

## Συμβαίνουν

### ΗΛΕΚΤΡΟΚΙΝΗΣΗ

#### ΑΣΤΙΚΩΝ ΛΕΩΦΟΡΕΙΩΝ

#### ΣΕ ΑΘΗΝΑ ΚΑΙ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Ο υπουργός Περιβάλλοντος και Ενέργειας κ. Χατζηδάκης, ανακοίνωσε ότι μέχρι το τέλος του Ιουνίου πρόκειται να κατατεθεί νομοσχέδιο για την προώθηση της ηλεκτροκίνησης στην Ελλάδα.

Ο υπουργός τόνισε ότι στόχος είναι να υπάρξει δυναμική εκκίνηση στην αγορά των ηλεκτροκίνητων αυτοκινήτων στη χώρα μας, όπου στόχος είναι ως το 2030 το 30% των οχημάτων που θα ταξινομούνται να είναι ηλεκτροκίνητα και plug-in υβριδικά.

«Συγκροτήσαμε πρόσφατα τη Διυπουργική Επιτροπή για την προώθηση της ηλεκτροκίνησης στην Ελλάδα των συναρμόδιων υπουργείων Μεταφορών και Υποδομών, Οικονομικών και Περιβάλλοντος και Ενέργειας και στόχος μας είναι μέσα στο πρώτο εξάμηνο του έτους να παρουσιάσουμε τις σχετικές νομοθετικές πρωτοβουλίες. Παράλληλα, σύμφωνα με τον σχεδιασμό της κυβέρνησης, το ένα τρίτο των αστικών λεωφορείων, που θα αγορασθούν τόσο για τη Θεσσαλονίκη, όσο και για την Αθήνα, στόχος είναι να είναι ηλεκτρικά» σημείωσε ο κ. Χατζηδάκης.

-Κωνσταντίνα Ντέλλου-

ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ



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

## ΜΕΤΡΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Το Μετρό της Θεσσαλονίκης αποτελεί πραγματικά το μεγαλύτερο κοινωνιακό έργο και θα είναι ένα σύγχρονο και υψηλής αισθητικής δίκτυο.

Για την κατασκευή του Μετρό εργάζονται ασταμάτητα πάνω από 650 άτομα, ενώ η κοινοπραξία που έχει αναλάβει την ολοκλήρωση των έργων, έχει στήσει συνολικά 16 εργοτάξια στην πόλη.

Το συνολικό μήκος του Μετρό Θεσσαλονίκης, είναι 9,6 χλμ. γραμμής, θα διαθέτει 13 σύγχρονους σταθμούς και 18 υπέρ-αυτόματους συρμούς τελευταίας τεχνολογίας. Στη Πυλαία θα δημιουργηθεί αμαξοστάσιο, έκτασης 50.000 τετραγωνικών μέτρων.

Η κατασκευή του Μετρό πραγματοποιείται με την τελευταία σύγχρονη τεχνολογία και σε συνδυασμό με τις πιο απαιτητικές προδιαγραφές ποιότητας και λειτουργικότητας. Μετά την ολοκλήρωση το Μετρό της Θεσσαλονίκης, θα είναι το πιο σύγχρονο Μετρό στην Ευρώπη.



Χρήστος-Χάρης Μάλλιος

## ΔΙΕΘΝΗ ΓΕΓΟΝΟΤΑ...

του Νίκου Οικονομάκη

### -ΣΥΡΙΑ-

#### Η ΤΟΥΡΚΙΑ ΣΤΕΛΝΕΙ ΦΑΛΑΓΓΑ 150 ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΩΝ ΟΧΗΜΑΤΩΝ ΣΤΗΝ ΕΠΑΡΧΙΑ ΙΝΤΛΙΜΠ

Στη συριακή επαρχία Ιντλίμπ, η Τουρκία έστειλε δυνάμεις κατά του συριακού καθεστώτος που οι δυνάμεις του, προχωρούν παρά τις επανειλημμένες προειδοποιήσεις της Άγκυρας.

Μετά από πληροφορίες, μια φάλαγγα 150 στρατιωτικών οχημάτων, που μεταφέρει εξοπλισμό και στρατεύματα, διέσχισε τα τουρκοσυριακά σύνορα προς την κατεύθυνση της Ιντλίμπ, όπου η Άγκυρα στέλνει εδώ και ημέρες ενισχύσεις.

Η αποστολή των ενισχύσεων αυτών γίνεται ενώ Οι συριακές φιλοκυβερνητικές δυνάμεις στοχεύουν να καταλάβουν την πόλη Σαρακέμπ, στο ανατολικό τμήμα της επαρχίας Ιντλίμπ, για τον λόγο αυτό η Τουρκία στέλνει ενισχύσεις.

«Οι τουρκικές δυνάμεις σ' αυτόν τον τομέα λαμβάνουν και θα συνεχίσουν να λαμβάνουν όλα τα απαραίτητα μέτρα» για να αμυνθούν, δήλωσε η τουρκική πηγή.

### “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

## ΔΙΑΦΟΡΑ

## Ο ΔΗΜΟΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ

Έχοντας υπόψη:

- α) το Π.Δ. 270/81, (ΦΕΚ Α' 77/30-3-81)
  - β) το άρθρο 195 παρ.1 του Δ.Κ.Κ.
  - γ) το άρθρο 72 και 75 του Ν.3852/2010
  - δ) την αριθ. 314/2019 Απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου για την εκμίσθωση του Δημοτικού καταστήματος.
  - ε) την αριθ. 8/2020 απόφαση της Οικονομικής επιτροπής με την οποία καθορίστηκαν οι όροι της δημοπρασίας.
- ΠΡΟΚΗΡΥΣΣΕΙ Δημόσιο πλειοδοτικό διαγωνισμό για την εκμίσθωση του δημοτικού ακινήτου που βρίσκεται στην Τ.Κ. Πέρδικας του Δήμου Ηγουμενίτσας. Για τη δημοπρασία ισχύουν οι εξής όροι:

## Άρθρο 1

Περιγραφή του εκμισθούμενου ακινήτου  
Δημοτικό ακίνητο, αναγκυτήριο-κατάστημα, που βρίσκεται στην Τ.Κ. Πέρδικας του Δήμου Ηγουμενίτσας στη θέση «Καραβοστάσι», επιφανείας 15,00 τ.μ.

## Άρθρο 2

Τόπος – χρόνος διενέργειας της δημοπρασίας  
Ο διαγωνισμός θα γίνει στις 19/02/2020 ημέρα Τετάρτη και από ώρα 10:30 π.μ. μέχρι 11:00 π.μ. στα γραφεία του Δήμου Ηγουμενίτσας στην αίθουσα Δημοτικού Συμβουλίου του Δήμου Ηγουμενίτσας), ενώπιον της αρμόδιας επιτροπής. Σε περίπτωση που η

δημοπρασία αποβεί άγονη θα διεξαχθεί την επόμενη Τετάρτη (26/02/2020) την ίδια ώρα με τους ίδιους όρους.

## Άρθρο 3

Τρόπος διενέργειας της δημοπρασίας  
Η Δημοπρασία είναι φανερή, πλειοδοτική και προφορική, διεξάγεται δε κατά την ημέρα και ώρα που ορίζεται στην διακήρυξη από την επιτροπή που έχει οριστεί με την με αριθμό 314/2019 απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου. Η Δημοπρασία μπορεί να συνεχίζεται και πέραν της ώρας που ορίζεται από τη διακήρυξη, εφόσον εξακολουθούν χωρίς διακοπή οι προσφορές. Για συνέχιση της δημοπρασίας πέρα από την ώρα που ορίζεται από τη διακήρυξη αποφασίζει η Επιτροπή του Διαγωνισμού, η απόφαση της οποίας καταχωρείται στα πρακτικά.

Με την έναρξη της δημοπρασίας ελέγχονται και μονογράφονται τα δικαιολογητικά των συμμετεχόντων. Η επιτροπή αποδέχεται ή αποκλείει τους συμμετέχοντες που δεν πληρούν τους όρους συμμετοχής. Η απόφαση της επιτροπής της δημοπρασίας περί αποκλεισμού ενδιαφερομένου να συμμετάσχει στη δημοπρασία, επειδή δεν πληροί τους από τη διακήρυξη προβλεπόμενους όρους, αναγράφεται στα πρακτικά. Τα πρακτικά της δημοπρασίας συντάσσονται σε απλό χαρτί.

Κανείς δεν γίνεται δεκτός στην δημοπρασία πέραν της ολοκλήρωσης της διαδικασίας αυτής. Στη συνέχεια οι προσφορές των πλειοδοτών αναγράφονται στα πρακτικά κατά σειρά εκφώνησης μετά του ονοματεπωνύμου του πλειοδότη. Κάθε προσφορά είναι

δεσμευτική για τον πλειοδότη, η δεσμευση δε αυτή μεταβαίνει αλληλοδιαδόχως από τον πρώτο στους ακολούθους και επιβαρύνει οριστικά τον τελευταίο πλειοδότη.

Αν κάποιος πλειοδοτεί για λογαριασμό άλλου, οφείλει να δηλώσει αυτό στην επιτροπή της δημοπρασίας πριν από την έναρξη του διαγωνισμού, στην οποία πρέπει να παρουσιάσει το για το σκοπό αυτό πληρεξούσιο στο οποίο θα καθορίζεται ρητά το περιεχόμενο της πληρεξουσιότητας, καθώς και το ύψος της ανώτερης δυνατής προσφοράς. Σε κάθε άλλη περίπτωση θεωρείται ότι ο τρίτος συμμετέχει στη δημοπρασία για δικό του λογαριασμό.

Μετά τη λήξη της δημοπρασίας τα πρακτικά υπογράφονται από την Επιτροπή διεξαγωγής του διαγωνισμού, από τον τελευταίο πλειοδότη και τον εγγυητή του. Για την έγκριση των πρακτικών θα αποφασίσει στη συνέχεια το αρμόδιο, σύμφωνα με το Νόμο, όργανο.

## Άρθρο 4

Δικαίωμα συμμετοχής στη δημοπρασία και δικαιολογητικά

Δεκτοί στη δημοπρασία γίνονται Έλληνες πολίτες, αλλοδαποί πολίτες, ημεδαπά και αλλοδαπά νομικά πρόσωπα που έχουν συσταθεί νομίμως τουλάχιστον πριν την ημέρα του διαγωνισμού. Αποκλείονται από τη δημοπρασία οι οφειλέτες του Δήμου και όσοι δεν προσκομίσουν κατά την διενέργεια της δημοπρασίας βεβαίωση της αρμόδιας Δ.Ο.Υ ότι εκπλήρωσαν τις φορολογικές τους υποχρεώσεις.

Οι συμμετέχοντες μαζί με την προσφορά τους πρέπει να υποβάλλουν την ημέρα διεξαγωγής της δημοπρασίας επί ποινή αποκλεισμού και τα εξής δικαιολογητικά:

1) Εγγύηση συμμετοχής : Για να γίνει δεκτός κάποιος στο διαγωνισμό, πρέπει να καταθέσει στην επιτροπή της δημοπρασίας ποσό που αντιστοιχεί στο 10% (ήτοι 2.160 ευρώ) επί του ελαχίστου ορίου πρώτης προσφοράς επί του μισθώματος που αντιστοιχεί στο σύνολο της διάρκειας της μισθώσεως, ήτοι (3.600 ευρώ X 6 έτη=21.600 : 10=2.160 ευρώ). Το παραπάνω ποσόστό επέχει θέση εγγύησης και μπορεί να συνιστάται σε γραμμάτιο σύστασης παρακαταθήκης του Ταμείου Παρακαταθηκών και Δανείων ή σε εγγυητική επιστολή αναγνωρισμένης Τράπεζας ή βεβαίωση του Ταμείου Παρακαταθηκών και Δανείων για παρακατάθεση σε αυτό του ποσού από αυτόν που επιθυμεί να λάβει μέρος στην δημοπρασία.

Η εν λόγω εγγυητική επιστολή επιστρέφεται στους συμμετέχοντες και μη πλειοδοτήσαντες, μετά την υπογραφή της συμβάσεως μισθώσεως, σε κάθε δε περίπτωση εντός εξήντα (60) ημερών από τη διενέργεια του διαγωνισμού.

2) Κάθε υποψήφιος πρέπει να φέρει και αξιόχρεο εγγυητή ο οποίος μαζί με τον τελευταίο πλειοδότη υποχρεούνται να υπογράψουν τα πρακτικά της δημοπρασίας και τη σχετική σύμβαση μίσθωσης, καθιστάμενος έτσι αλληλεγγύως και εις ολόκληρον υπεύθυνος με αυτόν για την εκπλήρωση των όρων της σύμβασης και για όλες τις υποχρεώσεις, παραιτούμενος του ευεργετήματος της διζήσεως και διαιρέσεως.

3) Έγγραφο νομιμοποίησης του προσφέροντος: Φωτοτυπία αστυνομικής ταυτότητας, εφ' όσον είναι φυσικό πρόσωπο. Προκειμένου περί εταιριών, αντίγραφο του καταστατικού συστάσεως και πιστοποιητικό περί μη λύσης τους, καθώς και κάθε τροποποίηση αυτού με τα αντίστοιχα Φ.Ε.Κ και σε περίπτωση Α.Ε. επιπλέον επικυρωμένο απόσπασμα πρακτικών του Δ.Σ. της με το οποίο αποφασίζεται η συμμετοχή στη διακήρυξη και ορίζεται το πρόσωπο που εξουσιοδοτείται να υπογράψει την προσφορά, καθώς και ο αντίκλητος με πλήρη στοιχεία ταυτότητας και διεύθυνσης αυτού που εξουσιοδοτείται να παραλαμβάνει τα έγγραφα που έχουν σχέση με την

παρούσα

4) Πιστοποιητικά ασφαλιστικής & φορολογικής ενημερότητας του συμμετέχοντος.

5) Πιστοποιητικό του Πρωτοδικείου του τόπου κατοικίας τους από το οποίο να προκύπτει ότι ο συμμετέχων δεν τελεί υπό πτώχευση, εκκαθάριση ή αναγκαστική διαχείριση, πτωχευτικό συμβιβασμό ή άλλη ανάλογη κατάσταση και επίσης ότι δεν τελεί υπό διαδικασία κήρυξης σε πτώχευση ή έκδοσης απόφασης αναγκαστικής εκκαθάρισης ή αναγκαστικής διαχείρισης ή πτωχευτικού συμβιβασμού ή υπό άλλη ανάλογη διαδικασία.

6) Υπεύθυνη δήλωση του Ν. 1599/1986, στην οποία να δηλώνεται ότι: «έλαβα γνώση του χώρου που πρόκειται να εκμισθωθεί καθώς και των κτιριακών εγκαταστάσεων και της κατάστασης στην οποία βρίσκεται και την αποδέχομαι πλήρως και ανεπιφύλακτα».

7) Υπεύθυνη δήλωση του Ν. 1599/1986στην οποία να δηλώνεται ότι: «έλαβα γνώση των όρων της παρούσης διακήρυξης και τους αποδέχομαι πλήρως και ανεπιφύλακτα».

8) Βεβαίωση περί μη οφειλής στο Δήμο: 1. Βεβαίωση από την Ταμειακή Υπηρεσία του Δήμου περί μη οφειλής του συμμετέχοντος. 2. Το αυτό ισχύει και για τους λοιπούς εταίρους, εφ' όσον είναι εταιρεία.

9) Υπεύθυνη δήλωση του Ν. 1599/1986στην οποία να δηλώνεται ότι αποδέχεται την εγγυητή με πλήρη προσδιοριστικά στοιχεία του καθώς και τον ΑΦΜ του Δικαιολογητικά του εγγυητή :

1.Δελτίο αστυνομικής ταυτότητας

2.Βεβαίωση περί μη οφειλής στο Δήμο

3.Πιστοποιητικά ασφαλιστικής & φορολογικής ενημερότητας Υπεύθυνη δήλωση του Ν. 1599/1986στην οποία να δηλώνεται ότι << έλαβε γνώση των όρων της διακήρυξης και τους αποδέχεται πλήρως και ανεπιφύλακτα και ότι έλαβε γνώση του ακινήτου και της κατάστασης στην οποία αυτό βρίσκεται και την αποδέχεται πλήρως και ανεπιφύλακτα και ότι αποδέχεται ότι ευθύνεται αλληλεγγύως και εις ολόκληρον με τον μισθωτή για την εκπλήρωση των όρων της σύμβασης και για όλες τις υποχρεώσεις και ότι παραιτείται από το ευεργέτημα της διζήσεως και διαιρέσεως>>

5.Πιστοποιητικό του Πρωτοδικείου του τόπου κατοικίας του από το οποίο να προκύπτει ότι ο εγγυητής δεν τελεί υπό πτώχευση, εκκαθάριση ή αναγκαστική διαχείριση, πτωχευτικό συμβιβασμό ή άλλη ανάλογη κατάσταση και επίσης ότι δεν τελεί υπό διαδικασία κήρυξης σε πτώχευση ή έκδοσης απόφασης αναγκαστικής εκκαθάρισης ή αναγκαστικής διαχείρισης ή πτωχευτικού συμβιβασμού ή υπό άλλη ανάλογη διαδικασία.

## Άρθρο 5

Εγγύηση και εγγυητής

Η εγγυητική επιστολή του άρθρου 4 του παρόντος αντικαθίσταται, μετά την υπογραφή της σύμβασεως με άλλη, ποσοστού 10% επί του επιτευχθέντος μισθώματος, για την εξασφάλιση της έγκαιρης και της εντός των υπό της διακήρυξης οριζόμενων προθεσμιών καταβολής του μισθώματος. Η ισχύς της εγγυητικής επιστολής είναι εξαετής, σε περίπτωση δε παρατάσεως της μισθώσεως για ακόμη δύο έτη, ο πλειοδότης οφείλει να προσκομίσει εγγυητική επιστολή επιπλέον διετούς διάρκειας, όσο δηλαδή και το διάστημα της σύμβασης μίσθωσης, σε διαφορετική περίπτωση δεν γίνεται δεκτή. Η εγγύηση αυτή δεν μπορεί σε καμία περίπτωση να συμψηφιστεί με τα μισθώματα ή άλλες οφειλές. Ο τελευταίος πλειοδότης υποχρεούται να παρουσιάσει αξιόχρεο εγγυητή, ο οποίος θα υπογράψει τα πρακτικά της δημοπρασίας και έτσι καθίσταται αλληλεγγύως και εις ολόκληρον υπεύθυνος με αυτόν για την εκπλήρωση των όρων της σύμβασης και για όλες τις υποχρεώσεις στερούμενος του ευεργετήματος της διζήσεως και διαιρέσεως

## ΔΗΜΟΣΙΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΗΛΕΚΤΡΙΣΜΟΥ Α.Ε.

## ΕΚΔΟΣΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΟΣ Νο1

## ΔΙΑΚΗΡΥΞΗΣ ΔΥΠ – 1495

ΔΥΠ-1495 “ ΟΛΙΚΗ ΑΝΑΠΕΡΙΕΛΙΞΗ ΔΥΟ ΣΤΑΤΩΝ ΗΛΕΚΤΡΟΚΙΝΗΤΗΡΩΝ 6KV/5900KW ΤΩΝ ΜΟΝ. ΙΙΙ-ΙV ΤΟΥ ΑΗΣ ΑΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ». Ο συνολικός Προϋπολογισμός, κατά την εκτίμηση της Επιχείρησης ανέρχεται σε €170.000,00 πλέον ΦΠΑ.

Το παρόν Συμπλήρωμα εκδίδεται προκειμένου η Διακήρυξη ΔΥΠ - 1495 να τροποποιηθεί ως εξής:

1. Μετατίθεται η καταληκτική ημ/νία και ώρα υποβολής των ηλεκτρονικών προσφορών για τις 21.02.2020 ώρα 13:00 αντί στις 07.02.2020 και ώρα 13:00.

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

2. Όλοι οι άλλοι όροι της διακήρυξης παραμένουν σε ισχύ, ως έχουν.

Ο ηλεκτρονικός διαγωνισμός θα πραγματοποιηθεί με χρήση της πλατφόρμας “tenderONE” της εταιρείας cosmoONE του Συστήματος Ηλεκτρονικών Συμβάσεων ΔΕΗ, στην ηλεκτρονική διεύθυνση [www.cosmo-one.gr](http://www.cosmo-one.gr) ή [www.marketsite.gr](http://www.marketsite.gr).

Τα τεύχη της διακήρυξης καθώς και το συμπλήρωμα Νο1 έχουν αναρτηθεί και διατίθεται δωρεάν σε ηλεκτρονική μορφή στην επίσημη ιστοσελίδα της ΔΕΗ ΑΕ <https://www.dei.gr> ή <http://eprocurement.dei.gr/>.

ΔΕΗ Α.Ε./ΔΥΠ, ΧΑΛΚΟΚΟΝΔΥΛΗ 22, ΤΗΛ. 2105270800

## 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 - 0423038e-mail.: [info@efimerisdiakirixeon.gr](mailto:info@efimerisdiakirixeon.gr)site: [www.efimerisdiakirixeon.gr](http://www.efimerisdiakirixeon.gr)• **ΨΗΦΙΑΚΗ ΕΚΤΥΠΩΣΗ: PRINT CENTER** - Τράλλεων 145Α - Γαλάτσι -Τ.Κ. 111 46 -Τηλ.: 210- 2922129 - Fax.: 210-2922117 - E-mail: [foto\\_cop@otenet.gr](mailto:foto_cop@otenet.gr).

Η “Εφημερίς Διακηρύξεων”

είναι μέλος της Ένωσης Ανταποκριτών Ελληνικού Τύπου Εξωτερικού

• Χειρόγραφα και επιστολές προς την Εφημερίδα δεν επιστρέφονται

## ΣΥΝΑΡΟΜΕΣ

## Ετήσιες

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

## Εξάμηνες

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

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



## ΟΛΕΣ ΟΙ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΙΣ

## ΔΙΑΦΟΡΑ

##### Άρθρο 6

Κατώτατο όριο της πρώτης προσφοράς Ως ελάχιστο όριο πρώτης προσφοράς μηνιαίου μισθώματος ορίζεται το ποσό των τριακοσίων ευρώ (300,00 €)

##### Άρθρο 7

Διάρκεια μίσθωσης Η διάρκεια της μίσθωσης ορίζεται για έξι (6) έτη με δυνατότητα παράτασης της μισθώσεως για δύο επιπλέον (2) έτη με την προϋπόθεση ότι ο μισθωτής θα αιτηθεί την παράταση τουλάχιστον δυο μήνες πριν από τη λήξη της μισθώσεως. Η διάρκεια της μισθώσεως αρχίζει από την πρώτη του μηνός μετά την υπογραφή του συμφωνητικού και λήγει μετά την παρέλευση της αντίστοιχης ημέρας του παραπάνω διαστήματος, οπότε ο μισθωτής υποχρεώνεται να παραδώσει το εκμισθούμενο ακίνητο αναντίρρητα και χωρίς άλλη ειδοποίηση, διαφορετικά θα ευθύνεται σε αποζημίωση του εκμισθωτή.

##### Άρθρο 8

Αναπροσαρμογή μισθώματος Το μίσθωμα που θα καθορισθεί σύμφωνα με το πρακτικό της επιτροπής της δημοπρασίας θα μείνει σταθερό από την ημέρα υπογραφής του συμφωνητικού μέχρι τις 31/12/2020. Μετά θα καταβάλλεται ετήσια αύξηση 2% υπολογιζόμενη κάθε φορά στο προηγούμενος καταβαλλόμενο μίσθωμα. Το πρώτο μίσθωμα θα καταβληθεί με την υπογραφή του συμφωνητικού. Ο μισθωτής βαρύνεται εξ ολοκλήρου και με το τέλος χαρτοσήμου.

##### Άρθρο 9

Χρόνος και τρόπος καταβολής του Μισθώματος Το μίσθωμα καταβάλλεται στο ταμείο του Δήμου μηνιαίως κατά το πρώτο τριήμερο εκάστου ημερολογιακού μήνα , χωρίς σχετικό ειδοποιητήριο . Το πρώτο μίσθωμα θα καταβληθεί με την υπογραφή του συμφωνητικού . Σε περίπτωση εκπρόθεσμης καταβολής του μισθώματος ο οφειλέτης υπόκειται στην πληρωμή των προσαυξήσεων που προβλέπονται από τις κείμενες διατάξεις του Νόμου, ανεξάρτητα από τα μέτρα αναγκαστικής εκτέλεσης που μπορούν να ληφθούν από το Δήμο για την είσπραξη ληξιπρόθεσμων δόσεων.

##### Άρθρο 10

Υπογραφή Σύμβασης Ο τελευταίος πλειοδότης υποχρεούται, εντός δέκα ημερών από την κοινοποίηση, που ενεργείται με αποδεικτικό παραλαβής, της απόφασης της διοικητικής αρχής περί κατακυρώσεως ή εγκρίσεως του αποτελέσματος της δημοπρασίας, να προσέλθει μαζί με τον εγγυητή του στα γραφεία του Δήμου για τη σύνταξη και υπογραφή της σύμβασης , άλλως και η κατατεθείσα εγγύηση κατατίπτει υπέρ του Δήμου χωρίς δικαστική παρέμβαση. Ενεργείται δε αναλειτουργιασμός εις βάρος του και του εγγυητή του, οι οποίοι ευθύνονται για το μικρότερο τυχόν οικονομικό αποτέλεσμα της δημοπρασίας από αυτό της προηγούμενης. Μετά το πέρας της παραπάνω προθεσμίας των δέκα ημερών η σύμβαση θεωρείται ότι καταρτίστηκε οριστικά.

##### Άρθρο 11

Λήξη μίσθωσης Ο μισθωτής υποχρεούται με τη λήξη της μίσθωσης και χωρίς καμία ειδοποίηση ή όχληση εκ μέρους του εκμισθωτή να παραδώσει το μίσθιο στην κατάσταση που το παρέλαβε καθώς και τον εξοπλισμό του εν λειτουργία χωρίς φθορές, πέραν των όσων φυσιολογικά θα μπορούσαν να επέλθουν ύστερα από την χρήση του, διαφορετικά ευθύνεται σε αποζημίωση. Ο μισθωτής δεν απαλλάσσεται από την πληρωμή του μισθώματος εάν δεν έκανε χρήση του μισθίου για λόγους που δεν ανάγονται σε υπαιτιότητα του εκμισθωτή.

##### Άρθρο 12

Χρήση μισθίου -Αναμίσθωση -Υπεκμίσθωση Το μίσθιο θα χρησιμοποιηθεί αποκλειστικά και μόνο κατ επιλογή του μισθωτή με μία από τις εξής μορφές ή σε συνδυασμό αυτών και συγκεκριμένα ως ζαχαροπλαστείο ή /και ως εστιατόριο. Απαγορεύεται η χρήση του μισθίου ως οικογενειακής κατοικίας του μισθωτή. Απαγορεύεται στον μισθωτή να ενεργήσει οποιαδήποτε τροποποίηση ή μεταρρύθμιση του μι-

σθίου (διαφορετική από την υπάρχουσα μορφή του) χωρίς την έγγραφη συναίνεση του Δήμου Ηγουμενίτσας. Σε περίπτωση αθέτησης των παραπάνω, δικαιούται ο Δήμος Ηγουμενίτσας να καταγγείλει τη σύμβαση μίσθωσης και να ανακαλέσει την εκδοθείσα άδεια λειτουργίας (λόγω ουσιάδους τροποποίησης των όρων της) Τυχόν εργασίες που θα πραγματοποιηθούν προκειμένου να μπορεί να λειτουργήσει το μίσθιο και αφορούν σε μόνιμες εγκαταστάσεις και κατασκευές, θα πραγματοποιηθούν με δαπάνες του μισθωτή και θα παραμένουν επ' ωφελεία του μισθίου, μη δυνάμενες να συμψηφιστούν με μισθώματα. Ο μισθωτής έλεγξε την πραγματική και νομική κατάσταση του κτιρίου και το βρήκε της απόλυτης αρεσκείας του και κατάλληλο για την χρήση που πρόκειται να λειτουργήσει. Σιωπηρή αναμίσθωση ή ανανέωση ή παράταση ( γραπτή ή προφορική ) ως και υπεκμίσθωση του μίσθιου από τον μισθωτή απαγορεύεται απολύτως. Γενικά απαγορεύεται ρητά η παραχώρηση, ολικά ή μερικά, της χρήσης του μισθίου, καθώς και η ολική ή μερική μεταβίβαση της μισθωτικής σχέσης καθ' οποιονδήποτε τρόπο, με ή χωρίς αντάλλαγμα, σε τρίτο πρόσωπο. Η χρήση του μισθίου που τυχόν γίνει από τον μισθωτή μετά τη λήξη της μίσθωσης δεν λογίζεται ως ανανέωση ή σιωπηρή αναμίσθωση ή παράταση της διάρκειας της μίσθωσης.

##### Άρθρο 13

Άδειες λειτουργίας μισθίου Ο μισθωτής θα εφοδιασθεί με τις απαραίτητες άδειες λειτουργίας με δαπάνες του. Σε περίπτωση που ο μισθωτής για οποιονδήποτε λόγο δεν αποκτήσει την απαιτούμενη άδεια, ο εκμισθωτής (Δήμος Ηγουμενίτσας) δεν φέρει καμία απολύτως ευθύνη.

##### Άρθρο 14

Ωρες λειτουργίας μισθίου Ο μισθωτής είναι υποχρεωμένος να λειτουργεί όλες τις μέρες του χρόνου, καθημερινές και αργίες, να τηρεί το συνηθισμένο ωράριο ανάλογα με την κίνηση των πελατών.

##### Άρθρο 15

Υποχρεώσεις - δικαιώματα μισθωτή Ο μισθωτής υποχρεούται να διατηρεί και να διαφυλάσσει την κατοχή του μισθίου για δική του χρήση, τις υπέρ αυτού δουλείες, τα όρια αυτού και εν γένει το μίσθιο, σε καλή κατάσταση, να κάνει τη συνήθη από την φύση χρήση, προστατεύοντας αυτό απέναντι σε κάθε καταπάτηση και να παραδώσει το μίσθιο με τη λήξη της μίσθωσης, στην κατάσταση που το παρέλαβε, διαφορετικά ευθύνεται σε αποζημίωση. Δεν επιτρέπεται καμία έκπτωση ή ελάττωση ή αποζημίωση υπέρ του μισθωτή για οποιαδήποτε αιτία, έστω και θεομηνία. Σε όλη τη διάρκεια της μίσθωσης ο μισθωτής έχει την αποκλειστική ευθύνη συντήρησης του μισθίου. Οποιες τυχόν παρεμβάσεις, επισκευές, περιφράξεις, ή κατασκευές επιχειρείσει να πράξει ο πλειοδότης με τη σύμφωνη πάντοτε έγγραφη γνώμη της αρμόδιας υπηρεσίας του Δήμου και εφόσον επιτρέπονται αυτές κατόπιν χορήγησης σχετικής αδείας, τότε αυτές θα παραμείνουν σε όφελος του μισθίου ακινήτου. Μετά τη λήξη της μίσθωσης ο μισθωτής δεν θα έχει δικαίωμα ούτε να αφαιρέσει αυτές ούτε να ζητήσει οποιαδήποτε αποζημίωση. Όλες οι κτιριακές, βοηθητικές και μηχανολογικές εγκαταστάσεις παραμένουν στο μίσθιο υπέρ του εκμισθωτού. Ενώ ο Δήμος διατηρεί πάντοτε το δικαίωμα να ζητήσει να αφαιρεθούν αυτές και να επαναφερθεί το μίσθιο στην αρχική του κατάσταση. Ο μισθωτής αναλαμβάνει, με δική του επιμέλεια και ευθύνη και με δικά του έξοδα την προστασία του μίσθιου και όλων των εγκαταστάσεών του και λαμβάνει κάθε είδους μέτρα ασφάλειας του μισθίου, καθ' όλη τη διάρκεια της χρήσης του καθώς και τον καθαρισμό και την αποκομιδή των απορριμμάτων. Κάθε είδους φόροι και τέλη που αφορούν το μίσθιο, δημόσιοι και δημοτικοί, βαρύνουν τον μισθωτή και καταβάλλονται από αυτόν. Ο μισθωτής οφείλει να συμμορφώνεται αμέσως στις γραπτές υποδείξεις του εκμισθωτή. Ο Δήμαρχος μπορεί να αναθέτει τον έλεγχο του μισθωτή για την τήρηση των όρων της μισθώσεως σε οποιοδήποτε δημοτικό σύμβουλο, ή στον εκπρόσωπο της Δημοτικής Κοινότητας. Ο μισθωτής οφείλει να λειτουργήσει τον εκμισθούμενο χώρο μέσα σε τρεις μήνες από την υπογραφή του μισθωτηρίου συμφωνητικού.

Κάθε δαπάνη για την εκμετάλλευση και λειτουργία του μισθίου βαρύνουν τον μισθωτή. Τυχόν λογαριασμοί κοινής ωφέλειας ΔΕΗ, ΔΕΥΑΗ κ.λ.π. , θα εκδίδονται στο όνομα του μισθωτή με ευθύνη του ιδίου. Με την έναρξη της μίσθωσης, οι μετρητές νερού (υδρόμετρο) και ρεύματος (ρολόι ΔΕΗ) θα μεταφερθούν στο όνομα του μισθωτή με ευθύνη του και οι δαπάνες σύνδεσης, και κατανάλωσης θα βαρύνουν τον ίδιο. Οφείλει δε να κοινοποιήσει στο Δήμο σε προθεσμία ενός μηνός από την υπογραφή της σύμβασης, έγγραφο από το οποίο να αποδεικνύεται η μεταφορά αυτή. Η μη συμμόρφωση του μισθωτού με τον όρο αυτό συνιστά λόγο καταγγελίας της μίσθωσης. Η μη εξόφληση των λογαριασμών αυτών ισοδυναμεί με μη πληρωμή του μισθώματος με όλες τις σχετικές συνέπειες. Η συμμετοχή στο διαγωνισμό αποδεικνύει αμάχητα αφενός ότι ο προσφέρων αποδέχεται τους όρους της παρούσας διακήρυξης, ότι έχει επισκεφθεί και ελέγξει το υπό εκμίσθωση ακίνητο και έχει σχηματίσει πλήρη γνώμη της πραγματικής και νομικής κατάστασης του, βρίσκοντας το της τελείας αρεσκείας του και κατάλληλο για την χρήση για την οποία το προορίζει και αφετέρου ότι έχει απευθυνθεί ήδη στις αρμόδιες για την έκδοση των αναγκαίων αδειών νόμιμης χρήσης του ακινήτου Υπηρεσίες και έχει διαπιστώσει τη δυνατότητα έκδοσής τους. Ο μισθωτής οφείλει να διατηρεί το κτίριο και τις εγκαταστάσεις του κτιρίου, υδραυλικές κλπ σε άριστη λειτουργία μέχρι την ημέρα λήξης της μίσθωσης, πρέπει επίσης να κάνει καλή χρήση του μισθίου και ευθύνεται για οποιαδήποτε ζημιά, φθορά ή βλάβη στο μίσθιο είτε την προκαλέσει ο ίδιος, είτε μέλη της οικογένειάς του, είτε προστεθέντα από αυτόν πρόσωπα. Επίσης υποχρεούται να διατηρεί το μίσθιο καθαρό, να το χρησιμοποιεί με τρόπο που να μην θίγει την ησυχία, την υγεία, την εργασία, την ασφάλεια και τα χρηστά ήθη των γειτόνων ή κατοίκων.

##### Άρθρο 16

Ευθύνη Δήμου Ο Δήμος δεν ευθύνεται έναντι του μισθωτή για την πραγματική σημερινή κατάσταση του μισθίου καθώς ο μισθωτής έχει προηγούμενος λάβει γνώση αυτής και την αποδέχεται. Επίσης δεν ευθύνεται για την ύπαρξη οποιασδήποτε δουλείας ή άλλου εμπράγματος δικαώματος επί του ακινήτου. Τέλος δεν υποχρεούται σε επιστροφή ή μείωση του μισθώματος ή και λύση της σύμβασης άνευ αποχρόντος λόγου.

##### Άρθρο 17

Επανάληψη δημοπρασίας Η Δημοπρασία θα επαναληφθεί μία εβδομάδα μετά την ημερομηνία διεξαγωγής της πρώτης, αν δεν παρουσιαστεί πλειοδότης. Η δημοπρασία επαναλαμβάνεται επίσης κατόπιν αποφάσεως του δημοτικού συμβουλίου όταν: α) το αποτέλεσμα αυτής δεν εγκριθεί από την Οικονομική Επιτροπή ή το Δημοτικό Συμβούλιο ή την αρμόδια Διοικητική αρχή λόγω ασύμφορου του επιτευχθέντος αποτελέσματος ή σφάλματος στη διενέργεια της δημοπρασίας β) μετά την κατακύρωση της δημοπρασίας, ο τελευταίος πλειοδότης και ο εγγυητής του αρνούνται να υπογράψουν τα πρακτικά. Επίσης όταν μετά την κοινοποίηση στον τελευταίο πλειοδότη της εγκριτικής επί του αποτελέσματος της δημοπρασίας αποφάσεως δεν προσέλθει αυτός εμπροθέσμιος για την σύνταξη και υπογραφή της σύμβασης. Στην περίπτωση (β) η δημοπρασία επαναλαμβάνεται εις βάρος του τελευταίου πλειοδότη και του εγγυητή αυτού, ως ελάχιστον δε όριο προσφοράς ορίζεται το επ' ονόματι τούτου κατακυρωθέν ποσόν, δυνάμενο να μειωθεί με απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου. Η επαναληπτική δημοπρασία γνωστοποιείται με περιληπτική διακήρυξη του δημάρχου αναφερομένης στους όρους της πρώτης διακήρυξης και δημοσιευομένης, πέντε (5) τουλάχιστον ημέρες προ της ημέρας της διενέργειας της δημοπρασίας, διεξάγεται δε σύμφωνα με τα όσα αναφέρθηκαν. Η επανάληψη της δημοπρασίας ενεργείται με βάση τη δοθείσα τελευταία προσφορά κατά την προηγούμενη δημοπρασία.

##### Άρθρο 18

Ενστάσεις κατά διακήρυξης και διαγωνισμού Ένσταση κατά της διακήρυξης του διαγωνισμού υποβάλλεται στο πρωτόκολλο του Δήμου Ηγουμενίτσας, εγγράφως, μέσα στο μισό του χρονικού διαστήματος από τη δημοσίευση της διακήρυξης μέχρι την ημερομηνία που θα γίνει ο διαγωνισμός. Ένσταση κατά της

νομιμότητας της διενέργειας του διαγωνισμού ή της συμμετοχής σ' αυτόν, υποβάλλεται στην αρμόδια για το διαγωνισμό Επιτροπή του Δήμου σε -48- ώρες από την ώρα που θα τελειώσει ο διαγωνισμός. Η ένσταση αυτή δεν επιφέρει αναβολή ή διακοπή του διαγωνισμού, αλλά εξετάζεται κατά την αξιολόγηση του διαγωνισμού από την αρμόδια επιτροπή δημοπρασιών.

##### Άρθρο 19

Μη καταβολή αποζημίωσης λόγω μη έγκρισης πρακτικών δημοπρασίας Ο τελευταίος πλειοδότης κανένα δικαίωμα δεν αποκτά για αποζημίωση λόγω μη έγκρισης των πρακτικών της δημοπρασίας από τα κατά τον νόμο αρμόδια όργανα. Από την ημερομηνία που θα κοινοποιηθεί η πράξη της Διοικητικής Αρχής στον τελευταίο πλειοδότη η σύμβασης θεωρείται οριστικά καταρτισθείσα.

##### Άρθρο 20

Δημοσίευση διακήρυξης Η παρούσα διακήρυξη δημοσιεύεται τουλάχιστον δέκα (10) ημέρες πριν από τη διενέργεια της δημοπρασίας, δια τοιχοκολλησέως αντιγράφου αυτής στον πίνακα ανακοινώσεως του Δημοτικού Καταστήματος Ηγουμενίτσας και στα δημοσιότερα μέρη του Δήμου. Περίληψη της διακήρυξεως θα δημοσιευθεί σε μια τοπική εφημερίδα και να αναρτηθεί στο διαδίκτυο στην ιστοσελίδα του Δήμου Ηγουμενίτσας.

##### Άρθρο 21

Έξοδα δημοπρασίας Τα τυχόν έξοδα δημοσιεύσεως της διακήρυξης (καθώς και της τυχόν επαναληπτικής δημοσιεύσεως) και γενικά τα πάσης φύσεως έξοδα της δημοπρασίας, τα έξοδα συντάξεως και υπογραφής του σχετικού μισθωτηρίου, μαζί με τα απαιτούμενα αντίγραφα, χαρτόσημα, βαρύνουν τον Δήμο.

##### Άρθρο 22

Περιπτώσεις λύσης σύμβασης Η μη εμπρόθεσμη καταβολή του μισθώματος και των κοινychρήστων δαπανών, των τελών του Δήμου, και των λοιπών λογαριασμών που προαναφέρονται, καθώς και η μη τήρηση οποιουδήποτε όρου του παρόντος, οι οποίοι όλοι συμφωνούνται και ορίζονται ουσιαστές, παρέχουν το δικαίωμα στον εκμισθωτή να καταγγείλει άμεσα την μίσθωση και να ζητήσει δικαστικά την απόδοση του μισθίου και των τυχόν οφειλόμενων μισθωμάτων ή να ζητήσει την απόδοση του μισθίου και την καταβολή των τυχόν οφειλομένων με έκδοση σχετικής διαταγής απόδοσης μισθίου και καταβολής μισθωμάτων, κατά τις διατάξεις του Κ.Πολ.Δ. Σε καμία περίπτωση δεν επιστρέφονται καταβληθέντα μισθώματα.

Κάθε παράβαση συμφωνηθέντος όρου συνεπάγεται την λύση της μισθώσεως χωρίς να χρειάζεται όχληση ή διαμαρτυρία προς τον μισθωτή.

##### Άρθρο 23

Λοιποί όροι Κάθε θέμα σχετικό με την εν λόγω μίσθωση και το οποίο δεν ρυθμίζεται από τους όρους της παρούσας, διέπεται από τις διατάξεις του Ν.3463/06 (ΦΕΚ.-114Α /8-6-2006), τις διατάξεις του άρθρου 72 του Ν.3852/10 καθώς και του Π.Δ. 270/30-3-1981 και του νόμου περί μισθώσεων. Ο μισθωτής θα αναλάβει, αν απαιτηθεί, την επισκευή του ακινήτου με δαπάνες του, σύμφωνα με τις οδηγίες και τις υποδείξεις της Τεχνικής Υπηρεσίας του Δήμου Ηγουμενίτσας, κατόπιν αιτήματός του και έγκρισής από το Δημοτικό Συμβούλιο και σύμφωνα με μελέτη που θα συνταχθεί από τον Δήμο. Ο Δήμος διατηρεί το δικαίωμα της μονομερούς λύσης της σύμβασης σε περίπτωση που δεν θα τηρηθούν οι ανωτέρω όροι ή χρειαστεί το ακίνητο για δική τη χρήση ειδοποιώντας ένα (1) μήνα νωρίτερα τον ενοικιαστή. Σε περίπτωση παράβασης οποιουδήποτε όρου του μισθωτηρίου, του οποίου όλοι ανεξαιρέτως οι όροι είναι και συνομολογούνται ως ουσιώδεις, άλλως θεωρούνται ως ουσιώδεις, θα διατάσσεται με απόφαση του Δημοτικού Συμβουλίου η κατάπτωση της «εγγύησης καλής εκτέλεσης των όρων της σύμβασης» και θα λύνεται η μίσθωση, χωρίς παρέμβαση των δικαστηρίων. Συγχρόνως θα κινείται η διαδικασία εξώσης του μισθωτή. Τυχόν παρατυπία της δημοπρασίας δεν παράγει κανένα δικαίωμα υπέρ του μισθωτή ή του πλειοδότη.

## Η ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ ΟΔΗΓΕΙ ΚΑΙ ΣΤΙΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ

### Ο ΠΑΛΜΟΣ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ

Ωστε έτσι λοιπόν Φανή από το Μεταξουργείο... Ο φίλος σου είναι γκέι και σε πειράζει αυτό στη γειτονιά... Δε μπορώ λοιπόν να σε καταλάβω για ποιο λόγο θα πρέπει να νιώθεις έτσι... Μα που ζεις βρε κακομοίρα; Δε βλέπεις ότι ο κόσμος αλλάζει; Προσπάθησε λοιπόν να καταλάβεις την νέα παγκόσμια πραγματικότητα κι άσε τις κλάψες που να με πάρει και να με σηκώσει... • Τζοβάννα από το Κολωνάκι το ξέρω αυτό το στέκι που τις νύχτες παίζουν χαρτιά και κάνουν παράλληλα και όργια... Δεν είναι κάτι που το ακούω για πρώτη φορά κι ούτε ήταν ανάγκη να μου το θυμίσεις φίλη μου αγαπημένη! • Θέλω να πιστεύω Σοφοκλή απατεώνα, ότι τώρα στα γεράματά σου θα καταλάβεις και θα παραδεχτείς τα πόσα λάθη και σφάλματα έχεις κάνει... Τι ψυχή θα παραδώσεις ρε τύπε στο Θεό; • Πάντα μου άρεσε το όνομα Αλίκη, αλλά ποτέ μου δε γνώρισα από κοντά κάποια με αυτό το όνομα... • Το λέω αυτό επειδή με ρωτάει ο φίλος ο Κώστας από τη Μελβούρνη, αν μου αρέσει αυτό το όνομα... Ναι λοιπόν, μου αρέσει και θα μου άρεσε περισσότερο να μου έγραφε μια φίλη με το όνομα αυτό... • Περιμένω να λίγο ώρα να μου φέρουν χορτόζουμο και πρέπει να σας πω ότι το περιμένω με χαρά... • Χορτόζουμο με μπιφτέκι, ψωμί μαύρο, φέτα σκληρή κι όλα θα πάνε καλά με τη γεύση μου... • Λοιπόν η ώρα έχει αρχίσει να περνάει και να μου δίνει το έναυσμα ν' αρχίσω να την κάνω και για σήμερα... Έως την άλλη φορά να μου είστε αγαπημένοι μεταξύ σας και ποτέ να μη ψωνίζετε στα σούπερ μάρκετ νηστικοί!!! Χα, χα, χα...



-Ο Παλμογράφος-

### δημοσιογραφικό πολύπλευρο

#### ΤΡΟΦΕΣ ΓΙΑ ΥΓΙΗ ΜΑΤΙΑ

Επηρεάζονται τα μάτια μας από τις τροφές που τρώμε ή που αποφεύγουμε; Η απάντηση ανεπιφύλακτα είναι καταφατική.

Βιταμίνες, ιχνοστοιχεία και αντιοξειδωτικά είναι απαραίτητα για τη σωστή λειτουργία του ματιού και επομένως την καλή όραση.

Η εποχή μας χαρακτηρίζεται από πληθώρα επιβαρυντικών για την υγεία παραγόντων, όπως είναι η ατμοσφαιρική ρύπανση, η ηλιακή ακτινοβολία, το άγχος αλλά και η κατανάλωση τροφίμων πλούσιων σε υδατάνθρακες και κορεσμένα λιπαρά.

Όλοι αυτοί οι παράγοντες αποτελούν φορείς αλλά και δότες ελευθέρων ριζών, οι οποίες, όταν υπάρχουν σε περίσσεια στον οργανισμό, προκαλούν, μεταξύ άλλων, μεταλλάξεις των κυττάρων των ιστών των ματιών, δημιουργώντας οφθαλμικές παθήσεις καθώς και σοβαρές διαταραχές στην όραση.

Επίσης, η υπερβολική πρόσληψη σακχάρων αυξάνει τις τιμές της γλυκόζης στο αίμα, που είναι η αιτία της διαβητικής αμφιβληστροειδοπάθειας. Όσον αφορά τα κορεσμένα λιπαρά, ευνοούν την αθηρωμάτωση των αγγείων και συνεπώς την εμφάνιση παθήσεων του κυκλοφορικού, οι οποίες οδηγούν σε εκφυλιστικές νόσους του αμφιβληστροειδούς. Για τη θωράκιση της όρασης απαιτείται αυξημένη κατανάλωση τροφίμων που περιέχουν αντιοξειδωτικά μέταλλα, ιχνοστοιχεία και βιταμίνες.

(Απόσπασμα onmed.gr)

### ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΚΙ ΑΛΛΑ...

του Γιώργου Μάλλιου



• Τα ομόλογα του ελληνικού Δημοσίου σημείωναν σήμερα την καλύτερη επίδοση στην Ευρωζώνη, με την απόδοση του 10ετούς τίτλου να υποχωρεί επιπλέον 5 μονάδες βάσης στο 1,10%, μετά τα χαμηλά επίπεδα - ρεκόρ που σημείωσε χθες, εν μέσω αισιοδοξίας μετά την απόφαση του Ευρωπαϊκού Μηχανισμού Σταθερότητας (ESM) να μη ζητήσει από την Κύπρο, που προχώρησε στην πρόωγη αποπληρωμή δανείων του ΔΝΤ, την πρόωγη αποπληρωμή και δικών του δανείων.

• Η ΑΑΔΕ έρχεται να βάλει τέλος στη φοροδιαφυγή από τον Ιούνιο καθώς πλέον όλες οι αποδείξεις θα περνάνε στο TAXISnet με το οποίο θα συνδέονται οι ταμειακές μηχανές - Ανά λεπτό θα συνδέονται οι ταμειακές μηχανές.

• Στα τέλη Μαρτίου νωρίτερα συγκριτικά με πέρυσι, εκτιμάται ότι θα ανοίξει το TAXISnet για να υποβάλουν ηλεκτρονικά πάνω από 8,9 εκατομμύρια φορολογούμενοι τις φορολογικές δηλώσεις 2020 και την φορολόγηση των εισοδημάτων που απέκτησαν το 2019.

• Μόνο τον Δεκέμβριο οι εξαγωγές αυξήθηκαν κατά 276,2 εκατ. ευρώ ή κατά 10,7% και διαμορφώθηκαν στα 2,87 δισ. ευρώ από 2,59 δισ. ευρώ τον αντίστοιχο μήνα του 2018. Άνοδο είχαμε και χωρίς να προσμετρώνται τα πετρελαιοειδή. Ενισχύθηκαν κατά 6,5% ή κατά 118,9 εκατ. ευρώ και διαμορφώθηκαν στα 1,95 δισ. ευρώ έναντι 1,83 δισ. ευρώ.

• Μεγάλη διάκριση πέτυχε η Αθήνα στον διαγωνισμό «European Best Destinations», πετυχαίνοντας να αναδειχτεί δεύτερος ευρωπαϊκός προορισμός. Συγκεντρώνοντας πάνω από 100.000 ψήφους, από τις 600.000 που

καταμετρήθηκαν στην πλατφόρμα European Best Destinations, η Αθήνα κατάφερε να υπερσχύσει από πόλεις-βαριά ονόματα της τουριστικής βιομηχανίας. Πρώτος καλύτερος προορισμός ψηφίστηκε η πόλη Κολμάρ της Γαλλίας, ενώ στην τρίτη θέση ψηφίστηκε η Τυφλίδα.

• Σημαντική πτώση παρουσίασε τον Δεκέμβριο το έλλειμμα στο εμπορικό ισοζύγιο της χώρας. Ωστόσο στο σύνολο του 2019 ήταν «φουσκωμένο» κατά 5,2%. Ειδικότερα, από τα στοιχεία της ΕΛΣΤΑΤ για τις εμπορευματικές συναλλαγές προκύπτουν τα εξής: Η συνολική αξία των εισαγωγών-αφίξεων ανήλθε στο ποσό των 4,422 δισ. ευρώ τον Δεκέμβριο 2019 έναντι 4,267 δισ. ευρώ τον ίδιο μήνα του 2018, παρουσιάζοντας αύξηση 3,6%.

• Μετά το διπλό πράσινο φως που άναψε χθες ο Πάολο Τζεντιλόνι, για έναρξη της συζήτησης για τα πλεονάσματα, αλλά και για πιθανή απόφαση για τα SMPs και ANFAs τον Ιούνιο, σήμερα είχε νέα ευχάριστα νέα για την Αθήνα. Η Κομισιόν θα αναθεωρεί προς τα επάνω τις εκτιμήσεις της για τους εφετινούς ρυθμούς ανάπτυξης της ελληνικής οικονομίας στις χειμερινές προβλέψεις, που θα παρουσιάσει την επόμενη εβδομάδα.