα υπάρξει συνέχεια σε βάρος της Μολδαβίας, της Λετονίας, της Εσθονίας, της Λιθουανίας, ενδεχομένως και της Πολωνίας.

Επομένως, στην αντίληψη των Δυτικών ο πόλεμος πρέπει να συνεχιστεί μέχρις ότου ο Πούτιν εγκαταλείψει την προσπάθεια και τιμωρηθεί.

### Οι δισταγμοί των Ευρωπαίων

Η προσπάθεια των Δυτικών να στηρίξουν την Ουκρανία για να αντιμετωπίσει τη Ρωσία δυσχεραίνεται από τους δισταγμούς των Ευρωπαίων.



### Απαράδεκτα βραδύς ο ρυθμός αντίδρασης των κρατών-μελών της Ε.Ε. στις εξελίξεις

Οι ΗΠΑ είναι αυτές που κρατάνε όρθια την Ουκρανία με οικονομική και στρατιωτική βοήθεια δεκάδων δισεκατομμυρίων δολαρίων. Το Ηνωμένο Βασίλειο, από την πλευρά του, ειδικεύεται σε γρήγορες και αποφασιστικές κινήσεις. Μπόρεσε, για παράδειγμα, να προμηθεύσει έγκαιρα τους Ουκρανούς με αντιαεραγωγικούς και αντιαεροπορικούς πυραύλους, με αποτέλεσμα να αιφνιδιαστούν πλήρως οι Ρώσοι, τα τεθωρακισμένα των οποίων κατευθύνονταν στο Κίεβο σε συνθήκες παρέλασης και όχι εκστρατείας.

Στα χαρτιά, η οικονομική και στρατιωτική βοήθεια των Ευρωπαίων προς την Ουκρανία πλησιάζει το ύψος της αμερικανικής βοήθειας. Η διαφορά είναι ότι οι Αμερικανοί, ό,τι λένε το κάνουν γρήγορα, ενώ οι Ευρωπαίοι παίρνουν εντυπωσιακές αποφάσεις, η εφαρμογή των οποίων καθυστερεί επικίνδυνα.

Χαρακτηριστικά όσα συνέβησαν με τα άρματα μάχης. Χρειάστηκε να ανατραπεί ο συσχετισμός των δυνάμεων υπέρ της Ρωσίας, μετά τη μερική επιστράτευση, για να δεχθούν οι Ευρωπαίοι –και κυρίως οι Γερμανοί– την παραχώρηση αρμάτων μάχης στην Ουκρανία. Θα χρειαστούν όμως αρκετοί μήνες για να αναπτυχθούν λίγες εκατοντάδες ευρωπαϊκών

αρμάτων μάχης στο μέτωπο της Ουκρανίας. Θα πρέπει να ελεγχθεί η κατάσταση των αρμάτων μάχης, να αναβαθμιστούν, να γίνουν 100% αξιόμαχα και να εκπαιδευτούν οι Ουκρανοί στη χρήση τους.

Κανείς δεν ξέρει πώς θα έχουν εξελιχθούν μέχρι τότε οι στρατιωτικές επιχειρήσεις. Από την αρχή του πολέμου οι Ρώσοι έχουν χάσει πάνω από 1.600 άρματα μάχης και γύρω στα 500 από αυτά περιήλθαν στον έλεγχο των Ουκρανών. Το ρωσικό επιτελείο έχει αναπληρώσει πλήρως τις απώλειες, η ρωσική πολεμική βιομηχανία ανεβάζει ρυθμούς και οι απώλειες των Ουκρανών ξεπερνούν τα 100 άρματα τον μήνα όταν παρατηρείται κλιμάκωση των εχθροπραξιών.

Επομένως, είναι πρακτικά αδύνατον να ηττηθεί η Ρωσία με τη μέθοδο που ακολουθούν οι Ευρωπαίοι. Σταδιακή αύξηση της στρατιωτικής βοήθειας, ύστερα από πολλές συζητήσεις, μεγάλη δημοσιότητα και μεγάλες καθυστερήσεις και χωρίς το στοιχείο του αιφνιδιασμού και της δραστηρικής αλλαγής του συσχετισμού δυνάμεων σε βάρος της Ρωσίας δεν οδηγούν στην ήττα του Πούτιν.

Στην καλύτερη περίπτωση θα οδηγήσουν σ' ένα σταδιακό «πάγωμα» της αναμέτρησης, με τους Ρώσους να μετράνε εδαφικά κέρδη και να ζητάνε την κατάργηση όλων των οικονομικών κυρώσεων προκειμένου να έρθουν σε συνεννόηση με την Ουκρανία.

Αυτή η επανάληψη, σε μεγαλύτερη κλίμακα, της ενσωμάτωσης της Κριμαίας στη Ρωσία το 2014 δεν οδηγεί στην ειρήνευση, όπως πιστεύουν πολλοί, αλλά στη μελλοντική κλιμάκωση της αναμέτρησης με τους όρους της Ρωσίας.

### Το ζήτημα του κόστους

Οι ευρωπαϊκές κυβερνήσεις –και φυσικά οι πολίτες– προβληματίζονται για το κόστος της αναμέτρησης, έστω έμμεσος, με τη Ρωσία.

Η ρωσική οικονομία φαίνεται να αντέχει τις συνέπειες των κυρώσεων, εφόσον οι τελευταίες δεν είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικές και εφαρμόζονται επιλεκτικά. Χαρακτηριστική η περίπτωση της Ελλάδας, η οποία έστειλε στον Πούτιν υπερδιπλάσια ευρώ το 2022, για την εισαγωγή ρωσικού φυσικού αερίου και πετρελαίου, απ' ό,τι το 2021. Επιπλέον, ένα εξαιρετικά υψηλό ποσοστό ρωσικών φορτίων πετρελαίου και υδρογονοποιημένου φυσικού αερίου μεταφέρεται από πλοία ελληνικών συμφερόντων.

Όσο προσπαθούμε να περιορίσουμε τις οικονομικές συνέπειες του πολέμου αποφεύγοντας να ασκήσουμε τη μέγιστη πίεση στη Ρωσία, τόσο η αναμέτρηση πηγαίνει σε βάθος χρόνου και μεγαλώνουν το κόστος και το ρίσκο.

Δεν είναι βέβαιο ότι η Ε.Ε. έχει ξεπεράσει την ενεργειακή κρίση. Ειδικά χώρες όπως η Ελλάδα, με διρθρωτικά οικονομικά προβλήματα, βλέπουν το συγκριτικό ενεργειακό κόστος τους να αυξάνεται και τη διεθνή ανταγωνιστικότητα της οικονομίας τους να υποχωρεί.

Σε επίπεδο στρατηγικής, όσο η Ε.Ε. διστάζει και η αναμέτρηση παρατείνεται, τόσο περισσότερο έδαφος χάνει σε σχέση με τις ΗΠΑ. Ο πόλεμος στην Ουκρανία εξυπηρετεί τα στρατηγικά συμφέροντα



των ΗΠΑ για μια σειρά λόγους:

Πρώτον, επιβάλλει στους Ευρωπαίους να τοποθετήσουν την ευρωπαϊκή συσπείρωση υπό την ηγεμονία των ΗΠΑ και εξουδετερώνουν τις προσπάθειες για τη λεγόμενη ευρωπαϊκή στρατηγική αυτονομία.

Δεύτερον, από τη στιγμή που οι Ευρωπαίοι μένουν πίσω σε έναν ευρωπαϊκό πόλεμο δημιουργείται ρήγμα στο εσωτερικό της Ε.Ε. Οι Πολωνοί, οι Εσθονοί, οι Λιθουανοί, οι Λετονοί και ορισμένοι άλλοι καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι οι αμερικανικές εγγυήσεις για την ασφάλεια έχουν μεγαλύτερη σημασία από την κοινή ευρωπαϊκή προοπτική.

Τρίτον, οι ΗΠΑ ενισχύουν το συγκριτικό οικονομικό τους πλεονέκτημα στον ενεργειακό τομέα έναντι της Ε.Ε. και αυξάνουν σε επίπεδα-ρεκόρ τις εξαγωγές υδρογονάνθρακα φυσικού αερίου στην Ε.Ε. Τέταρτον, η συγκριτική θέση της αμερικανικής οικονομίας ενισχύεται έναντι της ευρωπαϊκής.

Πέμπτον, οι ΗΠΑ οδηγούν τους Ευρωπαίους, λόγω του πολέμου στην Ουκρανία, σε μια πιο αυστηρή στάση έναντι της Κίνας απ' ό,τι ενδεχομένως επιβάλλουν τα συμφέροντά τους.

Η παράταση του πολέμου έχει μεγάλο κόστος και για τη Ρωσία. Απομακρύνεται σταδιακά από τις ευρωπαϊκές αγορές που στήριζαν την οικονομική της ανάπτυξη και υποχρεώνεται να απευθυνθεί στην Ινδία, στην Κίνα και σε άλλες σημαντικές χώρες για να πουλήσει τα προϊόντα της –ιδιαίτερα τα ενεργειακά– με πολύ χειρότερους όρους απ' ό,τι στις ευρωπαϊκές χώρες.

Ιδιαίτερα η εξάρτηση από την Κίνα δημιουργεί σοβαρούς κινδύνους για τη Ρωσία. Η κινεζική οικονομία έχει δεκαπλάσιο μέγεθος απ' ό,τι η ρωσική και



## Οι Ευρωπαίοι θα παραδώσουν άρματα μάχης στους Ουκρανούς, συζητούν τώρα και για μαχητικά αεροσκάφη

είναι φανερό ότι η οικονομική και πολιτική στήριξη της Ρωσίας από την Κίνα γίνεται με τους όρους του ισχυρότερου.

### Αλλάζουν οι «κόκκινες γραμμές»

Η αλλαγή του συσχετισμού δυνάμεων υπέρ της Ρωσίας αλλάζει τις «κόκκινες γραμμές» που είχαν επιβάλει στους εαυτούς τους οι Ευρωπαίοι.

Είναι χαρακτηριστικό ότι στη διάρκεια του περασμένου του προέδρου Ζελένσκι από το Λονδίνο, το Παρίσι και τις Βρυξέλλες άρχισε να γίνεται συζήτηση για παραχώρηση μαχητικών αεροσκαφών από τις ευρωπαϊκές χώρες στην Ουκρανία.

Η πολεμική αεροπορία είναι ένα από τα αδύναμα σημεία της ουκρανικής άμυνας και είναι λογικό να πάμε προς αυτή την κατεύθυνση. Τίθεται ξανά το ερώτημα πόσο χρόνο θα πάρει η μετατροπή του προβληματισμού των Ευρωπαίων σε συγκεκριμένη πο-

λιτική και με ποιους όρους θα παραδοθούν –αν παραδοθούν– τα μαχητικά αεροσκάφη στην Ουκρανία. Οι Ευρωπαίοι πρέπει να γνωρίζουν ότι και η άλλη πλευρά μπορεί να αλλάξει τις «κόκκινες γραμμές» της ανάλογα με τις εξελίξεις. Ο Πούτιν θα μπορούσε να διευρύνει την επιστράτευση ή και να αποφασίσει ένα τακτικό πυρηνικό πλήγμα σε βάρος της Ουκρανίας.

Ένας άλλος παράγοντας που μπορεί να αλλάξει τον συσχετισμό δυνάμεων, σε όφελος της Ρωσίας, είναι η άμεση ανάμιξη της Λαϊκής Δημοκρατίας της Κίνας με προμήθεια των αναγκαίων οπλικών συστημάτων στη Ρωσία. Μέχρι σήμερα, το Πεκίνο ακολουθεί πολιτική αυτοσυγκράτησης, αλλά υπάρχουν αρκετοί λόγοι που μπορεί να οδηγήσουν σε αλλαγή στάσης. Μπορεί ο Πούτιν να προσφέρει τα αναγκαία ανταλλάγματα για να εξασφαλίσει τη στρατιωτική υποστήριξη της Κίνας, μπορεί ο Σι Τζινπίνγκ να θέλψει να ασκήσει μεγαλύτερη πίεση, μέσω Ρωσίας, στην Ε.Ε. και στις Η.Π.Α. για να αντιδράσει στις πρωτοβουλίες των Αμερικανών στην περιοχή του Ινδικού και του Ειρηνικού.

Κατά την άποψή μου, όσο πιο γρήγορη, αθόρυβη και αποφασιστική είναι η παρέμβαση των Ευρωπαίων, θα μεγαλώσουν οι πιθανότητες να αποθαρρυνθεί ο Πούτιν στη συνέχιση της επιθετικής του στρατηγικής.

Σε όλα τα σενάρια υπάρχει ένα σημαντικό στοιχείο ρίσκου, ενώ πρέπει να θεωρείται σχεδόν βέβαιη η συνέχιση του πολέμου σε όλη τη διάρκεια του 2023 και εξαιρετικά πιθανή η κλιμάκωσή του.

Τα προβλήματα στον ενεργειακό, οικονομικό τομέα θα συνεχιστούν, ίσως και να χειροτερέψουν.

Γίνε κι εσύ

# ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗΣ ΠΡΩΤΗΣ ΓΡΑΜΜΗΣ



**ΓΙΝΕ ΤΟ ΜΟΝΟ ΣΤΑΘΕΡΟ  
ΠΟΥ ΕΧΟΥΜΕ ΔΙΠΛΑ ΜΑΣ  
ΣΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΓΡΑΜΜΗ.**

Με τη σταθερή σου μηνιαία υποστήριξη  
και δες μέσα από τα μάτια μας  
πώς μας βοηθάς να σώσουμε ζωές.

[msf.gr/stathera](https://msf.gr/stathera)



**MEDECINS SANS FRONTIERES**  
**ΓΙΑΤΡΟΙ ΧΩΡΙΣ ΣΥΝΟΡΑ**

# Απαιτείται εθνική στρατηγική για την καταπολέμηση του καρκίνου

ΑΡΗΣ ΖΕΥΓΑΣ



**Η** Παγκόσμια Ημέρα κατά του Καρκίνου είναι μία ισχυρή υπενθύμιση ότι πρέπει να δράσουμε με οργανωμένο τρόπο για τη βελτίωση της ογκολογικής περιθαλψης και φροντίδας. Η ΕΛΛΟΚ, δίνοντας στο Συνέδριό της τον τίτλο «Ο άνθρωπος στο επίκεντρο», στέλνει το μήνυμα ότι ο ασθενής με καρκίνο παραμένει άνθρωπος, που δεν έχει ανάγκη μόνο να επιβιώσει, αλλά να ζήσει με ποιότητα, αξιοπρέπεια και δικαιώματα.

Ορισμένα από τα συμπεράσματα του 7ου Ετήσιου Συνεδρίου της Ελληνικής Ομοσπονδίας Καρκίνου - ΕΛΛΟΚ, το οποίο πραγματοποιήθηκε με σημείο αναφοράς την Παγκόσμια Ημέρα κατά του Καρκίνου, στις 3-5 Φεβρουαρίου 2023 στο ξενοδοχείο «Wyndham Grand Athens», είναι:

- Αδήριτη ανάγκη για τη χώρα μας η εφαρμογή ενός ολοκληρωμένου Εθνικού Σχεδίου Δράσης για τον Έλεγχο του Καρκίνου, που θα λαμβάνει υπόψη τις ανάγκες και την εμπειρία των ίδιων των ασθενών.
- Απαραίτητη η αύξηση του προϋπολογισμού για την υγεία, προκειμένου να διασφαλιστεί η πρόσβαση των ασθενών στην καινοτομία και η βιωσιμότητα της ογκολογικής περίθαλψης.
- Ανεκπλήρωτη ανάγκη για τους ασθενείς η πρόσβαση στις σύγχρονες διαγνωστικές μεθόδους (πάνελ βιοδεικτών, next generation sequencing) για την έγκαιρη και αποτελεσματική αντιμετώπιση του καρκίνου.
- Προσπατούμενη η συνεργασία όλων των εμπλεκόμενων φορέων, ώστε να διασφαλιστεί όχι μόνο η επιβίωση των ασθενών με καρκίνο, αλλά η βελτίωση της ποιότητας της ζωής τους.
- Σημαντική η επίδραση της θεραπευτικής αξιοποίησης της τέχνης και του πολιτισμού στους ασθενείς με καρκίνο, όπως έχει ήδη αποδειχθεί από δημιουργικά προγράμματα



“Ο ασθενής με καρκίνο παραμένει άνθρωπος, που δεν έχει ανάγκη μόνο να επιβιώσει, αλλά να ζήσει με ποιότητα, αξιοπρέπεια και δικαιώματα

για ογκολογικούς ασθενείς που έχουν τεθεί σε εφαρμογή.

## Ηλίας Μόσιαλος

Βασικός ομιλητής του συνεδρίου ήταν ο καθηγητής Οικονομικών και Πολιτικής της Υγείας στο London School of Economics (LSE) Ηλίας Μόσιαλος, ο οποίος τοποθετήθηκε σχετικά με το Εθνικό Σχέδιο Δράσης για τον Έλεγχο του Καρκίνου.

Σύμφωνα με τον καθηγητή, αν είναι να προσεγγίσουμε εκ νέου το Εθνικό Σχέδιο για τον καρκίνο, υπάρχουν 7 πυλώνες:

Πώς θα μεγιστοποιήσουμε την πρωτογενή πρόληψη, δηλαδή Δημόσια Υγεία. Εδώ χρειάζεται η συνεργασία πολλών υπουργείων. Επίσης, πρέπει να επεκταθεί η έγκαιρη διάγνωση, τομέας που αφορά το υπουργείο Υγείας, και τέλος η τριτογενής πρόληψη που αφορά την κλινική ιατρική, δηλαδή τους ογκολόγους.

Ο ασθενής να μην να είναι στο επίκεντρο, αλλά να πρέπει να μετράμε και την εμπειρία του ασθενούς. Δυστυχώς δεν ρωπιούνται οι ασθενείς για την εμπειρία τους μέσα στο σύστημα υγείας. Η εμπορία των ασθενών και των οικογενειών τους θα πρέπει να αποτελεί κεντρικό στόχο για ένα εθνικό σύστημα.

Χρειάζεται ένα καλό Εθνικό Σύστημα Υγείας, αλλιώς δεν θα μπορέσουμε να πετύχουμε πολλά στο μέτωπο του καρκίνου. Δεν αρκεί να έχουμε 4-5 κέντρα αριστείας μόνο, καθώς αν δεν λειτουργεί το υπόλοιπο σύστημα σωστά, δεν θα καταφέρουμε κάτι.

Χρειαζόμαστε ένα δυναμικό σύστημα που να εξελίσσεται. Αυτό απαιτεί να έχουμε εθνική πολιτική για τα δεδομένα, που να δίνει έμφαση στην έρευνα. Όχι μόνο στην ιατρική έρευνα αλλά και στην έρευνα του συστήματος, όπως π.χ. για το ποιες δομές ενδείκνυνται για τη νοσηλεία των ασθενών.

Εξειδικευμένο προσωπικό για τον καρκίνο. Στη χώρα μας δεν έχουμε οργανωμένο εργατικό δυναμικό για τον καρκίνο. Γνωρίζουμε τι γίνεται στον χώρο των ειδικοτήτων. Δεν συνδέεται ο προγραμματισμός του δυναμικού με τα πραγματικά ζητήματα της χώρας. Και χρειάζονται επιδημιολογικές μελέτες για τον πληθυσμό, ώστε να κάνουμε και τον σχετικό προγραμματισμό σε ορίζοντα δεκαετίας.

Ισοτιμία και δίκαιη κατανομή των πόρων της υγείας για τους καρκινοπαθείς. Εδώ χρειάζονται και δεδομένα και ταυτοποίηση των ακάλυπτων ιατρικών αναγκών. Χρειάζεται επίσης και διεύρυνση της ψηφιακής εκπαίδευσης.

Θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη οι επιπτώσεις του καρκίνου στην οικονομική κατάσταση του ασθενούς, στην ψυχική υγεία και στην εργασία.

Να επισημάνουμε ότι στο συνέδριο μίλησε και ο υπουργός Υγείας Θάνος Πλεύρης, σημειώνοντας ότι «ο καρκίνος νικείται κάθε μέρα. Επενδύουμε στην πρόληψη, επενδύουμε στη θεραπεία, εστιάζουμε στη βελτίωση των υλικοτεχνικών υποδομών και στη στελέχωση των ογκολογικών νοσοκομείων».

Επίσης μίλησε και η αναπληρώτρια υπουργός Μίνα Γκάγκα, η οποία ανέφερε ότι «πολύ σημαντική η συνομιλία της ΕΛΛΟΚ με το υπουργείο και με όλους τους επιστημονικούς φορείς, ώστε να μπορέσουμε όλοι μαζί να έχουμε τη φροντίδα που θέλουμε για τους ογκολογικούς ασθενείς».

Με παρέμβασή του ο υπουργός Ψηφιακής Διακυβέρνησης, Κυριάκος Πιερρακάκης, τόνισε ότι «ένα από τα πολύ μεγάλα προγράμματα του Ταμείου Ανάκαμψης αφορά τον καρκίνο, το Μητρώο του Καρκίνου. Τα σχετικά πρωτόκολλα και οι τεχνολογικές εφαρμογές θα επικουρήσουν τους γιατρούς στη δουλειά τους, αλλά και τους ασθενείς στην καθημερινότητά τους».

Τέλος σε μήνυμα που απέστειλε η υφυπουργός Υγείας, Ζωή Ράπτη, αναφέρθηκε στη σημασία της ψυχογριατρικής υποστήριξης των ασθενών με καρκίνο στην τρίτη ηλικία.

Κάθε εβδομάδα η Free Sunday, σε συνεργασία με το εξειδικευμένο πάνω στο στοίχημα site [www.betarades.gr](http://www.betarades.gr), σας ενημερώνει διεξοδικά με μοναδικό στόχο το... ταμείο.

**Betarades**.gr



ΕΓΚΥΡΕΣ  
ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ  
ΓΙΑ ΤΟ ΣΤΟΙΧΗΜΑ  
ΑΠΟ ΤΟ  
BETARADES.GR

Τα γκολ  
δείχνουν  
τον δρόμο

## Σερί Tips

- \* **Ουντινέζε - Σασουόλο (12/02, 13:30):** Τρία σερί παιχνίδια με Under 2.5 γκολ μετρά η Ουντινέζε στο ιταλικό πρωτάθλημα, στα 2/3 σημειώθηκε μόνο ένα τέρμα. Ωστόσο, κόντρα στη Σασουόλο, οι στοιχηματικές εταιρίες προσφέρουν σε τιμές αυτσάιντερ το Under 2.5 και πιο συγκεκριμένα σε απόδοση 2.00.
- \* **Βόλος - Ατρόμητος (12/02, 16:00):** Τρία σερί Over 2.5 γκολ μετρά ο Βόλος στη Σούπερ Λιγκ, στο πιο πρόσφατο ματς του κέρδισε 3-0 εκτός έδρας τον Λεβαδειάκ. Ο Ατρόμητος, ο οποίος δεν αγωνίστηκε με την ΑΕΚ την προηγούμενη εβδομάδα, μετρά τρία διαδοχικά Goal/Goal στο πρωτάθλημα, με όλες τις αναμετρήσεις να ολοκληρώνονται ισόπαλες 1-1!
- \* **Λυών - Λανς (12/02, 21:45):** Τέσσερα διαδοχικά παιχνίδια με Under 2.5 γκολ έχει η Λανς σε επίπεδο πρωταθλήματος, τη στιγμή που η Λυών έχει επιβεβαιώσει το Under στα 7/10 πιο πρόσφατα ματς της στην ίδια διοργάνωση. Ισορροπημένες οι αποδόσεις στις αγορές των γκολ για τον αγώνα της Κυριακής, στο 1.90 το Over, στο 1.91 το Under.

## Goal Tips

- \* **Χέρτα - Γκλάντμπαχ (12/02, 18:30):** Τέσσερις σερί ήττες μετρά η Χέρτα στην Μπουντεσλίγκα, στις τρεις από αυτές δεν κατάφερε καν να σκοράρει. Παράλληλα, έχει ηττηθεί στα 7/8 πιο πρόσφατα ματς της στην ίδια διοργάνωση, τη μοναδική νίκη της την πήρε εντός έδρας απέναντι στην Κολωνία με 2-0 στις 12/11.
- \* **Γιουβέντους - Φιορεντίνα (12/02, 19:00):** Χωρίς νίκη η Φιορεντίνα στα τέσσερα πιο πρόσφατα παιχνίδια της στη Serie A. Μετρά τρεις ήττες, τον μοναδικό βαθμό της σε αυτό το σερί τον πήρε στο Ολίμπικο, εκεί όπου αναδείχθηκε ισόπαλη 1-1 με τη Λάτσιο στις 29/01. Φαβορί στη συγκεκριμένη αναμέτρηση η Γιουβέντους, με τον άσο να παίζεται στο 1.83.
- \* **Βιγιαρεάλ - Μπαρτσελόνα (12/02, 22:00):** Αήττητη η Μπαρτσελόνα στα 11 τελευταία παιχνίδια της σε επίπεδο πρωταθλήματος, κέρδισε στα δέκα από αυτά. Το μοναδικό ματς στο οποίο απώλεσε βαθμούς ήταν η εντός έδρας ισοπαλία 1-1 με αντίπαλο την Εσπανιόλ στις 31/12. Το να κερδίσει στην έδρα της Βιγιαρεάλ το βρίσκουμε σε απόδοση 1.82.

## Head 2 Head

- \* **Άρης - Παναθηναϊκός (12/02, 20:00):** Λίγα γκολ σημειώνονται κατά κανόνα στα μεταξύ τους παιχνίδια τα τελευταία χρόνια. Είναι χαρακτηριστικό ότι στα 11/12 πιο πρόσφατα, ανεξαρτήτως έδρας και διοργάνωσης, επιβεβαιώθηκε το Under 2.5 σε συνδυασμό με το No Goal. Το μοναδικό που ξέφυγε από τον κανόνα ήταν το Παναθηναϊκός - Άρης στις 18 Απριλίου 2021, όταν οι Κίτρινοι κέρδισαν με 1-2 εκτός έδρας.
- \* **Σπόρτινγκ Λισαβόνας - Πόρτο (12/02, 20:00):** Δεν χάνει τα τελευταία χρόνια η Πόρτο από τη Σπόρτινγκ, στις πέντε τελευταίες επισκέψεις τους στη Λισαβόνα για την Πριμέιρα Λίγκα οι Δράκοι διατηρούνται αήττητοι, έχοντας κερδίσει, όμως, μόλις μία φορά. Τα τέσσερα υπόλοιπα ματς ολοκληρώθηκαν ισόπαλα, τα δύο από αυτά χωρίς σκορ (0-0).
- \* **Βιγιαρεάλ - Μπαρτσελόνα (12/02, 22:00):** Τρομερή παράδοση έχει η Μπαρτσελόνα στην έδρα της Βιγιαρεάλ, στις 13 τελευταίες επισκέψεις της εκεί στο πλαίσιο του πρωταθλήματος διατηρείται αήττητη με απολογισμό εννέα νίκες και τέσσερις ισοπαλίες. Κέρδισε, μάλιστα, και στις τρεις πιο πρόσφατες μεταξύ τους αναμετρήσεις στο Μαδριγάλ σημειώνοντας δύο τέρματα τουλάχιστον.





**Κ**ουπόνι το οποίο υπόσχεται έντονες συγκινήσεις αυτό που έχουμε στα χέρια μας. Ξεχωρίσαμε μία τριάδα αγώνων από τα κορυφαία πρωταθλήματα στην Ευρώπη, και στους τρεις θα κάνουμε «παιχνίδι» με τα γκολ, μια και το πρόγραμμα δείχνει ιδανικό για σκορ και θέαμα σε όλα τα μέτωπα. Πάμε να δούμε τι προκύπτει, ξεκινώντας από Πρέμιερ Λιγκ και την αναμέτρηση Μάντσεστερ Σίτι - Άστον Βίλα.

Η Μάντσεστερ Σίτι είναι αντιμέτωπη με βαριά τιμωρία από την Πρέμιερ Λιγκ λόγω της μη συμμόρφωσής της με τους κανόνες του financial fair play, ωστόσο, μέχρι να βγει η απόφαση, θα προσπαθήσει να συγκεντρωθεί στις αγωνιστικές υποχρεώσεις της και να επιδιώξει να αυξήσει την πίεση προς την πρωτοπόρο Άρσεναλ. Την προηγούμενη εβδομάδα το συγκρότημα του Πιπ Γκουαρδιόλα απέτυχε να εκμεταλλευτεί το στραβοπάτημα των Κανονιέρηδων

απέναντι στην Έβερτον, καθώς ηττήθηκε με 1-0 στο Λονδίνο από την Τότεναμ, ενώ ακολουθεί στις 15/02 το τεράστιο ντέρμπι με την Άρσεναλ στο Έμιρεϊτς το οποίο μπορεί να εξελιχθεί σε κομβικής σημασίας για την έκβαση του πρωταθλήματος.

Σε κάθε περίπτωση, το έργο του απέναντι στην Άστον Βίλα, την οποία υποδέχεται την Κυριακή (12/02), δεν αποκλείεται να μην αποδειχθεί τόσο εύκολο όσο δείχνουν οι αποδόσεις. Οι φιλοξενούμενοι μπορεί να έρχονται από την ήττα με 4-2 από τη Λέστερ, ωστόσο αποτελούν μία ομάδα η οποία βρίσκει δίχτυα σε σταθερή βάση το τελευταίο διάστημα και το έχουν κάνει και στα οκτώ πιο πρόσφατα ματς τους στην Πρέμιερ Λιγκ. Άλλωστε, η πρόσφατη προϊστορία των αγώνων μεταξύ των δύο αντιπάλων τις θέλει να σκοράρουν αμφότερες, κάτι το οποίο συνέβη τόσο στον πρώτο γύρο (1-1), όσο και στα τέσσερα τελευταία ματς που έχουν δώσει μεταξύ τους για την Πρέμιερ Λιγκ. Περιμένουμε το ίδιο να συμβεί και τώρα, στο 2.08 προσφέρεται το

Goal/Goal, δεν περνά απαρατήρητο και θα μπει στις επιλογές μας.

### Ανεβαίνει η ένταση σε Ιταλία και Γαλλία

Περνάμε στην Ιταλία και τον αγώνα Μπολόνια - Μόντσα, δύο ομάδες τις οποίες χωρίζουν μόλις τρεις βαθμοί, με τους γηπεδούχους να βρίσκονται ψηλότερα στην κατάταξη. Περιμένουμε και εδώ έναν αγώνα στον οποίο θα σημειώσουν από ένα τέρμα τουλάχιστον και οι δύο αντίπαλοι.

Αμφότερες βρίσκονται σε καλή κατάσταση. Αίτητο σερί τεσσάρων αγώνων τρέχει στη Serie A η Μπολόνια, με τρεις νίκες και μία ισοπαλία, η Μόντσα έχει να χάσει εδώ και επτά ματς στην ίδια διοργάνωση και αποτελεί μία από τις πλέον ευχάριστες εκπλήξεις της σεζόν. Με την εικόνα που δείχνουν, είναι ικανές να βρουν δίχτυα και το 1.95 στο οποίο βρίσκουμε το Goal/Goal θα προστεθεί στο δελτίο μας!

Συνεχίζουμε με έναν ακόμη αγώνα στον οποίο αναμένουμε σκορ και θέαμα. Από τη Γαλλία αυτή τη φορά και πιο συγκεκριμένα αυτόν ανάμεσα στην Τουλούζ και τη Ρεν. Οι γηπεδούχοι διανύουν περίοδο φόρμας, κάτι το οποίο απέδειξαν και μεσοβδόμαδα, όταν επικράτησαν με 3-1 της Ρεμς για το Κύπελλο. Από την επανέναρξη της σεζόν και έπειτα, μετά το τέλος του Μουντιάλ, έχουν ηττηθεί μόλις δύο φορές σε δέκα αγώνες σε όλες τις διοργανώσεις (7-1-2). Αμφότερες οι ήττες, μάλιστα, ήρθαν απέναντι στις κορυφαίες ομάδες της χώρας, τη Μαρσέιγ και την Παρί Σεν Ζερμέν!

Σε αντίθετο φεγγάρι η Ρεν, προέρχεται από την εντός έδρας ήττα με 1-3 από τη Λιλ, η οποία ήταν η τρίτη στα τέσσερα πιο πρόσφατα ματς της σε όλες τις διοργανώσεις. Τη μοναδική νίκη της σε αυτό τον αριθμό αγώνων τη σημείωσε κόντρα στο Στρασβούργο, του οποίου επικράτησε με 3-0. Η Τουλούζ είναι μία ομάδα που βρίσκει με συνέπεια δίχτυα και συνήθως το κάνει περισσότερες από μία φορές, τη στιγμή που η Ρεμς αμυντικά είναι ιδιαίτερα ευάλωτη, αλλά επιθετικά έχει τους παίκτες για το εύκολο γκολ. Θεωρούμε ότι θα δούμε ένα καλό ματς, με αρκετά τέρματα και θα επιλέξουμε το Goal/Goal σε συνδυασμό με το Over 2.5.

Καλή τύχη σε ό,τι κι αν επιλέξετε!

14:00	Τουλούζ - Ρεν	Goal/Goal & Over 2.5	2.13
16:00	Μπολόνια - Μόντσα	Goal/Goal	1.95
18:30	Μάντσεστερ Σίτι - Άστον Βίλα	Goal/Goal	2.08



ΠΙΝΑΚΑΣ  
ΠΡΟΓΝΩΣΤΙΚΩΝ




# FREESUNDAY.GR

Ενημέρωση με Άποψη

ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ  
ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ  
ΚΟΣΜΟΣ ΕΛΛΑΔΑ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ  
ΑΠΟΨΕΙΣ ΣΤΗΛΕΣ ΑΥΤΟ

 [www.freesunday.gr](http://www.freesunday.gr)  
 [freesunday.gr](https://www.facebook.com/freesunday.gr)

 [freesunday.gr](https://www.instagram.com/freesunday.gr)  
 [@freesunday\\_gr](https://twitter.com/freesunday_gr)

DEVELOPED BY 

## «ELENIT» ΤΟΥ ΕΥΡΙΠΙΔΗ ΛΑΣΚΑΡΙΔΗ

**Μ**ια πανύψηλη κυρία με ιδιαίτερη κόμη και ακόμη πιο ιδιαίτερη μύτη σπκώνει το τηλέφωνο, τραγουδάει μόνη της και συναναστρέφεται άλλα παράξενα όντα, μιλώντας τους σε μια ολόδική της γλώσσα. Πρόκειται για τον Ευριπίδη Λασκαρίδη αυτοπροσώπως, μεταμορφωμένο σε μια αξιολάτρευτη όσο και εξωφρενική περσόνα, η οποία μας καλωσορίζει σε ένα σύμπαν όπου συμβιώνουν, μεταξύ άλλων, δεινόσαυροι και ανεμογεννήτριες, ο Stephen Hawking και μια στοίβα από λαμαρίνες, το βάθρο ενός dj και η Νίκη της Σαμοθράκης. Μια απόλυτα ιδιосуγκρασιακή σκηνική γλώσσα διέπει το «Elenit», το εξαίσια αστείο και απείρως γοητευτικό έργο του καταξιωμένου εντός και εκτός συνόρων Έλληνα καλλιτέχνη που παρουσιάζεται για δεύτερη φορά στη Στέγη έως τις 19 Φεβρουαρίου. Έχουν προηγηθεί σημαντικοί σταθμοί σε εξέχοντες πολιτιστικούς οργανισμούς και σπουδαία φεστιβάλ από το Βέλγιο έως την Ολλανδία, από τη Γαλλία έως τον Καναδά, από την Πορτογαλία έως την Ιταλία, με διθυραβικές κριτικές και sold out παραστάσεις.



FREE TIME



### ΜΟΥΣΕΙΟ ΑΚΡΟΠΟΛΗΣ: Ο ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΑΘΗΝΑ

Μία νέα θεματική ενότητα στην αίθουσα της αρχαϊκής Ακρόπολης και τρία πήλινα αγγεία από το Μουσείο Καλών Τεχνών της Βοστώνης αφηγούνται ιστορίες για τους ανθρώπους της εργασίας στην αρχαία Αθήνα. Ποιοι ήταν, ποια επαγγέλματα ασκούσαν και με τι μέσα; Ποια ήταν η θέση τους στην τοπική κοινωνία και πώς έβλεπαν τον εαυτό τους μέσα σε αυτή; Πώς συνέβαλαν στις κοινωνικές και πολιτικές ζυμώσεις και πώς επηρέασαν τις εξελίξεις της εποχής τους; Περισσότερες πληροφορίες: [www.theacropolismuseum.gr](http://www.theacropolismuseum.gr).



### Ο ΣΠΥΡΟΣ ΓΡΑΜΜΕΝΟΣ ΣΤΟΝ «ΣΤΑΥΡΟ ΤΟΥ ΝΟΤΟΥ»

Ο Σπύρος Γραμμένος γιορτάζει για μία ακόμα χρονιά τον θεό του έρωτα και μας προσκαλεί στην κεντρική σκηνή του «Σταυρού του Νότου» την Τρίτη 14 Φεβρουαρίου, σε πλήρη σύνθεση και με καλεσμένους-έκπληξη. Μαζί του στη σκηνή οι μουσικοί Γιώργος Καρδιανός και Κώστας Μιχαλός στις κιθάρες, Χρήστος Καλκάνης στο κλαρινέτο και τα πλήκτρα, Άλεξ Μυλωνάς στο μπάσο, Ναταλία Κοκόση στα κρουστά και στην ιρλανδική φλογέρα και Χάρης Παρασκευάς στα τύμπανα.



### JAZZ ΣΤΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΓΟΥΛΑΝΔΡΗ

Η δημοφιλής σειρά συναυλιών του Ιδρύματος Β&Ε Γουλανδρή «Jazz στο Μουσείο» συνεχίζει το αφιέρωμα «Ποίηση και Jazz», με ένα ταξίδι στην ποίηση της Λατινικής Αμερικής την Παρασκευή 17 Φεβρουαρίου από τον Κουβανό μουσικό Yoel Soto και την Κλαίτη Σωτηριάδου.

## MAGIC MIKE: Ο ΤΕΛΕΥΤΑΙΟΣ ΤΟΥ ΧΟΡΟΣ (MAGIC MIKE'S LAST DANCE)



Ο Μάικ Λέιν (Τσάνινγκ Τέιτουμ) ανεβαίνει και πάλι στη σκηνή μετά από μακρόχρονη απουσία, εξαιτίας μίας καταστροφικής εμπορικής συμφωνίας που τον άφησε άφραγκο και τον ανάγκασε να αναλάβει χρέη μάρμαν στη Φλόριντα. Με την ελπίδα ότι βρίσκεται μπροστά σε μία χρυσή ευκαιρία, ο Μάικ κατευθύνεται στο Λονδίνο με μία πλούσια γυναίκα της κοσμικής κοινω-

νίας (Σάλμα Χάγιεκ), η οποία τον παρασύρει με μία πρόταση που δεν μπορεί να αρνηθεί... κρατώντας τα κίνητρά της μυστικά. Όταν ανακαλύψει τι έχει πραγματικά στο μυαλό της, ο Μάικ συνειδητοποιεί ότι έχει πάρει ένα τεράστιο ρίσκο. Θα μπορέσει μαζί με έναν θίασο από νέους, αισθησιακούς χορευτές, τους οποίους πρέπει μάλιστα να εκπαιδεύσει, να τα καταφέρει;

ΣΕΝΑΡΙΟ: Ριντ Κάρολιν ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Στίβεν Σόντερμπεργκ  
ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Τσάνινγκ Τέιτουμ, Σάλμα Χάγιεκ, Αγίουμπ Καν Ντιν, Τζεμέλια Τζορτζ, Τζουλιέτ Μοτάμεντ, Βίκι Πέπερντιν



## PETER VON KANT

Ο Πέτερ Φον Καντ, ένας πετυχημένος, φημισμένος σκηνοθέτης, ζει με τον βοηθό του Καρλ, στον οποίο συμπεριφέρεται άσχημα και συχνά τον ταπεινώνει. Μέσω της σπουδαίας ηθοποιού Σιντονί, γνωρίζει και ερωτεύεται τον Αμίρ, έναν όμορφο νεαρό, με περιορισμένα μέσα, στον οποίο προτείνει να μοιραστεί το διαμέρισμά του και να τον βοηθήσει να μπει στον κόσμο του κινηματογράφου. Ο Φρανσουά Οζόν αποτίνει φόρο τιμής στον σημαντικό σκηνοθέτη Ράινερ Βέρνερ Φασμπίντερ και «Τα πικρά δάκρυα της Πέτρας Φον Καντ», δημιουργώντας ταυτόχρονα ένα τελείως δικό του νέο φιλμ.

ΣΕΝΑΡΙΟ - ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Φρανσουά Οζόν  
ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Ντενίς Μενοσέτ, Ιζαμπέλ Ατζανί, Καχίλ Γκαμπρία, Χάνα Σιγκούλα, Στέφαν Κρεπόν

## 1341 ΚΑΡΕ ΕΡΩΤΑ ΚΑΙ ΠΟΛΕΜΟΥ (1341 FRAMES OF LOVE AND WAR)



Για ενάμιση χρόνο, ο καταξιωμένος φωτορεπόρτερ Μίσα Μπαρ-Αμ επέτρεψε την πρόσβαση στον σκηνοθέτη Ραν Ταλ στο τεράστιο αρχείο αρνητικών του. Αποτελούμενη εξ ολοκλήρου από εικόνες που ο Μπαρ-Αμ τράβηξε για περισσότερα από πενήντα χρόνια, η ταινία «1341 Καρέ Έρωτα και Πολέμου» αποκαλύπτει το τεράστιο τίμημα που συνοδεύει την καταγραφή φρικαλεοτήτων και πολέμων. Η ταινία προσφέρει το οικείο πορτρέτο ενός καλλιτέχνη καθώς και έναν στοχασμό για τη μνήμη, τη βία και την ταυτότητα. Πέρα από αυτό το αφηγηματικό αφιέρωμα, η ταινία προσφέρει μια μοναδική κινηματογραφική, οπτική και αισθητηριακή εμπειρία που διερευνά πώς να εμποτίσει τη φωτογραφία με κίνηση από τη μια πλευρά, ενώ παγώνει την κινηματογραφική κίνηση για να αποστάξει νόημα και συναίσθημα από την άλλη. Είναι ένα σύνθετο γράμμα αγάπης για τη δύναμη, την ομορφιά και τον τρόπο των φωτογραφικών εικόνων. Από ένα αρχείο με πάνω από μισό εκατομμύριο αρνητικά που τραβήχτηκαν από τον πιο διάσημο πολεμικό φωτογράφο του Ισραήλ, Μίσα Μπαρ-Αμ, η ταινία αποκαλύπτει ένα επικό ταξίδι αυτοαμφισβήτησης και προβληματισμών μέσα από την κάμερα.

ΣΕΝΑΡΙΟ - ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Ραν Ταλ  
ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Μίσα Μπαρ-Αμ, Μπάρ-Αμ, Νίμροντ Μπαρ-Αμ

## Ανδρέας Κατσιγιάννης: «Οι ερμηνευτές έχουν τον ρόλο ενός οργάνου»

ΣΤΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΛΑΣΚΑΡΗ

Το album «Κεχαριτωμένη» αποτελεί τον δεύτερο κύκλο της ενότητας τραγουδιών και ορχηστρικών θεμάτων από το μουσικό έργο του συνθέτη Ανδρέα Κατσιγιάννη, με τον κεντρικό τίτλο «Μεγάλες Ώρες». Ο συνθέτης Ανδρέας Κατσιγιάννης, σε στίχους Αλέξανδρου Φωτεινού, αποδίδει με λυρική και υψηλή φόρτιση ένα σύνολο τραγουδιών που αποτελούν επίκληση προς τη χάρη της Παναγίας και ταυτόχρονα έναν από καρδιάς και ρετισμό στη Μπέρα όλων. Τραγούδια σύγχρονα, με τις πρωταγωνιστικές και εκ βαθέων συγκινητικές ερμηνείες της Γλυκερίας, του Δημήτρη Μπάση αλλά και της Ελεάννας Βαρελά, με την καθοριστική συμμετοχή του φωνητικού συνόλου «Chorus Vivendi».

**Πρόσφατα κυκλοφόρησε το άλμπουμ «Κεχαριτωμένη» με τραγούδια αφιερωμένα στην Παναγία. Τι σας οδήγησε σε αυτήν τη δημιουργία;**

Το άλμπουμ «Κεχαριτωμένη» είναι το δεύτερο μέρος από το συνολικό μου έργο «Μεγάλες Ώρες» και είναι αφιερωμένο στην Παναγία. Η Παναγία είναι ένα σύμβολο για τους Έλληνες, συνδεδεμένο με σημαντικά γεγονότα της ιστορίας μας, αλλά και της καθημερινότητάς μας. Είναι ένα σύμβολο που συνδέει τη χαρά και τη λύπη στη συλλογική και ατομική μας σκέψη. Δεν είχε ξαναγίνει κάτι τόσο ολοκληρωμένο που να σχετίζεται με το τραγούδι, έχουμε αναφορές στην παράδοση, στο τραγούδι το παραδοσιακό και στην υμνογραφία της εκκλησιαστικής Βυζαντινής μουσικής και μικρές αναφορές σε κάποια τραγούδια. Θεωρώ λοιπόν ότι το τραγούδι που καταπιάνεται με διάφορα θέματα του ανθρώπου και της κοινωνίας μπορεί να δεχθεί κι αυτά τα τραγούδια, που είναι αφιερωμένα στην Παναγία.

**Σας γνωρίσαμε ως κινητήριο μοχλό της Εσθουδιαντίνης Νέας Ιωνίας, με άξονα την μουσική της Μικράς Ασίας. Στο νέο σας άλμπουμ κυριαρχεί το ύφος της Βυζαντινής και Δυτικής μουσικής. Ήταν μια ευκαιρία να φανερώσετε άλλες πλευρές του μουσικού σας κόσμου;**

Πολλές φορές, σε πολλά έργα που έχω κάνει και στο παρελθόν, συνδυάζω στη μουσική μου αυτή την ανατολική και δυτική κουλτούρα που έχουμε ως φορείς ενός πολιτισμού που εμπεριέχει αυτή την πλούσια μουσική γεωγραφία. Και στο «Της Σιωπής τον Τόπο» και στις μουσικές που έχω κάνει για τα διάφορα ντοκιμαντέρ και στα οργανικά μου κομμάτια, πάντοτε η Ανατολή συνομιλεί με τη Δύση.

**Έχετε συνεργαστεί με πολλούς σπουδαίους ερ-**



*«Η Μικρά Ασία αποτελεί τα θεμέλια της νεότερης Ελλάδος. Χωρίς την Ιωνική πολιτιστική κληρονομιά, η Ελλάδα δεν θα ήταν αυτή που είναι σήμερα»*

**μηνευτές: Γιώργος Νταλάρας, Γλυκερία, Δημήτρης Μπάσης, Άλκηστις Πρωτοψάλτη και πολλοί άλλοι. Υπάρχουν ερμηνευτές-απωθημένα, που θα θέλατε να τραγουδήσουν τραγούδια σας;**

Οι ερμηνευτές, για μένα, στο τραγούδι έχουν τον ρόλο ενός οργάνου μιας ορχήστρας. Ως μουσικός που γράφεις ένα μουσικό κομμάτι, πάντοτε θέλεις να έχεις και ένα ιδιαίτερο όργανο, που να πρωταγωνιστεί στη μουσική σου. Με αυτόν τον γνώμονα, επιδιώκω πάντοτε συνεργασίες ανάλογα με αυτό που θέλω να ακούσω, ανάλογα με αυτό που θέλω να προτείνω και μ' αυτό που μου ταιριάζει και αποτελεί πρόταση για τον ακροατή. Γι' αυτό συνεργάζομαι με πολλούς ερμηνευτές και ερμηνεύτριες, που καταθέτουν, πέρα από το ταλέντο τους, εμπειρία και βίωμα. Το τραγούδι για μένα είναι βιωματική διαδικασία, είναι καθημερινή άσκηση, γι' αυτό πάντοτε θα ψάχνω ερμηνευτές και από την παλιότερη γενιά και από τη νεότερη γενιά, προτείνοντας πολλές φορές νέες φωνές που μπορούν να μεταφέρουν εμπειρία και βίωμα στο σήμερα.

**Συνθέσατε τη μουσική και τα τραγούδια της ταινίας «Σμύρνη μου Αγαπημένη». Τι εκπροσωπούν για εσάς η Μικρά Ασία και ο ελληνισμός της;**

Η Μικρά Ασία αποτελεί τα θεμέλια της νεότερης Ελλάδος. Χωρίς την Ιωνική πολιτιστική κληρονομιά, η Ελλάδα δεν θα ήταν αυτή που είναι σήμερα. Οφείλουμε την πολιτιστική μας συνέχεια και διαδρομή, στη μουσική, σε διάφορες τέχνες, στα γράμματα, στην εφευρετικότητα, στο εμπόριο, ειδικά στον πολιτισμό που έφεραν οι Έλληνες της Μικράς Ασίας και με υπομονή και επιμονή κάταφεραν να τον μεταδώσουν σε όλη την επικράτεια, σε μια περίοδο που ήταν πάρα πολύ δύσκολη. Με αυτό το σκεπτικό κινήθηκα μουσικά γράφοντας το soundtrack αυτής της μοναδικής ταινίας, όπου μέσα σε δύο ώρες καταγράφεται αυτός ο μοναδικός πολιτισμός, αλλά και η δύναμη των ανθρώπων να ξεκινήσουν από την αρχή τη ζωή τους,



χωρίς να έχουν χάσει τις αξίες τους.

**Η εκθρική ρητορική της Τουρκίας τον τελευταίο καιρό σας ανησυχεί;**

Το παράλογο είναι ότι οι λαοί τα έχουμε βρει. Παρακολουθώ εδώ και χρόνια ότι η μουσική μου είναι πολύ αγαπητή στην Τουρκία. Έχω παίξει πάρα πολλές φορές εκεί, έχω συμπράξει με σπουδαίους μουσικούς και τραγουδιστές και υπάρχει μία αμοιβαία αγάπη για τον πολιτισμό μας και για το μοίρασμα του πολιτισμού μας. Πολιτικά όμως δεν συμβαίνει το ίδιο, γιατί προφανώς απέχει το πνεύμα των λαών από οποιαδήποτε διαδικασία επικοινωνίας. Πιστεύω ότι η απειλή δεν είναι τόσο δυνατή όσο παρουσιάζεται, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι πρέπει να συνεχιστεί αυτή η παράλογη ρητορική, που σκοπό έχει να αποπροσανατολίσει τη δυναμική και τα «θέλω» των λαών, που δεν είναι κάτι άλλο πέρα από την ομαλή συνύπαρξη και συμβίωση.

**Ποιο τραγούδι θα θέλατε να είχατε γράψει;**

Έχω μεγαλώσει σε ένα περιβάλλον που η μουσική ήταν καθημερινή διαδικασία. Γνώρισα από πολύ μικρή ηλικία τους μεγάλους δημιουργούς, τους μεγάλους ποιητές, τους μεγάλους στιχουργούς, το παραδοσιακό τραγούδι, το μεσογειακό τραγούδι. Είναι τόσες πολλές οι αναφορές, που νομίζω ότι στη μουσική μου υπάρχουν έντονα αυτές οι αναφορές από όλους αυτούς τους δημιουργούς, ως φόρος τιμής και ως συνέχεια μιας μουσικής παράδοσης, που περνάει από γενιά σε γενιά. Άρα θα είναι χιλιάδες τα τραγούδια που θα ήθελα να έχω γράψει. Γι' αυτό στις μουσικές μου πάντοτε υπάρχουν οι αναφορές αυτές, που με οδήγησαν στον ευτυχισμένο κόσμο του τραγουδιού και της ελληνικής μουσικής.

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ



## Η Ελευσίνα είναι Πολιτιστική Πρωτεύουσα της Ευρώπης 2023!

15.000 επισκέπτες, 500 καλλιτέχνες, 800 συμμετέχοντες στις Πομπές, 300 εξειδικευμένοι επαγγελματίες και 200 εθελοντές συμμετείχαν στη θεαματική Τελετή Έναρξης

**Μ**ε τεράστια επιτυχία για την Ελευσίνα, την Ελλάδα αλλά και την Ευρώπη πραγματοποιήθηκε το Σάββατο 4 και την Κυριακή 5 Φεβρουαρίου στην πόλη η Τελετή Έναρξης της 2023 Ελευσίων Πολιτιστική Πρωτεύουσα της Ευρώπης. Μια πολυδιάστατη παραγωγή σε σύλληψη/ιδέα του Γενικού Καλλιτεχνικού Διευθυντή της διοργάνωσης, Μιχαήλ Μαρμαρινού, και σκηνοθεσία του διακεκριμένου Βρετανού σκηνοθέτη, Chris Baldwin, που προσέλκυσε περισσότερους από 15.000 επισκέπτες από την Ελευσίνα, την Αττική και όλον τον κόσμο, και 3.000.000 θεατές, που την παρακολούθησαν μέσω δορυφόρου από το τηλεοπτικό δίκτυο της ΕΡΤ. Η αρχή της Τελετής Έναρξης σηματοδοτήθηκε το Σάββατο 4 Φεβρουαρίου από την έλευση των Πομπών στο πάρκινγκ του Παλαιού Ελαιουργείου: του Ελευσίνιου Κινήματος, με περισσότερα από 700 άτομα να πλημμυρίζουν τους δρόμους της πόλης με μουσική και χορό από τους τόπους καταγωγής τους, των Time Circles που έφτασαν από το Βέλγιο έχοντας διασχίσει 3.000 χλμ. επί εννέα μήνες στην

Ευρώπη με το Landship, και των Ημεροδρόμων 21 χλμ. απόμων με και χωρίς αναπηρία που διένυσαν την Ιερά Οδό, εκκινώντας το μεσημέρι από τον Κεραμεικό. Μια εκστατική εμπειρία-συνάντηση που θα μείνει ανεξίτηλα γραμμένη στη μνήμη όλων.

Με οικοδέσποινα της Τελετής τη Ρένα Μόρφη, στο θέατρο του Παλαιού Ελαιουργείου, χαιρετισμό απηύθυναν η Πρόεδρος της Ελληνικής Δημοκρατίας Κατερίνα Σακελλαροπούλου, ο αντιπρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την Προώθηση του Ευρωπαϊκού Τρόπου Ζωής Μαργαρίτης Σχοινάς, η υπουργός Πολιτισμού & Αθλητισμού Λίνα Μενδώνη, ο περιφερειάρχης Αττικής Γιώργος Πατούλης, ο υφυπουργός Πολιτισμού & Αθλητισμού Νικόλας Γιατρομανωλάκης, ο δήμαρχος Ελευσίων Αργύρης Οικονόμου, η πρόεδρος της 2023 Ελευσίων Δέσποινα Γερούλάνου και η διευθύνουσα σύμβουλος της 2023 Ελευσίων Νανά Σπυροπούλου, παρουσία θεσμικών φορέων, εκπροσώπων καλλιτεχνικών οργανισμών, Πρεσβειών, καθώς και Πολιτιστικών Πρωτευουσών της Ευρώπης. Σύντομο χαιρετισμό μέσω βίντεο απέστειλε, τέλος, ο Τζακ Λανγκ, ένας εκ των δυο-μαζί

με τη Μελίνα Μερκούρη-οραματιστών του θεσμού της Πολιτιστικής Πρωτεύουσας.

**«Θέλει χρόνο για να μπορέσεις να δεις κάποια πράγματα που δεν φαίνονται»**

Με αυτήν τη φράση εκκίνησε η εντυπωσιακή δράση της Τελετής Έναρξης, με τίτλο «Μυστήρια Μετάβασης». Η ανάδυση μιας μυθικής οντότητας από τα βάθη της θάλασσας, ενός μεταλλικού γλυπτού 22

μέτρων μήκους, 6 μέτρων ύψους και βάρους 10 τόνων, στολισμένου με την εμβληματική παπαρούνα του αρχαιολογικού χώρου της Ελευσίων, σχεδιασμένου από τον Philippe Geoffrey, σε φωτισμούς και mapping του Petko Tanch, η υποβλητική αφήγηση του Βαγγέλη Λίγγου, προέδρου του Εργατο-παλλακτικού Κέντρου Ελευσίων - Δυτικής Αττικής, οι μελωδίες από 122 CHÓRES σε καλλιτεχνική επιμέλεια της Μαρίνας Σάπτι και





κοστούμια σχεδιασμένα από τον Πάρι Μέξη, καθώς και η πρωτότυπη μουσική του Άγγελου Τριανταφύλλου συνέθεσαν το μυσταγωγικό γεγονός της 2023 Ελευσίς, που πραγματοποιήθηκε στη θάλασσα της Ελευσίνας, παρουσία χιλιάδων θεατών. Μια θαλάσσια χορογραφία στήθηκε στον κόλπο της πόλης από 16 βάρκες και έναν πλωτό γερανό να λειτουργούν ως σκηνή για τους 30 μουσικούς της Κρατικής Ορχήστρας Αθηνών, ενώ βάρκες και πλοία του λιμανιού, στα οποία επέβαιναν 17 καπετάνιοι και 11 βοηθοί καπετάνιου, συμμετείχαν με τις κόρνες τους.

Στη συνέχεια, σε κλίμα χαράς αλλά και συγκίνησης, το κοινό περιηγήθηκε σε μία πρωτότυπη πολιτιστική διαδρομή στο παράκτιο μέτωπο της πόλης, που περιελάμβανε 19 ξεχωριστές δράσεις, όπως πειραματικά projects, χορογραφίες, ηχητικές εγκαταστάσεις, ρεσιτάλ ποντιακής λύρας, θαλασσινά κεράσματα σε απροσδόκητους χώρους, όπως ταράτσες, αυλές, συνεργείο αυτοκινήτων, ταβέρνες, μπαλκόνια, παράθυρα και δώματα. Παράλληλα, από το απόγευμα του Σαββάτου,

Νύμφες έκαναν αναπάντεχα την εμφάνισή τους στην πόλη, σε κινησιολογική επιμέλεια του Κωνσταντίνου Ρήγου και ενδυματολογική της Όλγας Καραβερβέρη.

### Ιστορική επανένωση των Στέρειο Νόβα

Αμέσως μετά την πολιτιστική διαδρομή, 5.000 θεατές κατευθύνθηκαν για πρώτη φορά στο πρώην εργοστάσιο ΙΡΙΣ, για να παρακολουθήσουν από κοντά την ιστορική επανένωση των Στέρειο Νόβα, ενώ για όσους δεν πρόλαβαν να εξασφαλίσουν έγκαιρα δελτίο εισόδου, η συναυλία προβλήθηκε σε ζωντανή μετάδοση. Η βραδιά ολοκληρώθηκε με ένα ξέφρενο πάρτι με γυναίκες DJs από την Ελευσίνα και άλλες Πολιτιστικές Πρωτεύουσες της Ευρώπης, τις Mini Zucchini (Τιμισοάρα, Ρουμανία), DJs ENIK (Βέσπρεμ, Ουγγαρία), MOTERIS (Κάουνας, Λιθουανία), Fo aka Fofi Tsesmeli (Ελευσίνα, Ελλάδα) και Amii Watson (Εξ-συρ-Αλζέτ, Λουξεμβούργο), να καταλαμβάνουν τα decks στην Αποθήκη 1 του Παλαιού Ελαιουργείου μέχρι τις πρώτες πρωινές ώρες.

Την Κυριακή 5 Φεβρουαρίου, λόγω των δυσμενών καιρικών συνθηκών, πραγματοποιήθηκαν μόνο οι εκδηλώσεις που είχαν προγραμματιστεί σε κλειστό χώρο, με τα εγκαίνια της εικαστικής εγκατάστασης Μυστήριο 44 Heiner Goebbels 7 Στήλες, παρουσία του καλλιτέχνη, και την έκθεση Μυστήριο 17 Μελίνα να προσελκύουν το ενδιαφέρον του κοινού. Και οι δυο δράσεις φιλοξενοούνται στις Αποθήκες 2 και 3 αντίστοιχα του Παλαιού Ελαιουργείου.

Το σύνολο των εκδηλώσεων του διήμερου δεν θα μπορούσε να υλοποιηθεί χωρίς την πολύτιμη συνδρομή 200 εθελοντών από το Σώμα Ελλήνων Προσκόπων της Περιφερειακής Εφορείας Δυτικής Αττικής, τον Σύλλογο Εθελοντών Θριασίου Πεδίου, τον Πανελευσινιακό Α.Π.Ο. Στίβο, τους Αθηναίους Δρομείς, την Ομάδα Εθελοντών Μεγαριτών Αττικής (ΟΕΜ), το Σώμα Ελληνικού Οδηγισμού, τον Σύλλογο Δρομέων Υγείας Ελευσίνας, καθώς και των 14 Εθνοτοπικών Συλλόγων της Ελευσίνας που συνθέτουν την ψυχή της πόλης.

Πέντε νέα κτίρια ενεργοποιήθη-

καν για την Τελετή Έναρξης: οι Αποθήκες 1, 2 & 3 του Παλαιού Ελαιουργείου, το Αναψυκτήριο στο παράκτιο μέτωπο και ο προαύλιος χώρος του πρώην εργοστασίου ΙΡΙΣ, τα οποία θα παραμείνουν ως παρακαταθήκη στην πόλη της Ελευσίνας.

Συνολικά, περισσότεροι από 270 εξειδικευμένοι επαγγελματίες εργάστηκαν εντατικά για την υλοποίηση της απαιτητικής αυτής παραγωγής, ενώ για την κάλυψη του παράκτιου γεγονότος χρησιμοποιήθηκαν συνολικά 28 κάμερες, τρεις κινηματογραφικοί γερανοί, δύο drones, 200 φώτα και προβολείς, 100 ηχεία συναυλίας και οκτώ γιγαντοσθόνες LED.

### 2023 Ελευσίς Πολιτιστική Πρωτεύουσα της Ευρώπης

Website: [2023eleusis.eu](http://2023eleusis.eu)

Facebook: [facebook.com/2023eleusis.eu](https://www.facebook.com/2023eleusis.eu)

Instagram: [instagram.com/2023eleusis](https://www.instagram.com/2023eleusis)

YouTube: [youtube.com/c/2023Eleusis](https://www.youtube.com/c/2023Eleusis)

E-mail: [info@2023eleusis.eu](mailto:info@2023eleusis.eu)



## Γιάννης Γαΐτης Η ουσία του απρόσωπου

Η έκθεση «Γιάννης Γαΐτης: Η ουσία του απρόσωπου» φιλοξενείται στο Ίδρυμα Εικαστικών Τεχνών και Μουσικής Β. & Μ. Θεοχαράκη, με την ευκαιρία των 100 χρόνων από τη γέννηση του μεγάλου ζωγράφου, σε συνεργασία με την κόρη του, Λορέττα Γαΐτη.

**Η** έκθεση περιλαμβάνει αντιπροσωπευτικά και πολύτιμα έργα του Γιάννη Γαΐτη, καλύπτοντας την πορεία της καλλιτεχνικής του διαδρομής, από το 1944, με την περίφημη Αυτοπροσωπογραφία, λάδι σε μουσαμά, 69 x 56,5 εκ., έως το τέλος της δημιουργικής του δράσης. Ανάμεσά τους συμπεριλαμβάνονται ενδεικτικά τα κορυφαία του έργα: «Σειρήνες – Οδυσσέας», «Ω! Θεοί ή Οι Συμπληγάδες», «Δήλος», «Στην Αυλή των Θαυμάτων», «Μοτοσικλετιστής», «Ανθρωπάκια με Ρόδες», «Έκθεση και θεατές του δρόμου». Η έκθεση ξεκινάει με τις αυτοπροσωπογραφίες του ζωγράφου, τα πορτρέτα της οικογένειάς του και της συζύγου του, της γλύπτριας Γαβριέλλας Σίμωσι, με την οποία εργάστηκαν στο Παρίσι, ενώ συνεκτίθενται έργα της από γύψο, πολυεστέρα και ορείχαλκο μαζί με τα αινιγματικά της κολλάζ. Στον σιωπηλό γλυπτικό κόσμο της Σίμωσι αντανακλάται ο αισθησιασμός της για τον έρωτα και τη ζωή. Μαθήτριά του Μιχάλη Τόμπρου στην ΑΣΚΤ και διαδοχικά του σκληρά απαιτητικού Ossip Zadkine, ψυχή της Ακαδημίας Grande Chaumière ακολούθησε τη δική της μεταφυσική περιπλάνηση. Το 1972 τιμήθηκε με το βραβείο Morgan's Paint, στερεώνοντας τον ονειρικό της κόσμο, που αναντίρρητα βρίσκεται σε αντιθετική τροχιά με το έργο του Γαΐτη.

Ο επιμελητής της έκθεσης, Τάκης Μαυρωτάς, επισημαίνει στον κατάλογο της έκθεσης: «Ο Γαΐτης ήταν ένα νέο και ζωντανό πνεύμα στην εποχή του. Μετά τον τραγικό εμφύλιο πόλεμο και τις τεράστιες κοινωνικοοικονομικές δυσκολίες που αντιμετώπιζε η Ελλάδα, αποφασίζει να εγκατασταθεί στο Παρίσι το 1954, στα 31 του χρόνια. Στο πλευρό του, μούσα της δημιουργικής του πνοής, στάθηκε η εσωστρεφής και δυναμική γλύπτρια Γαβριέλλα Σίμωσι, με την οποία παντρεύτηκαν την ίδια χρονιά.

Η ανθρωπογεωγραφία της καθημερινότητας του Γαΐτη, με εκατοντάδες "Ανθρωπάκια", που άλλοτε τα συναντάμε στην επιφάνεια μιας κονσέρβας και άλλοτε βγαίνουν μέσα από αυτή, αποτυπώνει το προσωπικό του ύφος. Ο ίδιος έχει την αίσθηση ότι επιθυμεί να έχει τον δικό του διάλογο με την pop art. Ο Andy Warhol είναι Αμερικανός και αυτό γίνεται άμεσα αντιληπτό



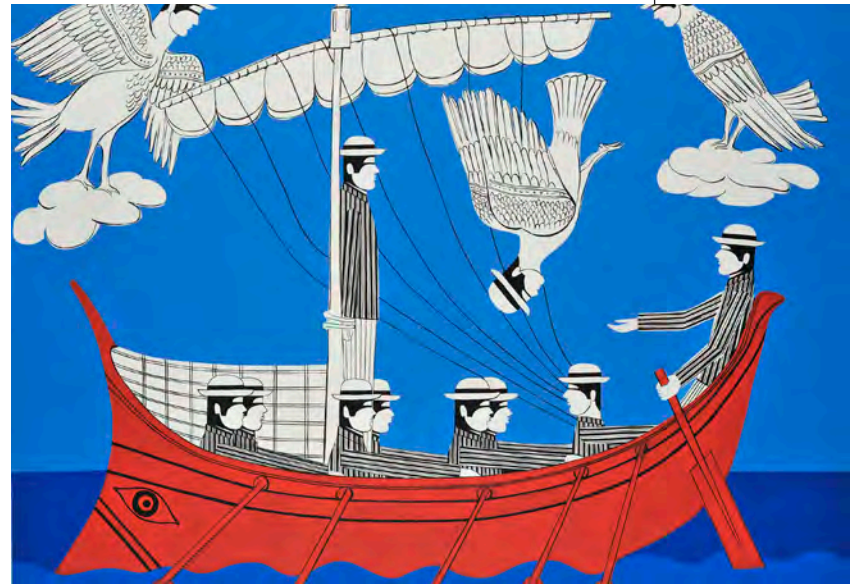
ΤΕΧΝΗ



από τις κονσέρβες Campbell και τα πορτρέτα της Marilyn Monroe, τα μπουκάλια της Coca-Cola έως το γνωστό δολάριο. Ο Γιάννης Γαϊτς είναι Έλληνας, βαφτισμένος στο Αιγαίο και, με τη δική του αμεσότητα, δίνει τις απαντήσεις του στα μεγάλα ερωτήματα της εποχής μας. Τα ανθρωπάκια του ταξιδεύουν στο μακρινό χθες, στο αρχαίο μας παρελθόν, σαν να ζητούν να ταυτίσουν την οντολογική τους παρουσία με την ιστορία ή να αισθανθούν την αναγκαιότητά της, φτιάχνοντας με τα σώματά τους τη δική του Ακρόπολη.

Βαθιά ουμανιστής, άλλοτε με σαρκασμό και άλλοτε με χιούμορ, προσέγγιζε το πρότυπο του ανθρώπου εκείνου που επιζητεί τον εφησυχασμό, για μια ζωή χωρίς μεγάλες ευθύνες και θυσίες, χωρίς εξάρσεις και δυνατά πάθη. Έτσι, το ανθρωπάκι του δεν χάνεται μέσα στο δάσος της ζωής και είναι σαν το δέντρο που στέκεται ακλόνητα στη θέση του, ομοιόμορφο, ατάραχο, υπάκουο. Ο Γαϊτς αντλούσε την έμπνευσή του από την καθημερινότητα και αυτήν απέδιδε με το δικό του εκφραστικό ιδίωμα. Το ένστικτό του, από την αρχή της καλλιτεχνικής του πορείας, τον οδήγησε στο προσωπικό του ιδεώδες, με συνέπεια, αφού η μια σκέψη του διαδέχεται με συνοχή την άλλη για να ολοκληρώσει το όραμά του. Ένα όραμα που καθιστά δυνατή την ερμηνεία του περιεχομένου του, αφού επιχειρεί να κατανοήσει κάτι από την συνθετικότητα της πραγματικότητας, με τα θεμελιώδη, παγκόσμια προβλήματα».

Τα έργα της έκθεσης προέρχονται από την Εθνική Πινακοθήκη, τη Συλλογή Έργων Τέχνης της Alpha Bank, το Μουσείο Νεοελληνικής Τέχνης Δήμου Ρόδου, το Μουσείο Βορρέ, το Ευρωπαϊκό Πολιτιστικό



Κέντρο Δελφών, το Ίδρυμα Αντώνιος Ε. Κομνηνός, την Τράπεζα Πειραιώς, την Εθνική Τράπεζα και από τους συλλέκτες κ. Ειρήνη Παναγοπούλου, κ. Φίλιππο Τσα-

γκρίδη, κ. Σπήλιο Μανιά, κ. Άννα Ροκοφύλλου, κ. Μαίρη Γαϊτη-Βορρέ, κ. Φραγκίσκο Γαϊτη, κ. Ηλέκτρα Βασιλείου, κ. Ελένη Παπακωνσταντίνου καθώς και εκείνους που

επιθυμούν να διατηρήσουν την ανωνυμία τους.

Η έκθεση θα συνοδεύεται από πολυσέλιδο ομότιπλο κατάλογο, με όλα τα εκτιθέμενα έργα.



INFO

Επιμέλεια έκθεσης:  
Τάκης Μαυρωτάς  
Ώρες λειτουργίας:  
Δευτέρα - Κυριακή  
10:00-18:00, Πέμπτη  
10:00-20:00 (Οκτώ-  
βριο έως Μάιο)  
Ίδρυμα Εικαστικών  
Τεχνών και Μουσικής  
Β. & Μ. Θεοχαράκη  
Βασιλίσσης Σοφίας 9  
& Μέρλιν 1  
Τηλέφωνο:  
2103611206  
<https://thf.gr/>



# 5 βιογραφίες

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΝΤΕΠΥ ΚΟΥΡΕΛΛΟΥ

BIBLIA

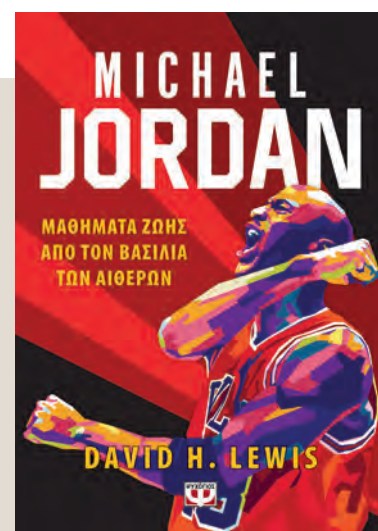
Charles Seife, «Ο πραγματικός Χόκινγκ: Κατασκευάζοντας έναν διάσημο επιστήμονα», μετάφραση: Ανδρέας Μιχαηλίδης, **εκδόσεις Μεταίχμιο**



Ποιος ήταν ο πραγματικός Χόκινγκ; Αν και γνωρίζουμε αρκετά για τον επιστήμονα, πόσα ξέρουμε για τον άνθρωπο πίσω από τον μύθο; Στην ανατρεπτική αυτή βιογραφία, ο Charles Seife αποκαλύπτει την προσωπικότητα και το έργο του Στίβεν Χόκινγκ, εστιάζοντας με κριτικό τρόπο στις πολλές όψεις του βίου του: Ο Χόκινγκ ως φυσικός, ως σελέμπριτι, ως σόουμαν, ως σύζυγος και πατέρας, ο Χόκινγκ ως άνθρωπος. Καταφεύγοντας, μεταξύ άλλων, σε συζητήσεις με πρόσωπα του στενού κύκλου του και αξιοποιώντας το τέχνασμα της αντίστροφης χρονολογικής σειράς—ξεκινά από το τέλος για να καταλήξει στα παιδικά χρόνια—, ο Seife προβάλλει τον ιδιοφυή επιστήμονα αλλά και τον δεξιότεχνη της αυτοπροβολής, τον άνθρωπο που έχτισε τον μύθο του ξετυλίγοντας τα βαθύτερα μυστήρια του σύμπαντος. Αν αντιστρέψετε τη ροή του χρόνου, αυτό που αναδύεται είναι ένας άνθρωπος ιδιότροπος, αλαζονικός, άκαρδος, όμως και ζεστός, πνευματώδης και ευφυής. Περιήλοκος. Συναρπαστικός. Μοναδικός.

Μαρία Πολύζου, «Μην τα παρατάς!», **εκδόσεις Ίκαρος**

Η αυτοβιογραφία της Μαρίας Πολύζου είναι η ιστορία μιας γυναίκας που δεν τα παράτησε ποτέ. Η κορυφαία Ελληνίδα μαραθωνοδρόμος όλων των εποχών είδε τη σκοτεινή πλευρά της ζωής στα παιδικά της χρόνια, όταν βίωσε την κακοποίηση στον στενό οικογενειακό κύκλο της. Ήταν το ταλέντο της στους δρόμους μεγάλων αποστάσεων που τη βοήθησε να τρέξει μακριά από το σκοτάδι προς το φως, από τις κοιλάδες στις κορυφές. Ανταποκρίθηκε σε κάθε πρόκληση, ξεπέρασε κάθε εμπόδιο, πέτυχε σπουδαίες νίκες και έγραψε ιστορία, στηριζόμενη αποκλειστικά στις δυνάμεις της. Το 2008 έκανε ακόμα και το αδιανόητο: Έγινε η πρώτη γυναίκα που αναβίωσε τον Φειδιππίδιο άθλο, τρέχοντας 524 χλμ. από την Αθήνα έως την Σπάρτη και από εκεί στον Μαραθώνα, ξεπερνώντας τα όρια του σώματος και της λογικής. Ο σημαντικότερος αγώνας της ζωής της, όμως, ήρθε πριν μερικά χρόνια και το όνομά του ήταν καρκίνος. Η Μαρία δεν σταμάτησε ούτε σε αυτό το εμπόδιο. Έκανε χημειοθεραπείες με το χαμόγελο στα χείλη και αθλητικά παπούτσια στα πόδια, έτοιμη να κάνει ένα ακόμα βήμα.



David Lewis, «Michael Jordan», μετάφραση: Έρρικα Πάλλη, **εκδόσεις Ψυχογός**

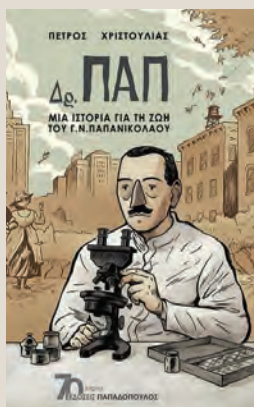
Ο Μάικλ Τζόρνταν αφήφισε τον νόμο της βαρύτητας, ξεπέρασε τις προσδοκίες του κόσμου και υπερέβη τα ηλικιακά όρια, κατακτώντας τη δόξα ως ο σπουδαιότερος μπάσκετμπολίστας όλων των εποχών. Αναμφισβήτητο, το ταλέντο του ήταν συγκλονιστικό—τα ιπτάμενα καρφώματά του και τα ρεκόρ των 60 πόντων έχουν εμπνεύσει ολόκληρες γενιές—, αλλά οι άγνωστες δυνάμεις πίσω από τις επιτυχίες του είναι αυτές που όλοι θα θέλαμε να έχουμε. Ο Μάικλ Τζόρνταν πέτυχε βασίζόμενος στην πειθαρχία και τη σκληρή δουλειά και βρίσκοντας τον τρόπο να διοχετεύσει τη θέληση και την ανταγωνιστικότητά του στο άθλημα που αγαπούσε. Στο βιβλίο περιλαμβάνονται:

\* Αποφθέγματα του ενός και μοναδικού Μάικλ Τζόρνταν, του βασιλιά των αιθέρων.

\* Μια ενδοσκοπική ματιά στα πρώτα χρόνια του Τζόρνταν στο μπάσκετ, στην κατάκτηση της δόξας και στα πιο εντυπωσιακά κατορθώματά του.

\* Μοναδική εικονογράφηση που αποτυπώνει το πνεύμα του Μάικλ Τζόρνταν μέσα και έξω από το γήπεδο.

\* Συμβουλές και μαθήματα που θα σε εμπνεύσουν να χαράξεις τον δικό σου δρόμο προς την υπεροχή.



Χριστούλιας Πέτρος, «Δρ. Παπ—Μια ιστορία για τη ζωή του Γ.Ν. Παπανικολάου», **εκδόσεις Παπαδόπουλος**

Η ζωή του σπουδαίου γιατρού Γεώργιου Παπανικολάου, αποτυπωμένη πρώτη φορά σε ένα graphic novel για μικρούς και μεγάλους. Μια ευκαιρία για μικρούς και μεγάλους για να μάθουμε για τη ζωή και το έργο της σπουδαίας αυτής προσωπικότητας. Δοσμένη η ιστορία με απλά λόγια και εκφραστικές εικόνες. Πρώτη φορά προσπί στο ευρύ κοινό.



Nick Cave, Sean O'Hagan, «Πίστη, ελπίδα και πόνος», μετάφραση: Βάσια Τζανακάρη, **εκδόσεις Κλειδάριθμος**

Σύμφωνα με τον Sean O'Hagan: «Αυτό είναι ένα βιβλίο με προσωπικές και αποκαλυπτικές συνομιλίες, στις οποίες ο Nick Cave μιλά με ειλικρίνεια για τη ζωή του, τη μουσική του και τη δραματική μεταμόρφωση και των δύο, που προκλήθηκαν από την προσωπική του τραγωδία».



## Είδαμε την παράσταση «Dogville» του Λαρς Φον Τρίερ, στο θέατρο «Νέος Ακάδημος»

ΤΟΥ ΒΑΣΙΛΗ ΚΟΚΚΩΝΗ

Ταινία-σταθμός στα σύγχρονα καλλιτεχνικά πράγματα, που ο Δανός συγγραφέας και σκηνοθέτης εμπνεύστηκε από το επικό θέατρο του Μπρεχτ και την πρωτοπαρουσίασε κινηματογραφικά το 2003 με πρωταγωνίστρια τη Νικόλ Κίντμαν, αποσπώντας τον Χρυσό Φοίνικα. Την ταινία αυτή, σε δασκευή για το θέατρο από τον Christian Lollike, η Λίλλυ Μελεμέ σκηνοθετεί με τρόπο εμπνευσμένο και φρέσκο και την παρουσιάζει σε συνεργασία με ένα σημαντικό επιτελείο ηθοποιών. Μια παράσταση γροθιά στο στομάχι, που αφορά αλληγορικά πολλά εκ των φαινομένων που μαστίζουν τη σύγχρονη κοινωνία.

### ΚΡΙΤΙΚΗ

Σκληρή, σκληρότατη η μεγάλη νύχτα της μοναξιάς και της απομόνωσης. Τόσο, που όταν αντικρίζεις το φως σε ξαφνιάζει. Η αλήθεια που ξάφνα ανάβει, έρχεται αντιμέτωπη με το κενό είδωλό της στον καθρέφτη. Μα η επιθυμία που σαλεύει και ορθώνεται αποκτά βάρος και σταδιακά πασχίζει να επιβάλλει τη βούλησή της. Με κάθε τρόπο. Πότε γκρεμίζοντας εκθεμελίω τις αρχές της και πότε ανατρέποντας την ηθική και την ισορροπία στα πράγματα. Το «Dogville» είναι το διαχρονικό δημιούργημα της αιώνιας νύχτας της ανθρώπινης ψυχής, ένας τόπος επιφανειακά κεκαλυμμένος πίσω από τη λογική, την τάξη και τη μοιρολατρική αποδοχή της σκληρότητας. Μέσα του αντηχούν οι καθημερινοί θάνατοι των ζωντανών. Είναι ο τρομακτικός εφιάλτης της ανυπαρξίας και της επανάληψης. Εκεί που άνθρωποι δίχως πρόσωπα αναπαριστούν έναν άγνωστο προς τους ίδιους εαυτούς.

Σε αυτόν τον τόπο της λησμονιάς, που όλα μένουν ίδια, μια φυγάς, η Γκρέις (Ελένη Τρίγγου), έρχεται να ταραξεί τα γαλίνια μα βαλτώδη νερά. Κυνηγημένη καταφεύγει εκεί που η βούληση της στιγμής οδήγησε, αναζητώντας μια σανίδα σωτηρίας. Αυτή της την προσφέρει ο Τομ (Αλέξης Μαυρόπουλος), όπου σαγηνευμένος της προσφέρει να παραμείνει, αν την δεχτούν οι κάτοικοι του «τίποτα», μετά από ψηφοφορία. Κατόικους τους οποίους ο Τομ χαρακτηρίζει καλοπροαίρετους και ευγενικούς. Ο όρος είναι να εργαστεί δύο εβδομάδες απρόσκοπτα και ανιδιοτελώς για να αποδείξει την αξία της, όπου και εντέλει γίνεται αποδεκτή και της δίνεται χώρος για να μείνει και ένα αντίτιμο πλέον για τις υπηρεσίες της. Και ενώ φαίνεται αρχικά πως είναι αγαπητή από όλους, όντας εργατική, όμορφη, γλυκιά και επί της ουσίας διόλου απαιτητική, η ανακοίνωση της αστυνομίας για την αναζητήσή της μεταλλάσσει τη στάση των κατοίκων του χωριού απέναντί της σε μια στοίβα σπασμένους καθρέφτες συνειδησεων, γεμάτους εκδικητικό μένος, απάνθρωπη βιαιότητα και ανεξέλεγκτη διάθεση για τιμωρία. Όταν πια βιάζεται από όλους ψυχικά και σωματικά, όταν ο καθένας στο χωριό μετατρέπεται στο τέρας που μέσα του κρύβει, η κατάσταση οδηγείται σταδιακά σε ένα ανεξέλεγκτο τέλμα, με την Γκρέις πληγωμένη βάνουσα από την ανθρώπινη σκληρότητα, αλυσοδεμένη σαν το σκυλί, προδομένη από τα ψέματα των κατοίκων, τη διεφθαρμένη τους αλήθεια, οδηγούμενη στον προσωπικό ψευδο-εξευτελισμό. Έναν εξευτελισμό από τον οποίο δεν πρόκειται να τη σώσει κανείς, μήτε ο Τομ, ο οποίος μέχρι εκείνη τη στιγμή δήλωνε πως την αγαπούσε, προδιδοντάς τη. Και τότε επήλθε η ολοκληρωτική αποπληρωμή του δανείου που το «Dogville» τής είχε ως τότε

προσφέρει, με τη θανάτωση από τα ίδια της τα χέρια, με όπλο, του πολύ ηθικού αγαπημένου της Τομ, που την πούλησε, και με το παραδειγματικό κάψιμο όλου του χωριού μετά των κατοίκων του, από τον γκάνγκστερ πατέρα της που ήρθε να της προσφέρει τη δική του μορφή σωτηρίας.

Σε αυτό το εξαιρετικό δημιούργημα του Δανού Λαρς Φον Τρίερ, όπου βασιζόμενος στο επικό θέατρο του Μπρεχτ έγραψε και σκηνοθέτησε για τον κινηματογράφο, μια αφαιρετική οπτικά, μα γεμάτη ουσία ταινία, η Λίλλυ Μελεμέ, βασιζόμενη στο τελικό κινηματογραφικό σενάριο μα και σε άλλες παλαιότερες εκδοχές, καταφέρνει θεατρικά να μας τοποθετήσει βαθιά στην αποτύπωση αυτή της μεταστροφής, απ' το φαινομενικά ηθικό στο ακραία ανήθικο, θίγοντας με σκηνοθετική μαεστρία στη σύνθεση των σκηνών και τις εναλλαγές, τα ζητήματα της καταπιεσμένης ανθρώπινης φύσης, τη μοναξιά, την απομόνωση, το δεύτερο πρόσωπο της αλήθειας, την εξαθλίωση της γυναίκας, την άγρια, τη ζωώδη πλευρά των ανθρώπων, την υπομονή, τη συντριβή και την εκδίκηση. Κατ' αυτόν τον τρόπο, σε συνδυασμό με την καθλωτική μουσική σύνθεση του Σταύρου Γασπαράτου, τα αφαιρετικά μα καίρια σκηνικά της Θάλειας Μέλισσας, τα κοστούμια της Βασιλικής Σύρμα, πέτυχε, χωρίς ακρότητες και υπερβολές, να σκηνοθετήσει μια παράσταση συγκλονιστική, τοποθετώντας επάνω και δεξιά βούλα κέρινη, την προσωπική της σφραγίδα.

Ερμηνευτικά η παράσταση ήταν πολύ καλή, επιτυγχάνοντας δίχως την παραμικρή υστερία, ακραία ένταση ή τεχνάσματα να μας ρουφήξει εντός της τόσο βαθιά, ώστε να ντραπούμε και να μετανοήσουμε και εμείς για το ανθρώπινο πρόσωπο και τις ακρότητες των κατοίκων του «Dogville». Το πρόσωπό μας.

Ο Στέλιος Μάινας ως ο πατέρας της Γκρέις μα και ως αφηγητής εξαιρετικός, ο Τομ (Αλέξης Μαυρόπουλος) σε ρόλο καίριο, επίσης πολύ καλός, μεταφέροντας με ευκολία τα συνεχή διλήμματα και τις διαρκείς μεταστροφές του, καταρρίπτοντας τον ιδεαλισμό, ο Μπεν, Ανδρέας Νάτσιος, με την ιδιαίτερη μετάλλαξή του που εκτονώνει με ακρότητα τα καταπιεσμένα του ένστικτα, καθώς και όλοι οι υπόλοιποι κάτοικοι (Θοδωρής Κατσαφάδος, Νικολέτα Βλαβιανού, Βαγγέλης Αλεξανδρής, Φωτεινή Παπαχριστοπούλου, Πάρης Λεόντιος, Νίνα Έππα), με τις διαρκώς αναδιαρθρωμένες ψυχολογικές μεταστροφές, πέτυχαν να μας κρατήσουν σε μόνιμη εγρήγορση. Τέλος, η κεντρική περσόνα και πρωταγωνίστρια Γκρέις ήταν ανεπιτήδευτα φυσική στον ρόλο της, δίχως απλώς, σε κάποιες λίγες στιγμές, να καταφέρει να μεταδώσει το ψυχικό βάθος του ρόλου, χωρίς αυτό φυσικά να λειτουργήσει σε βάρος της παράστασης.

Μια σπουδή στην ανθρώπινη φύση, σκληρά διαχρονική, αποκαλυπτικά ακραία, ένα ψυχογράφημα της εποχής, της κάθε εποχής, που, τελματωμένη από τις συνθήκες, βιάζει τον εαυτό της, τη χαρά, την ευγένεια και την ανιδιοτέλεια ξανά και ξανά, μέχρι την ολοκληρωτική αποπληρωμή του χρέους προς τον εαυτό της.

Τη βία, μα δίκαιη συντριβή της.



## WWF 15.000 νέα φυτά στο Σούνιο

Με επιτυχία ολοκληρώθηκε η πρώτη φάση της πρότυπης αποκατάστασης του WWF Ελλάς στον Εθνικό Δρυμό Σουνίου, η οποία ξεκίνησε τον Νοέμβριο του 2022

**Η** αποκατάσταση πραγματοποιήθηκε με αναδάσωση σε μια δασική έκταση 200 στρεμμάτων πάνω από το χωριό του Αγίου Κωνσταντίνου που έχει καεί δύο φορές μέσα σε μόλις 10 χρόνια (2012 και 2021), με αποτέλεσμα να μην μπορεί πλέον να αναγεννηθεί φυσικά. Η έκταση αυτή τους τελευταίους δύο περίπου μήνες μετατράπηκε σε πεδίο δράσης για εκατοντάδες εθελοντές που ένωσαν τις δυνάμεις τους με το WWF για έναν κοινό σκοπό: Να σώσουν τη συγκεκριμένη έκταση από την ερημοποίηση και να συμβάλουν ενεργά στην αποκατάσταση και τη δημιουργία ενός νέου δάσους ανθεκτικού στις πυρκαγιές που, παράλληλα, θα βελτιώσει σημαντικά

και τη βιοποικιλότητα του τοπικού οικοσυστήματος. Η συγκεκριμένη δράση αποκατάστασης που υλοποιείται με τη στήριξη του Ιδρύματος Α.Γ. Λεβέντη, καθώς και υποστηρικτών του WWF Ελλάς, χαρακτηρίζεται ως πρότυπη για μια σειρά από λόγους που αφορούν τόσο τον σχεδιασμό και την υλοποίηση της δράσης, με βάση επιστημονικά κριτήρια, όσο και την οργανωμένη εμπλοκή εκπαιδευμένων πολιτών-εθελοντών. Ειδικότερα: Επιλέχθηκε η περιοχή βάσει μελέτης που εκπόνησε το WWF Ελλάς για τις καμένες εκτάσεις του 2021. Η μελέτη αυτή αποτύπωσε όλες τις περιοχές που πιθανώς να χρειαστούν ανθρώπινη βοήθεια για την αναγέννησή τους λαμβάνοντας υπόψη και συνδυάζοντας 6 παραμέτρους (τύπο βλά-

στησης, επικάλυψη πυρκαγιών, κλίση, έκθεση, υψόμετρο και γεωλογικό υπόβαθρο). Εκπονήθηκε μελέτη αναδάσωσης από το Δασαρχείο Λαυρίου που, μαζί με τη συμμετοχή επιστημόνων από το Ινστιτούτο Μεσογειακών Δασικών Οικοσυστημάτων (ΙΜΔΟ) και του WWF Ελλάς, πρότεινε τα κατάλληλα είδη που τελικά φυτεύτηκαν στη συγκεκριμένη έκταση. Εφαρμόστηκε μια καινοτόμα προσέγγιση φύτευσης, με μείξη κωνοφόρων και πλατύφυλλων ειδών που προϋπήρχαν στην περιοχή (π.χ. βελανιδιές, χαρουπιές, κουτσουπιές). Η ποικιλία/μείξη των διαφορετικών αυτών ειδών αναμένεται να οδηγήσει όχι μόνο σε βελτίωση της βιοποικιλότητας και την ανάδειξη των αισθητικών λειτουργιών του νέου δάσους,

αλλά και να καταστήσει το δάσος ανθεκτικότερο στη φωτιά, περιορίζοντας τόσο την ένταση όσο και τη μετάδοση της. Στο πλαίσιο του έργου, μελετώνται διαφορετικές μέθοδοι φυτεύσεων και σπορών με σκοπό τη βελτίωση της βιωσιμότητας των φυτών, αλλά και της συντήρησης (ποτίσματα κ.ά.), και τελικά την εξοικονόμηση πόρων. Οι δράσεις αυτές πραγματοποιούνται σε συνεργασία με το Ινστιτούτο Μεσογειακών Δασικών Οικοσυστημάτων (ΙΜΔΟ) του ΕΛΓΟ ΔΗΜΗΤΡΑ και το Δασαρχείο Λαυρίου, το οποίο έχει αναλάβει και τον έλεγχο όλου του έργου. Λαμβάνοντας υπόψη την πολιτιστική κληρονομιά της ευρύτερης περιοχής, και ειδικότερα την αρχαιολογική αξία στην περιοχή αποκατάστασης, λήφθηκαν όλα τα

απαραίτητα μέτρα, σε συνεργασία με την Εφορεία Αρχαιοτήτων Ανατολικής Αττικής, για την προστασία των αρχαιολογικών ευρημάτων, προσαρμόζοντας κατάλληλα το σχέδιο φύτευσης.

Διασφαλίστηκε αποτελεσματική συνεργασία και συντονισμός μεταξύ διαφορετικών αρμόδιων φορέων (Δασαρχείο Λαυρίου, Διεύθυνση Δασικών Έργων & Υποδομών του ΥΠΕΝ, Ινστιτούτο Μεσογειακών Δασικών Οικοσυστημάτων, Εφορεία Αρχαιοτήτων Ανατολικής Αττικής, Οδικές Συγκοινωνίες Α.Ε., Ερυθρός Σταυρός).

Πραγματοποιήθηκε ολοκληρωμένη εκπαίδευση των εθελοντών από το επιστημονικό προσωπικό του WWF Ελλάς, πριν την κάθε δράση αναδάσωσης, διασφαλίζοντας με αυτόν τον τρόπο την επιτυχία των φυτεύσεων και ενισχύοντας την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση των εθελοντών.

### Η θερμή ανταπόκριση των εθελοντών που οδήγησε σε χιλιάδες φυτεύσεις

Από την πρώτη κιόλας στιγμή, η ανταπόκριση των πολιτών στο κάλεσμα του WWF Ελλάς ήταν ιδιαίτερα συγκινητική. Συνολικά, το δίμηνο Νοεμβρίου - Δεκεμβρίου 2022, περισσότεροι από 300 εθελοντές συμμετείχαν ανά ομάδες σε 6 δράσεις σποροσυλλογής και σε 11 δράσεις αναδάσωσης, δίνοντας τον καλύτερό τους εαυτό. Έμπειροι επιστήμονες από το προσωπικό του WWF φρόντιζαν να εκπαιδεύσουν τους εθελοντές, πριν από κάθε δράση, ενώ κατά τη διάρκεια των φυτεύσεων ήταν πάντα δίπλα τους για να τους παρέχουν επιπλέον οδηγίες, αλλά και υποστήριξη, διασφαλίζοντας έτσι στο μέγιστο την επιβίωση των φυτών που φυτεύτηκαν στην αναδάσωση.

Ο ενθουσιασμός και το πάθος των εθελοντών ξεπέρασε τις προσδοκίες και μέσα σε δύο μήνες φυτεύτηκαν στην περιοχή συνολικά 1.500 φυτά. Την προσπάθεια των εθελοντών ολοκλήρωσαν επαγγελματίες δασολόγοι, με αποτέλεσμα στην περιοχή να έχουν φυτευτεί έως το τέλος Δεκεμβρίου συνολικά 15.000 φυτά.

Συγκεκριμένα, φυτεύτηκαν 14 διαφορετικά είδη δέντρων και θάμνων, εκ των οποίων 70% ήταν πλατύφυλλα (ήμερη βελανιδιά, χνοώδης δρυς, χαρουπιά, κουτσουπιά, μελικουκιά, δάφνη κ.ά.) και 30% κωνοφόρα (χαλέπιος πεύκη και κυπαρίσσι). Η καινοτόμα αυτή προσέγγιση



Συνολικά, το δίμηνο Νοεμβρίου - Δεκεμβρίου 2022, περισσότεροι από 300 εθελοντές συμμετείχαν ανά ομάδες σε 6 δράσεις σποροσυλλογής και σε 11 δράσεις αναδάσωσης, δίνοντας τον καλύτερό τους εαυτό.

μείξης διαφορετικών ειδών αναμένεται να βελτιώσει τη βιοποικιλότητα στη συγκεκριμένη περιοχή και να συμβάλει σημαντικά στην πυρανθεκτικότητα του νέου δάσους που θα προκύψει.

### Επόμενα βήματα

Η πρώτη φάση του έργου που αφορούσε τις φυτεύσεις ολοκληρώθηκε με επιτυχία. Το επόμενο διάστημα θα υλοποιηθούν δράσεις συντήρησης των φυτών, πάντα με τη βο-

ήθεια των εθελοντών, οι οποίοι θα κληθούν την άνοιξη και το καλοκαίρι να βοηθήσουν στη διαμόρφωση των λάκκων, τη λίπανση, το βοτάνισμα και το πότισμα των φυτών. Το έργο θα διαρκέσει για τα επόμενα τρία χρόνια, προκειμένου να διασφαλιστεί η βιωσιμότητα των φυτών.

Ο Νίκος Γεωργιάδης, υπεύθυνος δράσεων δασικής διαχείρισης στο WWF Ελλάς, δηλώνει: «Σήμερα, που η κλιματική κρίση οδηγεί σε συχνότερες και μεγαλύτερης έντασης πυρκαγιές, η προσέγγιση για την αποκατάσταση δασικών οικοσυστημάτων, όταν αυτή κρίνεται απαραίτητη, θα πρέπει να ακολουθεί ένα σχέδιο φυτεύσεων με δραστική μίξη ειδών, ακολουθώντας ουσιαστικά το παράδειγμα που μας δίνει η ίδια η φύση, κι έχοντας ως στόχους τόσο την πυρανθεκτικότητα, όσο και τη βιοποικιλότητα του νέου δάσους. Επιπρόσθετα, σε ένα περιβάλλον που οι δασικές εκτάσεις που χρήζουν τεχνητής αποκατάστασης αυξάνονται διαρκώς, κανένα φυτό δεν πρέπει να πηγαίνει "χαμένο" και άρα οι μέθοδοι καθώς και οι εργασίες φύτευσης και συντήρησης θα πρέπει να είναι οι ιδανικές. Τέλος, σε όλα αυτά, θα πρέπει να προστεθεί και η εκπαίδευση των εθελοντών που συνδράμουν σε τέτοιες δράσεις και οι οποίοι δίνουν στην κυριολεξία ψυχή στο όραμά μας για έναν ζωντανό πλανήτη».





## Είδαμε την παράσταση «Αίας» του Σοφοκλή, στο θέατρο «Αλκυονίδες»

ΤΟΥ ΒΑΣΙΛΗ ΚΟΚΚΩΝΗ

**Π**αρακολουθήσαμε μια παράσταση-σταθμό στα θεατρικά δρώμενα, μια πρωτότυπη και άκρως δυναμική ερμηνευτική εκτέλεση του «Αίαντα» και οκτώ ακόμη προσώπων της τραγωδίας από έναν και μόνο ηθοποιό, τον Μιχάλη Σαράντη, σε σύλληψη και σκηνοθεσία του Γιώργου Νανούρη, μετάφραση του Νίκου Α. Παναγιωτόπουλου και εικαστική συνομιλία κατά τη διάρκεια της δράσης με τον Απόστολο Χαντζάρα.

### ΚΡΙΤΙΚΗ

Αλύτρωτος ο χρόνος, μες στις επαναλήψεις του. Τα αποτυπώματα της ιστορίας που αντηχούν στη μνήμη σκεπάζονται από νέες αλήθειες μα και νέα λάθη, ήρωες ενταφιάζονται επάνω σε ήρωες, παλαιότερα ανδραγαθήματα στοιβάζονται κάτω από νέα, οι ήχοι από τα τύμπανα μιας σύγχρονης προδοσίας, μιας σύγχρονης εκμετάλλευσης, μιας απάνθρωπης ταξικής και πολιτικής αδικίας επικαλύπτουν και επικαλύπτονται από τις συνηθισμένες του παρελθόντος.

Κι ο Αίαντας, σίδερο στο σίδερο, ένας ήρωας παραπλανημένος, ένας εύθραυστος οικογενειάρχης, κατακερματίζεται από την αδικία, εξαπατάται και λυγίζει, συντρίβεται, καταρρακώνεται, καίγεται από την εσωτερική απόγνωση και μέσα από τις

στάχτες του αναγεννάται ως θηρίο άγριο, ανελέητο, δίκως φραγκούς και φίλτρα, να κατασπαράξει τα πάντα, να δολοφονήσει αυτούς που τον αδικήσαν ως χρέος τιμής, πριν και ο ίδιος πηθεί από τον θάνατο. Κλέβοντας με δόλιο τρόπο ο Οδυσσέας, σε σύμπραξη με τους Ατρείδες, τον Αγαμέμνονα και τον Μενέλαο, από αυτόν τα όπλα του Αχιλλέα, ως επιβράβευση του δυνατότερου μετά από τον θάνατό του πολεμιστή, ο Αίαντας σπάει, οργίζεται, τρελαίνεται και αποφασίζει να επιτεθεί και να σκοτώσει τους δολοφθορείς και όποιον άλλον από το στρατόπεδο σταθεί εμπόδιο στο διάβα του. Η θεά Αθηνά, όμως, θολώνει την όραση και τις αισθήσεις του και ο Αίαντας, στο μένος του χαμένος, επιτίθεται και εξολοθρεύει ό,τι ζώο βρεθεί εμπρός του, θεωρώντας ότι πήρε την εκδίκησή του. Όταν όμως συνήλθε και κατάλαβε τι έκανε, ένιωσε τη μέγιστη ντροπή και αποφάσισε να δώσει τέλος στη ζωή του.

Από την απόφασή του αυτή, μήτε η σύζυγός του Τέκμησσα, αλλά ούτε και ο τοξότης αδελφός του, ο Τεύκρος, κατάφεραν να τον αποτρέψουν. Έτσι, μετά τον θάνατό του, οι Αγαμέμνονας και Μενέλαος αποφάσισαν, ως μέγιστη τιμωρία για τις πράξεις του, να αφήσουν το σώμα του άταφο, βορά των αρπακτικών. Ο Τεύκρος οργισμένος, εξακοντίζοντας επιχειρήματα και απειλές, προσπαθεί να τους πείσει για το αντίθετο και εντέλει είναι η παρέμβαση του Οδυσσέα εκείνη που αλλάζει την απόφασή τους, ώστε το νεκρό του σώμα να ταφεί.

Με τρόπο ιδιαίτερο και ευφάνταστο, που ίσως εν μέρει να ανέκυψε από τη φιλία του Μιχάλη Σαράντη με τον ζωγράφο Απόστολο Χαντζάρα, ο σκηνοθέτης Γιώργος Νανούρης, εμπιστευόμενος τους δυο ταλαντούχους καλλιτέχνες, συνθέτει μια συμφωνία διπλή, δισυπόστατη, με όργανα το θέατρο από τη μια και τη ζωγραφική από την άλλη.

Μέσα σε αυτή, ο Μιχάλης Σαράντης, ερμηνεύοντας

αριστοτεχνικά και τους εννέα χαρακτήρες της τραγωδίας, που αποκτούν σάρκα και οστά, μέσω της επιτόπου ζωγραφικής αποτύπωσής τους από τον Γιώργο Χαντζάρα, στοιχειοθετεί μια ελκρινή, ζωντανή, ανθρώπινη και ουσιαστική απόδοση του εξάισιου έργου του Σοφοκλή.

Η ιστορική ανακύκλωση των λαθών, οι μόνιμες και συντριπτικές αδικίες της πολιτικής και στρατιωτικής εξουσίας, ο παραγκωνισμός των αξιών και η υπερίσχυση των δυνατών σε κάθε τομέα της ανθρώπινης ζωής αποτελούν τον πυρήνα της παράστασης.

Η αγάπη για την οικογένεια, η επανάσταση της ορθής λογικής, η πίστη στην ηθική και την αλήθεια, η ατίμωση και ως συνέπεια αυτής η αυτοχειρία είναι ορισμένες ακόμα παράμετροι που αποκωδικοποιούν την εξαιρετική αυτή θεατρική αποτύπωση.

Ένας ερμηνευτικός άθλος, με σκηνοθετική ορθότητα δομημένος, όπου ένα από τα μεγαλύτερα κεφάλαια που διαθέτει το σύγχρονο θέατρο, ο Μιχάλης Σαράντης, αξιοποιώντας ιδανικά όχι μόνο τις μυϊκές του ικανότητες, όπου το σώμα του τον ακολουθεί ως ένα καταπληκτικό πολυεργαλείο σε κάθε ακραία επιλογή, αλλά κυρίως ως αλάνθαστος ερμηνευτής, καλύπτει άψογα τα ζητήματα της εσωτερικής και εξωτερικής αρμονίας, της διαύγειας και της σιληνότητας του λόγου καθώς και της πολλαπλής αποτύπωσης των χαρακτήρων, κάνοντας το ιδιαίτερα δύσκολο εγχείρημα να φαντάζει στα μάτια μας απλό. Τόσο απλό, ώστε όχι μόνο να γίνεται απόλυτα ξεκάθαρο το θέμα, μα και η κάθε μορφής συναισθηματική πόλωση και ο ιδιαίτερος χαρακτήρας του καθενός ξεχωριστά ερμηνευμένου προσώπου. Γεννά έρωτα για την ίδια την τέχνη.

Η παρουσία του ζωγράφου επί σκηνής και των έργων του λειτουργήσει συμπληρωματικά, προσθετικά και έδωσε τη συνταγή, προσδίδοντάς της μια ιδιαίτερη γεύση. Ο συντονισμός και η σκηνοθετική χάρση των πολλαπλών μεταβλητών δικαίων στο τελικό αποτέλεσμα μα και την κάθε επιλογή στον μέγιστο βαθμό.

Η παράσταση, βουτηγμένη στη μουσική και το φως του αρχαίου δράματος, απογείωσε τις αισθήσεις και ικανοποίησε τα συγκλονισμένα αισθητήριά μας, που δεν χόρταιναν να απολαμβάνουν τη μία υπέροχη ερμηνευτική σκηνή πίσω από την άλλη.



### ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΕΣ

Μετάφραση: Νίκος Παναγιωτόπουλος

Σκηνοθεσία: Γιώργος Νανούρης

Ερμηνεία: Μιχάλης Σαράντης

Ζωγραφική: Απόστολος Χαντζάρας

Σκηνική επιμέλεια - Φωτισμοί: Γιώργος Νανούρης



## Πότε πρέπει να πεις νερό;

Της Χριστίνας Μαυρίδου

- Όταν θα ξυπνήσεις: Είναι η καλύτερη ώρα να ενυδατωθείς, από τη στιγμή που το σώμα σου έχει περάσει ένα μεγάλο διάστημα «νηστείας».
- Όταν είσαι άρρωστη-ος: Είναι γνωστό πως όταν είσαι άρρωστη-ος πρέπει να ενυδατώνεσαι συχνά, δεδομένου ότι αρκετά συμπτώματα των ασθενειών προκαλούν απώλεια υγρών. Έτσι, το πρώτο πράγμα που μπορείς να κάνεις με το που καταλάβεις πως καταβάλλεσαι από κάτι, είναι να ξεκινήσεις να πίνεις πολύ νερό.
- Όταν κάνεις γυμναστική (πριν - κατά τη διάρκεια - μετά): Κάνοντας γυμναστική είναι επόμενο να ιδρώσεις. Αυτό σημαίνει πως το σώμα σου έχει υποστεί απώλεια νερού, επομένως θα χρειαστεί να το αναπληρώσεις άμεσα.
- Όταν νομίζεις πως πεινάς: Τις περισσότερες φορές που νομίζεις πως πεινάς, ενδέχεται απλά να διψάς. Ειδικότερα, ο εγκέφαλος αναγνωρίζει τις δύο αυτές ανάγκες ως μία,

επομένως λίγο πριν φτιάξεις κάτι να φας, πεις λίγο νερό για να δεις αν σε λίγα λεπτά η ανάγκη αυτή έχει ικανοποιηθεί.

- Όταν θέλεις να χάσεις βάρος: Το νερό είναι ο καλύτερος σύμμαχός σου προκειμένου να χάσεις κιλά, αφού από τη μία σε γεμίζει, ενώ από την άλλη βελτιώνει τον μεταβολισμό σου. Σύμφωνα με μία έρευνα, 50 κορίτσια έπιναν δύο ποτήρια νερό μισή ώρα πριν από το πρωινό, το μεσημεριανό και το βραδινό, κάνοντας καμία αλλαγή στη διατροφή τους. Ύστερα από 8 εβδομάδες είχαν χάσει βάρος και είχαν μειώσει τη μυϊκή τους μάζα. Παράλληλα, έδειξε πως το νερό επιτάχυνε τη λιπόλυση, τη διαδικασία που καίει το λίπος για την παραγωγή ενέργειας.
- Πριν από την περίοδό σου: Λίγες ημέρες πριν από την περίοδο είναι ιδανικό να πεις αρκετό νερό ώστε να αποφύγεις κάποια ενοχλητικά συμπτώματα που εμφανίζονται κατά την έμμηνου ρύση. Ειδικότερα, ένας από τους λόγους των πόνων περιόδου και

των πονοκεφάλων είναι η αφυδάτωση. Μία πρόσφατη έρευνα έδειξε πως γυναίκες που αντιμετώπιζαν δυσμηνόρροια, αυξάνοντας την ποσότητα του νερού, ειδικότερα πριν από την περίοδό τους, μειώθηκε ο κύκλος και οι πόνοι στη λεκάνη.

- Όταν μειώνεται η ενέργειά σου κατά τη διάρκεια της ημέρας: Βρίσκεσαι στη δουλειά και συνειδητοποιείς πως η ενέργειά σου σε έχει εγκαταλείψει. Πριν καταφύγεις στην καφεΐνη ή σε άλλους τρόπους που θα σε βοηθήσουν να «ξυπνήσεις», πεις ένα μεγάλο ποτήρι νερό. Σύμφωνα με έρευνα, η ενυδάτωση θα επιδράσει κατευθείαν στη διάθεση, τη μνήμη και την οπτική σου αντίληψη.

**Christy's Tip:** Προτίμησε το νερό σου να είναι σε χάρτινη συσκευασία και ακόμα καλύτερα να έχει και βιταμίνες! Μπες στο κανάλι μου στο Youtube «Christy Mavridou» και δες πολλές και πρωτότυπες ασκήσεις με μπουκαλάκια με νερό!

Η Χριστίνα Μαυρίδου είναι καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής - personal trainer.

- Instagram: [christy\\_mavridou](#)
- Facebook Page: [Christy Mavridou](#)
- Youtube Channel: [Christy Mavridou](#)

Κυκλοφόρησε το νέο βιβλίο του ευρωβουλευτή Γιώργου Κύρτσου

**Ελλάδα 2019 - 2023**

**Μεταξύ ευρωπαϊκής προοπτικής  
και βαλκανικής διολίσθησης**



Μπορείτε να το  
προμηθευτείτε δωρεάν  
από το πολιτικό του  
γραφείο,

τηλέφωνο επικοινωνίας:  
**210 7248616**