

Συμβαίνουν

ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΗ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑ ΑΠΟ ΤΑ ΜΕΣΑΝΥΚΤΑ ΕΩΣ ΤΙΣ 6 ΤΟ ΠΡΩ΄Γ΄

Άρση μέτρων: Αυστηρή σύσταση για περιορισμένη κυκλοφορία από τις 12 το βράδυ

Από τη Δευτέρα καταργείται το SMS στο 13033 για την μετακίνηση, αυτό όμως δεν σημαίνει ότι οι περιορισμοί στην κυκλοφορία δεν ισχύουν..

Θα υπάρξει χρονικός περιορισμός καθώς οι κυβερνητικές ανακοινώσεις είναι ξεκάθαρες: «Αυστηρή σύσταση για περιορισμένη κυκλοφορία σε ανοιχτούς δημόσιους χώρους από τις 12 πμ έως τις 6 πμ».

«Από τη Δευτέρα 4 Μαΐου το καθημερινό μας στοίχημα τροποποιείται από το μένουμε σπίτι στο περνάμε στη σταδιακή κινητικότητα όπου το μείζον είναι ότι τηρούμε όλοι τους κανόνες προστασίας που συνοδεύουν τη σταδιακή άρση του κάθε μέτρου», τόνισε νωρίτερα ο υφυπουργός Πολιτικής Προστασίας και Διαχείρισης Κρίσεων, Νίκος Χαρδαλιάς. Σε αυτό το πλαίσιο, έστειλε το μήνυμα πως όσο πιο αυστηρά τηρήσουμε τους κανόνες στα νέα μας βήματα τόσο πιο σίγουρα θα προετοιμαζόμαστε για τα επόμενα.

Επίσης σημείωσε πως μέχρι την ημέρα που η επιστημονική κοινότητα με την κατάλληλη θεραπεία θα δώσει ένα τέλος στον εφιάλτη που βιώνουμε, πρέπει να παραμείνουμε υπεύθυνοι, αλλά κυρίως реалиστές

-Κωνσταντίνα Ντέλλου-

ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ



Η efimerisdiakirixeon.gr είναι πιστοποιημένο Μέλος, ως ηλεκτρονικό μέσο ενημέρωσης, της Πλατφόρμας e-media της Γενικής Γραμματείας Ενημέρωσης και Επικοινωνίας.

ΔΙΑΓΓΕΛΜΑ ΠΡΩΘΥΠΟΥΡΓΟΥ ΣΤΟΥΣ ΠΟΛΙΤΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΣΤΑΔΙΑΚΗ ΑΡΣΗ ΤΩΝ ΜΕΤΡΩΝ

Ο πρωθυπουργός Κυριάκος Μητσοτάκης απηύθυνε διάγγελμα στους πολίτες για την σταδιακή άρση των μέτρων εν μέσω της πανδημίας κορωνοϊού. «Αποδεχτήκαμε, ως κοινωνία, την ανάγκη να παραλύσει η οικονομική δραστηριότητα για να σώσουμε ανθρώπινες ζωές», είπε ξεκινώντας ο πρωθυπουργός, τονίζοντας πως τα μέτρα απέδωσαν και τα νέα κρούσματα έχουν περιοριστεί στο ελάχιστο. «Πιο σημαντική, όμως, είναι η σταθερή μείωση των ασθενών με κορωνοϊό στα νοσοκομεία. Όπως και η υποχώρηση του αριθμού των συμπολιτών μας που είναι διασωληνωμένοι στις Μονάδες Εντατικής Θεραπείας». «Προετοιμαζόμαστε για το δεύτερο στάδιο του σχεδίου μας. Προσοχή, όμως: Δεν πρόκειται για τον επίλογο της περιπέτειας, αλλά για μια συνέχεια», πρόσθεσε τονίζοντας πως η έξοδος από την καραντίνα θα γίνεται βήμα - βήμα καθώς κανείς δεν μπορεί να αποκλείσει μια πιθανή αναζωπύρωση της απειλής. Ο πρωθυπουργός διαβεβαίωσε πως το πρόγραμμα της επόμενης φάσης είναι «απόλυτα μελετημένο» και μπορεί να κλιμακώνεται ανά εβδομάδα αλλά θα αξιολογείται ανά 24ωρο, από ένα μεικτό Παρατηρητήριο Κυβέρνησης, Υπηρεσιών Υγείας και Πολιτικής Προστασίας. Ο κ. Μητσοτάκης παρουσίασε συνοπτικά το χρονοδιάγραμμα της άρσης των μέτρων. Πιο αναλυτικά: -Στις 4 Μαΐου, καταργείται η αποστολή SMS - συμπλήρωση γραπτής βεβαίωσης για την έξοδο από το σπίτι. Ωστόσο θα παραμείνουν σε ισχύ οι περιορισμοί για τις εκτός περιφέρειας μετακινήσεις, για τουλάχιστον δύο εβδομάδες ακόμα. -Την ίδια ημέρα θα ανοίξουν και ορισμένες επιχειρήσεις λιανεμπορίου, όπως βιβλιοπωλεία, καταστήματα ηλεκτρονικών και αθλητικών ειδών και ΚΤΕΟ. -Θα επιτρέπεται η υπαίθρια ατομική άθληση τόσο σε στεριά όσο και σε θάλασσα αλλά οι οργανωμένες παραλίες θα παραμείνουν προς το παρόν κλειστές. -Τέλος, 4 Μαΐου θα ανοίξουν και οι ναοί αλλά μόνο για ατομική λατρεία. Στις 11 Μαΐου θα ανοίξουν οι υπόλοιπες επιχειρήσεις του λιανεμπορίου, πλην των εμπορικών κέντρων και θα επιστρέψουν στις τάξεις οι μαθητές της Γ΄ Λυκείου. Σε όλες τις περιπτώσεις θα ισχύσουν οι κανόνες για την αποτροπή μεγάλων συνανθροίσεων ή συγχρωτισμού. Στις 17 Μαΐου θα επιτραπεί η συμμετοχή πιστών στην τέλεση της Θείας Λειτουργίας και άλλων ακολουθιών, με αυστηρούς κανόνες που θα καταρτιστούν σε συνεργασία και με την Διαρκή Ιερά Σύνοδο. Στις 18 Μαΐου θα ανοίξουν τα σχολεία και για τους μαθητές των υπόλοιπων τάξεων της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Την 1η Ιουνίου θα επαναλειτουργήσουν τα εμπορικά κέντρα και θα ανοίξουν επιχειρήσεις εστίασης, με προϋποθέσεις που μένει να προσδιοριστούν. Την ίδια ημέρα θα ανοίξουν τα ξενοδοχεία 12μηνης λειτουργίας ενώ, όπως είπε ο κ. Μητσοτάκης, ενδέχεται να ανοίξουν τα Δημοτικά σχολεία και τα νηπιαγωγεία, εφόσον το επιτρέπουν τα επιδημιολογικά δεδομένα. Εκείνη την ημέρα θα λειτουργήσουν και πάλι υπηρεσίες της Δικαιοσύνης. «Απίθανο να επιτραπούν φεστιβάλ και συναυλίες» Όπως είπε ο Κυριάκος Μητσοτάκης, κρίνεται απίθανο να επιτραπούν μέσα στο καλοκαίρι οι μεγάλες συναθροίσεις, όπως φεστιβάλ, συναυλίες ή αθλητικά γεγονότα με θεατές. «Η κρίση θα είναι βαθιά» Ο πρωθυπουργός προειδοποίησε ότι στο άμεσο μέλλον «καταδοκούν δυσκολίες, στην Υγεία αλλά και στην Οικονομία», το παρατεταμένο «πάγωμα» της οποίας έχει κοινωνικό πρόσημο. Γιατί «παγώνει» ταυτόχρονα και τις αδικίες, πλήττοντας πρωτίστως τους πιο αδύναμους. Η σταδιακή επανεκκίνηση, συνεπώς, είναι χρέος κάθε υπεύθυνης κυβέρνησης. Κανείς δεν αρνείται ότι, μετά τον κορωνοϊό, η κρίση θα είναι βαθιά και παγκόσμια». Αναλυτικά το διάγγελμα του Κυριάκου Μητσοτάκη: Εδώ και μήνες η πατρίδα μας, αλλά και ο κόσμος ολόκληρος, δίνει μια μάχη με έναν αόρατο και ύπουλο εχθρό. Πήραμε μέτρα πρωτοφανή για να περιορίσουμε την εξάπλωσή του. Αποδεχτήκαμε, ως κοινωνία, την ανάγκη να παραλύσει η οικονομική δραστηριότητα για να σώσουμε ανθρώπινες ζωές. Μείναμε μακριά από ανθρώπους που αγαπάμε για να τους προστατέψουμε. Δεν πήγαμε στις εκκλησίες μας. Και μείναμε στο σπίτι, ακολουθώντας τις συμβουλές των ειδικών. Επιδείξαμε, επιδείξατε, πρωτοφανή υπευθυνότητα και αλληλεγγύη. Έτσι, η ατομική στάση έγινε συλλογική επιτυχία. Και οι δεσμοί Πολιτείας και πολιτών πλασιώθηκαν από μεταρρυθμίσεις που άλλοτε έμοιαζαν μακρινές ή και αδύνατες:

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΕ ΣΕΛ. 2

ΔΙΕΘΝΗ ΓΕΓΟΝΟΤΑ...

του Νίκου Οικονομάκη

Η ΝΕΑ ΖΗΛΑΝΔΙΑ «ΕΞΑΛΕΙΨΕ» ΤΟΝ ΚΟΡΟΝΟΪΟ!

Τα νέα κρούσματα μόλυνσης υποχώρησαν σε μονοψήφια νούμερα και χθες αναφέρθηκε μόλις ένα νέο θετικό τεστ. «Αυτό μας δίνει την αυτοπεποίθηση ότι καταφέραμε τον στόχο της εξάλειψης, που ποτέ δεν σήμαινε το απόλυτο μηδέν, αλλά σημαίνει πως γνωρίζουμε από που προέρχονται οι περιπτώσεις», δήλωσε στο CNN η Γενική Διευθύντρια Υγείας της Νέας Ζηλανδίας, Ασλεϊ Μπλούμφιλντ, προσθέτοντας πως υπάρχει μόνο ένα κρούσμα, από την 1η Απριλίου, για το οποίο οι αρχές εξακολουθούν να διερευνούν την προέλευση της μόλυνσης.

Η χώρα των 4,9 εκατομμυρίων κατοίκων βγαίνει από καραντίνα «επιπέδου 4», διάρκειας σχεδόν πέντε εβδομάδων, με την πρωθυπουργό Τζασίντα Άρντερν να χαρακτηρίζει τα μέτρα πήρε τα πιο αυστηρά στην σύγχρονη ιστορία των Νεοζηλανδών.

Σήμερα, περισσότεροι από 400.000 πολίτες επέστρεψαν στις εργασίες τους και η οικονομία τρέχει ξανά σε ποσοστό 75% σύμφωνα με την Άρντερν. Η υποβάθμιση των μέτρων στο «επίπεδο 3», σημαίνει ότι πλέον οι Νεοζηλανδοί θα μπορούν να ψωνίζουν το φαγητό τους σε πακέτο από χώρους εστίασης, και να κάνουν γάμους και κηδείες σε στενό κύκλο δέκα ατόμων.

“ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΩΝ” 1946 - 2020:

Η εφημερίδα που για 73 χρόνια έχει καταστεί συνώνυμη με τις διακηρύξεις, συνεχίζει παράλληλα να «γράφει» ιστορία στον ευρύτερο χώρο της καθημερινής οικονομικής ενημέρωσης καθώς και της ευρύτερης ενημέρωσης μέσω άρθρων, σχολίων, αναλύσεων και ευθυμογραφημάτων, προσηλωμένη πάντα στους κανόνες της πρέπουσας δημοσιογραφικής δεοντολογίας.

ΟΛΕΣ ΟΙ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΙΣ

ΕΙΛΗΣΗ

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΑΠΟ ΣΕΛ. 1

Ψηφιακή δημόσια Διοίκηση που εξυπηρετεί γρήγορα, απλά και εύκολα. Εργασία και Εκπαίδευση από απόσταση. Ένα καλύτερο Εθνικό Σύστημα Υγείας. Και μια Πολιτική Προστασία που απέδειξε ότι μπορεί να βρεθεί δίπλα μας σε κάθε ανάγκη. Όλα αυτά δεν ήταν προϊόν τύχης, αλλά σκληρής δουλειάς. Οι μεγάλες επιτυχίες οφείλονται στους πολλούς μικρούς ήρωες, που ανταποκρίνονται στο κάλεσμα της ευθύνης. Και οι ήρωες αυτοί είναι ο καθένας και η καθεμία σας. Σας ευχαριστώ που κάνατε την πατρίδα μας παράδειγμα σε ολόκληρο τον κόσμο. »Σήμερα, μπορούμε πια να πούμε με ασφάλεια ότι τα μέτρα που πήραμε απέδωσαν. Τα δεδομένα δεν επιδέχονται αμφισβήτηση: Εδώ και μέρες, τα νέα κρούσματα έχουν περιοριστεί στο ελάχιστο. Πιο σημαντική, όμως, είναι η σταθερή μείωση των ασθενών με κορονοϊό στα νοσοκομεία. Όπως και η υποχώρηση του αριθμού των συμπολιτών μας που είναι διασωληνωμένοι στις Μονάδες Εντατικής Θεραπείας. Θέλω να εκφράσω τη συμπαράστασή μου στις οικογένειες που έχασαν τους αγαπημένους τους. Ο πόνος τους δεν απαλύνεται από το γεγονός ότι στην Ελλάδα είχαμε πολύ λιγότερα θύματα από σχεδόν όλες τις ευρωπαϊκές χώρες. Καθώς περιορίσαμε το πρώτο κύμα του ιού, είμαστε πια έτοιμοι να περάσουμε στη 2η φάση του σχεδίου μας: Στη σταδιακή αποκλιμάκωση των μέτρων, καθώς σήμερα είμαστε πιο έτοιμοι απ' όση πριν από τρεις μήνες. Μπορούμε να κάνουμε πολύ περισσότερα τεστ, άρα να εντοπίζουμε γρηγορότερα πιθανές νέες εστίες του ιού. Η Πολιτική Προστασία ενισχύεται κι άλλο, για να μπορεί να ιχνηλατεί επαφές γρήγορα και αποτελεσματικά. Και τα νοσοκομεία μας διαθέτουν περισσότερο ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό. Περισσότερα και καλύτερα εξοπλισμό. Μεγαλύτερη εμπειρία. Και καλύτερη οργάνωση. Διαθέτουμε, ωστόσο, και δύο ακόμα συμμάχους: Τον καλό καιρό, που θα μας επιτρέπει να περνάμε περισσότερο χρόνο έξω. Και, το σημαντικότερο, εναισθητοποιημένους και ενημερωμένους πολίτες που γνωρίζουν, πλέον, τι πρέπει και τι δεν πρέπει να κάνουν: Τηρούν σχολαστικά τα μέτρα ατομικής υγιεινής. Δεν κάνουν χειραγριές. Κρατάμε αποστάσεις. Φροντίζουμε ιδιαίτερα τους ελάστωτους συμπολίτες μας. Και μένουμε μέσα αν έχουμε βήχα ή πυρετό, ενημερώνοντας τον γι' αυτό μας. Ακούμε τις συμβουλές των ειδικών για την προστατευτική μάσκα. Η χρήση της ίσως θα καλύπτει κάποια χαρακτηριστικά μας. Θα σηματοδοτεί, όμως, το σοβαρό πρόσωπο της ευθύνης μας. Όλα αυτά πρέπει να μας γίνουν δεύτερη φύση, γιατί δεν υπάρχει επιστροφή στην «προ κορωνοϊού πραγματικότητα». Ζούμε, ήδη, αλλιώς. Προετοιμαζόμαστε για το δεύτερο στάδιο του σχεδίου μας. Προσοχή, όμως: Δεν πρόκειται για τον επίλογο της περιπέτειας, αλλά για μια συνέχεια. Θα το ξαναπώ: Η έξοδος από την каранτίνα θα γίνεται βήμα - βήμα. Κανείς δεν μπορεί να αποκλείσει μια πιθανή αναζωπύρωση της απειλής. Στόχος μας θα είναι να την εντοπίζουμε γρήγορα, ώστε οι όποιοι νέοι περιορισμοί να έχουν τοπικό χαρακτήρα και να μην αφορούν όλη την επικράτεια. Το σχέδιο μας για το επόμενο δίμηνο είναι εξαιρετικά αναλυτικό και επεξεργασμένο. Είναι όμως αυτό που δηλώνει η

λέξη: Σχέδιο. Άρα, θα υπόκειται σε αναθεωρήσεις, ανάλογα με τις εξελίξεις των πραγμάτων και τις οδηγίες των ειδικών. Και μόνο η πειθαρχία του κάθε πολίτη θα είναι αυτή που θα κρίνει την επιτυχία του. Κάποιες αρχές, πάντως, παραμένουν αδιαπραγμάτευτες. Προτεραιότητά μου ήταν και παραμένει η ζωή και η υγεία των Ελλήνων. Επιλογή μου είναι η κάθε απόφαση να έχει τη σφραγίδα της επιστημονικής γνώσης. Και στην ενημέρωση του πολίτη να υπάρχει απόλυτη διαφάνεια, ειλικρίνεια και λογοδοσία. Σας εμπιστεύτηκα και σεεί εμπιστευτήκατε όχι μόνο μένα, αλλά και την Ελληνική Πολιτεία. Που δεν είναι άλλη, τελικά, από τη συλλογική μας υπόσταση. Και καθώς περνάμε στη δεύτερη φάση, αυτοί οι δεσμοί εμπιστοσύνης πρέπει να διατηρηθούν άρρηκτοι. Ο Μάιος δεν είναι Μάρτιος. Τότε, έπρεπε να αμυνθούμε για την υγεία μας και να σώσουμε ζωές, μένοντας σπίτι. Ενώ τώρα καλούμαστε να ξαναγυρίσουμε μεθοδικά, σταδιακά, σε κάποιες από τις γνώριμες δραστηριότητές μας. Το νέο μας σύνθημα, λοιπόν, είναι «Μένουμε Ασφαλείς». Βγαίνουμε από το σπίτι, όμως μένουμε πάντα υπεύθυνοι. Αγαπητοί μου συμπολίτες, Μετά από τις εισηγήσεις της Επιστημονικής Επιτροπής της Επιτροπής σήμερα να ανακοινώσω τους άξονες μιας «γέφυρας ασφάλειας» προς τη νέα καθημερινότητα: Από την επόμενη Δευτέρα, 4 Μαΐου, αίρονται οι περιορισμοί στην μετακίνηση των πολιτών. Καταργούνται, με άλλα λόγια, η γραπτή άδεια και τα σχετικά SMS.

Θα εξακολουθήσουν, όμως, να ισχύουν για τουλάχιστον δύο εβδομάδες οι περιορισμοί στην κυκλοφορία εκτός νομού της κατοικίας μας. Η ατομική άθληση θα επιτρέπεται στους ανοικτούς χώρους και στη θάλασσα. Αλλά οι οργανωμένες παραλίες θα παραμένουν ακόμα κλειστές. Την ίδια μέρα θα λειτουργήσουν και ορισμένα είδη καταστημάτων και υπηρεσιών. Αναφέρω ενδεικτικά: Βιβλιοπωλεία, ηλεκτρονικά είδη, ΚΤΕΟ και καταστήματα αθλητικών ειδών. Όπως και τα κομμωτήρια, πάντα όμως με ραντεβού. Το υπόλοιπο λιανεμπόριο θα επανεικινήσει την Δευτέρα 11 Μαΐου, εκτός των εμπορικών κέντρων. Αυτά θα ανοίξουν την 1η Ιουνίου. Σε όλα τα καταστήματα, βεβαίως, θα ισχύουν όροι που θα περιορίσουν την πυκνότητα των επισκεπτών. Και θα λαμβάνονται αυστηρά μέτρα προστασίας των εργαζομένων. Επιτρέψτε μου, εδώ, μία αναφορά στην Εκκλησία: Ευχαριστώ τον Αρχιεπίσκοπο και τον κλήρο για την κατανόηση και τη συνεργασία μας. Δεν ήταν εύκολη για κανέναν μας η εμπειρία του φετινού Πάσχα. Αποδείχθηκε, όμως, ότι ήταν αναγκαία για όλους. Από τις 4 Μαΐου οι εκκλησίες θα είναι ανοιχτές για ατομική λατρεία. Και από την Κυριακή 17 Μαΐου οι πιστοί θα μπορούν να συμμετέχουν και στη Θεία Λειτουργία και στις υπόλοιπες ακολουθίες. Πάντα όμως με αυστηρούς κανόνες που θα συμφωνηθούν με την Ιερά Σύνοδο και την επιστημονική κοινότητα. Στην Εκπαίδευση, τα μαθήματα της Γ' Λυκείου θα αρχίσουν ξανά στις 11 Μαΐου. Μια εβδομάδα μετά θα ακολουθήσουν οι υπόλοιπες τάξεις του Λυκείου αλλά και το Γυμνάσιο. Τα σχολεία, όμως, θα λειτουργήσουν με άλλους κανόνες που θα περιορίσουν -όσο αυτό είναι εφικτό- τον συγχρωτισμό. Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση θα

εξακολουθεί να υποστηρίζει παιδιά τα οποία, για ειδικούς λόγους, δεν πρέπει να έρθουν στη τάξη. Δημοτικά και νηπιαγωγεία παραμένουν κλειστά. Ενδέχεται, επαναλαμβάνω ενδέχεται, να ανοίξουν την 1η Ιουνίου και μόνο αν είμαστε απολύτως σίγουροι ότι η πορεία της επιδημίας θα είναι καθοδική. Αύριο, η Υπουργός Παιδείας θα κάνει μια πιο αναλυτική ενημέρωση. Βρίσκεται σε συνεχή συνεννόηση με την Επιτροπή Επισημών για την καλύτερη δυνατή εφαρμογή των μέτρων προστασίας των παιδιών μας αλλά και των εκπαιδευτικών. Την 1η Ιουνίου ξεκινά και η δραστηριότητα στον τομέα της Εστίασης, πάντα με προϋποθέσεις, που θα έχουν μέχρι τότε συμφωνηθεί. Την ίδια μέρα θα ανοίξουν τα ξενοδοχεία 12μηνης λειτουργίας. Και τότε θα ενεργοποιηθεί και το δεύτερο κύμα εργασιών της Δικαιοσύνης. Μέσα στον Ιούνιο, τέλος, και ανάλογα με τις εξελίξεις, θα απελευθερωθεί σταδιακά και η υπόλοιπη οικονομική δραστηριότητα. Κρίνεται απίθανο ωστόσο να επιτραπούν μέσα στο καλοκαίρι οι μεγάλες συναθροίσεις, όπως φεστιβάλ, συναυλίες ή αθλητικά γεγονότα με θεατές. Όπως γίνεται σαφές, το πρόγραμμα της επόμενης φάσης είναι απόλυτα μελετημένο. Θα κλιμακώνεται ανά εβδομάδα αλλά θα αξιολογείται ανά 24ωρο, από ένα μικτό Παρατηρητήριο Κυβέρνησης, Υπηρεσιών Υγείας και Πολιτικής Προστασίας. Συμπολίτες μου, Αναλυτικές λεπτομέρειες του μεταβατικού σχεδίου θα ανακοινωθούν αμέσως μετά. Κάθε Υπουργείο, άλλωστε, έχει επεξεργαστεί και επιμέρους επιχειρησιακά σχέδια, γιατί προσαρμογές θα υπάρξουν και στο σύνολο του Δημοσίου. Για παράδειγμα, η εργασία από το σπίτι και η ηλεκτρονική εξυπηρέτηση των πολιτών πρέπει να επεκταθούν. Τα νοσοκομεία να γυρίσουν σε ομαλότερους ρυθμούς, ώστε να καλύψουν πιο αποτελεσματικά όλα τα τρέχοντα περιστατικά. Όπως και οι ώρες προσέλευσης των υπαλλήλων να μεταβληθούν για να αποφευχθεί ο συνωστισμός στους χώρους εργασίας αλλά και στα μέσα συγκοινωνίας. Και τα τελευταία, με τη σειρά τους, να πυκνώσουν τα δρομολόγια στις ώρες αιχμής για να κινούνται με λιγότερους επιβάτες. Κλειδί, πάντως, και για την επιτυχία θα είναι και πάλι η ατομική μας πειθαρχία. Η υπευθυνότητα.

Η εμπιστοσύνη στις οδηγίες των ειδικών. Το αποτέλεσμα που πετύχαμε έως τώρα είναι μεγάλο. Είναι όμως ακόμα εθθραυστο. Το να επιστρέψουμε στις ζωές και στις δουλειές μας είναι πιο δύσκολο από το να μείνουμε σπίτι. Γι' αυτό και όσο χαλαρώνουν οι περιορισμοί, τόσο θα αυξάνεται ο ρόλος της προσωπικής ευθύνης. Το σύνθημα, λοιπόν, «Μένουμε Σπίτι» παραμένει σε ισχύ. Δεν βγαίνουμε χωρίς λόγο. Μένουμε ασφαλείς. Γιατί η επιστροφή δεν πρέπει να οδηγήσει σε υποτροπή. Αλλά σε μία επάνοδο, λογισμένη και υπολογισμένη. Μέχρι τώρα, απέναντι στην πανδημία ορθώθηκε μία αποτελεσματική Πολιτεία, που προστάτεψε τους Έλληνες, κερδίζοντας την εμπιστοσύνη τους. Και αυτοί, με τη σειρά τους, ανέδειξαν τον καλύτερο εαυτό τους: Σεβάστηκαν τις οδηγίες. »Πειθαρχισαν στα μέτρα. Και προφύλαξαν την υγεία τους αλλά και την υγεία των διπλανών τους. Αυτές οι παρακαταθήκες αποτελούν εγγύηση για το αύριο. Γιατί δεν κινητοποιήσαν μόνο πο-

λύτιμα χαρακτηριστικά του λαού μας, που έμεναν χρόνια σε αδράνεια, αλλά και γιατί προσέφεραν μια νέα ποιότητα στην τραυματισμένη από τον λαϊκισμό Δημοκρατία μας. Σκεφτείτε, στο πεδίο της πολιτικής αμβλύθηκαν οι επιφυλάξεις και η παλιά καχυποψία. Τώρα, πλέον, οι Έλληνίδες και οι Έλληνες ακούν τους εκπροσώπους της Πολιτείας, ξέροντας ότι θα τους ακούσουν και εκείνοι. Στην κοινωνική ζωή, ο νόμος τηρήθηκε συνειδητά, χωρίς τον φόβο κάποιας ποινής. Και πρωταγωνιστές έγιναν αθόρυβοι άνθρωποι. Που με τις πράξεις τους, όμως, έγιναν ηχηρά παραδείγματα για όλους. Ενώ και ο καθένας προσωπικά ξανασκέφτηκε, νομίζω, τον ρόλο του μέσα στο σύνολο. Περιοριστήκαμε αλλά δεν χωριστήκαμε. Θα έλεγα ότι ξαναγνωρίστηκε και συστρατευτήκαμε. Ο κορωνοϊός μάς έμαθε, επίσης, ότι η φιλία δεν περιορίζεται σε μία χειραγρία. Ούτε η φροντίδα σε μία αγκαλιά. Και πως όλα, τελικά, μπορούν να εκφραστούν με νέους τρόπους σε μία πρωτόγνωρη κατάσταση. Γιατί, πράγματι, στις 4 Μαΐου όλοι θα συναντηθούμε με μία νέα καθημερινότητα. Και αν τη διαχειριστούμε με ωριμότητα τότε, σταδιακά, θα την βελτιώνουμε για να την κάνουμε όλο και καλύτερη. Μέχρι η επιστήμη να βρει το κατάλληλο εμβόλιο και μία αποτελεσματική θεραπεία, ο ιός θα ζει ανάμεσά μας. Κάποιοι δεν μπορεί παρά να νοσήσουν. Είναι στο χέρι μας αυτοί να είναι όσο το δυνατόν λιγότεροι και να τους παρέχουμε τη φροντίδα που χρειάζονται. Όποιος, λοιπόν, σε λίγο θα κλείνει πίσω του την πόρτα του σπιτιού, ταυτόχρονα θα ανοίγει την πόρτα της ευθύνης. Από την υπομονή, θα περνά στην επιμονή. Και από την αντοχή, στην προσοχή. Γιατί μόνο έτσι ο κίνδυνος θα συρρικνώνεται. Συμπολίτες μου, Ασφαλώς στον καιρό που έρχεται караδοκούν δυσκολίες, στην Υγεία αλλά και στην Οικονομία, το παρατεταμένο «παγωμα» της οποίας έχει κοινωνικό πρόσημο. Γιατί «παγώνει» ταυτόχρονα και τις αδικίες, πλήττοντας πρωτίστως τους πιο αδύναμους. Η σταδιακή επανεκκίνηση, συνεπώς, είναι χρέος κάθε υπεύθυνης κυβέρνησης. Κανείς δεν αρνείται ότι, μετά τον κορωνοϊό, η κρίση θα είναι βαθιά και παγκόσμια. Και καθώς η πανδημία χτύπησε όλους, όλοι θα πρέπει να σηκώσουν και τα βάρη των συνεπειών της. Με τρόπο όμως δικαιο και με συμμάχους την αλήθεια και τον ρεαλισμό. Για όλα αυτά, όμως, θα μιλήσω αναλυτικά και στη Βουλή σύντομα. Στο μεταξύ, Πολιτεία και πολίτες οφείλουμε να συνεχίσουμε τον πόλεμο με τον άδρατο εχθρό, που θα παραμονεύει να χτυπήσει με τον παραμικρό εφησυχασμό. Γι' αυτό και οι αρμόδιοι δεν θα διακόψουν την καθημερινή ενημέρωση. Και το Κράτος θα είναι σε μόνιμη επιφυλακή. Μέσα στην τελευταία δοκιμασία γεννήθηκε μια νέα αισιοδοξία. Μία ανανεωμένη εθνική αυτοπεποίθηση. Είμαι σίγουρος πως και η κοινωνία μας θα απαντήσει με ευθύνη και σοβαρότητα στη νέα πρόκληση που ανοίγεται μπροστά μας: Στην ομαλή, ασφαλή και σταδιακή επιστροφή σε πιο γνώριμους ρυθμούς της καθημερινής ζωής. Όπως το είπαμε: Επιστρέφουμε, αλλά προσέχουμε. Πάνω απ' όλα Μένουμε Ασφαλείς. Στο χέρι μας είναι να τα καταφέρουμε».

Πηγή: www.lifo.gr

ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΩΝ ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

-ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΗΣ: 1946-

• **ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ - ΕΚΔΟΤΗΣ:** Χρήστος - Χαράλαμπος Μάλλιος

• **ΔΙΟΙΚΗΣΗ - ΣΥΝΤΑΞΗ:** Υψηλάντου 18 - Γαλάτσι - Τ.Κ.: 111 46 - Τηλ.: 210- 2130664 Fax: 213 - 0423038

• **ΔΙΕΚΠΕΡΑΙΩΣΗ:** Τηλ.:210 - 2130664. Fax: 213 - 0423038

e-mail.: info@efimerisdiakirixeon.gr

site: www.efimerisdiakirixeon.gr

• **ΨΗΦΙΑΚΗ ΕΚΤΥΠΩΣΗ: PRINT CENTER** - Τρλόλων 145Α - Γαλάτσι -Τ.Κ. 111 46 - Τηλ.: 210- 2922129 - Fax.: 210-2922117 - E-mail: foto_cor@otenet.gr.

Η "Εφημερίς Διακηρύξεων"

είναι μέλος της Ένωσης Ανταποκριτών Ελληνικού Τύπου Εξωτερικού

• Χειρόγραφα και επιστολές προς την Εφημερίδα δεν επιστρέφονται

ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ

Ετήσιες

Ιδιώτες: 80 € internet – 95 € έντυπη.
Εταρίες: 90 € internet – 105 € έντυπη.
Οργανισμοί – Τράπεζες: 100 € internet – 115 € έντυπη.

Εξάμηνες

Ιδιώτες: 45 € internet – 60 € έντυπη.
Εταρίες: 55 € internet – 70 € έντυπη.
Οργανισμοί – Τράπεζες: 65 € internet – 80 € έντυπη.

Οι ανωτέρω τιμές επιβαρύνονται με 6.5% Φ.Π.Α.

ΟΛΕΣ ΟΙ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΙΣ



ΔΗΜΟΣΙΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΗΛΕΚΤΡΙΣΜΟΥ Α.Ε.

Διακήρυξη ΔΥΠ 52620002

1. Η Δημόσια Επιχείρηση Ηλεκτρισμού Α.Ε. (εφεξής ΔΕΗ ή Επιχείρηση), Χαλκοκονδύλη 30, Τ.Κ. 104 32, Αθήνα, προσκαλεί, κατά τις διατάξεις του Βιβλίου Π του ν. 4412/2016 (ΦΕΚ Α' 147), όπως ισχύει για τις εταιρείες του Κεφαλαίου Β του ν. 3429/2005 (ΦΕΚ Α' 314) που δραστηριοποιούνται στον τομέα της ενέργειας, λαμβανομένης υπόψη και της παραγράφου 7 του άρθρου 222 του ν. 4412/2016 και της Διακήρυξης ΔΥΠ 52620002, τους ενδιαφερόμενους σε Ηλεκτρονικό Διαγωνισμό με ανοικτή διαδικασία, για τη σύναψη σύμβασης με αντικείμενο την «Παροχή υπηρεσιών συλλογής και διάθεσης στερεών και άλλων επικινδύνων αποβλήτων ρυπασμένων με καύσιμο από τους σταθμούς ΑΣΠ & ΤΣΠ της ΔΕΗ Α.Ε.». Κριτήριο ανάθεσης της σύμβασης αποτελεί η πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά, η οποία προσδιορίζεται βάσει χαμηλότερου συνολικού τιμήματος. Ο συνολικός προϋπολογισμός, κατά την εκτίμηση της Επιχείρησης ανέρχεται σε € 1.612.890,00. Ο προϋπολογισμός αυτός δεν αποτελεί το ανώτατο όριο προσφοράς.

2. Αρμόδια υπηρεσία της ΔΕΗ για το Διαγωνισμό είναι η Διεύθυνση Υλικού και Προμηθειών (ΔΥΠ), οδός Χαλκοκονδύλη, αριθ. 22, Τ.Κ. 104 32 Αθήνα, αρμόδιος επικοινωνίας είναι η κα Α. Γιαννοπούλου (Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο A1.Giannopoulou@dei.com.gr, τηλέφωνο +30 2103307285, τηλεομοιοτυπία/ fax +30 2105222198) και ο κ. Ιωάννης Ζουμάς (Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο I.Zoumas@dei.com.gr, τηλέφωνο +30 2103307283).

3. Ο ηλεκτρονικός διαγωνισμός θα πραγματοποιηθεί με χρήση της πλατφόρμας “tenderONE” της εταιρείας cosmoONE του Συστήματος Ηλεκτρονικών Συμβάσεων ΔΕΗ, εφεξής Σύστημα, στην ηλεκτρονική διεύθυνση www.marketsite.gr.

Οι προσφορές υποβάλλονται από τους οικονομικούς φορείς ηλεκτρονικά με καταληκτική ημερομηνία και ώρα υποβολής την 09/06/2020 στις 12:00 μ.μ.

Μετά την παρέλευση της ως άνω καταληκτικής ημερομηνίας και ώρας, δεν υπάρχει η δυνατότητα υποβολής προσφοράς.

4. Η παροχή υπηρεσίας θα συνομολογηθεί με διετή διάρκεια από την ημερομηνία της υπογραφής της από τα συμβαλλόμενα μέρη.

Η ΔΕΗ διατηρεί το δικαίωμα προαίρεσης να αυξήσει μέχρι 50% ή να μειώσει μέχρι 30% τη συνολική αξία της Σύμβασης χωρίς ο Ανάδοχος να δικαιούται να ζητήσει αύξηση των τιμών μονάδας ή να εγείρει άλλες απαιτήσεις.

Εάν μετά τη λήξη της Σύμβασης οι ποσότητες που διατέθηκαν υπολείπονται της Συμβατικής αξίας, όπως αυτή ορίζεται παραπάνω, η Σύμβαση θα παρατείνεται αυτόματα για ένα (1) επιπλέον έτος ή μέχρι κάλυψης της Συμβατικής αξίας, όποιο από τα δύο συμβεί πρώτο.

Η ΔΕΗ Α.Ε. διατηρεί το δικαίωμα προαίρεσης να αυξήσει μέχρι 50% τη συνολική αξία της Σύμβασης, όπως αυτή ορίζεται παραπάνω, με αυτόματη παράταση του χρονικού διαστήματος ισχύος της, για ένα επιπλέον έτος ή μέχρι κάλυψης του 150% της αρχικής Συμβατικής αξίας, όποιο από τα δύο επέλθει πρώτο.

Μετά τη λήξη της χρονικής ισχύος της Σύμβασης, αυτή θα λύεται ανεξάρτητα από το ύψος της διατεθείσας ποσότητας, χωρίς ο Ανάδοχος να δικαιούται να προβάλει οποιαδήποτε διεκδίκηση κατά της ΔΕΗ Α.Ε. που να απορρέει από τη λύση της Σύμβασης.

5. Οι συμμετέχοντες στο Διαγωνισμό θα πρέπει να υποβάλλουν εγγυητική επιστολή συμμετοχής ίση με 32.257,80€.

6. Τα τεύχη της Διακήρυξης, όπως αυτά αναφέρονται στο άρθρο 1 του τεύχους 2 της Διακήρυξης, διατίθενται ηλεκτρονικά, σύμφωνα με τα προβλεπόμενα στο άρθρο 297 του ν. 4412/2016, μέσω της επίσημης ιστοσελίδας (site) της Επιχείρησης: <https://eprocurement.dei.gr> – ΔΥΠ 52620002 όπου και θα παραμείνουν ανηρτημένα μέχρι και δέκα ημέρες πριν από τη λήξη της προθεσμίας υποβολής των προσφορών.

ΔΙΑΦΟΡΑ

Ο ΔΗΜΟΣ ΠΕΙΡΑΙΑ
ΠΡΟΚΗΡΥΣΣΕΙ ΟΤΙ

Ο Δήμαρχος Πειραιά προκηρύσσει διεθνή ηλεκτρονικό ανοικτό δημόσιο διαγωνισμό, με κριτήριο ανάθεσης την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά με βάση τη βέλτιστη σχέση ποιότητας – τιμής, για την υπηρεσία:

«Κέντρο Στήριξης της Επιχειρηματικότητας (ΚΣΕ) του Δήμου Πειραιά. Στο πλαίσιο της πράξης: «Κέντρο Στήριξης της Επιχειρηματικότητας» : ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ «ΑΤΤΙΚΗ» 2014-2020-άξονας προτεραιότητας 03 «Ενίσχυση της ανταγωνιστικότητας και της εξωστρέφειας των ΜΜΕ –Βελτίωση της ελκυστικότητας της Περιφέρειας Αττικής για προσέλκυση Επενδύσεων και προαγωγή της Καινοτόμου Επιχειρηματικότητας», προϋπολογισμού €6.100.000,00 συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α. 24% (προϋπολογισμός χωρίς Φ.Π.Α.: €4.919.354,84 + Φ.Π.Α.: €1.180.645,16), σύμφωνα με τις διατάξεις του Νόμου 4412/16, όπως τροποποιήθηκαν και ισχύουν. (CPV 79300000-7, CPV 79400000-8).

Δικαίωμα συμμετοχής στη διαδικασία σύναψης της παρούσας σύμβασης έχουν φυσικά ή νομικά πρόσωπα και, σε περίπτωση ενώσεων οικονομικών φορέων, τα μέλη αυτών, που είναι εγκατεστημένα σε: α) κράτος-μέλος της Ένωσης, β) κράτος-μέλος του Ευρωπαϊκού Οικονομικού Χώρου (Ε.Ο.Χ.), γ) τρίτες χώρες που έχουν υπογράψει και κυρώσει τη ΣΔΣ, στο βαθμό που η υπό ανάθεση δημόσια σύμβαση καλύπτεται από τα Παραρτήματα 1, 2, 4 και 5 και τις γενικές σημειώσεις του σχετικού με την Ένωση Προσαρτήματος Ι της ως άνω Συμφωνίας, καθώς και δ) σε τρίτες χώρες που δεν εμπíπτουν στην περίπτωση γ' της παρούσας παραγράφου και έχουν συνάψει διμερείς ή πολυμερείς συμφωνίες με την Ένωση σε θέματα διαδικασιών ανάθεσης δημοσίων συμβάσεων.

Οι ενώσεις οικονομικών φορέων, συμπεριλαμβανομένων και των προσωρινών συμπράξεων, δεν απαιτείται να περιβληθούν συγκεκριμένη νομική μορφή για την υποβολή προσφοράς.

Στις περιπτώσεις υποβολής προσφοράς από ένωση οικονομικών φορέων, όλα τα μέλη της ευθύνονται έναντι της αναθέτουσας αρχής αλληλέγγυα και εις ολόκληρον.

Τα δε κριτήρια αποκλεισμού και επιλογής των συμμετεχόντων, προσδιορίζονται αναλυτικά στο πλήρες κείμενο της διακήρυξης.

Η διάρκεια της σύμβασης ορίζεται σε 36 μήνες από την υπογραφή της και λήγει με την υποβολή του τελευταίου παραδοτέου στο χρόνο που ορίζεται στο συμφωνητικό. ΤΟ ΕΡΓΟ ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟ ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΤΑΜΕΙΟ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΑΙ ΑΠΟ ΕΘΝΙΚΟΥΣ ΠΟΡΟΥΣ ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΤΟΥ Π.Ε.Π. «ΑΤΤΙΚΗ» 2014-2020 / Π.Δ.Ε. Μ.Ι.Σ. 5050830 ΣΑΕ 2020ΕΠ 08510008 σε συνέχεια της πρόσκλησης ΠΙΡ009. Η δαπάνη για την εν λόγω σύμβαση βαρύνει τον Κ.Α. : 64.6142.36 του προϋπολογισμού οικονομικού έτους 2020 και τους αντίστοιχους των οικονομικών ετών 2021 έως και 2023 ΤΟΥ Δήμου Πειραιά. (σχ. η με αριθμ. 2020/16808 απόφαση ανάληψης πολυετούς υποχρέωσης με α/α 875 του μητρώου δεσμεύσεων)

Η σύμβαση περιλαμβάνεται στο έργο με τίτλο: «Κέντρο Στήριξης της Επιχειρηματικότητας», άξονας προτεραιότητας 03 «Ενίσχυση της ανταγωνιστικότητας και της εξωστρέφειας των ΜΜΕ –Βελτίωση της ελκυστικότητας της Περιφέρειας Αττικής για προσέλκυση Επενδύσεων και προαγωγή της Καινοτόμου Επιχειρηματικότητας», με βάση την απόφαση ένταξης με αρ. πρωτ. 9502/41/13-2-2020 του Αυτοτελούς Τμήματος Διαχείρισης Δράσεων ΟΧΕ/ΒΑΑ ως Ενδιάμεσου Φορέα Διαχείρισης του ΕΠ «Αττική» 2014-2020.

Οι υποβαλλόμενες προσφορές ισχύουν και δεσμεύουν τους οικονομικούς φορείς για διάστημα δώδεκα (12) μηνών από την επόμενη της διενέργειας του διαγωνισμού. Προσφορά η οποία ορίζει χρόνο ισχύος μικρότερο από τον ανωτέρω προβλεπόμενο απορρίπτεται.

Ο διαγωνισμός θα πραγματοποιηθεί με χρήση της πλατφόρμας του Εθνικού Συστήματος Ηλεκτρονικών Δημοσίων Συμβάσεων (ΕΣΗΔΗΣ) μέσω της διαδικτυακής πύλης www.promitheus.gov.gr.

• Ημερομηνία ανάρτησης της προκήρυξης στην εφημερίδα της Ε.Ε. 01/04/2020

• Ημερομηνία ανάρτησης της διακήρυξης στη διαδικτυακή πύλη του ΕΣΗΔΗΣ: 15/04/2020.

• Ημερομηνία έναρξης υποβολής προσφορών: 16/04/2020 και ώρα 08:00 π.μ

• Καταληκτική ημερομηνία και ώρα υποβολής προσφοράς: 14/05/2020 και ώρα 15:00. Εγγύηση συμμετοχής:

ΧΓια την έγκυρη συμμετοχή στη διαδικασία σύναψης της παρούσας σύμβασης, κατατίθεται από τους συμμετέχοντες οικονομικούς φορείς (προσφέροντες), εγγυητική επιστολή συμμετοχής, που ανέρχεται σε ποσό ίσο με το 2% της εκτιμώμενης αξίας της σύμβασης μη συνυπολογιζόμενων των δικαιωμάτων προαίρεσης και παράτασης της σύμβασης εκτός ΦΠΑ, ήτοι € 98.387,10 (ενενήντα οκτώ χιλιάδες τριακόσια ογδόντα επτά ευρώ και δέκα λεπτά).

Στην περίπτωση ένωσης οικονομικών φορέων, η εγγύηση συμμετοχής περιλαμβάνει και τον όρο ότι η εγγύηση καλύπτει τις υποχρεώσεις όλων των οικονομικών φορέων που συμμετέχουν στην ένωση. Κατά τα λοιπά ισχύουν τα αναφερόμενα στην αναλυτική διακήρυξη.

Διοικητικές προσφυγές – ενστάσεις μπορούν να ασκηθούν σύμφωνα με τα αναλυτικά αναφερόμενα στο άρθρ. 3.4 της διακήρυξης.

Για περισσότερες πληροφορίες οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται στη Δ/ΝΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ & ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ (τηλ. 2104527314, fax 213 2022993), στο Τμήμα Οικονομικής Επιτροπής (τηλ.:2132022340-5) και στο Τμήμα Προμηθειών (τηλ. 21320222107-2089) κατά τις εργάσιμες ημέρες και ώρες.

Τα τεύχη του διαγωνισμού είναι διαθέσιμα από το τμήμα Προμηθειών, από το δημόσιο διαδικτυακό τόπο του Δήμου: www.piraeus.gov.gr καθώς και από την επίσημη πλατφόρμα του Εθνικού Συστήματος Ηλεκτρονικών Δημοσίων Συμβάσεων (ΕΣΗΔΗΣ) μέσω της διαδικτυακής πύλης www.promitheus.gov.gr.

Η παρούσα προκήρυξη θα δημοσιευθεί στον Τύπο. Τα έξοδα δημοσίευσης θα βαρύνουν τον ανάδοχο.

Η ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ ΟΔΗΓΕΙ ΚΑΙ ΣΤΙΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ

Ο ΠΑΛΜΟΣ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ

Μαρία το γράμμα που μου έστειλες ήταν αδύνατο να το διαβάσω, γιατί τα γράμματά σου δεν διαβάζονται... Αν θες υπαγόρευε αυτά που θέλεις να μου πεις σε κάποια φίλη σου για να μπορώ να διαβάσω όπως πρέπει... • Νίκο αν είναι έτσι τα πράγματα, τότε καλά θα κάνεις να την αφήσεις... • Ρε Μανώλη, πολλά τα προβλήματά σου και καλό είναι να προσπαθήσεις με κάθε τρόπο να τα μειώσεις... Δεν είναι δυνατό να πορεύεσαι με τόσες πολλές σκοτούρες. Στο διάολο να πάνε όλα... • Πηνελόπη, μπορώ να πω και να υποθέσω ότι ο άντρας σου είναι γελοίος... Αυτή την εικόνα τουλάχιστον καταλαβαίνω με τα όσα μου γράφεις και ντροπή σου που τον παντρεύτηκες... • Ειλικρινά δε μπορώ να καταλάβω τι είναι αυτό που σε προβληματίζει... • Φώφη, το καλύτερο που έχεις να κάνεις είναι να αφήσεις τις μαλθακίες και ν' ασχοληθείς με κάτι άλλο... • Ρε Αντρέα, τι είναι αυτά τα τρελά που μου αναφέρεις; Κάνε καμία κωλοτούμπα ρε μαλθάκα... • Είναι αλήθεια Ρωξάνη, ότι πολλές φορές έχω δει κάτι το παρόμοιο με αυτό που μου γράφεις, αλλά από την άλλη αδυνατώ να καταλάβω και να εννοήσω όλα τα υπόλοιπα που μου γράφεις... Μήπως είσαι τρελή; Μη μου ξαναγράψεις γράμμα τρελοπαντιέρα... • Αυτά είχα για σήμερα να σας πω και σύντομα θα τα ξαναπούμε...



-Ο Παλμογράφος-

δημοσιογραφικό πολύπλευρο

ΟΣΦΥΑΛΓΙΑ

Οσφυαλγία (κοινώς λουμπάγκο) (οσφύς + άλγος, low back pain) είναι σύμπτωμα που αφορά κάθε πόνο στην οσφυϊκή μοίρα της σπονδυλικής στήλης (στη μέση), ανεξάρτητα από την αιτία που την προκαλεί. Δεν είναι δηλαδή ασθένεια αλλά σύμπτωμα υπάρχουσας ασθένειας. Ισχιαλγία ή ισχιάδα (sciatica) είναι σύνολο συμπτωμάτων που αφορά πόνο κατά μήκος του ισχιακού νεύρου, με αισθητικές διαταραχές. Η ισχιαλγία ακολουθεί τη διαδρομή από τη μέση, στο γλουτό, στο μηρό, στο γόνατο, στη γάμπα και μερικές φορές μέχρι τον αστράγαλο και τα δάκτυλα του ποδιού, σπάνια δέ στο περίνεο και στα γεννητικά όργανα. Ανάλογα με το ποια ρίζα του ισχιακού πλέγματος είναι ερεθισμένη είναι διαφορετικά και τα συμπτώματα (ρίζες O4, O5, I1). Η ισχιαλγία συνυπάρχει κατά κανόνα με την οσφυαλγία, αλλά όχι πάντα. Έχει χαρακτηριστές πόνο που αλλάζει θέση, με ή χωρίς αίσθημα σαν «κάνιμο», ή αίσθημα «ψυχρού» στο πόδι, με «μουδιάσματα» ή «βελονιάσματα» στο δέρμα του μηρού, της γάμπας και του ποδιού. Σπανιότερα υπάρχει και «τοπική» ισχιαλγία, δηλαδή πόνος σε μία μόνο περιοχή κατανομής της ρίζας του ισχιακού πλέγματος, δηλαδή ο ασθενής μπορεί να πονάει μόνο στον αστράγαλο, ή μόνο στο γλουτό, κ.λπ.

Μέχρι σήμερα έχουν περιγραφεί πάνω από 100 αίτια που προκαλούν Οσφυαλγία. Τα συχνότερα από αυτά είναι η κήλη δίσκου οσφύος, η εκφυλιστική δισκοπάθεια και η εκφυλιστική σπονδυλARTHΡΙΤΙΔΑ ή σπονδύλωση.

Στα πρώτα στάδια όπου το πρόβλημα είναι ο πόνος, αρχίζει με σιγήνητική αγωγή δλδ φυσικοθεραπεία, σε συνδυασμό με φαρμακευτική αγωγή.

Σε περίπτωση μη βελτίωσης με την συντηρητική θεραπεία, συνίσταται η χειρουργική επέμβαση. Η χειρουργική επέμβαση αναλόγως την εικόνα του απεικονιστικού ελέγχου σε συνδυασμό με την κλινική εξέταση, διαφέρει.

Στην κλινική μας όλα τα χειρουργεία γίνονται με ενδοσκοπικές και άλλων ειδών ελάχιστα επεμβατικές μεθόδους. Σε κάθε είδους πάθηση ο σκοπός μας είναι να επανέρχεται ο ασθενής στην καθημερινότητα του, χωρίς τα προεγχειρητικά συμπτώματα δηλαδή τις ενόχλησεις που είχε πριν το χειρουργείο, άμεσα καθώς και να είναι περιπετητικός άμεσα μετά το χειρουργείο έτσι ώστε αν δύναται να μπόρει να εξέλθει την ίδια ημέρα.

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΚΙ ΑΛΛΑ...

του Γιώργου Μάλλιου



-Λεπτομέρειες για το έκτακτο επίδομα σε οικογένειες με ανήλικα παιδιά που λαμβάνουν το ελάχιστο εγγυημένο εισόδημα έδωσε σε συνέντευξή της η υφυπουργός Εργασίας, Δόμνα Μιχαηλίδου. Εξήγησε, μιλώντας στον ANT1, πως η η οικογένεια που δικαιούται το επίδομα θα λάβει 100 ευρώ για το πρώτο παιδί και 50 ευρώ για κάθε ένα από τα υπόλοιπα παιδιά. Το ανώτατο όριο που έχει τεθεί είναι τα 300 ευρώ. Όσον αφορά στο πότε θα καταβληθεί, είπε πως η πληρωμή θα γίνει στα τέλη Μαΐου και τα χτήματα θα κατατεθούν στους τραπεζικούς λογαριασμούς των δικαιούχων. Η κ. Μιχαηλίδου γνωστοποίησε πως το έκτακτο επίδομα αφορά 212.000 πολίτες, η καταβολή του θα γίνει εφάπαξ, ενώ, όπως τόνισε αφορά και τις μονογονεϊκές οικογένειες.

• Η αεροπορική εταιρεία British Airways σκοπεύει να περικόψει έως και 12.000 θέσεις εργασίας, λόγω του μακροχρόνιου αντίκτυπου του νέου κορωνοϊού στην επιχειρηματική της δραστηριότητα, ανακοίνωσε σήμερα η μητρική της εταιρεία, ο όμιλος IAG. Ο όμιλος, που κατέχει μεταξύ άλλων την Iberia και την Vueling, εξήγησε σε ανακοίνωσή του ότι έλαβε αυτήν την απόφαση με δεδο-

μένο ότι θα χρειαστούν αρκετά χρόνια πριν η εναέρια κυκλοφορία επιστρέψει σε κανονικά επίπεδα. Η British Airways (BA) απασχολεί σήμερα 42.000 εργαζομένους. «Οι πιλότοι και το προσωπικό της BA είναι καταρρακωμένοι από αυτήν την απροσδόκητη ανακοίνωση (...) από μια αεροπορική εταιρεία που ισχυρίστηκε ότι ήταν αρκετά εύπορη για να αντέξει την καταγίδα Covid και αρνήθηκε κυβερνητική βοήθεια», αντέδρασε στο Twitter ο Μπράιαν Στρουτον, γενικός γραμματέας του συνδικάτου των πιλότων BALTA.

• Στην παράταση του προγράμματος Λογαριασμού Αγροτικής Εστίας (ΛΑΕ) 2019 - 2020, που λήγει στις 8 Μαΐου 2020, μέχρι την έναρξη του νέου προγράμματος ΛΑΕ 2020 - 2021, προέβη η διοίκηση του Οργανισμού Προνοιακών Επιδομάτων και Κοινωνικής Αλληλεγγύης (ΟΠΕΚΑ), ανταποκρινόμενη τόσο στα αιτήματα δικαιούχων των προγραμμάτων της Αγροτικής Εστίας, όσο και σε σχετικά αιτήματα παρόχων-επιχειρηματιών (ξενοδοχεία, θέατρα, βιβλιοπωλεία, τουριστικά γραφεία), που έχουν πληγεί από την αναστολή λειτουργίας τους, λόγω του κορωνοϊού.

ΧΡΗΣΙΜΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ: Ένωση Καταναλωτών «Η Ποιότητα της Ζωής» 210-3304444 • Άμεση Επέμβαση Λιμενικού Σώματος 108 • Τουριστική Αστυνομία 1571 • Γιατροί Χωρίς Σύνορα 210-5200500 • Κέντρο Ελέγχου & Πρόληψης Νοσημάτων 210-5212000 • Εθνικό Κέντρο Κοινωνικής Αλληλεγγύης 197 • Πυροσβεστική Υπηρεσία 199 • Συντονιστικό Κέντρο Αντιμετώπισης Πυρκαγιών Δασών 1591 • Εφημερεύοντα Νοσοκομεία • Φαρμακεία 14944 • Εθνικό Κέντρο Δηλητηριάσεων 210-7793777 • Κοινωνική Βοήθεια 197 • Ανοικτή Συμβουλευτική Γραμμή για το AIDS 210-7222222 • Ένωση Καταναλωτών «Η Ποιότητα της Ζωής» 2310257776 • Δίκτυο Μεταφοράς (ΑμΕΑ) 2310509013 • Άμεση Δράση Αστυνομίας 100 • ΟΑΣΑ (Δρομολόγια, Διαδρομές, Εισιτήρια) 11185 • Κέντρο Εξυπηρέτησης Πολιτών (ΚΕΠ) 1500 • Κέντρο Βλαβών ΔΕΗ Αθηνών 10503 • Κέντρο Βλαβών ΔΕΗ Πειραιώς 10504 • Κέντρο Βλαβών ΔΕΗ Περιφέρειας 1050