



Κώστας Τσιάρας: Ναι στο διάλογο με τους αγρότες και σε αποφάσεις στήριξής τους



Υπέρ του διαλόγου με τους αγρότες και σε αποφάσεις στήριξής τους, όχι, όμως στην πρακτική της «επαναστατικής γυμναστικής» που ακολουθεί μερίδα εξ αυτών, τάχθηκε ο ο Υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, Κώστας Τσιάρας.

Σελ. 13

Ψηφιακό άλμα για την Περιφέρεια Θεσσαλίας



Με στόχο την ενίσχυση της διαφάνειας, της αποτελεσματικότητας στην υλοποίηση μιας σειράς ψηφιακών έργων, η Περιφέρεια Θεσσαλίας προχωρά στη δημιουργία Γραφείου Παρακολούθησης/ Διαχείρισης Έργων ΡΜΟ και Πληροφοριακού Συστήματος Project ControlTower.

Σελ. 7

Συνάντηση εργασίας του Επιμελητηρίου με τον Χρήστο Τριαντόπουλο



Την Τετάρτη 17 Δεκεμβρίου πραγματοποιήθηκε συνάντηση εργασίας, μεταξύ του Υφυπουργού κ. Χ. Τριαντόπουλου, του Προέδρου του Επιμελητηρίου Καρδίτσας κ. Κ. Ζυγογιάννη και του Γεν. Γραμματέα του Επιμελητηρίου κ. Γ. Στεργιούλη.

Σελ. 11

Χιονοπτώσεις στα ορεινά της Θεσσαλίας από τα 1000 μ. και πάνω



Από τη Διεύθυνση Πολιτικής Προστασίας της Περιφέρειας Θεσσαλίας ανακοινώνονται τα εξής: Σύμφωνα με την πρόγνωση της Εθνικής Μετεωρολογικής Υπηρεσίας επιδείνωση θα παρουσιάσει ο καιρός τη Δευτέρα και την Τρίτη.

Σελ. 5

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΑΣ ΤΟ ACT FOR KARDITSA



Δημιουργηθήκαν την ημέρα που η Καρδίτσα πνίγηκε από τον Ιανό. Μέσα από τις λάσπες εμφανίστηκαν πραγματικοί άνθρωποι που με ανιδιοτέλεια έτρεξαν να βοηθήσουν τον συνάνθρωπό τους μέσα στην απελπισία του. Ο λόγος για την ομάδα Act for Karditsa που στην πορεία διατηρήθηκε.

Σελ. 11

Χρ. Τριαντόπουλος: Αναστολή υποχρεώσεων για επιπλέον 2 μήνες προς πληγέντες από Daniel

Σε συνέχεια των εισηγήσεων της Κυβερνητικής Επιτροπής Κρατικής Αρωγής (ΚΕΚΑ) υπό την Προεδρία του Υφυπουργού Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας, κ. Χρήστου Τριαντόπουλου, ανακοινώθηκε την Δευτέρα 23 Δεκεμβρίου 2024, η παράταση των αναστολών για φορολογικές οφειλές και ασφαλιστικές υποχρεώσεις, για επιπλέον δύο μήνες, για τους πληγέντες από τα ακραία πλημμυρικά φαινόμενα του Σεπτεμβρίου του 2023.



Σελ. 10

Κώστας Γκαρνάκης: Περιμένουμε από το κράτος επιδοτήσεις



Την τιμητική τους έχουν, αυτό το διάστημα, λόγω των εορτών, τα αρτοποιεία της Καρδίτσας. Μελομακάρωνα, κουραμπιέδες, πανετόνε και πολλές ακόμη λιχουδιές βρίσκονται σε πρώτο πλάνο και στην πρώτη ζήτηση του ενδιαφέροντος των καταναλωτών, ενώ την επόμενη εβδομάδα σειρά θα πάρουν οι παραδοσιακές βασιλόπιτες.

Σελ. 9

Π.Ε.Δ. ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΝΩΣΗ ΔΗΜΩΝ

Ο Πρόεδρος της ΠΕΔ Θεσσαλίας κ. Νίκος Σακκάς και τα μέλη του ΔΣ εύχονται σε όλους τους Θεσσαλούς πολίτες

Χρόνια Πολλά και καλή Χρονιά με Υγεία!

ΚΑΙΡΟΣ

Τρίτη 24 Δεκεμβρίου 2024

Θερμοκρασία 6° C Υγρασία 92%

09.00 π.μ. Πιθανή βροχή Μπόφορ 1 B

Θερμοκρασία 9° C Υγρασία 76%

15.00 π.μ. Πιθανή βροχή Μπόφορ 1 B

Ξέρετε ότι...



Το δωδεκάημερο των Χριστουγέννων είναι το χρονικό διάστημα μεταξύ των Χριστουγέννων (25 Δεκεμβρίου) και των Θεοφανίων (6 Ιανουαρίου).

Εορτολόγιο

Σήμερα: Ευγενία, Αχμέτ
25/12: Χρήστος, Χριστίνα, Χρυσή, Βηθλεέμ, Γκασπάρ, Εμμανουήλ, Μελχιώρ, Μπαλταζάρ

Σαν σήμερα...

1818: Ο Φραντς Γιόζεφ Γκρούμπερ συνθέτει το τραγούδι «Silent Night (Άγια Νύχτα)». Θα παρουσιαστεί σε κοινό την επόμενη μέρα και θα παραμείνει μέχρι σήμερα ένα από τα εμβληματικά τραγούδια των Χριστουγέννων.

1843: Στήνεται για πρώτη φορά σε ελληνικό σπίτι χριστουγεννιάτικο δέντρο. Είναι το σπίτι του Ιωάννη Παπαρηγόπουλου από τη Νάξο, γενικού Προξένου της Ρωσίας στην Αθήνα.

1914: Ανακωχή για τον εορτασμό των Χριστουγέννων μεταξύ των εμπόλεμων στο Δυτικό Μέτωπο (Α' Παγκόσμιος Πόλεμος).

1963: Εξαπλώνονται οι διακοινοτικές συγκρούσεις σε όλη την Κύπρο. Ανακωχή στη Λάρνακα, ύστερα από μεγάλο αριθμό θυμάτων μεταξύ των Τουρκοκυπρίων. Το απόγευμα, οι Ελληνοκύπριοι κάνουν γενική αντεπίθεση και ανακαταλαμβάνουν το μεγαλύτερο μέρος της Λευκωσίας, ενώ πολιορκούν την Ομορφίτα.

Την Τρίτη 24 Δεκεμβρίου η εβδομαδιαία Λαϊκή Αγορά της Καρδίτσας



Από τη Δημοτική αρχή Καρδίτσας γίνεται γνωστό ότι η εβδομαδιαία Λαϊκή Αγορά της Τετάρτης 25 Δεκεμβρίου λόγω της αργίας των Χριστουγέννων, θα πραγματοποιηθεί την Τρίτη 24 Δεκεμβρίου.

Εορταστικό κλίμα στην Περιφέρεια Θεσσαλίας Κάλαντα, δώρα και χαμόγελα



Εορταστικό κλίμα το πρωί στην Περιφέρεια Θεσσαλίας καθώς μαθητές, εκπαιδευτικοί, χορωδίες και εκπρόσωποι συλλόγων επισκέφθηκαν τον Περιφερειάρχη για να του πουν τα κάλαντα και να ανταλλάξουν

ευχές.

Πρώτοι, είπαν τα παραδοσιακά κάλαντα με ενθουσιασμό οι μαθητές, του 12ου Λυκείου Λάρισας και ακολούθησαν οι μαθητές του 19ου Δημοτικού Σχολείου, χαρίζοντας χαμόγελα με τη μουσική τους και τις παιδικές τους φωνές. Ο κ.Κουρέτας, ευχαρίστησε τους μαθητές και του εκπαιδευτικούς τους, συζήτησε μαζί τους για το νόημα των Χριστουγέννων,επισημαίνοντας τους ότι «είναι μια ευκαιρία να θυμηθούμε τις αξίες της αγάπης, της προσφοράς και της στήριξης σε κάθε άνθρωπο» και μοίρασε στα παιδιά δώρα..

Ο Περιφερειάρχης, άκουσε επίσης τα κάλαντα από τα μέλη της νεοσύστατης Φιλαρμονικής του Δήμου Αλμυρού υπό την μαέστρο Μαρία Αγγέλη, ενώ μαζί τους ήταν και ο Δήμαρχος Αλμυρού Δημήτρης Εσερίδης .Επίσης τα κάλαντα είπαν στον Περιφερειάρχη, τα μέλη της χορωδίας του Πολιτιστικού Κέντρου της ΔΕΗ, υπό τον μαέστρο Γιώργο Τερζούδη.

Στη συνέχεια ο κ. Κουρέτας, υποδέχθηκε τους εκπροσώπους των συλλόγων «ΚΥΚΝΟΣ» και του συλλόγου Ατόμων με Ειδικές Ανάγκες, δίνοντας τους δώρα για τα παιδιά και εκφράζοντας τη στήριξή του στο έργο τους.

Δοξολογία για το πυροσβεστικό σώμα της πόλης μας



Ναό Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης Καρδίτσας.

Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, την Τρίτη 17 Δεκεμβρίου, επί τη εορτή των αγίων τριών παιδών Ανανίου, Αζαρίου και Μισαήλ προστατών του Πυροσβεστικού Σώματος, προέστη της επισήμου Δοξολογίας στον Ιερό Μητροπολιτικό

Προσφορά προς τους νέους του Κέντρου Ορίζοντες



Τους νέους -ες του Θεοδωρίδειου Κέντρου - Ορίζοντες επισκέφτηκε παρουσία της Προέδρου του Κέντρου κας. Καραγιάννη Ευαγγελία και του κ. Ψημμένου Σωτήρη - μέλος του Δ.Σ, ο Πρόεδρος του Συνδέσμου Προπονητών Ν. Καρδίτσας κ. Βασίλειος Τσιαμούρας, ο Ταμίας κ. Παπαδημητρίου Χαράλαμπος, προσφέροντας δώρα στους νέους του Κέντρου ενόψει των γιορτών. Η Πρόεδρος, το Δ.Σ. του Κέντρου και τα παιδιά τους ευχαριστούν θερμά.

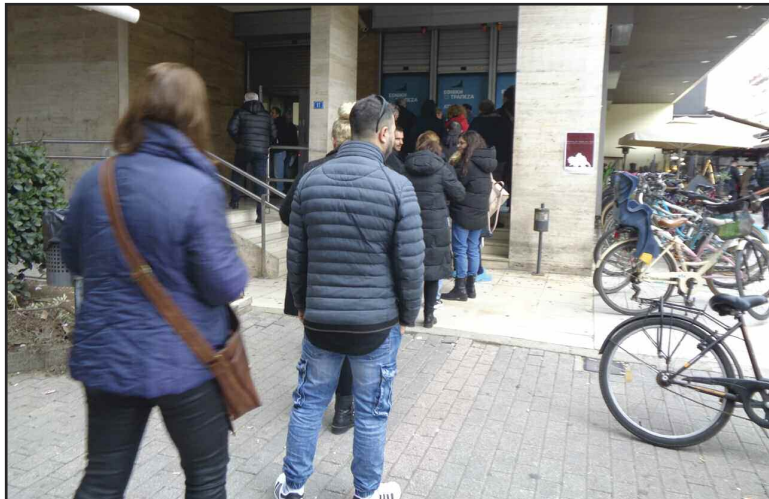
Κάλαντα από τους Δόκιμους της νεοσύστατης Σχολής Αστυφυλάκων Μουζακίου



Το πρωί της Πέμπτης 19 Δεκεμβρίου, ομάδα δοκίμων αστυφυλάκων της Σχολής Μουζακίου συνοδευόμενοι από τον Διοικητή της Σχολής Αστυφυλάκων κ. Ιωάννη Τσιώλη και την Υπαστυνόμο Β' κ. Φωλίνα Δήμητρα, οι δόκιμοι επισκέφθηκαν τα γραφεία της Ιεράς μας Μητροπόλεως για να ψάλλουν τα χριστουγεννιάτικα κάλαντα στον Σεβασμιώτατο Μητροπολίτη μας κ. Τιμόθεο.

Έπειτα ο Σεβασμιώτατος καλωσόρισε με πατρικές ευχές τους δοκίμους και τους ευχήθηκε καλά κι ευλογημένα Χριστούγεννα.

Η ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ της ημέρας



Ουρές με το καλημέρα, την προπαραμονή των Χριστουγέννων, στα ΑΤΜ των Τραπεζών!!!

Ιερό Ευχέλαιο προ της εορτής της Χριστού Γεννήσεως στην πόλη μας



Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, το εσπέρας της Παρασκευής 20 Δεκεμβρίου 2024, τέλεσε την ακολουθία του Μυστηρίου του ιερού Ευχελαίου στον Ιερό Μητροπολιτικό Ναό Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης Καρδίτσας, προς ίαση ψυχών τε και σωμάτων και προετοιμασία για την μεγάλη εορτή της του Χριστού Γεννήσεως.

ΑΣΚ: Τραυματίες και εκτός δράσης οι Νέιτ Ουότσον και Βασίλης Χρηστίδης



Ο αγώνας του Σαββάτου απέναντι στον ΠΑΟΚ ματσο για την 11η αγωνιστική της Stoiximan GBL έφερε δυστυχώς δυσάρεστα νέα σε ότι αφορά δυο αθλητές της ομάδας μας. Συγκεκριμένα, μετά τον αγώνα και τις εξετάσεις που πραγματοποιήθηκαν, διαπιστώθηκε ότι ο Νέιτ Ουότσον υπέστη κάταγμα τρίτου μετακαρπίου στο αριστερό του χέρι ενώ ο Βασίλης Χρηστίδης υπέστη κάταγμα εγγύς φάλαγγας σε δάκτυλο του αριστερού του χεριού. Και οι δυο αθλητές θα ακολουθήσουν συντηρητική θεραπεία σύμφωνα με τις οδηγίες των ορθοπεδικών ιατρών της ομάδας μας κ.κ. Κωνσταντίνου Μπανιού και Βασίλη Αμπράζη και θα απουσιάσουν από τα επόμενα παιχνίδια. Ο χρόνος επανόδου τους θα εκτιμηθεί στην πορεία της αποθεραπείας τους. Ο Α.Σ.Καρδίτσας ΙΑΠΩΝΙΚΗ, εύχεται και στους δυο αθλητές μας, καλή ανάρρωση και γρήγορη επάνοδο στους αγωνιστικούς χώρους.

Είπαν Είπαν Είπαν



Κ.Κ. ΤΙΜΟΘΕΟΣ:
«Ο Θεός είναι ένα συνεχές παρών μέσα στη ζωή του χριστιανού και εξαιτίας της πίστεως μας προς το Θεό να κάνουμε αγαθά έργα»



Κ. ΤΣΙΑΡΑΣ:
«Η Ελλάδα είναι η χώρα παράδειγμα για την αντιμετώπιση μιας ζωνόσου στην Ευρωπαϊκή Ένωση»



Κ. ΤΕΛΙΟΣ:
«Ο διαγωνισμός "Χριστουγεννι-ΑΡΤ-ικα Πεντάλ" καλεί μικρούς και μεγάλους να διακοσμήσουν τα ποδήλατά τους»



Α. ΤΑΞΙΑΡΧΗΣ:
«Με αποφασιστικότητα θα αντισταθούμε σε οποιονδήποτε που προσπαθεί να πλήξει τα εργασιακά μας δικαιώματα»



Η ΓΝΩΜΗ
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΑΡ. Μ.Ε.Τ. 230147

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ
ΦΙΛΙΠΠΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
ΕΚΔΟΤΗΣ
ΦΙΛΙΠΠΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ
ΓΙΑΝΝΟΥΣΑ ΒΑΣΩ
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΣΥΝΤΑΞΗΣ
ΜΠΑΛΑΜΠΑΝΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ
ΣΥΝΤΑΞΗ
ΝΕΛΛΑ ΜΑΡΙΑ
ΚΩΔΙΚΟΣ ΕΛΤΑ
5773
ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ ΣΗΜΑΤΟΣ
ΦΙΛΙΠΠΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
ΓΡΑΦΕΙΑ
ΔΙΑΚΟΥ 10 Τ.Κ. 43132 ΚΑΡΔΙΤΣΑ
ΤΗΛ.: 2441040769 & 2441041251
FAX: 2441075364
www.karditsanews.gr
e-mail: gnomi@ixorama.gr

Στην ομάδα εργασίας της Κυβερνητικής Επιτροπής Κρατικής Αρωγής ο Νίκος Καραγιάννης

Στην ομάδα εργασίας της Κυβερνητικής Επιτροπής Κρατικής Αρωγής ορίστηκε να συμμετέχει ο πρ. Αντιπεριφερειάρχης Νίκος Καραγιάννης.

Την απόφαση, που δημοσιεύτηκε στο ΦΕΚ Τεύχος Υ.Ο.Δ.Α, αρ. φυλ. 1373/12-12-2024, υπογράφει ο Πρόεδρος της Κυβερνητικής Επιτροπής, Υφυπουργός Κλιματι-

κής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας κ. Χρ. Τριαντόπουλος.

Σύμφωνα με την απόφαση, σκοπός της Ομάδας εργασίας είναι:

Α) Η παρακολούθηση της πορείας υλοποίησης των έργων Φυσικών Καταστροφών των Οργανισμών Τοπικής Αυτοδιοίκησης.

Β) Η παρακολούθηση της πορείας χρηματοδότησης των



έργων.

Γ) Η καταγραφή

των ευρημάτων και η υποβολή σχετικής έκθεσης στον Πρόεδρο της Κυβερνητικής Επιτροπής Κρατικής Αρωγής.

Η ομάδα εργασίας μπορεί να μεταβαίνει στις πληγείσες από θεομηνίες περιοχές (ανά την επικράτεια) και στο πλαίσιο εκτέλεσης του έργου της απευθύνεται στις αρμόδιες υπηρεσίες των Υπουργείων ή των ΟΤΑ, οι οποίες

οφείλουν να παρέχουν σε αυτή όλα τα απαραίτητα στοιχεία χωρίς καθυστέρηση.

Η ομάδα εργασίας είναι εξαμελής, με συντονιστή τον Γενικό Γραμματέα Αυτοδιοίκησης και Αποκέντρωσης του Υπουργείου Εσωτερικών κ. Χιονίδη Σάββα και Πρόεδρο τον Υφυπουργό Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας κ. Χρ. Τριαντόπουλο.

Ξεκινούν οι εργασίες για την αποκατάσταση των ζημιών στο κτίριο της Δημοτικής Πινακοθήκης

Β. Τσιάκος: Αποκαθιστούμε μια από τις βασικότερες πολιτιστικές δομές του Δήμου μας

Σε αποκατάσταση των ζημιών που είχε προκαλέσει ο Ιανός στο κτίριο της Δημοτικής Πινακοθήκης Καρδίτσας προχωρά άμεσα, μέσα από σχετική εργολαβία, η Δημοτική αρχή Καρδίτσας. Πρόκειται για ένα πολύ σημαντικό έργο καθώς η Δημοτική Πινακοθήκη αποτελεί για την περιοχή σημείο πολιτιστικού και καλλιτεχνικού ενδιαφέροντος. Ο προϋπολογισμός του έργου ανέρχεται σε 370.000 ευρώ και μετά την ολοκλήρωση των εργασιών ο ηλεκτρομηχανολογικός εξοπλισμός του κτιρίου, μαζί με άλλες παρεμβάσεις που προβλέπονται, θα καταστεί και πάλι λειτουργικός, δίνοντας έτσι νέες δυνατότητες στην όλη λειτουργία της Πινακοθήκης. Την ικανοποίηση του εξέφρασε με δήλωσή του ο Δήμαρχος Καρδίτσας



κ. Βασίλης Τσιάκος για το γεγονός ότι μετά από συστηματική αλλά και χρονοβόρα προσπάθεια, ξεκινούν οι εργασίες για την αποκατάσταση των φθορών που προκάλεσε ο Ιανός, σε μια από τις σπουδαιότερες πολιτιστικές υποδομές του Δήμου Καρδίτσας, όπως είναι η δομή της Πινακοθήκης.

Τι περιλαμβάνουν οι εργασίες αποκατάστασης

Για να μπορέσουν να λειτουργήσουν τα συστήματα που καταστράφηκαν (Θέρ-

μανση-Κλιματισμός, Ανελκυστήρας, Ηλεκτρικά-Υδραυλικά κ.λ.π) πρέπει το σύνολο των υλικών και εγκαταστάσεων να αντικατασταθεί με καινούργια.

Αρχικά θα γίνει αποξήλωση όλων υλικών-Μηχανημάτων-Λεβήτων απαιτείται και θα ακολουθήσει απομάκρυνση από τον χώρο του υπογείου.

Με την αντικατάσταση του λέβητα -καυστήρα πετρελαίου αντί για πετρέλαιο θα χρησιμοποιηθεί φυσικό αέριο με συστοιχία λεβήτων φυσικού αερίου.

Θα αντικατασταθεί το πυροσβεστικό συγκρότημα εκτός από την δεξαμενή νερού στην οποία θα γίνει μια συντήρηση.

Θα αντικατασταθεί το μεγαλύτερο μέρος του εφεδρικού ηλεκτροπαραγωγού ζεύγους 125 KVA.

Θα αντικατασταθούν όλα τα φωτιστικά του υπογείου.

Θα αντικατασταθεί το αντλητικό συγκρότημα 6,0m³/h.

Θα ελεγχθούν τα πιεστικά δοχεία εάν είναι λειτουργικά.

Θα αντικατασταθούν όλοι οι κυκλοφορητές.

Θα αντικατασταθεί ο κεντρικός πίνακας αναγγελίας ανίχνευση πυρκαγιάς 2 ζωνών.

Το δοχείο αδρανείας θα ελεγχθεί εάν είναι λειτουργικό.

Θα επισκευασθούν στο μεγαλύτερο μέρος τους οι κεντρικές κλιματιστικές μονάδες που βρίσκονται στο υπόγειο

(θέρμανση-ψύξη-ύγρανση 120.000 BTU θέρμανση).

Ισχύος 210.000 BTU ψύξη η μία και 260.000 BTU ψύξη η άλλη και

150.000 BTU θέρμανση η δεύτερη.

Θα αντικατασταθούν όλοι οι ηλεκτρικοί πίνακες, πρίζες του υπογείου.

Θα αντικατασταθεί ο ηλεκτρικός πίνακας του ανελκυστήρα και θα ελεγχθεί ο κινητήρας κ.λ.π. του μηχανοστασίου του ανελκυστήρα.

Θα γίνει καθαρισμός των χώρων, αποξήλωση της ψευδοροφής χρωματισμός των τοίχων αντικατάσταση ψευδοροφής κλπ.

Στο δώμα του κτιρίου υπάρχει ο πύργος ψύξης στον οποίο θα γίνει συντήρηση και αλλαγή των φθαρμένων εξαρτημάτων. Το ίδιο θα γίνει και με την κλιματιστική μονάδα του Β ορόφου.

Χιονοπτώσεις στα ορεινά της Θεσσαλίας από τα 1000 μ. και πάνω

Από τη Διεύθυνση Πολιτικής ή της Προστασίας της Περιφέρειας Θεσσαλίας ανακοινώνονται τα εξής: Σύμφωνα με την πρόγνωση της Εθνικής Μετεωρολογικής Υπηρεσίας επιδείνωση θα παρουσιάσει ο καιρός τη Δευτέρα και την Τρίτη με τοπικά ισχυρές βροχές, καταιγίδες κυρίως στις θαλάσσιες και παραθαλάσσιες περιοχές, τοπικά θυελλώδεις ανέμους στα πελάγη, χιονοπτώσεις στα ορεινά και πρόσκαιρα σε ημιορεινές περιοχές της κεντρικής και βόρειας Ελλάδας κυρίως στα βορειοδυτικά.



Α. Τη Δευτέρα (23-12-2024) ισχυρές βροχές και στα θαλάσσια παραθαλάσσια καταιγίδες προβλέπονται: 1. Αρχικά στα βορειοδυτικά (βόρειο Ιόνιο, Ήπειρος) και γρήγορα στη δυτική Στερεά, τις υπόλοιπες περιοχές του Ιονίου και τη δυτική Πελοπόννησο. Το βράδυ από τα βορειο-

οδυτικά τα φαινόμενα θα εξασθενήσουν. 2. Από το απόγευμα στην ανατολική Μακεδονία, τη Θράκη, τα νησιά του Ανατολικού Αιγαίου, τα Δωδεκάνησα και την Κρήτη (κυρίως τη δυτική και τη νότια). Από το μεσημέρι της Τρίτης (24-12-2024) τα φαινόμενα θα περιοριστούν στα

Δωδεκάνησα και θα εξασθενήσουν.

Β. Τη Δευτέρα (23-12-2024) τοπικά στο Ιόνιο και μετά το μεσημέρι τοπικά στο Αιγαίο θα πνέουν θυελλώδεις νότιοι νοτιοδυτικοί άνεμοι.

Γ. Χιονοπτώσεις θα σημειωθούν τη Δευτέρα (23-12-2024) στον ορεινό ηπειρωτικό κορμό, τοπικά και στα ημιορεινά της κεντρικής και βόρειας χώρας που πρόσκαιρα θα είναι πυκνές κυρίως στη δυτική Μακεδονία. Οι χιονοπτώσεις θα συνεχιστούν και την Τρίτη (24-12-2024) με μειούμενη ένταση κυρίως από το μεσημέρι και μετά.

Περισσότερες λεπτομέρειες για την εξέλιξη του καιρού στα τακτικά και έκτακτα δελτία καιρού, στην ιστοσελίδα της ΕΜΥ (www.emy.gr).

Επισημαίνεται ότι οι χιονοπτώσεις στη Θεσσαλία αναμένονται από τα 1000 μέτρα υψόμετρο και πάνω. Οι οδηγοί θα πρέπει να είναι εφοδιασμένοι με αντιολισθητικές αλυσίδες και να γνωρίζουν την τοποθέτησή τους στα ελαστικά. Επίσης οι αγρότες και οι κτηνοτρόφοι θα πρέπει να μεριμνήσουν για την προστασία του φυτικού και ζωικού τους κεφαλαίου και για την επάρκεια ζωοτροφών.

Επισκέψεις του Δημάρχου Β. Τσιάκου σε Γηροκομείο και πρ. ΚΕΠΕΠ

Εθιμοτυπική επίσκεψη πραγματοποιήσε το μεσημέρι της Δευτέρας στο Γηροκομείο της Ιεράς Μητροπόλεως αλλά και στο Κέντρο Αποκατάστασης Παίδων με Αναπηρία (πρώην ΚΕΠΕΠ) ο



δήμαρχος Καρδίτσας κ. Βασίλης Τσιάκος

συνοδευόμενος από τον Δημοτικό Σύμ-

βουλο και πρόεδρο του Ιατρικού Συλλόγου Καρδίτσας κ. Δημ. Παπούλια.

Στην επίσκεψη τους στο Γηροκομείο τους υποδέχθηκε ο Μητροπολίτης Θεσσαλιώτιδος και Φαναριοφερσάλων σεβ. Τιμό-

θεος και οι υπεύθυνοι του Ιδρύματος. Ο Δήμαρχος αντάλλαξε ευχές με τους τροφίμους του γηροκομείου για καλά Χριστούγεννα και ευτυχές το νέο έτος.

Στη συνέχεια επισκέφτηκαν το ΚΕΠΕΠ όπου τους υποδέχθηκε ο πρόεδρος κ. Ηλίας Τσιαούσης και τα στελέχη του Κέντρου. Ο Δήμαρχος και ο κ. Παπούλιας αντάλλαξαν με την διοίκηση, το προσωπικό και τους τροφίμους του ιδρύματος ευχές για τα Χριστούγεννα και το νέο έτος. Στη συνέχεια τα παιδιά τραγούδησαν τα κάλαντα ενώ ο πρόεδρος κ. Τσιαούσης προσέφερε ως δώρο στον Δήμαρχο ένα όμορφο Χριστουγεννιάτικο στεφάνι που κατασκεύασαν με πολλή αγάπη τα παιδιά.

A.P.L. S.A.
Advanced technology
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ
ΑΝΥΨΩΤΙΚΗ

e-mail: apl@apl.gr
site: www.apl.gr

4ο km Π.Ο
Καρδίτσας - Τρικάλων
Τηλ.: 24410 41441
6974-500570
Fax: 24410-42242

Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης Επιμορφωτική Θεσσαλίας ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Σεμινάρια Επιμόρφωσης εργοδοτών, εργαζομένων για θέματα άσκησης καθηκόντων τεχνικού ασφαλείας

Το Κέντρο Επαγγελματικής Κατάρτισης **ΕΠΙΜΟΡΦΩΤΙΚΗ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ** διοργανώνει επιμορφωτικά σεμινάρια με τίτλο:

“Επιμόρφωση εργοδοτών και εργαζομένων για θέματα άσκησης καθηκόντων τεχνικού ασφαλείας Β’ και Γ’ κατηγορίας”

Στους συμμετέχοντες θα χορηγείται Βεβαίωση Επιμόρφωσης.

Διάρκεια εκπαίδευσης: Β’ κατηγορία: 35 ώρες Γ’ κατηγορία: 10 ώρες

Δηλώσεις συμμετοχής: Α. Παπανδρέου 26
2ος όροφος- Καρδίτσα

Πληροφορίες:

24410-70203 και 24410-79634

Χριστουγεννιάτικη εκδήλωση του Γραφείου Νεότητας της Ιεράς Μητροπόλεως Θεσσαλιώτιδος και Φαναριοφερσάλων

Με την Χάρη και τη βοήθεια του Θεού πραγματοποιήθηκε το Σάββατο 21 Δεκεμβρίου 2024, παρουσία του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη μας κ. Τιμοθέου, η Χριστουγεννιάτικη εορτή των παιδιών των Κατηχητικών Σχολείων της πόλης της Καρδίτσας της Ιεράς Μητροπόλεώς μας. Ο ζεστός και φιλόξενος Ιερός Μητροπολιτικός Ναός Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης στην Καρδίτσα, φιλοξένησε την Χριστουγεννιάτικη εκδήλωση του Γραφείου Νεότητας της Ιεράς Μητροπόλεως μας και πλημμύρισε από τα παιδικά χαμόγελα, όμορφες μελωδίες και τραγούδια.

Στην εκδήλωση του



Γραφείου Νεότητας συμμετείχαν όλα τα κατηχητικά σχολεία της πόλης της Καρδίτσας, ενώ συμμετείχε και ο Σύλλογος Ιεροψαλτών Νομού Καρδίτσας Άγιος Ιωάννης ο Κουκουζέλης, με Χριστουγεννιάτικους Ύμνους. Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, αλλά και οι γονείς και συγγενείς των παιδιών, καμάρωσαν τη νεολαία του τόπου μας που έδωσε με τον δικό

της τρόπο μια χαρούμενη νότα στις εορταστικές αυτές ημέρες. Η εκδήλωση περιελάμβανε χριστουγεννιάτικους ύμνους, θεατρικό δρώμενο, παραδοσιακά κάλαντα, κέφι, φρεσκάδα και πολύ αγάπη. Ο Σεβασμιώτατος στο τέλος της εορτής ευχήθηκε Καλά Χριστουγεννα και Καλή Χρονιά σε όλους.

Επιπλέον, προέτρεψε τους γονείς να έχουν ενεργή συμμε-

τοχή στην πνευματική και κοινωνική ανάπτυξη των παιδιών τους, όπως μέσω του κατηχητικού σχολείου, της σχολής βυζαντινής μουσικής της Μητροπόλεως, η οποία είναι διαθέσιμη για παιδιά και ενήλικες, προσφέροντας μια επιπλέον ευκαιρία κοινωνικοποίησης μέσω της μουσικής, ώστε τα παιδιά να κοινωνικοποιούνται και να γνωρίζουν τον Χριστό. Να προσπαθήσουν να συναντήσουν τον Χριστό μέσα από τη ζωή και την ανατροφή των παιδιών τους, καθώς αυτό απαιτεί μια συνειδητή προσπάθεια να ενσωματώσουν τις αξίες του Χριστιανισμού στην καθημερινότητά τους. Η ανατροφή των παιδιών περιγράφεται ως ένα δύσκολο αλλά ωραίο

αγώνισμα. Οι γονείς πρέπει να είναι έτοιμοι να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις που προκύπτουν κατά τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας.

Ο Σεβασμιώτατος επίσης ευχαρίστησε το Γραφείο Νεότητος, τον πατέρα Δαμιανό και τις κυρίες που συμμετείχαν στην προσπάθεια της Ιεράς Μητροπόλεως, τους ιερείς των ενοριών, οι οποίοι στέκονται δίπλα στις καθηγήτριες και στους καθηγητές για να πραγματοποιήσουν το έργο της τοπικής μας εκκλησίας.

Τέλος, οι μικροί πρωταγωνιστές έλαβαν δώρα από τα χέρια του Σεβασμιωτάτου μας, προκειμένου να ευχηθεί και στον κάθε ένα προσωπικά για τις άγιες αυτές ημέρες.

ΑΣΚ: Ξεκινά η διάθεση των εισιτηρίων για τον αγώνα με την ΑΕΚ

Διαθέσιμα είναι τα εισιτήρια του αγώνα μεταξύ του Α.Σ.Καρδίτσας ΙΑΠΩΝΙΚΗ και της ΑΕΚ betsson που θα γίνει το Σάββατο 4 Ιανουαρίου 2025 στις 8.15 μ.μ. στο κλειστό της πόλης μας. Ο αγώνας ανήκει στην 13η αγωνιστική του πρωταθλήματος και είναι ο πρώτος εντός έδρας για το πρωτάθλημα της Stoiximan GBL στο νέο έτος.

Η διάθεση των εισιτηρίων θα γίνεται αποκλειστικά από τα γραφεία της ομάδας μας επί της οδού Ν.Χαρίτου 12. Δε θα πραγματοποιείται πώληση μέσω της ticketma-



ster.gr, ενώ πριν τον αγώνα δε θα λειτουργήσουν εκδοτήρια στο γήπεδο. Επομένως, όσοι φίλαθλοι θέλουν να παρακολουθήσουν τον αγώνα μπορούν να εξυπηρετηθούν μόνο από τα γραφεία του Α.Σ.Καρδίτσας.

Επίσης, σημειώνουμε ότι η διάθεση των εισιτηρίων γίνεται αποκλειστικά στους φίλαθλους που έχουν

ήδη παρακολουθήσει έναν ή περισσότερους αγώνες του ΑΣΚ στη φετινή Stoiximan Basketball League, σύμφωνα με τα στοιχεία ταυτοποίησης των ονομαστικών εισιτηρίων μέσω της εφαρμογής gov.gr wallet. Με αυτό τον τρόπο, η Α.Σ.Καρδίτσας ΚΑΕ επιβραβεύει τους φιλάθλους της Καρδίτσας που βρίσκονται πάντοτε δίπλα

στην ομάδα.

Οι τιμές των εισιτηρίων είναι 15 € για τους τομείς BU,CU,DU,EU, 7 € για τα παιδιά έως και 17 ετών και 10 € για φοιτητές, ανέργους, πολύτεκνους και ΑΜΕΑ. Στους τομείς BD,DD η τιμή του κανονικού εισιτηρίου είναι 20 € και 10 € η τιμή του παιδικού εισιτηρίου.

Στους τομείς FA,FB το κανονικό εισιτήριο τιμάται 25 € και για το παιδικό εισιτήριο, 12 €.

Το ωράριο λειτουργίας των γραφείων Ενόψει των εορταστικών ημερών, τα γραφεία του Α.Σ.Καρδίτσας και το official store (στην οδό Ν.Χαρίτου 12) θα λειτουργήσουν

τις παρακάτω ημέρες και ώρες:

- Δευτέρα 23/12/2024: Πρωί 9-1 και απόγευμα 6-8.30
- Τρίτη 24/12/2024: Πρωί 9-1
- Παρασκευή 27/12/2024: Πρωί 9-1 και απόγευμα 6-8.30
- Σάββατο 28/12/2024: Πρωί 9-1
- Δευτέρα 30/12/2024: Πρωί 9-1 και απόγευμα 6-8.30
- Τρίτη 31/12/2024: Πρωί 9-1
- Πέμπτη 2/1/2025: Πρωί 9-1 και απόγευμα 6-8.30
- Παρασκευή 3/1/2025: Πρωί 9-1 και απόγευμα 6-8.30
- Σάββατο 4/1/2025: Πρωί 9-1

Ψηφιακό άλμα για την Περιφέρεια Θεσσαλίας: Δημιουργεί Γραφείο Παρακολούθησης και Διαχείρισης έργων

Συνάντηση του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας με τον Υπουργό Ψηφιακής Διακυβέρνησης

Με στόχο την ενίσχυση της διαφάνειας, της λογοδοσίας και της αποτελεσματικότητας στην υλοποίηση μιας σειράς εμβληματικών και ψηφιακών έργων, η Περιφέρεια Θεσσαλίας προχωρά στη δημιουργία Γραφείου Παρακολούθησης/ Διαχείρισης Έργων PMO και Πληροφοριακού Συστήματος Project ControlTower.

Η υλοποίηση του έργου εντάσσεται στο πλαίσιο της δράσης «Ψηφιακή Ανάπτυξη και Λειτουργία μέσω Διαδικτύου», χρηματοδοτούμενης από το Υπουργείο Ψηφιακής Διακυβέρνησης. Το έργο αποτέλεσε το κύριο θέμα συζήτησης στη συνάντηση του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας, Δημήτρη Κουρέτα, με τον Υπουργό Ψηφιακής Διακυβέρνησης, Δημήτρη Παπαστεργίου. Κατά τη συνάντηση,



συζητήθηκε η στρατηγική σημασία και η λειτουργική ανάγκη για την υλοποίηση του συγκεκριμένου εγχειρήματος.

Σκοπιμότητα και Αντικείμενο του Έργου

Η Περιφέρεια Θεσσαλίας διαχειρίζεται ένα εξαιρετικά σύνθετο χαρτοφυλάκιο έργων, το οποίο περιλαμβάνει:

- Έργα με γεωγραφική διασπορά σε όλη την Περιφέρεια.
- Διαφορετικούς δικαιούχους και φορείς υλοποίησης.

• Πολλαπλές πηγές χρηματοδότησης.

Η υλοποίηση του Γραφείου Παρακολούθησης και του Πληροφοριακού Συστήματος έρχεται να αντιμετωπίσει αυτές τις προκλήσεις, ενισχύοντας τη λειτουργική ικανότητα της Περιφέρειας.

Το έργο στοχεύει στην κάλυψη των παρακάτω αναγκών:

1. Εγκαθίδρυση ενιαίου συστήματος διακυβέρνησης σε επίπεδο χαρτοφυλακίου, βασισμένου στις ανάγκες της Περιφέρειας.
2. Δημιουργία πλη-

ροφοριακού συστήματος, το οποίο θα παρέχει:

- Ενοποιημένη πληροφόρηση και ακριβή αποτύπωση δεδομένων.
- Δυνατότητα εντοπισμού συνεργειών μεταξύ των έργων που υλοποιούνται.

3. Στρατηγική ευθυγράμμιση των έργων με τους στόχους και την πολιτική της Περιφέρειας, εξασφαλίζοντας ότι αυτά εξυπηρετούν τις αναπτυξιακές προτεραιότητες.

4. Παρακολούθηση της προόδου των έργων τόσο στο φυσικό όσο και στο οικονομικό τους αντικείμενο, με συστηματική παρακολούθηση βάσει οροσίων και στόχων.

5. Εντοπισμός κινδύνων και προβλημάτων που ανακύπτουν κατά την ωρίμανση και υλοποίηση των έργων, με στόχο την άμεση λήψη

διορθωτικών μέτρων.

6. Μεταφορά τεχνογνωσίας στα στελέχη της Περιφέρειας, για την καλύτερη κατανόηση και εφαρμογή σύγχρονων εργαλείων διαχείρισης έργων.

7. Παραγωγή προσαρμοσμένων πληροφοριών για το κοινό, με δυνατότητα ενημέρωσης και παρακολούθησης έργων μέσω mobile εφαρμογών.

8. Βελτίωση της αποτελεσματικότητας παρακολούθησης, με τη χρήση αναγνωρισμένων μεθοδολογιών διαχείρισης έργων.

Με τη δημιουργία του Γραφείου Παρακολούθησης Έργων και του Πληροφοριακού Συστήματος Project ControlTower, η Περιφέρεια Θεσσαλίας κάνει ένα σημαντικό βήμα προς την ψηφιακή αναβάθμιση και τη διασφάλιση στρατηγικής ανάπτυξης.

Κυριακή προ της Χριστού Γεννήσεως

Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, την Κυριακή προ της Χριστού Γεννήσεως 22 Δεκεμβρίου 2024, χοροστάτησε στην ακολουθία του Όρθρου και τέλεσε τη Θεία Λειτουργία στον Ιερό Ναό Ευαγγελιστρίας Καρδίτσας.

Ο Σεβασμιώτατος στην ομιλία του ανέφερε, ότι το αποστολικό ανάγνωσμα από την προς Εβραίους επιστολή του Αποστόλου Παύλου, αναφέρεται στο μυστήριο της ενανθρωπίσεως



του Υιού και Λόγου του Θεού.

Ο Απόστολος Παύλος αναφέρεται στον γενάρχη Αβραάμ, ο οποίος υπάκουσε στην εντολή του Θεού και έφυγε από τη γη του και τους οικίους του για να πάει

στη γη της επαγγελίας Χαναάν, όπου εκεί δεν έφτιαξε σπίτια αλλά σκηνές, γιατί προτιμούσε να κατοικήσει στα ουράνια οικήματα που θεμελίωσε ο Θεός, δηλαδή στον παράδεισο της τρυφής.

Ο Απόστολος Παύλος

αναφέρεται επίσης, στα κατορθώματα των Κριτών, των Δικαίων και των Προφητών της Παλαιάς Διαθήκης, που πίστευαν στον ζώντα και αληθινό Θεό και στην επαγγελία Του ότι θα στείλει Μεσσία, δηλαδή

σωτήρα, ευεργέτη και λυτρωτή των ανθρώπων, αλλά έφυγαν από την ζωή χωρίς να δουν να πραγματοποιείται η υπόσχεση του Θεού, η οποία πραγματοποιήθηκε στην Καινή Διαθήκη.

Κέντρο Διάγνωσης & Θεραπείας Διαταραχών

«ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ»

Παράρτημα και στο Μουσικό Καρδίτσας

Λογοθεραπεία	Ψυχοθεραπεία
Θεραπευτική Κολύμβηση	Εργο-κίνηση
Ειδική Διαπαιδαγώγηση	Συμβουλευτική

ΔΕΚΤΑ ΟΛΑ ΤΑ ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΑ ΤΑΜΕΙΑ

Καρδίτσα, Κουμουνδούρου 13
Τηλ. 24410 74422, κιν. 6974273255

Χριστουγεννιάτικες κοινωνικές δράσεις του 2ου Γυμνασίου Καρδίτσας

Όπως κάθε χρονιά, έτσι και φέτος οι μαθητές και οι εκπαιδευτικοί του 2ου Γυμνασίου Καρδίτσας προσπάθησαν να δώσουν μια πιο πνευματική και κοινωνική διάσταση στον διάχυτο πλέον χριστουγεννιάτικο εορτασμό. Στο πλαίσιο αυτού του εορτασμού, το σχολείο πραγματοποίησε την Τρίτη 17-12-2024 διδακτική επίσκεψη στην Κεντρική πλατεία Καρδίτσας με ομάδα μαθητών/τριών του Α2 τμήματος, συμμετέχοντας στις δραστηριότητες του Κέντρου Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Π.Ε. Καρδίτσας με θέμα : «Το δέντρο της πρόληψης: Στολίζουμε τη Ζωή μας με



Αξίες». Αφού ενημερώθηκαν από την υπεύθυνη του Κέντρου κ. Αλογάριστου Βούλα για το σκοπό της δράσης, οι μαθητές/τριες έγραψαν μία ευχή, την τοποθέτησαν μέσα σε ένα χριστουγεννιάτικο στολίδι και την κρέμασαν στο δέντρο, στέλλοντας έτσι μήνυμα αγάπης, χαράς και αισιοδοξίας. Μετά το τέλος της δραστηριότητας οι μαθητές επισκέφθηκαν το Θεματικό Πάρκο «Απόδραση από

τη εποχή των Παγετώνων» στο Πausίλυπο. Έβγαλαν φωτογραφίες και είδαν τα υπέροχα εκθέματα. Όλοι μαζί ευχήθηκαν «Καλά Χριστούγεννα» γεμάτα αγάπη, υγεία και χαρά. Τους μαθητές συνόδεψαν οι εκπαιδευτικοί Νάσιου Σταυρούλα και Παπασταθοπούλου Παναγιώτα.

Επίσης, στο πλαίσιο της ευαισθητοποίησης και της αλληλεγγύης των μαθητών και των εκπαιδευτικών στις

ανάγκες των συνανθρώπων τους τις άγιες αυτές ημέρες των Χριστουγέννων συγκέντρωσε 5 κούτες τρόφιμα μακράς διάρκειας για το Κοινωνικό Παντοπωλείο του Δήμου μας, τις οποίες και παρέδωσε στην κεντρική πλατεία με την εθελοντική βοήθεια των μαθητών της Γ' τάξης Γιαννακόπουλου Γεώργιου, Κωστόπουλου Βασιλείου και Τσομερκιώτη Κων/νου. Τους μαθητές συνόδεψαν οι εκπαιδευτικοί Πρίτσας Λάμπρος και Νάσιου Σταυρούλα. Εκπρόσωποι του Κοινωνικού Παντοπωλείου και η υπεύθυνη του Δήμου Καρδίτσας για κοινωνικά θέματα ευχαρίστησαν θερμά τους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς για την

πρωτοβουλία τους και τους ευχήθηκαν «Καλά Χριστούγεννα» χαρίζοντάς τους χριστουγεννιάτικα στολίδια.

Η Διεύθυνση και ο Σύλλογος Διδασκόντων του σχολείου ευχαριστούν θερμά τους μαθητές/τριες καθώς και τις οικογένειές τους για τη συνεισφορά τους σε αυτή την αξιόπαινη δράση για την ανακούφιση των ευάλωτων συμπολιτών μας, η οποία δίνει το μήνυμα της συμμετοχής και της αγάπης, και εύχονται σε όλους καλές γιορτές, με την ελπίδα ότι οι άγιες μέρες των Χριστουγέννων θα μας εμπνεύσουν να στολίσουμε και την ψυχή μας με αξίες απαραίτητες τόσο για την προσωπική όσο και για την συλλογική ευημερία.

Συνεπείς στις κοινωνικές δράσεις οι Υπηρεσίες της Γενικής Περιφερειακής Αστυνομικής Διεύθυνσης Θεσσαλίας

Πραγματοποιήθηκε εθελοντική συγκέντρωση ειδών από το ένστολο και πολιτικό προσωπικό των Διευθύνσεων Αστυνομίας Μαγνησίας, Τρικάλων και Καρδίτσας

Για ακόμη μία χρονιά, στο πλαίσιο της πανελληνίας εθελοντικής συγκέντρωσης ειδών που διοργάνωσε το Σώμα της Ελληνικής Αστυνομίας ενόψει των εορτών των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς, το αστυνομικό και πολιτικό προσωπικό των Διευθύνσεων Αστυνομίας Μαγνησίας, Τρικάλων και Καρδίτσας συγκέντρωσε διάφορα είδη, ως κίνηση αλληλεγγύης και συμπράξεως προς τους συνανθρώπους μας, τα οποία προσφέρθηκαν σε



τοπικούς οργανισμούς και ιδρύματα.

Συγκεκριμένα: στον Βόλο, ο Διευθυντής της Διεύθυνσης Αστυνομίας Μαγνησίας, Αστυνομικός Διευθυντής Γεώργιος Ντιζές και αξιωματικοί της Διεύ-

θυνσης, παρέδωσαν τα είδη που συγκεντρώθηκαν, με την αρωγή των συνδικαλιστικών οργανώσεων-σωματείων αστυνομικών, στο ίδρυμα «Άσπρες Πεταλούδες», στα Τρίκαλα, ο Διευ-

θυντής της Διεύθυνσης Αστυνομίας Τρικάλων, Αστυνομικός Διευθυντής Δημήτριος Μήτρινας, και αξιωματικοί της Διεύθυνσης, παρέδωσαν τα συγκεντρωθέντα είδη στο Εκκλησιαστικό Γηροκομείο Μεγάλων Καλυβίων «Άγιος Νικόλαος», της Ιεράς Μητρόπολης Τρίκκης, Γαρδικίου και Πύλης και στην Καρδίτσα, ο Διευθυντής της Διεύθυνσης Αστυνομίας Καρδίτσας, Ταξίαρχος Στυλιανός Μπιλιάλης, και αντιπροσωπεία αστυνομικών, παρέδωσαν ηλεκτρικές συ-

σκευές και είδη οικιακού εξοπλισμού για την κάλυψη των αναγκών του συλλόγου «ΦΛΟΓΑ» - παραρτήματος Καρδίτσας.

Οι παραλήπτες των συγκεντρωθέντων ειδών εξέφρασαν την ευγνωμοσύνη τους προς τους αστυνομικούς, στους οποίους και ευχήθηκαν για τις Άγιες Ημέρες που ακολουθούν.

Για ακόμη μία φορά, υλοποιούνται εμπράκτως το κοινωνικό πρόσωπο και η ενσυναίσθηση του προσωπικού της Ελληνικής Αστυνομίας.

Κώστας Γκαρνάκης: Περιμένουμε από το κράτος επιδοτήσεις

Ο Πρόεδρος του Συλλόγου Αρτοποιών Καρδίτσας μίλησε στο Ηχώραμα 100,8 για την κίνηση ενόψει εορτών αλλά και για το αίτημά τους να υπάρξει κάποιο επιδοτούμενο πρόγραμμα για το ενεργειακό κόστος

Την τιμητική τους έχουν, αυτό το διάστημα, λόγω των εορτών, τα αρτοποιεία της Καρδίτσας.

Μελομακάρονα, κουραμπιέδες, πανετόνε και πολλές ακόμη λιχουδιές βρίσκονται σε πρώτο πλάνο και στην πρώτη ζήτηση του ενδιαφέροντος των καταναλωτών, ενώ την επόμενη εβδομάδα σειρά θα πάρουν οι παραδοσιακές βασιλόπιτες.

Η κίνηση στους φούρνους μέχρι και την περασμένη Παρασκευή ήταν κάπως υποτονική και όλοι ευελπιστούν στην αναθέρμανσή της την προπαραμονή και την παραμονή των Χριστουγέννων.

Την ίδια στιγμή, οι αρτοποιοί ζητούν από



την πολιτεία να εφαρμόσει ένα επιδοτούμενο πρόγραμμα για την κάλυψη μέρους του τεράστιου ενεργειακού κόστους που έχουν επωμιστεί τα τελευταία χρόνια αδυνατώντας να ανταπεξέλθουν.

Μιλώντας στο Ηχώραμα 100,8 και στην εκπομπή «Μεσημεριανό Μαγκαζίνο» (καθημερινά 14:00-15:00) με τη Βάσω Μπαλαμπάνη, ο Πρόεδρος του Συλλόγου Αρτοποιών Καρδί-

τσας Κώστας Γκαρνάκης τόνισε τα ακόλουθα:

«Καλά είναι τα πράγματα. Περιμένουμε σιγά-σιγά μια καλύτερη κίνηση.

Όλα τα υπόλοιπα, όμως, όπως το ενεργειακό κόστος, έχουν παραμείνει.

Περιμένουμε από το κράτος επιδοτήσεις ώστε να έχουμε κάποιο όφελος.

Η κίνηση είναι ακόμα υποτονική. Είναι

λίγο δύσκολα τα πράγματα φέτος. Όπως και για τον κόσμο. Δεν είναι δύσκολα μόνο για τον δικό μας κλάδο. Είναι γενικό το θέμα.

Αλλά εμείς πρέπει να είμαστε έτοιμοι για να υποδεχτούμε τον κόσμο που θα έρθει.

Θα πρέπει να αισιοδοξήσουμε λίγο και εμείς.

Είμαστε και εμείς στο εορταστικό πεδίο.

Οι τιμές είναι ίδιες περίπου με πέρυσι. Προσπαθούμε να κρατήσουμε τις τιμές εκεί που πρέπει να είναι.

Και εμείς δυσκολευόμαστε μεν γιατί τα υλικά έχουν αυξηθεί διπλά και τριδιπλά αλλά αυτό γίνεται παντού. Δεν είμαστε οι μόνοι.

Αλλά και εμείς υποφέρουμε από την όλη κατάσταση.

Ο κόσμος είναι συγκρατημένος στις αγορές του και αυτό είναι κάτι το οποίο φαίνεται. Το βλέπουμε όλοι μας.

Πέρυσι είχαμε μια μικρή ελάφρυνση από μια εταιρεία ηλεκτρικού ρεύματος, μια επιδότηση για τους αρτοποιούς.

Περιμένουμε, και φέτος, να δούμε τι θα γίνει γιατί η ενέργεια έχει ξεφύγει τελείως.

Θα πρέπει να κάνει κάτι η πολιτεία για να μας βοηθήσει γιατί καλά είναι όσα λέει ο κύριος Πρωθυπουργός αλλά δεν αντιπροσωπεύουν την όλη αλήθεια.

Αισιοδοξούμε ότι θα πάμε καλά. Προσπαθούμε να βοηθήσουμε την όλη κατάσταση με και να κάνουμε ό,τι καλύτερο».

Διπλή συνεδρίαση για το Δημοτικό Συμβούλιο Σοφάδων

Συνεδριάζει το Δημοτικό Συμβούλιο Σοφάδων την 27η Δεκεμβρίου 2024, ημέρα Παρασκευή και ώρα 18.00, με θέματα της ημερήσιας διάταξης:

1. Έγκριση 16ης αναμόρφωσης του προϋπολογισμού οικ. έτους 2024. Εισηγητής: Αντιδήμαρχος Τσουκνίδας Ευάγγελος.

2. Καταβολή της παροχής γάλακτος σε χρήμα στους εργαζόμενους του Δήμου Σοφάδων. Εισηγητής: Αντιδήμαρχος Αλεξόπουλος Βασίλειος.

3. Συζήτηση και λήψη απόφασης περί παράτα-



σης του χρόνου υλοτομίας της δασικής συστάδας 6β του διακατεχομένου δάσους Ρεντίνας. Εισηγητής: Αντιδήμαρχος Βράκας Κων/νος.

4. Συζήτηση και λήψη απόφασης περί έγκρισης 2ης παράτασης της συμβατικής προθεσμίας του έργου: «ΑΠΟΚΑΤΑ-

ΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΖΗΜΙΩΝ ΣΤΟ ΟΔΙΚΟ ΔΙΚΤΥΟ ΠΟΥ ΠΡΟΚΛΗΘΗΚΑΝ ΑΠΟ ΤΗ ΘΕΟΜΗΝΙΑ (DANIEL) ΔΗΜΟΥ ΣΟΦΑΔΩΝ» (Α.Μ. 12/2023). Εισηγητής: Αντιδήμαρχος Φαλούτσος Βασίλειος.

5. Ορθή επανάληψη της υπ' αρ. 199/2024 απόφασης του Δημοτικού Συμβουλίου σχετικά με

την έγκριση καθορισμού τέλους διαφήμισης, έτους 2025 και εφεξής. Εισηγητής: Αντιδήμαρχος Τσουκνίδας Ευάγγελος.

Στις 19.00 θα ακολουθήσει η 33η Ειδική Διάζωση Συνεδρίαση του Σώματος για το έτος 2024, σύμφωνα με τις διατάξεις του άρθρου 67

του Ν. 3852/2010, όπως αντικαταστάθηκε από το άρθρο 6 του ν.5056/23, με μοναδικό θέμα της ημερήσιας διάταξης:

1. Ψήφιση προϋπολογισμού οικ. έτους 2025 και Ολοκληρωμένου Πλαισίου Δράσης. Εισηγητής: Δήμαρχος.



ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΤΕΟ
ΥΓΡΑΕΡΙΟΚΙΝΗΣΗ
ABS ΦΟΡΤΗΓΩΝ
ADR/ATP ΦΟΡΤΗΓΩΝ

ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ Α.Ε.
Δίκυκλα | Επιβατικά | Φορτηγά

σε 20'

Κόμβος ΚΑΡΔΙΤΣΟΜΑΓΟΥΛΗΣ Τηλ. 24410 80008
E-mail ikteokar@otenet.gr Site www.ikteokar.gr

Χρ. Τριαντόπουλος: Αναστολή υποχρεώσεων για επιπλέον 2 μήνες προς πληγέντες από Daniel και ρύθμιση 72 δόσεων για την αποπληρωμή

Σε συνέχεια των εισηγήσεων της Κυβερνητικής Επιτροπής Κρατικής Αρωγής (ΚΕΚΑ) υπό την Προεδρία του Υφυπουργού Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας, κ. Χρήστου Τριαντόπουλου, και σε ένα πλαίσιο συνεργασίας του Υπουργείου Εθνικής Οικονομίας και Οικονομικών, του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης και του Υπουργείου Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας, ανακοινώθηκε την Δευτέρα 23 Δεκεμβρίου 2024, η παράταση των αναστολών για φορολογικές οφειλές και ασφαλιστικές υποχρεώσεις, για επιπλέον δύο μήνες, για τους πληγέντες από τα ακραία πλημμυρικά φαινόμενα του Σεπτεμβρίου του 2023. Με την εν λόγω παράταση, το συνολικό διάστημα για την αναστολή της καταβολής φορολογικών και



ασφαλιστικών υποχρεώσεων που έχει χορηγηθεί σε συγκεκριμένες περιμέτρους πληγέντων από τις πλημμύρες «Daniel» και «Elias» φτάνει, πλέον, τους 18 μήνες.

Συγκεκριμένα, το πλαίσιο αφορά, (α) την παράταση καταβολής βεβαιωμένων οφειλών και αναστολή είσπραξης ληξιπρόθεσμων οφειλών και ρύθμιση της καταβολής αυτών και (β) την αναστολή καταβολής ασφαλιστικών εισφορών, δόσεις και παρατάσεις καταβολών, ενώ την επόμενη περίοδο θα έχει ολοκληρωθεί η διαδικασία

δημοσίευσης και των σχετικών Υπουργικών Αποφάσεων.

Παράλληλα, με ειδική διάταξη που δρομολογείται από τα συναρμόδια Υπουργεία, προχωρά η θέσπιση ειδικού καθεστώτος ρυθμίσεων των συσσωρευμένων οφειλών που έχουν συγκεντρωθεί από τις ως άνω αναστολές, με τα χαρακτηριστικά να διαμορφώνονται, μετά από σχετική εισήγηση της ΚΕΚΑ και απόφαση του Υπουργείου Εθνικής Οικονομίας και Οικονομικών και του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης, σε 72

άτοκες δόσεις με την εκκίνηση πληρωμής πρώτης δόσης τον Ιούνιο του 2025.

Ο Υφυπουργός Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας, αρμόδιος για την αποκατάσταση από φυσικές καταστροφές και την κρατική αρωγή, κ. Χρήστος Τριαντόπουλος, σημείωσε πως: «η Κυβέρνηση αναγνωρίζοντας τις ανάγκες που έχουν δημιουργηθεί για τους πληγέντες από τα ακραία πλημμυρικά φαινόμενα του Σεπτεμβρίου του 2023 και σε συνέχεια της εισήγησης της Κυβερνητικής Επιτροπής Κρατικής Αρωγής, ανακοίνωσε το πλαίσιο διαχείρισης των υποχρεώσεων που έχουν σωρευθεί μέχρι τώρα, είτε αφορά φορολογικές, είτε ασφαλιστικές υποχρεώσεις. Συγκεκριμένα, σε συνεργασία με τα Υπουργεία Εθνικής Οικονομίας και Οικονομικών και Εργασίας και Κοινω-

νικής Ασφάλισης, αλλά και την Ανεξάρτητη Αρχή Δημοσίων Εσόδων, το καθεστώς των αναστολών για τους πληγέντες επεκτείνεται για άλλους 2 μήνες, φτάνοντας συνολικά τους 18, και την επόμενη περίοδο διαμορφώνεται πλαίσιο ρύθμισης σε 72 μηνιαίες δόσεις για τις υποχρεώσεις που έχουν σωρευθεί ως τώρα, με την αποπληρωμή αυτών να ξεκινά από το καλοκαίρι του 2025. Πρόκειται για μια σημαντική «ανάσα» που χορηγείται στους πληγέντες από τα ακραία πλημμυρικά φαινόμενα, για να ανακάμψουν και να μπορούν να ακολουθήσουν μια βιώσιμη οικονομική δραστηριότητα την επόμενη περίοδο».

Σημειώνεται ότι, μετά το πέρας της περιόδου των 18 μηνών, οι δικαιούχοι θα πρέπει να καταβάλλουν υποχρεωτικά τις τρέχουσες εισφορές τους.

Συνάντηση εργασίας του Επιμελητηρίου με τον Υφυπουργό Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας Χρήστο Τριαντόπουλο

Την Τετάρτη 17 Δεκεμβρίου 2024 πραγματοποιήθηκε στην Αθήνα στο Υπουργείο Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας συνάντηση εργασίας, μεταξύ του Υφυπουργού κ. Χρήστου Τριαντόπουλου, του Προέδρου του Επιμελητηρίου Καρδίτσας κ. Κωνσταντίνου Ζυγογιάννη και του Γεν. Γραμματέα του Επιμελητηρίου κ. Γεωργίου Στεργιούλη.



Στη συνάντηση που πραγματοποιήθηκε σε πολύ καλό κλίμα, συζητήθηκαν θέματα που αφορούν στην πορεία υλοποίησης της επαυξημένης προκαταβολής

της κρατικής αρωγής προς επιχειρήσεις, αγροτικές εκμεταλλεύσεις και κτηνοτροφικές μονάδες που επλήγησαν από τα ακραία πλημμυρικά φαινό-

μενα. Επίσης συζητήθηκε εκτενώς η παροχή δυνατότητας για ρύθμιση σε 72 τουλάχιστον δόσεις των βεβαιωμένων οφειλών τους προς την εφορία καθώς και των συσσωρευμένων ασφαλιστικών εισφορών. Τέλος εξετάστηκαν προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι επιχειρήσεις αυτές όσον αφορά την κάλυψη τους έναντι φυσικών καταστροφών και κινδύνων από εταιρείες ιδιωτικής ασφάλισης.

Τα μέλη της Διοίκησης του Επιμελητηρίου τόνισαν την ανάγκη να στηριχθούν έμπρακτα και ουσιαστικά από την πολιτεία οι επιχειρήσεις της Θεσσαλίας, ενώ η ηγεσία του Υπουργείου τους διαβεβαίωσε ότι γίνονται διαρκώς προσπάθειες προς αυτή την κατεύθυνση με άμεσα αποτελέσματα στη βελτίωση του επιχειρηματικού περιβάλλοντος και την ανάκαμψη της οικονομίας.

Παράδειγμα εθελοντισμού και ανθρωπιάς το Act for Karditsa

Ο Πρόεδρος της Αστικής μη Κερδοσκοπικής Εταιρείας Act for Karditsa Άρης Πολύμερος μίλησε στο Ηχώραμα 100,8 για τις τραγικές καταστάσεις που βίωσαν στον Ιανό και στον Daniel, στη βοήθεια που παρέχουν σήμερα σε 250 οικογένειες και στην αξία της προσφοράς

Δημιουργηθήκαν την ημέρα που η Καρδίτσα πνίγηκε από τον Ιανό. Μέσα από τις λάσπες εμφανίστηκαν πραγματικοί άνθρωποι που με ανιδιοτέλεια έτρεξαν να βοηθήσουν τον συνάνθρωπό τους μέσα στην απελπισία του. Ο λόγος για την ομάδα Act for Karditsa που στην πορεία διατηρήθηκε και με μεθοδική εργασία, μέσα από την σελίδα της στο Facebook, τα μέλη της άρχισαν να καταγράφουν τις σταθερές αλλά και απρόβλεπτες ανάγκες κάνοντας προσκλήσεις προσφοράς στην σελίδα τους. Στην πορεία ήρθε και ο Daniel και η ομάδα Act for Karditsa ήταν και πάλι εκεί, μια τεράστια αγκαλιά, μια μεγάλη ανθρώπινη αλυσίδα, βοηθώντας όποιον είχε ανάγκη και βιώνοντας πρωτοφανείς καταστάσεις για ακόμα μια φορά. Σήμερα, το Act for Karditsa έχει μετατραπεί σε Αστική μη Κερδοσκοπική Εταιρεία, οι εθελοντές του έχουν αυξηθεί και το έργο του όλο και γιγαντώνει, όσο υπάρχουν ανάγκες και άνθρωποι που χρειάζονται ακόμα και τα βασικά. Καθημερινά, τα φιλόξενα γραφεία του, που στεγάζονται επί της οδού Γρηγορίου Λαμπράκη 3, είναι ανοιχτά για να ανοίξουν τις πόρτες τους, σε 250 συνολικά οικογένειες που στηρίζει ενεργά αυτή τη στιγμή. Τρόφιμα, ρούχα έπιπλα, σχολικά είδη και παιχνίδια, μα πάνω από όλα μια ζεστή αγκαλιά και ένα ειλικρινές χαμόγελο παρηγοριάς και αισιοδοξίας. Το Ηχώραμα 100,8 επισκέφθηκε, την προηγούμενη



εβδομάδα, τα γραφεία του Act for Karditsa προκειμένου να ενημερωθεί από κοντά για το πολύπλευρο σημαντικό αυτό έργο και να το αναδείξει. Ο Πρόεδρος του Act for Karditsa Άρης Πολύμερος μας πληροφόρησε διεξοδικά και, κυρίως, μας μετέδωσε με πολύ γλαφυρό τρόπο τη σημασία της προσφοράς, την πραγματική έννοια της λέξης συνάνθρωπος και την αξία του εθελοντισμού. Μιλώντας στην εκπομπή «Μεσημεριανό Μαγκαζίνο» (καθημερινά 14:00-15:00) με τη Βάσω Μπαλαμπάνη, αναφέρθηκε στα εξής ενδιαφέροντα:

Ξεκίνησε από μια ομάδα τεσσάρων ατόμων, το 2020, με τον Ιανό

«Ξεκίνησε από μια ομάδα, από τέσσερα άτομα, το 2020 με τις καταστροφικές πλημμύρες του Ιανού. Εκεί που καθόμασταν βοηθούσαμε τον φίλο που είχε ένα μαγαζί, να καθαρίσουμε τις λάσπες, την επόμενη μέρα πηγαίναμε στο διπλανό μαγαζί, μετά πηγαίναμε σε σπίτια, συγκεντρωθήκαμε περισσότερα άτομα. Έτσι, γίναμε μια ομάδα γύρω στα 100 άτομα που αρχίσαμε μετά να παίρνουμε και ρούχα και τρόφιμα και να

τα δίνουμε, ακόμα και έπιπλα, βοηθώντας κόσμο που είχε ανάγκη. Κάναμε ένα πολύ μεγάλο έργο. Η δράση μας, όμως, δεν σταμάτησε εκεί. Συνεχίσαμε με οικογένειες που είχαν πραγματικά ανάγκη. Γιατί, τότε με τον Ιανό, καταστράφηκαν τα σπίτια. Τους συντηρούσαμε με τρόφιμα κάθε μήνα. Με έπιπλα, με ρουχισμό, με παιχνίδια για τα παιδιά, παπούτσια, σχολικά είδη, ο ένας έδινε στον άλλο και κάναμε μια αλυσίδα μέσω του facebook και βρήκαμε τα πράγματα. Στη συνέχεια, έρχονταν πιο πολύς κόσμος και φθάσαμε γύρω στις 150 οικογένειες. Ήμασταν απλοί εθελοντές και έπρεπε να κάνουμε μια σύσταση ώστε να γίνουμε νόμιμοι. Για δύο χρόνια ήμασταν απλοί εθελοντές. Μετά την κάναμε Αστική, μη Κερδοσκοπική ώστε να μπορούμε να βοηθάμε τον κόσμο. Αυτή τη στιγμή, έχουμε 250 οικογένειες που βοηθάμε κάθε μήνα, δίνοντάς τους τρόφιμα, καθαριστικά, έπιπλα, ρουχισμό».

Βιώσαμε τραγικές καταστάσεις στον Daniel

«Ειδικά με τον Daniel βιώσαμε πάρα πολλές καταστάσεις γιατί τη ζήσαμε όλη αυτή την κατα-

στροφή από την αρχή. Ήμασταν οι πρώτοι που πήγαμε με βάρκες, με εθελοντές, και μοιράζαμε νερά, σάντουιτς. Είδαμε καταστάσεις τραγικές που θέλουμε να τις σβήσουμε από το μυαλό μας. Προσπαθούσαμε να τις σβήσουμε όσο μπορούσαμε. Μέσα σε δυόμισι μήνες εξυπηρετήσαμε 4.500 οικογένειες με ό,τι μπορείτε να φανταστείτε. Μας εμπιστευτήκαμε πάρα πολύς κόσμος γιατί βλέπουν το έργο μας. Πριν λίγο καιρό ήρθε στα γραφεία μας και γνώρισε από κοντά το έργο μας και ο Γρηγόρης Αρναούτογλου. Καλό, λοιπόν, είναι οι φορείς να ενώνονται γύρω από όλο αυτό το κοινωνικό έργο. Γιατί αποδείχτηκε, μέσα από τις δύο καταστροφικές πλημμύρες που βίωσε ο Νομός μας, ότι χωρίς τον εθελοντισμό και χωρίς τον συνάνθρωπο. Να βοηθάει δηλαδή ο ένας τον άλλο, δεν θα μπορούσαμε να καταφέρουμε κάτι».

Το μήνυμά της προσφοράς στη νέα γενιά και στα παιδιά

«Μας ενδιαφέρει και η επόμενη γενιά. Γι' αυτό, προχθές, στην κεντρική πλατεία, καλέσαμε παιδιά από ΚΔΑΠ ΑμεΑ και από τα υπόλοιπα ΚΔΑΠ, όπως και προσκόπους και δημιουργήσαμε παιχνίδια, επειδή ήταν και η Παγκόσμια Ημέρα Αγάπης, όλοι μαζί. Μάθαμε για τον εθελοντισμό και ήταν κάτι πάρα πολύ ευχάριστο. Πριν λίγες μέρες, μας επισκέφθηκαν Λυκόπουλα από όλη τη Θεσσαλία. Τους μίλησα για το έργο μας, πως φτιάξαμε τα σπίτια, τους εξήγησα ότι όταν έχουμε δυο παπού-

τσια και μεγαλώνει το ποδάράκι μας ή δυο μπουφάν και έχουμε μεγαλώσει, βλέπουμε δίπλα μας αν ένα παιδάκι το χρειάζεται. Να δώσουμε χαρά και σε άλλα παιδιά, Να μάθουμε να προσφέρουμε. Και εκείνη τη στιγμή, μια Ομαδάρχισσα από την Ελασσόνα λέει 'Αυτό που λέει ο κύριος Άρης, το έχω βιώσει εγώ. Γιατί κάποιες τέτοιες κοινωνικές ομάδες, σαν αυτή που ήρθαμε εμείς εδώ, βοηθούσανε την οικογένειά μου. Και έτσι μεγάλωσα και εγώ. Γιατί ήμασταν οικονομικά αδύναμοι'. Και όταν ρώτησα τα λυκόπουλα 'Τι αποκομίσατε από την επίσκεψή σας εδώ', απάντησαν όλα μαζί ότι 'Μόλις πάμε σπίτι, θα κοιτάξουμε τι έχουμε για να προσφέρουμε σε ένα παιδάκι που έχει ανάγκη'. Αυτό το ερέθισμα πρέπει να δώσουμε στα παιδιά μας. Να μη χάσουμε την ανθρωπιά. Γιατί η ανθρωπιά το άλφα και το ωμέγα. Να έρθουμε κοντά στον εθελοντισμό γιατί σε κάθε σπίτι, όταν κλείνει η πόρτα, δεν ξέρουμε τι γίνεται».

Δεν έχουμε λάβει καμία χρηματοδότηση και έχουμε μόνο έξοδα

«Εμείς εδώ, τέσσερα χρόνια τώρα, δεν έχουμε λάβει καμία χρηματοδότηση και έχουμε μόνο έξοδα. Προσπαθούμε μέχρι να πάρουμε τα λειτουργικά έξοδα από κάποιο πρόγραμμα, από την Περιφέρεια, να αντέξουμε γιατί έχουμε πίσω μας 250 οικογένειες που στηρίζονται σε εμάς και που συνεχώς αυξάνονται».

Τριετές Στρατηγικό Σχέδιο (2025-2027) για την προβολή και προώθηση των αγροδιατροφικών προϊόντων της Θεσσαλίας

Ψήφισε το Περιφερειακό Συμβούλιο Θεσσαλίας

Το τριετές Στρατηγικό Σχέδιο (2025-2027) για την προβολή και προώθηση των αγροδιατροφικών προϊόντων της Θεσσαλίας ψήφισε κατά τη σημερινή συνεδρίασή του το Περιφερειακό Συμβούλιο Θεσσαλίας.

Σύμφωνα με την εισήγηση του Αντιπεριφερειάρχη Πρωτογενούς Τομέα, Δημήτρη Τσέτσιλα, στόχος είναι να υπάρξει από εξειδικευμένη εταιρία ένα αποτύπωμα των εκθέσεων στις οποίες συμμετέχει η Περιφέρεια Θεσσαλίας. Συνήθως συμμετέχει σε 9 εκθέσεις στην Ελλάδα και 29 στο εξωτερικό. Το 2024 η Περιφέρεια συμμετείχε σε 13 εκθέσεις. Πρέπει να εκπαιδευτούμε με σεμινάρια τις εταιρείες που χρηματοδοτούμε να συμμετέχουν στις εκθέσεις με στόχο την προώθηση των εξαγωγικών προϊόντων. Επιπλέον θα αποκτήσουμε δικό μας περίπτερο σαν Περιφέρεια.

Για την εξυπηρέτηση του Σχεδίου δημιουργείται ένα νέο Τμήμα στη Διεύθυνση Αγροτικής Οικονομίας Περιφέρειας Θεσσαλίας, το οποίο θα ονομάζεται Τμήμα Προβολής Αγροτικών Προϊόντων. Σκοπός του, σύμφωνα με τον Οργανισμό, θα είναι ο σχεδιασμός και η υλοποίηση δράσεων, επιχειρηματικών αποστολών και συνεργασιών για την προβολή, ανάδειξη και προώθηση προϊόντων φυτικής, ζωικής παραγωγής και προϊόντων μεταποίησης αυτών, την αξιοποίηση της δυνατότητα



χαρακτηρισμού τους ως προϊόντων ΠΟΠ, ΠΓΕ και ιδιότυπων παραδοσιακών προϊόντων, τη δημιουργία δικτύων διακίνησης-εμπορίας προϊόντων, καθώς και την ανάδειξη περιπτώσεων άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς στον αγροδιατροφικό τομέα.

Υλοποιώντας το Στρατηγικό Σχέδιο Προώθησης και Προβολής των Αγροδιατροφικών Προϊόντων η Περιφέρεια Θεσσαλίας επιδιώκει την επίτευξη στρατηγικών στόχων που περιλαμβάνουν μεταξύ άλλων: Άνοιγμα των αγορών νέων χωρών για τα Θεσσαλικά προϊόντα, διείσδυση σε νέες αγορές για τις οποίες υπάρχουν ευκαιρίες εξαγωγής, ενίσχυση της εξωστρέφειας των επιχειρήσεων και ευρύτερα του αγροδιατροφικού κλάδου της Περιφέρειας Θεσσαλίας, βελτίωση της εικόνας των θεσσαλικών προϊόντων μέσω της ενημέρωσης για την διαφορετικότητα τους και τα ιδιαίτερα ποιοτικά χαρακτηριστικά τους και ενίσχυση της ανταγωνιστικότητάς τους έναντι των αντίστοιχων προϊόντων τρίτων χωρών κ.α.

ΠΕΟ Λάρισας –

Βόλου και Ε.Ο. Λάρισας – Φαρσάλων

Απαντώντας σε ερώτηση της Λαϊκής Συσπείρωσης για την κατάσταση της Π.Ε.Ο. Λάρισας – Βόλου και της Ε.Ο. Λάρισας – Φαρσάλων, η Αντιπεριφερειάρχης ΠΕ Λάρισας Μαρία Γαλλιού εξήγησε ότι το αντικείμενο της σχετικής σύμβασης, που εκπονείται με μέριμνα της Τεχνικής Υπηρεσίας της Π.Θ., συνίσταται στη συμπλήρωση / επικαιροποίηση - τροποποίηση των υφιστάμενων μελετών, ώστε να καταστεί εφικτή η ωρίμανση του έργου βελτίωσης του οδικού άξονα της Π.Ε.Ο. Λάρισας-Βόλου στο τμήμα από ισόπεδο κόμβο Πλατουκάμπου έως ισόπεδο κόμβο Χλόης. Η σύμβαση αναμένεται να ολοκληρωθεί την 30η Ιουνίου 2025, εφόσον λάβει έγκαιρα την περιβαλλοντική αδειοδότηση.

Σε ό,τι αφορά την Ε.Ο. Λάρισας-Φαρσάλων αναφέρθηκε ότι πρόκειται για έργο Εθνικού Επιπέδου με το Υπουργείο Υποδομών και Μεταφορών να έχει αναλάβει την εκπόνηση μελετών βελτίωσης αλλά και την κατασκευή των έργων. Για λόγους ταχύτητας ωρίμανσης, η Περιφέρεια Θεσσαλίας ανέ-

λαβε να ολοκληρώσει τη μελέτη του άξονα με εκχώρηση αρμοδιότητας στις 08/07/2020, δημοπράτησε στη συνέχεια το παράπλευρο δίκτυο του άξονα των 35 χλμ., καθώς επίσης και το τμήμα από Ι/Κ Νότιας Παράκαμψης Λάρισας έως αρχή παράκαμψης Νίκαιας, μήκους 2,5χλμ. ώστε να είναι εφικτή η υλοποίηση του έργου σε όλο το μήκος της οδού. Η Περιφέρεια Θεσσαλίας έχει εγκρίνει στο σύνολο όλες τις μελέτες και έχει δεσμεύσει το χώρο με ΦΕΚ για την κατασκευή του έργου για 4 χρόνια (με δικαίωμα παράτασης αλλά 4 χρόνια) και έχει ολοκληρώσει το έργο/ μελέτη το οποίο της είχε εκχωρηθεί διότι η κατασκευή είναι του Υπουργείου Υποδομών και Μεταφορών. Το συνολικό κόστος κατασκευής και των δύο τμημάτων της Ε.Ο. Λάρισας-Φαρσάλων με βάση τα διαθέσιμα στοιχεία προσδιορίζεται στα 233.068.430,80€.

Ωστόσο επειδή ο δρόμος αποτελεί βασική προτεραιότητα της Περιφερειακής Αρχής, έχει γίνει πρόταση το οδικό έργο να ενταχθεί προς χρηματοδότηση (250 εκατ) στο Ταμείο Ανάκαμψης. Ως προς τη συντήρηση των ανωτέρω οδών, οι Τεχνικές Υπηρεσίες της Περιφέρειας προβαίνουν ανελλιπώς, με βάση τις διαθέσιμες πιστώσεις στη συντήρησή τους» κατέληξε η κ. Γαλλιού.

Εκτροπές κυκλοφορίας
Για τη διευκόλυνση

των εργολαβιών οδικών έργων στην Επ.Ο. Λάρισας – Καρδίτσας και Ε.Ο. Λάρισας – Τρικάλων, το Π.Σ. ενέκρινε κυκλοφοριακές ρυθμίσεις. Ειδικότερα, εγκρίθηκε η έκδοση απόφασης περί μέτρων ρύθμισης της κυκλοφορίας που αφορούν στην εκτροπή της κυκλοφορίας της Επαρχιακής Οδού «Λάρισα - Μαυροβούνι» στο τμήμα από Ι/Κ Μεσοράχης έως Ι/Κ Ελευθερών, με σκοπό την ολοκλήρωση του οδικού τμήματος στο πλαίσιο του έργου «ΕΠ.Ο. ΛΑΡΙΣΑΣ – ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ: Κατασκευή οδικού τμήματος από Ι/Κ Μεσοράχης έως Ι/Κ Ελευθερών». Η ρύθμιση θα τεθεί σε ισχύ μετά την έγκριση της απόφασης από τον Συντονιστή της Αποκεντρωμένης Διοίκησης Θεσσαλίας – Στερεάς Ελλάδας, τη δημοσίευσή της στην Εφημερίδα της Κυβερνήσεως και την εφαρμογή της απαραίτητης εργοταξιακής σήμανσης από τον ανάδοχο. Επίσης, εγκρίθηκε η ρύθμιση της κυκλοφορίας στην Εθνική Οδό Λάρισας – Τρικάλων, στο ύψος του οικισμού Κουτσόχερου, για την επισκευή και συντήρηση της παλαιάς γέφυρας του Πηνειού επί της Εθνικής Οδού Λάρισας – Τρικάλων (ύψος οικισμού Κουτσόχερο), στο πλαίσιο κατασκευής του έργου: «ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΟΔΟΓΕΦΥΡΩΝ ΔΗΜΟΥ ΤΥΡΝΑΒΟΥ ΠΕ ΛΑΡΙΣΑΣ ΜΕΤΕΠΕΙΤΑ ΣΕΙΣΜΟΥ».

Θέσεις Λαϊκών

αγορών

Εξάλλου, το Π.Σ. ενέκρινε τους όρους των προκηρύξεων για την απόδοση θέσεων λαϊκών αγορών στην Περιφέρεια Θεσσαλίας. Ειδικότερα, εγκρίθηκαν οι όροι για 415 θέσεις αδειούχων παραγωγών και επαγγελματιών πωλητών λαϊκών αγορών που δραστηριοποιούνται λιγότερο από 6 ημέρες την εβδομάδα σε λαϊκές αγορές της Π.Ε. Λάρισας, 218 θέσεις στην Π.Ε. Τρικάλων και 179 θέσεις στην Π.Ε. Καρδίτσας.

Ευρωπαϊκά προγράμματα

Με την έγκριση του Π.Σ., η Περιφέρεια Θεσσαλίας θα μετάσχει σε έξι σημαντικά χρηματοδοτούμενα & συγχρηματοδοτούμενα Ευρωπαϊκά Προγράμματα. Πρόκειται για τα AGRIDANGER, AGRINNOHUB, HARMONI, HEAL the City, AGRICONNECT, DIGITAL NEXUS.

Απινιδωτές

Το Π.Σ. ενέκρινε την προμήθεια τεσσάρων Αυτόματων Εξωτερικών Απινιδωτών, με σκοπό την κάλυψη αναγκών της Περιφέρειας Θεσσαλίας. Ειδικότερα, η Διεύθυνση

Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας, θα προβεί στη διαδικασία προμήθειας των απινιδωτών με σκοπό την τοποθέτησή τους στο νέο κτήριο της Περιφέρειας Θεσσαλίας, επί των οδών Καλλισθένου & Θεοφράστου, στη Λάρισα.

Ψήφισμα

Το περιφερειακό συμβούλιο ενέκρινε το ψήφισμα της παράταξης «Πρωτοβουλία» του Περιφερειάρχη Δ. Κουρέτα με το οποίο «καταδικάζει απερίφραστα την άσκηση βίας απ'όπου κι αν προέρχεται και υπερα-

σπίζεται τη νομιμότητα και τη δημοκρατική λειτουργία του κράτους και των θεσμών του. Στο πλαίσιο αυτό, καταδικάζεται και η επίθεση εις βάρος του πρώην Περιφερειάρχη και επικεφαλής της παράταξης «Συμμαχία υπέρ των πολιτών» Κ. Αγοραστού.

Άλλα θέματα

Δεν εγκρίθηκε η αντικατάσταση παροχής 1 λίτρου γάλακτος με εφάπαξ χρηματική αποζημίωση στους εργαζόμενους της Περιφέρειας. «Πρέπει να ενισχύσουμε τις φάρμες και τους κτηνοτρό-

φους» σημείωσε ο κ. Κουρέτας. Εγκρίθηκε η διοργάνωση του 1ου Thessaly Forum στις 29/01/2025 στο Βόλο. Εγκρίθηκε η αρνητική εισήγηση της αρμόδιας Υπηρεσίας που γνωστοποίησε ο Αντιπεριφερειάρχης Φ. Λαμπρινίδης για τη Μελέτη Περιβαλλοντικών Επιπτώσεων του έργου «Μελέτη ολοκλήρωσης Γ προβλήτα Λιμένος Βόλου» του ΟΛΒ Α.Ε. στο Βόλο Δήμου Βόλου, της Π.Ε. Μαγνησίας. Όπως ανέφερε ο Περιφερειάρχης Δ. Κουρέτας «οι όροι που θέτει η Υπηρεσία είναι θεραπεύσιμοι».

Κώστας Τσιάρας: Ναι στο διάλογο με τους αγρότες και σε αποφάσεις στήριξής τους, όχι στην «επαναστατική Γυμναστική»

Υπέρ του διαλόγου με τους αγρότες και σε αποφάσεις στήριξής τους, όχι, όμως στην πρακτική της «επαναστατικής γυμναστικής» που ακολουθεί μερίδα εξ αυτών, τάχθηκε ο ο Υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, Κώστας Τσιάρας κατά τη διάρκεια συνέντευξής του στον Real Fm και το δημοσιογράφο Σπύρο Παπαδάκη.

«Το να έρχονται σήμερα κάποιοι αγρότες, με αόριστα λόγια, να διαδηλώνουν και να λένε ότι θέλουν να επαναλάβουν το κλείσιμο των δρόμων, ταλαιπωρώντας τους πολίτες, προφανώς είναι μια πρακτική η οποία μάλλον πρέπει να ανάγεται στη λογική της "επαναστατικής γυμναστικής", παρά σε μια σοβαρή συζήτηση που πρέπει να γίνεται μεταξύ θεσμικών συνομιλητών, θεσμικών φορέων και της ελληνικής πολι-



τείας», είπε και κάλεσε τον αγροτικό κόσμο να αποφύγει πρακτικές που δεν συμβάλλουν εποικοδομητικά στη συζήτηση των ζητημάτων τους.

Ο Κώστας Τσιάρας τόνισε, παράλληλα, ότι η πολιτεία είναι και θα παραμείνει παρούσα για να συζητήσει και να προωθήσει λύσεις μέσα από θεσμικά πλαίσια και συντονισμένες ενέργειες. «Η κυβέρνηση παραμένει στο πλευρό των γεωργών και κτηνοτρόφων, επιδιώκοντας λύσεις που βασίζονται στον διάλογο, τη συνεργασία και την υλοποίηση στοχευμένων δράσεων.

Είναι ώρα να επικεντρωθούμε στα πραγματικά προβλήματα και να προχωρήσουμε με σοβαρότητα, ώστε να διασφαλίσουμε την ανάπτυξη του πρωτογενούς τομέα και την ευημερία των παραγωγών μας», προσέθεσε χαρακτηριστικά.

Αναφερόμενος στα δύο σημαντικότερα αιτήματα που είχαν θέσει στις περυσινές κινητοποιήσεις τους οι αγρότες στον Πρωθυπουργό Κυριάκο Μητσοτάκη, με στόχο τη μείωση του κόστους παραγωγής, υπενθύμισε:

-Επιστροφή ΕΦΚ στο αγροτικό πετρέλαιο: Υλοποιήθηκε η νομοθε-

τική ρύθμιση για την επιστροφή του στο 100% για τους κατ'επάγγελμα αγρότες.

-Χαμηλό αγροτικό ρεύμα: Έχει διασφαλιστεί ειδικό τιμολόγιο χαμηλής τιμής ανά κιλοβάτώρα, προσφέροντας ουσιαστική ελάφρυνση στους αγρότες.

Ταυτόχρονα, ο Υπουργός τόνισε τη συνεχή παρουσία της ελληνικής πολιτείας δίπλα στους παραγωγούς, ειδικά σε περιόδους κρίσης. Συγκεκριμένα:

-Αποζημιώσεις: Το πρόγραμμα Daniel στη Θεσσαλία παρείχε 312 εκατομμύρια ευρώ μέσα σε έναν χρόνο, ενώ συνολικά, τα τελευταία πέντε χρόνια, έχουν διατεθεί πάνω από 1,5 δισεκατομμύρια ευρώ από τον ΕΛΓΑ, ενώ οι εισφορές των αγροτών ανέρχονται περίπου στα 800 εκατ. ευρώ.

-Διαχείριση ζωνόσων: Παρά τις χρονόβωρες διαδικασίες, έχει δοθεί έμφαση στη δι-

καιη και πλήρη καταγραφή των ζημιών, ώστε να διασφαλιστεί η σωστή αποζημίωση των πληγέντων. Ήδη μέχρι σήμερα έχουν καταβληθεί περισσότερα από 13 εκατ. ευρώ για αποζημιώσεις.

Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε, τέλος, στις μεταρρυθμίσεις που υλοποιούνται στον ΟΠΕΚΕΠΕ, οι οποίες μεταξύ άλλων περιλαμβάνουν την ψηφιοποίηση του Οργανισμού καθώς επίσης και τη στελέχωση με εξειδικευμένο προσωπικό.

Ο Υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων σημείωσε ότι οι αλλαγές αυτές στοχεύουν στην εξάλειψη της καχυποψίας των παραγωγών απέναντι στο σύστημα και στη βελτίωση της διαχείρισης των ευρωπαϊκών πόρων και τη λειτουργία του ΟΠΕΚΕΠΕ μέσα από ένα δίκαιο και διάφανο σύστημα, απόλυτα εναρμονισμένο στους κανόνες της ΕΕ.

Εκδήλωση του ΓΕΛ Σοφάδων για τη μελοποιημένη ποίηση

Ένα ξεχωριστό αφιέρωμα στη μελοποιημένη ποίηση πραγματοποιήθηκε από το ΓΕΛ Σοφάδων την Τρίτη 17 Δεκεμβρίου στο Πνευματικό Κέντρο του Δήμου Σοφάδων. Η εκδήλωση «Της Ποίησης... οι νότες» αποσκοπούσε στην προσέγγιση του ποιητικού λόγου



μέσα από το πρίσμα της μουσικής, προκειμένου

να γίνει κατανοητό ότι η ποίηση δεν είναι απρόσιτη και απροσπλάστη και οπωσδήποτε όχι πάντα δυσνόητη. Μέσα από αφηγήσεις και τραγούδια παρουσιάστηκαν έργα σπουδαίων ποιητών, Οδ. Ελύτη, Ν. Καββαδία, Ν. Γκάτσου, Τ. Λειβαδίτη και Μ. Ελευθερίου, μελοποιημένα από μεγάλους συνθέτες, όπως Μ. Θεοδωράκης, Μ. Χατζηδάκης, Γ. Μαρκόπουλος, Θ. Μικρούτσικος,

Στ. Ξαρχάκος.

Στην εκδήλωση παρευρέθηκαν ο Αιδεσιμολογιώτατος Πατέρας Ηλίας Γώγος, ο Δήμαρχος Σοφάδων κ. Δημοσθένης Κατσής, αντιδήμαρχοι και ενταλμένοι σύμβουλοι του Δήμου Σοφάδων, πρόεδροι τοπικών Συλλόγων και Φορέων, καθώς και πλήθος κόσμου. Χαιρέτισαν την εκδήλωση με εκπροσώπους ή επιστολές ο Υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης κ. Κων/νος Τσιάρας, η βουλευτής κ. Ασημίνα Σκόδρα, ο βουλευτής κ. Αριστοτέλης Σπάνιας και η Διευθύντρια Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Καρδίτσας κ. Μαρίνα Ξυνοπούλου.

Ιδιαίτερα σημαντική ήταν η παρουσία μαθη-

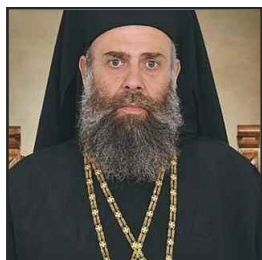
τών και μαθητριών του ΓΕΛ Σοφάδων που με τις αφηγήσεις, τις απαγγελίες ποιημάτων και το τραγούδι έδωσαν μια ξεχωριστή νότα στην εκδήλωση, η οποία πλαισιώθηκε από τους μουσικούς: Μουλιάκο Ναπολέων, Φαλιάγκα Άρη, Πέτσα Ρίτσα, Παλαπέλα Άγγελο και Καλπία Παναγιώτη.

Την εκδήλωση οργάνωσαν και επιμελήθηκαν οι φιλόλογοι του ΓΕΛ Σοφάδων: Λιούτα Χριστίνα, Τζέλλα Βασιλική και Καραγιάννης Χρήστος.

Η πραγματοποίησή της έγινε εφικτή χάρη στη συνεργασία με το Δήμο Σοφάδων και τον Σύλλογο Γονέων και Κηδεμόνων του ΓΕΛ Σοφάδων.

Ιερά Μητρόπολις Θεσσαλιώτιδος και Φαναριοφερσάλων

ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΑ ΝΕΑ



Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, την Τρίτη 24 Δεκεμβρίου 2024 και ώρα 6:00 π.μ., θα παραστεί συμπροσευχόμενος κατά την ακολουθία των Μεγάλων Ωρών των Χριστουγέννων και στη συ-

νέχεια θα τελέσει τη Θεία Λειτουργία του Μεγάλου Βασιλείου στον Ιερό Ναό Ζωοδόχου Πηγής Καρδίτσας.

Από τις 10:30 π.μ. έως και στις 1:00 μ.μ., θα υποδέχεται τους μικρούς καλαντιστές στο Γραφείο του (Μητροπολίτου Ιεζεκιήλ 30).

Το εσπέρας της αυτής ημέρας και ώρα 6:00 μ.μ., θα χοροστατήσει στην ακολουθία του Εσπερινού επί τη Δεσποτική εορτή της του Χριστού Γεννήσεως στον Ιερό Μητροπολιτικό Ναό Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης Καρδίτσας.

Την Τετάρτη 25 Δεκεμβρίου και ώρα 5:00 π.μ., ανήμερα της Δεσποτικής εορτής, θα χοροστατήσει στην ακολουθία του Όρθρου και θα τελέσει τη Θεία Λειτουργία στον Ιερό Μητροπολιτικό Ναό Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης Καρδίτσας.

Ο Πανοσιολογιώτατος Αρχιμανδρίτης π. Αμφιλόχιος Παπανδρέου, Πρωτοσύγκελλος της Ιεράς μας Μητροπόλεως, την Τρίτη 24 Δεκεμβρίου και ώρα 7:00 π.μ., θα τελέσει την ακολουθία των Μεγάλων Ωρών των Χριστουγέννων και τη Β' (δεύτερη) Θεία Λειτουργία στον Ιερό Μητροπολιτικό Ναό Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης Καρδίτσας.

Στις 6:00 π.μ., θα τελεσθεί Α' (πρώτη) Θεία Λειτουργία στον ως άνω Ιερό Μητροπολιτικό Ναό.

Την Τετάρτη 25 Δεκεμβρίου, ανήμερα της Δεσποτικής εορτής της του Χριστού Γεννήσεως, σε όλους του Ιερούς Ναούς της πόλεως Καρδίτσας η κρούση των κωδώνων θα γίνει στις 5:00 π.μ. για την έναρξη της ακολουθίας του Όρθρου και στη συνέχεια την τέλεση της Θείας Λειτουργίας.

Στήριξη της Ουκρανίας άνευ όρων

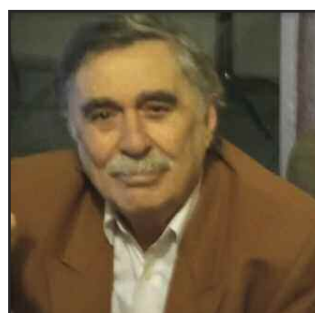
Του Κώστα Βλάχου

Αυτό δήλωσε στην Φινλανδία ο πρωθυπουργός. Τι σημαίνει αυτό το γνωρίζει μόνον ο νέος θεός.

Ότι πει αυτός.

Εγώ το εξηγώ σαν θέση πως ότι μας ζητήσουν οι Ουκρανοί θα το έχουν. Η Βουλγαρία αρνήθηκε προχθές να υπογράψει αμυντική συμφωνία με την παραπαιούσα Ουκρανία και εμείς τρέχουμε από κοντά.

Δεξί χέρι του Ζελένσκι δήλωσε πριν τρεις ημέρες ότι στην Ουκρανία συμφέρει ο πυρηνικός πόλεμος διότι οι Ουκρανοί στρατιώτες θα εμψυχωθούν γιατί δεν θα έχουν τίποτα μετά να φοβηθούν. θεωρεί πως αυτοί



θα ζουν γιατί θα πεθάνουν μόνον άμαχοι στις πόλεις. Άχρηστα τα γυναικόπαιδα και όσοι δεν πολεμούν.

Μέχρι πριν τις εκλογές τον βρίζαμε και προσκυνούσαμε την Καμάλα σαν θεά, τώρα τον υμνούμε, τον προσκυνούμε και δηλώνουμε πρώτοι ότι πρέπει να αυξηθούν οι αμυντικές δαπάνες άνω του 2ο/ο. Στο 5ο/ο ζήτησε να φτάσουν ο Τράμπ.

Βέβαια πιστεύουμε και σε άλλους θεούς, Σολτς, Μακρόν, Ρούττε, Φορντερ Λάιεν και λοιπούς.

Ο Ελληνικός λαός σύμφωνα με πρόσφατη δημοσκόπηση δεν πιστεύει σε αυτούς. Αλλά ποιος τον ακούει αυτόν.

Το άνευ όρων για μένα σημαίνει πως όλο και περισσότεροι Έλληνες θα μείνουν πολύ γρήγορα ΑΝΕΥ ΠΟΡΩΝ.

Στην Καρδίτσα σε δεκάδες οικογένειες χορηγήθηκε κρέας για τις γιορτές. Συγχαρητήρια σε όσους το έπραξαν.

Ακόμη περιμένουν οι πλημμυροπαθείς. Χρόνια πολλά να ζήσουν αν θέλουν να αποκατασταθούν.

Σε επιφυλακή λόγω κακοκαιρίας ο Δήμος Μουζακίου

Προειδοποιητικό σήμα για έκτακτη επιδείνωση του καιρού εξέδωσε η ΕΜΥ/ΕΜΚ, όπου αναμένονται ισχυρές βροχές και χιονοπτώσεις στα ορεινά.

Πιο αναλυτικά:

Επιδείνωση θα παρουσιάσει ο καιρός τη Δευτέρα και την Τρίτη με τοπικά ισχυρές βροχές, καταιγίδες κυρίως στις θαλάσσιες και παραθαλάσσιες περιοχές, τοπικά θυελλώδεις ανέμους στα πελάγη, χιονοπτώσεις στα ορεινά και πρόσκαιρα σε ημιορεινές περιοχές της κεντρικής και βόρειας Ελλάδας κυρίως στα βορειοδυτικά.



Τη Δευτέρα (23-12-2024) ισχυρές βροχές και στα θαλάσσια παραθαλάσσια καταιγίδες προβλέπονται:

1. Αρχικά στα βορειοδυτικά (βόρειο Ιόνιο, Ήπειρος) και γρήγορα στη δυτική Στερεά, τις υπόλοιπες περιοχές του Ιονίου και τη δυτική Πελοπόννησο. Το βράδυ

από τα βορειοδυτικά τα φαινόμενα θα εξασθενήσουν.

2. Από το απόγευμα στην ανατολική Μακεδονία, τη Θράκη, τα νησιά του Ανατολικού Αιγαίου, τα Δωδεκάνησα και την Κρήτη (κυρίως τη δυτική και τη νότια). Από το μεσημέρι της Τρίτης (24-12-

2024) τα φαινόμενα θα περιοριστούν στα Δωδεκάνησα και θα εξασθενήσουν.

Χιονοπτώσεις θα σημειωθούν τη Δευτέρα (23-12-2024) στον ορεινό ηπειρωτικό κορμό, τοπικά και στα ημιορεινά της κεντρικής και βόρειας χώρας που πρόσκαιρα θα είναι πυκνές κυρίως στη δυτική Μακεδονία. Οι χιονοπτώσεις θα συνεχιστούν και την Τρίτη (24-12-2024) με μειούμενη ένταση κυρίως από το μεσημέρι και μετά.

Επισημαίνεται ότι οι χιονοπτώσεις στη Θεσσαλία αναμένονται από τα 1000 μέτρα υψόμετρο και πάνω. Οι οδηγοί

θα πρέπει να είναι εφοδιασμένοι με αντιολισθητικές αλυσίδες και να γνωρίζουν την τοποθέτησή τους στα ελαστικά. Επίσης οι αγρότες και οι κτηνοτρόφοι θα πρέπει να μεριμνήσουν για την προστασία του φυτικού και ζωικού τους κεφαλαίου και για την επάρκεια ζωοτροφών.

Ο Δήμος Μουζακίου και ο Αντιδήμαρχος Πολιτικής Προστασίας κ.Κώστας Σκρέτας σας επιστούν την προσοχή! Να αποφεύγονται οι άσκοπες μετακινήσεις εν μέσω της κακοκαιρίας.

Τηλέφωνα επικοινωνίας: 6971641227, 6985121644

Δωρεά κρέατος από την ΠΕ Καρδίτσας σε οικονομικά ευάλωτες οικογένειες

Με πρωτοβουλία της Περιφερειακής Ενότητας Καρδίτσας και υπό τον συντονισμό της Υποδιεύθυνσης Κτηνιατρικής, πραγματοποιήθηκε μια σημαντική δράση αλληλεγγύης, με στόχο τη στήριξη των συμπολιτών μας που έχουν ανάγκη κατά τη διάρκεια των Αγίων Ημερών.

Η πρωτοβουλία υλοποιήθηκε με την καθοριστική στήριξη του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας, κ. Δ. Κουρέτα, του Αντιπεριφερειάρχη Καρδίτσας, κ. Κ. Τέλιου, καθώς και των Περιφερειακών Συμβούλων κ.κ. Α. Πέτσα και Κ. Μπαρμπούτη, οι οποίοι έθεσαν ως προτεραιότητα την ενίσχυση ευάλωτων οικογενειών.

Συγκεκριμένα, συγκεντρώθηκαν και παρα-



δόθηκαν κάρτες με κρέατα και παρασκευάσματα κρέατος, σε ενενήντα τρεις άπορες οικογένειες, καθώς και σε εννέα οικογένειες της Εταιρείας Προστασίας Ανηλίκων του Υπουργείου Δικαιοσύνης. Συνολικά διατέθηκαν εξακόσια δέκα κιλά τροφίμων ζωικής προέλευσης, προσφέροντας ουσιαστική βοήθεια και χαρά.

Η Περιφερειακή Ενότητα Καρδίτσας εκφράζει τις θερμές της ευχαριστίες προς τον Σύλλογο Κρεοπωλών και τα κρεο-

πωλεία του Νομού για την άμεση ανταπόκριση και την πολύτιμη προσφορά τους, που αποτέλεσε ακρογωνιαίο λίθο για την επιτυχία της δράσης.

Η πρωτοβουλία αυτή αποτελεί ένα ακόμα παράδειγμα της κοινωνικής ευαισθησίας και του ανθρωπίνου προσώπου της Περιφέρειας Θεσσαλίας, αποδεικνύοντας ότι μέσα από τη συνεργασία και την αλληλεγγύη μπορούμε να κάνουμε τη διαφορά στις ζωές των συνανθρώπων μας.

Το ΚΔΑΠ Προδρόμου του δήμου Καρδίτσας φόρεσε τα γιορτινά του!



Την Πέμπτη 19 Δεκεμβρίου 2024 το απόγευμα, το κέντρο δημιουργικής απασχόλησης παιδιών Προδρόμου (ΚΔΑΠ5) του δήμου Καρδίτσας υποδέχθηκε τους μικρούς μας φίλους στον ζεστό γιορτινό χώρο του προσφέροντας στιγμές χριστουγεννιάτικης μαγείας και φαντασίας με αξέχαστες εμπειρίες χριστουγεννιάτικων διασκεδαστικών παιχνιδιών. Τα παιδιά πέρασαν ευχάριστες στιγμές με χορευτικά, τραγούδια - караόκε και απόλαυσαν πολλές λιχουδιές!

Η μικρή γιορτή κύλησε πολύ όμορφα ενώ εκτός από τις στιγμές χαράς και διασκέδασης σκοπός της όλης δράσης ήταν η ενδυνάμωση των καλών σχέσεων και της αληθινής φιλίας μεταξύ των ανθρώπων. Φυσικά υπήρχαν και πολλά δώρα που έκαναν τους μικρούς μας φίλους ακόμα πιο χαρούμενους!

Οι εκπαιδευτικοί και τα παιδιά του ΚΔΑΠ 5 Προδρόμου εύχονται υγεία, αγάπη, ειρήνη σε όλο τον κόσμο και ένα φανταστικό αξέχαστο νέο έτος!

Συνεχείς έλεγχοι στην αγορά από τη Γενική Διεύθυνση Ανάπτυξης της Περιφέρειας Θεσσαλίας

Η Γενική Διεύθυνση Ανάπτυξης της Περιφέρειας Θεσσαλίας, εν όψει της εορταστικής περιόδου και με σκοπό την προστασία των καταναλωτών και την εύρυθμη λειτουργία της αγοράς, πραγματοποιεί συνεχείς ελέγχους σε εμπορικά καταστήματα, υπεραγορές, λαϊκές αγορές, καταστήματα



λιανικής πώλησης τροφίμων, εστίαση και νυχτερινά κέντρα διασκέδασης από τα κατά τόπους Τμήματα Εμπορίου. Παρακαλούν-

ται οι μεν πολίτες να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί στις συναλλαγές τους, οι δε επιχειρηματίες να συμμορφώνονται με τις υποδείξεις των κλιμακίων ελέγχου και την κείμενη νομοθεσία. Ιδιαίτερη έμφαση δίδεται σε τρόφιμα, ποτά, και απαραίτητα είδη για το Χριστουγεννιάτικο τραπέζι.

Κλιμάκιο της Γενικής Διεύθυνσης Ανάπτυξης, με επικεφαλής τον Γενικό Διευθυντή Ανάπτυξης της Περιφέρειας Θεσσαλίας

Άγγελο Γ. Αγοραστό, στο πλαίσιο των ελέγχων επισκέφθηκε σήμερα Σάββατο τη λαϊκή αγορά της Νεάπολης, στη Λάρισα.

Καλά Χριστούγεννα σε όλους με υγεία.

Οι ευαίσθητοι συνάνθρωποί μας!

Το 2ο ΕΠΑ.Λ. Καρδίτσας συνεχίζοντας τις δράσεις επικοινωνίας με συνανθρώπους που ανήκουν σε ευαίσθητες κοινωνικές ομάδες επισκέφτηκε το Παράρτημα Αποθεραπείας και Αποκατάστασης Παιδιών με Αναπηρίες Καρδίτσας.

Η φιλοσοφία του Παραρτήματος στηρίζεται στις αρχές της αξιοπρεπούς διαβίωσης των περιθαλπόμενων



και οι παρεμβάσεις των ειδικών έχουν ως βασικό μέλημα την εξασφάλιση μιας ήρεμης ζωής, την ανάπτυξη

δεξιοτήτων αυτοεξυπηρέτησης, οργάνωσης καθημερινής ζωής και κοινωνικής συνδιαλλαγής.

Η Δ/ντρια του σχολείου μας, κ. Ουρανία Μαγγίνα, η ψυχολόγος κ. Μαρία Τσιμάκου, η γυμνάστρια και Σύμβουλος Σχολικής Ζωής κ. Σπυριδούλα Γιαννέλου και μαθητές μαζί με τον πρόεδρο του 15μελούς, επισκέφθηκαν τη δομή και πρόσφεραν τρόφιμα (κυρίως σοκολάτες, γαριδάκια, κρουασάν ...)

Τους υποδέχτηκε η Προϊσταμένη της δομής και το προσω-

πικό με εγκάρδιο καλωσόρισμα. Μίλησαν για τη δομή και τα παιδιά που φιλοξενούνται, για τη στάση όλων γενικότερα απέναντι σε άτομα με ιδιαιτερότητες, τους ξενάγησαν στους χώρους, συνομίλησαν με ορισμένα παιδιά και έπαιξαν μαζί τους...

Ανοίχθηκε ένας δρόμος επικοινωνίας και έγιναν προτάσεις για άλλες δράσεις από κοινού στο μέλλον.

Αστυνομικό Δελτίο

Σύλληψη ανήλικου ημεδαπού για παράβαση της νομοθεσίας περί βεγγαλικών και φωτοβολίδων – συνελήφθη και η μητέρα

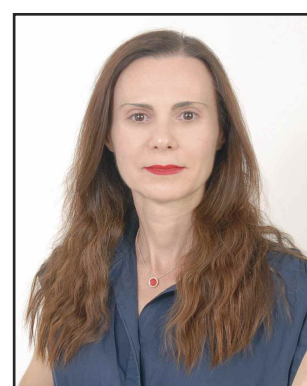
Συνελήφθη, στις (20-12-2024) το πρωί στην Καρδίτσα, από αστυνομικούς του Τμήματος Δίωξης και Εξιχνίασης Εγκλημάτων Καρδίτσας, ένας ανήλικος ημεδαπός, διότι σε νομότυπη διενεργηθείσα κατ' οίκον έρευνα, κατόπιν αξιοποίησης στοιχείων, βρέθηκαν και κατασχέθηκαν συνολικά -118- κροτίδες.

Επιπλέον, συνελήφθη και η μητέρα του για το αδίκημα της παραμέλησης της εποπτείας ανήλικου.

Συγκρότηση της Νομαρχιακής Επιτροπής του ΣΥ.ΡΙΖ.Α. – Π.Σ. Καρδίτσας

Την Πέμπτη 19/12/2024, ολοκληρώθηκε η συγκρότηση της Νομαρχιακής Επιτροπής του ΣΥ.ΡΙΖ.Α. – Π.Σ. Καρδίτσας, με σκοπό την αναδιοργάνωση, επανεκκίνηση και ανάκτηση της ενότητας, η οποία απαρτίζεται από τα εξής μέλη:

Αναστασοπούλου Δανάη - Γραμματέας
Αντωνίου Ηλίας - Μέλος
Αρχοντής Βασίλειος - Μέλος
Βλάχος Χρήστος - Μέλος



Βραχνάκης Μιχαήλ - Μέλος
Γούλας Αθανάσιος - Μέλος
Καστόρη Ζωή - Μέλος
Κοντογεώργου

Ευαγγελία - Μέλος
Κουκουμτζή Αγορή - Μέλος
Λαδόπουλος Θεόδωρος - Αναπληρωτής Γραμματέας
Λατίνης Χρήστος - Μέλος
Μακρής Γεώργιος - Μέλος
Μπουγουλιάς Απόστολος - Μέλος
Μπούρας Αθανάσιος - Μέλος
Ξυλομένος Κωνσταντίνος - Μέλος
Σιωρόπουλος Δημήτριος - Μέλος
Τόσκα Ερμελίντα - Μέλος

Υπουργικό συμβούλιο: Τα νομοσχέδια που εγκρίθηκαν

Επτά νομοσχέδια ενέκρινε τη Δευτέρα 23 Δεκεμβρίου το υπουργικό συμβούλιο που συνεδρίασε υπό την προεδρία του πρωθυπουργού, Κυριάκου Μητσοτάκη.

Μεταξύ άλλων εγκρίθηκαν τα νομοσχέδια για το στεγαστικό των στελεχών Ενόπλων Δυνάμεων, της συγχώνευσης των ΔΕΥΑ και της μετεγκατάστασης των φυλακών Κορυδαλλού.

Συγκεκριμένα τα νομοσχέδια που εγκρίθηκαν από το υπουργικό συμβούλιο:

Ο υπουργός Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού Κυριάκος Πιερρακάκης και η υφυπουργός Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού Ζέττα Μακρή παρουσίασαν στο υπουργικό συμβούλιο τις νομοθετικές πρωτοβουλίες του υπουργείου για την α) Κύρωση Σύμβασης Δωρεάς μεταξύ του Κοινωνοφελούς Ιδρύματος «ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ Σ. ΩΝΑΣΗΣ» και του Ελληνικού Δημοσίου για την ίδρυση και λειτουργία των Δημοσίων Ωνασείων Σχολείων και την β) Ενδυνάμωση της σχολικής μονάδας και την εισαγωγή καινοτομιών στην εκπαίδευση.

Η πρώτη νομοθετική πρωτοβουλία αφορά στην ίδρυση και λειτουργία των Δημοσίων Ωνασείων Σχολείων. Πρόκειται για 22 νέα σχολεία (11 γυμνάσια και 11 λύκεια), τα οποία είναι δωρεά του Ιδρύματος Ωνάση και θα λειτουργήσουν σε περιοχές που αντιμετωπίζουν κοινωνικές και οικονομικές προκλήσεις. Σε αυτά τα σχολεία, όπου θα φοιτήσουν περίπου 6.000 μαθητές και μαθήτριες, το Ίδρυμα Ωνάση θα αναλάβει την ανακαίνιση των κτιρίων ενώ για τη λειτουργία τους θα συσταθεί Διοικούσα Επιτροπή



με πλειοψηφία του Δημοσίου.

Σήμερα η χώρα αριθμεί 42 Πρότυπα Σχολεία (21 γυμνάσια και 21 λύκεια) στα οποία φοιτούν 9.036 μαθητές. Επίσης, 104 Πειραματικά Σχολεία (23 νηπιαγωγεία, 41 δημοτικά, 22 γυμνάσια, 18 λύκεια) συνολικής δυναμικότητας 15.686 μαθητών.

Η δεύτερη νομοθετική ρύθμιση αφορά στην εισαγωγή του IB στα Πρότυπα και Πειραματικά Λύκεια, με στόχο την πολυτυπία στην εκπαίδευση και τις ίσες ευκαιρίες για τους μαθητές και τις μαθήτριες.

Ακόμη, ιδρύονται δυο αθλητικά σχολεία (Αθήνα-Θεσσαλονίκη), στα πρότυπα που λειτουργούν στην ΕΕ. Ενδυναμώνεται ακόμα η αυτονομία της σχολικής μονάδας σε όλα τα σχολεία της χώρας. Αυτό θα επιτευχθεί με τις αυξημένες αρμοδιότητες που δίδονται πλέον στους διευθυντές των σχολείων, ταυτόχρονα με έναν αυστηρό έλεγχο και λογοδοσία.

Το υπουργείο Παιδείας θεσμοθετεί το Ανοιχτό Σχολείο για τους μαθητές και την κοινωνία. Σε κάθε δήμο ένας αριθμός σχολείων θα είναι χώροι ζωντανό και πολυλειτουργικοί, με αθλητικές δραστηριότητες, ελεύθερο παιχνίδι, λέσχες ανάγνωσης, διαλέξεις και σχολές γονέων. Την ευθύνη για τη λειτουργία τους θα έχουν οι Δήμοι της χώρας ενώ το Ινστιτούτο Εκπαιδευ-

τικής Πολιτικής θα συνδράμει με την εκπόνηση του Προγράμματος Σπουδών. Τις δράσεις των σχολείων θα παρακολουθεί ο Επόπτης Ποιότητας.

Στεγαστικό των στελεχών Ενόπλων Δυνάμεων

Ο υπουργός Εθνικής Άμυνας Νίκος Δένδιας και ο υφυπουργός Εθνικής Άμυνας Γιάννης Κεφαλογιάννης παρουσίασαν στο υπουργικό συμβούλιο το νομοσχέδιο του υπουργείου Εθνικής Άμυνας για την αξιοποίηση της ακίνητης περιουσίας των Ενόπλων Δυνάμεων, με στόχο την επίλυση του οικιστικού προβλήματος των στελεχών των ΕΔ.

Συγχώνευση ΔΕΥΑ

Ο υπουργός Περιβάλλοντος και Ενέργειας Θεόδωρος Σκυλακάκης από την πλευρά του, παρουσίασε στο υπουργικό συμβούλιο το νομοσχέδιο του υπουργείου Περιβάλλοντος και Ενέργειας για τον εκσυγχρονισμό του θεσμικού πλαισίου των υπηρεσιών ύδρευσης και αποχέτευσης.

Το Ενοποιημένο Σχέδιο Κυβερνητικής Πολιτικής από τον Σκέρτσο

Ο υπουργός Επικρατείας Άκης Σκέρτσος παρουσίασε στο υπουργικό συμβούλιο το Ενοποιημένο Σχέδιο Κυβερνητικής Πολιτικής για το έτος 2025.

Το Ενοποιημένο Σχέδιο περιλαμβάνει:

– την Εθνική Στρατη-

γική Στέγασης η οποία στοχεύει να αυξήσει την πρόσβαση σε οικονομικά προσιτή και ποιοτική στέγαση για νοικοκυριά χαμηλού εισοδήματος (συμπεριλαμβανομένων των νέων και των οικογενειών με παιδιά) και να αυξήσει τη διαθεσιμότητα κοινωνικών κατοικιών για ευάλωτες ομάδες καθώς και το πρόγραμμα Σπίτι μου ΙΙ και την ανέγερση φοιτητικών εσπίων σε Κρήτη και Θεσσαλία μέσω ΣΔΙΤ.

– Την εισαγωγή της φιλοσοφίας και του εκπαιδευτικού συστήματος των International Baccalaureate Schools πιλοτικά στην Ελλάδα. Μέσα στο πρώτο τετράμηνο του 2025 αναμένεται η κατάθεση του νομοσχεδίου στη Βουλή ενώ από τον Σεπτέμβρη του 2026 σχεδιάζεται η εφαρμογή σε 5 πρότυπα σχολεία.

– Την υλοποίηση παρεμβάσεων διασφάλισης της φυσικής προσβασιμότητας σε όλα τα δημόσια κτήρια: Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο της Εθνικής Στρατηγικής για τα Δικαιώματα των Απόρων με Αναπηρία 2024-2030, «Μια Ελλάδα με Όλους για Όλους» και αφορά την υλοποίηση παρεμβάσεων προσβασιμότητας σε πιλοτικό επίπεδο σε 100 κτήρια έως τον Δεκέμβριο του 2025, και πλήρη πρόσβαση μέχρι το 2030.

– Την Έκδοση & διάθεση καρτών Αναπηρίας. Οι δικαιούχοι της κάρτας αναπηρίας με την επίδειξη της κάρτας θα μπορούν να απολαμβάνουν δικαιώματα και παροχές που απολαμβάνουν σήμερα, χωρίς να χρειάζεται να επιδεικνύουν κάθε φορά τα έγγραφα πιστοποίησης της αναπηρίας τους. Η κάρτα θα ενσωματώνει και τα χαρακτηριστικά εκείνα που θα της επιτρέπουν να χρησιμοποιείται ως ευρωπαϊκή

κάρτα αναπηρίας. Οι πρώτες κάρτες αναμένεται να εκδοθούν μέχρι τον Σεπτέμβρη του 2025, ενώ μέχρι το τέλος του έτους αναμένεται η ολοκλήρωση του έργου.

– Την ολοκλήρωση της ανακαίνισης και του εκσυγχρονισμού εντός του 2025 40 Νοσοκομείων και 58 Τμημάτων Επειγόντων Περιστατικών (ΤΕΠ) Νοσοκομείων του Ε.Σ.Υ. Πρόκειται για κτιριακή αναβάθμιση και εκσυγχρονισμό των δομών δευτεροβάθμιας και τριτοβάθμιας περίθαλψης, με στόχο τη βελτίωση των υπηρεσιών υγείας, ασφάλειας του προσωπικού και των πολιτών. Το έργο περιλαμβάνει ολοκληρωμένες παρεμβάσεις στις υποδομές των νοσοκομείων σε ολόκληρη την Ελλάδα, συμπεριλαμβανομένης της ενεργειακά αποδοτικής ανακαίνισης κτιρίων.

– Την Εθνική στρατηγική για τα Ύδατα η οποία θα εκπονηθεί σύμφωνα με το άρθρο 31 του ν. 5037/2023 και έχει στόχο τη χάραξη κατευθυντήριων γραμμών για την προώθηση της βιώσιμης χρήσης του νερού και τη μακροπρόθεσμη προστασία των διαθέσιμων υδάτινων πόρων.

– Την ενεργοποίηση των πόρων του Ταμείου Ανάπτυξης και Κοινωνικής Νήσων.

– Τη Στρατηγική μεταρρυθμίσεων για τη μείωση της γραφειοκρατίας και των διοικητικών βαρών στις επιχειρήσεις κατά 25%. Η μεταρρύθμιση επιδιώκει να καθιερώσει μια νέα λογική συνεχούς βελτίωσης του επιχειρηματικού περιβάλλοντος στην Ελλάδα, μέσω της συστηματικής αντιμετώπισης της γραφειοκρατίας μεταξύ επιχειρήσεων και δημόσιας διοίκησης καθ' όλη τη διάρκεια του κύκλου ζωής των επιχειρήσεων.



Φαρμακεία

Διημερεύει
από 08.00 - 21.00

ΘΕΟΛΟΓΗ-ΜΑΚΡΗ
ΑΘΗΝΑ
Υψηλάντου 78
24410-77100

Διανυκτερεύει
από 21.00 - 08.00

ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ
ΗΛΙΑΣ
Καραϊσκάκη 51
24410-20151



Χρήσιμα Τηλέφωνα

Νοσοκομείο	24410-65555
EΚΑΒ	166
Κέντρο Υγεία Μουζακίου	24453-50000
Πυρ. Υπηρεσία Καρδίτσας	199 & 71255
>> Σοφάδων	24430-23333
>> Παλαμά	24440-24166
>> Μουζάκι	24450-43199
Άμεση Δράση	100
Τροχαία	24410-80243
Αστυν. Τμήμα	24410-80223
Τμήμα Ασφαλείας	24410-80233
Υδρευση- Βλάβες	24410-71711
Ενιαίος Ευρωπαϊκός Αριθμός Κλήσης Εκτακτης Ανάγκης	112
Κέντρο Αναγγελίας Βλαβών	121
Πληροφορίες Τηλ. Καταλόγου	131
Ωρα Ελλάδος	141
ΔΕΗ- Βλάβες	1050 & 24410-21507
ΟΤΕ Διανυκτερεύοντα φαρμακεία	1434
ΟΤΕ συνδιαλέξεις	151
ΟΤΕ Βλάβες	121
ΚΤΕΛ υπεραστικό	24410-21411 & 21001
ΚΤΕΛ αστικό	24410-21718
ΟΣΕ	21402
Ραδιοταξί	24410-73001 & 73002
Ταξί	24410- 22266
Φορτοταξί	24410-26306 & 23441 & 73106
EXPRESS SERVICE	154
HELLAS SERVICE	1057
Τεχνική κάλυψη ΔΙΑΣ	2441200222
Security ΔΙΑΣ	2441200250
Speedex courier	24410-71941
Γενική courier	24410-71373
ACS courier	24410-25983
INTERATICA courier	24410-79400
Τηλ. κέντρο Δήμου Καρδίτσας	24413-50700
Γραφείο εξυπηρέτησης κοινού	24410-42400
ΚΕΠ Δήμου Καρδίτσας	24410-80620 & 24413-50022



Δρομολόγια Αστικής για Νοσοκομείο

Αφετηρία Μ. Αλεξάνδρου

(έναντι παλιού ΤΑΧΥΔΡΟΜΕΙΟΥ)
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ (αναχώρηση) 6.15, 6.45, 7.00, 7.15 - 7.40 8.15, 8.30, 9.30, 10.30, 10.45, 12.00, 12.15, 1.30, 2.30, 2.35, 3.30, 4.15, 5.15, 6.15, 7.15, 8.15, 9.20.
Επιστροφή: 6.45, 7.20, 7.30, 8.00, 8.15, 8.45, 9.00, 9.15, 9.45, 10.05, 10.15, 10.45, 11.00, 11.15, 11.45, 12.15, 12.30, 12.50, 1.00, 2.00, 2.05, 3.00, 3.10, 4.05, 4.45, 5.50, 6.45, 7.50, 8.45, 9.55.
Σαββατου (αναχώρηση) 7.00, 7.40, 8.15, 8.30, 9.30, 10.30, 10.45, 12.00, 12.15, 1.30, 2.20
Επιστροφή: 7.30, 8.15, 8.45, 9.00, 10.05, 11.00, 11.15, 12.30, 12.50, 2.00, 2.55
Δρομολόγια μέσω Φαναρίου - Εργατικά Αγ. Δημ.
Αναχώρηση: 8.00 από Εργατικά 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 1.30 (Από Αρνη)



Τουριστικές Πληροφορίες

Ξενοδοχεία

Κιέριον	24410-71923-4
Αστρον	24410-23552-3
Αρνη Palace	24410-22161
Αύρα	24410-21523
Ξενώνες	
Μητρόπολη	24410-55860
Μοσχάτο Βάκχος	24410-55435
Τσαρούκι Χαγιάτι	24410-95440
Μεσενικόλα	24410-95419
Καλύβια Πεζούλας	24410-92448
Αμράντος	24410-83173 & 81642
Δασικό χωριό Δρυάδες	24410-81654 & 81642
Φυλακτιή	24410-92850
Νεράδα	24410-92460-1
Νεοχώρι	24410-93190-1
Καστανιά	24410-94155
Μορφοβούνι	24410-95582
Ρεντίνα	24430-71247

TV ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΡΙΤΗ

MEGA	ANT1	ALPHA	STAR	SKAI	OPEN
05:40 Κοινωνία ώρα Mega	05:45 Καλημέρα Ελλάδα	06:40 Οικογενειακές Ιστορίες (Ε)	06:45 Φάρμα (Ε)	06:00 Σήμερα	06:00 Ώρα Ελλάδος
9:20 Buongiorno	09:50 Το Πρωινό	07:45 Happy Day Στον Alpha	08:45 Breakfast@Star	09:40 Αταίριαστοι	09:50 Πρωινό Σου Σου
12:45 Mega Γεγονότα: Μεσημβρινό Δελτίο Ειδήσεων	13:00 Ant1 News	10:00 Super Κατερίνα	11:45 Αλήθειες Με Τη Ζήνα	11:45 Live You	13:00 Open News
13:40 Πάμε Δανάη!	13:50 Ant1 News - Δελτίο Στη Νοηματική Γλώσσα	13:00 Το σόι σου (Ε)	14:00 Two And A Half Men	14:00 Οι ειδήσεις του ΣΚΑΙ	14:00 Open Τώρα!
15:50 Live News	14:00 Κων/νου και Ελένης	14:00 Δελτίο Ειδήσεων	15:00 Star News	14:50 Δελτίο Στη Νοηματική	16:15 Θυρίδα Τηλεοπτικής
18:00 Δελτίο Νοηματικής	15:00 Rouk Zouk	14:40 Δελτίο Ειδήσεων	15:45 Ειδήσεις στη Νοηματική	15:00 Η Μαμά Μου Μαγειρεύει Καλύτερα Από Τη Δική Σου	16:30 Open News στη Νοηματική
18:30 The chase	16:15 Κων/νου και Ελένης	15:00 Το Σόι Σου (Ε)	15:50 Shopping Star	16:30 My Style Rocks	16:50 Open Kitchen
19:45 Mega γεγονόςτα	17:30 5X5	15:50 Οικογενειακές Ιστορίες (Ε)	17:30 Cash or Trash	18:40 Still Standing	17:45 Εικόνες (Ε)
20:40 Mega Αθλητικά	18:45 Ant1 News	18:50 Κεντρικό Δελτίο Ειδήσεων	18:30 Τροχός της Τύχης	19:45 Δελτίο ειδήσεων	18:45 Open News
20:50 Δελτίο Καιρού	20:00 Ποιος θέλει να γίνει εκατομμυριούχος	20:00 Το Σόι Σου (Ε)	19:45 Star News	21:00 Αστεριξ και Οβελίξ: Επιχείρηση Κλεοπάτρα	20:00 Μπέρδεμα από Κούνια
21:00 Έχω Παιδιά	21:00 Μια Ελληνίδα στο Χαρέμι	21:00 Money Drop X-mas	21:00 Το Πολικό Εξπρές	23:45 Νύφες σε Πόλεμο	21:00 Χριστούγεννα με... Σκούφους
22:00 Η Άννα Βίση στο Καλλιμάρμαρο	23:00 Πέφτει η Νύχτα με... Ρυθμό	23:00 Pretty Woman	23:10 Ο Αδελφός του Άι Βασίλη	01:00 Χριστούγεννα με Φίλους! (Ε)	23:00 Ώρες Αγωνίας
02:30 Πάνω στην Ώρα για τα Χριστούγεννα	01:00 Και Οι Παντρεμένοι Έχουν Ψυχή	01:45 Σχεδόν Χριστούγεννα	01:45 Χριστούγεννα στην Καλιφόρνια		01:00 Η Κυρία Χέντερσον παρουσιάζει

Αστρολογικές προβλέψεις της ημέρας



ΚΡΙΟΣ

Είστε αρκετά δυνατοί αλλά ταυτόχρονα δυσκολεύεστε να προσαρμοστείτε. Θα διορθώσετε τα πράγματα.



ΤΑΥΡΟΣ

Οι προοπτικές για να πετύχετε αυτά που θέλετε είναι αρκετά καλές και η μέρα βάζει ένα καλύτερο υπόβαθρο.



ΔΙΔΥΜΟΙ

Αποφύγετε εγωιστικές συμπεριφορές που έχουν αποδείξει ότι δε σας βοηθούν στις συναλλαγές σας.



ΚΑΡΚΙΝΟΣ

Το μυστικό για τη δική σας περίπτωση είναι οι αναθεωρήσεις και οι δημιουργικές προσπάθειες.



ΛΕΩΝ

Επιβάλετε να γίνετε πιο ελαστικοί, να αποφύγετε τις απειρισκωπές της στιγμής και μη βιάζεστε να πάρετε θέση.



ΠΑΡΘΕΝΟΣ

Έχετε όρεξη για δράση και περιπέτεια, αλλά μαζί με αυτά ανακατεύονται καθυστερήσεις και άγχη.



ΖΥΓΟΣ

Χρειάζεται να είστε ρεαλιστές γι' αυτό μη στηρίζετε σε ιδέες άλλων και συναισθηματικές εξάρσεις.



ΣΚΟΡΠΙΟΣ

Η σωστή εκτίμηση των καταστάσεων θα σας βοηθήσει να πετύχετε πιο γρήγορα.



ΤΟΞΟΘΗΣ

Οι ευθύνες και οι υποχρεώσεις σε συνδυασμό με τις ανάγκες, σας φαίνονται βουνό αλλά δεν είναι έτσι.



ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ

Ετοιμαστείτε για μια ριζική αλλαγή στον τρόπο ζωής σας και στην επικοινωνία σας με τους άλλους.



ΥΔΡΟΧΟΟΣ

Οι εξελίξεις στον εργασιακό σας χώρο θα σας δώσουν τη λύση μάλλον με επεισοδιακό τρόπο.



ΙΧΘΕΙΣ

Από εσάς εξαρτάται εάν θα καθιερώσετε μια σχέση που σας ενδιαφέρει ή αν θα τη διαγράψετε.

Ο Δένδιας ενημέρωσε τον Μητσοτάκη για αντιαεροπορικό και αντι- drone θόλο

Ζητήματα που αφορούν τη νέα Δομή των Ενόπλων δυνάμεων καθώς και οι δύο θόλοι, ο αντιαεροπορικός και ο αντι - drone που αναμένεται να είναι λειτουργικοί από το 2026 και μετά βρέθηκε στο επίκεντρο της ενημέ-

ρωσης που έκανε ο Νίκος Δένδιας στον Κυριάκο Μητσοτάκη, μετά το Υπουργικό Συμβούλιο.

Ο Υπουργός Εθνικής Άμυνας ενημέρωσε τον πρωθυπουργό, για τα θέματα που θα τεθούν στη συνεδρίαση του επόμενου ΚΥΣΕΑ, δι-



νοντας και τα σχετικά χρονοδιαγράμματα.

Πιο συγκεκριμένα μέχρι το Φεβρουάριο του 2025 θα είναι έτοιμη η νέα δομή για τη διαχείριση του αντιαεροπορικού και αντι-drone θόλου.

Σύμφωνα με τα όσα είπε ο Δένδιας στον Μητσοτάκη έως το καλοκαίρι του 2025 ανα-

μένεται να έχουν ολοκληρωθεί η υποβολή των σχετικών προσφορών και οι διαγωνισμοί για το διπλό θόλο.

Οι εταιρείες που αναμένεται να υποβάλουν προσφορές είναι από τις ΗΠΑ, το Ισραήλ, το Ηνωμένο Βασίλειο και τη Γαλλία.



ΑΔΑ: Ψ70
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ
Αριθμ. Πρωτ. 31977/24/ΓΠ1
Ημερομηνία: 20/12/2024

Ταχ. Δ/ση (έδρας) : Αργοναυτών και Φιλελλήνων,
Βόλος, Τ.Κ. : 38221
Α.Φ.Μ. 090055634, Δ.Ο.Υ. ΒΟΛΟΥ
Κωδικός ΑΑΑΗΤ: 1020.Ε 00311.0001

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗΣ

Το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας προκηρύσσει ανοικτό ηλεκτρονικό διεθνή διαγωνισμό κάτω των ορίων για την ανάδειξη αναδόχου/ων στην προμήθεια για την ανάδειξη αναδόχου/ων στην «Προμήθεια και εγκατάσταση ειδών κλιματισμού, ψύξης, θέρμανσης, αφυγραντήρων, ψυγείων, καταψυκτών, ανεμιστήρων και θερμαντικών σωμάτων για τις ανάγκες των ακαδημαϊκών Τμημάτων του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας στις πόλεις που εδρεύει. Η ενδεικτική συνολική αξία ανέρχεται έως το ποσό των εκατόν ενενήντα επτά χιλιάδων εξακοσίων επτά ευρώ και δώδεκα λεπτών (197.607,12€), συμπ. ΦΠΑ 24%. (Καθαρό ποσό: 159.360,58€, ΦΠΑ 24%: 38.246,54€)

Φορέας χρηματοδότησης της παρούσας σύμβασης είναι το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. Η δαπάνη για την εν λόγω σύμβαση βαρύνει τις με Κ.Α.Ε.: 7112 σχετικές πιστώσεις του Τακτικού προϋπολογισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας οικονομικού έτους 2024. Η δαπάνη για την παρούσα σύμβαση προ-

βλέπεται στην με αρ. πρωτ. 31829/24/ΓΠ1/19-12-2024 (ΑΔΑ: Ψ71Π469Β7Ξ-ΝΒ9, ΑΔΑΜ: 24REQ016040278) απόφαση για την ανάληψη υποχρέωσης για το οικονομικό έτος 2024 σε βάρος του ΚΑΕ 7112 του Τακτικού Προϋπολογισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Αναθέτουσα Αρχή Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Διεύθυνση (έδρας): Αργοναυτών και Φιλελλήνων, Τ.Κ.: 38221, Βόλος, Α.Φ.Μ. 090055634, Δ.Ο.Υ. ΒΟΛΟΥ, Κωδικός ΑΑΑΗΤ: 1020.Ε 00311.0001, τηλέφωνο επικοινωνίας: 2231060158, e-mail: promith-lamia@uth.gr, ekareli@uth.gr). Η Αναθέτουσα Αρχή είναι Νομικό Πρόσωπο Δημοσίου Δικαίου και ανήκει στον Υποτομέα της Κεντρικής Κυβέρνησης (ΝΠΔΔ).

Είδος Σύμβασης: Στην παρούσα σύμβαση εφαρμόζεται η παρ. 6 του άρθρου 4 του Ν. 4412/2016 και το κύριο αντικείμενό της είναι η προμήθεια.

Η παρούσα σύμβαση υποδιαιρείται σε πέντε (5) Τμήματα:

κότερα EL611-Καρδίτσα, Τμήματα 3 & 8: EL64-Στερέα Ελλάδα ή ειδικότερα EL644-Φθιώτιδα, Τμήματα 4 & 9: EL61-Θεσσαλία ή ειδικότερα EL612-Λάρισα και Τμήματα 5 & 10: EL61-Θεσσαλία ή ειδικότερα EL611Τρίκαλα

Εγγυήσεις συμμετοχής. Για την έγκυρη συμμετοχή στη διαδικασία σύμβασης της παρούσας σύμβασης, κατατίθεται από τους συμμετέχοντες οικονομικούς φορείς (προσφέροντες), εγγυητική επιστολή συμμετοχής, ποσού 3.187,21 ευρώ, ήτοι 2% επί της συνολικής εκτιμώμενης αξίας της σύμβασης, άνευ ΦΠΑ (αφορά προσφορά για το σύνολο των Τμημάτων). Σε περίπτωση υποβολής προσφοράς για ένα ή περισσότερα τμήματα της σύμβασης, το ύψος της εγγύησης συμμετοχής υπολογίζεται επί της εκτιμώμενης αξίας του/των προσφερομένου/ων τμήματος/ τμημάτων, ήτοι 2% επί της εκτιμώμενης αξίας άνευ ΦΠΑ του/των προσφερομένου/ων τμήματος/τμημάτων της σύμβασης (β' εδ. παρ. 1 άρθρου 72 ν. 4412/2016).

Είδος διαδικασίας. Η διαδικασία θα διενεργηθεί με χρήση της πλατφόρμας του Εθνικού Συστήματος Ηλεκτρονικών Δημοσίων Συμβάσεων (Ε.Σ.Η.Δ.Η.Σ.), η οποία είναι προσβάσιμη μέσω της Διαδικτυακής πύλης www.promitheus.gov.gr με αριθμ. συστήματος **363773**, λαμβάνοντας υπόψη το άρθρο 27 του Ν. 4412/2016 καθώς και τις ειδικότερες διατάξεις που καθορίζουν τους εφαρμοστέους διαδικαστικούς κανόνες και σύμφωνα με τα προβλεπόμενα στην οικεία διακήρυξη, των παραρτημάτων που επισυνάπτονται και αποτελούν αναπόσπαστο μέρος αυτής, καθώς και των τυχόν διευκρινίσεων που θα δοθούν εκ μέρους του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Ως καταληκτική ημερομηνία και ώρα παραλαβής των ηλεκτρονικών προσφορών στη διαδικτυακή πύλη του <https://www.promitheus.gov.gr> του Ε.Σ.Η.Δ.Η.Σ. είναι η 30/01/2025.

Τρόπος υποβολής προσφορών. Οι προσφορές υποβάλλονται από τους εν-

διαφερόμενους ηλεκτρονικά, μέσω του ΕΣΗΔΗΣ, μέχρι την καταληκτική ημερομηνία και ώρα που ορίζει η οικεία διακήρυξη, στην Ελληνική Γλώσσα, σε ηλεκτρονικό φάκελο, σύμφωνα με τα αναφερόμενα στον ν.4412/2016, ιδίως στα άρθρα 36 και 37 και στην κατ' εξουσιοδότηση και στην κατ' εξουσιοδότηση της παρ. 5 του άρθρου 36 του ν.4412/2016 εκδοθείσα υπ' αριθμ. 64233/08.06.2021 (Β' 2453/09.06.2021) Κοινή Απόφαση των Υπουργών Ανάπτυξης και Επενδύσεων και Ψηφιακής Διακυβέρνησης.

Η ηλεκτρονική αποσφράγιση των ηλεκτρονικών προσφορών θα γίνει την 06/02/2025 μέσω των αρμόδιων πιστοποιημένων στο σύστημα οργάνων της Αναθέτουσας Αρχής, εφαρμοζόμενων κατά τα λοιπά των κείμενων διατάξεων για την ανάθεση δημοσίων συμβάσεων και διαδικασιών.

Η σύμβαση θα ανατεθεί με το κριτήριο της πλέον συμφέρουσας από οικονομική άποψη προσφοράς, μόνο βάσει τιμής (χαμηλότερη) για κάθε Τμήμα και στο σύνολο αυτού και το κόστος θα περιλαμβάνει την προμήθεια, εγκατάσταση και λειτουργία των ειδών της παρούσας σύμβασης ανά Τμήμα.

Ανάρτηση της παρούσης θα γίνει στον ιστότοπο του Προγράμματος Διαύγεια (<http://et.diavgeia.gov.gr>) και στον ΕΛληνικό Τύπο (αποστολή για δημοσίευση την 23/12/2024, ως ακολούθως:

- ΤΑΧΥΔΡΟΜΟΣ (ΒΟΛΟΣ)
- ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ (ΛΑΡΙΣΑ)
- ΛΑΜΙΑΚΟΣ ΤΥΠΟΣ (ΛΑΜΙΑ)
- Η ΓΝΩΜΗ (ΚΑΡΔΙΤΣΑ)
- ΠΡΩΙΝΟΣ ΛΟΓΟΣ (ΤΡΙΚΑΛΑ)

Τέλος ανάρτηση του σώματος της διακήρυξης θα γίνει: στο Ε.Σ.Η.Δ.Η.Σ. (<http://www.promitheus.gov.gr>), στο Κ.Η.Μ.Δ.Η.Σ. (<http://www.promitheus.gov.gr>) και στην ιστοσελίδα του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (www.uth.gr) την 23/12/2024.

Ο Αντιπρότανης Οικονομικών και Διοικητικών Υποθέσεων του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας Καθηγητής Παναγιώτης Πλαγεράς

ΤΜΗΜΑ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΘΕΙΣΑ ΑΞΙΑ ΣΥΜΠ. ΦΠΑ 24%
1-ΒΟΛΟΣ	75.330,72€
2-ΚΑΡΔΙΤΣΑ	30.504,00€
3-ΛΑΜΙΑ	21.452,00€
4-ΛΑΡΙΣΑ	48.236,00€
5-ΤΡΙΚΑΛΑ	22.084,40€

Τα προς προμήθεια είδη κατατάσσονται στους ακόλουθους κωδικούς του Κοινού Λεξιλογίου δημοσίων συμβάσεων (CPV): 39717200-3, 42512200-0 (Κλιματιστικά μηχανήματα), 39711100-0 (Ψυγεία και καταψυκτές), 39717100-2 (Ανεμιστήρας), 42113161-0 (Αφυγραντήρες) και 39715240-1 (Αερόθερμο).

Αντικείμενο και διάρκεια Σύμβασης. Αντικείμενο της σύμβασης είναι η ανάδειξη αναδόχου/ων στη προμήθεια υγρών καυσίμων (Πετρέλαιο Θέρμανσης, Πετρέλαιο Κίνησης, Αμόλυβδη

Βενζίνη), Υγρό "ADBLUE", λιπαντικών & λοιπών ειδών (παραφλού-αντιψυκτικών) για τις ανάγκες του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας τα έτη 2025 & 2026.

Η Γεωγραφική Περιοχή, βάσει της κοινής Ονοματολογίας των Εδαφικών Στατιστικών Μονάδων (Nomenclature of territorial units for statistics-NUTS) του τόπου παράδοσης των υπηρεσιών της παρούσης είναι:

Τμήματα 1 & 6: EL61-Θεσσαλία ή ειδικότερα EL613-Μαγνησία-Σποράδες, Τμήματα 2 & 7: EL61-Θεσσαλία ή ειδι-

Χριστουγεννιάτικα φώνια: Τι να βάλουμε στη λίστα μας για να μην αρρωστήσουμε



Πριν την αγορά των τροφίμων ο ΕΦΕΤ συστήνει: Προγραμματίζουμε τη λίστα με τα προ-

ϊόντα που θα χρειαστούμε.

Αν συνηθίζουμε να παίρνουμε μαζί μας τσάντες για τα τρόφιμα, φροντίζουμε να έχουμε πολλές, ώστε να μπορούμε να τοποθετήσουμε σε διαφορετικές, τα ωμά τρόφιμα που χρειάζονται μαγείρεμα (π.χ. κρέας), από όλα τα υπόλοιπα προϊόντα και κυρίως από αυτά που είναι έτοιμα προς κατανάλωση (όπως οι σαλάτες), για να αποφύγουμε πιθανή διασταυρούμενη μικροβιακή επιμόλυνση.

Αν σκοπεύουμε να μαγειρέψουμε κάτι για φίλους ή την οικογένειά μας ή να πραγματοποιήσουμε κάποιο τραπέζι, δεν ξεχνάμε να τους ρωτήσουμε αν υποφέρουν από κάποια τροφική αλλεργία, ώστε να προσέξουμε τα υλικά που θα χρησιμοποιήσουμε ή να τους προειδοποιήσουμε να μην φάνε κάποια από τα φαγητά.

Να θυμόμαστε πως, σε παγκόσμια κλίμακα, οι καταναλωτές αναφέρουν πιο συχνά αλλεργικές αντιδράσεις σε τρόφιμα όπως το γάλα, τα αυγά, τα ψάρια και οστρακοειδή, τα αράπικα φιστίκια ή άλλους ξηρούς καρπούς, την σόγια, διάφορους σπόρους και το σιτάρι.

...Τελευταία σελίδα

Οι υπερτροφές των γιορτών

Τα Χριστούγεννα και η Πρωτοχρονιά πλησιάζουν και ήδη σκεφτόμαστε τι να ετοιμάσουμε για το γιορτινό τραπέζι, αλλά και τι να επιλέξουμε να καταναλώσουμε προκειμένου να μην ξεφύγουμε πολύ από τη διατροφική μας ρουτίνα. Υπάρχουν όμως κάποιες τροφές που είναι συνδεδεμένες με αυτές τις ημέρες οι οποίες, εκτός από νοστιμιά, μας προσφέρουν πολλά οφέλη για την υγεία μας. Είναι οι υπερτροφές των Χριστουγέννων.

Ας δούμε λοιπόν τους λόγους για τους οποίους αυτά τα τρόφιμα κατατάσσονται στην κατηγορία των υπερτροφών.

1. Το κουκουναίρι
Είναι σπόρος, αλλά παραδοσιακά συμπεριλαμβάνεται στην κατηγορία των ξηρών καρπών.
2. Το καρύδι
Εντάσσεται επίσης στην



ομάδα των ξηρών καρπών, ενώ επτά ολόκληρα καρύδια αποδίδουν περίπου 180 θερμίδες.

3. Το κάστανο
Σε αντίθεση με άλλους καρπούς, ανήκει στην κατηγορία των υδατανθράκων.

Επίσης, παραμένει καλή πηγή αντιοξειδωτικών ακόμα και μετά το μαγείρεμα.

4. Το ρόδι
Διατροφικά, ανήκει στην ομάδα των φρούτων και μισό φλιτζάνι από τους σπόρους του αποδίδει περίπου 70 θερμίδες.

Πλούσιο σε ανθοκυανίνες, πολυφαινόλες και τανίνες, με αποτέλεσμα να ξεπερνά την αντιοξειδωτική δράση του κόκκινου κρασιού και

του πράσινου τσαγιού, θα λέγαμε ότι δικαιωματικά συγκαταλέγεται στις υπερτροφές.

Θεωρείται εξαιρετική πηγή καλίου αλλά και βιταμινών Κ και, κυρίως, C (μπορεί να καλύψει το 48% της ημερήσιας συνιστώμενης δόσης της).

5. Τα αποξηραμένα δαμάσκηνα

Ένα φλιτζάνι αποδίδει περίπου 420 θερμίδες, κάνοντάς τα θερμιδικά πυκνά, αλλά και το 36% της ΣΗΠ σε κάλιο. Αποτελούν εξίσου καλή πηγή φυτικών ινών, βιταμινών και μετάλλων με τα αποξηραμένα σύκα.

6. Τα αποξηραμένα σύκα
Πολύ καλή πηγή φυτικών ινών, σιδήρου, καλίου, ασβεστίου και βιταμίνης Κ. Βελτιώνουν την πέψη και την πίεση, είναι αντιοξειδωτικά, προστατεύουν από την οστεοπόρωση και ενισχύουν το ανοσοποιητικό.

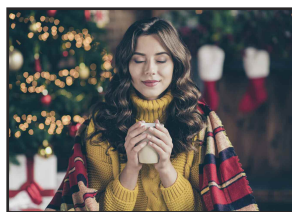
Χριστούγεννα με όλες τις αισθήσεις

Φέτος ας νιώσουμε τα Χριστούγεννα και με τις 5 αισθήσεις μας. Αυτές που έχουν μνήμη. Αυτές που όταν μια μπουκιά από το γιορτινό φαγητό της μαμάς αγγίζει τον ουρανό, περνούν από μπροστά μας εικόνες από την παιδική μας ηλικία. Αυτές που μια μυρωδιά γίνεται συναίσθημα. Μια εικόνα γιορτής γίνεται η πιο όμορφη στιγμή. Ένα τραγούδι παίζει το σάουντρακ των γιορτινών αναμνήσεών μας. Οι αναμνήσεις των Χριστουγέννων είναι γεμάτες εικόνες, γεύσεις, μυρωδιές και η ιεροτελεστία των

γιορτών θα φτιάξει τις επόμενες αναμνήσεις για τα παιδιά και τους φίλους μας.

Όραση: Το σήμα-κατατεθέν των Χριστουγέννων

Όταν σκεφτόμαστε Χριστούγεννα, η πρώτη εικόνα που μας έρχεται στο μυαλό είναι ένα όμορφο στολισμένο χριστουγεννιάτικο δέντρο - σήμα κατατεθέν των γιορτών - με τα λαμπάκια του και τα στολίδια του, δώρα, το γκι, τα φρέσκα λουλούδια, οι χριστουγεννιάτικες πινελιές και όλοι οι αγαπημένοι μας γύρω από το τραπέζι. Η δική σας απόλυτη ει-



κόνα είναι αυτή που εσείς θα φτιάξετε.

Όσφρηση: Τα αρώματα των Χριστουγέννων

Οι μυρωδιές τα Χριστούγεννα ξεχύνονται από παντού. Οι μυρωδιές από την κουζίνα μπερδεύονται γλυκά με την μυρωδιά από τα αναμμένα κεριά αλλά και αυτήν του καμένου ξύλου από το τζάκι.

Το γαρίφαλο, το βούτυρο, η κανέλα - ζεστά και μπαχαρένια

αρώματα - που πασπαλίζουν τις χριστουγεννιάτικες συνταγές. Αυτές είναι μυρωδιές - σήμα κατατεθέν των Χριστουγέννων.

Ακοή: Οι απόλυτες μελωδίες των Χριστουγέννων

Εκτός από τα τρίγωνα που αντηχούν παντού τις Παραμονές Χριστουγέννων και Πρωτοχρονιάς και τις φωνές των παιδιών, υπάρχουν και οι διαχρονικές μουσικές που μας φτιάχνουν τη γιορτινή μας διάθεση. Γεύση: Η πρωταγωνίστρια των γιορτών Τι γεύση έχουν τα Χριστούγεννα; Των γιορτινών πιάτων που

φτιάχνονται με αγάπη και πρωταγωνίστρια αυτών, πάντα η γαλοπούλα.

Αφή: Το άγγιγμα των Χριστουγέννων

Αυτή η αίσθηση δε χρειάζεται ούτε συμβουλές, ούτε ιδέες, ούτε μυστικά, αφού είναι κοινό μυστικό ότι τα Χριστούγεννα η αίσθηση της αφής τρέφεται από τις αγκαλιές των πιο αγαπημένων μας προσώπων, τα δώρα αγάπης που θα ανταλλάξουμε, το χέρι βοήθειας που θα τείνουμε στους ευάλωτους. Αυτό είναι το άγγιγμα των Χριστουγέννων.