

Ο Περιπτερούχος

ΕΝΩΣΗ ΠΕΡΙΠΤΕΡΟΥΧΩΝ ΑΤΤΙΚΗΣ



ΕΩΣ 100 ΔΟΣΕΙΣ ΚΑΙ ΔΙΑΓΡΑΦΗ ΠΡΟΣΤΙΜΩΝ
ΚΑΙ ΠΡΟΣΑΥΞΗΣΕΩΝ

**ΧΡΕΗ ΣΤΟΥΣ ΔΗΜΟΥΣ:
ΕΠΕΚΤΕΙΝΕΤΑΙ Η ΡΥΘΜΙΣΗ**

Όλα όσα πρέπει να ξέρετε

Στείλτε μας ΤΩΡΑ
το κινητό σας για να
λαμβάνετε άμεσα ΕΚΤΑΚΤΗ
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ με SMS

ΜΕΓΑΛΗ ΕΡΕΥΝΑ ΤΟΥ «ΠΕΡΙΠΤΕΡΟΥΧΟΥ»

Τα περίπτερα εν καιρώ πανδημίας - Δεύτερος
σταθμός: **ΠΑΤΡΑ**

ΝΕΟΣ ΕΞΩΔΙΚΑΣΤΙΚΟΣ

Έως **240** δόσεις για χρέη σε Εφορία και Ταμεία,
έως **420** σε τράπεζες

ΠΡΟΣΟΧΗ: ΔΕΝ ΠΟΥΛΑΜΕ ΚΑΠΝΙΚΑ ΣΤΟΥΣ ΑΝΗΛΙΚΟΥΣ



Παράγει
Πίσσα.



Δεν παράγει
Πίσσα.

Το πρόβλημα είναι η
καύση του τσιγάρου.

Το IQOS δεν παράγει
πίσσα*, γιατί θερμαίνει
και δεν καίει τον καπνό.

ΜΑΘΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΣΤΟ iqos.com/epistimi

ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑ: Η απουσία της πίσσας δεν
σημαίνει ότι το IQOS είναι ακίνδυνο. Το IQOS περιέχει
νικοτίνη η οποία είναι εθιστική.

* «Πίσσα» είναι το υπόλειμμα από τον καπνό του τσιγάρου, μετά την καύση του.



IQOS

Αυτό το προϊόν καπνού βλάπτει

την υγεία σας και είναι εθιστικό.



Οι απόψεις των ανθρώπων που φιλοξενούνται στον «Περιπτερούχο» είναι προσωπικές και δεν εκφράζουν την Ένωση και τη συντακτική ομάδα του περιοδικού.

10

08 | ΑΝΑΜΕΝΕΤΑΙ ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΣΤΙΚΗ ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ

Προς παράταση δύο ετών οι μισθώσεις περιπτέρων

10 | ΕΩΣ 100 ΔΟΣΕΙΣ ΚΑΙ ΔΙΑΓΡΑΦΗ ΠΡΟΣΤΙΜΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΣΑΥΞΗΣΕΩΝ

Χρέη στους Δήμους: Επεκτείνεται η ρύθμιση - Όλα όσα πρέπει να ξέρετε

16 | ΜΕΓΑΛΗ ΕΡΕΥΝΑ ΤΟΥ «ΠΕΡΙΠΤΕΡΟΥΧΟΥ»

Τα περίπτερα εν καιρώ πανδημίας - Δεύτερος σταθμός: ΠΑΤΡΑ

22 | ΝΕΟΣ ΕΞΩΔΙΚΑΣΤΙΚΟΣ

Έως 240 δόσεις για χρέη σε Εφορία και Ταμεία, έως 420 σε τράπεζες

28 | «ΓΕΦΥΡΑ 2»

Νέα μέτρα διευκόλυνσης για τις ΜμΕ

36 | ΕΜΒΟΛΙΟ ΚΟΡΟΝΟΪΟΥ

Ποιοι θα χρειαστούν τρίτη δόση - Τι έδειξε νέα έρευνα



ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ ΤΗΣ ΕΝΩΣΗΣ ΠΕΡΙΠΤΕΡΟΥΧΩΝ ΑΤΤΙΚΗΣ

Γραφεία

Όθωνος 10, Σύνταγμα
τηλ.: 210 32 29 500
τηλ. και fax: 210 32 14 367
email: enosiieekpa@gmail.com, www.eekpa.com
Κωδικός: 5021

Εκδότης - Υπεύθυνος για το Νόμο:
Θοδωρής Μάλλιος

Αρχισυντάκτης

Θωμάς Μόσχος

Συντάκτες

Νικόλαος Αναστασιάδης
Μέλια Σιλβίδου

Πρόεδρος: Θοδωρής Μάλλιος
6977834350, 210 9232860 περίπτερο
Αντιπρόεδρος: Χρήστος Κοντούρης
6942982416

Γεν. Γραμματέας: Χρήστος Σκληράκης
6936926981, 210 2133813 περίπτερο

Αναπλ. Γεν. Γραμματέας: Ευθυμία Κουμή
6944961742

Ταμίας: Νίκος Χρυσικός
6977349226, 210 8960403 περίπτερο

Αναπλ. Ταμίας: Δημήτρης Σαντοριναίος
6944370857

Μέλη

Γιώργος Γκιώνης
6972350935, 2130430606 περίπτερο

Γιουλιάννα Δελνηγιώργη
6947866584

Γιώργος Μητροτάσιος
6948242438, 210 3315844 περίπτερο

Γραμματεία

Υπεύθυνη Διαφημιστικών Καταχωρίσεων:
Έλενα Βαποράκη

Creative Director: Ειρήννα Αθανασίου



ΠΙΣΤΕΨΑ ΟΤΙ ΜΠΟΡΩ
ΚΑΙ ΤΟ ΕΚΑΝΑ.

Κάνε την αλλαγή σε IQOS, μια καλύτερη εναλλακτική σε σχέση με το τσιγάρο.

Ανακάλυψε περισσότερα στο iqos.com



IQOS 3 DUO

Αυτό το προϊόν καπνού βλάπτει
την υγεία σας και είναι εθιστικό.

Προνόμια στους εμβολιασμένους: Ας σοβαρευτούμε επιτέλους

«Χρειάζονται προνόμια σε όσους εμβολιάζονται προκειμένου να είναι ένας σαφής κίνητρο και να καμφθούν οι αντιστάσεις σε όσους έχουν δεύτερες σκέψεις ή έλκονται από θεωρίες συνωμοσίας» τόνισε, μεταξύ άλλων, ο αναπληρωτής υπουργός Εσωτερικών, Στέλιος Πέτσας, μιλώντας πριν λίγες ημέρες στην τηλεόραση του ΣΚΑΪ.

Η συζήτηση για το αν θα έχουν συγκεκριμένα προνόμια οι εμβολιασμένοι ή όχι έχει ανοίξει παγκοσμίως και ο σχετικός προβληματισμός για το πώς, πού και πότε απασχολεί τόσο τους ηγέτες των χωρών όσο και την επιστημονική κοινότητα. Τα προνόμια, οι συγκεκριμένες ελευθερίες, ενδεχομένως να δώσουν στους «ιδιοκτήτες» τους την ευκαιρία να ταξιδέψουν, να παρακολουθήσουν μαζικές εκδηλώσεις και γενικά να επιστρέψουν στη ζωή σχεδόν όπως ήταν πριν από την πανδημία. «Όπως τα άτομα έχουν την ελευθερία να επιλέξουν εάν θα εμβολιαστούν ή όχι, οι αεροπορικές εταιρείες, οι οργανωτές συναυλιών και τα εστιατόρια έχουν την ελευθερία να επιβάλλουν διακρίσεις μεταξύ εμβολιασμένων και μη», αναφέρουν εφημερίδες του εξωτερικού. Αυτή είναι η επικρατούσα άποψη για το πώς θα κινηθεί μερίδα των μεγάλων ιδιωτικών εταιρειών.

Η συζήτηση είναι παγκόσμια επειδή παντού υπάρχουν οι αρνητές, οι «ψεκασμένοι», οι φοβισμένοι, οι διστακτικοί. Να είμαστε όμως σοβαροί και προσεκτικοί: Όλοι οι παραπάνω δεν εντάσσονται στην ίδια κατηγορία.

Ας δούμε τώρα τι γίνεται στην Ελλάδα με το συγκεκριμένο θέμα, το οποίο θα μονοπωλήσει τη συζήτηση το αμέσως επόμενο διάστημα και μέχρι το Φθινόπωρο, οπότε δεν αποκλείεται να έρθουν και οι πρώτοι υποχρεωτικοί εμβολιασμοί (σε υγειονομικούς, εργαζόμενους σε οίκους ευγηρίας κ.ά), όπως έχει προαναγγείλει άλλωστε ο ίδιος ο πρωθυπουργός. Αυτά άκουσε ο Άδωνις Γεωργιάδης και πήρε... θάρρος (όχι ότι το έχει και δύσκολο) και ανέλαβε τη δουλειά του... λαγού. Ο υπουργός Ανάπτυξης, μέσω της ΕΡΤ, ανέφερε ότι οι επιχειρήσεις έχουν το δικαίωμα να απολύσουν εργαζόμενους που δεν έχουν εμβολιαστεί! «Στην υπάρχουσα εργασιακή νομοθεσία μια επιχείρηση μπορεί να απολύσει έναν υπάλληλο εάν ο εργαζόμενος θέτει σε κίνδυνο την επιχείρηση», πρόσθεσε. Πετώντας το μπαλάκι της ευθύνης εξ ολοκλήρου στους πολίτες και συνδέοντας εμμέσως όσους αποφασίσουν να μην κάνουν το εμβόλιο με συνωμοσιολόγους και αρνητές ο υπουργός Ανάπτυξης σημείωσε: «Χθες ήρθε στο γραφείο μου ένας μεγάλος ξενοδόχος και

μου έθεσε το ζήτημα ότι ένα μικρό κομμάτι του προσωπικού δεν θέλει να εμβολιαστεί. Καταλήξαμε ότι θα πρέπει να ενημερώσουμε τους εργαζομένους ότι για την ασφάλεια της επιχείρησης θα πρέπει να εμβολιαστούν όλοι και όποιος δεν θέλει να εμβολιαστεί, θα πρέπει να αναλάβει και τις συνέπειες της απόφασής του. Δεν μπορεί μια επιχείρηση να κινδυνεύει να κλείσει επειδή ένας υπάλληλος θέλει να ασκήσει το, δέθεν δικαίωμά του, να μην εμβολιαστεί. Στην υπάρχουσα εργασιακή νομοθεσία μια επιχείρηση μπορεί να απολύσει έναν υπάλληλο εάν ο εργαζόμενος θέτει σε κίνδυνο την επιχείρηση».

Η αλήθεια είναι ότι η εν λόγω κουβέντα στη χώρα μας περί «προνομίων στους εμβολιασμένους» έχει αρχίσει να... ξεστρατίζει τις τελευταίες ημέρες. Την ευθύνη γι' αυτό την έχουν κυρίως οι υπουργοί της κυβέρνησης που ξεκίνησαν και συντηρούν αυτή τη συζήτηση. Και, δυστυχώς, ο πρωθυπουργός, ο οποίος έκανε ένα μεγάλο φάουλ κατά την ομιλία του στη Βουλή, όταν προέβλεψε - εν είδει προτροπής: - ότι από το Φθινόπωρο ένας επιχειρηματίας θα μπορεί να απαγορεύει σε μη εμβολιασμένους την είσοδο στο κατάστημά του.

Καταρχάς, ας καταρρίψουμε ένα μύθο που κυκλοφορεί ευρέως τελευταία. Αυτόν που θέλει την Ελλάδα να μην έχει πετύχει το πολυπόθητο «τείχος ανοσίας» επειδή υπάρχουν πολλοί αρνητές των εμβολίων. Αυτό είναι ψέμα. Ο επιδημιολόγος, Τάκης Παναγιωτόπουλος είπε ότι αυτοί - οι αρνητές - είναι πολύ λίγοι, γύρω στο 5%. Και πάντα θα υπάρχουν. Πουθενά στον κόσμο δεν είναι δυνατό να επιτευχθούν ποσοστά ανοσίας 90% - 100%.

Η αλήθεια είναι ότι στη χώρα μας δεν έχει χτιστεί ακόμα το «τείχος ανοσίας», έστω στο 50% - 70%, επειδή δεν υπήρχαν εμβόλια. Ούτε ακόμα υπάρχουν σε επαρκείς ποσότητες. Αυτός είναι ο βασικός λόγος που σήμερα, παρά τους κυβερνητικούς πανηγυρισμούς ότι «ξεπεράσαμε τα έξι εκατομμύρια εμβολιασμούς» (τραγική αλχημεία), το ποσοστό των πλήρως εμβολιασμένων είναι περίπου 23% και αυτό των εμβολιασμένων με μία δόση 39%. Δηλαδή, ούτε καν ο ένας στους τέσσερις Έλληνες δεν έχει σήμερα πλήρη προστασία. Ποιος φταίει γι' αυτό; Από τότε ο αρμόδιος υπουργός είχε εξαγγείλει «δύο εκατομμύρια εμβολιασμούς το μήνα». Από το Νοέμβριο του 2020...

Πρόσφατα άνοιξε η πλατφόρμα για τον εμβολιασμό νεότερων ηλικιών (25 - 29 ετών). Αλλά τα ραντεβού εξαντλήθηκαν αμέσως, γιατί ο αριθμός τους ήταν απελπιστικά μικρός. Ποιος φταίει γι' αυτό; Ας σταματήσουν, λοιπόν, τα ψέ-



ματα. Η Ελλάδα είναι πίσω στον εμβολιασμό όχι εξαιτίας των αρνητών, που είναι λίγοι, αλλά επειδή δεν υπάρχουν επαρκείς ποσότητες εμβολίων για όσους θέλουν να εμβολιαστούν.

Υπάρχουν και ένας - δυο λόγοι ακόμα. Πρώτον, έξι μήνες μετά την έναρξη του εμβολιασμού, δεν έχει λυθεί το πρόβλημα των ανήμπορων να μετακινηθούν. Και, δεύτερον, δημιουργήθηκαν τα γνωστά, τραγικά προβλήματα με το εμβόλιο της AstraZeneca (ακολουθεί το Johnson & Johnson όπως όλα δείχνουν). Υπήρξαν ακυρώσεις ραντεβού, αλλά οι πολίτες που τα ακύρωσαν - όπως αποδείχθηκε και από την πρόσφατη απόφαση για αύξηση του ορίου ηλικίας στα 60 έτη - δεν είναι ούτε αρνητές, ούτε ψεκασμένοι. Έχουν εύλογες επιφυλάξεις και ανησυχίες που τις τροφοδοτούν όλο και περισσότερο ειδικοί και κυβερνώντες. Και δεν είχαν εξαρχής τη δυνατότητα να επιλέξουν όποιο εμβόλιο ήθελαν. Αυτή είναι η πραγματικότητα όσο κι αν θέλουν να την κρύψουν κάποιοι για να αποασίσουν τις δικές τους ευθύνες.

Η συζήτηση περί «προνομίων» - έτσι όπως γίνεται - περιέχει στοιχεία παραλογισμού και μπορεί να αγγίξει τον πυρήνα βασικών δικαιωμάτων των πολιτών. Τι θα πει «ουδείς θα μπορεί να απαγορεύσει σε έναν επιχειρηματία να δέχεται στο κατάστημά του μόνο εμβολιασμένους»; Δηλαδή, ο ταβερνιέρης θα ζητάει από τους πελάτες του πιστοποιητικό εμβολιασμού; Κι αν κάποιος δεν έχει και του δείχνει αρνητικό τεστ, τι θα κάνει; Θα τον δέχεται ή θα του κλείνει την πόρτα; Ας σοβαρευτούμε!

Ή θα έχουμε στο άμεσο μέλλον δύο κατηγορίες πολιτών; Θα περιπέσουν σε δυσμένεια οι μη εμβολιασμένοι σε σχέση με εκείνους που έχουν κάνει και τις δύο δόσεις του εμβολίου; Το μέλλον μας επιφυλάσσει κοινωνικούς διαχωρισμούς που δεν θα στηρίζονται στο κλασικό δίπολο «πλούσιος - φτωχός», αλλά στο εμβολιασμένος ή μη εμβολιασμένος; Υπάρχει ένα δεδομένο θέμα που αφορά στη δημοκρατία και την ελευθερία της επιλογής. Αναφαίρετο δικαίωμα του κάθε πολίτη είναι να διαθέτει τον εαυτό του όπως εκείνος επιθυμεί και να μην υποτάσσει σε υγειονομικές οδηγίες, ακόμη κι αν αυτές είναι καλοπροαίρετες.

Ακόμη και οι απόψεις έγκριτων νομικών και επιστημόνων διίστανται. Για παράδειγμα, το Εργαστήριο Μελέτης Ιατρικού Δικαίου και Βιοηθικής της Νομικής Σχολής του ΑΠΘ, σταθμίζοντας το νομικό και συνταγματικό πλαίσιο, που προστατεύει αφενός το δικαίωμα αυτοπροσδιορισμού και αφετέρου την ανάγκη προστασίας της υγείας των άλλων, κατέληξε ομόφωνα στη γνώμη ότι μπορεί η Πολιτεία, εκτάκτως και για όσο διαρκεί η πανδημία να ορίσει ως υποχρεωτικό τον εμβολιασμό των υγειονομικών, καθώς και την άμεση απομάκρυνσή τους από τον χώρο εργασίας, χωρίς καμία οικονομική απαίτηση, σε περίπτωση άρνησης. Την ίδια ώρα, η ανώτατη δικαστικός, Βασιλική Θάνου, η οποία διετέλεσε πρωθυπουργός στην υπηρεσιακή κυβέρνηση

του 2015, ξεκαθάρισε πως «κάθε υποχρεωτικός εμβολιασμός είναι αντισυνταγματικός». Και πρόσθεσε: «Ο εμβολιασμός δεν μπορεί να είναι υποχρεωτικός. Αυτό είναι αντίθετο και με τις συνταγματικές αρχές, οι οποίες διατυπώνονται στα άρθρα 2 και 5 του Συντάγματος, επιβάλλοντας την προστασία της προσωπικότητας του ατόμου και την ελευθερία του να διαθέτει ή να μην διαθέτει το σώμα του για ιατρικές πράξεις. Ο εμβολιασμός δεν μπορεί να είναι υποχρεωτικός ούτε υπό την επίκληση της προστασίας της δημόσιας Υγείας. Αυτό δεν είναι η προσωπική μου άποψη. Σε συνεδρίαση στις 21 Ιανουαρίου του 2021, το Συμβούλιο της Ευρώπης έβγαλε ψήφισμα και είπε επί λέξει: 'Οι πολίτες ενημερώνονται ότι ο εμβολιασμός δεν είναι υποχρεωτικός και ότι κανείς δεν πρέπει να υποστεί πίεση με πολιτικά, κοινωνικά ή άλλα μέσα, προκειμένου να εμβολιαστεί, εάν δεν το επιθυμεί. Κανείς δεν θα υποστεί διακρίσεις επειδή δεν έχει εμβολιαστεί, λόγω πιθανών κινδύνων για την υγεία του ή διότι δεν θέλει να εμβολιαστεί'. Ούτε τα προνόμια υπέρ των εμβολιασθέντων είναι συνταγματικά ούτε και η δυσμενής διάκριση εις βάρος αυτών. Η πολιτεία οφείλει να πείσει τους πολίτες να προσέλθουν στους εμβολιασμούς και όχι με ψυχολογική βία να τους εξαναγκάσει να εμβολιαστούν, λέγοντας ότι διαφορετικά θα απωλέσουν την εργασία τους ή θα έχουν άλλες επιπτώσεις σε εκείνη».

Σε κάθε περίπτωση, στην Ευρωπαϊκή Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Ανθρώπου και τη Βιοϊατρική, γνωστή ως Σύμβαση του Οβιέδο, που κυρώθηκε με τον ν. 2619/1998, και στο άρθρο 5, αναφέρεται ως κανόνας η κατοχύρωση της αυτονομίας του προσώπου και ο σεβασμός της ακεραιότητάς του, γεγονός που σημαίνει ότι η φυσική επέμβαση στο σώμα ενός προσώπου είναι επιτρεπτή μόνο με τη συναίνεσή του και μάλιστα μόνο μετά από πλήρη σχετική ενημέρωσή του. Το ίδιο προκύπτει και από το άρθρο 2 του Συντάγματος, που προστατεύει την αξία και την αξιοπρέπεια του προσώπου, αλλά και από το άρθρο 3 του Χάρτη Θεμελιωδών Δικαιωμάτων της Ε.Ε., από το οποίο συνάγεται ότι η συναίνεση του ατόμου για μια ιατρική πράξη επάνω του αποτελεί έκφραση του δικαιώματος αυτοπροσδιορισμού του. Μάλιστα, κατά τη Διεθνή Αμνηστία, κάθε επέμβαση στο σώμα του ανθρώπου χωρίς τη θέλησή του αποτελεί βασανιστήριο. Άρα, η υποχρεωτικότητα με φυσικό εξαναγκασμό είναι πράξη παράνομη.

Μέσα σε όλα αυτά δεν ακούμε λέξη βέβαια για το τι γίνεται σε άλλες χώρες - και δη δυτικές - και το ποσοστό των πολιτών τους που έχουν εμβολιαστεί. Ωστόσο, η αλήθεια, όσο και να το παλεύουν ορισμένοι, δεν κρύβεται, πόσω μάλλον εν έτει 2021. Ανάλογα τα ψέματα που μας μοιράζουν αναφορικά και με τις ηλικίες των εμβολιασμένων στη χώρα μας. Μέχρι και τις 18 Ιουνίου, ποσοστό 70% των ατόμων ηλικίας 40-49 είχε εμβολιαστεί τουλάχιστον με την 1η δόση, 69% της ηλικιακής ομάδας 50-59 ετών,

79,6% από την ηλικιακή ομάδα των 60-69 ετών, 90,1% από την ομάδα των 70-79 ετών, ενώ στα άτομα 80 ετών και άνω η εμβολιαστική κάλυψη έφτανε στο 90,8%. Κοντά στο 50% το ποσοστό εμβολιαστικής κάλυψης για την ηλικιακή κατηγορία των 30-39, ενώ χαμηλό είναι το ποσοστό εμβολιασμού στις ηλικίες 18-19 και 20-29 (25,8% και 32,9% αντίστοιχα). Πού είναι λοιπόν η «μεγάλη επιτυχία» στις νέες ηλικίες την οποία και μας πωλούν καθημερινά από τα τηλεπαράθυρα; Αφήστε και το άλλο. Πολλοί από τους παραπάνω εξαναγκάστηκαν να κάνουν το εμβόλιο με διάφορους τρόπους, άλλο που κανείς δεν το ομολογεί. Δεν το έκαναν γιατί το πιστεύουν πραγματικά.

Την ίδια στιγμή, οι γνωστοί - άγνωστοι επιμένουν να βάζουν ταμπέλες περί... ατόμων χαμηλού μορφωτικού επιπέδου σε εκείνους που αρνούνται τον εμβολιασμό. Έστω ότι ισχύει αυτή η τόσο προβλητική αναφορά. Ποιος ευθύνεται άραγε που έμειναν... αμόρφωτοι, αν όχι οι κυβερνώντες; Αυτοί δεν έχουν την ευθύνη να... μορφώσουν τους πολίτες της χώρας που διοίκησαν και διοικούν όλα αυτά τα χρόνια; Αλήθεια είναι «αμόρφωτοι» και οι πολλοί γιατροί της Ιταλίας ή οι Άγγλοι πολίτες που δεν έκαναν το εμβόλιο; Τι συμβαίνει με τα τεράστια σε πληθυσμό αντιεμβολιαστικά κινήματα που εδώ και δεκαετίες υπάρχουν σε πολλές αναπτυγμένες χώρες; Αμόρφωτοι κι όλοι αυτοί; Ας αρχίσουν να μοιράζουν και κοτόπουλα και αγελάδες σε όποιον εμβολιαστεί, όπως κάνουν στις τριτοκοσμικές χώρες, για να ολοκληρώσουν τις ντροπιαστικές πρακτικές τους. Μόνο αυτό τους έμεινε... Και κάτι τελευταίο, αλλά απόλυτα σχετικό αν θέλετε την άποψή μας: Όταν έχουμε τραγικά παραδείγματα, όπως αυτό του Αγρινίου με το αυξημένο ποσοστό θνητότητας στη ΜΕΘ COVID του νοσοκομείου, και το εξιλαστήριο θύμα είναι το «εύκολο», εν προκειμένω ο διοικητής, τίποτα δεν μπορεί να γίνει σωστά. Όλοι ήξεραν ή όφειλαν να γνωρίζουν... Η αποποίηση των ευθυνών τους δείχνει και το επίπεδο της αξιοπιστίας τους. Τίποτα λιγότερο και τίποτα περισσότερο.

Εν κατακλείδι, η συζήτηση περί υποχρεωτικότητας και προνομίων είναι παραπλανητική και - εδώ είμαστε - θα αποδειχθεί πλήρως αδιέξοδη, αν φτάσει ποτέ η στιγμή να εφαρμοστεί ευρέως. Σε λίγο βέβαια ουδείς θα μπορεί να... πετάξει την μπάλα στην εξέδρα. Ούτε η κυβέρνηση, ούτε η αντιπολίτευση. Θα έρθει η στιγμή των μεγάλων αποφάσεων. Αυτό που προέχει μέχρι τότε είναι να εμβολιαστεί το απαιτούμενο για την ανοσία ποσοστό του πληθυσμού. Και για να γίνει αυτό χρειάζεται πειθώ και ικανός αριθμός εμβολίων, που σήμερα δεν υπάρχει. Αυτή είναι η ευθύνη του πρωθυπουργού και των υπουργών του και όχι η προπαγανδιστική - και εσχάτως εκφοβιστική και τρομοκρατική - αντιμετώπιση του προβλήματος, τη μια με παραπλανητικούς αριθμούς και την άλλη με υποσχέσεις για «προνόμια».



Στείλτε μας ΤΩΡΑ το κινητό σας για να λαμβάνετε άμεσα ΕΚΤΑΚΤΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ με SMS

Η Ένωση Περιπετερούχων Αττικής αντιλαμβάνομενη την ανάγκη των συναδέλφων από όλη την Ελλάδα για άμεση, έγκυρη και έγκαιρη πληροφόρηση στα ζητήματα του κλάδου μας προχωρά στην αποστολή **SMS** κάθε φορά που υπάρχει ΕΚΤΑΚΤΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ.

Για να συμπεριληφθείτε στην αποστολή των SMS δώστε μας τώρα το κινητό σας στα τηλέφωνα **2103214367** και **2103229500** ή στο email μας **enosieekpa@gmail.com**

Διαφορετικά δεν έχουμε τρόπο να σας ενημερώσουμε.

Τέλος και επειδή οι εξελίξεις «τρέχουν» διαρκώς και καθημερινά, σας προτρέπουμε να επισκέπτεστε τακτικά την ιστοσελίδα της Ομοσπονδίας **www.peripteranews.gr** και του σωματείου **www.eekpa.com** για να ενημερώνεστε για κάθε εξέλιξη που αφορά στον κλάδο.



»»» ΑΝΑΜΕΝΕΤΑΙ ΔΙΕΥΚΡΙΝΙΣΤΙΚΗ ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ »»»

ΠΡΟΣ ΠΑΡΑΤΑΣΗ ΔΥΟ ΕΤΩΝ ΟΙ ΜΙΣΘΩΣΕΙΣ ΠΕΡΙΠΤΕΡΩΝ

Το δρόμο για παράταση δύο ετών σε όλες τις μισθώσεις περιπτέρων από Δήμους, που ήταν σε ισχύ την 1.1.2021, ανοίγει η ψήφιση του νόμου του υπουργείου Εσωτερικών με τίτλο «Θεσμικό πλαίσιο τηλεργασίας, διατάξεις για το ανθρώπινο δυναμικό του δημοσίου τομέα και άλλες ρυθμίσεις του Υπουργείου Εσωτερικών» (ΝΟΜΟΣ ΥΠ' ΑΡΙΘΜ. 4807 - ΦΕΚ Α 96/11.6.2021).

Πιο συγκεκριμένα, το Άρθρο 37 του παραπάνω νομοσχεδίου αναφέρει ότι «με την επιφύλαξη ειδικότερων διατάξεων για τις μισθώσεις τουριστικών καταλυμάτων, λοιπές μισθώσεις δημοτικών ακινήτων στα οποία στεγάζονται επιχειρήσεις με εκμισθωτή δήμο ή νομικό πρόσωπο δημοσίου δικαίου αυτού ή επιχειρήσεις Ο.Τ.Α. του άρθρου 252 του ν. 3463/2006 (Α' 114) που έχουν συσταθεί αποκλειστικά από Ο.Τ.Α. α' βαθμού, οι οποίες δεν έχουν λήξει στις 11.6.2021 ή έληγαν από 1.1.2021 έως και τις 11.6.2021, παρατείνονται για δύο (2) επιπλέον έτη από τον χρόνο λήξης τους κατόπιν

μονομερούς δήλωσης του μισθωτή, η οποία υποβάλλεται αποκλειστικά έως τις 11.1.2022. Ο καθορισμός του μισθώματος του χρόνου παράτασης της μίσθωσης κατά το πρώτο εδάφιο γίνεται από την Επιτροπή της παρ. 5 του άρθρου 186 του ν. 3463/2006 και από το οικείο διοικητικό συμβούλιο για τα νομικά πρόσωπα».

Η εξέλιξη αυτή ήρθε μετά τη συνάντηση που είχαν την 1η Ιουνίου 2021 οι **Γιάννης Χατζηθεοδосίου**, Πρόεδρος του Ε.Ε.Α., **Γιώργος Καρβαθός**, μέλος της Δ.Ε. του Ε.Ε.Α. και Πρόεδρος της ΓΣΕΒΕΕ, **Θωδωρής Μάλλιος**, Πρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Περιπτέρουχων και **Στάθης Σταματελόπουλος**, Νομικός Συνεργάτης του Ε.Ε.Α με τον υπουργό Εσωτερικών, **Μάκη Βορίδη**, τον αναπληρωτή υπουργό Εσωτερικών, αρμόδιο για θέματα Αυτοδιοίκησης, **Στέλιο Πέτσα** και τον γενικό γραμματέα Εσωτερικών & Οργάνωσης του ΥΠΕΣ, **Μιχάλη Σταυριανουδάκη**. Η συνάντηση πραγματοποιήθηκε σε πολύ καλό κλίμα, με

τους συμμετέχοντες εκ μέρους της κυβέρνησης να έχουν ευήκοντα ώτα και μεγάλη κατανόηση στα θέματα που τους θέσαμε και αφορούσαν, μεταξύ άλλων, στον κλάδο μας.

Ωστόσο, και παρά την επιμονή μας κατά την προαναφερθείσα συνάντηση για συγκεκριμένες αναφορές και διατυπώσεις, ο νόμος που ψηφίστηκε τελικά δεν είναι ξεκάθαρος, με αποτέλεσμα - για την ώρα - να πρέπει να περιμένουμε σχετική ερμηνευτική εγκύκλιο που θα βάζει μια τάξη στα ζητήματα που δημιουργούνται.

Το σημαντικότερο έχει να κάνει με το γεγονός ότι στην παράγραφο 2 του νόμου αναφέρεται μεν ότι «η παράταση εφαρμόζεται αναλόγως και για μισθώσεις εντός κοινόχρηστων χώρων που ανήκουν στους Ο.Τ.Α. α' βαθμού», χωρίς ωστόσο - και παρά την επιμονή μας - να περιγράφεται ότι σε αυτούς νοούνται ΚΑΙ τα περίπτερα, γεγονός που ενδεχομένως να δημιουργήσει προβλήματα σε συναδέλφους, καθώς ο εκάστοτε Δήμος μπο-



ρεί να ερμηνεύσει το νόμο κατά το δοκούν.

Ένα άλλο ζήτημα είναι η διατύπωση που έχει να κάνει με το ποιους αφορά η εν λόγω παράταση. Η αναφορά «όσες μισθώσεις δεν έχουν λήξει στις 11.6.2021 ή έληγαν από 1.1.2021 έως και τις 11.6.2021» είναι τόσο ασαφής που όσο και να το παλέψαμε δεν καταρθώσαμε να βγάλουμε άκρη για το τι... εννοεί ο νομοθέτης.

Ο «Περιπτέρουχος» επικοινωνήσε με το υπουργείο Εσωτερικών ζητώντας μια ξεκάθαρη διευκρίνιση για αυτά τα τόσο σημαντικά ζητήματα, ωστόσο, για την ώρα, φαίνεται πως δεν υπάρχει απάντηση. Συγκεκριμένα, υψηλόβαθμο στέλεχος του Υπουργείου παραδέχτηκε πως «υπάρχει

κενό στο νόμο και για το λόγο αυτό θα χρειαστεί η έκδοση διευκρινιστικής εγκυκλίου το αμέσως επόμενο διάστημα». Σε κάθε περίπτωση, η Ομοσπονδία μας από την πλευρά της θα πιέσει προς πάσα κατεύθυνση ώστε να συμπεριληφθούν στην παράταση των δύο ετών όλα τα περίπτερα που έχουν σύμβαση με Δήμο, όπως άλλωστε είχε ζητήσει εξ αρχής από την κυβέρνηση.

Σε περίπτωση που έχετε μισθωτήριο με Δήμο το οποίο έληξε και ο Δήμος σας ζητά να «βγείτε» από το περίπτερο, ζητήστε λίγο χρόνο από τους αρμοδίους, παρουσιάζοντάς τους τον παραπάνω νόμο, έως ότου υπάρξει τελική λύση στο ζήτημα, ευελπιστούμε πολύ σύντομα.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Η παράταση αφορά ΜΟΝΟ στα περίπτερα που νοικιάζουν οι Δήμοι και όχι σε αυτά που εκμεταλλεύονται ανάπηροι. Σύμφωνα με τα διαθέσιμα στοιχεία, τα περίπτερα που ανήκουν σε Δήμους υπολογίζονται αυτή τη στιγμή σε πάνω από τα μισά γεγονότα που καθιστά τις οριστικές απαντήσεις που αφορούν στην παράταση της μίσθωσης εξαιρετικά σημαντικές για χιλιάδες συναδέλφους.

Μην πάτε στο site www.peripteraneews.gr και δείτε το νόμο 4807/2021 (οι διατάξεις της παράτασης μισθώσεων στο Άρθρο 37)





»»» ΕΩΣ 100 ΔΟΣΕΙΣ ΚΑΙ ΔΙΑΓΡΑΦΗ ΠΡΟΣΤΙΜΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΣΑΥΞΗΣΕΩΝ »»»

ΧΡΕΗ ΣΤΟΥΣ ΔΗΜΟΥΣ: ΕΠΕΚΤΕΙΝΕΤΑΙ Η ΡΥΘΜΙΣΗ - ΟΛΑ ΟΣΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΡΕΤΕ

Η ρύθμιση, που είναι βασισμένη στη λογική των δόσεων, αναμένεται αφενός να ενισχύσει τη ρευστότητα των δημοτικών ταμείων και αφετέρου να ανακουφίσει χιλιάδες συναδέλφους που έχουν χρέη προς τους δήμους, καθώς τους δίνεται η δυνατότητα να διαγράψουν έως και το σύνολο των προστίμων και των προσαυξήσεων που έχουν διογκώσει τις οφειλές τους, αλλά και να αποπληρώσουν τα χρέη τους σε έως 100 δόσεις, με την ανάλογη βέβαια επιβάρυνση.

Ο υπουργός Εσωτερικών, Μάκης Βορίδης, ο αναπληρωτής υπουργός Εσωτερικών, αρμόδιος για θέματα Αυτοδιοίκησης, Στέλιος Πέτσας και ο γενικός γραμματέας Εσωτερικών & Οργάνωσης του ΥΠΕΣ, Μιχάλης Σταυριανουδάκης αποδείχθηκαν απόλυτα συνεπείς στις δεσμεύσεις που είχαν παράσχει για το εν λόγω θέμα σε συνάντηση που είχαν την 1η Ιουνίου 2021 με τους Γιάννη Χατζηθεοδωσίτου, Πρόεδρο του Ε.Ε.Α., Γιώργο Καββαθά, μέλος της Δ.Ε. του Ε.Ε.Α. και Πρόεδρο της ΓΣΕΒΕΕ, Θοδωρή Μάλλιο, Πρόεδρο της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Περιπετερούχων και Στάθη Σταματελόπουλο, Νομικό Συνεργάτη του Ε.Ε.Α.

Στο σχέδιο νόμου του υπουργείου Εσωτερικών με τίτλο «Θεσμικό πλαίσιο τηλεργασίας, διατάξεις για το ανθρώπινο δυναμικό του δημοσίου τομέα και άλλες ρυθμίσεις του Υπουργείου Εσωτερικών» (ΝΟΜΟΣ ΥΠ' ΑΡΙΘΜ. 4807 - ΦΕΚ Α 96/11.6.2021) κατατέθηκε τροπολογία, με την οποία, ικανοποιούνται πολλά από τα αιτήματα που θέσαμε, ανάμεσά τους η επέκταση της ρύθμισης των χρεών προς τους Ο.Τ.Α.

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΗ ΡΥΘΜΙΣΗ
Οι ενδιαφερόμενοι που θέλουν να ρυθμίσουν τις οφειλές τους, πρέπει να έχουν υπόψη τους συγκεκριμένες πτυχές της διάταξης, τις οποίες «αποκωδικοποιεί» ο «Περιπετερούχος» με τη μορφή ερωτήσεων και απαντήσεων.

Ποιες οφειλές αφορά η ρύθμιση;

«Ανάσα» σε χιλιάδες συναδέλφους σε όλη τη χώρα δίνει η επέκταση της ρύθμισης οφειλών προς τους Δήμους, με απαλλαγή κατά ποσοστό από πρόστιμα, προσαυξήσεις και τόκους εκπρόθεσμης καταβολής, που ψηφίστηκε στη Βουλή (ΝΟΜΟΣ ΥΠ' ΑΡΙΘΜ. 4807 - ΦΕΚ Α 96/11.6.2021).

Σύμφωνα με το Άρθρο 35 του νόμου 4807/2021, η ρύθμιση αφορά όλες τις οφειλές προς τους δήμους που έχουν βεβαιωθεί ή πρόκειται να βεβαιωθούν από 15.2.2020 μέχρι 30.6.2021. Επίσης αφορά οφειλές που κατέστησαν ληξιπρόθεσμες από 15.2.2020 έως τις 11.6.2021, συμπεριλαμβανομένων των απωλειών ρυθμίσεων. (Θυμίζουμε ότι ο προηγούμενος νόμος (άρθρο 165 νόμου 4764/2020) αφορούσε οφειλές που είχαν βεβαιωθεί μέχρι την 28.2.2021).

ΠΡΟΣΟΧΗ: Το πρώτο πράγμα που πρέπει να κάνετε είναι να προστρέξετε στο Δήμο μέχρι τις 30 Ιουνίου και να ζητήσετε να βεβαιωθούν τα χρέη σας, ειδώλλως δεν μπορείτε να τα εντάξετε στη ρύθμιση.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Δεν γνωρίζουμε για την ώρα αν συμπεριλαμβάνονται τα πρόστιμα πέραν της αδείας. Όλα δείχνουν ότι δεν εμπίπτουν στο νόμο, ωστόσο είμαστε σε «επιφυλακή» έως ότου εκδοθεί σχετική εγκύκλιος, οπότε και θα σας ενημερώσουμε άμεσα.

Πώς θα «πετύχω» απαλλαγή από πρόστιμα, προσαυξήσεις και τόκους;

Το ποσοστό απαλλαγής των προσαυξήσεων και τόκων εκπρόθεσμης καταβολής καθορίζεται στην παρ. 1 του άρθρου 110 του ν. 4611/2019 (Α' 73). Σύμφωνα με τον εν λόγω νόμο, μπορείτε να «πετύχετε» είτε συνολική απαλλαγή από πρόστιμα, προσαυξήσεις και τόκους είτε κατά ποσοστό ως εξής:

- αν εξοφλήσετε εφάπαξ όλα τα χρέη σας, απαλλάσσετε από πρόστιμα, προσαυξήσεις και τόκους κατά ποσοστό 100%,
- αν εξοφλήσετε τα χρέη σας σε δύο (2) έως είκοσι τέσσερις (24) δόσεις, η απαλλαγή θα είναι κατά ποσοστό 80%,
- αν οι οφειλές σας εξοφληθούν σε εικοσιπέντε (25) έως σαράντα οκτώ (48) δόσεις, η απαλλαγή θα είναι κατά ποσοστό 70%,
- αν εξοφληθούν σε σαράντα εννέα (49) έως



εβδομήντα δύο (72) δόσεις, η απαλλαγή θα είναι κατά ποσοστό 60%.

➤ και τέλος, αν τα χρέη σας εξοφληθούν σε εβδομήντα τρεις (73) έως εκατό (100) δόσεις, η απαλλαγή θα είναι κατά ποσοστό 50%.

Ποιοι είναι δικαιούχοι της ρύθμισης;

Δικαιούχοι υπαγωγής στη ρύθμιση είναι τα φυσικά και νομικά πρόσωπα που έχουν υποστεί οικονομικές επιπτώσεις από την πανδημία και που εντάσσονται στους πληττόμενους ΚΑΔ που έχει ορίσει το υπουργείο Οικονομικών. Τα περίπτερα εντάσσονται στη ρύθμιση με την Κοινή Υπουργική Απόφαση 18440/2021 - ΦΕΚ 961/Β/11-3-2021.

Μπορώ να υπαχθώ στη νέα ρύθμιση, αν βρίσκομαι παράλληλα σε προηγούμενη την οποία και τηρώ;

Η απάντηση είναι ναι. Στη ρύθμιση μπορούν να υπαχθούν και χρέη που έχουν «μπει» σε προηγούμενη ρύθμιση ή ρυθμίσεις. Σε αυτό το σημείο, ωστόσο, θα πρέπει να προσέξετε πολύ και να υπολογίσετε αν σας συμφέρει να μεταφέρετε όλα τα χρέη σας στη νέα ρύθμιση ή όχι, κάνοντας σύγκριση των ευεργετημάτων που προσφέρει η μία και η άλλη. Επομένως, σε περίπτωση που η προηγούμενη ρύθμιση στην οποία βρίσκεστε τώρα είναι πιο συμφέρουσα, την αφήνετε ως έχει και εντάσσεται στη νέα ρύθμιση μόνο τα χρέη που έχουν προκύψει μετά την ένταξή σας στην παλαιά. Αν πάλι διαπιστώσετε ότι η νέα ρύθμιση σας συμφέρει περισσότερο, μπορείτε να μεταφέρετε σε αυτή το σύνολο των χρεών σας.

Ποιες οφειλές μπορούν να υπαχθούν;

Στη ρύθμιση μπορούν να υπαχθούν ΟΛΕΣ οι οφειλές σας, ακόμη - ΕΦΟΣΟΝ ΘΕΛΕΤΕ - και εκείνες για τις οποίες έχετε προσφύγει είτε στο Δήμο είτε στο Διοικητικό Πρωτοδικείο, με την προϋπόθεση βέβαια ότι θα αποσύρετε την προσφυγή σας.

Μπορείτε να υπαχθείτε στη ρύθμιση είτε έχετε συμβιβαστεί στην Επιτροπή Επίλυσης Οικονομικών Διαφορών του Δήμου είτε όχι και ανεξαρτήτως αν υπήρξε επικύρωση από το Δημοτικό Συμβούλιο.

Σε περίπτωση προσφυγής στο Διοικητικό Πρωτοδικείο, είτε έχετε συμβιβαστεί είτε όχι, θα πρέπει να επισκεφθείτε τη γραμματεία του δικαστηρίου, να πάρετε βεβαίωση η οποία θα αναφέρει ότι παραιτείστε της προσφυγής και να την καταθέσετε στην αρμόδια υπηρεσία του Δήμου, μαζί με τα υπόλοιπα έγγραφα που απαιτούνται για ένταξη στη ρύθμιση.

Στη ρύθμιση υπάγονται και οφειλές που κατά το παρελθόν είχαν υπαχθεί σε άλλη ρύθμιση και η οποία διακόπηκε για οποιονδήποτε λόγο.

Μέχρι πότε μπορώ να υποβάλω αίτηση και ποιος είναι ο τρόπος;

Σύμφωνα με το Άρθρο 36 του νόμου 4807/2021, η αίτηση για την υπαγωγή στη ρύθμιση υποβάλλεται μόνο ηλεκτρονικά το αργότερο

έως την 31.10.2021, ενώ με βάση τον προηγούμενο νόμο (ν. 4764/2020) η προθεσμία έληγε την 30.6.2021.

Επειδή η ειδική εφαρμογή στην Ενιαία Ψηφιακή Πύλη της Δημόσιας Διοίκησης (gov.gr) δεν είναι ακόμα έτοιμη να δεχτεί τις αιτήσεις, μέχρι αυτό να συμβεί, οι δικαιούχοι μπορούν να υποβάλουν αίτηση απευθείας προς τον οικείο δήμο (είτε μέσω του δικτυακού τόπου του δήμου, είτε μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (e-mail) είτε μέσω ειδικής εφαρμογής του δήμου, αν διαθέτει).

Η προθεσμία για την υποβολή αιτήσεων μπορεί να παραταθεί έως και έξι μήνες, με απόφαση του υπουργού Εσωτερικών, η οποία εκδίδεται ύστερα από εισήγηση της Κεντρικής Ένωσης Δήμων Ελλάδος (ΚΕΔΕ), δηλαδή για έξι μήνες μετά τις 31/10/21.

Πόσα χρήματα πρέπει να δίνω το μήνα;

Οι δόσεις που πρέπει να δίνετε είναι μηνιαίες και ισόποσες, ενώ κάθε δόση δεν μπορεί να είναι μικρότερη των 20 ευρώ για ατομικές επιχειρήσεις και 50 ευρώ για εταιρείες. Την πρώτη δόση πρέπει να την πληρώσετε εντός τριών εργάσιμων ημερών από την ημέρα που θα υποβάλλετε την αίτηση για υπαγωγή στη ρύθμιση, διαφορετικά η αίτηση θα ακυρωθεί. Οι επόμενες δόσεις θα πρέπει να πληρώνονται μέχρι την τελευταία εργάσιμη ημέρα του μήνα.

Τι θα συμβεί αν, ενώ είμαι στη ρύθμιση, εξοφλήσω εφάπαξ τα χρέη μου;

Εφόσον είστε ενταγμένοι στη ρύθμιση και προκύψει οικονομική δυνατότητα, μπορείτε ανά πάσα στιγμή να πληρώσετε ολόκληρο το υπόλοιπο ποσό των χρεών σας, κερδίζοντας έτσι - κατά ποσοστό - περαιτέρω απαλλαγή από πρόστιμα και προσαυξήσεις από την αρχική που είχε προκύψει, με βάση τις δόσεις που υπολείπονται.

Τι θα συμβεί αν καθυστερήσω να πληρώσω μια δόση;

Αν καθυστερήσετε να πληρώσετε μία δόση θα επιβαρυνθείτε με τόκο 2% επί του ποσού της δόσης, από την επομένη της ημέρας που αυτή έπρεπε να καταβληθεί. Πρόκειται για ένα εύλογο και χαμηλό ποσοστό σε σχέση με τον προηγούμενο νόμο του 2019 όπου ο τόκος υπερημερίας ήταν 5%.

Πότε χάνω τη ρύθμιση;

Θα χάσετε τη ρύθμιση αν δεν πληρώσετε τρεις (3) συνεχόμενες μηνιαίες δόσεις, αν καθυστερήσετε την καταβολή της τελευταίας δόσης για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο των τριών (3) μηνών και αν διαπιστωθεί ότι υποβάλατε αναληθή στοιχεία, προκειμένου να ενταχθείτε σε αυτή.

Αναστέλλονται τα δυσμενή μέτρα εις βάρος μου αν υπαχθώ στη ρύθμιση;

Ναι, τα δυσμενή μέτρα εις βάρος σας αναστέλλονται εφόσον υπαχθείτε στη ρύθμιση, είτε αφορούν σε στέρηση φορολογικής είτε δημοτικής ενημερότητας.

ΦΟΡΟΛΟΓΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΟΤΗΤΑ

Αν ο Δήμος έχει δώσει εντολή προς τη Δ.Ο.Υ. σας και δεν μπορείτε να λάβετε φορολογική ενημερότητα, μπορείτε να έχετε τη δέσμευση αν καταβάλετε το 5% της οφειλής για συνολικά χρέη μέχρι 5.000 ευρώ, το 10% της ρυθμιζόμενης οφειλής για χρέη από 5.000,01 μέχρι 10.000 ευρώ και το 20% της ρυθμιζόμενης οφειλής για χρέη από 10.000,01 ευρώ και πάνω.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Αν καθυστερήσετε έστω και μία δόση, ο Δήμος μπορεί να δώσει εντολή για επαναδέσμευση της φορολογικής σας ενημερότητας.

ΚΑΤΑΣΧΕΣΗ ΕΠΙ ΚΙΝΗΤΩΝ Ή ΑΚΙΝΗΤΩΝ

Σε περίπτωση που σας έχουν επιβληθεί αναγκαστικά μέτρα επί κινήτων ή ακινήτων, αυτά αναστέλλονται άμεσα, με την καταβολή της πρώτης δόσης.

ΚΑΤΑΣΧΕΣΗ ΣΤΑ ΧΕΡΙΑ ΤΡΙΤΩΝ

Αν υπάρχει εντολή κατάσχεσης στα χέρια τρίτων (που συνήθως είναι κατασχέσεις τραπεζικών λογαριασμών) μπορείτε να έχετε την εντολή αυτή αν εξοφλήσετε το 25% της συνολικής οφειλής που έχει υπαχθεί στη ρύθμιση.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Αν για οποιονδήποτε λόγο βρεθείτε εκτός ρύθμισης, τα μέτρα που υπήρχαν σε βάρος σας και έχουν ανασταλεί επανέρχονται και συνεχίζονται.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Τα παραπάνω ποσοστά της οφειλής (5%, 10%, 20%, 25%) - που αφορούν είτε στην άρση της δέσμευσης για φορολογική ενημερότητα είτε στην άρση της εντολής κατάσχεσης στα χέρια τρίτων - μπορείτε είτε να τα εξοφλήσετε εφάπαξ είτε να τα «φτάσετε» κάποια τιμηκή καταβάλλοντας τις μηνιαίες δόσεις σας. Θεωρούμε, πάντως, πως εφόσον υπάρχει η οικονομική δυνατότητα, το καλύτερο που έχετε να κάνετε είναι να τα καταβάλετε εφάπαξ, ώστε να αρθούν άμεσα τα δυσμενή μέτρα εις βάρος σας. Άλλωστε, με το ποσό που θα δώσετε θα εξοφλούνται στην ουσία οι επόμενες δόσεις. Για παράδειγμα, ας πούμε ότι το χρέος σας είναι 10.000 ευρώ και το έχετε ρυθμίσει για 100 δόσεις, με μηνιαία δόση τα 100 ευρώ. Αν θέλετε να αρθεί η εντολή κατάσχεσης από τις τράπεζες, θα πρέπει να πληρώσετε «μαζεμένο» το 25% του συνολικού χρέους, δηλαδή 2.500 ευρώ. Έτσι, θα έχετε καλύψει ουσιαστικά και τις επόμενες 25 μηνιαίες δόσεις. Άρα, θα πρέπει να πληρώσετε την επόμενη δόση των 100 ευρώ μετά από 25 ολόκληρους μήνες.

Αναλυτικότερα, οι τελικές διατάξεις του νέου σχεδίου νόμου έχουν ως εξής:

Άρθρο 35 Νόμου 4807/2021

Έκτακτη ρύθμιση οφειλών προς Ο.Τ.Α. α' βαθμού - Τροποποίηση της παρ. 1 του άρθρου 165 του ν. 4764/2020

1. Το πρώτο εδάφιο της παρ. 1 του άρθρου 165 του ν. 4764/2020 (Α' 256), σχετικά με τις οφειλές προς τους δήμους και τα νομικά τους πρόσωπα, τροποποιείται ως προς τον χρόνο βεβαίωσης αυ-

τών, το τρίτο εδάφιο της ίδιας παραγράφου τροποποιείται αναφορικά με τον χρόνο έκδοσης της κοινής απόφασης των Υπουργών Οικονομικών και Εσωτερικών και το άρθρο 165 διαμορφώνεται ως εξής:

«Άρθρο 165

Έκτακτη ρύθμιση οφειλών προς Ο.Τ.Α. α' βαθμού Πεδίο εφαρμογής

1. Οφειλές από οποιαδήποτε αιτία, προς τους δήμους και τα νομικά τους πρόσωπα, που έχουν βεβαιωθεί ή πρόκειται να βεβαιωθούν από 15.2.2020 μέχρι 30.6.2021, όπως και οφειλών προς τους δήμους και τα νομικά τους πρόσωπα που κατέστησαν ληξιπρόθεσμες, συμπεριλαμβανομένων των απωλειών ρυθμίσεων, από 15.2.2020 έως τη δημοσίευση του παρόντος, ύστερα από αίτηση του οφειλέτη προς την αρμόδια για την είσπραξη τους υπηρεσία του οικείου δήμου ή του νομικού του προσώπου, μπορεί να ρυθμίζονται και η καταβολή τους να πραγματοποιείται με απαλλαγή κατά ποσοστό από τις κατά ΚΕΔΕ προσαυξήσεις και τόκους εκπρόθεσμης καταβολής, καθώς και από τα πρόστιμα λόγω εκπρόθεσμης υποβολής ή μη υποβολής ή ανακριβούς δήλωσης ή λόγω μη καταβολής τέλους. Το ποσοστό απαλλαγής των προσαυξήσεων και τόκων εκπρόθεσμης καταβολής καθορίζεται στις περ. α' έως ε' της παρ. 1 του άρθρου 110 του ν. 4611/2019 (Α' 73). Δικαιούχοι υπαγωγής στην ανωτέρω ρύθμιση είναι τα φυσικά πρόσωπα και όσα νομικά πρόσωπα έχουν υποστεί οικονομικές επιπτώσεις από την πανδημία του κορωνοϊού COVID-19. Με κοινή απόφαση των Υπουργών Οικονομικών και Εσωτερικών, η οποία εκδίδεται έως την 31.3.2021, καθορίζονται οι κωδικοί αριθμοί δραστηριότητας των δικαιούμενων της ρύθμισης νομικών προσώπων και τα κριτήρια υπαγωγής των φυσικών προσώπων.

2. Στη ρύθμιση της παρ. 1 μπορεί, επίσης, να υπάγονται και οφειλές, που κατά την ημερομηνία υποβολής της αίτησης:

α) τελούν σε αναστολή, διοικητική ή εκ του νόμου, β) έχουν υπαχθεί σε προηγούμενη ρύθμιση ή διευκόλυνση τμηματικής καταβολής, η οποία είναι σε ισχύ, με απώλεια των ευεργετημάτων της προηγούμενης ρύθμισης και χωρίς η υπαγωγή τους να συνεπάγεται επιστροφή καταβληθέντων ποσών,

γ) δεν έχουν βεβαιωθεί, επειδή εκκρεμεί για αυτές δικαστική αμφισβήτηση σε οποιονδήποτε βαθμό, εφόσον, στην τελευταία περίπτωση, ο οφειλέτης παραιτηθεί από τα ασκηθέντα ένδικα βοηθήματα ή μέσα. Αν με το ένδικο βοηθήμα είχε υποβληθεί και αίτημα συμβιβαστικής επίλυσης της διαφοράς, η ανωτέρω παραίτηση καταλαμβάνει και το αίτημα αυτό.

Στην αίτηση υπαγωγής στη ρύθμιση επισυνάπτεται βεβαίωση της γραμματείας του δικαστηρίου, όπου εκκρεμούσε η υπόθεση, ότι έχει υποβληθεί παραίτηση.

3. Στη ρύθμιση της παρ. 1 μπορεί, επίσης να υπάγονται και οφειλές που κατά το παρελθόν είχαν υπαχθεί σε άλλο καθεστώς ρύθμισης και αυτή διακόπηκε για οποιονδήποτε λόγο.

4. Από τη ρύθμιση της παρ. 1 εξαιρούνται μόνο οι οφειλές που προέκυψαν από διαφορές ως προς την επιφάνεια ενός ακινήτου ή τη χρήση αυτού, κατά το άρθρο 51 του ν. 4647/2019 (Α' 204), για τις οποίες εφαρμόζονται τα ειδικώς οριζόμενα στο εν λόγω άρθρο.».

Άρθρο 36 Νόμου 4807/2021

Προθεσμία και τρόπος υποβολής αίτησης ρύθμισης οφειλών προς Ο.Τ.Α. α' βαθμού - Τροποποίηση της παρ. 1 του άρθρου 166 του ν. 4764/2020

Η περ. α) της παρ. 1 του άρθρου 166 του ν. 4764/2020 (Α' 256) τροποποιείται αναφορικά με την προθεσμία, προστίθεται μεταβατική διάταξη ως προς τον τρόπο υποβολής της αίτησης ρύθμισης οφειλών προς τους Ο.Τ.Α. α' βαθμού και το άρθρο 166 διαμορφώνεται ως εξής:

«Άρθρο 166

Προθεσμία και τρόπος υποβολής αίτησης ρύθμισης οφειλών προς Ο.Τ.Α. α' βαθμού

1. α) Η αίτηση του οφειλέτη για την υπαγωγή του στη ρύθμιση του άρθρου 165 υποβάλλεται μόνο ηλεκτρονικά, μέσω της Ενιαίας Ψηφιακής Πύλης της Δημόσιας Διοίκησης (gov.gr ΕΨΠ) του άρθρου 22 του ν. 4727/2020 (Α' 184) από 1.3.2021 έως την 31.10.2021 το αργότερο. Κατά το χρονικό διάστημα μέχρις ότου τεθεί σε πλήρη λειτουργία η ειδική εφαρμογή στην ενιαία Ψηφιακή Πύλη της Δημόσιας Διοίκησης, η αίτηση του οφειλέτη μπορεί να υποβάλλεται απευθείας προς τον οικείο δήμο είτε μέσω του δικτυακού τόπου του δήμου είτε μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (email) είτε μέσω ειδικής εφαρμογής του δήμου. Η προθεσμία του πρώτου εδαφίου δύναται να παραταθεί έως επιπλέον έξι (6) μήνες, με απόφαση του Υπουργού Εσωτερικών, η οποία εκδίδεται ύστερα από εισήγηση της Κεντρικής Ένωσης Δήμων Ελλάδος (ΚΕΔΕ).

β) Εξαιρούνται από την υποχρεωτική υποβολή δηλώσεων στην ψηφιακή πλατφόρμα τα νομικά πρόσωπα δημοσίου και ιδιωτικού δικαίου των δήμων πλνν των ΔΕΥΑ.

2. Στη Διεύθυνση Οικονομικών Τοπικής Αυτοδιοίκησης του Υπουργείου Εσωτερικών δημιουργείται μηχανισμός παρακολούθησης της υλοποίησης και των αποτελεσμάτων της ρύθμισης, ο οποίος τροφοδοτείται με στοιχεία που αποστέλλονται στην αρμόδια υπηρεσία του Υπουργείου από τους δήμους και τα νομικά πρόσωπα αυτών. Το περιεχόμενο των στοιχείων, η διαδικασία και ο χρόνος υποβολής τους, η αρμόδια οργανική μονάδα για τη συλλογή και διαχείρισή τους, καθώς και κάθε άλλη αναγκαία λεπτομέρεια καθορίζονται με απόφαση του Υπουργού Εσωτερικών, η οποία εκδίδεται ύστερα από γνώμη της ΚΕΔΕ. Η ΚΕΔΕ έχει πλήρη πρόσβαση στα στοιχεία του μηχανισμού».

Μπείτε στο site www.peripteranews.gr και δείτε το νόμο 4764/2020 (οι διατάξεις της ρύθμισης οφειλών προς τους ΟΤΑ από το άρθρο 165 έως το Άρθρο 172)

»» ΝΕΑ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ »»

ΠΩΣ ΒΡΙΣΚΟΥΜΕ ΤΙΜΕΣ ΖΩΝΗΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΙΚΗ ΑΞΙΑ ΑΚΙΝΗΤΩΝ

Από το **ΝΙΚΟ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗ**

Την νέα ηλεκτρονική πλατφόρμα που εντοπίζει τις τιμές ζώνης των ακινήτων σε όλη τη χώρα που βρίσκονται εντός του αντικειμενικού συστήματος υπολογισμού αξιών ενεργοποίησαν τα υπουργεία Οικονομικών και Ψηφιακής Διακυβέρνησης.



Ο πολίτης επιλέγει μέσω ψηφιακού χάρτη <https://www1.gsis.gr/valuepairs/> τον δρόμο στον οποίο βρίσκεται το ακίνητό του και εμφανίζεται η τιμή ζώνης που ισχύει σήμερα και μέχρι τέλος του έτους και την νέα τιμή ζώνης που ανακοινώθηκε και θα εφαρμοστεί από τις αρχές του 2022. Ο ψηφιακός χάρτης ενημερώνεται σταδιακά.

Σύμφωνα με τις οδηγίες που παρέχονται στην εφαρμογή:

- Οι κυκλικές ζώνες απεικονίζονται με κόκκινο χρώμα, οι γραμμικές με πορτοκαλί (σε κλίμακα 1:36.000 ή μεγαλύτερη) και με ετικέτα Όνομα Ζώνης-Τιμή (Euro/τ.μ.). Η τιμή ζώνης αναφέρεται σε νερόμητρο διαμέρισμα πρώτου ορόφου συνήθους θέσης και κατασκευής με πρόσοψη σε ένα δρόμο.
- Η εναλλαγή μεταξύ των ζωνών της αναπροσαρμογής του 2018 και της

αναπροσαρμογής του 2021 γίνεται μέσω του σχετικού ΤΕΤΡΑΓΩΝΟΥ κουμπιού αριστερά που αναφέρει τη χρονολογία είτε 2018 είτε 2021.

- Για εντοπισμό ζώνης του αντικειμενικού συστήματος, εισάγεται διεύθυνση, τοπωνύμιο ή τον κωδικό ζώνης στο πεδίο αναζήτησης και πατώντας το μεγεθυντικό φακό εστιάζετε στη ζώνη ενδιαφέροντος.
- Επιλέγοντας μια ζώνη, σε κλίμακα 1:72.000 ή μεγαλύτερη, εμφανίζεται παράθυρο με τις πληροφορίες της ζώνης, τον αντίστοιχο Πίνακα και Χάρτη του ΦΕΚ του Αντικειμενικού Συστήματος και τους ενημερωμένους συντελεστές εμπορικότητας. Η ενημερωμένη τιμή ζώνης εμφανίζεται στο χάρτη.
- Η εφαρμογή υπολογισμού αντικειμενικής αξίας για μεταβίβαση ακινήτων για συγκεκριμένα έντυπα ενεργοποιείται από το σχετικό κουμπί πάνω δεξιά. Αφού επιλεγεί στο χάρτη το ακίνητο, η αντικειμενική αξία εμφανίζεται στον τίτλο του παραθύρου.

ΜΕΤΑΛΗ ΕΡΕΥΝΑ ΤΟΥ
«ΠΕΡΙΠΤΕΡΟΥΧΟΥ»

ΤΑ ΠΕΡΙΠΤΕΡΑ ΤΗΣ ΠΑΤΡΑΣ ΕΝ ΚΑΙΡΩ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ

Αρθρογραφεί
ο Πρόεδρος του Σωματίου Πάτρας,
ΤΑΚΗΣ ΤΑΛΑΓΑΝΗΣ

Σημαντικές ήταν οι επιπτώσεις, όπως ήταν φυσικό, για τα περίπτερα της Πάτρας κατά τη διάρκεια του lockdown. Το μεγαλύτερο πλήγμα το δέχθηκαν οι συνάδελφοι οι οποίοι δραστηριοποιούνται στο κέντρο, καθώς από τη στιγμή που ο κόσμος δεν μπορούσε να πάει, η κίνηση ήταν μηδενική. Χαρακτηριστικό είναι ότι ο ημερήσιος τζίρος μετά βίας έφτανε τα 100 ευρώ!

Ο αστικός ιστός έχει περίπου 30 περίπτερα, εκ των οποίων τα 20 έκλεισαν από το Νοέμβριο έως και το Φεβρουάριο. Και όσα ήταν ανοιχτά, το μεσημέρι κατέβαζαν ρολά. Μετά την άρση του lockdown δύο περίπτερα δεν άνοιξαν ποτέ... Όσον αφορά στα περίπτερα που βρίσκονται σε περιοχές γύρω από το κέντρο το ποσοστό πώσης του τζίρου ήταν περίπου στο 30 – 40%.

Από αυτή την κατάσταση όμως υπήρχαν και περίπτερα που ευνοήθηκαν και αναφέρονται σε εκείνα που βρίσκονται στις γειτονιές. Από τη στιγμή που ο κόσμος λόγω των απαγορεύσεων δεν μπορούσε να κινηθεί, η κίνηση στις γειτονιές ήταν μεγαλύτερη.

Ετσι λοιπόν, υπήρχαν περίπτερα που είχαν αύξηση τζίρου που έφτανε το 30%. Παράδειγμα, ένα περίπτερο το οποίο έκανε ημερήσιο τζίρο 700 ευρώ, ξεπερνούσε τα 1.000 ευρώ.

Στο πρώτο lockdown συνεννοηθήκαμε να ανοίγουμε εκ περιτροπής ανά εβδομάδα, ώστε να υπάρχουν πάντα ανοιχτά περίπτερα να βρίσκει ο κόσμος. Αυτό τηρή-

θηκε, αλλά κάτι ανάλογο δεν έγινε στο 2ο lockdown.

Σε μία γενικότερη αποτίμηση των περιόδων του lockdown, ο Μάρτιος και ο Απρίλιος του 2020 ήταν δράμα! Εκείνους του μήνες, βέβαια, ζήσαμε μία πρωτόγνωρη κατάσταση και ήταν φυσιολογικό ο κόσμος να ήταν φοβισμένος. Επίσης, στη 2η φάση, από το Νοέμβριο έως και τον Ιανουάριο η κίνηση ήταν πολύ περιορισμένη. Από τον Φεβρουάριο, έγιναν κάπως καλύτερα τα πράγματα, που χαλάρωσε και ο κόσμος. Γενικά, βέβαια, η κατάσταση ήταν χαλαρή στην Πάτρα όσον αφορά στους ελέγχους, δεν ήταν όπως στην Αθήνα.

Παράλληλα, θα πρέπει να πούμε πως η Πάτρα υπέστη σοβαρότατο πλήγμα πριν το πρώτο lockdown, με τη ματαίωση του καρναβαλιού, κάτι που έγινε βέβαια και το 2021. Είναι χαρακτηριστικό πως το 60% του ετήσιου τζίρου των μαγαζιών της Πάτρας προέρχεται από το καρναβάλι! Η Πάτρα έχει πληθυσμό 170.000 κόσμο και το τρίτο μερο του καρναβαλιού έχουμε 80.000 επισκέπτες, με τον καθένα να ξοδεύει, τουλάχιστον, 300 ευρώ! Καταλαβαίνετε, λοιπόν, τη δυναμική που έχει το καρναβάλι για την πόλη μας!

Επίσης, η απουσία των φοιτητών προκάλεσε ζημιά, καθώς έχουμε 45.000 φοιτητές και φέτος δεν είχαμε κανέναν!

Τέλος, όσον αφορά στα μέτρα στήριξης μας βοήθησαν σε σημαντικό βαθμό και βέβαια περιόρισαν τη ζημιά που προκάλεσε η πανδημία.

»»e-ΕΦΚΑ »»

ΠΟΙΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΔΕΝ ΕΞΥΠΗΡΕΤΟΥΝΤΑΙ ΠΛΕΟΝ ΣΤΑ ΚΕΠ

Από το **ΝΙΚΟ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗ**

Στο πλαίσιο του Εθνικού Προγράμματος Απλούστευσης Διαδικασιών, τα Υπουργεία Ψηφιακής Διακυβέρνησης και Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων προχώρησαν σε συγκρότηση κοινής ομάδας εργασίας για την αξιολόγηση και τον εξορθολογισμό των διοικητικών διαδικασιών των φορέων του δεύτερου, με στόχο τη διοικητική αποκάθαρση παρωχημένων διαδικασιών που υπήρχαν στις βάσεις δεδομένων του Κράτους και μπέρδευαν τόσο τους υπαλλήλους όσο και τους πολίτες.

Στο πλαίσιο του Εθνικού Προγράμματος Απλούστευσης Διαδικασιών, τα Υπουργεία Ψηφιακής Διακυβέρνησης και Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων προχώρησαν σε συγκρότηση κοινής ομάδας εργασίας για την αξιολόγηση και τον εξορθολογισμό των διοικητικών διαδικασιών των φορέων του δεύτερου, με στόχο τη διοικητική αποκάθαρση παρωχημένων διαδικασιών που υπήρχαν στις βάσεις δεδομένων του Κράτους και μπέρδευαν τόσο τους υπαλλήλους όσο και τους πολίτες.

Η Ομάδα Εργασίας έχει ξεκινήσει με την επαναξιολόγηση 272 διαδικασιών του e-ΕΦΚΑ, προκειμένου να προωθηθεί η ουσιαστική διοικητική ενοποίηση του Φορέα και να βελτιωθούν οι παρεχόμενες υπηρεσίες προς τους πολίτες και τις επιχειρήσεις.

Συγκεκριμένα, εργάζεται σε τρεις (3) άξονες: Την αποκάθαρση παρωχημένων διαδικασιών που δεν έχουν πλέον νόημα ύπαρξης, είτε μέσω

συγχώνευσης τους είτε μέσω κατάργησης τους από τα συστήματα του Δημοσίου τον ανασχεδιασμό και την απλούστευση των διοικητικών διαδικασιών και την ένταξη τους στα Κέντρα Εξυπηρέτησης Πολιτών, όπου αυτό είναι εφικτό την ψηφιοποίηση των διαδικασιών και την παροχή ψηφιακών δημοσίων υπηρεσιών μέσα από την Ενιαία Ψηφιακή Πύλη (gov.gr) αλλά και την επίσημη ιστοσελίδα του e-ΕΦΚΑ (www.efka.gov.gr).

Στο παραπάνω πλαίσιο, με Εγκύκλιο που εξέδωσε ο Γενικός Γραμματέας Ψηφιακής Διακυβέρνησης και Απλούστευσης Διαδικασιών και συντονιστής της Ομάδας Εργασίας Λεωνίδας Χριστόπουλος προς όλα τα ΚΕΠ της χώρας, εξήντα οκτώ (68) διαδικασίες του e-ΕΦΚΑ, που κρίθηκαν παρωχημένες ή που παρέχονται πλέον αποκλειστικά ηλεκτρονικά, καταργούνται από τα συστήματα των ΚΕΠ, ενώ 11 από αυτές έχουν ήδη αντικατασταθεί από μια Ενιαία Διαδικασία για τα Έξοδα Κηδείας, μέσω του gov.gr και των ΚΕΠ, με κοινή απόφαση του Υπουργού Εργασίας και



Κοινωνικών Υποθέσεων Κωστή Χατζηδάκη και του Υφυπουργού Ψηφιακής Διακυβέρνησης Γιώργου Γεωργαντά.

Οι εξήντα οκτώ διαδικασίες που καταργούνται είναι οι εξής:

- Τίτλος πιστοποιημένης διαδικασίας
- Ανανέωση βιβλιαρίου ασθένειας ΙΚΑ (άμεσα ασφαλισμένου)
- Ανανέωση οικογενειακού βιβλιαρίου ασθένειας ΙΚΑ (για τη σύζυγο)
- Ανανέωση οικογενειακού βιβλιαρίου ασθένειας ΙΚΑ (για τα άγαμα τέκνα)
- Έξοδα κηδείας συνταξιούχου ΤΣΑΥ
- Ανανέωση βιβλιαρίου υγείας ΤΣΜΕΔΕ
- Διαγραφή από τον κλάδο υγείας ΤΣΜΕΔΕ

- Εγγραφή άμεσου μέλους στον κλάδο υγείας ΤΣΜΕΔΕ
- Εγγραφή συζύγου στον κλάδο υγείας ΤΣΜΕΔΕ
- Εγγραφή τέκνου / τέκνων στον κλάδο υγείας ΤΣΜΕΔΕ
- Έκδοση νέου βιβλιαρίου υγείας ΤΣΜΕΔΕ (σε αντικατάσταση απολεσθέντος άμεσα ασφαλισμένου ή συζύγου ή τέκνου)
- Επανεγγραφή άμεσου μέλους στον κλάδο υγείας ΤΣΜΕΔΕ
- Βεβαίωση ασφάλισης για τον κλάδο υγείας ΤΣΜΕΔΕ
- Έκδοση βιβλιαρίου υγείας ΙΚΑ (άμεσα ασφαλισμένου)
- Έκδοση βιβλιαρίου ασθενείας ΙΚΑ για τον ανασφάλιστο σύζυγο
- Έκδοση οικογενειακού βιβλιαρίου ασθενείας ΙΚΑ (για τα άγαμα τέκνα)
- Έκδοση οικογενειακού βιβλιαρίου ασθενείας (για τη σύζυγο)
- Έκδοση βιβλιαρίου ασθενείας Δημοσίων Υπαλλήλων (για προστατευόμενα μέλη)
- Λήψη εξόδων κηδείας (για συνταξιούχους Α.Ν. 189/67)

- Έκδοση βιβλιαρίων Νοσηλείας ασφ. Δημοσίου / Παιδιά / Ανήλικα αγόρια ή ανύπαντρα και άνεργα κορίτσια
- Έκδοση βιβλιαρίων Νοσηλείας ασφ. Δημοσίου / Διαζευγμένη / ος εντός ενός έτους από την ημερομηνία του διαζευκτηρίου
- Έκδοση βιβλιαρίων νοσηλείας ασφ. Δημοσίου/ Εν ενεργεία υπαλλήλου
- Έκδοση βιβλιαρίων Νοσηλείας ασφ. Δημοσίου / Σύζυγος
- Έκδοση βιβλιαρίων Νοσηλείας ασφ. Δημοσίου / Συνταξιούχος με αναστολή
- Έκδοση βιβλιαρίων Νοσηλείας ασφ. Δημοσίου / Χήρα / ος
- Έκδοση βιβλιαρίων Νοσηλείας ασφ. Δημοσίου / Ανύπαντρα ενήλικα παιδιά που σπουδάζουν
- Εκδοση βιβλιαρίου Νοσηλείας ασφ. Δημοσίου / Συνταξιούχος
- Υπεύθυνη δήλωση απώλειας ασφαλιστικού βιβλιαρίου
- Απώλεια Ατομικού Βιβλιαρίου Ασθενείας
- Απώλεια Οικογενειακού Βιβλιαρίου Ασθενείας Συζύγου
- Απώλεια Οικογενειακού Βιβλιαρίου άγαμων τέκνων
- Έκδοση Ευρωπαϊκής Κάρτας Ασφάλισης Ασθένειας (για ασφαλισμένους του ΟΑΠ-ΔΕΗ)
- Αντικατάσταση βιβλιαρίου ασθενείας λόγω συμπλήρωσης, απώλειας ή καταστροφής



- Χορήγηση βεβαίωσης υπαγωγής στον Κλάδο Υγείας Ασφαλισμένων, Συνταξιούχων και μελών οικογενείας
- Χορήγηση βεβαίωσης διακοπής από την ασφάλιση του Κλάδου Υγείας Ασφαλισμένων, Συνταξιούχων και μελών οικογενείας
- Χορήγηση βεβαίωσης περί μη ασφάλισης στον Κλάδο Υγείας μέλους οικογένειας ασφαλισμένων και συνταξιούχων
- Αντικατάσταση απολεσθέντος βιβλιαρίου κλάδων σύνταξης και πρόνοιας
- Χορήγηση εξόδων κηδείας θανόντος συνταξιούχου ή ασφαλισμένου του ταμείου
- ΤΣΜΕΔΕ – Βεβαίωση ασφαλιστικής ενημερότητας
- Εγγραφή συζύγου στον κλάδο υγείας ΤΣΜΕΔΕ
- Εγγραφή τέκνου / τέκνων στον κλάδο υγείας ΤΣΜΕΔΕ
- Έγγραφή - Πιστοποίηση Εργοδότη για χρήση Ηλεκτρονικών Υπηρεσιών προκειμένου να υποβληθεί ηλεκτρονικά μέσω Κ.Ε.Π. η Αναλυτική Περιοδική Δήλωση (Α.Π.Δ.)
- Επανεκτύπωση ειδοποίησης /απόδειξης καταβολής εισφοράς
- Επιστροφή αχρεωστήτως καταβληθεισών εισφορών ΟΓΑ
- Χορήγηση βεβαίωσης ασφαλιστικής ενημερότητας
- Χορήγηση βεβαίωσης καταβολής εισφορών για φορολογική χρήση
- Χορήγηση βεβαίωσης περί ασφάλισης, διακοπής ασφάλισης, επανεγγραφής και λοιπές βεβαιώσεις σχετικές με την ασφάλιση
- Χορήγηση βεβαίωσης φόρου εισοδήματος έτους/ετών
- Βεβαίωση χρόνου ασφάλισης (για δικολάβους)
- Αίτηση χορήγησης βεβαίωσης μη οφειλής σε μη απογεγραμμένες/ους στο ΙΚΑ ατομικές επιχειρήσεις –επιτηδεύματιες (φυσικά πρόσωπα)
- ΟΑΕΕ (πρώην ΤΕΒΕ) – Βεβαίωση καταβολής εισφορών για φορολογική χρήση (μόνο για ασφαλισμένους που έχουν καταβάλει τις εισφορές τους μηχανογραφικά).
- ΟΑΕΕ (πρώην ΤΕΒΕ) – Βεβαίωση μη οφειλής για συμμετοχή σε διαγωνισμούς (η βεβαίωση μπορεί να χορηγηθεί μόνο σε ασφαλισμένους που για ολόκληρο το χρόνο ασφάλισή τους οι εισφορές τους καταβάλλονται συνεχώς μηχανογραφικά)
- 2141 ΟΑΕΕ (πρώην ΤΕΒΕ) – Βεβαίωση Ταμειακής ενημερότητας Ν. 2084/92, για θεώρηση βιβλίων και στοιχείων από τη ΔΟΥ (η βεβαίωση μπορεί να χορηγηθεί μόνο σε ασφαλισμένους που για ολόκληρο το χρόνο ασφάλισή τους οι εισφορές τους καταβάλλονται συνεχώς μηχανογραφικά)
- Έκδοση βεβαίωσης Ασφαλιστικής Ενημερότητας
- Έκδοση βεβαίωσης εργοδοτών ξενοδοχείων περί οφειλών
- Χορήγηση εφάπαξ παροχής ή επιστροφή ατομικών εισφορών ασφαλισμένου ξενοδοχούπαλλήλου
- Διεκπεραίωση αίτησης για χορήγηση πιστοποιητικού συνταξιοδοτικής κατάστασης αποβιώσαντος (για χρήση σε αίτημα για καταβολή εξόδων κηδείας)
- Κάλυψη εξόδων κηδείας ασφαλισμένου από ΤΣΑΥ
- Κάλυψη εξόδων κηδείας συνταξιούχου από ΤΣΑΥ
- Λήψη εξόδων κηδείας (για συνταξιούχους Α.Ν. 189/67) από Ταμείο Νομικών
- Χορήγηση βοηθήματος για έξοδα κηδείας (ΟΑΠ – ΔΕΗ)
- Χορήγηση εξόδων κηδείας ΤΣΜΕΔΕ
- Χορήγηση εξόδων κηδείας από το ΙΚΑ
- Χορήγηση εξόδων κηδείας θανόντος συνταξιούχου ή ασφαλισμένου του ΤΕΑΥΕΚ
- Χορήγηση εξόδων κηδείας και καταβολή ανείσπρακτων συντάξεων από τον ΟΓΑ
- Χορήγηση συντάξεως θανάτου και εξόδων κηδείας σε χήρες-χήρους και ορφανά συνταξιούχων υγειονομικών από ΤΣΑΥ
- Χορήγηση σύνταξης θανάτου και εξόδων κηδείας από το ΤΣΑΥ
- Έκδοση Ευρωπαϊκής Κάρτας Ασφάλισης Ασθένειας (για ασφαλισμένους του ΟΑΠ-ΔΕΗ)
- Αίτηση έκδοσης Ευρωπαϊκής Κάρτας Ασφάλισης Ασθενείας προς τον ΟΓΑ
- Ηλεκτρονική Υποβολή Αναλυτικής Περιοδικής Δήλωσης (Α.Π.Δ.) Μέσω Κ.Ε.Π. Πιστοποιημένου χρήστη

»» ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΩ - ΑΥΤΟΝΟΜΩ »»»

ΑΥΤΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΝΕΕΣ ΑΛΛΑΓΕΣ - ΟΣΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΞΕΡΕΤΕ

Από το **ΝΙΚΟ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗ**

**Οι τέσσερις βασικές αλλαγές
στο νέο “Εξοικονομώ -
Αυτονομώ” “κλείδωσαν”
και το υπουργείο Περιβάλλοντος
και Ενέργειας προχωρεί
στη σύνταξη του προσχεδίου
του οδηγού εφαρμογής, ο οποίος
αναμένεται να δημοσιευτεί
στο τέλος Ιουνίου.**

Οι τέσσερις αλλαγές:

1 Το ύψος των επιδοτήσεων για την ενεργειακή αναβάθμιση των κατοικιών αναμένεται να είναι χαμηλότερο. Τα υψηλότερα ποσοστά ενίσχυσης θα αγγίζουν το 60% με 65%, ενώ στο τελευταίο πρόγραμμα έφταναν και το 90%. Σύμφωνα με πληροφορίες, το “ψαλίδισμα” των ποσοστών γίνεται προκειμένου να ενταχθούν περισσότεροι δικαιούχοι.

2 Ο στόχος για την υπαγωγή κατοικιών στον νέο κύκλο του “Εξοικονομώ - Αυτονομώ” είναι να ανέλθει στις 50.000. Πρόκειται για πρώτη φορά που ο πύχνης της διάθεσης των ενισχύσεων ανεβαίνει σε αυτά τα επίπεδα. Στις προηγούμενες δράσεις του “Εξοικονομώ” υπάγονταν περί τις 25.000 με 36.000 κατοικίες.

3 Ο προϋπολογισμός του “Εξοικονομώ - Αυτονομώ” δεν θα κατανεμηθεί ανά περιφέρεια, αλλά ανά



περιφερειακή ενότητα (νομός). Με τον τρόπο αυτόν το υπουργείο Περιβάλλοντος και Ενέργειας επιδιώκει δικαιότερη συμμετοχή στο πρόγραμμα και συγκεκριμένα την ένταξη κατοικιών από όλες τις περιφερειακές ενότητες.

4 Δικαιούχοι θα είναι μόνο οι ιδιοκτήτες κατοικιών που μένουν σε αυτές. Είτε είναι διαμερίσματα είτε είναι μονοκατοικίες.

Στο νέο “Εξοικονομώ - Αυτονομώ” προτεραιότητα στην αξιολόγηση των αιτήσεων θα έχουν τα νοικοκυριά με χαμηλά εισοδήματα, τα κτίρια μεγάλης ηλικίας, ενώ καθιερώνεται κι ένα μοντέλο που θα χωρίζει τη χώρα σε ζώνες ανάλογα με τις κλιματολογικές συνθήκες.

Έτσι οι κατοικίες που βρίσκονται σε περιοχές με ακραίες καιρικές συνθήκες, δηλαδή με πολλές ημέρες ψύχους και υπερβολικής

»» ΕΞΩΔΙΚΑΣΤΙΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ »»

ΣΕ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ Η ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ ΤΟΥ ΝΕΟΥ ΕΞΩΔΙΚΑΣΤΙΚΟΥ ΕΩΣ 240 ΔΟΣΕΙΣ ΓΙΑ ΟΦΕΙΛΕΣ ΣΕ ΕΦΟΡΙΑ ΚΑΙ ΤΑΜΕΙΑ, ΕΩΣ 420 ΓΙΑ ΧΡΕΗ ΣΕ ΤΡΑΠΕΖΕΣ

Την έναρξη λειτουργίας της ηλεκτρονικής πλατφόρμας του νέου Εξωδικαστικού Μηχανισμού Ρύθμισης Οφειλών ανακοίνωσε το Υπουργείο Οικονομικών.

Σύμφωνα με τη σχετική ανακοίνωση, μέσω της πλατφόρμας, οι οφειλέτες μπορούν – για πρώτη φορά – να διευθετήσουν συνολικά, πλήρως εξωδικαστικά και σε έως 240 δόσεις, όλες τις οφειλές τους προς το Δημόσιο και τους Φορείς Κοινωνικής Ασφάλισης.

Για τις δε οφειλές προς τράπεζες και διαχειριστές δανείων, η διευθέτησή τους μπορεί να γίνει σε έως 420 δόσεις.

Επιπλέον, σε αντίθεση με τον προηγούμενο εξωδικαστικό μηχανισμό που αφορούσε μόνο επιχειρήσεις, ο νέος μηχανισμός αφορά τόσο τα φυσικά όσο και τα νομικά πρόσωπα.

Διευκρινίζεται ακόμα ότι έχει ληφθεί ειδική πρόνοια, ώστε μέσω του εξωδικαστικού μηχανισμού, να υπάρχει η δυνατότητα ρύθμισης δανείων για τα οποία έχει παρασχεθεί η εγγύηση του Ελληνικού Δημοσίου.

Με τη ρύθμιση όλων των οφειλών, επιτυγχάνονται τα ακόλουθα:

1ον. Αναστολή των διαδικασιών αναγκαστικής εκτέλεσης, όπως διαταγές πληρωμής, κατασχέσεις τραπεζικών λογαριασμών, καθώς και δεσμεύσεις και πλειστηριασμοί στην κινητή και ακίνητη περιουσία του οφειλέτη, συμπεριλαμβανομένης της 1ης κατοικίας, καθώς και της επαγγελματικής στέγης.

2ον. Αποπληρωμή των οφειλών προς το Δημόσιο (ΑΑΔΕ, ΟΤΑ κ.λπ.) και τους Φορείς Κοινωνικής Ασφάλισης (ΕΦΚΑ, ΚΕΑΟ κ.λπ.) σε χρονικό διάστημα έως 20 ετών. Για πρώτη φορά στην Ελλάδα παρέχεται αποπληρωμή σε έως 240 δόσεις, δηλαδή σε διπλάσιο αριθμό δόσεων από ό,τι προβλεπόταν μέχρι σήμερα. Αριθμός που μπορεί να φθάσει έως τις 420 δόσεις, για οφειλές προς χρηματοπιστωτικά ιδρύματα.

3ον. Διαγραφή μέρους της οφειλής, υπό τις προϋποθέσεις και τα κριτήρια που καθορίζονται από το ισχύον θεσμικό πλαίσιο.

Επιπροσθέτως, όπως αναφέρεται στην ανακοίνωση, η Κυβέρνηση, επιδεικνύοντας αίσθημα κοινωνικής δικαιοσύνης, χορηγεί στα ευάλωτα νοικοκυριά επιδότηση της δόσης των δανείων με υποθήκη/προσημείωση στην 1η κατοικία, ύψους έως 210 ευρώ μηνιαίως (ανάλογα με τη σύνθεση του νοικοκυριού) για 5 έτη.

Ενώ, στον νέο μηχανισμό, έχουν ενσωματωθεί ειδικές δικλείδες ασφαλείας, ώστε να μην υπάρξει κατάχρηση ευνοϊκών ρυθμίσεων από



στρατηγικούς κακοπληρωτές. Σύμφωνα με την ίδια ανακοίνωση, με την έναρξη λειτουργίας του εξωδικαστικού μηχανισμού ρύθμισης οφειλών, ολοκληρώνεται με επιτυχία η εφαρμογή του Νόμου 4738/2020 για τη «Ρύθμιση Οφειλών και την Παροχή 2ης Ευκαιρίας» και η χώρα μας εναρμονίζεται με το Ευρωπαϊκό Θεσμικό Πλαίσιο (ήτοι, Ευρωπαϊκή Οδηγία 1023/2019). Ενός Νόμου που αποδεικνύει έμπρακτα ότι η Κυβέρνηση αντιμετωπίζει αποφασιστικά, με όρους κοινωνικής δικαιοσύνης και οικονομικής αποτελεσματικότητας, το μεγάλο οικονομικό και κοινωνικό πρόβλημα της υπερχρέωσης των νοικοκυριών. Και ταυτόχρονα, εξασφαλίζει τη διατήρηση της αναγκαίας κουλτούρας πληρωμών.

Ο Υπουργός Οικονομικών κ. Χρήστος Σταϊκούρας δήλωσε: «οι πολίτες μπορούν να ρυθμίζουν τις οφειλές τους προς το Δημόσιο σε έως 240 δόσεις – αριθμό διπλάσιο σε σχέση με το παρελθόν – και προς τις Τράπεζες σε έως 420 δόσεις. Παράλληλα, για χρέη προς το Δημόσιο, παρέχεται, υπό προϋποθέσεις και με βάση συγκεκριμένα κριτήρια, η δυνατότητα διαγραφής έως και 75% επί της βασικής οφειλής και έως και 95% επί των προσαυξήσεων. Ενώ, τα ευάλωτα νοικοκυριά που θα ρυθμίσουν τα χρέη τους, λαμβάνουν 5ετή κρατική επιδότηση της δόσης των δανείων 1ης κατοικίας. Με τις ευνοϊκές αυτές ρυθμίσεις, η Κυβέρνηση στηρίζει έμπρακτα και αποτελεσματικά νοικοκυριά και επιχειρήσεις, ώστε να προστατεύσουν την περιουσία τους, τόσο την 1η κατοικία όσο και την επαγγελματική στέγη. Παράλληλα, έχουμε διαμορφώσει το απαραίτητο θεσμικό πλαίσιο, ώστε οι πιστωτές να τηρούν συγκεκριμένους κανόνες, οι πολίτες να γνωρίζουν τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις τους και η διαδικασία της εξωδικαστικής ρύθμισης οφειλών να διεξάγεται με πλήρη διαφάνεια, κοινωνική ευαισθησία και οικονομική αποτελεσματικότητα. Και φυσικά, συνεχίζουμε να επιβραβεύουμε τη συνέπεια, όπως πράξαμε με το πρόγραμμα “ ΓΕΦΥΡΑ”, παρέχοντας κρατική επιδότηση των δανείων 1ης κατοικίας και στους ενήμερους ευάλωτους δανειολήπτες».

Ο Ειδικός Γραμματέας Διαχείρισης Ιδιωτικού Χρέους κ. Φώτης Κουρμούσης δήλωσε: «Δημιουργήσαμε ένα ηλεκτρονικό εργαλείο που στηρίζει, βήμα-βήμα, τους οφειλότες, έτσι ώστε να τακτοποιήσουν τα χρέη τους, προς το Δημόσιο, τους Φορείς Κοινωνικής Ασφάλισης και τα χρηματοπιστωτικά ιδρύματα. Η ηλεκτρονική πλατφόρμα του νέου εξωδικαστικού μηχανισμού παράγει μια αυτόματη ρύθμιση οφειλών, βάσει της αξίας της περιουσίας και του διαθέσιμου εισοδήματος, μετά την κάλυψη των εύλογων και ανελαστικών δαπανών, του οφειλέτη, των συνοφειλετών και εγγυητών του.

Καλούμε όλους τους οφειλότες – μισθωτούς, ελεύθερους επαγγελματίες, επιχειρηματίες, συνταξιούχους κ.ά. – ανεξαρτήτως είδους οφειλής (π.χ. ληξιπρόθεσμες οφειλές προς το Δημόσιο, δάνεια με εγγύηση Ελληνικού Δημοσί-

Νοικοκυριά και επιχειρήσεις που επιθυμούν να λάβουν περαιτέρω ενημέρωση για το θεσμικό πλαίσιο και τις επιλογές διαχείρισης των οφειλών τους, μπορούν να απευθυνθούν σε ένα από τα 50 Κέντρα και Γραφεία Ενημέρωσης και Υποστήριξης Δανειοληπτών της ΕΓΔ ΙΧ που λειτουργούν πανελλαδικά, κατόπιν ραντεβού στο τηλέφωνο 213 2125730.

ου κ.λπ.) και ανεξαρτήτως παλαιότητας οφειλής, είτε πρόκειται για χρέη που δημιουργήθηκαν την περίοδο της υγειονομικής κρίσης, είτε για χρέη που προϋπήρχαν, να υποβάλουν από σήμερα αίτηση ρύθμισης οφειλών και έτσι να λύσουν το πρόβλημα των υποχρεώσεων αυτών και να αποφύγουν τη λήψη μέτρων σε βάρος τους από τους πιστωτές».

Ακολουθούν χρηστικές πληροφορίες αναφορικά με τις διαδικασίες ρύθμισης οφειλών:

Οι διαδικασίες ρύθμισης οφειλών διενεργούνται μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας του νέου εξωδικαστικού μηχανισμού που σχεδίασε και ανέπτυξε η Ειδική Γραμματεία Διαχείρισης Ιδιωτικού Χρέους του Υπουργείου Οικονομικών,

σε συνεργασία με τη Γενική Γραμματεία Ψηφιακής Διακυβέρνησης και Απλούστευσης Διαδικασιών και τη Γενική Γραμματεία Πληροφοριακών Συστημάτων Δημόσιας Διοίκησης του Υπουργείου Ψηφιακής Διακυβέρνησης, από την οποία υποστηρίζεται διαρκώς και φιλοξενείται στις υποδομές της.

Συνοπτικά, η διαδικασία ρύθμισης οφειλών νοικοκυριών και επιχειρήσεων περιλαμβάνει τα ακόλουθα στάδια:

1 Δημιουργία αίτησης στην ηλεκτρονική πλατφόρμα (<http://www.keyd.gov.gr/> ή <http://ofeiles.gov.gr>).

2 Άρση του απορρήτου του/της συζύγου, εξαρτώμενων μελών, συνοφειλετών και εγγυητών (εάν υπάρχουν) και άντληση προσωπικών και οικονομικών στοιχείων.

3 Επιβεβαίωση κριτηρίων επιλεξιμότητας και διενέργεια ελέγχων και διασταυρώσεων, με σκοπό τον αποκλεισμό στρατηγικών κακοπληρωτών.

4 Παραγωγή, από την πλατφόρμα, μιας αυτοματοποιημένης πρότασης ρύθμισης οφειλών, βάσει αλγορίθμου με συγκεκριμένους οικονομικούς κανόνες/παράμετρους (π.χ. αξία ρευστοποίησης, ικανότητα αποπληρωμής).

5 Διενέργεια ψηφοφορίας επί της πρότασης ρύθμισης οφειλών από τους πιστωτές. Εάν η πλειοψηφία των πιστωτών συμφωνήσει, τότε η πρόταση αποστέλλεται στον οφειλέτη.

6 Αξιολόγηση προτεινόμενης συμφωνίας από τον οφειλέτη.

7 Υπογραφή συμφωνίας αναδιάρθρωσης οφειλών μεταξύ οφειλέτη και πιστωτών.

Αναλυτικός οδηγός χρήσης της πλατφόρμας, καθώς και συχνές ερωτήσεις-απαντήσεις για τον εξωδικαστικό μηχανισμό ρύθμισης οφειλών είναι διαθέσιμα στην ιστοσελίδα της ΕΓΔΙΧ (www.keyd.gov.gr).

Υπενθυμίζεται ότι από την 1η Μαρτίου, οι επιχειρήσεις, καθώς και φυσικά πρόσωπα με επιχειρηματική δραστηριότητα (δηλαδή, ελεύθεροι επαγγελματίες – επιτηδευματίες), μπορούν να ρυθμίσουν όλες τις οφειλές τους, ακολουθώντας τη διαδικασία της εξυγίανσης (http://www.keyd.gov.gr/ryumish_ofeilvn_ejygiansh/), κατόπιν δικαστικής επικύρωσης της συμφωνίας της πλειοψηφίας των πιστωτών.

Νοικοκυριά και επιχειρήσεις που επιθυμούν να λάβουν περαιτέρω ενημέρωση για το θεσμικό πλαίσιο και τις επιλογές διαχείρισης των οφειλών τους, μπορούν να απευθυνθούν σε ένα από τα 50 Κέντρα και Γραφεία Ενημέρωσης και Υποστήριξης Δανειοληπτών της ΕΓΔΙΧ που λειτουργούν πανελλαδικά, κατόπιν ραντεβού στο τηλέφωνο 213.212.57.30.





»» ΜΗΤΡΩΟ ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΕΩΝ »»

ΣΤΑ ΣΚΑΡΙΑ ΜΗΤΡΩΟ ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΕΩΝ ΓΙΑ ΤΙΣ ΕΝΙΣΧΥΣΕΙΣ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΛΑΒΕΙ ΟΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ

Από το **ΝΙΚΟ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗ**

Βάση δεδομένων για όλες τις χρηματοδοτήσεις και ενισχύσεις που έχουν λάβει οι επιχειρήσεις κατά τη διάρκεια της πανδημικής κρίσης, βρίσκεται προ των πυλών, την ώρα που νέα μεγάλα και στοχευμένα χρηματοδοτικά «πακέτα» αναμένονται από πλευράς κυβέρνησης, αναφέρει το insider.gr.

Η πλήρης картоγράφηση των επιχειρήσεων που έχουν επωφεληθεί από όλη την δέσμη των μέτρων στήριξης, είτε μέσω κυβερνητικών προγραμμάτων είτε μέσω τραπεζικού επιδοτούμενου δανεισμού, κρίνεται απαραίτητη ενόψει της σταδιακής λήξης των οριζόντιων πολιτικών για την αντιμετώπιση της κρίσης του Covid-19.

Καθώς το πρώτο εξάμηνο του έτους οδεύει προς την ολοκλήρωσή του, οι τράπεζες ετοιμάζονται πυρετωδώς για να ανταποκριθούν στην πρόκληση της διαχείρισης των πόρων του Ταμείου Ανάκαμψης, ενώ οι πιέσεις που δέχονται από την κυβέρνηση εντείνονται.

Σύμφωνα με όσα μεταφέρουν τραπεζικές πηγές στο insider.gr από τη σύσκεψη του Παρατηρητηρίου Ρευστότητας, η κυβέρνηση εντείνει τις πιέσεις στις τράπεζες, όχι μόνο για επιτάχυνση της ροής ρευστότητας στην οικονομία, αλλά και για τη διεύρυνση και την εξειδίκευσή της. Από τις τράπεζες ζητείται να ανοίξουν τη στρόφιγγα για πολύ μεγαλύτερο εύρος επιχειρήσεων και δη μικρομεσαίων, αλλά την ίδια στιγμή να διακρίνουν τις βιώσιμες από τις μη βιώσιμες ώστε να μην σπαταληθούν κεφάλαια σε επιχειρήσεις χωρίς μέλλον. Η ισορροπία μεταξύ περισσότερων χρηματοδοτήσεων και καλά επιλεγμένων χρηματοδοτούμενων θα επιδιωχθεί μέσω ακόμη πιο «διδειδυτικών» πιστωτικών αναλύσεων από πλευράς τραπεζών, ώστε να βοηθηθούν όσες επιχειρήσεις έχουν ένα βιώσιμο και δυναμικό business plan.

Το νέο μήνυμα που έδωσε στις τράπεζες η κυβέρνηση είναι ότι στην φάση που θα ακολουθήσει και που ταυτίζεται με την εισροή των πόρων του Ταμείου Ανάκαμψης, και το τελευταίο ευρώ έχει σημασία. Και ζητούμενο είναι η ρευστότητα που θα διατεθεί να μην αναλωθεί για να τροφοδοτήσει επιχειρηματικά «ζιζάνια», αλλά επιχειρήσεις ικανές να δώσουν καρπούς.

Στο πλαίσιο αυτό, ζητήθηκε η συνδρομή των τραπεζών με παροχή αναλυτικών στοιχείων για την κατεύθυνση της καθεμίας χρηματοδότησης, ώστε να διαπιστώνεται «ποιος» και «πόσο» έχει δανειοδοτηθεί. Η «ακτινογραφία» αυτή θα συμπληρωθεί και από το «τι»,

δηλαδή από την αναλυτική καταγραφή των ενισχύσεων που έχει λάβει η κάθε επιχείρηση. Όλα τα στοιχεία θα «χτίσουν» ένα Μητρώο Χρηματοδοτήσεων, στο οποίο θα αποτυπώνεται το πώς ακριβώς έχει ενισχυθεί η κάθε επιχείρηση στην κρίση, αλλά και με ποιο αποτέλεσμα.

Το Μητρώο Χρηματοδοτήσεων κρίνεται απαραίτητο, καθώς έχουν διαπιστωθεί περιπτώσεις επιχειρήσεων που επωφελήθηκαν συνδυαστικά από όλα τα μέτρα – Covid για να παρατείνουν μία προβληματική και προ κρίσης επιβίωσή τους.



»»» ΓΕΦΥΡΑ 2 »»»

ΝΕΑ ΜΕΤΡΑ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΣΗΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΜμΕ, ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΥΣ ΤΟΥ

Από το **ΝΙΚΟ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗ**

**Την ενσωμάτωση μίας σειράς νέων ευνοϊκών μέτρων
στο Πρόγραμμα 'ΓΕΦΥΡΑ 2' πέτυχε το Υπουργείο
Οικονομικών μετά από εκτεταμένες διαβουλεύσεις της
Ειδικής Γραμματείας Διαχείρισης Ιδιωτικού Χρέους με τα
αρμόδια Ευρωπαϊκά όργανα, όπως ανακοίνωσε ο υπουργός
Οικονομικών Χρήστος Σταϊκούρας.**

Πρόκειται για «μέτρα ιδιαίτερα ωφέλιμα για τις μικρομεσαίες επιχειρήσεις που έχουν πληγεί από την πανδημία του κορωνοϊού, καθώς πλέον παρέχεται η δυνατότητα διαγραφής οφειλής ('κούρεμα' τόκων και κεφαλαίου), μείωσης επιτοκίου, διατήρησης προσυμφωνηθείσας δόσης και επιμήκυνσης της περιόδου αποπληρωμής», αναφέρει ο υπουργός σε σχετική δήλωση και προσθέτει:

«Πρόκειται για μέτρα που ενεργοποιούνται πρώτη φορά στη χώρα μας, και είναι προς όφελος των μικρομεσαίων επιχειρήσεων και για τη διατήρηση της επιχειρηματικής τους δραστηριότητας, διασφαλίζοντας έτσι την ανάπτυξη της Ελληνικής οικονομίας».

Ειδικότερα, στο πλαίσιο του προγράμματος «ΓΕΦΥΡΑ 2», οι πιστωτές πρέπει να προβούν υποχρεωτικά στις ακόλουθες ενέργειες προς όφελος των μικρομεσαίων επιχειρήσεων:

A. Στην περίπτωση ρύθμισης μη εξυπηρετούμενου δανείου:

1. Να παρέχουν μείωση του επιτοκίου ρύθμισης, κατά τουλάχιστον 10%, συγκριτικά με το επιτόκιο που ίσχυε πριν την αναδιάρθρωση του δανείου, με διάρκεια 8 μηνών (δηλ. όσο διαρκεί η επιδότηση) και 2. να παρέχουν ένα ή περισσότερα από τα ακόλουθα: **α.** μείωση του επιτοκίου ρύθμισης, για όλη τη διάρκεια της ρύθμισης αποπληρωμής, ή/και **β.** διαγραφή ποσοστού τόκων υπερημερίας και εξωλογιστικών τόκων, ή/και **γ.** διαγραφή ποσοστού κεφαλαίου (εφόσον πληρούνται συγκεκριμένα κριτήρια, όπως ότι το χρέος είναι μεγαλύτερο της εμπορικής αξίας της περιουσίας του οφειλέτη, συνοφειλετών και εγγυητών, δεν προκύπτει περίσσειμα εσόδων

από τα διαθέσιμα οικονομικά στοιχεία κλπ), ή/και **δ.** επιμήκυνση της περιόδου αποπληρωμής, και 3. να μην αυξήσουν τη δόση του δανείου μετά τη λήξη της επιδότησης και μέχρι την οριστική αποπληρωμή του δανείου.

B. Στην περίπτωση εξυπηρετούμενων δανείων:

1. Να μην τροποποιήσουν τους όρους του δανείου (π.χ. κεφάλαιο, επιτόκιο, διάρκεια αποπληρωμής) σε σχέση με τους όρους που υπήρχαν πριν τη χορήγηση της Κρατικής επιδότησης, 2. να μην αυξήσουν τη δόση του δανείου μετά τη λήξη της επιδότησης και μέχρι την οριστική αποπληρωμή του δανείου. Όλα τα ανωτέρω θα υποβληθούν τις επόμενες μέρες στο Ελληνικό Κοινοβούλιο προς ψήφιση.

Σημειώνεται ότι τα νέα μέτρα θα ισχύσουν και για τις 33.792 επιχειρήσεις που υπέβαλαν μέχρι χθες αίτηση στο πρόγραμμα «ΓΕΦΥΡΑ 2». Υπενθυμίζεται ότι μέχρι τις 31 Μαΐου οι επιχειρήσεις μπορούν να υποβάλλουν αίτηση στο πρόγραμμα και να επωφεληθούν της επιδότησης του επιχειρηματικού τους δανείου για 8 μήνες καθώς και των ανωτέρω νέων διευκολύνσεων. Δεδομένου αυτών των εξελίξεων, η πληρωμή της 1ης δόσης θα πραγματοποιηθεί στα τέλη Ιουνίου και θα αφορά αναδρομικά και το μήνα Μάιο. Έτσι, οι επιχειρήσεις θα μπορέσουν να αξιοποιήσουν συνδυαστικά και το πρόγραμμα επιδότησης τόκων επιχειρηματικών δανείων.

Η Κυβέρνηση αποδεικνύει για ακόμα μία φορά ότι στέκεται αρωγός και ενισχύει έμπρακτα το πλέγμα μέτρων στήριξης των επιχειρήσεων που πλήττονται από τις οικονομικές επιπτώσεις της υγειονομικής κρίσης, προκειμένου να ξεπεράσουν τις παρούσες δυσκολίες το συντομότερο δυνατό.





»»» ΕΝΦΙΑ »»»

ΠΟΤΕ ΘΑ ΞΕΚΙΝΗΣΟΥΝ ΟΙ ΔΟΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ 2022

Από το **ΝΙΚΟ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗ**

Στην έκθεση ενισχυμένης εποπτείας που έδωσε στη δημοσιότητα η Ευρωπαϊκή Επιτροπή αναφέρεται πως οι ελληνικές αρχές σχεδιάζουν μια σημαντική μεταρρύθμιση του ΕΝΦΙΑ για το 2022 με βάση τις νέες αντικειμενικές τιμές που θα ισχύσουν από την 1η Ιανουαρίου 2022.

Αυτή η μεταρρύθμιση θα πρέπει να γίνει έως το Νοέμβριο του 2021. «Η εκκαθάριση του ΕΝΦΙΑ θα ακολουθήσει στις αρχές του 2022 με τις πρώτες πληρωμές τον Μάρτιο του 2022. Έτσι, οι πληρωμές του φόρου θα κατανέμονται καθ' όλη τη διάρκεια του έτους αντί να επικεντρώνονται παράλληλα με τις πληρωμές φόρου εισοδήματος κατά το δεύτερο εξάμηνο του έτους», σημειώνεται στην έκθεση.

Αυτό ουσιαστικά σημαίνει πως οι ιδιοκτήτες ακινήτων θα πρέπει να

πληρώσουν έως το Φεβρουάριο 2022 τα 2,6 δισ. ευρώ του ΕΝΦΙΑ του 2021 και πως από το Μάρτιο του επομένου έτους θα πρέπει να πληρώνουν τα 2,6 δισ. ευρώ του επομένου έτους. Κατά την Ευρωπαϊκή Επιτροπή η διαδικασία ευθυγράμμισης των αντικειμενικών αξιών με τις εμπορικές τιμές και η ένταξη νέων περιοχών στο σύστημα έχει οδηγήσει σε διεύρυνση της βάσης υπολογισμού του ΕΝΦΙΑ από το 85% των ακινήτων στο 95%, ενώ οι νέες αντικειμενικές είναι πλέον απολύτως ψηφιοποιημένες.

Τέλος, σημειώνεται πως οι νέες αντικειμενικές αξίες θα τεθούν σε ισχύ την 1η Ιανουαρίου 2022 για τον ΕΝΦΙΑ και όλους τους άλλους φόρους, συμπεριλαμβανομένου του φόρου μεταβίβασης ιδιοκτησίας και του φόρου κληρονομιάς.

ΟΙ ΠΕΡΙΟΧΕΣ ΠΟΥ ΘΑ ΕΝΤΑΧΘΟΥΝ ΣΤΟ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ

Περίπου 3.500 περιοχές και οικισμοί που ενώ είναι εντός σχεδίου δόμησης παραμένουν για πολλά χρόνια εκτός αντικειμενικού προσδιορισμού, με αποτέλεσμα ο καθορισμός της φορολογητέας αξίας να γίνεται από τις κατά τόπους Εφορίες, βάσει των λεγόμενων συγκριτικών στοιχείων και οι ιδιοκτήτες να καταβάλουν πολύ χαμηλούς φόρους.

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΑ, ΕΝΤΑΣΣΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΝΕΟ ΣΥΣΤΗΜΑ:

Αττική

Οι περιοχές από τη Βάρκιζα έως τα Λεγρενά, η Αγία Μαρίνα, ο Άγιος Νικόλαος, ο Χάρακας, το Δασκαλειό, καθώς και περιοχές από το Πόρτο Ράφτη έως την περιοχή του Θορικού.

Νέες εντάξεις υπάρχουν και στην παραλιακή ζώνη του Ασπροπύργου. Στη Σαλαμίνα, όλες οι περιοχές του νησιού εντάσσονται πλέον στο αντικειμενικό σύστημα.

Το ίδιο θα συμβεί και με τα Κύθηρα.

Στην Αίγινα θα έχουν πλέον τιμές ζώνης περιοχές όπως είναι η Πέρδικα, ο Μεσαργρός, η Σουβάλα και άλλες.

Μακεδονία

Στον Νομό Θεσσαλονίκης έγιναν συγκεκριμένες παρεμβάσεις ένταξης στο αντικειμενικό σύστημα περιοχών που βρίσκονται προς τον Λαγκαδά και

άλλα κεντρικά σημεία της πόλης.

Στον Νομό Φλώρινας θα ενταχθούν το Αμύνταιο, ο Άγιος Παντελεήμονας, οι Πρέσπες, ο Φιλώτας, η Δροσοπηγή, το Πισοδέρι, η Κρυσταλλοπηγή, η Μελίτη κ.ά.

Στον Νομό Ημαθίας θα αποκτήσουν τιμές ζώνης περιοχές όπως είναι το Σέλι, το Πλατύ, η Βεργίνα, η Νέα Νικομήδεια, ο Αγ. Γεώργιος κ.λπ.

Στον Νομό Κιλκίς θα αποκτήσουν τιμές ζώνης η Ειδομένη, οι Εύζωνοι, η Αξιούπολη, οι Καστανιές, η Γουμένισσα κ.λπ.

Στον Νομό Σερρών, θα ενταχθούν περιοχές όπως η Πρώτη Σερρών, η Αμφίπολη, η Χρυσοπηγή, ο Προμαχώνας, η Κερκίνη, η Ηράκλεια, τα Λουτρά, το Στρυμονικό και η Αλιστράτη.

Στον Νομό Χαλκιδικής θα ενταχθούν παραλιακές περιοχές της Κασσάνδρας, στο ύψος των οικισμών Σκάλα Φούρκας, Ποσειδί, και τα παραλιακά μέρη από Νέα Καλλικράτεια έως παραλία Διονύσου.

Στον Νομό Έβρου αντικειμενικές θα εφαρμοστούν σε οικισμούς που βρίσκονται κοντά στην Ορεστιάδα, στο Διδυμότειχο και στο Σουφλί, ενώ υπό ένταξη είναι και παραθαλάσσιες περιοχές του Νομού Ροδόπης.

Δυτική Ελλάδα

Στην Αιτωλοακαρνανία όλες οι περιοχές που γειτνιάζουν με τη Λίμνη Τριχωνίδα αλλά και άλλες θα αποκτήσουν και αυτές τιμές ζώνης. Χαρακτηριστικά παραδείγματα το Θέρμο, το Καινούργιο, το Αγγελόκαστρο και ο Αστακός.

Στον Νομό Αρτας, θα ενταχθούν όλες οι υπόλοιπες περιοχές, όπως τα Τζουμέρκα, ο Γ. Καραϊσκάκης, το Κομμένο, το Κομπότι κ.ά.

Στον Νομό Θεσπρωτίας θα ενταχθούν όλα τα ορεινά χωριά του Σουλίου.



ενώ στον Νομό Πρεβέζης η Λούτσα, ο Βράχος, το Κανάλι, ο Λούρος, το Καναλάκι, το Μαργαρίτι, το Γαρδίκι κ.λπ.

Πελοπόννησος

Στον Νομό Αχαΐας, με εξαίρεση την Κάτω Αχαΐα, το Αίγιο και την Ακράτα, όλες οι υπόλοιπες παραθαλάσσιες περιοχές θα ενταχθούν και αυτές στο αντικειμενικό σύστημα. Πρόκειται μεταξύ άλλων για το Διακοπτό, την Αι-γείρα, τον Πλάτανο, την Τράπεζα, τα Σελιανίτικα, τον Ψαθόπυργο, τα Βρα-χναίικα κ.ά.
Στον Νομό Κορινθίας, θα ενταχθούν παραλιακές περιοχές από το Περιγιά-λι έως το Λέχαιο και νοτιοανατολικά των Ισθμίων.
Στον Νομό Ηλείας θα ενταχθούν η Κυλλήνη, η Ανδραβίδα και η Αρχαία Ολυμπία, ενώ στον Νομό Μεσσηνίας ορισμένες παραλιακές περιοχές που έως σήμερα ήταν εκτός, όπως για παράδειγμα το Καλό Νερό, θα αποκτή-σουν και αυτές τιμές ζώνης.

Θεσσαλία

Στον Νομό Καρδίτσας εντάσσονται περιοχές όπως είναι τα Λουτρά Σμοκό-βου, η Λουτροπηγή, το Μαυρομάτι, το Βλάσι κ.ά.
Στον Νομό Τρικάλων αντικειμενικές θα ισχύσουν στο Περτούλι, στην Ελά-τη, στην Πύλη, στο Καστράκι, στη Φαρκαδώνα, στην Τρυγώνα, στο Μεγα-λοχώρι κ.λπ.

Κρήτη

Στην Κρήτη, και οι τέσσερις νομοί της βρίσκο-νται από το 2010 εντός αντικειμενικού συστή-ματος με απειροελάχιστες εξαιρέσεις.

Ιόνιο

Στο Ιόνιο, στη Ζάκυνθο πλην της χώρας, όλες οι υπόλοιπες περιοχές είναι εκτός. Θα ενταχθούν περιοχές όπως ο Παντοκράτορας, το Καταστάρι, οι Βολίμες, το Βανάτο, το Κερί, το Καλαμάκι, ο Βασιλικός κ.ά.
Στη Κεφαλλονιά, είναι εκτός αντικειμενικού προσδιορισμού πλην του Αργοστολίου. Θα απο-κτήσουν τιμές το Ληξούρι, η Πάστρα, η Σάμη, το Φισκάρδο, οι Κεραμειές, οι Βασιλικιάδες κ.ά.
Αντικειμενικές αξίες θα εφαρμοστούν και στο Βαθύ της Ιθάκης αλλά και σε άλλες περιοχές του νησιού.
Στην Κέρκυρα εντός αντικειμενικού συστήμα-τος θα βρεθούν η Λευκίμμη, το Περιβόλι, τα

Μωραΐτικα, ο Πέλεκας, η Γλυφάδα, η Παλαιοκαστρίτσα, η Κασσιόπη, η Στρογγύλη κ.ά.
Στη Λευκάδα στις νέες εντάξεις περιλαμβάνονται το Πόρτο Καταίκι, το Καλαμίτσι, ο Αγ. Νικήτας, η Καρυά, το Πινακοχώρι, οι Τσουκαλάδες κ.ά.

Αιγαίο

Στα νησιά του Αιγαίου, εντάξεις περιοχών στο σύστημα των αντικειμενικών αξιών θα γίνουν στη Χίο και στη Σάμο, ενώ θα αποκτήσουν τιμές ζώνης η Ικαρία και οι Φούρνοι κ.λπ.
Στην Κάλυμνο θα μπουν όλοι οι οικισμοί που είναι εντός σχεδίου πόλεως. Το ίδιο ακριβώς θα συμβεί και με την Κω, όπου μόνο η πρωτεύουσά της διαθέτει τιμές ζώνης.
Στη Ρόδο εντός σχεδίου και εντός αντικειμενικού συστήματος είναι η πρω-τεύουσα, η Ιαλυσός και η περιοχή της Αφάντου. Όλες οι υπόλοιπες περι-οχές που είναι εντός σχεδίου θα ενταχθούν και αυτές στον αντικειμενικό.

Με πληροφορίες από “Ημερησία”



Καθήκοντα Διευθυντή Πωλήσεων για την Ελλάδα, την Κύπρο και τη Μάλτα αναλαμβάνει ο Μηνάς Διακάκης, στη θέση του Πάρι Ελευθεριάδη ο οποίος συνταξιοδοτείται μετά από μια επιτυχημένη 23χρονη καριέρα στην JTI.

Ο Μηνάς Διακάκης, με πορεία 19 ετών στα FMCG και εμπειρία σε διαφορετικές αγορές στην περιοχή ΕΜΕΑ και Ασίας, εντάχθηκε στο δυναμικό της JTI τον Απρίλιο του 2020 ως Sales & Operations Manager για την Κύπρο και τη Μάλτα. Έχει διατελέσει στέλεχος σε κρίσιμους ρόλους στρατηγικής προϊόντων, μετασχηματισμού και επέκτασης επιχειρήσεων, διαχείρισης ομάδων και ανάπτυξης ανθρώπινου δυναμικού σε εταιρείες όπως η Procter & Gamble, η Sara Lee και η Unilever. Είναι κάτοχος πτυχίου διοίκησης επιχειρήσεων από το Deree College και MBA από το Πανεπιστήμιο του Λέστερ.

Ο διευθύνων σύμβουλος της JTI κ. Victor Crespo ευχαριστεί για την προσφορά του τον Πάρι Ελευθεριάδη και συχαίρει τον Μηνά Διακάκη για την ανάληψη των νέων του καθηκόντων: «Θέλω να εκφράσω τις ειλικρινείς μου ευχαριστίες στον Πάρι για τη συμβολή του στην επιτυχία της JTI και να του ευχηθώ καλή συνέχεια στην ζωή του. Παράλληλα θέλω να συγχαρώ τον Μηνά, στον οποίο εύχομαι ολόψυχα κάθε επιτυχία στο νέο του ρόλο».

»» JTI »»

ΑΠΟΧΩΡΕΙ ΑΠΟ ΤΗ JTI
Ο ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΠΩΛΗΣΕΩΝ,
ΠΑΡΙΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΔΗΣ
**ΤΟΝ ΔΙΑΔΕΧΕΤΑΙ
Ο ΜΗΝΑΣ ΔΙΑΚΑΚΗΣ**

Δευτέρα, 18 Μαΐος 2020

Εγγραφή Μέλους

ΠΡΟΦΙΛ

ΠΟΛΙΤΙΚΗ

ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

ΚΟΙΝΩΝΙΑ

ΔΙΕΘΝΗ

ΣΠΟΡ

LIFE STYLE

ΕΝΩΣΗ & ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ

ΠΟΛΙΤΙΚΗ

ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

ΔΙΕΘΝΗ

ΣΠΟΡ

ΤΡΙΤΗ, 12 ΜΑΪΟΣ 2020

ΤΑ ΠΕΡΙΠΤΕΡΑ ΣΤΗΝ ΕΠΟΧΗ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ - ΤΟ ΒΙΔΕΟ ΤΗΣ ΤΗΛΕΔΙΑΣΚΕΨΗΣ

ΤΡΙΤΗ, 12 ΜΑΪΟΣ 2020

ΤΗΛΕΔΙΑΣΚΕΨΗ - ΤΡΙΤΗ 12/5 (12.00)

ΠΑΡΑΤΑΣΗ ΠΡΟΘΕΣΜΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΤΩΝ 800 ΕΥΡΩ ΜΕΧΡΙ ΤΙΣ 28/4

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, 17 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2020

Τα νεότερα για τα περίπτερα στις 17/4/2020

ΔΙΑΦΟΡΑ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ

Τελευταίο Τεύχος

ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ

ΕΥΡΩΠΑΙΚΗ ΣΥΝΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ

BANNER ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ

Μπείτε στο www.peripteranews.gr
και ενημερωθείτε για τα τελευταία νέα που αφορούν
στον κλάδο καθώς και για την καθημερινή επικαιρότητα.

»»» ΕΜΒΟΛΙΟ ΚΟΡΟΝΟΪΟΥ »»»

ΠΟΙΟΙ ΘΑ ΧΡΕΙΑΣΤΟΥΝ ΤΡΙΤΗ ΔΟΣΗ - ΤΙ ΕΔΕΙΞΕ ΝΕΑ ΕΡΕΥΝΑ

Από το **ΝΙΚΟ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗ**

Οι άνθρωποι που είναι πιο ευάλωτοι στην Covid-19 πιθανώς θα χρειασθούν μία τρίτη ενισχυτική ή αναμνηστική δόση του εμβολίου Pfizer/BioNTech αργότερα εντός του έτους, σύμφωνα με επιστήμονες στη Βρετανία, μεταξύ των οποίων ένας Έλληνας της διασποράς, οι οποίοι βρήκαν ότι το εμβόλιο πυροδοτεί μικρότερη ανοσιακή απόκριση αντισωμάτων έναντι της ινδικής παραλλαγής Δέλτα του κορονοϊού.

Οι άνθρωποι που είναι πιο ευάλωτοι στην Covid-19 πιθανώς θα χρειασθούν μία τρίτη ενισχυτική ή αναμνηστική δόση του εμβολίου Pfizer/BioNTech αργότερα εντός του έτους, σύμφωνα με επιστήμονες στη Βρετανία, μεταξύ των οποίων ένας Έλληνας της διασποράς, οι οποίοι βρήκαν ότι το εμβόλιο πυροδοτεί μικρότερη ανοσιακή απόκριση αντισωμάτων έναντι της ινδικής παραλλαγής Δέλτα του κορονοϊού. Μετά από την πρώτη δόση του εμβολίου το 32% των εμβολιασθέντων -ο ένας στους τρεις- εμφάνισαν αισθητή ανοσιακή απόκριση αντισωμάτων έναντι της ινδικής παραλλαγής Δέλτα, σε σχέση με ποσοστό 79% των εμβολιασθέντων έναντι του αρχικού ιού που είχε ανιχνευθεί στη Γουκάν.

Η λοιμωξιολόγος Έμα Γουόλ του UCL δή-

λωσε πως «το πιο σημαντικό πράγμα είναι να διασφαλιστεί ότι τα εμβόλια κρατούν όσο γίνεται περισσότερους ανθρώπους εκτός νοσοκομείων» και, όπως είπε, «τα ευρήματά μας δείχνουν ότι ο καλύτερος τρόπος για να το πετύχουμε αυτό είναι να χορηγούμε γρήγορα τις δεύτερες δόσεις και να παρέχουμε ενισχυτικές δόσεις σε όσους μπορεί να μην έχουν επαρκώς υψηλή ανοσία έναντι των νέων παραλλαγών του κορονοϊού».

Η καθηγήτρια Ανοσολογίας και Λοιμωξιολογίας Ελεάνορ Ράιλι του Πανεπιστημίου του Εδιμβούργου σημείωσε ότι, όπως δείχνουν τα νέα στοιχεία, «τα εμβόλια πιθανώς παρέχουν κάπως μικρότερη προστασία έναντι της λοίμωξης με την παραλλαγή Δέλτα». Πρόσθεσε, όμως, πως η απόκριση των αντισωμάτων δεν είναι ο μοναδι-

κός παράγοντας που καθορίζει την αποτελεσματικότητα του εμβολιασμού. «Αυτά τα δεδομένα δεν μπορούν να μας πουν εάν το εμβόλιο θα είναι λιγότερο αποτελεσματικό για την αποτροπή της σοβαρής νόσου, τη νοσηλεία ή τον θάνατο. Πρέπει να περιμένουμε για τα πραγματικά στοιχεία». «Έχουμε λόγους να είμαστε αισιόδοξοι, καθώς άλλες ανοσιακές αποκρίσεις, όπως των Τ-λεμφοκυττάρων, επίσης συμβάλλουν στην προστασία έναντι της σοβαρής νόσου και αυτές μπορεί να επηρεάζονται λιγότερο από τις μεταλλάξεις του κορονοϊού που επιδρούν στα εξουδετερωτικά αντισώματα», συμπλήρωσε.

Η Pfizer, σύμφωνα με τη βρετανική εφημερίδα, σχολίασε ότι ακόμη δεν έχει δει τη μελέτη των Francis Crick-UCL.

ΚΟΡΟΝΟΪΟΣ ΚΑΙ ΠΛΗΡΩΣ ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΕΝΟΙ: ΤΙ ΙΣΧΥΕΙ ΓΙΑ ΕΠΑΦΗ ΜΕ ΚΡΟΥΣΜΑ, ΤΑΚΤΙΚΑ ΤΕΣΤ ΚΑΙ ΚΑΡΑΝΤΙΝΑ

Όσοι είναι πλήρως εμβολιασμένοι, δεν χρειάζεται να ελέγχονται τακτικά με τεστ ή να μπαίνουν σε καραντίνα, εάν έρθουν σε επαφή με θετικό κρούσμα κορονοϊού. Όσοι είναι πλήρως εμβολιασμένοι, δεν χρειάζεται να ελέγχονται τακτικά με τεστ ή να μπαίνουν σε καραντίνα, εάν έρθουν σε επαφή με θετικό κρούσμα κορονοϊού.

Οι περισσότεροι πλήρως εμβολιασμένοι δεν χρειάζεται να μπουν σε καραντίνα, να απομονωθούν από την εργασία τους, ή να κάνουν τεστ μετά την έκθεση σε κάποιο επιβεβαιωμένο κρούσμα, καθώς η πιθανότητα να αναπτύξουν λοίμωξη είναι μικρή, αλλά πρέπει να παρακολουθούν για πιθανή ανάπτυξη συμπτωμάτων 14 μέρες μετά την έκθεση σε επιβεβαιωμένο κρούσμα.

Οι πλήρως εμβολιασμένοι έχουν πολύ μικρό κίνδυνο να νοσήσουν και να μεταδώσουν τον ιό, ενώ έχουν συνήθως ήπια ή καθόλου συμπτώματα. Αυτό συνεπάγεται ότι μπορούν να εξαιρεθούν από τα τεστ μαζικού ελέγχου που γίνονται στους χώρους εργασίας, εκτός από ειδικές περιπτώσεις όπως εργαζόμενοι σε χώρους υγείας, ή φυλακές όπου μπορούν εύκολα να παρατηρηθούν μαζικές εξάρσεις του ιού. Οποιοσδήποτε βγει θετικός σε τεστ COVID-19 πρέπει να απομονωθεί για 10 ημέρες.

Οι πλήρως εμβολιασμένοι μπορούν να ταξιδεύουν εντός της χώρας, χωρίς τεστ ή καραντίνα, ενώ για τα ταξίδια στο εξωτερικό ισχύουν διαφορετικοί κανόνες ανάλογα με τη χώρα προορισμού. Πολλές διαφορετικές λοιμώξεις εμφανίζουν παρόμοια συμπτώματα με τη λοίμωξη COVID-19, αλλά δεν υποβαλλόμαστε σε τεστ ρουτίνας για αυτές, οπότε δε θα χρειάζεται με την πρόοδο του μαζικού εμβολιασμού να υποβαλλόμαστε σε διαδοχικά τεστ

VACCINE



Η βιβλιογραφία ανασκοπείται από τους Καθηγητές της Ιατρικής του ΕΚΠΑ Δημήτριο Παρασκευή (Αναπληρωτής Καθηγητής Επιδημιολογίας και Προληπτικής Ιατρικής) και Θάνο Δημόπουλο (Πρύτανης ΕΚΠΑ).

Για το εμβόλιο της Johnson & Johnson έχει βρεθεί ότι παρέχει σημαντική προστασία έναντι συμπτωματικής νόσου COVID-19, συμπεριλαμβανομένων και των στελεχών B.1.351 που πρωτοαναφέρθηκαν στην Ν. Αφρική και είναι εν μέρει ανθεκτικά στη δράση των εξουδετερωτικών αντισωμάτων. Παρόλα αυτά η ανοσογονικότητα αυτού του εμβολίου έναντι των μεταλλαγμένων στελεχών του SARS-CoV-2, παραμένει άγνωστη.

Τα στελέχη με διαφορετικές φαινοτυπικές ιδιότητες (variants of concern, VOCs) του SARS-CoV-2 έχουν αναπτύξει μεταλλάξεις σε περιοχές της εξωτερικής πρωτεΐνης του ιού που αποτελούν στόχο εξουδετερωτικών αντισωμάτων, όπως για παράδειγμα η μετάλλαξη E484K. Η διάμεση τιμή του τίτλου των εξουδετερωτικών αντισωμάτων που επάγονται από το εμβόλιο ήταν 5 φορές χαμηλότερη για τα στελέχη B.1.351 (το στέλεχος που χαρακτηρίστηκε πρώτα στην Αφρική) και 3,3 φορές χαμηλότερη έναντι των P.1 (το στέλεχος που χαρακτηρίστηκε πρώτα στη Βραζιλία) σε σύγκριση με το στέλεχος αναφοράς (WA1/2020). Η παρατηρηθείσα μείωση είναι παρόμοια με αυτή που έχει αναφερθεί για τα συγκεκριμένα στελέχη και για άλλα εμβόλια. Αντίθετα, τα μη εξουδετερωτικά αντισώματα καθώς και η κυτταρική ανοσία διατηρήθηκαν σε μεγάλο βαθμό έναντι των στελεχών B.1.351 και P.1.

Σε κλινική δοκιμή φάσης 3 (ENSEMBLE), το εμβόλιο αξιολογήθηκε στις ΗΠΑ, τη Νότια Αμερική συμπεριλαμβανομένης της Βραζιλίας και τη Νότια Αφρική. Στη Νότια Αφρική, το 95% των ιών που μελετήθηκαν ήταν στελέχη B.1.351, ενώ στη Βραζιλία, το 69% των ιών ανήκαν στην ομάδα P.1. Η προστασία του εμβολίου έναντι σοβαρής νόσου την 28η ημέρα μετά τον εμβολιασμό, ήταν παρόμοια σε όλες τις γεωγραφικές περιοχές. Η προστασία έναντι μέτριας και σοβαρής νόσου ήταν μειωμένη ελαφρώς στη Νότια Αφρική και τη Βραζιλία σε σύγκριση με τις ΗΠΑ.

Παρότι οι ακριβείς μηχανισμοί προφύλαξης έναντι του COVID-19 δεν είναι ακόμη πλήρως κατανοητοί, η ισχυρή προστασία στις περιοχές της Ν. Αφρικής και Βραζιλίας παρά τον μειωμένο τίτλο εξουδετερωτικών αντισωμάτων, αυξάνει την πιθανότητα ότι μη-εξουδετερωτικά αντισώματα ή και κυτταρική ανοσία συμβάλλουν, επίσης, στο μηχανισμό της ανοσίας. Περαιτέρω πειράματα έδειξαν σημαντικό εύρος T-κυτταρικής ανοσιακής απάντησης σε άτομα που εμβολιάστηκαν με το εμβόλιο της Johnson & Johnson.

Εναλλακτικά, είναι πιθανό ότι χαμηλά επίπεδα εξουδετερωτικών αντισωμάτων προσδίδουν επαρκή προστασία.

Συμπερασματικά, τα εξουδετερωτικά αντισώματα που επάγονται από το εμβόλιο της Johnson & Johnson ήταν μειωμένα έναντι των στελεχών B.1.351 και P.1, αλλά η ανοσιακή απάντηση μη-εξουδετερωτικών αντισωμάτων ή T-κυτταρικής ανοσίας διατηρήθηκαν σε υψηλά επίπεδα.

»» ΕΜΒΟΛΙΟ JOHNSON & JOHNSON »»

ΠΟΣΟ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΕΙ ΕΝΑΝΤΙ ΜΕΤΑΛΛΑΓΜΕΝΩΝ ΣΤΕΛΕΧΩΝ ΤΟΥ ΚΟΡΟΝΟΪΟΥ

Από το **ΝΙΚΟ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗ**

Πρόσφατα δεδομένα για την προστατευτική δράση του εμβολίου της Johnson & Johnson έναντι μεταλλαγμένων στελεχών του κορονοϊού, δημοσιεύονται σε σχετικό άρθρο στο περιοδικό Nature.



Ο Περιπτερούχος

«Ανοικτή» γραμμή με όλους τους συναδέλφους
Με την ενεργό συμμετοχή του καθενός.

Στείλτε μας τις ερωτήσεις σας για όποιο θέμα σας απασχολεί. Θα σας απαντήσουμε στα περισσότερα.

Η γνώμη σας μετράει!

Η επικοινωνία μας βοηθάει όλους

Η γνώμη σας και οι απόψεις σας για μας μετράνε. Σε κείμενο περιεκτικό και κατανοητό, γράψτε χωρίς ακρότητες ό,τι θεωρείται σημαντικό και χρήσιμο.

Το περιοδικό δεν ανήκει σε κάποιον, είναι η **ΦΩΝΗ** όλων μας!
Δώστε **δύναμη** στο λόγο σας!

Ο Περιπτερούχος ταξιδεύει παντού στην Ελλάδα

Όπου κι αν ζείτε και δραστηριοποιήστε στην Ελλάδα, στείλτε μας τα νέα σας και γίνετε ο ανταποκριτής μας.

Ενημερώστε μας αν μπορείτε να διανέμετε και πόσα τεύχη στην περιοχή σας και εμείς θα σας τα αποστείλουμε.

www.eekpa.com



ΜΕΓΑΛΗ ΕΡΕΥΝΑ
Ληστείες, κλοπές και απάτες
στα περίπτερα

Η γνώση είναι θησαυρός

Η εμπειρία σας είναι πολύτιμη.

Ό,τι σημαντικό και χρήσιμο προσφέρετέ το για να το μοιραστούμε όλοι μας.

Σίγουρα κάποιος το χρειάζεται...

Με αίσθημα καλής διάθεσης, αλλά κυρίως ευθύνης, συναδελφικής αλληλεγγύης και προσφοράς.

**Όλοι μαζί μπορούμε καλύτερα,
μπορούμε περισσότερα.**

Κάθε καλή ιδέα εδώ χωράει!

**Τις περιμένουμε ανυπόμονα για
να τις αναπτύξουμε.**



Μη διστάσετε: Πάρτε αμέσως την πρωτοβουλία!

Επικοινωνήστε μαζί μας

(Δευτέρα-Παρασκευή 09.00-20.00)

Τηλέφωνο: 210 3229500

Τηλέφωνο & Fax: 210 3214367

email: peripteriouxos@gmail.com

ΜΑΘΑΙΝΩ **ΝΑ ΖΩ** ΚΑΛΥΤΕΡΑ

Επιμελείται η **ΜΕΛΙΑ ΣΙΛΒΙΔΟΥ**

ΓΙΑ ΝΑ ΒΕΛΤΙΩΣΟΥΜΕ ΤΟ ΚΑΘΕΤΙ ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ Η ΔΙΚΗ ΜΑΣ ΘΕΛΗΣΗ ΚΑΙ ΚΥΡΙΩΣ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ. ΠΟΛΛΕΣ ΦΟΡΕΣ ΟΜΩΣ ΔΕ ΘΕΛΕΙ ΚΟΠΟ. ΘΕΛΕΙ ΤΗ ΣΩΣΤΗ ΓΝΩΣΗ ΚΑΙ ΤΟΝ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟ ΤΡΟΠΟ!



Μη φοράτε μείκ απ όταν γυμνάζεστε

Το να φοράτε μείκ απ στο γυμναστήριο είναι λάθος και κάνει κακό στην επιδερμίδα. Το δέρμα σας θα πρέπει να είναι σε θέση να αναπνέει, για όσο ιδρώνετε. Ο ιδρώτας και τα βακτηρίδια παγιδεύονται κάτω από τα στρώματα του μείκ απ και αποτρέπουν το δέρμα από να διαχέει την -αυξημένη λόγω άσκησης- θερμότητα σωστά. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε απόφραξη των πόρων ή να τους κάνει να μεγεθυνθούν με την πάροδο του χρόνου, κάτι που εν τέλει οδηγεί σε σπυράκια. Η παγίδευση της θερμότητας μπορεί επίσης να προκαλέσει εξάρσεις σε κάποιες δερματικές παθήσεις που εξαρτώνται από

τη θερμοκρασία, όπως η ροδόχρους ακμή, προκαλώντας τελικά ερυθρότητα και άνισο χρωματικό τόνο του δέρματος. Είναι σημαντικό να καθαρίσει το δέρμα σας πρώτα για να αφαιρέσετε όλα τα προϊόντα μείκ απ και τυχόν βακτήρια που θα μπορούσαν να εισέλθουν στους πόρους σας, καθόσον θα ιδρώνετε. Είναι εξίσου σημαντικό να πλένετε το πρόσωπό σας το συντομότερο δυνατόν μετά την άσκηση, προκειμένου να απομακρύνετε τυχόν μικρόβια και ακαθαρσίες που μπορεί να έχουν συσσωρευτεί κατά τη διάρκεια της εφίδρωσης.



«Όλοι έχουμε ένα ανυποψίαστο απόθεμα δύναμης μέσα μας που προκύπτει όταν η ζωή μας δοκιμάζει»

Η πρακτική της εμπιστοσύνης

Σε αυτόν τον χαοτικό κόσμο, ανησυχούμε, αποφεύγουμε, προσπαθούμε τόσο σκληρά για να κάνουμε το σωστό. Επί της ουσίας, όλη αυτή η ανησυχία και το άγχος είναι επειδή δεν μπορούμε να εμπιστευτούμε. Δεν εμπιστευόμαστε τους άλλους. Τους κρίνουμε και προσπαθούμε να τους πούμε πώς να ζήσουν τη ζωή τους ή απογοητευόμαστε μαζί τους όταν δεν κάνουν τα πράγματα όπως πιστεύουμε εμείς ότι πρέπει. Δεν εμπιστευόμαστε τον εαυτό μας. Αποφεύγουμε να λέμε τα πράγματα με το όνομα τους στους άλλους επειδή δεν πιστεύουμε ότι μπορούμε να χειριστούμε την αναστάτωση τους. Προσπαθούμε να κάνουμε τα πράγματα σωστά, επειδή δεν πιστεύουμε ότι μπορούμε να αντιμετωπίσουμε την αποτυχία ή το να κριθούμε. Δεν εμπιστευόμαστε τον κόσμο, οπότε ανησυχούμε συνεχώς για όλα. Κι όμως αυτό είναι φυσιολογικό - είμαστε άνθρωποι. Είμαστε έτοιμοι να δούμε απειλές παντού. Αλλά πώς θα ήταν να ασκεί κανείς εμπιστοσύνη; Εμπιστευτείτε τους άλλους στο πως θέλουν να ζήσουν τη ζωή τους. Όταν είμαστε απογοητευμένοι με αυτούς ή τους κρίνουμε, μπορούμε να υπενθυμίσουμε στον εαυτό ότι δεν μπορούμε να ελέγξουμε τη συμπεριφορά όλων, ούτε γνωρίζουμε με βεβαιότητα πώς πρέπει να ενεργεί κάποιος άλλος. Εμπιστευτείτε τον εαυτό σας ότι μπορεί να αντιμετωπίσει ό,τι συμβαίνει τώρα. Κάθε είδους δυσκολία έχει έρθει στο δρόμο μας και τελικά επιβιώνουμε. Εμπιστευθείτε τον εαυτό σας ότι μπορεί να χειριστεί ό,τι κι αν προκύψει στο μέλλον, όποια αποτυχία μπορεί να συμβεί, όποια δυσκολία και αν έρθει.

ΚΟΛΛΗΣΕ Ο ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ ΣΑΣ;

Συχνά παρατηρείται το φαινόμενο η ζυγαριά να δείχνει πως έχει... κολλήσει, ακόμα και όταν κάποιος προσέχει τη διατροφή του ή έχει αρχίσει να γυμνάζεται συστηματικά. Και συνήθως υπαίτιος για αυτό είναι ο μεταβολισμός, που επίσης έχει... μπλοκάρει. **Ακολουθείστε κάποιες πρακτικές για να δώσετε ένα boost στον οργανισμό σας, ώστε να αυξήσει και πάλι την καύση λίπους.**

Συμπεριλάβετε στη διατροφή σας τροφές πλούσιες σε σίδηρο. Ο σίδηρος είναι απαραίτητος για τη μεταφορά του οξυγόνου που χρειάζονται οι μύες για να κάψουν λίπος. Αν έχετε χαμηλά αποθέματα σιδήρου στον οργανισμό διατρέχετε τον κίνδυνο της χαμηλής ενέργειας και χαλάρωσης του μεταβολισμού. Τα οστρακοειδή, το άπαχο κρέας, τα φασόλια, τα δημητριακά και το σπανάκι είναι εξαιρετικές πηγές σιδήρου. Το καλύτερο είναι να μην καταφεύγετε σε συμπληρώματα σιδήρου καθώς η λήψη μεγάλης ποσότητας έχει συνδεθεί με αυξημένο κίνδυνο καρδιακής νόσου στους άνδρες. Προτιμάτε την πρόσληψη σιδήρου από τη φύση.

Προσλάβετε τη συνιστώμενη ποσότητα βιταμίνης D. Η βιταμίνη D είναι απαραίτητη για την υγεία των οστών αλλά και για το μεταβολισμό του ασβεστίου και του φωσφόρου. Σύμφωνα όμως με έρευνα που πραγματοποιήθηκε στις ΗΠΑ μόνο το 20% λαμβάνουν την συνιστώμενη ημερήσια δόση της βιταμίνης D. Για να εξασφαλίσετε την επαρκή πρόσληψη της βιταμίνης καταναλώστε σολομό, τόνο, γάλα με δημητριακά και αυγά.

Συχνά γεύματα. Κρατήστε ενεργό τον μεταβολισμό σας τρώγοντας μικρά και συχνά γεύματα κατά τη διάρκεια της ημέρας, ώστε ο οργανισμός να κάνει καύσεις. Πάντα πρωινό. Μην ξεχνάτε την καθημερινή κατανάλωση πρωινού, αφού σύμφωνα με τους ειδικούς μπορεί να αυξήσει τον βασικό μεταβολισμό περίπου 10%.

Πίνετε γάλα. Υπάρχουν κάποιες ενδείξεις ότι η ανεπάρκεια ασβεστίου μπορεί να επιβραδύνει το μεταβολισμό. Έρευνες υποστηρίζουν ότι η κατανάλωση ασβεστίου από γαλακτοκομικά προϊόντα όπως το αποβουτυρωμένο γάλα και το γιαούρτι με χαμηλά λιπαρά μπορεί επίσης να μειώσει την απορρόφηση του λίπους από άλλα τρόφιμα.

Καταναλώστε τροφές που αυξάνουν το μεταβολισμό. Δηλαδή ορισμένα πικάντικα τρόφιμα, όπως είναι το τσίλι, το πράσινο και κόκκινο πιπέρι και οι καυτερές πιπεριές, το τζίντζερ, το ταμπάσκο και το μπούκοβο. Επίσης, πιείτε πράσινο και μαύρο τσάι, που περιέχουν κατεχίνες και βοηθούν στη λιπώλυση, αλλά και καφέ, που με την καφεΐνη διεγείρει τον μεταβολισμό.



Φάτε καρπούζι. Το καρπούζι περιέχει το αμινοξύ κιτρουλίνη το οποίο μετατρέπεται στον οργανισμό σε αμινοξύ αργινίνη, η οποία μπορεί να αποτρέψει την αύξηση του σωματικού βάρους και να βελτιώσει το καρδιαγγειακό σύστημα. Ερευνητές που παρακολούθησαν επί 3 μήνες παχύσαρκους ανθρώπους διαπίστωσαν ότι καταναλώνοντας τροφές πλούσιες σε αργινίνη μειώθηκε το λίπος τους κατά 65%. Συμβάλλει λοιπόν στη μείωση των επιπέδων σακχάρου στο αίμα ενώ βελτιώνει τη κυκλοφορία του αίματος. Εκτός από το καρπούζι, άλλες πηγές αργινίνης είναι τα θαλασσινά, οι ξηροί καρποί και οι σπόροι.

Παραμείνετε ενυδατωμένοι. Όλες οι χημικές αντιδράσεις του σώματός σας, συμπεριλαμβανομένου του μεταβολισμού, εξαρτώνται από το νερό. Εάν είστε αφυδατωμένοι μπορεί να κάψετε μέχρι και 2% λιγότερες θερμίδες υποστηρίζουν ερευνητές από το Πανεπιστήμιο της Γιούτα, που παρακολούθησαν τους ρυθμούς μεταβολισμού 10 ενηλίκων που έπιναν διαφορετικές ποσότητες νερού κάθε μέρα. Όσοι έπιναν οκτώ ή δώδεκα ποτήρια νερό την ημέρα, είχαν υψηλότερα ποσοστά μεταβολισμού συγκριτικά με εκείνους που έπιναν τέσσερα.

Επάρκεια σε βιταμίνες του συμπλέγματος Β και μαγνήσιο. Βοηθούν στο μεταβολισμό λιπών πρωτεϊνών και υδατανθράκων. Εν ολίγοις καταναλώστε κρέας, αβγά, σκουροπράσινα λαχανικά (π.χ. μπρόκολο) δημητριακά ολικής άλεσης.

ΑΝΑΝΑΣ, ΤΟ ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΟ ΦΡΟΥΤΟ!

Ένα υπέροχο, εξωτικό φρούτο που το έχουμε συνδέσει με το καλοκαίρι είναι ο ανανάς. Το αρχικό του όνομα ήταν «νανάς» που σύμφωνα με μία γλώσσα των ιθαγενών της Βραζιλίας σημαίνει «εξαιρετικό φρούτο». Έχει μεγάλη διατροφική αξία καθώς είναι πλούσιος σε αντιοξειδωτικά συστατικά, βιταμίνες, μέταλλα, ένζυμα, ιννοστοικεία και φυτικές ίνες και με χαμηλές θερμίδες.

#Διευκολύνει την πέψη των πρωτεϊνών. Ανακουφίζει από τη δυσπεψία και το φούσκωμα. Επίσης, η υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες του φρούτου δημιουργεί το αίσθημα του κορεσμού, ελέγχοντας καλύτερα την όρεξη και συμβάλλοντας στη καλή υγεία του εντέρου. Περιέχει ένα πεπτικό ένζυμο που ονομάζεται βρωμελαΐνη, το οποίο βοηθά στη διάσπαση των πρωτεϊνικών μορίων. Μόλις διασπαστούν, τα μόρια απορροφώνται ευκολότερα οδηγώντας σε βελτιωμένη πέψη.

#Διαχειριστείτε και ελέγξτε την αρθρίτιδα. Αυτή πιθανόν να είναι μία από τις πιο γνωστές χρήσεις του ανανά όσον αφορά στην υγεία. Η κατανάλωση ανανά μπορεί να βοηθήσει στη μείωση φλεγμονών στις αρθρώσεις και στους μυϊκούς ιστούς, και κυρίως ανάμεσα σ’ αυτούς που επηρεάζονται από την αρθρίτιδα. Χάρη στη βρωμελαΐνη και τις εξαιρετικές αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες αποτρέπει τον έντονο πόνο και ανακουφίζει τη δυσφορία ώστε να ολοκληρώνετε τις καθημερινές σας δραστηριότητες πιο άνετα.

Ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα. Λόγω της υψηλής περιεκτικότητας του σε βιταμίνες, συμπεριλαμβανομένης της βιταμίνης C, αυτός είναι ένας καλός τρόπος για να ενισχύσετε το ανοσοποιητικό σας σύστημα και να αποτρέψετε τον εαυτό σας από το να αρρωστήσει. Μια μελέτη που διεξήχθη σε περισσότερα από 90 παιδιά έδειξε ότι όσοι κατανάλωναν κονσέρβες ανανά είχαν μικρότερο κίνδυνο να προσβληθούν από ιικές ή βακτηριακές λοιμώξεις. Το πεπτικό ένζυμο, βρωμελαΐνη, λέγεται επίσης ότι μειώνει τις φλεγμονές, το φλέγμα και τη βλέννα που σχηματίζονται στους αεραγωγούς και τα ιγμόρεια.

#Διατηρήστε το βάρος σας. Η υψηλή περιεκτικότητα του σε φυτικές ίνες βοηθάει να παραμείνετε χορτάτοι για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα μειώνοντας ταυτόχρονα τη συνολική κατανάλωση ενέργειας. Είναι επίσης φυσικά γλυκός, πράγμα που τον καθιστά καλή εναλλακτική λύση έναντι των διαφόρων γλυκών. Επίσης η διουρητική του δράση απομακρύνει τις τοξίνες, ουσίες επιβλαβείς που συσσωρεύονται στο σώμα και μειώνει την κατακράτηση υγρών. Φάτε τον φρέσκο ή αγοράστε ένα αποξηραμένο σνακ ανανά.

#Ρυθμίζει την πίεση του αίματος. Το κάλιο που περιέχει είναι ένα σημαντικό αγγειοδιασταλτικό. Αυτό σημαίνει πως κρατάει τα αγγεία σας απαλλαγμένα από άγχος και ένταση. Προάγει επίσης την καλύτερη κυκλοφορία.

#Κατάλληλος για αποθεραπεία. Όταν πρόκειται για την αποκατάσταση των μυών, μετά από σκληρή προπόνηση στο γυμναστήριο ο συνδυασμός βρωμελαΐνης, βιταμίνης C και μαγγανίου καθιστά το φρούτο την τέλεια θεραπεία ενώ οι υψηλές ποσότητες του συμπλέγματος των βιταμινών B, βοηθούν στην παραγωγή ενέργειας. Οι αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες της βρωμελαΐνης περιορίζουν τη φλεγμονή που συνοδεύει τον τραυματισμό, ενώ η βιταμίνη C είναι ένα αντιοξειδωτικό που παίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη των ιστών. Προσθέστε ανανά σε smoothie μετά την προπόνηση ή φάτε ένα γιαούρτι με κομμάτια ανανά.

#Καλή υγεία των ματιών. Ο ανανάς περιέχει βιταμίνη A, (β-καροτίνη), τονώνοντας την όραση και μειώνοντας τον κίνδυνο εκφύλισης της ωχράς κηλίδας, ιδιαίτερα σε ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας. Ενδυναμώνει τα οστά. Το μέταλλο μαγγάνιο λέγεται ότι βελτιώνει την υγεία των οστών. Βοηθά επίσης στη διατήρηση υγιών συνδετικών ιστών. Ένα φλιτζάνι ανανά περιέχει πάνω από το 70% της συνιστώμενης ημερήσιας δό-

σης μαγγανίου που χρειάζεται το σώμα σας. Φρούτα όπως τα σμέουρα, οι φράουλες και οι μπανάνες περιέχουν επίσης μεγάλες ποσότητες μαγγανίου. Ανακατέψτε τα φρούτα και απολαύστε μια υπέροχη φρουτοσαλάτα.

#Καθαρίζει το δέρμα. Η βρωμελαΐνη και η βιταμίνη C είναι εξαιρετικές και για το δέρμα σας. Και οι δύο έχουν αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες που βοηθούν στην ακμή. Χάρη στις αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες του μπορείτε να τον χρησιμοποιήσετε τοπικά στο δέρμα για να το καθαρίσετε, είτε τον καταναλώνετε σαν φρούτο καθώς το μαγγάνιο που περιέχει βοηθά στην αύξηση της παραγωγής κολλαγόνου και αυξημένο κολλαγόνο επιτρέπει στις πληγές σας να επουλωθούν γρηγορότερα. Ιδιαίτερα τώρα το καλοκαίρι, προστατεύετε το δέρμα από την υπερύδνη ακτινοβολία του ήλιου και τις ελεύθερες ρίζες που έχουν βλαβερές συνέπειες στα κύτταρά μας και μπορεί να οδηγήσουν σε πρόωρη γήρανση και άλλες εκφυλιστικές ασθένειες τον οργανισμό.

#Προλαμβάνει την τριχόπτωση. Η βιταμίνη C είναι ένα αντιοξειδωτικό που καταπολεμά τις ελεύθερες ρίζες στο σώμα σας. Οι ελεύθερες ρίζες συχνά εμποδίζουν την ανάπτυξη των τριχών. Ενισχύοντας το σώμα σας με τη βιταμίνη C του ανανά, αντισταθμίζετε αυτό το αποτέλεσμα. Η πρόσθεση εκχυλίσματος ανανά στο τριχωτό της κεφαλής σας, επιτρέπει επίσης τα μαλλιά σας να αναπτυχθούν ταχύτερα και να είναι πιο πυκνά.

Κοτόπουλο με ανανά και ντομάτες

- 1 κιλό κοτόπουλο στήθος • 1 κονσέρβα ανανά σε δαχτυλίδια ή φέτες - 850 g (με χυμό) • 1 μεγάλο κρεμμύδι • 2 μέτριες ντομάτες • Σκληρό τυρί 200 gr • Μαγιονέζα 100 ml. • ρίγανη, θυμάρι • βούτυρο • Αλάτι και πιπέρι

Πλένετε το κοτόπουλο, το κόβετε σε κομμάτια ίσου μεγέθους και θα πρέπει να χτυπηθούν όσο πιο λεπτά γίνεται ώστε να απορροφήσουν την μαρινάδα στην οποία θα τα βάλουμε.

Σε μπωλ αναμειγνύετε τη μαγιονέζα και το χυμό ανανά από την κονσέρβα και προσθέτετε το κοτόπουλο αφού πρώτα το έχετε αλείψει με τα μπαχαρικά και το αλατοπίπερο. Το αφήνετε να μαριναριστεί για 20 λεπτά.

Προθερμάνετε το φούρνο στους 200 βαθμούς και λαδώστε ένα ταψί με βούτυρο. Βάζετε κάτω το κρεμμύδι κομμένο σε λεπτές ροδέλες, από πάνω τα φιλέτα κοτόπουλου και στην συνέχεια εναλλάξ ροδέλες ανανά και ντομάτας φροντίζοντας και στα δύο αυτά οι ροδέλες να είναι λεπτές. Καλύψτε τα φιλέτα με την μαρινάδα της μαγιονέζας και ψήστε για 30 λεπτά. Και μια ακόμη συμβουλή: αφήσετε μια μικρή απόσταση μεταξύ των κομματιών καθώς με αυτόν τον τρόπο ψηθούν καλύτερα. Όταν τα κομμάτια έχουν ροδίσει προσθέστε το τυρί, αφήστε το λίγο να λιώσει και σερβίρετε.



ΠΑΓΑΚΙ
ΑΠΟ ΓΑΛΑ ΓΙΑ
ΤΟ ΠΡΟΣΩΠΟ

- **βοηθά στην ακμή.**
- **συρρικνώνει τους πόρους.**
- **βοηθά στη διατήρηση της ενυδάτωσης του δέρματος.**
- **φωτίζει το δέρμα.**
- **μειώνει την εμφάνιση των σκούρων κηλίδων.**
- **διατηρεί τον τόνο της επιδερμίδας σας ομοιόμορφο.**
- **βοηθά με λεπτές γραμμές και σημάδια γήρανσης.**
- **βοηθά στη μείωση των ηρησμένων ματιών και των μαύρων κύκλων.**
- **αυξάνει την κυκλοφορία του αίματος στο πρόσωπο.**
- **καταπραΰνει τις φλεγμονές.**

Σε ένα μπολ αναμίξτε καλά ένα φλιτζάνι αγελαδινό γάλα και ένα φλιτζάνι γάλα καρύδας. Το γάλα έχει γαλακτικό οξύ που αφαιρεί τα νεκρά κύτταρα του δέρματος και παρέχει μια φυσική λάμψη στο δέρμα. Βάλτε το μίγμα σε παγοκύστες και στην κατάψυξη. Μπορείτε να το εφαρμόσετε το βράδυ πριν κοιμηθείτε ή το πρωί. Καθαρίστε το πρόσωπο σας και εφαρμόστε ένα παγάκι σε κυκλική κίνηση έως ότου λιώσει. Ξεπλύνετε με νερό.



ΕΞΥΠΝΑ TIPS ΓΙΑ ΚΑΛΥΤΕΡΟ
ΜΑΥΡΙΣΜΑ

Τι θα χρειαστείτε για ένα τέλειο και γρήγορο μαύρισμα:

1 Τροφές που βοηθούν στη μελανίνη
Υπάρχουν τροφές που βοηθούν στο μαύρισμα, δηλαδή τροφές που αυξάνουν την έκκριση της μελανίνης στον οργανισμό, αυτής της πολύτιμης ουσίας που ευθύνεται για το σκούρο δέρμα και την προφύλαξη του δέρματος από τον ήλιο. Η λίστα μας ξεκινά με κάτι εντυπωσιακό και νόστιμο, δεν είναι άλλο από το ακατέργαστο κακάο το οποίο περιέχει μια καλή δόση αντιοξειδωτικών που προστατεύουν το δέρμα μας από το ηλιακό έγκαυμα. Επίσης τρώγοντας πολλά φρούτα και λαχανικά με κίτρινο ή πορτοκαλί χρώμα μπορούν να μας δώσουν ένα φυσικό μαύρισμα. Superfoods του δέρματος, όπως τα καρότα, η κολοκύθα, τα βερίκοκα, τα ροδάκινα ,η παπάγια, το μάνγκο, τα παντζάρια, οι ντομάτες, οι γλυκοπατάτες, το καρπούζι και το πεπόνι περιέχουν ένα πολύ ισχυρό αντιοξειδωτικό που ονομάζεται β-καροτένιο, μια πορτοκαλοκόκκινη χρωστική που μετατρέπεται από το ανθρώπινο σώμα σε βιταμίνη Α. Η μελανίνη ενισχύεται κυρίως με τη βιταμίνη Α και την β-καροτίνη που προέρχεται επίσης από τα σκουροπράσινα λαχανικά το σπανάκι και το kale. Τα αυγά είναι ένα «οπλοστάσιο» βιταμινών και ιχνοστοιχείων και ειδικά ο κρόκος περιέχει μεγάλες ποσότητες βιταμίνης Α. Πλούσιο σε τυροσίνη και ασβέστιο, το τυρί cottage προσφέρει πρωτεΐνες, βιταμίνη Β-12 και Α και μπορεί να προστεθεί στις τροφές που θα μας βοηθήσουν να επιτύχουμε ένα ωραίο μαύρισμα. Μην ξεχνάτε τα ωμέγα 3 λιπαρά. Τρόφιμα όπως τα λιπαρά ψάρια και οι ξηροί καρποί συμβάλλουν στη μείωση των φλεγμονών και στην προστασία του δέρματος από το ηλιακό έγκαυμα και το μελάνωμα. Επίσης, παρόλο που το ελαιόλαδο δεν περιέχει καροτενοειδή, αντιοξειδωτικά και ωμέγα-3, θα ενυδατώσει το δέρμα. Τέλος, γνωρίζετε ότι ένα φλιτζάνι μπρόκολο έχει περισσότερο από το διπλάσιο της ποσότητας βιταμίνης C από ένα ολόκληρο λεμόνι; Η βιταμίνη C είναι σημαντική για την προστασία από τις ανοσολογικές ανεπάρκειες καθώς και για την ενίσχυση της παραγωγής κολλαγόνου. Έτσι, ο συνδυασμός καροτενοειδών και βιταμίνης C στο μπρόκολο μπορεί να βελτιώσει τόσο το χρώμα όσο και τις λειτουργίες του δέρματός και να αποτελέσει έναν ακόμη σύμμαχο στην κατάκτηση του τέλειου μαυρίσματος.

2 Να πίνετε πολύ νερό
Κάνει καλό παντού, ακόμα και στο μαύρισμα! Καταναλώστε 8 ποτήρια ημερησίως που κάνουν καλό στο δέρμα και το αφήνουν πάντα ενυδατωμένο, ιδιαίτερα μετά το μπάνιο και την έκθεση στον ήλιο. Επίσης, με αυτόν τον τρόπο θα διατηρήσετε το μαύρισμα σας και για περισσότερο καιρό.

3 Απαραίτητο το peeling (δίδωνει τα νεκρά κύτταρα)
Στην αρχή του καλοκαιριού ιδανικά, κάντε ένα καλό peeling στο πρόσωπο και στο σώμα για να αφαιρέσετε τα νεκρά κύτταρα. Αυτό θα προετοιμάσει την επιδερμίδα σας για να πετύχετε ένα ομοιόμορφο μαύρισμα.

4 Βρείτε το κατάλληλο αντιηλιακό για εσάς
Επιλέξτε το κατάλληλο αντιηλιακό με μέτριο ή υψηλό δείκτη προστασίας, ανάλογα με την επιδερμίδα σας. Η διαδικασία του μαυρίσματος μπορεί να καθυστερήσει λίγο περισσότερο, αλλά το μαύρισμα είναι ομοιόμορφο και διαρκεί περισσότερο. Και το παν είναι η προστασία!!!

5 Το κόλπο με τη βαζελίνη
Μια από τις συνταγές που διαδίδονται είναι το να απλώσετε στο σώμα σας βαζελίνη απαραίτητα πάνω από το αντιηλιακό. Ποτέ μην βγείτε για ηλιοθεραπεία με σκέτη βαζελίνη!

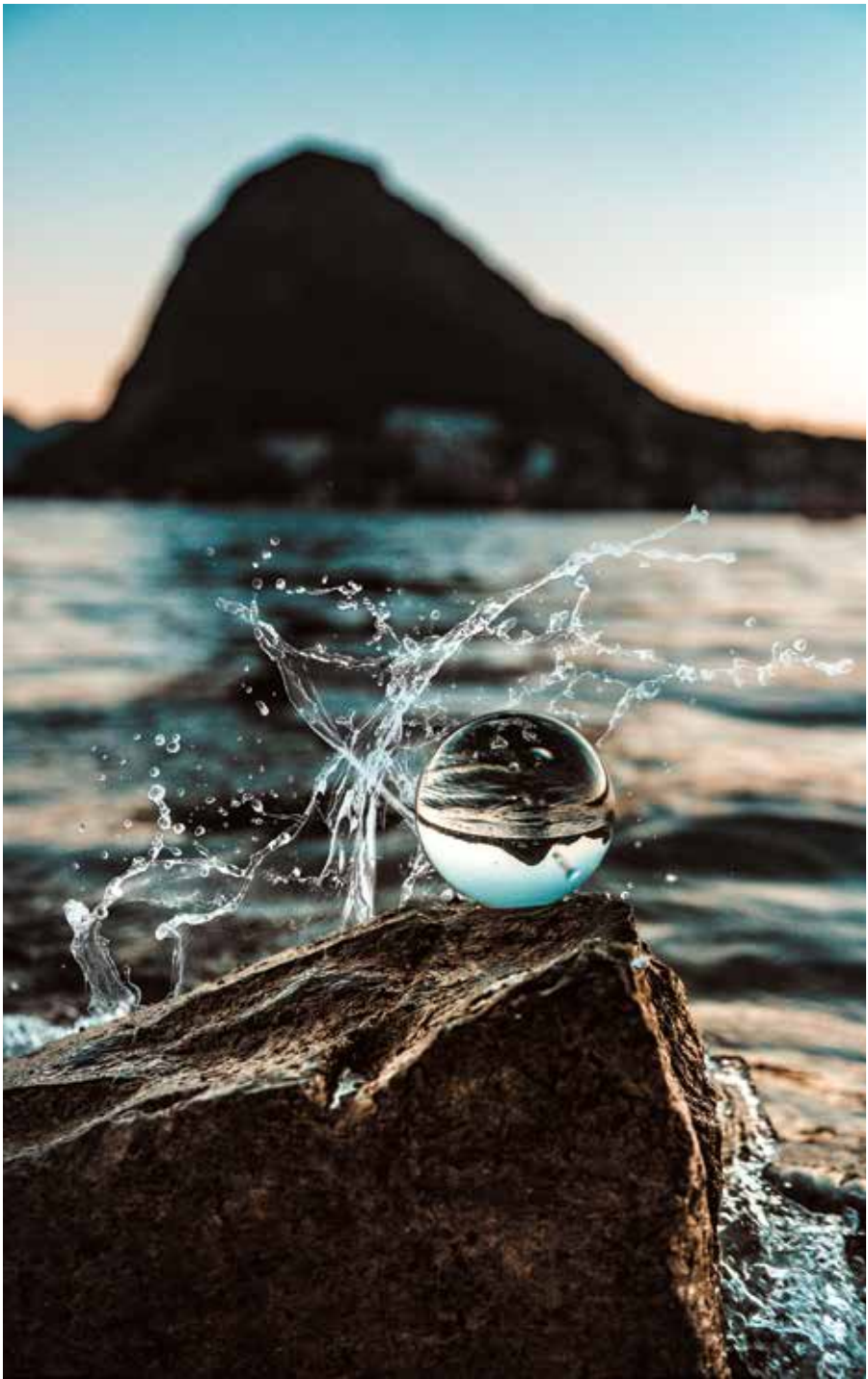
ΚΑΠΝΙΚΑ, ΖΑΧΑΡΩΔΗ ΚΑΙ ΤΥΠΟΣ

Φυσικό Μεταλλικό Νερό ΑΥΡΑ: Τρεις διεθνείς διακρίσεις ποιότητας και γεύσης και για το 2021

Το 100% Φυσικό Μεταλλικό Νερό ΑΥΡΑ της Coca-Cola Τρία Έψιλον, εστιασμένο πλήρως στην παραγωγή και εμφιάλωση ενός νερού υψηλών προδιαγραφών, κατέκτησε για ακόμα μια χρονιά τρεις σημαντικές διεθνείς διακρίσεις για την άριστη ποιότητα και γεύση του. Συγκεκριμένα, το Φυσικό Μεταλλικό Νερό ΑΥΡΑ, απέσπασε: • Για 4η συνεχόμενη χρονιά τη διάκριση “International Award 2021 in Gold” από τον Ευρωπαϊκό Φορέα Πιστοποίησης Ποιότητας DLG • Για 4η συνεχόμενη χρονιά την ανώτατη διάκριση “Grand Gold Quality Award” του Διεθνούς Οργανισμού Ποιότητας και Γεύσης Monde Selection • Για 6η χρονιά βρίσκεται στην κορυφή της κατηγορίας του, με την ανώτατη διάκριση των 3 αστέρων, κατακτώντας το βραβείο “Superior Taste Award” από το International Taste Institute

Όπως και τις προηγούμενες χρονιές, οι φετινές διακρίσεις του Φυσικού Μεταλλικού Νερού ΑΥΡΑ βασίστηκαν σε ιδιαίτερα αυστηρά κριτήρια που του επέτρεψαν να ξεχωρίσει ανάμεσα σε πλήθος άλλων προϊόντων στην ίδια κατηγορία. Ιδιαίτερη βαρύτητα δόθηκε σε στοιχεία όπως η οσμή, η όψη, η γεύση, η επίγευση και η υφή του νερού. Η Σόνια Δήμογλη, Διευθύντρια Μάρκετινγκ της Coca-Cola Τρία Έψιλον, δήλωσε: “Το Φυσικό Μεταλλικό Νερό ΑΥΡΑ αποτελεί σημαντικό πλεονέκτημα του 24/7 χαρτοφυλακίου μας. Ως brand συνεχίζουμε να αναπτυσσόμαστε και να θέτουμε πολύ υψηλούς στόχους ως προς το προϊόν που προσφέρουμε στους καταναλωτές, αλλά και στους πελάτες μας, τη λιανική αγορά, την εστίαση και τον ξενοδοχειακό κλάδο. Διεθνείς διακρίσεις όπως αυτές που λαμβάνουμε σταθερά τα τελευταία χρόνια επισφραγίζουν στην ουσία τη δέσμευσή μας να διατηρούμε αναλλοίωτη την εξαιρετική ποιότητα του νερού που παράγουμε και εμφιαλώνουμε”.

Με περισσότερο από 30 χρόνια παρουσίας στην ελληνική αγορά, το Φυσικό Μεταλλικό Νερό ΑΥΡΑ λαμβάνει κάθε χρόνο σημαντικές διακρίσεις που πιστοποιούν τους αυστηρούς ελέγχους και τα υψηλότερα πρότυπα ποιότητας βάσει των οποίων παράγεται το προϊόν, χωρίς να υφίσταται επιπλέον επεξεργασία.



Οδός Δημητρίου Παυλίδη, ένα καινούριο σημείο αναφοράς για το Εργοστάσιο Παυλίδη και την ιστορία του

Με ιδιαίτερη τιμή και χαρά έγινε δεκτή από όλους τους ανθρώπους του Εργοστασίου Παυλίδη η απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου του Δήμου Αθηναίων για τη μετονομασία του παρακείμενου δρόμου σε οδό “Δημητρίου Παυλίδη”.

Η πρωτοβουλία για τη μετονομασία του δρόμου ανήκει στους εργαζόμενους του Εργοστασίου που ήθελαν με αυτόν τον τρόπο να αποτίσουν φόρο τιμής στο τελευταίο μέλος της οικογένειας Παυλίδη που διοίκησε την επιχείρηση καθώς και να αναδείξουν την ιστορία του Εργοστασίου Παυλίδη και τη σημασία που έχει για την περιοχή των Πετραλώνων και γενικότερα για την οδό Πειραιώς.

Το Εργοστάσιο Παυλίδης, ένας εμβληματικός χώρος με ιστορία 145 ετών, αποτελεί κύτταρο ανάπτυξης, καινοτομίας, απασχόλησης, πολιτισμού και εκπαίδευσης στην περιοχή της Αθήνας. Αποτελεί πλέον ένα τοπωνύμιο με μακρά παράδοση που συνεχίζει να σηματοδοτεί την εξέλιξη και την ιστορική συνέχεια με παρελθόν, παρόν και μέλλον.

Η κίνηση αυτή αποτελεί αναγνώριση της συμβολής του Δημητρίου Παυλίδη στην ανάπτυξη του εργοστασίου και αντανακλά όλη την ένδοξη πορεία της σοκολατοποιίας Παυλίδη από την εποχή του Σπυρίδωνα Παυλίδη και την ίδρυση του “Γλυκυσματοποιείου Παυλίδου” το 1842, στη συμβολή των οδών

Βύσσης και Αιόλου στην Αθήνα, την οικοδόμηση του Εργοστασίου Παυλίδη στην οδό Πειραιώς το 1876, έως και σήμερα που συνεχίζει να είναι μια σύγχρονη, τεχνολογικά εξελιγμένη και ασφαλής μονάδα παραγωγής.

Παράλληλα όμως, η Σοκολάτα Υγείας Παυλίδη γιορτάζει φέτος τα 160 χρόνια παρουσίας της στην Ελληνική αγορά. Από το 1861 έως σήμερα, η αγαπημένη και χαρακτηριστική γεύση της Σοκολάτας Υγείας Παυλίδη αποτελεί τη διαχρονική σταθερή αξία πολλών γενεών.

Ο Σπυρίδωνας Παυλίδης ήταν αυτός που έφερε τη σοκολάτα στην Ελλάδα το 1861, δημιουργώντας τη Σοκολάτα Υγείας Παυλίδη, την πρώτη σοκολάτα που παράχθηκε στη χώρα. Καθώς το μη παστεριωμένο γάλα οδηγούσε σε σοβαρά προβλήματα υγείας, ο Σπυρίδωνας Παυλίδης έφτιαξε τη δική του σοκολάτα χωρίς γάλα, για να διασφαλίσει την άριστη ποιότητα του προϊόντος, και την ονόμασε... “Υγείας”.

Με τις αμέτρητες διακρίσεις της και τη διαχρονική της συσκευασία να αποτελούν αναλλοίωτα χαρακτηριστικά που αναδεικνύουν τη μακρόχρονη ιστορία της, η Σοκολάτα Υγείας Παυλίδη έχει αναπτύξει μια βαθιά, μοναδική σχέση με το καταναλωτικό κοινό, τοποθετώντας την υψηλά στις προτιμήσεις του για πολλές δεκαετίες.

Από τότε μέχρι και σήμερα αποτελεί μία σοκολάτα σύμβολο, που βρίσκεται πάντα δίπλα στους Έλληνες καταναλωτές, τόσο στις εύκολες όσο και τις δύσκολες στιγμές του. Σε συνδυασμό με τον εορτασμό των 160 χρόνων της σοκολάτας Υγείας Παυλίδη, κυκλοφορεί η νέα επετειακή-συλλεκτική συσκευασία αναδεικνύοντας την παρουσία και τον αναλλοίωτο χαρακτήρα της στη διάρκεια των ετών.



Η Mondelez International εξαγόρασε τη Chipita, μια Ευρωπαϊκή εταιρεία σνακ υψηλής ανάπτυξης

Η Mondelez International ανακοίνωσε τη συμφωνία για την εξαγορά της Chipita, μιας εταιρείας με ηγετικό ρόλο και υψηλούς ρυθμούς ανάπτυξης στην κατηγορία προϊόντων ζύμης και πρωινού σνακ στην Κεντρική και Ανατολική Ευρώπη.

Η Chipita, η οποία ιδρύθηκε στην Ελλάδα πριν από 40 χρόνια, είχε έσοδα περίπου 580 εκατομμύρια δολάρια το 2020 και διαθέτει αποδεδειγμένο ιστορικό σταθερής, αναπτυξιακής πορείας που προέρχεται από το προϊόντικό της χαρτοφυλάκιο με κρουασάν και προϊόντα ζύμης, συμπεριλαμβανομένων των 7Days, Chipicao και Fineti.

Η Chipita ήταν στην πρώτη γραμμή της εξέλιξης και της ανάπτυξης σε αυτόν τον τομέα σε πολλές χώρες, λόγω της ισχυρής καινοτομίας

της και των δυνατοτήτων παραγωγής που διαθέτει.

“Καλωσορίζουμε στην οικογένεια της Mondelez International τα γευστικά προϊόντα ζύμης της Chipita τα οποία δίνουν περαιτέρω ώθηση στη στρατηγική μας για να γίνουμε ένας παγκόσμιος ηγέτης στην ευρύτερη κατηγορία των σνακ”, δήλωσε ο Dirk Van de Put, Πρόεδρος & Διευθύνων Σύμβουλος της Mondelez International. “Τα εμβληματικά brands και η σημαντική παρουσία της Chipita σε τόσες πολλές ελκυστικές αγορές αποτελούν ένα ισχυρό στρατηγικό συμπλήρωμα στο υπάρχον χαρτοφυλάκιο μας και στις μελλοντικές μας φιλοδοξίες για ανάπτυξη στην Ευρώπη και πέραν αυτής”.

Τα προϊόντα της Chipita, που παράγονται σε 13 εργοστάσια και πωλούνται σε περισσότερες από 50 χώρες, προσεγγίζουν δύο δισεκατομμύρια καταναλωτών. Η εξαγορά θα δώσει τη δυνατότητα στη Mondelez International να προσφέρει στους καταναλωτές ένα πλήρες χαρτοφυλάκιο προϊόντων αρτοποιίας, όπως μπισκότα, κέικ και, τώρα για πρώτη φορά, προϊόντα ζύμης και να

καλύψει την αυξανόμενη καταναλωτική ζήτηση για αυτό το κομμάτι της αγοράς.

Ο Διευθύνων Σύμβουλος της Chipita, Σπύρος Θεοδωρόπουλος, δήλωσε: “Η Chipita για περισσότερα από 40 έτη στηριζόμενη στην ποιότητα και την καινοτομία δημιούργησε μία νέα κατηγορία σνακ που οι καταναλωτές αγάπησαν διεθνώς. Είμαι βέβαιος ότι η εξαγορά της Chipita από την Mondelez International - μία από τις κορυφαίες εταιρείες σνακ στον κόσμο - θα δημιουργήσει νέες προοπτικές για τους ανθρώπους της και τα προϊόντα της.”

Εκτός από την προσθήκη μιας νέας κατηγορίας στο προϊόντικό χαρτοφυλάκιο της Mondelez International, η εξαγορά αυτή θα ενισχύσει επίσης σημαντικά την παρουσία της εταιρείας στις ταχέως αναπτυσσόμενες αγορές της Κεντρικής και Ανατολικής Ευρώπης όπου η δραστηριότητα της Chipita είναι ιδιαίτερα καλά τοποθετημένη.

Η Mondelez International θα χρησιμοποιήσει το δίκτυο διανομής της Chipita στην Κεντρική και Ανατολική Ευρώπη για να ενισχύσει τη δική της διανομή και να συνεχίσει να φέρνει τις μάρκες της στην περιοχή και πέραν αυτής. Η συμφωνία θα προσφέρει επίσης ευκαιρίες καινοτομίας και συνδυασμού σημάτων φέρνοντας τις εμβληματικές μάρκες σοκολάτας της Mondelez International σε νέες κατηγορίες.

Με την πάροδο του χρόνου, η Mondelez International αναμένει να επιτύχει εκτενείς συνέργειες και μια σειρά από οφέλη στην Chipita, συμπεριλαμβανομένης της ευρείας τεχνονγνωσίας στον τομέα των προμηθειών και της παραγωγής, αξιοποιώντας τις υπάρχουσες διαφοροποιημένες δυνατότητες της Chipita.

Το τίμημα της εξαγοράς ανέρχεται σε περίπου δύο δισεκατομμύρια δολάρια και υπόκειται σε ορισμένες προσαρμογές κατά την ολοκλήρωση της συναλλαγής. Το εν λόγω τίμημα χρηματοδοτήθηκε μέσω ενός συνδυασμού έκδοσης νέου δανεισμού και υφιστάμενων ρευστών διθεσίμων.

Η Mondelez International εκτιμά ότι η συναλλαγή θα συμβάλλει στην άμεση αύξηση των κερδών ανά μετοχή. Η συναλλαγή τελεί υπό την έγκριση αρχών ανταγωνισμού και την πλήρωση τελικών όρων. Στο πλαίσιο της συμφωνίας δεν περιλαμβάνεται η εταιρεία Π.Γ. ΝΙΚΑΣ ΑΒΕΕ και τα δικαιώματα μειοψηφίας στην κοινοπραξία της Chipita στην Ινδία.

Η απόκτηση της Chipita αποτελεί ένα ακόμα βήμα στη συνεχή επέκταση της Mondelez International σε γρήγορα αναπτυσσόμενες κατηγορίες της αγοράς των σνακ. Το 2021, η εταιρεία απέκτησε την Grenade, μια κορυφαία εταιρεία προϊόντων υψηλής διατροφικής αξίας στο Ηνωμένο Βασίλειο, την Gourmet Food Holdings, μια κορυφαία Αυστραλιανή εταιρεία τροφίμων στην ελκυστική κατηγορία των premium μπισκότων και κράκερ, και την Hu, μια εταιρεία στην κατηγορία του well-being σνακ στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής.



Η ΔΩΔΩΝΗ αφιέρωσε τη φετινή παγκόσμια ημέρα γάλακτος στους ανθρώπους της

Με ένα ρεαλιστικό τηλεοπτικό σποτ η γαλακτοβιομηχανία ΔΩΔΩΝΗ γιόρτασε τη φετινή Παγκόσμια Ημέρα Γάλακτος (1η Ιουνίου), θέλοντας έτσι να αναδείξει τη σημαντική προσφορά των ανθρώπων της, οι οποίοι εδώ και μισό αιώνα αποτελούν κυρίαρχο κομμάτι της ιστορίας της.

Μέσα από μια ισχυρή αναπαράσταση, η ΔΩΔΩΝΗ προέβαλε την αδιάκοπη προσπάθεια που καταβάλλεται από τον κάθε εργαζόμενο και παραγωγό της καθημερινά, οι οποίοι ανεξάρτητα των συνθηκών είναι πάντα εκεί μαζί της, δίνοντας τον καλύτερο τους εαυτό. Έτσι, η εταιρεία αναγνωρίζει τη συμβολή των ανθρώπων της στην παραγωγή των αυθεντικών προϊόντων ΔΩΔΩΝΗ, για τα οποία χρησιμοποιεί μόνο 100% ελληνικό γάλα, το κύριο συστατικό της Γεύσης του Καλού.

Διαθέτοντας τη μεγαλύτερη ζώνη γάλακτος στην Ελλάδα, αναπόσπαστο κομμάτι της ταυτότητας της ΔΩΔΩΝΗ αποτελούν οι χιλιάδες μικροί και μεγάλοι τοπικοί παραγωγοί, με τους οποίους η εταιρεία διατηρεί σταθερά μακροχρόνια σχέση αμοιβαίας εμπιστοσύνης και αξιοπιστίας, υποστηρίζοντας έμπρακτα τον πρωτογενή τομέα της Ηπείρου και συνολικά της χώρας.

Η Βίκυ Παπουτσάκη, Marketing Manager της ΔΩΔΩΝΗ, δήλωσε σχετικά: “Για την οικογένεια της ΔΩΔΩΝΗ, η Παγκόσμια ημέρα γάλακτος είναι μια ημέρα γιορτής. Φέτος, την γιορτάζουμε για 6η συνεχόμενη χρονιά και μέσα από μία ξεχωριστή διαφημιστική ταινία, την αφιερώσουμε στους ανθρώπους της ΔΩΔΩΝΗ, για όλα όσα προσφέρουν στην εταιρεία καθημερινά. Παράλληλα, θέλουμε να τη γιορτάσουμε μαζί με τους καταναλωτές μας, οι οποίοι μας εμπιστεύονται και μας προτιμούν όλα αυτά τα χρόνια”.

Χρυσή διάκριση για την Ολυμπιακή Ζυθοποιία στα Health & Safety Awards 2021

Η Ολυμπιακή Ζυθοποιία βραβεύτηκε με “Gold” βραβείο στην κατηγορία “Κουλτούρα Υγείας και Ασφάλειας / Health & Safety Culture” στα φετινά Health & Safety Awards, που διοργανώθηκαν από την Boussias Communications. Σκοπός των βραβείων είναι η ανάδειξη των καλύτερων πρακτικών Υγείας και Ασφάλειας στην Εργασία, επιβραβεύοντας τις εταιρείες που δημιουργούν και διατηρούν ασφαλείς χώρους εργασίας, αναπτύσσουν κουλτούρα προληπτικής υγείας και ασφάλειας και αποτελούν παραδείγματα προς μίμηση στον κλάδο τους.

Η δημιουργία Κουλτούρας Μηδενικών Ατυχημάτων (Zero Accidents Culture) συνιστά έναν από τους τέσσερις πυλώνες βιώσιμης ανάπτυξης του Ομίλου Carlsberg και της Ολυμπιακής Ζυθοποιίας, στο πλαίσιο της στρατηγικής “Together Towards Zero”. Στόχο της εταιρείας αποτελεί η συνεχής μείωση των ατυχημάτων στους χώρους εργασίας κάθε χρόνο, με αποτέλεσμα τον εκμηδενισμό τους έως το 2030.

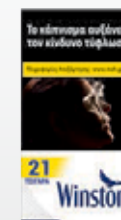
Για την επίτευξη των στόχων αυτών, δημιουργήθηκαν οι πέντε “Κανόνες Ζωής”, στους οποίους εκπαιδεύονται όλοι οι εργαζόμενοι του Ομίλου, με ειδικές εξειδικεύσεις αναλόγως του πόστου και της φύσης της εργασίας τους. Οι εργαζόμενοι συμμετέχουν ενεργά στον εντοπισμό και στην καταγραφή περιστατικών ασφαλείας, ενώ η ειδική ομάδα H&S Ambassadors αναλύει τα δεδομένα σε μηνιαία βάση, θέτει προτεραιότητες και διαχειρίζεται τη γνώση σε όλα τα τμήματα. Ως αποτέλεσμα, το 2020 καταγράφηκε μείωση των ατυχημάτων κατά 33% σε σύγκριση με το 2019, με παράλληλη αύξηση του ποσοστού συμμόρφωσης στους κανόνες ασφαλείας κατά 16%.

Ο Στράτος Γεωργόπουλος, Environmental, Health & Safety Supervisor, σημείωσε σχετικά: “Στην Ολυμπιακή Ζυθοποιία, η Υγεία και η Ασφάλεια των ανθρώπων μας είναι βασική και σταθερή προτεραιότητά μας. Σε αυτή την κατεύθυνση, εφαρμόζουμε ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα για τη συνεχή μείωση των ατυχημάτων, ιδιαίτερα αυτών που μπορεί να προκαλέσουν σοβαρό τραυματισμό, σε όλες τις εγκαταστάσεις μας πανελλαδικά. Παράλληλα, αξιολογούμε διαρκώς τους κινδύνους και προχωρούμε σε βελτιώσεις και εκπαιδεύσεις, ώστε να εξασφαλίσουμε την προστασία των εργαζομένων σε όλο το φάσμα της λειτουργίας μας. Κάθε μέρα, επιδιώκουμε να γινόμαστε καλύτεροι, υπηρετώντας τον εταιρικό σκοπό μας, να “Ζυθοποιούμε για ένα καλύτερο σήμερα και αύριο”.

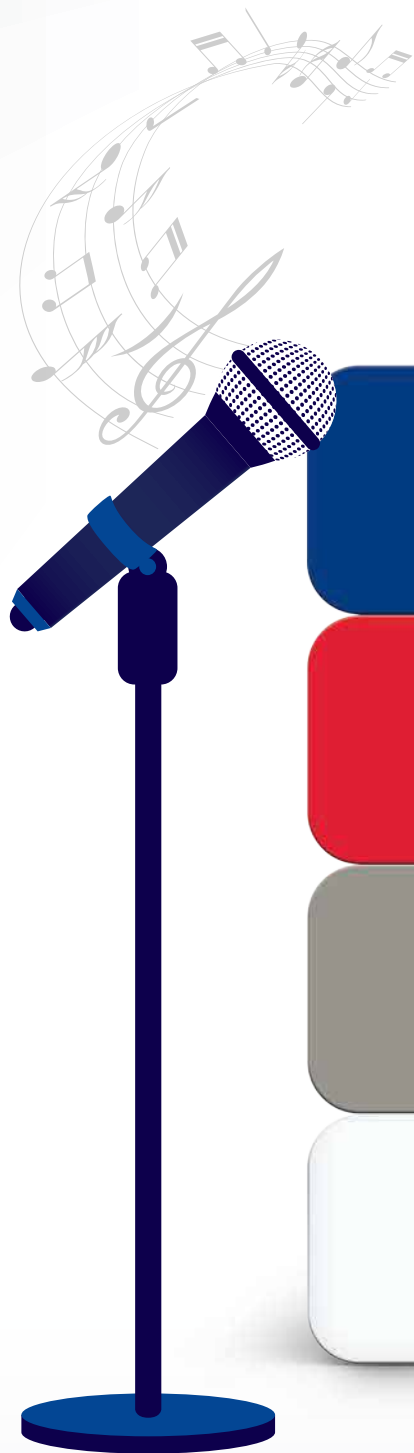




ΓΙΑ ΛΙΓΕΣ ΕΜΦΑΝΙΣΕΙΣ



Το Υπουργείο Υγείας προειδοποιεί: **ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜ Α ΒΛΑΠΤΕΙ ΣΟΒΑΡΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ**



ΓΙΑ ΛΙΓΕΣ ΕΜΦΑΝΙΣΕΙΣ



Το Υπουργείο Υγείας προειδοποιεί:
ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΒΛΑΠΤΕΙ ΣΟΒΑΡΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ