



Η Περιφέρεια Θεσσαλίας σε έκθεση τροφίμων και ποτών στη Μέση Ανατολή



Η Περιφέρεια Θεσσαλίας, στο πλαίσιο της πολιτικής στήριξης των θεσσαλικών επιχειρήσεων του αγροδιατροφικού τομέα, συμμετείχε μαζί με το Επιμελητήριο Λάρισας στη GUL-FOOD 2025, η οποία διεξάγεται κάθε χρόνο στο Dubai World Trade Center.

Η Περιφέρεια Θεσσαλίας, στο πλαίσιο της πολιτικής στήριξης των θεσσαλικών επιχειρήσεων του αγροδιατροφικού τομέα, συμμετείχε μαζί με το Επιμελητήριο Λάρισας στη GUL-FOOD 2025, η οποία διεξάγεται κάθε χρόνο στο Dubai World Trade Center.

Σελ. 13

Στην Καρδίτσα το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 20χλμ Βάδην Ανδρών - Γυναικών



Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ με συνδιοργανωτή τον Δήμο Καρδίτσας και την υποστήριξη της Περιφέρειας Θεσσαλίας - Περιφερειακή Ενότητα Καρδίτσας διοργανώνει την Κυριακή 16 Μαρτίου 2025 το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 20χλμ Βάδην Ανδρών - Γυναικών.

Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ με συνδιοργανωτή τον Δήμο Καρδίτσας και την υποστήριξη της Περιφέρειας Θεσσαλίας - Περιφερειακή Ενότητα Καρδίτσας διοργανώνει την Κυριακή 16 Μαρτίου 2025 το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 20χλμ Βάδην Ανδρών - Γυναικών.

Σελ. 5

Ημερίδα με θέμα «Ανθρώπινα Δικαιώματα & Γυναίκα» στην Καρδίτσα



Η Περιφέρεια Θεσσαλίας, μέσω της Περιφερειακής Επιτροπής Ισότητας, διοργανώνει την

Τρίτη 11 Μαρτίου 2025 και ώρα 17:30 στο Πausίλυπο Καρδίτσας, μια σημαντική ημερίδα με θέμα «Ανθρώπινα Δικαιώματα & Γυναίκα».

Σελ. 15

Ενημερωτική εκδήλωση με θέμα τα θερμοκήπια στην Καρδίτσα



Το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και το Επιμελητήριο Καρδίτσας σας προσκαλούν στην ενημερωτική εκδήλωση με θέμα «ΘΕΡΜΟΚΗΠΙΑ & ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ: ΕΠΕΝΔΥΟΝΤΑΣ ΣΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΤΗΣ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ».

Το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και το Επιμελητήριο Καρδίτσας σας προσκαλούν στην ενημερωτική εκδήλωση με θέμα «ΘΕΡΜΟΚΗΠΙΑ & ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ: ΕΠΕΝΔΥΟΝΤΑΣ ΣΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΤΗΣ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ».

Σελ. 17

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ 4 ΝΕΑ ΕΡΓΑ ΣΤΗΝ ΑΡΓΙΘΕΑ



Προτάσεις χρηματοδότησης 4 έργων αγροτικής οδοποιίας συνολικού προϋπολογισμού 3.000.000 ευρώ υπέβαλε ο Δήμος Αργιθέας στο Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης & Τροφίμων, στο πρόγραμμα «Βελτίωση πρόσβασης σε γεωργική γη και κτηνοτροφικές εκμεταλλεύσεις».

Σελ. 11

Ο Κώστας Τσιάρας εγκαινίασε την Food Expo 2025: Τα ελληνικά προϊόντα διαθέτουν συγκριτικά πλεονεκτήματα

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκαν τα εγκαίνια της Food Expo 2025, της κορυφαιάς έκθεσης τροφίμων και ποτών στη Νοτιοανατολική Ευρώπη, από τον Υπουργό Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, Κώστα Τσιάρα. Ξεκινώντας την ομιλία του ο Υπουργός αναφέρθηκε στην δυναμική της έκθεσης.



Σελ. 10

Central Greece Forum Θεσσαλία 2025 - 14-15 Μαρτίου στα Τρίκαλα



Το Central Greece Forum - Θεσσαλία 2025 αποτελεί το κορυφαίο αναπτυξιακό συνέδριο της

Κεντρικής Ελλάδας, με στόχο να αναδείξει τις προκλήσεις και τις ευκαιρίες για την ανάπτυξη της περιοχής. Στο πλαίσιο του συνεδρίου, διακεκριμένοι ομιλητές από τον επιχειρηματικό, ακαδημαϊκό και πολιτικό χώρο θα συζητήσουν κρίσιμα ζητήματα.

Σελ. 7

Το Ράλλυ Ακρόπολις επιστρέφει ξανά στη Θεσσαλία



Η Θεσσαλία ξαναπαίρνει, μετά από 30 χρόνια, στο χάρτη του ξακουστού Ράλλυ Ακρόπολις,

καθώς μετά από διαδοχικές συναντήσεις του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας Δημήτρη Κουρέτα με τους εκπροσώπους του Ράλλυ, αποφασίστηκε να ενταχθεί ο Νομός Καρδίτσας και συγκεκριμένα η λίμνη Σμοκόβου στο φετινό πρόγραμμα των αγώνων.

Σελ. 9

ΚΑΙΡΟΣ

Τρίτη 11 Μαρτίου 2025

**Ξέρετε ότι...**

Μόνο το 0,01% των γονιδίων φαίνονται εξωτερικά στον άνθρωπο (χρώμα ματιών, δέρματος)!

Εορτολόγιο

Σήμερα: Θαλής, Σαβίνα, Σωφρόνιος
12/3: Θεοφάνης

Σαν σήμερα...

1669: Η Αίτνα εκρήγνυται, προκαλώντας το θάνατο 15.000 ανθρώπων.

1822: Ο Λυκούργος Λογοθέτης με 2.500 Σαμιώτες και ο Μπουρνιάς με 150 Χιώτες που ήταν στη Σάμο, αποβιβάζονται στη Χίο και πολιορκούν την εντός του φρουρίου τουρκική φρουρά.

1941: Δυνάμεις της 1ης Μεραρχίας αποκρούουν ισχυρή ιταλική επίθεση στην περιοχή Τρεμπεσίνας (ύψωμα 731) και συλλαμβάνουν 501 αιχμαλώτους, από τους οποίους 23 αξιωματικοί.

1978: Βόμβα εκρήγνυται στον κινηματογράφο «Ελλη» της οδού Ακαδημίας, κατά τη διάρκεια της προβολής της σοβιετικής ταινίας «Ουράνιο Τόξο» του σκηνοθέτη Μαρκ Ντονσκόι. 18 θεατές τραυματίζονται, απ' τους οποίους οι τρεις πολύ σοβαρά. Η τρομοκρατική πράξη αποδίδεται στην ακροδεξιά.

Εκλογοαπολογιστική γενική συνέλευση του σωματείου εμποροϋπαλλήλων

Το σωματείο εμποροϋπαλλήλων και υπαλλήλων με σχέση ιδιωτικού δικαίου Ν. Καρδίτσας καλεί τα μέλη του σε εκλογοαπολογιστική γενική συνέλευση την Κυριακή 16 Μαρτίου και ώρα 11:00 στο εργατικό κέντρο.

Νέα αιμοδοσία την Τετάρτη 12 Μαρτίου, στο Πνευματικό κέντρο Σοφάδων!

Χάρισε αίμα.....Χάρισε ζωή.....

Οι περισσότεροι άνθρωποι βρεθήκαμε κάποια στιγμή στη θέση να χρειαζόμαστε αίμα! Για ένα χειρουργείο...εξαιτίας ενός ατυχήματος...

Πόσες ανθρώπινες ζωές σώθηκαν χάρη σε μια φιάλη αίματος!

Είναι πολύτιμο! Είναι αναγκαίο!

Είναι απαραίτητο!

Είναι το μεγαλύτερο δώρο που μπορεί

να κάνει ο άνθρωπος στον συνάνθρωπό του!

Πράξη προσφοράς και αλληλεγγύης!

Είναι ανάγκη και υποχρέωση όλων μας!

Και στοιχίζει μόνο 10 λεπτά από τον χρόνο μας!

Βοηθήστε μας να έχουμε για να το προσφέρουμε σε όλους τους δημότες μας που το χρειάζονται!

Γίνε κι εσύ εθελοντής αιμοδότης! Δώσε αίμα! Χάρισε ζωή!!!

Έκθεση ζωγραφικής της Πηνελόπης Σχιζοδήμου-Κατράνα με τίτλο Ιστορίες και Σώματα

Η Εφορεία Αρχαιοτήτων Καρδίτσας με ιδιαίτερη χαρά φιλοξενεί την έκθεση ζωγραφικής της κας. Πηνελόπης Σχιζοδήμου-Κατράνα με τίτλο "Ιστορίες και Σώματα", στον χώρο εκδηλώσεων του Αρχαιολογικού Μουσείου Καρδίτσας.

Η έκθεση θα διαρκέσει από 15 έως 23 Μαρτίου 2025, με ελεύθερη είσοδο για το κοινό και με δυνατότητα επίσκεψης της έκθεσης από 09:00 έως 13:00 (καθημερινά εκτός Τρίτης). Τα εγκαίνια της έκθεσης θα πραγματοποιηθούν το Σάββατο 15.03.2025 στις 8.00 μ.μ. στον χώρο εκδηλώσεων του Μουσείου.

Τα έργα της εικαστικού κας Σχιζοδήμου αποτελούν μια προσωπική ματιά της εικαστικού στα ανθρώπινα σώματα και τις ιστορίες που αυτά αφηγούνται. Με τη σύμπραξη της κλινικής ψυχολόγου κας Δήμητρας Καλογεροπούλου η οποία συνεισφέρει με σύντομους σχολιασμούς/ αποτυπώσεις ψυχικών προβολών σε κάποια από τα έργα, η έκθεση καλεί τον θεατή να σταθεί πάνω από τις προβολές και να διερευνήσει τι υπάρχει πέρα από αυτές.

Την επομένη των εγκαίνιων στις 16 Μαρτίου στις 12 το μεσημέρι, θα διεξαχθεί ένα εργαστήριο που θα αναδείξει τις παραπάνω ιδέες με πιο δομημένο τρόπο σε αυτούς που θα παρευρεθούν.

Προσωρινή διακοπή κυκλοφορίας σε οδούς της πόλεως της Καρδίτσας

Απαγορεύουμε τη διέλευση κάθε είδους οχήματος

επί της οδού Χαρίτου, μεταξύ των οδών Καποδιστρίου και Ιεζεκιήλ, την Τρίτη (11/03/2025) κατά τις ώρες από 07:00 έως 08:15, για την εκτέλεση εργασιών μεταφοράς οικοδομικών υλικών. Η κυκλοφορία των οχημάτων προς τις κυριότερες οδούς της πόλης, θα διεξάγεται μέσω των πλησιέστερων κάθετων οδών και από τις διασταυρώσεις από τις οποίες επιτρέπεται η στροφή προς αυτές, καθώς επίσης και σύμφωνα με τις υποδείξεις του Τμήματος Τροχαίας Καρδίτσας.

Α' στάση των Χαιρετισμών προς την Κυρία Θεοτόκο

Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος,

το εσπέρας της Παρασκευής 7 Μαρτίου 2025 χοροστάτησε στην ακολουθία του Μικρού Αποδείπνου και έψαλλε τους Α' Χαιρετισμούς προς την Κυρία Θεοτόκο στον Ιερό Ναό Αγίου Θεοδώρου του Τήρωνος Τ.Κ. Αγίου Θεοδώρου.

Στην ομιλία του Σεβασμιωτάτου, αναδείχθηκαν θεμελιώδη ζητήματα που αφορούν την πίστη, τη Θεία παρουσία και τη σημασία της Παναγίας στη ζωή των πιστών. Ο Σεβασμιώτατος ξεκίνησε την ομιλία του με την επισήμανση ότι ο λόγος που εκφέρουμε προέρχεται από την καρδιά μας. Αν έχουμε αγαθή καρδιά και συνείδηση, τότε ο λόγος μας γίνεται "χαριτωμένος" και "ευπρεπής", προσφέροντας όχι μόνο δοξολογία στον Θεό αλλά και αγάπη στους αδελφούς μας.

Η ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ της ημέρας



Σκουπίδια πεταμένα όπου να ' ναι!!!

Βελτίωση Ε.Ο. 30.: Κατασκευή Οδικού Τμήματος από Δέλτα Καρδίτσας έως Είσοδο Καρδίτσας



Γίνεται γνωστή η έγκριση των Κυκλοφοριακών Ρυθμίσεων (-3- σχετική) και συγκεκριμένα την εργοταξιακή σήμανση για την τοποθέτηση κεντρικών στηθαίων ασφαλείας από το Κόμβο κυκλικής Κίνησης Αγ. Θεοδώρου, (χ/θ 6+500) έως το τέλος της νησίδας που αυτά θα ορίζουν (χ/θ 0+900), πριν το τεχνικό γέφυρας του ποταμού Λείψιμου, από τη Δευτέρα (10/03/2025) έως και την Κυριακή (30/03/2025). Η εργοταξιακή σήμανση και ο φωτισμός θα παραμένουν και τις ώρες που δε γίνονται εργασίες καθώς και κατά τη διάρκεια της νύχτας.

Κυριακή της Ορθοδοξίας στην Ιερά μας Μητρόπολη



Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, την Α΄ Κυριακή των Νηστειών (της Ορθοδοξίας) 9 Μαρτίου 2025, χοροστάτησε στην ακολουθία

του Όρθρου και τέλεσε τη Θεία Λειτουργία στον Ιερό Μητροπολιτικό Ναό Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης Καρδίτσας.

Προ της Απολύσεως, προέστη της λιτανεύσεως των αγίων Εικόνων, κατά το τυπικό της Ορθόδοξου κατ' Ανατολάς Καθολικής του Χριστού Εκκλησίας.

Ο Σεβασμιώτατος στην ομιλία του ανέφερε, ότι η πρώτη Κυριακή της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής, είναι αφιερωμένη στον θρίαμβο της Ορθοδοξίας, στην πίστη των Πατέρων, στα δόγματα των Οικουμενικών Συνόδων και στον πνευματικό αγώνα των Αγίων.

Η Εκκλησία μας την ημέρα αυτή μας τα προβάλλει και μας συνδέει με το θεανδρικό Πρόσωπο του Ιησού Χριστού, που ως Δημιουργός, προσέλαβε την φύση του δημιουργήματός του, για να την αφαρτοποιήσει και να την αγιάσει.

Είπαν Είπαν Είπαν



Κ. ΤΣΙΑΡΑΣ:
«Η επιβίωση και ανάπτυξη του αγροτικού τομέα δεν είναι ζήτημα που αφορά κάποια κόμματα. Είναι εθνικό ζήτημα που οφείλουμε να προτάξουμε»



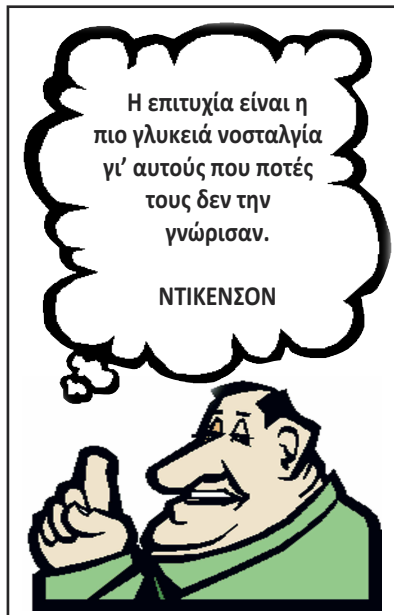
Δ. ΚΟΥΡΕΤΑΣ:
«Η Καρλα αναμένεται να αλλάξει τον χάρτη της ελληνικής προβατοτροφίας»



Γ. ΚΑΠΡΑΝΑΣ:
«Η λέξη γυναίκα είναι ταυτόσημη στην πράξη με τη λέξη μάχη, καθημερινή, μη μετρήσιμη σε πολλές της εκφάνσεις»



Α. ΒΑΣΙΛΑΚΟΣ:
«Το Μουζάκι μία πενταετία μετά τις πλημμύρες, τους πνιγμούς και τις καταστροφές διέρχεται φάση αδιαμαρτύρητης υπαρξιακής αγωνίας»



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

Η βουλευτής Καρδίτσας Ασημίνα Σκόνδρα για την Ημέρα της Γυναίκας

Η 8η Μαρτίου, Ημέρα της Γυναίκας, δεν είναι απλώς μια γιορτινή ημερομηνία, αλλά μια παγκόσμια υπενθύμιση των αγώνων, των θυσιών και των αδιάκοπων προσπαθειών των γυναικών για την κατάκτηση της ισότητας. Από τα βάθη της αρχαιότητας, όπου τα δικαιώματα και ο ρόλος τους ήταν εξαιρετικά περιορισμένα, μέχρι τη σύγχρονη εποχή, τα βήματα που έχουμε διανύσει είναι αξιοσημείωτα – παρόλο που ο δρόμος προς την πλήρη ισότητα παραμένει μακρύς και απαιτεί συνεχή επαγρύπνηση και δράση.

Από την αρχαιότητα έως σήμερα, η βία κατά των γυναικών έχει αποτελέσει μια τραγική και συχνά αιματηρή πραγματικότητα. Η ιστορία μαρτυρεί επαναλαμβανόμενες περιπτώσεις καταπίεσης και βίας, οι οποίες όμως δεν κατάφεραν να σβήσουν το φως των γυναικών. Παρά τα βάρη της

καταπίεσης, οι γυναίκες κατάφεραν να διακριθούν σε πολυάριθμους τομείς, αφήνοντας ανεξίτηλο σημάδι στα πεδία της επιστήμης, της τέχνης, της πολιτικής και της επιχειρηματικότητας.

Η Ημέρα της Γυναίκας σήμερα συνδέεται άρρηκτα και με την έξοδο της γυναίκας στον χώρο της εργασίας. Οι γυναίκες επαγγελματίες, με την καινοτομία, την ευελιξία και την αποφασιστικότητά τους, συμβάλλουν καθοριστικά στην οικονομική ανάπτυξη και την κοινωνική πρόοδο. Παρά ταύτα, εξακολουθούν να αντιμετωπίζουν σημαντικά εμπόδια, όπως η δυσκολία στην πρόσβαση σε χρηματοδότηση, η έλλειψη δικτύωσης και οι προκαταλήψεις των επενδυτών.

Αναγνωρίζοντας αυτούς τους περιορισμούς, πρόσφατα η κυβέρνηση Μητσοτάκη και το Υπουργείο Κοινωνικής Συνοχής και



Οικογένειας ψήφισαν νομοσχέδιο για την ισότιμη εκπροσώπηση των γυναικών σε διοικητικά συμβούλια του ιδιωτικού και δημοσίου τομέα.

Το «τίμημα της μητρότητας» αποτελεί ένα ακόμη εμπόδιο στην πορεία χειραφέτησης των γυναικών. Οι μητρικές υποχρεώσεις συχνά μειώνουν τις επαγγελματικές προοπτικές των γυναικών. Το Υπουργείο Κοινωνικής Συνοχής και Οικογένειας στέκεται δίπλα τους και ενισχύει τις κοινωνικές δομές που παρέχουν την απαραίτητη υποστήριξη για την εξισορρόπηση οι-

κογενειακών και επαγγελματικών ευθυνών.

Διεκδικούμε ένα μέλλον όπου οι γυναίκες θα απολαμβάνουν ίσες ευκαιρίες με τους άνδρες, όπου η καινοτομία και η δημιουργικότητά τους θα αναγνωρίζονται και θα επιβραβεύονται. Ένα μέλλον όπου η γυναικεία επιχειρηματικότητα θα αποτελεί κινητήρια δύναμη για την οικονομική και κοινωνική ανάπτυξη χωρίς να θυσιάζει όμως την οικογένεια και τη μητρότητα. Στην κατεύθυνση αυτή η κυβέρνηση εξασφαλίζει για τη γυναίκα:

Πρόσβαση σε Χρηματοδότηση: Δημιουργία ειδικών προγραμμάτων χρηματοδότησης με ευνοϊκούς όρους και απλοποιημένες διαδικασίες.

Δικτύωση και Καθοδήγηση: Ανάπτυξη δικτύων που θα επιτρέπουν την ανταλλαγή εμπειριών και την παροχή υποστήριξης.

Εκπαίδευση και Κα-

τάρτιση: Παροχή εκπαιδευτικών προγραμμάτων με έμφαση στις ψηφιακές δεξιότητες

Πολυεπίπεδη Στρατηγική Στήριξης: Στήριξη γυναικών επιχειρηματιών σε διαφορετικούς τομείς

Καταπολέμηση των Στερεοτύπων και του Σεξισμού: Προώθηση θετικών προτύπων και αντιμετώπιση κάθε μορφής διακρίσεων.

Η Ημέρα της Γυναίκας αποτελεί μια ευκαιρία να αναγνωρίσουμε την πρόοδο που έχει επιτευχθεί, να αντιμετωπίσουμε τις παραμένουσες προκλήσεις και να συνεχίσουμε τον αγώνα για μια κοινωνία όπου οι γυναίκες θα απολαμβάνουν ίσες ευκαιρίες και δικαιώματα σε όλους τους τομείς. Οι γυναίκες δεν ζητούν απλώς μια θέση στο τραπέζι – δημιουργούν το τραπέζι και καλούν τις επόμενες γενιές να συνεχίσουν το έργο τους, αφήνοντας πίσω τους μια αδιάκοπη κληρονομιά δύναμης και έμπνευσης.

Εξελίξεις στην εξακρίβωση δράσης εγκληματικής ομάδας που δραστηριοποιούνταν στη διάπραξη κλοπών

Σε συνέχεια του από 06-03-2025 Δελτίου Τύπου σχετικά με την εξακρίβωση δράσης εγκληματικής ομάδας που δραστηριοποιούνταν στη διάπραξη κλοπών κυρίως από κοσμηματοπωλεία σε περιοχές της Θεσσαλίας, της Στερεάς Ελλάδας και της Πελοποννήσου και τη σύλληψη -3- αλλοδαπών, από τους οποί-



ους -2- άνδρες και -1- ανήλικη, από τη Γενική Περιφερειακή Αστυνομική Διεύ-

θυνση Θεσσαλίας ανακοινώνεται ότι, όπως εξακριβώθηκε από τη συνεχιζόμενη

έρευνα της Υποδιεύθυνσης Δίωξης και Εξιχνίασης Εγκλημάτων Τρικάλων, οι τρεις δράστες διέπραξαν τρεις ακόμη περιπτώσεις κλοπών, από τις οποίες δύο τετελεσμένες και μία απόπειρα και συγκεκριμένα:

την 09/10-02-2025 σε περιοχή της Αττικής, αφαιρέσαν από κοσμηματοπωλείο χρυσά κοσμήματα,

κατά το χρονικό διάστημα από 01/04-03-2025 σε περιοχή του νομού Τρικάλων, αποπειράθηκαν να αφαιρέσουν αντικείμενα από κοσμηματοπωλείο, χωρίς ωστόσο να ολοκληρώσουν την πράξη τους και

βραδινές ώρες της 02-03-2025 σε περιοχή του νομού Βοιωτίας, αφαιρέσαν από εμπορικό κατάστημα -13- κινητά τηλέφωνα.

Στην Καρδίτσα το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 20χλμ Βάδην Ανδρών – Γυναικών

Ο Σ.Ε.Γ.Α.Σ με συνδιοργανωτή τον Δήμο Καρδίτσας και την υποστήριξη της Περιφέρειας Θεσσαλίας - Περιφερειακή Ενότητα Καρδίτσας διοργανώνει την Κυριακή 16 Μαρτίου 2025 το Πανελλήνιο Πρωτάθλημα 20χλμ Βάδην Ανδρών – Γυναικών & Κ23 (Α-Γ) & Ημερίδας Βάδην.

Ο αγώνας υπολογίζεται στην αξιολογημένη ετήσια κατάταξη σωματείων του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. και οι επιδόσεις των βαδιστών μετράνε στο ranking της Παγκόσμιας



Ομοσπονδίας Στίβου (World athletics rankings).

Ο αγώνας θα διεξαχθεί την Κυριακή το πρωί στο κέντρο της πόλης, σε κυκλική διαδρομή συνολικής απόστασης 1000μ ο γύρος.

Θυμίζουμε ότι η Καρδίτσα είναι η άτυπη "πρωτεύουσα" του βάδην αφού εδώ ξεκίνησαν το αγώνισμα οι κάτοχοι των ρεκόρ σε 20χλμ & 35χλμ βάδην, Αντιγόνη Ντρισμπιώτη και Αλέξανδρος Παπαμι-

χαήλ καθώς και η Πένυ Τσινοπούλου, μία από τις καλύτερες ελληνίδες αθλήτριες του βάδην.

Από τον αγώνα θα απουσιάσει δυστυχώς η χρυσή πρωταθλήτρια Ευρώπης στο Μόναχο το 2022, χάλκινη παγκόσμια πρωταθλήτρια στη Βουδαπέστη το 2023 και 8η Ολυμπιονίκης Αντιγόνη Ντρισμπιώτη στο Τόκιο το 2021, η οποία αυτό το διάστημα βρίσκεται στην Ιαπωνία για προετοιμασία.

Κανονικά θα δώσει το παρών ο συμπολίτης μόνιμος πρωταθλητής

Ελλάδος και με συμμετοχή σε τρεις Ολυμπιακούς Αγώνες, (2012, 2016, 2021) Αλέξανδρος Παπαμιχαήλ όπως και η Πένυ Τσινοπούλου με συμμετοχή δύο φορές σε Ολυμπιακούς αγώνες (2016, 2021).

Καλούμε τους φίλους του Κλασσικού Αθλητισμού και όχι μόνο να δώσουν δυναμικό παρόν υποστηρίζοντας τις προσπάθειες των βαδιστών αποδεικνύοντας ότι δίκαια η πόλη μας θα βρίσκεται στο επίκεντρο του εγχώριου αθλητισμού την προσεχή Κυριακή.

Ο Περιφερειάρχης Θεσσαλίας Δημήτρης Κουρέτας στηρίζει την πρωταθλήτρια ποδηλασίας Ελένη Κασκάνη

Ένα σύγχρονο, αγωνιστικό ποδήλατο, δώρισε ο Περιφερειάρχης Θεσσαλίας Δημήτρης Κουρέτας, στην πρωταθλήτρια ποδηλασίας Ελένη Κασκάνη. Ο Περιφερειάρχης, αναγνωρίζοντας τις επιδόσεις της αθλήτριας, προχώρησε στην πρωτοβουλία με σκοπό να ενισχύσει την προσπάθεια της για μεγαλύτερες διακρίσεις σε εθνικό και ευρωπαϊκό επίπεδο.



Η Ελένη Κασκάνη, απευθύνθηκε πριν από καιρό στον Περιφερειάρχη Δημήτρη Κουρέτα αναζητώντας στήριξη στην προσπάθεια της για

διακρίσεις στην αγωνιστική ποδηλασία, έχοντας στο πλευρό της την κ. Ελένη Σπυράκη, πρόεδρο του Μορφωτικού Συλλόγου Καρυάς

(ΜΕΣΚ Όλυμπος) της ιδιαίτερης πατρίδας της, το αίτημα της εισακούστηκε και σε πρόσφατη συνάντησή τους στο κτήριο της Περιφέρειας Θεσσαλίας στη Λάρισα, έλαβε το πολυπόθητο δώρο. «Το δικό μου ποδήλατο με κούραζε πάρα πολύ. Το νέο μου ποδήλατο είναι σίγουρα ότι καλύτερο θα μπορούσα να έχω» δήλωσε χαρακτηριστικά η νεαρή αθλήτρια, ευχαριστώντας θερμά τον Περιφερειάρχη

Θεσσαλίας που ανταποκρίθηκε άμεσα στο αίτημα της, δίνοντας της τη δυνατότητα να αγωνίζεται με ακόμη μεγαλύτερες προοπτικές επιτυχίας.

Οι δυο τους ανανέωσαν το ραντεβού τους στους δρόμους σε κοινή προπόνηση, με δεδομένη την συνεχή ενασχόληση του Περιφερειάρχη με την ποδηλασία.

Η Ελένη Κασκάνη με 10 χρόνια εμπειρίας στην ποδηλασία και 7 χρόνια στον πρωταθλητισμό έχει κατακτήσει σημαντικούς τίτλους: 3 φορές Χρυσή Πανελληνιονίκης, 2 ασημένια μετάλλια στην ορεινή ποδηλασία, 3 φορές Βαλκανιονίκης στη πίστα στη Βουλγαρία, 2 φορές Βαλκανιονίκης στην ποδηλασία δρόμου στην Τουρκία.

Στη συνάντηση παρέστησαν επίσης ο θεματικός Αντιπεριφερειάρχης Αθλητισμού και Πολιτισμού Σωτήρης Σουλός, οι γονείς της Κώστας Κασκάνης και Χριστίνα Γιωτικά και η πρόεδρος του Μορφωτικού Συλλόγου Καρυάς Ελένη Σπυράκη.

A.P.L. S.A.
Advanced technology
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ
Α Ν Υ Ψ Ω Τ Ι Κ Η

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

4ο km Π.Ο
Καρδίτσα - 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 επι-
μορφωτικά σεμινάρια με τίτλο:

**"Επιμόρφωση εργοδοτών και εργαζομέ-
νων 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

Εκδήλωση για την επέτειο απελευθέρωσης της Καρδίτσας από τους φασίστες κατακτητές

Την οργανώνει η ΠΕΑΕΑ-ΔΣΕ παράρτημα Καρδίτσας, την Τετάρτη 12η Μαρτίου ώρα 18.00 στο χώρο του μνημείου της Εθνικής Αντίστασης, στο αθλητικό πάρκο της πόλης

Αντλούμε δύναμη από τους μεγαλειώδεις αγώνες του ΕΑΜ-ΔΣΕ για την οργάνωση των σημερινών και αυριανών αγώνων, ενάντια στη βαρβαρότητα των σημερινών πολιτικών επιλογών, μέχρι την ανατροπή του σάπιου καπιταλιστικού συστήματος για ένα δρόμο ανάπτυξης, ο οποίος απαλλαγμένος από την εκμετάλλευση ανθρώπου από άνθρωπο θα



έχει γνώμονα την ικανοποίηση των σύγχρονων ανθρώπινων αναγκών. 12 Μάρτη 1943. Οι αντάρτες του ΕΛΑΣ μπαίνουν συντεταγμένα στην Καρδίτσα. Την ίδια

μέρα το βράδυ το BBC (ο σταθμός του Λονδίνου) μετέδωσε: << Η Καρδίτσα, μία από τις τέσσερες μεγάλες πόλεις της Θεσσαλίας, είναι ελεύθερη. Είναι η πρώτη πόλη της Ευρώπης που απελευθερώνεται, κάτω από την πίεση των δυνάμεων της αντίστασης.....>>.

Το ΕΑΜ αμέσως μετά την ίδρυσή του στην Καρδίτσα (11-11-41), απλώθηκε με τις οργανώσεις του σε όλους τους χώρους (εργατικό, δημοσιοϋπαλληλικό, επαγγελματικό, επιστημονικό, αγροτικό, τραπεζικό κλπ). Οι νέοι οργανώνονται από τις αρχές του 1942 στον <<Θεσσαλικό ιερό λόχο>>.

Η αντίσταση του λαού της Καρδίτσας, στους φασίστες κατακτητές, αποκτά παλλαϊκό χαρακτήρα. Στην πόλη και στα χωριά το σύνθημα είναι: παθητική αντίσταση. Οκόσμος δεν υπακούει στις δεκάτες και επιτάξεις. Η προσπάθεια των κατακτητών να τρομοκρατήσουν τον κόσμο δεν πέρασε. Η παθητική αντίσταση συνεχώς απλώνεται και αυξάνεται.

Μεγάλη επίσης αύξηση και εξάπλωση, είχαν και άλλες αντιστασιακές ενέργειες του λαού της Καρδίτσας, όπως τα διάφορα συμποτάζ, πολεμικά επεισόδια, απεργίες, οργάνωση καταναλωτικών συνεταιρισμών κλπ.

Όλα τα παραπάνω

ασκούσαν μεγάλη πίεση στους Ιταλούς κατακτητές, τους δημιουργούσαν φόβο και ένοιωθαν να ετοιμάζεται επίθεση στην πόλη της Καρδίτσας από την μεριά του ΕΛΑΣ.

Έτσι τα ξημερώματα της 11ης Μαρτίου του 1943, αναγκάζονται οι Ιταλοί να εγκαταλείψουν την πόλη.

Κινητήρια δύναμη, κύριος αιμοδότης, η ψυχή αυτού του μεγάλου πατριωτικού αγώνα, της ηρωικής ΕΑΜικής αντίστασης ήταν το ΚΚΕ.

Η Καρδίτσα, απελευθερωμένη πλέον, για οχτώ μήνες, αφού στο τέλος του φθινοπώρου του 1943 επανήλθαν οι κατακτητές, αυτή την φορά οι Γερμανοί, έσφυζε από ζωή και γίνεται κέντρο διοικητικό - οικονομικό της ελεύθερης ζώνης, δηλαδή της ελεύθερης Ελλάδας. Υπήρξε στο διάστημα αυτό το βασικότερο κέντρο τροφοδοσίας και εφοδιασμού του αντάρτικου στρατού. Υπήρξε πρότυπο λαϊκής εξουσίας. Την εξουσία στην πόλη την ασκούσε μια εκλεγμένη Λαϊκή Επιτροπή και την δικαιοσύνη την απέδιδε ένα Λαϊκό Δικαστήριο, που είχε και μια δευτεροβάθμια κλιμάκωση.

Τιμάμε τους αγώνες της ΕΑΜικής αντίστασης, αλλά και τον τρίχρονο ηρωικό και ταξικό αγώνα του ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΚΟΥ ΣΤΡΑΤΟΥ ΕΛΛΑΔΑΣ.

Αντλούμε διδάγματα από εκείνους τους αγώνες, γνώση και δύναμη και συνεχίζουμε τον αγώνα στις σημερινές συνθήκες, ενάντια στο σάπιο εκμεταλλευτικό σύστημα που γεννά φτώχεια και δυστυχία για τους λαούς, θρέφει τον φασισμό, εξαπολύει

πολέμους για τα συμφέροντα των ολίγων δηλαδή της αστικής τάξης.

Βασικό δίδαγμα που προκύπτει από τους αγώνες του λαού μας στη δεκαετία του 1940 είναι πως: όταν ο λαός θέλει, όταν συνειδητοποιήσει την δύναμή του, μπορεί και στις πιο αντίξοες συνθήκες να ξεσηκωθεί ενάντια και σε αντίπαλο που μοιάζει ανίκητος, δείχνοντας τις ανεξάντλητες δυνάμεις του και να φέρει αποτελέσματα με την πάλη του.

Στην εποχή που ζούμε, μετά τις ανατροπές στην ΕΣΣΔ και τις άλλες σοσιαλιστικές χώρες, οι ενδοιμπεριαλιστικοί ανταγωνισμοί οξύνονται στο έπακρο. Οι ιμπεριαλιστές ανοίγουν νέα μέτωπα με επεμβάσεις και πολέμους (όπως και ο πόλεμος στην Ουκρανία μεταξύ των ΗΠΑ-ΝΑΤΟ-ΕΕ και της Ρωσίας). Οι πόλεμοι αυτοί είναι ιμπεριαλιστικοί, γίνονται για τα συμφέροντα των αστικών τάξεων των χωρών που συμμετέχουν σ αυτούς, με αποτέλεσμα να σκοτώνονται οι λαοί, να προκύπτει προσφυγιά και μεταναστευση πείνα και δυστυχία.

Επιβεβαιώνεται καθημερινά, ότι οι καπιταλιστές είναι αδίστακτοι, προκειμένου να διασφαλίσουν τα κέρδη και την εξουσία τους. Αλήθεια, είναι άσχετο το έγκλημα με τα 57 θύματα που έγινε πριν δύο χρόνια στα Τέμπη, με το κυνήγι του κέρδους που έχουν ως προτεραιότητα ή πιο σωστά μοναδικό σκοπό, οι καπιταλιστές και οι επιχειρηματικοί όμιλοι τους? προφανώς και σχετίζεται το έγκλημα αυτό με τα κέρδη τους.

Πρόγραμμα Κινηματογραφικής Λέσχης Καρδίτσας



Η Κινηματογραφική Λέσχη Καρδίτσας, το Τμήμα Δασολογίας Επιστημών, Ξύλου και Σχεδιασμού και ο

Σύλλογος Φοιτητών Τμήματος Επιστημών Τροφίμων και Διατροφής σε συνεργασία με την Πρεσβεία της Νορβηγίας και το Ινστιτούτο Κινηματογράφου της Νορβηγίας στο πλαίσιο του 1ου Αφιερώματος στο Νορβηγικό Κινηματογράφο - θα προβάλουν την Τρίτη 11/03/2025 στο Αμφιθέατρο Γ' του Τμήματος Δασολογίας Επιστημών Ξύλου και Σχεδιασμού (Β. Γρίβα 11-13) την ταινία «Βικτώρια/Victoria» της Torun Lian. Νορβηγία, Δραματική, 2013, 105'. Έναρξη προβολής 9:00 μ.μ., είσοδος ελεύθερη.

Υπόθεση: Μια τραγική, ανεκπλήρωτη ιστορία αγάπης με ρομαντικά πάθη, αλλά και έντονες συγκρούσεις, και φόντο τις Βόρειες ευρωπαϊκές χώρες, Νορβηγία και Σουηδία. Η Βικτώρια, λίγο πριν ξεψυχήσει, ομολογεί τον αζεπέραστο έρωτα της για έναν άνδρα που λάτρευε αλλά ποτέ δεν είχε. Η ταινία είναι βασισμένη στο βραβευμένο με Νόμπελ βιβλίο του νεορομαντικού Νορβηγού συγγραφέα, Κνουτ Χάμσουν, «Βικτώρια» (1898)

Ηθοποιοί: Bill Skarsgard, Jakob Oftebro, Amando Ooms

Κριτική: Μια τραγική, ανεκπλήρωτη ιστορία αγάπης με ρομαντικά πάθη αλλά και έντονες συγκρούσεις στη Νορβηγία, στις αρχές του προηγούμενου αιώνα. Ο καταδικασμένος έρωτας της Βικτώρια, κόρης αριστοκρατικής οικογένειας και του Γιοχάννες, που ήταν γιος μιλωνά. Ωραιότατη η αναπαράσταση της εποχής, δίνει την εικόνα της Νορβηγικής κοινωνίας αρχές του 20ου αιώνα. Η ταινία είναι γυρισμένη σε πανέμορφα Νορβηγικά τοπία.

Central Greece Forum – Θεσσαλία 2025

14-15 Μαρτίου 2025 στα Τρίκαλα

Το Central Greece Forum – Θεσσαλία 2025 αποτελεί το κορυφαίο αναπτυξιακό συνέδριο της Κεντρικής Ελλάδας, με στόχο να αναδείξει τις προκλήσεις και τις ευκαιρίες για την ανάπτυξη της περιοχής.

Στο πλαίσιο του συνεδρίου, διακεκριμένοι ομιλητές από τον επιχειρηματικό, ακαδημαϊκό και πολιτικό χώρο θα συζητήσουν κρίσιμα ζητήματα που αφορούν στην οικονομία, στην καινοτομία, στην ενέργεια και στη βιώσιμη ανάπτυξη.

Οι κεντρικές θεματικές ενότητες της πρώτης ημέρας του συνεδρίου, Παρασκευή 14 Μαρτίου 2025, είναι οι εξής:

Πάνελ 1: Στρατηγικές και Πολιτικές Περιφερειακής Ανάπτυξης: Η Ανάδυση της Νέας Βιομηχανικής Πολιτικής (17.00-18.10)

Η ενότητα θα επικεντρωθεί στη διαμόρφωση και εφαρμογή στρατηγικών περιφερειακής ανάπτυξης, με έμφαση στη νέα βιομηχανική πολιτική και τον ρόλο της Θεσσαλίας στην οικονομική ανάπτυξη της χώρας.

Ομιλητές:
Παναγιώτης Θεοδωρικάκος – Υπουργός Ανάπτυξης

Νίκος Βέττας – Γενικός Διευθυντής IOBE, Καθηγητής Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών

Αναστάσιος Λάμπας – Πρόεδρος ΔΣ Συνεταιριστικής Τράπεζας Θεσσαλίας, Ταμίας ΔΣ ΣΒΘΣΕ

Συντονιστής:
Γεώργιος Πετράκος – Καθηγητής Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, Πρώην Πρύτανης

Πάνελ 2: Ψηφιακή Οικονομία, Καινοτομία και Παραγωγικότητα (18.20-19.30)



Η ενότητα θα επικεντρωθεί στις προκλήσεις και τις ευκαιρίες που προκύπτουν από την ψηφιακή μετάβαση, την καινοτομία και την ενίσχυση της παραγωγικότητας στις επιχειρήσεις της Θεσσαλίας.

Ομιλητές:
Δημήτριος Παπαστεργίου – Υπουργός Ψηφιακής Διακυβέρνησης

Δημήτριος Κουρέτας – Περιφερειάρχης Θεσσαλίας

Αναστάσιος Βασιλειάδης – Πρόεδρος Πάρκου Καινοτομίας JOIST

Ιωάννης Κρασονικολάκης – Επικεφαλής Εφαρμοσμένης Νοημοσύνης και Προγνωστικής Ανάλυσης, Αναπληρωτής Επικεφαλής του AI Centre of Excellence, Grant Thornton Greece

Συντονιστής:
Σωτήριος Μπαντάς – Διευθύνων Σύμβουλος CENTAUR TECHNOLOGIES MIKE, Μέλος ΔΣ ΣΒΘΣΕ

Συζήτηση: Το Νέο Αναπτυξιακό Μοντέλο: Περισσότερη Παραγωγή, Παραγωγικότητα και Επενδύσεις (19.40-20.00)

Μεταξύ του δεύτερου και του τρίτου πάνελ, θα πραγματοποιηθεί ξεχωριστή συζήτηση για το "Νέο Αναπτυξιακό Μοντέλο".

Συμμετέχουν:
Σπυρίδων Θεοδωρόπουλος – Πρόεδρος & Διευθύνων Σύμβουλος BESPOKE SGA HOLDINGS A.E., Πρόεδρος

Διοικητικού Συμβουλίου ΣΕΒ

Γεώργιος Πετράκος – Καθηγητής Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, Πρώην Πρύτανης

Πάνελ 3: Ενέργεια και Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας (20.00-21.10)

Η ενότητα θα εξετάσει τη σημασία της προστασίας του περιβάλλοντος, την προώθηση των ανανεώσιμων πηγών ενέργειας και την υιοθέτηση βιώσιμων πρακτικών σε επιχειρήσεις και κοινότητες.

Ομιλητές:
Αλεξάνδρα Σδούκου – Υφυπουργός Περιβάλλοντος & Ενέργειας Αντώνης Κοντολέων – Πρόεδρος Ένωσης Βιομηχανικών Καταναλωτών Ενέργειας (EBIKEN)

Ευριπίδης Δοντάς – Μέλος ΔΣ Επίλεκτος Κλωστοϋφαντουργία ΑΕΒΕ, Αντιπρόεδρος της "Ελληνικής Παραγωγής" Συμβούλιο Βιομηχανιών για την Ανάπτυξη, Αντιπρόεδρος ΔΣ ΣΒΘΣΕ

Στέλλα Ζαχαρία – Διευθύνουσα Σύμβουλος Optimus Energy (HERON - GEK TERNA Group), Μέλος ΔΣ ΣΒΘΣΕ

Ιωάννης Φάλλας – Διευθυντής Cluster Βιοοικονομίας & Περιβάλλοντος Δυτικής Μακεδονίας

Συντονίστρια:
Φαίη Μακαντάση – Διευθύντρια Ερευνών - διαΝΕΟσις - Οργανισμός Έρευνας και Ανά-

λυσης

□ Το συνέδριο απευθύνεται σε:

Πολιτικούς και Κυβερνητικούς Αξιωματικούς

Επιχειρηματίες και Στελέχη Επιχειρήσεων Εκπροσώπους Τοπικής Αυτοδιοίκησης Ακαδημαϊκούς και Ερευνητές

Επαγγελματίες όλων των κλάδων

Ενεργά μέλη της τοπικής κοινωνίας

Η συμμετοχή σας θα συμβάλει ουσιαστικά

στον διάλογο για την ανάπτυξη και την καινοτομία στη Θεσσαλία.

Το CentralGreeceForum – Θεσσαλία 2025 συνδιοργανώνουν, η Περιφέρεια Θεσσαλίας, η Ελληνική Παραγωγή – Συμβούλιο Βιομηχανιών για την Ανάπτυξη και τα Επιμελητήρια Τρικάλων, Μαγνησίας, Καρδίτσας και Λάρισας.

Το μέλλον της Θεσσαλίας διαμορφώνεται στο Central Greece Forum – Θεσσαλία 2025!

Γ. Κωτσός: Χρόνια πολλά στις γυναίκες – τις σύγχρονες αγωνίστριες του στίβου της ζωής



Η Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας αποτελεί μια ημερομηνία ορόσημο και έρχεται να υπενθυμίσει σε όλους μας πόσο μακριά έχουν φτάσει οι

γυναίκες από τη μια μεριά του πλανήτη ως την άλλη σε κάθε τομέα της ζωής.

Τιμούμε την 8η Μαρτίου, αλλά κάθε μέρα οφείλουμε να σεβόμαστε τις γυναίκες που με αυταπάρνηση, με δυναμισμό, με υπεροχή, με θέληση εργάζονται, προσφέρουν, στηρίζουν την οικογένεια και την κοινωνία ολόκληρη, γκρεμίζουν εμπόδια, διαλύουν στερεότυπα και προχωρούν μπροστά οδηγώντας την πρόοδο προς ένα πιο δίκαιο και ισότιμο κόσμο.

Η γυναίκα σήμερα πρωτοστατεί στην εργασία, στην εκπαίδευση, στην κοινωνία, στην πολιτική και στα κέντρα λήψης των αποφάσεων.

Ως πολιτεία οφείλουμε με στοχευμένες παρεμβάσεις να συνεχίσουμε των αγώνα υπέρ της Ισότητας, της αναγνώρισης και των ίσων ευκαιριών χωρίς προκαταλήψεις που συνδέονται με το γυναικείο φύλο.

Χρόνια πολλά στην κόρη, στη μάνα, στη γιαγιά, στη σύζυγο, στη σύντροφο, στην εργαζόμενη, στη συνάδελφο, στη φίλη, στην αγωνίστρια στο στίβο της ζωής.

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

Θεατρικό παιχνίδι στο 3ο Δημοτικό Σχολείο Καρδίτσας: Σπάσε τα όρια του νου και της ψυχής

Ένα ιδιαίτερο παιδαγωγικό και ψυχαγωγικό θεατρικό παιχνίδι παίχτηκε την Πέμπτη 6 Μαρτίου στο 3ο Δημοτικό Σχολείο, στα πλαίσια των παράλληλων εκδηλώσεων του 40ου Πανελληνίου Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Καρδίτσας, με τίτλο «Σπάσε τα όρια του νου και της ψυχής».

Την επιμέλεια και τη σκηνοθεσία της εκδήλωσης είχε η παιδαγωγός θεάτρου – εμπυχωτρία θεατρικού παιχνιδιού Σινάνη Σύλβια.

Στην εκδήλωση παρευρέθηκε η υπεύθυνη



δημοσίων σχέσεων της Ένωσης Πολιτιστικών Συλλόγων κ. Τσικριά Ρίτσα.

Στόχος ήταν η ευαισθητοποίηση των μαθητών για το δασικό οικοσύστημα και τα περιβαλλοντικά προβλήματα που συνδέονται με αυτό και η ανάληψη δράσης για την προ-

στασία του και τη διατήρηση της οικολογικής ισορροπίας.

Είναι σημαντικό οι αυριανοί πολίτες να αναπτύξουν περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση, διότι το δάσος είναι αγαθό ανυπολόγιστης αξίας για τη ζωή, συντελεστής οικονομικής και πολιτιστικής

ανάπτυξης, πηγή υγείας, χαράς και ομορφιάς.

Για τον λόγο αυτό, δημιουργήσαμε με τα παιδιά το δάσος της αγάπης, όπου οι μαθητές έφτιαξαν τον μαγικό τους κήπο, ενεργοποιήθηκαν και, με τη συμβολή δημιουργικών σκηνικών ερεθισμάτων, υποδύθηκαν ρόλους, επικοινωνήσαν μέσω των συναισθημάτων, έπαιξαν και έγραψαν μηνύματα για ισορροπία στη φύση και την ψυχή.

Ευχαριστούμε θερμά την εκπαιδευτικό κ. Στέλλα Καραντώνη για την μεγάλη συμβολή της στην προ-

ετοιμασία των παιδιών καθώς και των μηνυμάτων και πανό που έγραψαν, την Ηρώ Βασιλείου για το τραγούδι που δημιούργησε και έπαιξε με την κιθάρα της και για τα χορευτικά της δρώμενα, την σκηνογράφο Μάρθα Μακρή για τη βοήθειά της στην κατασκευή των σκηνικών καθώς και την εκπαιδευτικό-συγγραφέα Πόπη Αλιβάνογλου για την συμμετοχή της στο θεατρικό παιχνίδι καθώς και την Διεύθυνση του 3ου Δημοτικού Σχολείου για την παραχώρηση της αίθουσας και την Ένωση Πολιτιστικών Συλλόγων.

Τον κορυφαίο Ζωγράφο Γιώργο Ρόρρη τίμησε το 40ο Πανελλήνιο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Καρδίτσας

Τον κορυφαίο Ζωγράφο Γιώργο Ρόρρη τίμησε, την Παρασκευή 7 Μαρτίου, το 40ο Πανελλήνιο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Καρδίτσας που οργάνωσε, με μεγάλη επιτυχία, από 27 Φεβρουαρίου έως 8 Μαρτίου, η Ένωση Πολιτιστικών Συλλόγων του Νομού, σε συνδιοργάνωση με την Περιφέρεια Θεσσαλίας-Περιφερειακή Ενότητα Καρδίτσας, τον Δήμο Καρδίτσας, την Περιφερειακή Ένωση Δήμων (Π.Ε.Δ.) Θεσσαλίας, το Επιμελητήριο Καρδίτσας, τη Συνεταιριστική Τράπεζα Καρδίτσας και με τη συμπαράσταση της Ιεράς Μητρόπολης Θεσσαλιώτιδος και Φαναριοφερσάλων.

Για τον σπουδαίο αυτό καλλιτέχνη και υπέροχο άνθρωπο μί-



λησε ο δημοσιογράφος, συγγραφέας και εικαστικός Θανάσης Λάλας τονίζοντας πως είναι από τους μεγαλύτερους εν ζωή ζωγράφους.

«Ξεκίνησα να ζωγραφίζω, έχοντας καταγωγή από ένα μικρό χωριό της Αρκαδίας, επειδή σε αυτόν τον τόπο υπήρξαν τόσο άλλοι και, μάλιστα, σε πολύ πιο δύσκολες στιγμές, όπως ο Μιχάλης Οικονόμου, ο Γύζης» ανέφερε αρχικά ο Γιώργος Ρόρρης.

Σε ερώτηση του

Θανάση Λάλα για το πώς βρίσκει κάποιος, ο οποίος βρίσκεται στην περιφέρεια, το δρόμο μου, ο Γιώργος Ρόρρης απάντησε πως «Δεν με περίμενε τίποτα. Δεν ήταν και τόσο σίγουρο ότι θα πετύχω στις Εξετάσεις και θα μπω στην Καλών Τεχνών. Δεν είναι ανοιχτός ο δρόμος. Πρέπει να δουλέψεις».

«Τι έμαθες για την αποτυχία και την επιτυχία;» ήταν το επόμενο ερώτημα του Θανάση Λάλα, με τον Γιώργο

Ρόρρη να επισημαίνει πως «Η ζωγραφική είναι μια Τέχνη σκληρή που πάντα σου προσφέρει το αίσθημα της αποτυχίας. Συμφιλίω-νεται κανείς με την ιδέα ότι απέναντι στον άνθρωπο, το έργο το ίδιο είναι η προσπάθεια ενός ανθρώπου να επικοινωνήσει με έναν άλλο άνθρωπο».

Όσο για το τι είναι αυτό που αντέχει στο χρόνο, ο σπουδαίος καλλιτέχνης απάντησε πως «Το αριστούργημα το δημιουργεί και ο χρόνος».

«Εάν δεν υπήρχε η Τέχνη, ο κόσμος δεν θα ήταν ο ίδιος» υπογράμμισε καταληκτικά».

Τέλος, ο κ. Ρόρρης δεν παρέλειψε να αναφερθεί και στην Καρδίτσα και στη σχέση της με τη ζωγραφική, μιλώντας για τον κορυφαίο Καρδιτσιώτη

ζωγράφο Δημήτρη Γιολλάση, τις τρεις Gallerie που λειτουργούν στην περιοχή μας, ενώ δήλωσε ενθουσιασμένος από τη λίμνη Πλαστήρα, την οποία επισκέφθηκε, επισημαίνοντας πως αποτελεί πηγή έμπνευσης και πολύ εύκολα θα δημιουργούσε ένα έργο.

Την τιμητική πλακέτα απένειμε ο δήμαρχος Καρδίτσας Βασίλης Τσιάκος συγχαίροντας τον Γιώργο Ρόρρη για το έργο και την προσφορά του στην Τέχνη και ευχόμενος να είναι πάντα καλά και δημιουργικός.

Να θυμίσουμε πως την Αφίσα του 40ου Πανελληνίου Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Καρδίτσας κόσμησε ένα από τα έργα του Γιώργου Ρόρρη και τον ευχαριστούμε θερμά.

Το Ράλλυ Ακρόπολις επιστρέφει ξανά στη Θεσσαλία

Δημ. Κουρέτας: Ευκαιρία να προβληθούν σε όλο τον κόσμο οι ομορφιές της περιοχής

Η Θεσσαλία ξαναμπάνει, μετά από 30 χρόνια, στο χάρτη του ξακουστού Ράλλυ Ακρόπολις, καθώς μετά από διαδοχικές συναντήσεις του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας Δημήτρη Κουρέτα με τους εκπροσώπους του Ράλλυ, αποφασίστηκε να ενταχθεί ο Νομός Καρδίτσας και συγκεκριμένα η λίμνη Σμοκόβου στο φετινό πρόγραμμα των αγώνων.

Μάλιστα τα βλέμματα όλων θα είναι στραμμένα στην περιοχή μας, καθώς εδώ θα διεξαχθεί η τελευταία ημέρα του αγώνα (29 Ιουνίου), η οποία θα κρίνει και το τελικό αποτέλεσμα. Αναλυτικότερα στο καλεντάρι των αγώνων προστέθηκε η νέα ειδική διαδρομή Σμόκοβο, μήκους 24,59 χιλιομέτρων, κοντά στην ομώνυμη τεχνητή λίμνη, που κάνει το ντεμπούτο της, όπως και στον Ταρζάν, όπου θα διεξαχθεί μια από τις πιο σκληρές ειδικές του αγώνα.



Εμφανώς ικανοποιημένος από την ένταξη της Θεσσαλίας στο πρόγραμμα των αγώνων ο Περιφερειάρχης Δημήτρης Κουρέτας, χαιρέτησε την επιστροφή του Ράλλυ στη Θεσσαλία, καθώς η ένταξη της αποτελεί μια σημαντική πρόκληση αλλά και μια μοναδική

Δ. Κουρέτας

ευκαιρία για την ανάδειξη της περιοχής σε όλο τον κόσμο. «Συνεχίζοντας τη συνεχή και εποικοδομητική συνεργασία που είχαμε από την αρχή με τα στελέχη του Ράλλυ Ακρόπολις, το επόμενο διάστημα θα εργαστούμε σκληρά για να διασφαλίσουμε τους όρους και τις προϋποθέσεις της μέγιστης αξιοποίησης του φυσικού κάλλους της Θεσσαλίας, καθώς και το ζήτημα των υποδομών που απαιτούνται για την υποστήριξη μιας τέτοιας μεγάλης διοργάνωσης» αναφέρει σε

μήνυμα του ο κ. Κουρέτας, ο οποίος ευχαριστεί τους εκπροσώπους της Επιτροπής αλλά και την ηγεσία του Υπουργείου Αθλητισμού για την εμπιστοσύνη που έδειξαν στην Περιφέρεια Θεσσαλίας για μια τέτοια εμβληματική διοργάνωση.

Οι διαδρομές του ΕΚΟ Ράλλυ Ακρόπολις 2025

Το ΕΚΟ Ράλλυ Ακρόπολις το 2025 επιστρέφει στην περίοδο που διαχρονικά το χαρακτηρίζει, στο καλοκαίρι. Το Παγκόσμιο Συμβούλιο της FIA ενέκρινε το πρόγραμμα του Παγκόσμιου Πρωταθλήματος Ράλλυ για το 2025, με το ΕΚΟ Ράλλυ Ακρόπολις να αποτελεί τον έβδομο γύρο, που θα διεξαχθεί στις 26-29 Ιουνίου, με ό,τι αυτό μπορεί να συνεπάγεται για τις θερμοκρασίες που θα κληθούν να αντιμετωπίσουν τα πληρώματα.

Το αγωνιστικό πρόγραμμα ξεκινά με τις γνώριμες ειδικές σε Λουτράκι, Αγίους Θεόδωρους και Θήβα, πριν περάσει στο νέο Στείρι και κατόπιν στην Ελάτεια για την πρώτη ημέρα του αγώνα. Στη συνέχεια, τα πληρώματα θα δοκιμαστούν στις απαιτητικές διαδρομές Παύλιανη, Καρούτες και Οινόχωρι, σε ένα σκληρό που συνδυάζει έντονες υψομετρικές μεταβολές και διαφορετικά επίπεδα πρόσφυσης. Η τελευταία ημέρα του αγώνα φέρνει μια μεγάλη πρόκληση με τη νέα ειδική διαδρομή Σμόκοβο στη Θεσσαλία, ενώ η Wolf Power Stage θα διεξαχθεί στον Ταρζάν, μια από τις πιο σκληρές ειδικές του αγώνα, που αναμένεται να κρίνει το τελικό αποτέλεσμα.

Η Ένωση Αστυνομικών Υπαλλήλων Καρδίτσας για την Ημέρα της Γυναίκας

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας, στις 8 Μαρτίου 2025, η Ένωση Αστυνομικών Υπαλλήλων Καρδίτσας τιμήσε τις γυναίκες συναδέλφους που με αφοσίωση και δύναμη υπηρετούν καθημερινά το καθήκον τους. Μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου επισκέφθηκαν τις υπηρεσίες της Διεύθυνσης Αστυνομίας Καρδίτσας και μοίρασαν στις γυναίκες αστυνομικούς ένα συμβολικό δώρο, ένα



κραγιόν, ως ένδειξη εκτίμησης και αναγνώρισης του πολύτιμου έργου τους.

Η ημέρα ολοκληρώθηκε με μία ξεχωριστή βραδιά γεμάτη χαμόγελα και διασκέδαση,

όπου μέλη της Ένωσης, μαζί με την Πρόεδρο, συναντήθηκαν σε φιλικό και ζεστό κλίμα, γιορτάζοντας την προσφορά και τη δύναμη της γυναίκας, τόσο στην Ελληνική

Αστυνομία όσο και στην κοινωνία μας.

Η Ένωση Αστυνομικών Υπαλλήλων Καρδίτσας δεσμεύεται να συνεχίσει να στέκεται στο πλευρό όλων των συναδέλφων, προ-

άγοντας την ισότητα, τον σεβασμό και την αλληλεγγύη. Χρόνια πολλά σε όλες τις γυναίκες που εμπνέουν και πρωταγωνιστούν με το παράδειγμά τους!



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

Ο Κώστας Τσιάρας εγκαινίασε την Food Expo 2025: Τα ελληνικά προϊόντα διαθέτουν συγκριτικά πλεονεκτήματα που μπορούν να ενισχύσουν την εξαγωγική δυναμική της χώρας

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκαν τα εγκαίνια της Food Expo 2025, της κορυφαίας έκθεσης τροφίμων και ποτών στη Νοτιοανατολική Ευρώπη, από τον Υπουργό Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, Κώστα Τσιάρα.

Ξεκινώντας την ομιλία του ο Υπουργός αναφέρθηκε στην δυναμική της έκθεσης, τονίζοντας τη σημασία της για την ελληνική παραγωγή, επισημαίνοντας ότι μέσα από τη Food Expo προβάλλονται στη διεθνή αγορά τα υψηλής ποιότητας ελληνικά προϊόντα, επισημαίνοντας ότι «η έκθεση μας δίνει τη δυνατότητα και την ευκαιρία να αναδείξουμε τα συγκριτικά πλεονεκτήματα που μπορεί κανείς να συναντήσει ειδικά εδώ στην Ελλάδα».

Στήριξη του αγροτικού τομέα και εξαγωγές

Ο Υπουργός αναφέρθηκε στις πρωτοβουλίες της κυβέρνησης για την ενίσχυση της πρωτογενούς παραγωγής και της επιχειρηματικότητας, δηλώνοντας: «Νομίζω ότι εύκολα θα διαπιστώσει κανείς ότι τα τελευταία χρόνια γίνεται μια συστηματική προσπάθεια να δημιουργήσουμε συνθήκες ανθεκτικότητας για τον πρωτογενή τομέα, σε μια πραγματικά κρίσιμη εποχή που η κλιματική αλλαγή έχει δημιουργήσει πολλά προβλήματα και πολλές ανησυχίες».

Υπογράμμισε, δε, τη σημασία της στήριξης



των παραγωγών μέσω ευρωπαϊκών χρηματοδοτικών εργαλείων: «Η ελληνική πολιτεία έρχεται να στηρίξει τον ελληνικό παραγωγικό κόσμο με μέτρα που αφορούν στη μείωση του κόστους παραγωγής, αλλά κυρίως με χρηματοδοτικά εργαλεία τα οποία προέρχονται από την Ευρωπαϊκή Ένωση και στηρίζουν τη μεταποίηση, στηρίζουν τον εκσυγχρονισμό», κάνοντας ιδιαίτερη αναφορά στα προγράμματα μεταποίησης και ενίσχυσης των θερμοκηπιακών καλλιεργειών.

Μιλώντας για τις εξαγωγές, παρουσίασε εντυπωσιακά στοιχεία, τα οποία αποτυπώνουν τη δυναμική που έχει διαμορφωθεί: «Το 2019, οι εξαγωγές των λαχανικών και των οπωροκηπευτικών από την Ελλάδα ανερχόταν περίπου στα 2,2 δισεκατομμύρια ευρώ, και τέσσερα χρόνια μετά, το 2023, οι εξαγωγές ανήλθαν στα 3,2 δισεκατομμύρια ευρώ», επισήμανε.

Τα συγκριτικά πλεονεκτήματα της χώρας μας

Αναφερόμενος στον συνολικό σχεδιασμό του Υπουργείου, σημείωσε ότι μπροστά μας υπάρχει μια πολύ με-

γάλη πρόκληση. «Είναι η πρόκληση να δημιουργήσουμε ακόμα καλύτερες συνθήκες και να ενισχύσουμε ακόμη περισσότερο όλον αυτόν τον κόσμο που σήμερα βρίσκεται εδώ και εκθέτει τα προϊόντα του».

Κλείνοντας την ομιλία του, τόνισε τη σημασία της μεσογειακής διατροφής ως ελληνικού συγκριτικού πλεονεκτήματος: «Η μεσογειακή διατροφή ξέρουμε πολύ καλά ότι βρίσκεται στην κορυφή, ουσιαστικά ως αναγνωρισμένη αξία από την Ευρώπη και όλο τον κόσμο. Μπορούμε, έτσι, να δημιουργήσουμε τον πραγματικό λόγο της υπεραξίας ή της προστιθέμενης αξίας της δικής μας παραγωγής και των δικών μας προϊόντων». Και πρόσθεσε: «Μια έκθεση σαν αυτή μπορεί να έχει πολλά χρόνια διοργάνωσης μπροστά της, να δημιουργεί ακόμα μεγαλύτερες ευκαιρίες για το σύνολο των εκθετών αλλά πολύ περισσότερο για την ίδια την ελληνική οικονομία».

Ειδική μνεία έκανε, τέλος, στην Ημέρα της Γυναίκας, λέγοντας: «Οφείλουμε να αποδίδουμε σεβασμό στη γυναίκα μέσα από αυτόν τον πολυδιά-

στατο, τον απίστευτα και αδιανόητα σημαντικό ρόλο της στο κοινωνικό γίγνεσθαι αλλά και στην ίδια την κοινωνική πραγματικότητα»

Επίσκεψη στα περίπτερα της έκθεσης

Πριν από τα εγκαίνια, ο κ. Τσιάρας, συνοδευόμενος από τον Πρόεδρο της Έκθεσης Αθανάσιο Παναγούλια και τον ΓΓ του ΥΠΑΑΤ Γιώργο Στρατάκο, επισκέφθηκε τα περίπτερα της έκθεσης, όπου είχε την ευκαιρία να συνομιλήσει με παραγωγούς, μεταποιητές και επιχειρηματίες του κλάδου. Κατά τη διάρκεια της επίσκεψής του, ενημερώθηκε για τις νέες καινοτομίες και τις σύγχρονες τάσεις στην αγροδιατροφή, συζητήσε τις προκλήσεις και τις ευκαιρίες των ελληνικών προϊόντων στις διεθνείς αγορές και τόνισε τη δέσμευση της κυβέρνησης να στηρίξει την εξωστρέφεια του κλάδου.

Σε δηλώσεις του στην ΕΡΤ ο Υπουργός Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων ανέφερε:

«Είμαι πραγματικά εντυπωσιασμένος. Πρόκειται για μια πραγματικά δυναμική έκθεση, μια έκθεση η οποία αναδεικνύει κυρίως την παραγωγική δυνατότητα της χώρας μας αλλά και τα συγκριτικά πλεονεκτήματα που μπορεί να προκύψουν από αυτή».

Βεβαίως είναι και μια έκθεση, η οποία σαφέστατα συμβάλλει σε αυτό που όλοι ευχόμαστε και θέλουμε για τον πρωτογενή τομέα αλλά

και για την αγροτική οικονομία γενικότερα: την αύξηση των εξαγωγών.

Είναι, επίσης, γεγονός ότι είναι η μεγαλύτερη έκθεση στη Νοτιοανατολική Ευρώπη και μια από τις μεγαλύτερες παγκοσμίως, και μόνο το γεγονός ότι υπάρχουν περίπου 1300 εκθέτες από περισσότερες από 30 χώρες αποδεικνύει το πραγματικά μεγάλο μέγεθός της, καθώς επίσης την επίδραση και τη σημασία της.

Θα συμβάλει, δε, στην προσπάθεια που κάνουμε κυρίως για να δημιουργήσουμε όρους ανθεκτικότητας για τον πρωτογενή τομέα, να αναδείξουμε τα συγκριτικά πλεονεκτήματα της χώρας μας, τα οποία κατά βάση εδράζονται στο γεγονός ότι τα ελληνικά τρόφιμα είναι ασφαλή, παράγονται μέσα από κανόνες και διαδικασίες που η ίδια η Ευρωπαϊκή Ένωση προβλέπει.

Κυρίως, όμως, τα προϊόντα αυτά είναι απολύτως συνδεδεμένα τόσο με τη μεσογειακή διατροφή όσο βεβαίως και με την ίδια την ελληνική παράδοση. Και αυτό νομίζω από μόνο του είναι ένα στοιχείο που μας βοηθάει και μας δίνει τη δυνατότητα να δούμε πώς μπορούμε να αυξήσουμε ακόμη περισσότερο την εξαγωγή των ελληνικών προϊόντων, μιας και πιστεύω ότι είναι ένας από τους τομείς που μπορούν να φέρουν άμεσα την προστιθέμενη αξία στην ελληνική παραγωγή και συνολικά στον ελληνικό πρωτογενή τομέα».

Προτάσεις για 4 νέα έργα στην Αργιθέα

Προτάσεις χρηματοδότησης 4 έργων αγροτικής οδοποιίας συνολικού προϋπολογισμού 3.000.000 ευρώ υπέβαλε ο Δήμος Αργιθέας στο Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης & Τροφίμων, στο πλαίσιο του σπουδαίου προγράμματος «Βελτίωση πρόσβασης σε γεωργική γη και κτηνοτροφικές εκμεταλλεύσεις» του Στρατηγικού Σχεδίου Κοινής Αγροτικής Πολιτικής 2023 - 2027.

Ειδικότερα, υποβλήθηκαν εμπρόθεσμα και απολύτως τεκμηριωμένα, οι παρακάτω προτάσεις ένταξης στο πρόγραμμα:

«Κατασκευή δρόμου πρόσβασης σε γεωργι-



κές εκμεταλλεύσεις από Νεοχώρια -Ι.Μ. Μεταμορφώσεως Σωτήρος -Ρόγκια Δ.Κ. Βραγκιανών Δήμου Αργιθέας», προϋπολογισμού 1.000.000 ευρώ και μήκους 3.707,00 μ. (ασφαλτόστρωση).

«Βελτίωση αγροτικής οδοποιίας Δ.Κ. Κουμπουριανών Δήμου Αργιθέας», προϋπολογισμού 1.000.000 ευρώ και μήκους 4.150,00 μ.

(ασφαλτόστρωση).

«Κατασκευή αγροτικής οδοποιίας στη θέση Κριτσάρι της Δ.Κ. Ανθηρού Δήμου Αργιθέας», προϋπολογισμού 500.000 ευρώ και μήκους 2.098,00 μ. (ασφαλτόστρωση).

«Βελτίωση αγροτικής οδοποιίας από Λαγκάδι προς Δένδρο της Δ.Κ. Ανθηρού Δήμου Αργιθέας», προϋπολογισμού 500.000 ευρώ

και μήκους 4.091,00 μ. (ασφαλτόστρωση).

Ο Δήμαρχος Αργιθέας Ανδρέας Στεργίου δήλωσε σχετικά:

«Ο Δήμος Αργιθέας εξακολουθεί να αξιοποιεί κάθε διαθέσιμη χρηματοδοτική δυνατότητα, έχοντας ως βασικό στόχο την εξασφάλιση κρίσιμων πόρων για την εκτέλεση κομβικών έργων που βελτιώνουν την αγροτική οδοποιία, που εξυπηρετούν τους Αργιθεάτες οι οποίοι δραστηριοποιούνται στον πρωτογενή τομέα και που αποτελούν φυσικά παρεμβάσεις ζωτικής σημασίας συνολικά για τον τόπο μας. Υπενθυμίζουμε πως ήδη ο Δήμος μας υλοποιεί έργα αγροτικής οδοποι-

ίας, όχι μόνο από την προηγούμενη αντίστοιχη πρόκληση του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων, αλλά και μέσα από το Πρόγραμμα «Αντώνης Τρίτσης» του ΥΠΕΣ, συνολικού αθροιστικού ύψους 3.200.000 ευρώ.

Θα ήθελα, σε κάθε περίπτωση, να ευχαριστήσω θερμά όλα τα στελέχη και τους συνεργάτες μας για την καθοριστική τους συμβολή τόσο στην έγκαιρη σύνταξη των μελετών όσο και στην υποβολή των ολοκληρωμένων προτάσεων. Συνεχίζουμε με συνέπεια και αποτελεσματικότητα την υπεύθυνη δουλειά σε όλους τους άξονες.»

Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε η εκδήλωση για τους Εφήβους στο Χατζηγιάννειο Πνευματικό Κέντρο

Με μεγάλη επιτυχία και έντονο ενδιαφέρον από το κοινό πραγματοποιήθηκε η εκδήλωση με θέμα «Έφηβοι και Εξαρτήσεις, Έφηβοι και Ψηφιακός Κόσμος, Εισαγωγή και Κίνδυνοι στην Τεχνητή Νοημοσύνη» στο Χατζηγιάννειο Πνευματικό Κέντρο του Δήμου Λαρισαίων.

Η εκδήλωση συνδιοργανώθηκε από τη Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας της Περιφέρειας Θεσσαλίας και το Ινστιτούτο Ψυχοκοινωνικής Ανάπτυξης (Ι.Ψ.Α.) σε συνεργασία με τον Δήμο Λαρισαίων, στο πλαίσιο του κύκλου ομιλιών που απευθύνονται στους εφήβους, με στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της νέας γενιάς και των οικογενειών τους.

Στην εκδήλωση πα-



ρέστησαν ο Αντιπεριφερειάρχης Υγείας κ. Βαγγέλης Αποστόλου, ο Αντιδήμαρχος Πολεοδομίας και Αστικής Ανάπτυξης του Δήμου Λαρισαίων κ. Ανδρέας Ανδριτσόπουλος, η Αντιδήμαρχος Εκπαιδευτικών Δομών, Βιβλιοθηκών, Παιδικών Χαρών & Αθλητικών Εγκαταστάσεων του Δήμου Ελασσόνας κ. Παρασκευή Γκουγκούλη, καθώς και πλήθος κόσμου που συμμετείχε ενεργά στις συζητήσεις.

Τα θέματα που αναπύχθηκαν από τους

ομιλητές ήταν:

- «Χρήση ουσιών και αλκοόλ στην εφηβική ηλικία: Αιτιοπαθογένεια, κίνδυνοι και παρεμβάσεις» από τον κ. Μιχαήλ Χατζούλη, MD, MRC Psych Ψυχίατρο, αναπληρωτή Καθηγητή Ψυχιατρικής ΕΚΠΑ.

- «Εθισμός παιδιών και εφήβων στο διαδίκτυο και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια: Κλινική προσέγγιση και αποτελεσματικότητα των διαθέσιμων θεραπειών» από τον κ. Κωνσταντίνο Σιώμο, MD, MSc, PhD, Ψυχίατρο Παιδιών και

Εφήβων, Πρόεδρο Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο.

- «Η Τεχνητή Νοημοσύνη στα Χέρια των Εφήβων: Δεξιότητες, Προκλήσεις και Προοπτικές» από τον κ. Ιωάννη Ανυφαντή, Ηλεκτρολόγο Μηχανικό και Μηχανικό Υπολογιστών, Διαχειριστή Ερευνητικών Προγραμμάτων, Ευρωπαϊκός Οργανισμός για την Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία (EU-OSHA).

Συντονιστής της εκδήλωσης ήταν ο κ. Δημήτριος Δεληγιάννης, υπεύθυνος Θεραπευτικής Κοινότητας «Εξοδος», Καθηγητής Σύμβουλος ΕΑΠ, Δημοτικός Σύμβουλος Λάρισας.

Ο Αντιπεριφερειάρχης Υγείας κ. Βαγγέλης Αποστόλου, στον χαιρε-

τισμό του, ευχαρίστησε την πρόεδρο του Ι.Ψ.Α., κ. Αθήνα Μαρούδα - Χατζούλη, για την εξαιρετική οργάνωση της εκδήλωσης, καθώς και τους Αντιδημάρχους, τους ομιλητές και το κοινό για τη συμμετοχή τους. Τόνισε τη σημασία της εκπαίδευσης και της σωστής ενημέρωσης των εφήβων και των γονέων τους, ώστε να μπορούν να αντιμετωπίσουν τις προκλήσεις της εποχής, από τις εξαρτήσεις μέχρι την επίδραση του ψηφιακού κόσμου και της τεχνητής νοημοσύνης.

Η εκδήλωση έκλεισε με ανοιχτή συζήτηση, όπου οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να εκφράσουν απορίες και προβληματισμούς, ενισχύοντας τον διάλογο για ένα τόσο σημαντικό ζήτημα.

Ιερά μνήμη του Αγίου ενδόξου Μεγαλομάρτυρος Θεοδώρου του Τύρωνος

Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, το Σάββατο 8 Μαρτίου, επί τη αναμνήσει του δια κολλύβων θαύματος του Αγίου Θεοδώρου του Τήρωνος, χοροστάτησε στην ακολουθία του Όρθρου και τέλεσε τη Θεία Λειτουργία στον Ιερό Ναό Αγίου Θεοδώρου του Τήρωνος Μουζακίου. Ο Άγιος Θεόδωρος ο Τήρων είναι ο πολιούχος της πόλεως του Μουζακίου.

Η ομιλία του Σεβασμιωτάτου ανέδειξε σημαντικά πνευματικά και θεολογικά θέματα, εστιάζοντας στην παρουσία του Θεού στη



ζωή των ανθρώπων και τη σημασία της πνευματικής αναγέννησης. Ο Σεβασμιώτατος άρχισε την ομιλία του αναφερόμενος στη μνήμη του Αγίου Μεγαλομάρτυρος Θεοδώρου, η οποία προσφέρει πνευματική καθοδήγηση και έμπνευση στους πιστούς.

Υπογράμμισε ότι η μνήμη του Αγίου μας καλεί να αναλογιστούμε την παρουσία του Θεού, ο οποίος επεμβαίνει όταν το απαιτούν οι περιστάσεις, προσφέροντας στήριξη, ιδιαίτερα σε δύσκολες στιγμές.

Ένα χαρακτηριστικό περιστατικό είναι η καθοδήγηση του Αγίου Θεοδώρου προς τον Επίσκοπο των Ευχαϊτών, όπου αποκάλυψε την ύπαρξη μιας παγίδας που είχε στήσει ο αυτοκράτορας, ραντίζοντας τις τροφές των χριστιανών με αίματα θυσιών ειδωλολατρών. Αυτή η παρέμβαση δείχνει τη δύναμη του Θεού και την προστασία που προσφέρει στους πιστούς, ανεξαρτήτως των προθέσεων των ανθρώπων. Τόνισε ότι οι χριστιανοί, είτε καταναλώνουν αυτές τις τροφές είτε όχι, δεν θα υποστούν βλάβη, εφόσον πιστεύουν με όλη τους την ψυχή στον Χριστό. Αυτή η πίστη είναι ιδιαίτερα σημαντική σε περιόδους διωγμού και αβεβαιότητας.

Στην ομιλία του, οι Ευαγγελιστές αναφέρονται σε σχέση με τη διδασκαλία και τις πράξεις του Ιησού Χριστού. «Μας περιγράφουν μία πολύ όμορφη καθημερινή συνήθεια», αναφέρει, περιγράφοντας τη σκηνή όπου οι μαθητές του Χριστού, πεινασμένοι, έκοβαν σιτάρι την ημέρα του

Σαββάτου. «Οι μαθητές έκοβαν από τα συρτάρια, έπαιρναν τον καρπό, τον έτριβαν στα χέρια τους και έτρωγαν το σιτάρι», τονίζοντας την απλότητα και την ανθρώπινη φύση τους. Αυτή η πράξη, σύμφωνα με το Δευτερονόμιο, απαγορεύεται την ημέρα του Σαββάτου, αλλά ο Χριστός, απευθυνόμενος στους γραμματείς και τους Φαρισαίους, τους ρωτά: «Πρέπει να αγαθοποιούμε ή να κακοποιούμε; Πρέπει να σώσουμε ψυχές ανθρώπων ή να χάνονται;». Αυτή η ερώτηση αναδεικνύει την ουσία της πίστης, που είναι η αγάπη και η φροντίδα για τον συνάνθρωπο, δείχνοντας την ανάγκη για πνευματική ελευθερία και κατανόηση της αληθινής φύσης του νόμου.

Ο Σεβασμιώτατος ανέφερε ότι οι Ευαγγελιστές, όπως ο Μάρκος, καταγράφουν αυτή την καθημερινή συνήθεια, τονίζοντας την ανάγκη για κατανόηση της ουσίας πίσω από τους νόμους και τις παραδόσεις. Υπογράμμισε ότι η πίστη και η σχέση με τον Θεό δεν πρέπει να περιορίζονται σε τυπολογικές καταστάσεις, αλλά να είναι ζωντανές και ενεργές, προσφέροντας αγάπη και στήριξη στους άλλους.

Ανέλυσε τη σημασία της Κυριακής, την οποία θεωρεί ως την «όγδοη ημέρα» της Εκκλησίας, υπογραμμίζοντας ότι η Ανάσταση του Χριστού καταλύει το Σάββατο και προσφέρει στους πιστούς την αιωνιότητα και την ελπίδα της σωτηρίας. Αυτή η ημέρα είναι μια ευκαιρία για πνευματική ανανέωση και επαυτοποθέτηση της

σκέψης και της διάθεσης των πιστών.

Ο Σεβασμιώτατος προέτρεψε τους πιστούς να ξεπεράσουν τον εγωισμό και τη φιλαυτία τους, να αποδυσμευτούν από τυπολογικές καταστάσεις και υποκριτικές διαθέσεις, καλλιεργώντας μια αληθινή σχέση αγάπης και αλληλεγγύης. Επισήμανε ότι η πνευματική ζωή δεν πρέπει να περιορίζεται σε τυπικές διαδικασίες, αλλά να είναι ζωντανή και ενεργή, προσφέροντας στήριξη στους άλλους.

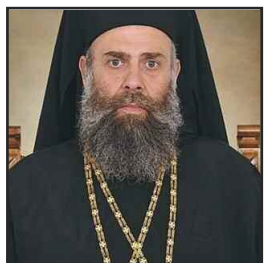
Αναφέρθηκε επίσης σε παραδείγματα από τη ζωή του Χριστού, όπως η θεραπεία του ανθρώπου με το ξηραμένο χέρι, για να δείξει ότι η ουσία της πίστης είναι η αγάπη και η φροντίδα για τον συνάνθρωπο, και όχι η τυπολατρία.

Κλείνοντας, ευχήθηκε η Χάρις του Θεού να καθοδηγεί και να ενισχύει όλους τους πιστούς, ώστε ο αγώνας της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής να είναι αποτελεσματικός και καρποφόρος, με ιδιαίτερες ευχές στους εορτάζοντες και τις εορτάζουσες.

Στη συνέχεια, προέστη της λιτάνευσης της ιεράς εικόνας του Αγίου την οποία μετέφεραν σπουδαστές της Σχολής Αστυφυλάκων Μουζακίου, συνοδεία του Διευθυντή της Σχολής κ. Ιωάννη Τσιώλη. Υπό τους ήχους της φιλαρμονικής του Δήμου Μουζακίου, ιερείς, φορείς του τόμου μας και του Δήμου Μουζακίου, αλλά και πλήθος κόσμου ακολούθησαν την περιφορά της εικόνας μέσα στην πόλη για να καταλήξουν ξανά στο γραφικό εκκλησάκι των Αγίων Θεοδώρων.

Ιερά Μητρόπολις Θεσσαλιώτιδος και Φαναριοφερσάλων

ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΑ ΝΕΑ



Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης μας κ. Τιμόθεος, την Τρίτη 11 Μαρτίου 2025 και ώρα 10:00 π.μ., επ' ευκαιρία της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής, θα προεδρεύσει της Γενικής Ιερατικής Συνάξεως

απάντων των Κληρικών, εγγάμων και αγάμων της Ιεράς μας Μητροπόλεως, στον Ιερό Μητροπολιτικό Ναό Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης Καρδίσης.

Προσκεκλημένος ομιλητής θα παραστεί ο Αιδεσιμολογιώτατος Πρωτοπρεσβύτερος π. Βασίλειος Καλλιακμάνης, Ομότιμος Καθηγητής του Τμήματος Θεολογίας του Α.Π.Θ., ο οποίος θα αναπτύξει το θέμα: «Μεγάλη Τεσσαρακοστή: Πορεία ιερατικής αυτογνωσίας».

Το απόγευμα της αυτής ημέρας και ώρα 5:30 μ.μ., θα παραστεί συμπροσευχόμενος κατά την ακολουθία του Μεγάλου Αποδείννου στον Ιερό Ναό Αγίου Γεωργίου Καρδίσης.

Ακολουθως, θα προεδρεύσει της Συνάξεως των Πνευματικών – Εξομολόγων της Ιεράς μας Μητροπόλεως, η οποία θα πραγματοποιηθεί στο Πνευματικό Κέντρο της Ιεράς μας Μητροπόλεως (Μεγάλου Αλεξάνδρου 16-18). Κατά την Σύναξη, ομιλητής θα παραστεί ο Αιδεσιμολογιώτατος Πρωτοπρεσβύτερος π. Βασίλειος Καλλιακμάνης, ο οποίος θα πραγματοποιήσει εισήγηση με θέμα: «Η πνευματική πατρότητα και οι βασικές ποιμαντικές αρχές».

Η Περιφέρεια Θεσσαλίας στη σημαντικότερη έκθεση τροφίμων και ποτών στη Μέση Ανατολή

Η Περιφέρεια Θεσσαλίας, στο πλαίσιο της πολιτικής στήριξης των θεσσαλικών επιχειρήσεων του αγροδιατροφικού τομέα, συμμετείχε μαζί με το Επιμελητήριο Λάρισας στη GULFOOD 2025, η οποία διεξάγεται κάθε χρόνο στο Dubai World Trade Center και αποτελεί τη μεγαλύτερη έκθεση τροφίμων και ποτών στη Μέση Ανατολή.

Περιφέρεια και Επι-



μητήριο επιχορήγησαν τη συμμετοχή των εταιρειών: ElbakS.A.-Greek Canning Industry, George KatsifasS.A., Hippocratic

EssentialsPC, Hotos DairyS.A, Intercomm FoodsSA, TzafettasS.A. Την Περιφέρεια Θεσσαλίας εκπροσώπησαν ο Αντιπεριφερει-

άρχης Αθλητισμού Πολιτισμού κ. Σουλούκος Σωτήριος, ο περιφερειακός σύμβουλος κ. Χαυτούρας Νικόλαος και η υπάλληλος της ΔΑΟ Περιφέρειας Θεσσαλίας κα Ζησοπούλου Ευτυχία.

Οι συμμετέχουσες θεσσαλικές εταιρείες πραγματοποίησαν επαφές με σημαντικούς πελάτες προερχόμενους κυρίως από αγορές της Ασίας και της Μέσης Ανατολής, ενώ εξέφρασαν την ικανο-

ποίησή τους για την ποιότητα της έκθεσης και την αισιοδοξία τους για τα αποτελέσματα των συναντήσεών τους.

Γενικότερα η Ελλάδα συμμετείχε με πολλούς εκθέτες στην επετειακή τριακοστή διοργάνωση της Gulfood 2025, τη σημαντικότερη έκθεση τροφίμων και ποτών στη Μέση Ανατολή με περισσότερους από 5.500 εκθέτες και 100.000 επισκέπτες.

Αγωνιστική κινητοποίηση την Ημέρα της Γυναίκας

Με μια δυναμική και μαχητική παρουσία, οι γυναίκες της Καρδίτσας ανταποκρίθηκαν στο κάλεσμα του συλλόγου γυναικών Καρδίτσας να τιμήσουν την 8 Μάρτη. Δήλωσαν την αγωνιστική τους διάθεση να συνεχίζουν οργανωμένα να διεκδικούν τη μόνη ρεαλιστική διέξοδο για την γυναικεία ισοτιμία, στοχεύοντας ανυποχώρητα ενάντια στη βία της εκμετάλλευσης.

Χαιρέτησαν ο Στέλιος Σαριδάκης πρόεδρος του σωματείου Ιδιωτικών Υπαλλήλων, που αναφέρθηκε στην κατάσταση των γυναικών στους εργασιακούς χώρους που αντιμετωπίζουν την εντατικοποίηση, την ευελιξία, τη δουλειά τα Σαββατοκύριακα και τις αργίες, τις υπερωρίες που ξεχειλώνουν τον εργάσιμο χρόνο. Ωστόσο, δεν συμβιβάζονται με την πραγματικότητα αυτή, οργανώνονται και διεκδικούν». Η Ανθούλα Κώνστα μέλος της γραμματείας της επι-



τροπής ειρήνης Καρδίτσας, τόνισε την ανάγκη της κοινής αγωνιστικής δράσης για να μην νομιμοποιηθεί και τελικά να ανατραπεί η βαρβαρότητα που βιώνουμε. Μίλησε για τον ιμπεριαλιστικό πόλεμο που καταστρέφει χώρες, λαούς και χτυπά με ιδιαίτερο τρόπο τις γυναίκες. Στη συγκέντρωση παρευρίσκονταν και εκπρόσωποι του συλλόγου εργαζόμενων στα Κέντρα υγείας.

Στη συνέχεια μίλησε η Λήδα Αγγέλου πρόεδρος του Συλλόγου Γυναικών που μεταξύ των άλλων τόνισε: «Τη φετινή 8η Μάρτη, Παγκόσμια Ημέρα της Εργαζόμενης Γυναίκας, πιάνουμε το νήμα από τους μεγάλους γυναικείους εργατικούς αγώ-

νες των προηγούμενων αιώνων. Από τις μικρές και μεγάλες μάχες που δίνουν χιλιάδες γυναίκες εκεί που ζουν και εργάζονται κόντρα στην πολύμορφη βία και καταπίεση που βιώνουμε σε κάθε πτυχή της ζωής μας.

Χαιρετίζουμε τις μεγάλες κινητοποιήσεις των προηγούμενων ημερών για το έγκλημα των Τεμπών. Δώσαμε υπόσχεση στους 57 νεκρούς και στους γονείς, εμείς οι μανάδες να «γίνουμε φωνή» όλων των νεκρών παιδιών, δυνάμωνοντας τον αγώνα μας για να υπάρξει δικαίωση και ξεσκεπάζοντας τις πραγματικές αιτίες της σύγκρουσης. Είναι το σημερινό αντιλαϊκό κράτος, η στρατηγική της ΕΕ και το

σύστημα της εκμετάλλευσης που υπηρετούν.

Συνεχίζουμε ανυποχώρητα τον αγώνα για τη γυναικεία ισοτιμία. Για να πάψουν οι δικές μας ανάγκες να ασφυκτούν, πρέπει να πάψει το σάπιο σύστημα της εκμετάλλευσης να έχει οξυγόνο!

Παλεύουμε αταλάντευτα ενάντια στον ιμπεριαλιστικό πόλεμο! Δεν εφησυχάζουμε. Το φυτίλι της κλιμάκωσης του πολέμου είναι αναμμένο.

Παλεύουμε ενάντια στη μετατροπή της χώρας μας σε απέραντο ορμητήριο πολέμου που βάζει το λαό μας στο στόχαστρο. Ενάντια στις βάσεις του θανάτου, στην αποστολή και τη συμμετοχή ελληνικών δυνάμεων στις ασκήσεις που προετοιμάζουν τη γενίκευση του πολέμου και καμία σχέση δεν έχουν με την προστασία του λαού μας. Στρέφουμε τα όπλα ενάντια στην πολεμοκάπηλη ΕΕ, το NATO και τις κυβερνήσεις τους.

Συγκρουόμαστε με τη βία της εκμετάλλευ-

σης! Καθημερινά μας ξεζουμίζουν με τις συμβάσεις που έχουν ημερομηνία λήξης, τα εξουθενωτικά ωράρια, τη δουλειά χωρίς εργασιακά και ασφαλιστικά δικαιώματα

Παλεύουμε ενάντια σε κάθε μορφής βίας που τσακίζει τη ζωή μας!

Συναγωνίστριες, Συνεχίζουμε!

Η 8η Μάρτη φωτίζει τους σημερινούς μας αγώνες για γυναικεία ισοτιμία και χειραφέτηση ενάντια στη βία της εκμετάλλευσης.

Γυναίκες και Άνδρες ενώνουμε τις φωνές μας για να διεκδικήσουμε ό,τι είναι σύγχρονο και αναγκαίο για τις ζωές μας!

Η Λήδα Τσίπρα μέλος του ΔΣ του Συλλόγου Γυναικών διάβασε το ποίημα του του Τζέημς Οπενχάιμ «ψωμί και τριαντάφυλλα».

Η κινητοποίηση έκλεισε με την υποσχέση πως ο οργανωμένο ριζοσπαστικό γυναικείο κίνημα θα βρίσκεται στην πρώτη γραμμή των αγώνων του μέλλοντος.

Με λαμπρότητα και κάθε επισημότητα εορτάστηκε ο Άγιος Θεόδωρος ο Τήρων, πολιούχος της πόλης του Μουζακίου

Με ιδιαίτερη λαμπρότητα εορτάστηκε ο Άγιος Θεόδωρος ο Τήρων στο Μουζάκι, παρουσία του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη Θεσσαλιώτιδος και Φαναριοφερσάλων κ.κ. Τιμόθεου.

Την ιερή εικόνα μετέφεραν σπουδαστές της Σχολής Αστυφυλάκων Μουζακίου, συνοδεία του Διευθυντή της Σχολής κ. Ιωάννη Τσιώλη.

«Με ιδιαίτερη χαρά και τιμή γιορτάσαμε σήμερα τον Πολιούχο



Μουζακίου Άγιο Θεόδωρο του Τήρωνος, πρωτοστατούντος του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη Θεσσαλιώτιδας και Φαναριοφερσάλων κ.κ. Τιμόθεου. Εύχομαι χρόνια πολλά στους απανταχού Μουζακιώ-

τες, η χάρη του Αγίου να μας ακολουθεί και να μας προστατεύει», δήλωσε χαρακτηριστικά ο Δήμαρχος Μουζακίου κ. Θεοφάνης Στάθης.

Υπό τους ήχους της φιλαρμονικής του

Δήμου Μουζακίου οι ιερείς, οι βουλευτές Ν. Καρδίτσας κ. Γιώργος Κωτσός και κ. Τέλης Σπάνιας, ο Δήμαρχος Μουζακίου κ. Θεοφάνης Στάθης, η Πρόεδρος Δημοτικού Συμβουλίου κ. Φανή Δασκάλου, οι Αντιδήμαρχοι κ. Μαρία Καραμπέκου, κ. Μαριάννα Ζιάκα, κ. Κώστας Σκρέτας και κ. Γιώργος Παπακώστας, ο εκπρόσωπος του Υπουργού Αγροτικής Ανάπτυξης κ. Κώστα Τσιάρα, Δημοτικοί Σύμβουλοι, ο Πρόεδρος

Κοινότητας Μουζακίου κ. Αχιλλέας Καταραχιάς, η εκπρόσωπος του Επιμελητηρίου Καρδίτσας κ. Φανή Τσιρογιάννη, η Πρόεδρος του Συλλόγου Απανταχού Μουζακιωτών Αθήνας «Ο Γομφεύς» κ. Ολυμπία Διαμαντοπούλου, Πρόεδροι και Εκπρόσωποι Συλλόγων και φορέων, αλλά και πλήθος κόσμου ακολούθησαν την περιφορά της εικόνας μέσα στην πόλη για να καταλήξουν ξανά στο γραφικό εκκλησάκι των Αγίων Θεοδώρων.

Μήνυμα της Αγωνιστικής Συσπείρωσης Εμπόρων Καρδίτσας για την παγκόσμια ημέρα της γυναίκας

Η φετινή παγκόσμια μέρα τις γυναίκας βρίσκει τις αυτοαπασχολούμενες στο εμπόριο, τις εργατοϋπαλλήλους, τις φοιτήτριες και τις άνεργες, στους δρόμους του αγώνα ενάντια στην συγκάλυψη της αιτίας που οδήγησε στο έγκλημα των Τεμπών.

Οι μεγαλειώδεις απεργιακές συγκεντρώσεις την Παρασκευή 28 Φλεβάρη ήταν η καλύτερη απάντηση στην προσπάθεια τρομοκράτησης του εργατικού λαϊκού κινήματος από την κυβέρνηση και τα παπαγαλάκια της, που τρέμουν μπροστά στη μεγάλη δύναμη του λαού, γιατί γνωρίζουν ότι και να κάνουν δεν μπορούν να στρέψουν το ποτάμι της οργής προς τα πίσω.

Αυτή η οργή έγινε οργανωμένη δύναμη και έβαλε στο στόχο



την αιτία του εγκλήματος των Τεμπών, η οποία είναι τα κέρδη των μεγάλων ομίλων και των βιομηχάνων που μπαίνουν πάνω από τις ζωές μας.

Για τα δικά τους κέρδη οι ζωές των αυτοαπασχολούμενων γυναικών έχουν γίνει λάστιχο, με ατελειώτες ώρες μέσα σε ένα μαγαζί, ενώ ταυτόχρονα το εισόδημα παραμένει στα τάρτατρα, αφού η αύξηση της έμμεσης και άμεσης φορολογίας είναι προϋπόθεση για την επιχορήγηση ζεστού χρήματος στους

μεγάλους ομίλους και τους λεγόμενους "στρατηγικούς επενδυτές".

Για τα δικά τους κέρδη λειτουργεί αυτό το κράτος και η δικαιοσύνη του με ταχύτητα και αποτελεσματικότητα

όταν είναι να κατοχυρώσει συνταγματικές φοροαπαλλαγές για τους εφοπλιστές

όταν είναι να κάνει ηλεκτρονικούς τους πλειστηριασμούς των λαϊκών σπιτιών και μικρομάγαζων προκειμένου να προστατέψει και να εξυπηρετήσει πιο γρήγορα την κερδοφο-

ρία των funds και των τραπεζών

όταν είναι να βγάλει παράνομες απεργίες όπως πρόσφατα των σιδηροδρομικών που είχαν αίτημα την ασφάλεια στο σιδηρόδρομο

όταν είναι να σύρει σε διαδηλωτοδικεία συνδικαλιστριες και συνδικαλιστές όπως πρόσφατα αγροτοσυνδικαλιστές του νομού μας στις κινητοποιήσεις στον Ε65.

Το ίδιο κράτος και η δικαιοσύνη του όμως κωλυσιεργεί και παρουσιάζεται ως "ανίκανο", όταν χρειάζεται να λάβει μέτρα για την προστασία της ζωής μας από πυρκαγιές, πλημμύρες και από σεισμούς. Το κράτος αυτό και τα κόμματα που το υπηρετούν δεν έχουν κανέναν ενδιασμό να κόβουν σταθερά από τις ανάγκες μας και να αυξάνουν τις στρατιωτικές δαπάνες για να χρηματοδοτείται η φο-

νική μηχανή του ΝΑΤΟ.

Η υποστελέχωση της παιδείας, της υγείας και της πρόνοιας, των υπηρεσιών και δομών που προορίζονται για την προστασία των γυναικών από κάθε μορφή βίας, καταπίεσης και ανισοτιμίας, είναι αποτελέσματα αυτού του κράτους και αυτής της εγκληματικής πολιτικής, που δεν λογαριάζει τίποτα μπροστά στη διασφάλιση των κερδών των λίγων. Αυτή η πολιτική είναι η μήτρα των εγκλημάτων που έγιναν και αυτών που караδοκούν.

Μπροστά στην 8η Μάρτη και με την ορμή και τη δύναμη που έχουμε πάρει όλες και όλοι από τις μεγαλειώδεις απεργιακές συγκεντρώσεις, να δώσουμε συνέχεια στην κοινή μας πάλη για ισοτιμία αντρών και γυναικών στην εργασία, στην οικογένεια και την κοινωνική ζωή.

Ημερίδα με θέμα «Ανθρώπινα Δικαιώματα & Γυναίκα» στην Καρδίτσα

Η Περιφέρεια Θεσσαλίας, μέσω της Περιφερειακής Επιτροπής Ισότητας, διοργανώνει την Τρίτη 11 Μαρτίου 2025 και ώρα 17:30 στο Πausίλυπο Καρδίτσας, μια σημαντική ημερίδα με θέμα «Ανθρώπινα Δικαιώματα & Γυναίκα». Η εκδήλωση τελεί υπό την αιγίδα του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας, κ. Δημήτρη Κουρέτα, και έχει στόχο την ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση της κοινωνίας σε ζητήματα έμφυλης ισό-



τητας, δικαιωμάτων γυναικών και καταπολέμησης της έμφυλης βίας.

Στην ημερίδα θα μιλήσουν οι διακεκριμένοι εισηγητές:

Παναγιώτα Μπίμ-

πιλα, Νομική Σύμβουλος του Συμβουλευτικού Κέντρου του Κέντρου Γυναικών Καρδίτσας, με εισήγηση: «Γυναίκες επιζώσες - Θύματα ενδοοικογενειακής

βίας, Νομικό πλαίσιο».

Άρτεμις Παπαδημητρίου, Περιφερειακή Επόπτρια Ποιότητας Εκπαίδευσης Π.Δ.Ε. Θεσσαλίας, με εισήγηση: «Έμφυλα στερεότυπα και συμπεριφορές στην σχολική ηλικία. Παιδαγωγικές παρεμβάσεις για την αποδόμηση των στερεοτυπικών αντιλήψεων».

Η εκδήλωση θα πλαισιωθεί από μουσική παρέμβαση του Κέντρου Ιστορικών Λαογραφικών Ερευνών Ο ΑΠΟΛΛΩΝ (Κ.Ι.Λ.Ε. Ο

ΑΠΟΛΛΩΝ), προσδίδοντας έναν ξεχωριστό πολιτιστικό τόνο στη βραδιά, ενώ θα συμμετέχει και η Ένωση Γυναικών Ελλάδος (Ε.Γ.Ε.) από το Παράρτημα Καρδίτσας.

Η Περιφέρεια Θεσσαλίας καλεί όλους τους πολίτες να παρευρεθούν στην εκδήλωση, ενισχύοντας τη δημόσια συζήτηση για τα ανθρώπινα δικαιώματα, την έμφυλη ισότητα και τη δημιουργία μιας κοινωνίας απαλλαγμένης από διακρίσεις και βία.

ΑΣΚ: «Κλειδώσαν» οι βασικοί στόχοι

Η νίκη απέναντι στο Μαρούσι το Σάββατο, με εντυπωσιακή εμφάνιση κυρίως στο δεύτερο ημίχρονο του αγώνα, ήταν η ενδέκατη στη σεζόν, διατήρησε τον Α.Σ. Καρδίτσας ΙΑΠΩΝΙΚΗ στην πρώτη τετράδα του πρωταθλήματος, δυο μόλις αγωνιστικές πριν το τέλος της κανονικής περιόδου. Ξεπερνώντας όλα τα προβλήματα, οι «κυανόλευκοι» έδειξαν το χαρακτήρα, την ομαδικότητα και το σθένος να πάρουν μια ακόμη νίκη, που τους φέρνει σε απόλυτα πλεονεκτική θέση, σε ό,τι αφορά στους βασικούς στόχους της ομάδας από το ξεκίνημα της περιόδου. Μετά το πολύ δύσκολο πρόγραμμα στο ξεκίνημα και το αρχικό 0-4, ο ΑΣΚ μετρά ρεκόρ 11-5 στις επόμενες αγωνιστικές, σε ένα πρωτάθλημα το οποίο δίκαια χαρακτηρίζεται το πιο δύσκολο και ανταγωνιστικό των τελευταίων ετών. Το εφετινό νέο σύστημα διεξαγωγής του πρωταθλήμα-



τος έχει προσδώσει εξαιρετικό ενδιαφέρον και πολύ υψηλό ανταγωνισμό, καθώς η κανονική περίοδος ουσιαστικά κρίνει μόνο το σημείο εκκίνησης των ομάδων. Κι αυτό, γιατί ακολουθούν play-ins, play-outs παραμονής, play-offs για τον τίτλο αλλά και αγώνες κατάταξης, μέσω των οποίων θα προκύψουν ο πρωταθλητής, η ομάδα που θα υποβιβασθεί, αλλά και η τελική κατάταξη.

Η ομάδα του Νίκου Παπανικολόπουλου, έχει ήδη καταφέρει να επιτύχει πολύ σημαντικούς στόχους, εξαργυρώνοντας το σωστό προγραμματισμό, την καθημερινή προσπάθεια, τη συγκέντρωση στο στόχο, την ψυχραι-

μία στις δύσκολες στιγμές. Ας δούμε όμως, ποια είναι τα βασικά στοιχεία που διαμορφώνουν την εικόνα για τον Α.Σ. Καρδίτσας ΙΑΠΩΝΙΚΗ, δυο αγωνιστικές πριν το φινάλε της κανονικής περιόδου:

Η ομάδα έχει ήδη «κλειδώσει» και μαθηματικά, την επίτευξη του κύριου και βασικού της στόχου από την αρχή της σεζόν, που ήταν η παραμονή στη Stoiximan GBL. Ο Α.Σ.Καρδίτσας Ιαπωνική με την είσοδο στην εξαδα, αποφεύγει τα play-in για τις θέσεις 7-10 της κανονικής περιόδου, που οδηγούν είτε στα play-offs στις θέσεις 7 και 8, είτε στα play-outs παραμονής. Θυμίζουμε ότι στη διαδικασία των play-outs

θα συμμετέχουν τέσσερις ομάδες, απευθείας εκείνες που θα τερματίσουν στις θέσεις 11 και 12, αλλά και οι χαμένοι των play-ins. Στα play-outs παραμονής μετά από ένα μίνι πρωτάθλημα 6 αγωνιστικών, ο τελευταίος της επιμέρους βαθμολογίας, θα υποβιβασθεί. Ο ΑΣΚ είναι εκτός της διαδικασίας αυτής, επομένως ήδη έχει κατοχυρώσει τη συμμετοχή του στην επόμενη GBL, για τέταρτη συνεχόμενη σεζόν.

Εξασφάλισε για πρώτη φορά στην ιστορία, την είσοδο στα play-offs για τη διεκδίκηση του πρωταθλήματος, καθώς ακόμη κι αν τα αποτελέσματα των δυο τελευταίων αγωνιστικών δεν είναι ευνοϊκά, θα εκκινήσει το λιγότερο από την έκτη θέση, γεγονός που σημαίνει ότι αποφεύγει τη διασταύρωση με Παναθηναϊκό και Ολυμπιακό στα προημιτελικά, που είναι οριστικά το ζευγάρι της κορυφής της κανονικής περιόδου. Στα προημιτελικά διασταυρώνονται ο 1ος με

τον 8ο, ο 2ος με τον 7ο, ο 3ος με τον 6ο και ο 4ος με τον 5ο με όριο πρόκρισης τις δυο νίκες και τους 1ο, 2ο, 3ο, 4ο να έχουν το πλεονέκτημα της έδρας. Οι νικητές των σειρών των προημιτελικών προκρίνονται στους ημιτελικούς, ενώ οι χαμένοι θα παίξουν αγώνες κατάταξης, για να προκύψουν ο 5ος, 6ος, 7ος και 8ος της τελικής βαθμολογίας.

Έχει ήδη καταρρίψει όλα τα προηγούμενα ρεκόρ σε συνολικές νίκες (11 έναντι 7 την περίοδο 2023-24), αλλά και σε εκτός έδρας νίκες (4 τη σεζόν 2024-25). Στις εναπομείνουσες δυο αγωνιστικές της κανονικής περιόδου, η ομάδα της πόλης μας έχει τη δυνατότητα, ανάλογα με τα δικά της αλλά και τα αποτελέσματα των ΑΕΚ, ΠΑΟΚ, Προμηθέα και Πανιωνίου, να τερματίσει από την 3η έως την 6η θέση της κανονικής περιόδου και αντίστοιχα, θα προκύψει ο αντίπαλός της στα play offs για το πρωτάθλημα.

Πανηγυρικά ολοκληρώθηκε το Επετειακό 40ο Πανελλήνιο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Καρδίτσας

Πανηγυρικά και με τις ευχές όλων για ακόμα ανοδικότερη πορεία του θεσμού έκλεισε, το βράδυ του Σαββάτου 8 Μαρτίου, η αυλαία του Επετειακού 40ου Πανελλήνιο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Καρδίτσας που διοργάνωσε η Ένωση Πολιτιστικών Συλλόγων του Νομού σε συνδιοργάνωση με την Περιφέρεια Θεσσαλίας - Περιφερειακή Ενότητα Καρδίτσας, τον Δήμο Καρδίτσας, την Περιφερειακή Ένωση Δήμων Θεσσαλίας, το Επιμελητήριο Καρδίτσας, τη Συνεταιριστική Τράπεζα Καρδίτσας και με τη συμπάρασταση της Ιεράς Μητρόπολης Θεσσαλιώτιδος και Φαναριοφερσάλων.

Η μεγάλη αυτή γιορτή του θεάτρου που έζησε η Καρδίτσα επί ένα δεκαήμερο και η οποία βρέθηκε στο επίκεντρο του πανελλαδικού ενδιαφέροντος έφθασε στο τέλος της με μια τελετή λήξης αντάξια του κύρους του θεσμού.

Η βραδιά ξεκίνησε με την απονομή των βραβείων δίνοντας τέλος στην αγωνία των οχτώ συνολικά διαγωνιζόμενων θιάσων.

Ακολούθησε ο χαιρετισμός του Προέδρου της Ένωσης Πολιτιστικών Συλλόγων Μανώλη Στεργιόπουλου ο οποίος ευχαρίστησε όλους όσους συνέβαλαν στην επιτυχία της διοργάνωσης.

Τη λήξη του 40ου Πανελλήνιο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Καρδίτσας κήρυξε ο Πρόεδρος της Συνεταιριστικής Τράπεζας Καρδίτσας Γιώργος Μπούκης ο οποίος τό-



νισε πως το «Πανελλήνιο Φεστιβάλ Ερασιτεχνικού Θεάτρου Καρδίτσας αποτελεί Τέχνη και στον πολιτισμό. 40 χρόνια τώρα οι ακούραστοι εργάτες του πολιτισμού έχουν φέρει τον θεσμό στο πιο υψηλό σημείο και η Συνεταιριστική Τράπεζα δεν θα μπορούσε να λείπει από αυτή την προσπάθεια».

Ακολούθησε ένα βίντεο-αφιέρωμα στον Μίκη Θεοδωράκη καθώς το 2025 συμπληρώνονται 100 χρόνια από τη γέννηση του κορυφαίου συνθέτη.

Τη σκυτάλη έλαβε το Σύνολο Ελληνικής Μουσικής του Μουσικού Σχολείου Καρδίτσας, υπό τη διεύθυνση του καθηγητή Ηλία Παππά, παρουσιάζοντας το πρώτο μέρος του προγράμματός του, υπό τη ενθουσιώδη συμμετοχή του κοινού.

Στο δεύτερο μέρος του προγράμματος, τα παιδιά του Μουσικού Σχολείου Καρδίτσας συνέπραξαν με τον σπουδαίο ερμηνευτή Δημήτρη Ζερβουδάκη.

Ξεκινώντας με «Τ' ανείπωτα», συνεχίζοντας με τις «Νεράιδες» και τόσα άλλα αγαπημένα τραγούδια και καταλήγοντας στο «Γράμμα σ' έναν ποιητή», ο ταλαντούχος Δημήτρης Ζερβουδά-

κης εισέπραξε το πιο δυνατό χειροκρότημα του κοινού.

Δήλωσε, εξάλλου, ιδιαίτερα χαρούμενος για τη συνεργασία και την επαφή που είχε με τα παιδιά του Μουσικού Σχολείου σημειώνοντας πως «είναι η σπορά για κάτι σημαντικό που θα γεννηθεί».

Ο Αντιδήμαρχος Οικονομικών και Πολιτικής Προστασίας του Δήμου Καρδίτσας Σωτήρης Αντωνίου απένειμε στον Δημήτρη Ζερβουδάκη το αναμνηστικό της διοργάνωσης ευχόμενος να είναι πάντα καλά και δημιουργικός.

Τη βραδιά παρουσίασαν η Βανέσσα Στυλοπούλου και η Ρίτσα Τσικριά.

ΤΑ ΒΡΑΒΕΙΑ

Βραβείο Α ΄ Παράστασης

ΑΠΟΝΟΜΕΤΑΙ ΠΑΜΨΗΦΕΙ:

Στη Θεατρική Σκηνή Θυμέλη Κορινθίας που παρουσίασε την παράσταση «Η Κόμισσα της Φάμπρικας» των Ασημάκη Γιαλαμά-Κώστα Πρετεντέρη

Βραβείο Β ΄ Παράστασης

ΑΠΟΝΟΜΕΤΑΙ ΚΑΤΑ ΠΛΕΙΟΨΗΦΙΑ:

Στη Θεατρική Ομάδα Συλλόγου Φίλων Θεάτρου Ιεράπετρας που παρουσίασε το έργο «Δείπνο Ηλιθίων» του Francisveber

Βραβείο Γ ΄ Παράστασης

ΑΠΟΝΟΜΕΤΑΙ ΚΑΤΑ ΠΛΕΙΟΨΗΦΙΑ:

Στο Θεατρικό Εργαστήριο Σπερχειάδας-Μακρακώμης που παρουσίασε το έργο «Τα τέσσερα πόδια του τραπέζιου» του Ιάκωβου Καμπανέλλη

Βραβείο Επιλογής Έργου

ΑΠΟΝΟΜΕΤΑΙ ΠΑΜΨΗΦΕΙ:

Στο Θεατρικό Εργαστήριο Κουφαλίων «Δρώμενο» που παρουσίασε το έργο «Η μικρή μας πόλη» του Θόρντον Ουάιλντερ

Βραβείο Πρωτότυπης Παράστασης

ΑΠΟΝΟΜΕΤΑΙ ΠΑΜΨΗΦΕΙ:

Στη Θεατρική Σκηνή Βαρνάβα του Δήμου Μαραθώνος που παρουσίασε το έργο «Γυναίκες εξόριστες στο Τρίκκερι» του Θανάση Σκρουμπέλου

Βραβείο Α ΄ Εικαστικού Συνόλου «Τάσος Ζωγράφος»

ΑΠΟΝΟΜΕΤΑΙ ΠΑΜΨΗΦΕΙ:

Στη Θεατρική Ομάδα PROSEPERO Θεσσαλονίκης που παρουσίασε το έργο «Αρσενικό και παλιά δαντέλα» του Joseph-Kesslerling

Βραβείο Β ΄ Εικαστικού Συνόλου

ΑΠΟΝΟΜΕΤΑΙ ΠΑΜΨΗΦΕΙ:

Στη Θεατρική Σκηνή Βαρνάβα του Δήμου Μαραθώνος που παρουσίασε το έργο «Γυναίκες εξόριστες στο Τρίκκερι» του Θανάση Σκρουμπέλου

Βραβείο Μουσικού Συνόλου

ΔΕΝ ΑΠΟΝΟΜΕΤΑΙ

Βραβείο Ηχητικής Επένδυσης

ΑΠΟΝΟΜΕΤΑΙ ΠΑΜΨΗΦΕΙ:

Στο Θεατρικό Εργα-

στήρι Κουφαλίων «Δρώμενο» που παρουσίασε το έργο «Η μικρή μας πόλη» του Θόρντον Ουάιλντερ

ΕΠΑΝΟΙ:

1) Στην Ερασιτεχνική Θεατρική Ομάδα ΘΕΑΤΡΟPolice Αγρινίου, που παρουσίασε το έργο «Ο Γάμος» του Μάριου Ποντίκα, για την κοινωνική ευαισθητοποίηση

2) Στην Θεατρική Ομάδα PROSEPERO Θεσσαλονίκης, που παρουσίασε το έργο «Αρσενικό και παλιά δαντέλα» του Joseph-Kesslerling, για το ρυθμό της παράστασης και τη διαχείριση του κωμικού στοιχείου

3) Στο Θεατρικό Εργαστήριο Σπερχειάδας-Μακρακώμης, που παρουσίασε το έργο «Τα τέσσερα πόδια του τραπέζιου» του Ιάκωβου Καμπανέλλη, για τις ευρηματικές σκηνογραφικές λύσεις

4) Στη Θεατρική Ομάδα Συλλόγου Φίλων Θεάτρου Ιεράπετρας, που παρουσίασε το έργο «Δείπνο Ηλιθίων» του Francisveber, για την σκηνοθετική καθοδήγηση των ηθοποιών

5) Στην Θεατρική Σκηνή Θυμέλη Κορινθίας, που παρουσίασε την παράσταση «Η Κόμισσα της Φάμπρικας» των Ασημάκη Γιαλαμά-Κώστα Πρετεντέρη, για τη συνολική αισθητική της παράστασης

Βραβείο Κοινού

ΑΠΟΝΟΜΕΤΑΙ ΜΕ ΠΟΣΟΣΤΟ 80,21%:

Στη Θεατρική Σκηνή Θυμέλη Κορινθίας που παρουσίασε την παράσταση «Η Κόμισσα της Φάμπρικας» των Ασημάκη Γιαλαμά-Κώστα Πρετεντέρη

Ενημερωτική εκδήλωση με θέμα: Ψηφιακή Μεταρρύθμιση στις Επιχειρήσεις: Από την Ψηφιακή Κάρτα Εργασίας έως την Ηλεκτρονική Τιμολόγηση

Ο Σύνδεσμος Θεσσαλικών Επιχειρήσεων και Βιομηχανιών, σε συνεργασία με την εταιρεία EPSILONNET, διοργανώνει ενημερωτική εκδήλωση με θέμα: «Ψηφιακή Μεταρρύθμιση στις Επιχειρήσεις: Από την Ψηφιακή Κάρτα Εργασίας έως την Ηλεκτρονική Τιμολόγηση».

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί διαζώσης την Παρασκευή 14 Μαρτίου 2025, από τις 17:00 έως τις 20:00, στις εγκαταστάσεις του Πάρκου Καινοτομίας JOIST.

Η θεματολογία θα αναδείξει καίρια ζητήματα σχετικά με την ψηφιοποίηση των



επιχειρηματικών διαδικασιών και θα περιλαμβάνει τους εξής θεματικούς άξονες:

- Ψηφιακό Πελατολόγιο
- Ψηφιακό Δελτίο Αποστολής
- Πάροχος Ηλεκτρονικής Τιμολόγησης (υποχρεωτικότητα B2B από 7/25)
- Ψηφιακή Κάρτα Εργασίας

Η παρουσίαση των πρώτων θεματικών ενοτήτων θα πραγματοποιηθεί από τον κ. Κωνσταντίνο Νιφορόπουλο, ορκωτό ελεγκτή λογιστή, Πρόεδρο του Δ.Σ. και Διευθύνοντα Σύμβουλο της εταιρείας ΩΡΙΩΝ ΟΡΚΩΤΟΙ ΕΛΕΓΚΤΕΣ ΛΟΓΙΣΤΕΣ Α.Ε.Ο κ. Νιφορόπουλος είναι

διακεκριμένος επιστημονικός συνεργάτης και αρθρογράφος σε οικονομικές πλατφόρμες, εισηγητής σε σεμινάρια, ενώ διδάσκει στο ΚΕΔΙΒΙΜ του Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών.

Την διερεύνηση των παραμέτρων για το μείζον θέμα της ψηφιακής κάρτας εργασίας θα αναλάβει ο κ. Ανδρέας Μίχος, εγκεκριμένος επιθεωρητής εργασιακών σχέσεων και προϊστάμενος της ΠΔΕΕΣ Κεντρικής Ελλάδας.

Η εκδήλωση προσφέρεται δωρεάν και αποτελεί μια εξαιρετική ευκαιρία για όλες τις επιχειρήσεις να ενημερωθούν για τις τελευταίες εξελίξεις και τις

υποχρεώσεις τους στο πλαίσιο της ψηφιακής μεταρρύθμισης.

Για δηλώσεις συμμετοχής, παρακαλούμε συμπληρώστε τη φόρμα συμμετοχής μέχρι την Πέμπτη 13 Μαρτίου 2025.

Η εκδήλωση υποστηρίζεται από την εταιρεία Pasteque, που δραστηριοποιείται στον κλάδο της πληροφορικής και των τηλεπικοινωνιών.

Για περισσότερες πληροφορίες οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να επικοινωνούν με τα γραφεία του ΣΘΕΒ (αρμόδια κ. Χαρούλα Γκουσγκούνη) στο τηλέφωνο: 2410555507 και το email: members@sthev.gr.

Ουκρανία ώρα μηδέν

Του Κώστα Βλάχου

Οσοι βοήθησαν την Ουκρανία είναι υπεύθυνοι για την καταστροφή της και τον θάνατο χιλιάδων Ουκρανών. Και επειδή αυτό σίγουρα θα επαναληφθεί κάπου αλλού ... Αισθάνομαι την ανάγκη να αναφέρω ορισμένα γεγονότα για να αντιληφθούμε πόσο φαινόμια είναι οι ηγέτες από τους οποίους εξαρτάται κυρίως η ζωή των παιδιών μας. Ο ίδιος είχα γράψει από την πρώτη στιγμή ότι η Ουκρανία θα καταστραφεί και ότι κανείς δεν πρέπει να αγνοεί ότι η Ρωσία είναι η πρώτη πυρηνική δύναμη στο κόσμο. Το αγνόησαν οι μεγάλοι ηγέτες αυτό και έφτασαν την ανθρωπότητα στο χείλος του γκρεμού. Ας θυμηθούμε μερικά γεγονότα στην αρχή.

-Για τους ηγέτες της Ουκρανίας τι άλλο να ειπωθεί, οδήγησαν τη χώρα τους στην κατα-

στροφή και τα παιδιά της στη σφαγή.

-Μπόρις Τζόνσον. Ξεχάστε την ειρήνη, πολεμήστε και θα νικήσουμε μαζί. Που τώρα έχει κρυφτεί;

-Μακρόν. Έκανε τον πονηρόν. Να μην ταπεινώσουμε τον Πούτιν πολύ. Ήταν τόσο σίγουρος για τη νίκη.

-Ουκρανοί. Να ταπεινωθεί.

-Ούρσουλα Φορντ. Η Ουκρανία θα νικήσει.

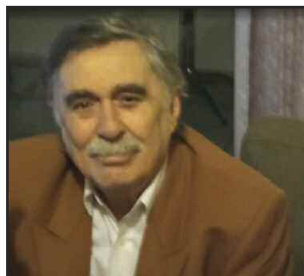
-BBC. Προφανώς εκφράζοντας απόψεις Άγγλων ειδικών.

Η Ρωσία σε δέκα μέρες θα ξεμείνει από πυρομαχικά.

Πήραν αέρα και άλλων ηγετών τα μυαλά και κήρυξαν τον πόλεμο στη Ρωσία.

-Σύσσωμη η ηγεσία της Ευρώπης.

Η Ρωσία πρέπει να καταστραφεί γιατί συνιστά για την Ευρώπη μεγάλη απειλή. Το αντίθετο



συμβαίνει. Η Ευρώπη είναι επικίνδυνη και όχι μόνο για τη Ρωσία.

Τωρινές δηλώσεις.

-Μακρόν. Μίλησε και για πυρηνικό πόλεμο.

-Μερτς. Θα στείλει ταυγύς προφανώς για να κλιμακωθεί ο πόλεμος.

Κινήθηκε στη λογική του Γερμανού αρχηγού πληροφοριών που δήλωσε πως ο πόλεμος πρέπει να συνεχιστεί μέχρι το 1930 για να προλάβει η Γερμανία να εξοπλισθεί και να γίνει πανίσχυρη. Θα συμβουλευούνται βέβαια και την μεγάλη ηγέτιδα Μπέρποκ. Μέχρι τότε δεν θα μείνει ούτε ένας Ουκρανός ζωντανός. Και ενώ η τυφλή υποταγή οδηγεί

πάντοτε στην καταστροφή, πολλοί για προσωπικά συμφέροντα πιστά την ακολουθούν. Προχθές ο κ. Γεραπετρίτης σε συνέντευξη του στις ΗΠΑ, αντί να μιλήσει για τα δικά μας θέματα που γίνονται

ολοένα και πιο καυτά, μίλησε για την Ουκρανία. Χαμπάρι δεν πήρε τι συμβαίνει ο υπουργός. Τέλος θέτω το ερώτημα. Η Ελλάδα δήλωσε πως βρίσκεται σε πόλεμο με τη Ρωσία. Δεν είναι καιρός να τον λήξει.

Ενημερωτική εκδήλωση με θέμα τα θερμοκήπια στην Καρδίτσα



Το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και το Επιμελητήριο Καρδίτσας σας προσκαλούν στην ενημερωτική εκδήλωση με θέμα «ΘΕΡΜΟΚΗΠΙΑ & ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ: ΕΠΕΝΔΥΟΝΤΑΣ ΣΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΤΗΣ ΑΓΡΟΤΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ» που θα πραγματοποιηθεί την Πέμπτη 13 Μαρτίου 2025 στις 19:00 στο Δημοτικό Κινηματοθέατρο Καρδίτσας, στην Καρδίτσα.

Στόχος της ημερίδας είναι η ενημέρωση των εμπλεκόμενων σχετικά με την Παρέμβαση Π3-73-2.9 "Επενδύσεις για τον εκσυγχρονισμό και την κατασκευή θερμοκηπίων και προσπελάσιμων στεγάστρων φυτικής παραγωγής" του ΣΣ ΚΑΠ 2023-2027.



Φαρμακεία

Διημερεύει
από 08.00 - 21.00

**ΚΕΦΑΛΑ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΑ**
Ιεζεκιήλ & Χαρίτου
24410-74126

Διανυκτερεύει
από 21.00 - 08.00

**ΤΣΙΝΟΠΟΥΛΟΣ
ΦΩΤΙΟΣ**
Γακιοπούλου 5
24410-22155



Χρήσιμα Τηλέφωνα

Νοσοκομείο	24410-65555
ΕΚΑΒ	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.

Σαββατο (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
Τσαρδάκι Χαγιάττι	24410-95440
Μεσενκόλα	24410-95419
Καλύβια Πεζούλας	24410-92448
Αμάραντος	24410-83173 & 81642
Δασικό χωριό Δρυάδες	24410-81654 & 81642
Φυλακπή	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 Επτά Θανάσιμες Πεθερές	05:45 Καλημέρα Ελλάδα	06:40 Οικογενειακές Ιστορίες (Ε)	06:45 Cash Or Trash (Ε)	06:00 Άγρια Ζωή Υπό Εξαφάνιση	06:00 Ώρα Ελλάδος
9:20 Buongiorno	09:50 Το Πρωινό	07:45 Happy Day στον Alpha	08:45 Breakfast@Star	08:40 Prime Time (Ε)	09:50 Πρωινό Σου Σου
12:45 Mega Γεγονότα	13:00 Ant1 News	10:00 Super Κατερίνα	11:45 Αλήθειες με τη Ζήνα	11:45 Αστεριξ και Οβε-λίξ Εναντίον Κίσαρα	13:00 Open News
13:40 Πάμε Δανάη!	13:50 Ant1 News - Δελ-τίο στη Νοηματική	13:00 Το σόι σου (Ε)	14:00 Two and a Half Men	14:45 Η Ελλάδα Ψηφίζει (Ε)	14:00 Open Τώρα!
15:40 Αχ! Και να ΄Μου Αντρας	14:00 Κων/νου και Ελέ-νης	14:00 Δελτίο Ειδήσεων στη Νοηματική	15:00 Star News	16:20 Happy Traveller (Ε)	16:15 Θυρίδα Τηλεπώ-λησης
18:00 Δελτίο Νοηματι-κής	15:00 Rouk Zouk	15:00 Το σόι σου (Ε)	15:45 Ειδήσεις στη Νοη-ματική	17:20 Η Μαμά μου μα-γειρεύει καλύτερα από τη δική σου	16:30 Open News στη Νοηματική
18:30 The chase	16:15 Κων/νου και Ελέ-νης	15:50 Οικογενειακές Ιστορίες (Ε)	15:50 Τα Φιλαράκια	18:40 Still Standing	16:50 Open Kitchen
19:45 Mega γεγονότα	17:30 5X5	17:45 Deal	16:50 Cash Or Trash	19:45 Prime Time (Ε)	17:45 Εικόνες (Ε)
20:40 Άγιος Παΐσιος, Από τα Φάρασα στον Ουρανό	18:45 Ant1 News	18:50 Κεντρικό Δελτίο Ειδήσεων	18:30 Τροχός της Τύχης	21:00 Επικίνδυνες Πα-ρέες	18:45 Open News
21:00 Έχω Παιδιά	20:00 Οι Boomers	20:00 Το σόι σου (Ε)	19:45 Star News	23:00 War	20:00 Μπέρδεμα από κούνια
22:00 Η Γη Της Ελιάς	21:00 Grand Hotel	21:00 Άγιος Έρωτας	21:00 Master Chef	02:00 Dr. House	21:00 Ριψοκίνδυνοι Άν-δρες
00:10 Ταμπού (Ε)	22:30 Παιχνίδια Εκδίκη-σης	22:30 Ο Τιμωρός	00:00 Νόμος και Τάξη: Ειδική Ομάδα		23:30 Status Quo
	00:00 The 2Night Show	00:00 Αν ΄Ηταν το Βιολί Πουλί	02:00 Επιστροφή στο Ρινγκ		01:00 Πίστη, Ελπίδα & Αγάπη

Αστρολογικές προβλέψεις της ημέρας



ΚΡΙΟΣ

Μην επιτρέπετε στον εκνευρισμό σας να γίνετε η αιτία καθημερινών προβλημάτων.



ΛΕΩΝ

Μην εγκαταλείπετε ότι σας δίνει χαρά. Για να ανταπεξέλθετε σε προκλήσεις, φανείτε δυναμικοί και εργατικοί.



ΤΟΞΟΤΗΣ

Μη σπαταλάτε τα λόγια σας σε άτομα που δεν εννοούν να σας καταλάβουν. Ασχοληθείτε με τα οικονομικά σας.



ΤΑΥΡΟΣ

Χαράξτε νέα κοινή πορεία πλεύσης με τους συνεργάτες σας για να πετύχετε τους στόχους σας.



ΠΑΡΘΕΝΟΣ

Οι προσωπικές σας ανασφάλειες δε σας αφήνουν να δεχτείτε και αυτές που έχει ο σύντροφός σας.



ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ

Οι αλλαγές που θα περιέχει η μέρα, θα σας οδηγήσουν σε σκέψεις γύρω από την υγεία σας.



ΔΙΔΥΜΟΙ

Οι συνεχόμενες και ατελείωτες κρίσεις οφείλονται στην ανυποχώρητη θέση σας.



ΖΥΓΟΣ

Σκεφτείτε πολύ καλά πριν ενδώσετε σε έναν έρωτα που δεν ξέρετε τι σας επιφυλάσσει.



ΥΔΡΟΧΟΟΣ

Μη συμβιβαστείτε με τις λύσεις που σας δίνουν. Πάρτε αποφάσεις που θα εξομαλύνουν την καθημερινότητα.



ΚΑΡΚΙΝΟΣ

Χαράξτε κοινή πορεία με το σύντροφό σας και ακολουθήστε την πιστά χωρίς αλλαγές.



ΣΚΟΡΠΙΟΣ

Ζητήστε από άτομα του παρελθόντος να σας αποδείξουν έμπρακτα αυτά που υποστηρίζουν.



ΙΧΘΕΙΣ

Δείτε τι μπορείτε να κάνετε μόνοι σας, απομυθοποιώντας πρόσωπα και καταστάσεις.

Κάλεσμα της ΕΛΜΕ Καρδίτσας σε εκδήλωση σύσκεψη αλληλεγγύης και αγώνα

Με μια εξωφρενική, πρωτοφανή απόφαση, ο Υπουργός θέτει τη συναδέλφισσα και τον λαό συνολικά. Εκατοντάδες εκπαιδευτικοί, παραπέμπονται αυτές τις μέρες σε πειθαρχικά επειδή υλοποιούν τις αποφάσεις του κλάδου! Πρόκειται για πρωτοφανή κλιμάκωση και αναβάθμιση της βιομηχανίας διώξεων ενάντια στην συνδικαλιστική δράση. Δεν θέλουν ούτε να μιλάμε, γυρίζοντας την εκπαίδευση πολλά χρόνια πίσω, στα πιο μαύρα χρόνια!

Αυτοί που με τις πολιτικές τους είναι υπεύθυνοι για το έγκλημα στα Τέμπη, λένε εγκληματίες τους εκπαιδευτικούς που απεργούν, αντιστέκονται και αγωνίζονται. Ο λαός όμως



γνωρίζει πολύ καλά ποιος είναι ο πραγματικός εγκληματίας: είναι αυτός που του τσακίζει κάθε ίχνος δικαιώματος, που τον θεωρεί αναλώσιμο και δεν διστάζει να τον θυσιάσει για το κέρδος του. Γι' αυτόν ακριβώς τον λόγο ο λαός κατέβηκε στις διαδηλώσεις στις 28/2 κατά εκατοντάδες χιλιάδες και κατήγγειλε

την κυβερνητική πολιτική. Είναι μάλιστα τόσο προκλητικοί και έχουν τόσο μίσος για όποιον αντιστέκεται που εν μέσω των συγκλονιστικών κινητοποιήσεων του λαού και σε κλίμα συνολικής αποδοκιμασίας της πολιτικής τους, επιλέγουν να προχωρήσουν στις διώξεις και στην πρώτη απόλυση εκπαιδευτικού από το δημόσιο σχολείο με απόφαση του ίδιου του υπουργού Παιδείας Πιερρακάκη. Το μήνυμα της κυβέρνησης είναι ξεκάθαρο θέλει να βάλει ταφόπλακα στα δημοκρατικά και συνδικαλιστικά δικαιώματα των εργαζομένων δημοσίου και ιδιωτικού τομέα συνολικά.

Ο αγώνας για να παρθούν πίσω ΟΛΕΣ ΟΙ ΔΙΩΞΕΙΣ δεν αφορά

μόνο τους διωκόμενους, ή τους εκπαιδευτικούς, αφορά ΟΛΟ ΤΟΝ ΛΑΟ. Το δημόσιο σχολείο, τα σωματεία και η κοινωνία ΔΕΝ ΘΑ ΓΙΝΟΥΝ ΝΕΚΡΟΤΑΦΕΙΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ για εκπαιδευτικούς και μαθητές, για τον λαό.

Καλούμε εκπαιδευτικούς, εργαζόμενους, αγρότες, φοιτητές, γονείς, μαθητές, σωματεία, σχήματα, συλλογικότητες, αγωνιστές της Καρδίτσας σε ΕΚΔΗΛΩΣΗ-ΣΥΣΚΕΨΗ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ ΚΑΙ ΑΓΩΝΑ την ΤΡΙΤΗ 11/3 στις 7μμ στο ΕΡΓΑΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

Κάτω τα χέρια από τις συνδικαλιστικές και πολιτικές ελευθερίες, κάτω τα χέρια από τα σωματεία, τον αγώνα, την απεργία!

Η Δημοτική Επιτροπή Ισότητας Σοφάδων για την Ημέρα της Γυναίκας

Η 8η Μαρτίου είναι μία ημέρα αφιερωμένη στην αναγνώριση και την ενίσχυση των γυναικών σε όλο τον κόσμο.

Φέτος η Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας εστιάζει στο θέμα: "Ενδυνάμωση και Ισότητα - Η δύναμη της γυναίκας για ένα καλύτερο αύριο." Ας ενώσουμε τις δυνάμεις μας, να γιορτάσουμε τις γυναίκες που έχουν κάνει τη διαφορά και να υποστηρίξουμε τα έργα και τις πρωτοβουλίες που προάγουν την ισότητα των φύλων, δημιουργώντας έναν κόσμο όπου οι γυναίκες και οι άνδρες έχουν ίσα δικαιώματα και ευκαιρίες.

Η Παγκόσμια ημέρα της Γυναίκας είναι ένα

κάλεσμα στην κοινωνία, την πολιτεία καθώς και σε όλους τους οργανισμούς και φορείς να εντείνουν τις προσπάθειες τους για να δημιουργήσουν ίσες ευκαιρίες για τις γυναίκες, να αναπτύξουν τις δυνατότητες τους, ώστε να καταλάβουν τον χώρο που τους αξίζει. Είναι ημέρα ευθύνης, για την οικοδόμηση μιας κοινωνίας με πραγματική ισότητα των φύλων, χωρίς προκαταλήψεις, διακρίσεις, βία, γυναικοκτονίες.

Η γυναίκα αναλαμβάνει ποικίλους ρόλους μέσα σε ένα περιβάλλον συνεχώς μεταβαλλόμενο και είναι παρούσα βρισκοντας πάντα το κίνητρο, πάντα το λόγο να προ-



σφέρει, να δημιουργεί, να παράγει πολιτισμό, να εμψυιά αξίες, να δίνει ζωή.

Η ισότητα μεταξύ γυναικών και ανδρών αποτελεί θεμελιώδη πυλώνα της κοινωνίας μας, είναι κάτι το οποίο πρέπει να πιστέψουμε και να στηρίξουμε άνευ όρων. Ισότητα σημαίνει συμπερίληψη, δημιουργία ενός κόσμου χωρίς αποκλεισμούς.

Η Δημοτική Επιτροπή Ισότητας του Δήμου Σοφάδων στηρίζει τα δικαιώματα της γυναίκας σε όλους τους τομείς και δεσμεύεται

ότι θα αγωνισθεί κατά της διάκρισης με σαφή προσανατολισμό στην προάσπιση της ισότητας σε κάθε έκφανση της ζωής.



Σύλληψη ημεδαπού για παράβαση σε κατάσταση υγειονομικού ενδιαφέροντος

Συνελήφθη στις 07-03-2025 το βράδυ στην Καρδίτσα, από αστυνομικούς του Αστυνομικού Τμήματος Καρδίτσας, -1- ημεδαπός άνδρας, διότι κατελήφθη να λειτουργεί, ως νόμιμος εκπρόσωπος, κατάστημα υγειονομικού ενδιαφέροντος, και να έχει θέσει σε λειτουργία στερεοφωνικό συγκρότημα με ενισχυτή και ηχεία, σε ώρες κοινής ησυχίας, υπερβαίνοντας το ωράριο λειτουργίας μουσικών οργάνων.

Το texting κυριαρχεί: Μιλάμε λιγότερο και έρευνα το επιβεβαιώνει



Ο χρόνος ομιλίας έχει μειωθεί κατά περίπου 3.000 λέξεις την ημέρα, σε σύγκριση με δύο δεκαετίες πριν, σύμφωνα με μελέτη, καθώς τα γραπτά μηνύματα (texting) κυριαρχούν στην καθημερινότητά μας. Μεταξύ 2005 και 2018, οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι ο μέσος αριθμός των καθημερινών προφορικών λέξεων μειώθηκε από 16.000 σε περίπου 13.000, μια μείωση που φαίνεται να συνδέεται με την αυξανόμενη χρήση των ψηφιακών εργαλείων επικοινωνίας, όπως τα γραπτά μηνύματα και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

«Κάναμε μια πλήρη ανάλυση εξετάζοντας ποια χρονιά συλλέχθηκαν τα δεδομένα και διαπιστώσαμε ότι, πράγματι, χάνονται 300 προφορικές λέξεις κατά μέσο όρο ετησίως», εξηγούν οι ερευνητές. Αυτή η μείωση στην προφορική επικοινωνία, ώθησε τους ερευνητές να εξετάσουν πιο προσεκτικά πόσο μιλούν στην πραγματικότητα οι άνθρωποι και αν οι υποθέσεις σχετικά με τις διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών στην ομιλία επιβεβαιώνονται από την επιστήμη.

...Τελευταία σελίδα

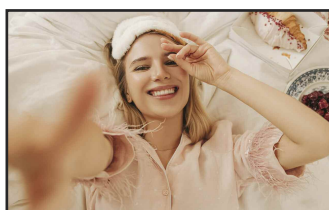
Τι να τρώμε για να κοιμόμαστε καλύτερα

Η διατροφή επηρεάζει τα πάντα γύρω από την υγεία μας και, φυσικά, τον ύπνο μας, καθώς, όπως είναι γνωστό, υπάρχουν τροφές που τον διευκολύνουν και άλλες που τον δυσκολεύουν. Ποιες αλλαγές στην καθημερινότητά μας θα αναβαθμίσουν την ποιότητά του;

Το μουσικό για να μας πάρει ο ύπνος

Πρόκειται για δύο αμινοξέα που συμμετέχουν σε σημαντικές λειτουργίες του εγκεφάλου και σχετίζονται με την αποκατάσταση κλίματος εγκεφαλικής και νοητικής ηρεμίας. Ιδιαίτερα η σεροτονίνη θεωρείται σημαντική για την έλευση του ύπνου. Η δε τρυπτοφάνη αποτελεί πρόδρομη ουσία της και η λογική λέει ότι η αύξηση της κατανάλωσης τροφίμων πλούσιων σε τρυπτοφάνη διευκολύνει τον ύπνο.

Καλές πηγές τρυπτοφάνης



είναι τα γαλακτοκομικά προϊόντα, τα πουλερικά, η μπανάνα και οι ξηροί καρποί.

Για όνειρα γλυκά

Ένας άλλος παράγοντας ο οποίος επηρεάζει τα επίπεδα της σεροτονίνης είναι η πρόσληψη υδατανθράκων.

Η κατανάλωση τροφίμων πλούσιων σε υδατάνθρακες αυξάνει τα επίπεδα της ινσουλίνης στο αίμα, κάτι που με τη σειρά του αυξάνει τη μεταφορά στον εγκέφαλο αμινοξέων, μεταξύ αυτών και της τρυπτοφάνης. Τα αυξημένα επίπεδα της τρυπτοφάνης, από την άλλη, οδηγούν σε αυξημένη παραγωγή σεροτονίνης και, επομένως, σε

περισσότερες πιθανότητες για καλύτερο ύπνο.

Μελέτες δείχνουν ότι ένα μικρό σνακ πλούσιο σε υδατάνθρακες (π.χ., φρούτο, μέλι), όταν καταναλωθεί μία με δύο ώρες πριν πέσουμε στο κρεβάτι, επιδρά θετικά στην ποιότητα του ύπνου μας.

Αλκοόλ

Αν και δρα σαν ηρεμιστικό στο νευρικό σύστημα, το αλκοόλ, όταν καταναλώνεται το βράδυ, έχει ως αποτέλεσμα κακής ποιότητας ύπνο, διότι αυξάνει την έκκριση αδρεναλίνης (ορμόνη του στρες) και μπλοκάρει τη μεταφορά τρυπτοφάνης στον εγκέφαλο.

Καφεΐνη & θεοφυλλίνη
Κάποια συστατικά όπως η καφεΐνη (καφές, σοκολάτα, τσάι, αναψυκτικά τύπου cola) και η θεοφυλλίνη (μαύρο τσάι) φαίνεται να επηρεάζουν αρνητικά τον ύπνο.

Το κλειδί για την ανακούφιση του άγχους βρίσκεται στο... έντερο

Μπορεί το κλειδί για την ανακούφιση από το άγχος να κρύβεται στο έντερο; Αυτό το ερώτημα με απλά λόγια ίσως ήταν το έναυσμα για να διεξαχθούν οι επιστήμονες από τη Σχολή Ιατρικής Duke-NUS και το Εθνικό Ινστιτούτο Νευροεπιστημών στη Σιγκαπούρη μια σχετική έρευνα. Οι ίδιοι ανακάλυψαν μια σημαντική σύνδεση μεταξύ των μικροβίων του εντέρου και του στρες.

Η έρευνά τους η οποία δημοσιεύθηκε πρόσφατα στο *EMBO Molecular Medicine*, υποδεικνύει

ότι οι μικροβιακοί μεταβολίτες του εντέρου (συγκεκριμένα οι ινδόλες) παίζουν άμεσο ρόλο στη ρύθμιση της εγκεφαλικής δραστηριότητας που σχετίζεται με το άγχος. Αυτό το εύρημα ίσως ανοίγει το δρόμο για νέες θεραπείες βασισμένες στα προβιοτικά για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας.

Σε προκλινικές μελέτες, οι επιστήμονες παρατήρησαν ότι σε ένα περιβάλλον χωρίς μικρόβια, τα ζώα εμφάνιζαν σημαντικά περισσότερο άγχος σε σχέση με εκείνα που είχαν τα συνήθη μικρόβια του εντέρου.



Περαιτέρω έρευνες έδειξαν ότι η έντονη αγχώδης συμπεριφορά σχετιζόταν με αυξημένη δραστηριότητα σε μια περιοχή του εγκεφάλου που εμπλέκεται στην επεξεργασία συναισθημάτων όπως ο φόβος και το στρες, την πλευρική αμυγδαλή. Διαπιστώθηκε επίσης ότι αυτό σχετίζεται με εξειδικευμένες πρω-

τεΐνες στα εγκεφαλικά κύτταρα που εξαρτώνται από το ασβέστιο. Σε καταστάσεις κατά τις οποίες το σώμα και ο εγκέφαλος εκτίθενται σε μεταβολίτες μικροβίων, οι πρωτεΐνες λειτουργούν σαν "σύμπλεγμα", εμποδίζοντας τους νευρώνες να διεγερθούν σε υπερβολικό βαθμό.

Ο Αναπληρωτής Καθηγητής Σον Τζε από το Πρόγραμμα Νευροεπιστημών και Συμπεριφορικών Διαταραχών του Duke-NUS και ένας από τους βασικούς συγγραφείς της έρευνας, εξήγησε:

«Τα ευρήματά μας αποκαλύπτουν μια συγκεκριμένη και ταυτόχρονα περίπλοκη νευρική διαδικασία που συνδέει τα μικρόβια του εντέρου με την ψυχική υγεία. Ουσιαστικά, η έλλειψη των ζωντανών μικροβίων μπορεί να διαταράξει τον τρόπο λειτουργίας του εγκεφάλου, οδηγώντας σε αγχωτική συμπεριφορά. Τα εγγενή μικρόβια μας παράγουν μεταβολίτες, γεγονός που υποδηλώνει μια άμεση σύνδεση μεταξύ της μικροβιακής χλωρίδας μας και της διατήρησης της ψυχικής ισορροπίας».