



Το Διοικητικό Συμβούλιο
της ΠΕΑΠΣ εύχεται
σε όλους
ΚΑΛΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ και
ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟ
ΤΟ 2021

Αύξηση ορίων - μείωση συντάξεων

Ο Πρωθυπουργός της χώρας, Κυριάκος Μητσοτάκης ήταν ξεκάθαρος σε τοποθέτησή του στην Βουλή, διαμηνύοντας ότι ο κορονοϊός δεν αλλάζει την ατζέντα της κυβέρνησης – «οι δικοί του περιορισμοί», είπε, «δεν περιορίζουν τις δικές μας μεταρρυθμίσεις».

Όπερ, μετά το νομοσχέδιο Βρούτση, που αναμένεται μέχρι τα Χριστούγεννα στην Βουλή και βάζει στο στόχαστρο υπερωρίες, οκτώωρο και συνδικαλιστικό νόμο, η επόμενη «μεταρρυθμιστική τομή» της κυβέρνησης θεωρείται δεδομένο πως θα είναι το «ασφαλιστικό Πισσαριδη-Τσακλόγλου».

Οι πληροφορίες αναφέρουν πως ο σχεδιασμός από τον αρμόδιο υφυπουργό Εργασίας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων Πάνο Τσακλόγλου – ο οποίος είχε θητεύσει ως μέλος της επιτροπής Πισσαριδη και ανέλαβε την συγκεκριμένη κυβερνητική θέση με αποκλειστική ευθύνη τις αλλαγές στο ασφαλιστικό – βρίσκεται σε προωθημένο στάδιο.

Και πρόθεση της κυβέρνησης είναι να φέρει το νέο ασφαλιστικό στην δημόσια διαβούλευση μέσα στο πρώτο τρίμηνο του 2021.

Το τελικό κείμενο της έκθεσης Πισσαριδη που δόθηκε στην δημοσιότητα, το Νοέμβρη, δίνει ήδη και το βασικό πλαίσιο αυτού του νέου ασφαλιστικού, το οποίο έχει ως



ακλόνητο θεμέλιο την εισαγωγή, για πρώτη φορά, του ιδιωτικού πυλώνα στην κοινωνική ασφάλιση.

Πιο απλά, με βάση την έκθεση Πισσαριδη, στο νέο ασφαλιστικό η επικουρική ασφάλιση θα ανατεθεί στις ιδιωτικές ασφαλιστικές εταιρίες και στα ιδιωτικά funds. Είναι το σύστημα το οποίο από την αντιπολίτευση περιγράφεται ως «ασφαλιστικό Πινοςέτ» καθώς στην πιο βίαιη μορφή του είχε εφαρμοστεί – ανεπιτυχώς – στην Χιλή του δικτάτορα Πινοςέτ, και πλέον εμφανίζεται όχι μόνον ως μεταρρυθμιστικό στοιχείο για την κυβέρνηση αλλά και ως προϋπόθεση για την εκταμίευση κονδυλίων από το ευρωπαϊκό Ταμείο Ανάπτυξης.

Συνέχεια στη σελίδα 6

Τα εγγόνια και τα μάτια μας



Στη σελίδα 9

Συνταξιούχοι και αγροτικό εισόδημα



Στη σελίδα 9

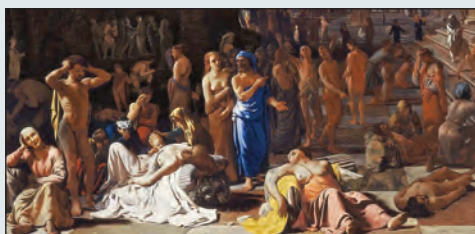
Κορονοϊός και ανδρικό φύλλο

Στη σελίδα 8

ΟΙ 15 ΠΑΝΔΗΜΙΕΣ ΠΟΥ ΕΠΛΗΞΑΝ ΤΗΝ ΑΝΘΡΩΠΟΤΗΤΑ

Στον τομέα των μολυσματικών ασθενειών, μία πανδημία είναι η χειρότερη δυνατή περίπτωση. Όταν μια επιδημία εξαπλώνεται πέρα από τα σύνορα μιας χώρας, τότε η ασθένεια γίνεται επίσημα πανδημία.

Οι μεταδοτικές ασθένειες υπήρξαν και κατά τη διάρκεια της ανθρώπινης ιστορίας, όπου κυριαρχούσε ο κυνηγός – συλλέκτης. Η στροφή, όμως, προς την αγροτική ζωή, πριν από περίπου 10.000 χρόνια, δημιούργησε κοινότητες που ήταν επιρρεπείς στις επιδημίες. Η εθνοσοσία, η φυματίωση, η λέπρα, η γρίπη, η ευλογιά και άλλες μολυσματικές



ασθένειες εμφανίστηκαν για πρώτη φορά κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου.

Όσο εκπολιτιζόταν ο άνθρωπος, οικοδομώντας πόλεις, ανοίγοντας εμπορικούς δρόμους και διεξάγοντας πολέμους, τόσο πιο πιθανές ήταν οι πανδημίες. Θα δούμε παρακάτω, κάποιες από τις σημαντικές πανδημίες

που καταγράφηκαν ιστορικά και εξοδόθρευσαν μεγάλο αριθμό ανθρώπων και άλλαξαν τον ρου της ιστορίας.

Ο Λοιμός της Αθήνας (430 π.Χ.)

Η παλαιότερη καταγεγραμμένη πανδημία συνέβη κατά τη διάρκεια του Πελοποννησιακού Πολέμου. Αφού η ασθένεια πέρασε από τη Λιβύη, την Αιθιοπία και την Αίγυπτο, διέσχισε τα αθηναϊκά τείχη, τα οποία πολιορκούσαν οι Σπαρτιάτες. Τουλάχιστον τα δύο τρίτα του πληθυσμού της Αθήνας έχασαν τη ζωή τους.

Συνέχεια στη σελίδα 10

Στέγη Πυροσβεστικού Πολιτισμού

Η ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΤΩΝ ΑΓΙΩΝ ΤΡΙΩΝ ΠΑΙΔΩΝ ΩΣ ΠΡΟΣΤΑΤΩΝ ΤΟΥ ΠΥΡΟΣΒΕΣΤΙΚΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΤΑ ΟΣΑ ΣΟΒΑΡΑ ΚΑΙ ΕΥΤΡΑΠΕΛΑ ΣΥΝΔΕΟΝΤΑΙ ΜΕ ΑΥΤΗ

Μακροαίωνη παράδοση, που έχει τις ρίζες της στα Βυζαντινά χρόνια, επιβάλλει όπως στρατιωτικά σώματα, κοινωνικές ομάδες, συλλογικά όργανα και συντεχνίες να επιλέγουν κάποιον Άγιο της Εκκλησίας μας ως προστάτη τους. Άγιος που ο Βίος του, το μαρτύριό του ή τα θαύματά του έχουν κάποια συνάφεια με την δραστηριότητά τους.

Το Πυροσβεστικό Σώμα καθυστερημένα, στην πέμπτη δεκαετία της ζωής του, αναγνώρισε ως προστάτες του τους Τρεις εν καμίνω Αγίους Παιδες Ανανία, Αζαρία και Μισαήλ. Οι Άγιοι Τρεις Παιδες πιστοί στο Θεό αρνήθηκαν να προσκυνύσουν, σύμφωνα με τα ήθη των ειδωλολατρών, την εικόνα του κοσμικού Βασιλιά Ναβουχοδονόσορα και για να τιμωρηθούν ρίχτηκαν σε πυρωμένο καμίνι, απ' όπου με τη βοήθεια της πίστης τους και του Υψίστου βγήκαν σώοι και αβλαβείς. (1)

Η επίσημη αναγνώριση έγινε με το Π.Δ. 381/1978 (Α' 80). Με το ίδιο Διάταγμα καθιερώθηκε η Δευτέρα μετά την Κυριακή της Πεντηκοστής, εορτή του Αγίου Πνεύματος, ως επίσημη ημέρα εορτής του Πυροσβεστικού Σώματος. Τρία χρόνια αργότερα το Διάταγμα αυτό τροποποιείται με το Π.Δ. 1186/1981 (Α' 295) και ως επίσημη ημέρα δοξολογίας και εορτασμού του Π.Σ. ορίζεται η 17η Δεκεμβρίου ημέρα που και η Εκκλησία μας εορτάζει τους Τρεις εν Καμίνω Παιδες. Με διάταξη που περιέχεται στο Π.Δ. 329/1993 (Α' 140) καθιερώνεται η 17η Δεκεμβρίου, ημέρα εορτασμού των Αγίων Τριών Παιδιών, ως αργία για το Πυροσβεστικό Σώμα. Την ίδια χρονιά ο συνάδελφος Πυρονόμος Ιωάννης Σουγιολτζής αγιογράφησε τη μεγάλη φορητή εικόνα των Αγίων Παιδών που χρησιμοποιείται έκτοτε, στην επίσημη δοξολογία κατά την εορτή των προστατών μας.

Το 1981 το Πυροσβεστικό Σώμα απευθύνθηκε στον αείμνηστο σήμερα, Αγιορείτη υμνογράφο Μοναχό Γεράσιμο Μικραγιαννανίτη για την συγγραφή της ακολουθίας των Τριών Παιδών ο οποίος, την παρέδωσε την επόμενη χρονιά και θεωρείται από τα αριστουργήματα της ουράνιας Τέχνης του χαρισματικού Γέροντα. (2) Η Ακολουθία, αφού εγκρίθηκε από την Ιερά Σύνοδο, εκδόθηκε σε Βιβλίο από το Α.Π.Σ., μαζί με τον Παρακλητικό Κανόνα προς τους προστάτες μας, το 1983.

Η προσπάθεια αναζήτησης Αγίου προστάτη είχε αρχίσει τα πρώτα χρόνια της δεκαετίας του '70, επί δικτατορίας, με πρωτεργάτες τους αιμνήστους Σπύρο Κουλουριώτη, Γεώργιο Κούτουλα και Κων/νο Καργάκο. Κατά την αναζήτηση στάθηκαν σε πολλά ονόματα Αγίων και Οσίων που η ζωή τους, τα θαύματά τους ή το μαρτυρικό τους τέλος είχε συνδεθεί, με Θεία Παρέμβαση, με το φαινόμενο της ακαΐας. Κατέληξαν να προτείνουν τον Άγιο Ιωάννη τον Ρώσο το άφθαρτο

Του επίτιμου Υπαρχηγού Π.Σ. Αντιστρατήγου
Χρήστου Κων. Μητροπέτρου.

λείψανο του οποίου οι Τούρκοι του Οσμάν Πασσά, θέλοντας να εκδικηθούν τους Χριστιανούς της Καππαδοκίας, έριξαν στη φωτιά για να καεί αλλά, θαυματουργικά, περέμεινε αναλείωτο. Στην ανταλλαγή πληθυσμών μεταξύ Ελλάδας - Τουρκίας πρόσφυγες Καππαδόκες που εγκαταστάθηκαν στην Εύβοια έφεραν το 1924, τυλιγμένο σε κειλίμι, το ιερό λείψανο και το τοποθέτησαν σε ναό της νέας πατριδας τους το Νέο Προκόπι (Αμέτ Αγιά) όπου σήμερα το ακέραιο σκήνωμα του Αγίου έχει γίνει, παγκοσμίως, πόλος έλξης ορθόδοξων χριστιανών κυρίως Ρώσων (3).

Όταν όμως η εισήγηση έφθασε στον τότε Αρχηγό του Σώματος Ανδρόνικο Δήμα, ταξίαρχο πεζικού ε.α., την απέριψε με την αστεία όσο και εξωφρενική δικαιολογία: «Τον Άγιο Ιωάννη τον Ρώσο θα κάνετε μωρέ προστάτη σας αυτός

είναι Κομμουνιστής». Δυστυχώς την ίδια άποψη είχαν και κάποιοι, από τους πρωτοκλασάτους τότε «επιτελείς» του Α.Π.Σ., που είχαν προετοιμάσει μάλιστα την αντίδραση του Αρχηγού. Δεν θα αναφέρω ονόματα - αν και μου είναι γνωστά - γιατί κινδυνεύω να κατηγορηθώ «για προσβολή μνήμης τεθνεότων». Εύχομαι πάντως ο Άγιος Ιωάννης - ο Ρώσος και όχι κομμουνιστής - να τους έχει συγχωρήσει. Δεν μας είναι με σιγουριά γνωστό, γιατί η πρόταση δεν επανήλθε, μετά την αποστρατεία του Ανδρόνικου Δήμα, ούτε μπορούμε να καταλήξουμε με σιγουριά στο γιατί το θέμα πάγωσε για πάνω από τέσσερα χρόνια. Ασύμφωνες οι προφορικές μαρτυρίες παλαιών συναδέλφων για το ζήτημα.

Η λύση ήρθε, στις αρχές του 1978, από το Άγιο Όρος. Ο Σπύρος Κουλουριώτης ζηλωτής και τακτικός προσκυνητής της μοναχικής πολιτείας του Αγίου Όρους, συζήτησε με σεβάσιμους γέροντες το πρόβλημα της ανεύρεσης προστάτου του Σώματος και εκείνοι ομόθυμα του πρότειναν τους Αγίους Τρεις Εν Καμίνω Παιδες. Αρχηγός, ολίγων μηνών, τότε ο αξεπέραστος Παναγιώτης Ποτουριδής, που επείγετο να λυθεί το θέμα του προστάτου του Σώματος, πριν από τον εορτασμό της 50ετίας του, δέχθηκε την πρόταση που ήλθε από το περιβόλι της Παναγίας και ακολούθησαν τα όσα αναφέρθηκαν στην αρχή αυτού του άρθρου.

Το 1979 κτίστηκε, στο προαύλιο των νεοανε-

γειρομένων εγκαταστάσεων της Πυροσβεστικής Σχολής, στο Καλυφτάκι κάτω Κηφισιάς, το ναΐδριο των Τριών Αγίων Παιδών. (4) Έκτοτε το Π.Σ. γιορτάζει κάθε χρόνο, με ευλάβεια και κατάνυξη την μνήμη των Αγίων

προστατών του. Η επίσημη κεντρική δοξολογία τελεί στο μητροπολίτικο ναό των Αθηνών, εκτός από τα χρόνια που εκείνος γιάτρευε τις πληγές του από τον σεισμό της Πάρνηθας του 1999, που τελούνταν στο ναό του Αγίου Διονυσίου του Αεροπαγίτου και μια φορά στο ναΐσκο της Ζωοδόχου Πηγής στο προαύλιο της 1ης ΕΜΑΚ στην Ελευσίνα, όπου τελέσθηκαν κι εφέτος αφυδατωμένες, λόγω της πανδημίας, οι εκδηλώσεις του εορτασμού.

Επειδή το γέλιο είναι φάρμακο, στους δίσεκτους καιρούς μας, θα κλείσω με ένα σχετικό με τους Αγίους Προστάτες μας ανέκδοτο. «Ήταν το 1983 όταν ο ανεκδιήγητος τότε Υπουργός Δημόσιας Τάξης Ιωάννης Σκουλαρίκης προετοίμαζε την ενοποίηση των Σωμάτων Χωροφυλακής, Αστυνομίας Πόλεων και Πυροσβεστικού Σώματος. Είχε καλέσει στο γραφείο του φωστήρες επιτελείς

του για να αποφασίσουν ποιος θα είναι ο προστάτης Άγιος του νέου Σώματος. Ένας από αυτούς, έχοντας μαζί του και τις εικόνες των μέχρι τότε προστατών, πρότεινε οικογένεια Αγίων Προστατών και δείχνοντας εικόνες είπε: «να παντρεύουμε τον Άγιο Μηνά, με την Αγία Ειρήνη ιδού και τα παιδιά τους.».

Χρόνια Πολλά για τις χρονιάρες μέρες που έρχονται και άλυτο και ειρηνικό το νέο έτος 2021.

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

1. Πυραγού Γιάννη Σταμούλη, Τρεις Παιδες Εν Καμίνω, Πυροσβεστική Επιθεώρηση, Τεύχος 132, σελ.42. Και στο ίδιο Τεύχος Θεολόγου Σταύρου Γρημάνη, Τρεις Παιδες Εν Καμίνω, σελ. 33.

2. Χρήστου Κων. Μητροπέτρου, Γεράσιμος Μοναχός Μικραγιαννανίτης, ο Υμνογράφος της μεγάλης του Χριστού Εκκλησίας και δημιουργός της ακολουθίας των Αγίων Τριών Παιδών Προστατών του Πυροσβεστικού Σώματος, Πυροσβεστική Επιθεώρηση, Τεύχος 157ο, σελ. 18.

3. Αρχιμανδρίτου Χρυσοστόμου Τριανταφύλλου, ο Όσιος Ιωάννης ο Ρώσος, Χαλκίδα 2000.

4. Μέχρι σήμερα έχουν ανεγερθεί σε επαρχιακές Υπηρεσίες πολλά εκκλησιάκια στη μνήμη των Προστατών μας. Για αυτά τα ναΐδρια, κτισμένα από το υστέρημα των Πυροσβεστών, μια άλλη φορά.

5. Ο και σε πολλές άλλες αμαρτίες περιπεσών.



Στέγη Πυρ. Πολιτισμού

Η ΜΕΓΑΛΗ ΚΑΤΑΙΓΙΔΑ

Μια καταιγίδα βιβλική σάρωσε με μανία τα Φάρσαλα, τα Τρίκαλα κι όλη την Θεσσαλία. Ζάκυνθο και Κεφαλονιά, Εύβοια, Βοιωτία του Ιονίου τα νησιά, Λευκάδα και Ηλεία.

Όλα τα ισοπέδωσε στο διάβα το δικό της και οι αγρότες μας μετρούν με θλίψη τη ζημιά της. Γέφυρες καταστράφηκαν, χωριά αποκλειστήκαν οι δρόμοι λίμνες έγιναν, σοδειές καταστραφήκαν.

Επτά ζωές θρηνήσαμε σ' αυτή την τραγωδία και υπεύθυνοι είναι γι' αυτούς, κράτος και πολιτεία. Αδιαφορία έδειξαν όλα αυτά τα χρόνια μόνο υποσχέσεις στην TV και όλο μεγάλα λόγια.

Σπίτια και καταστήματα με λάσπη σκεπαστήκαν οικοσκευές κι οχήματα, στα ρέματα βρεθήκαν. Το κράτος τώρα προσπαθεί για να τους βοηθήσει και με ασήμαντα ποσά να τους ανακουφίσει.

Να δώσει αποζημίωση, ζωοτροφές και άλλα κι όχι να περιοριστεί στα λόγια τα μεγάλα. Πρώτη έφθασε η ΕΜΑΚ στις συμφοράς τα μέρη εκεί όπου ο Χάροντας είχε στήσει καρτέρι.

Μόχθησε, αγωνίστηκε με θάρρος και ανδρεία και πρόσφερε βοήθεια σ' αυτή την τραγωδία. Έσωσε ανθρώπινες ζωές και τα υπάρχοντά τους που είχαν εγκλωβιστεί σ' απόμακρα χωριά τους.

Πανάγαθε συγκράτησε της φύσης τα στοιχεία ποτέ ξανά να μη μας βρει μια τέτοια δυστυχία. Ηρέμησε τα τρομερά, τ' απρόβλεπτα θηρία στο Χάρο να μη δώσουμε κι άλλους θνητούς για λεία.

Βοήθησε να κλείσουν γοργά τα τραύματά μας που η μπόρα επροξένησε σε πόλεις και χωριά μας. Σε Σένα εναποθέτουμε όλες μας τις ελπίδες ποτέ ξανά να μην μας βρουν της φύσης οι παγίδες.

Υστερόγραφο

Συγχαρητήρια αξίζουν στους ανθρώπους όλων των υπηρεσιών που αγωνίστηκαν να βοηθήσουν τους συνανθρώπους τους κάτω από τις δύσκολες αυτές συνθήκες.

Γιάννης Κων. Τσαρτσάλης
Λογοτέχνης - Ποιητής - Στιχουργός
Υποστράτηγος Πυρ/κού Σώματος Ε.Α.

**ΓΕΝΙΚΟ ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟ
ΤΟΥ ΚΡΑΤΟΥΣ/ Δ' ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ -
ΣΥΝΤΑΞΕΙΣ ΕΝΣΤΟΛΩΝ:**

Δέχεται

**Τετάρτη και Παρασκευή 11.00' - 14.00',
Φιλελλήνων 13-15, Τηλ. 210 3275253**

ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΙΟ covid 19

Το πανεπιστήμιο Johns Hopkins έβγαλε αυτή την εξαιρετική περίληψη για το πώς να αποφεύγουμε τη μετάδοση του ιού.

- Ο ιός δεν είναι ζωντανός οργανισμός, αλλά ΜΟΡΙΟ ΠΡΩΤΕΪΝΗΣ που καλύπτεται από ένα προστατευτικό στρώμα λιπιδίου (λίπος), το οποίο όταν απορροφάται από τα κύτταρα του οφθαλμικού, ρινικού ή στοματικού βλεννογόνου αλλάζει τον γενετικό τους κώδικα (μετάλλαξη) μετατρέποντάς τα σε επιθετικά, πολλαπλασιαζόμενα κύτταρα.

- Δεδομένου ότι ο ιός δεν είναι ζωντανός οργανισμός αλλά πρωτεϊνικό μόριο, δεν θανατώνεται, αλλά αποσυντίθεται μόνος του. Ο χρόνος αποσύνθεσης εξαρτάται από τη θερμοκρασία, την υγρασία και τον τύπο του υλικού όπου βρίσκεται.

- Ο ιός είναι πολύ ευαίσθητος. Το μόνο που τον προστατεύει είναι ένα λεπτό εξωτερικό στρώμα λίπους. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο **το απλό σαπούνι ή το απορρυπαντικό, είναι το καλύτερο φάρμακο**, επειδή ο αφρός ΚΟΒΕΙ το ΛΙΠΟΣ (γι' αυτό και πρέπει να τρίψουμε τα χέρια μας τόσο πολύ: για 20 δευτερόλεπτα ή περισσότερο, για να φτιάξουμε πολύ αφρό). Με τη διάλυση της στιβάδας λίπους, το μόριο πρωτεΐνης διασκορπίζεται και διασπάται από μόνο του.

- Η ΘΕΡΜΟΤΗΤΑ λιώνει το λίπος. Γι' αυτό είναι καλό να χρησιμοποιούμε νερό πάνω από 25 βαθμούς Κελσίου για πλύσιμο χεριών, ρούχων και οτιδήποτε άλλο. Επιπλέον, το ζεστό νερό παράγει περισσότερο αφρό και αυτό το κάνει ακόμα πιο χρήσιμο.

- Το αλκοόλ ή οποιοδήποτε αλκοολούχο μείγμα πάνω από 65%, ΔΙΑΛΥΕΙ ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ λίπος, ειδικά το εξωτερικό λιπιδικό στρώμα του ιού.

- **ΤΑ ΜΙΚΡΟΒΙΟΚΤΟΝΑ ΔΕΝ ΒΟΗΘΑΝΕ.** Ο ιός δεν είναι ζωντανός οργανισμός, όπως τα βακτήρια. Δεν μπορούμε λοιπόν να σκοτώσουμε με τα αντιβιοτικά, ότι δεν είναι ζωντανό.

- Δεν τινάζουμε ΠΟΤΕ χρησιμοποιημένα ή αχρησιμοποιητά ρούχα, σεντόνια ή πανιά. Όσο ο ιός είναι κολλημένος σε μια πορώδη επιφάνεια, είναι πολύ αδρανής και αποσυντίθεται μεταξύ 3 ωρών (ύφασμα και πορώδη υλικά), 4 ωρών (χαλκός, γιατί είναι φυσικά αντισηπτικός και ξύλο, γιατί το ξύλο απομακρύνει την υγρασία και δεν αφήνει να αποκολληθεί και να αποσυντεθεί), 24 ωρών (χαρτόνι),

42 ωρών (μέταλλο) και 72 ωρών (πλαστικό). Όταν τα τινάζουμε ή χρησιμοποιούμε φτερό για να καθαρίσουμε, τα μόρια του ιού υπερίπτανται στον αέρα, για έως και 3 ώρες και μπορούν να κατακαθίσουν στη μύτη μας.

- Τα μόρια του ιού παραμένουν πολύ σταθερά στο εξωτερικό κρύο, ή σε τεχνητό κρύο (κλιματιστικά σε σπίτια και αυτοκίνητα). Χρειάζονται επίσης υγρασία για να παραμείνουν σταθερά και ιδιαίτερα το σκοτάδι. Επομένως, τα αφυδατωμένα, ξηρά, ζεστά και φωτεινά περιβάλλοντα θα υποβαθμίσουν ταχύτερα, τον ιό.

- **ΥΠΕΡΙΩΔΗΣ ΑΚΤΙΝΟΒΟΛΙΑ (UV LIGHT)** που πέφτει πάνω σε οποιοδήποτε αντικείμενο που μπορεί να περιέχει τον ιό, διασπά τη πρωτεΐνη του ιού. Για παράδειγμα, η απολύμανση και η επαναχρησιμοποίηση μάσκας γίνεται με υπεριώδη ακτινοβολία. Προσοχή, όμως, γιατί η υπεριώδης ακτινοβολία διασπά και το κολλαγόνο (που είναι πρωτεΐνη) στο δέρμα, προκαλώντας τελικά ρυτίδες και καρκίνο του δέρματος.

- Ο ιός ΔΕΝ μπορεί να περάσει από υγιές δέρμα.

- Το ξύδι ΔΕΝ είναι χρήσιμο γιατί δεν διασπά το προστατευτικό στρώμα του λίπους.

- Κανένα αλκοολούχο ποτό δε βοηθά. Η ισχυρότερη βότκα περιέχει 40% αλκοόλ, και το λίπος για να σπάσει χρειάζεται τουλάχιστον 65%.

- Όσο πιο περιορισμένος είναι ένας χώρος, τόσο μεγαλύτερη η συγκέντρωση του ιού που μπορεί να υπάρξει εντός του. Όσο πιο ανοιχτός ή φυσικά αεριζόμενος, τόσο λιγότερη.

- ΠΡΕΠΕΙ να πλένουμε τα χέρια μας (πριν και μετά) αγγίζουμε οποιοδήποτε βλεννογόνο, φαγητό, κλειδαριές, διακόπτες, τηλεχειριστήριο, κινητό τηλέφωνο, ρολόγια, υπολογιστές, τραπέζια, τηλεόραση, κλπ. Και φυσικά όταν χρησιμοποιούμε το μπάνιο.

- Κρατάμε τα νύχια μας κοντά και τα καθαρίζουμε σχολαστικά, έτσι ώστε ο ιός να μην κρύβεται εκεί.



Τραπεζικοί λογαριασμοί της ΠΕΑΠΣ

ΕΘΝΙΚΗΣ ΤΡΑΠΕΖΑΣ: IBAN: GR27 0110 1550 0000 1554 8220 217 • Αρ. Λογ. 155/482202-17

EUROBANK: IBAN: GR1002606260000060100753207 • Αρ. Λογ. 0026-0626-06-0100753207

ΜΗΝ ξεχνάτε στην κατάθεσή σας να βάζετε το όνομα και το τηλέφωνό σας



Ημέρα μνήμης Πεσόντων Πυροσβεστών

Παρουσία του Γενικού Γραμματέα Πολιτικής Προστασίας, Βασιλείου Παπαγεωργίου και του Αρχηγού του Πυροσβεστικού Σώματος, Στέφανου Κολοκούρη, πραγματοποιήθηκε στις 12 Νοεμβρίου 2020, επιμνημόσυνη δέηση στο Μνημείο Πεσόντων Πυροσβεστών, στις εγκαταστάσεις του Εθνικού Συντονιστικού Κέντρου Διαχείρισης Κρίσεων (Ε.Σ.ΚΕ.ΔΙ.Κ.) στο Χαλάνδρι Αττικής, προς τιμή των ηρωικών συναδέλφων πυροσβεστών που έχασαν τη ζωή τους κατά την εκτέλεση του καθήκοντος.

Ως «Ημέρα Μνήμης Πεσόντων Πυροσβεστών», έχει καθιερωθεί η 12η Νοεμβρίου, ημέρα θανάτου του πρώτου πυροσβεστικού υπαλλήλου, Δόκιμου πυροσβέστη Β' τάξεως Κωνσταντίνου Πούλιου, ο οποίος έχασε τη ζωή του, πριν από 78 χρόνια, κατά τη διάρκεια κατάσβεσης πυρκαγιάς σε διώροφο οίκημα επί της οδού Θεοδοκοπούλου, στη Θεσσαλονίκη.

Με αίσθημα βαθιάς συγκίνησης τελέστηκε η επιμνημόσυνη δέηση από



τον Αρχιμανδρίτη Νεκτάριο Κιούλο, ακολούθησε κατάθεση στεφάνων από τον Γενικό Γραμματέα Πολιτικής Προστασίας Βασιλείο Παπαγεωργίου και από τον Αρχηγό του Πυροσβεστικού Σώματος Στέφανο Κολοκούρη, ενώ δεν κατατέθηκαν άλλα στεφάνια στη μνήμη των πεσόντων συναδέλφων, προκειμένου, να δοθούν χρήματα για την ενίσχυση των κατοίκων της σεισμόπληκτης Σάμου.

Στη συνέχεια, αναγνώστηκε η Ημερήσια Διαταγή του Αρχηγού Πυροσβεστικού Σώματος.

Στη λιτή τελετή, η οποία πραγματοποιήθηκε σύμφωνα με τις ισχύουσες υγειονομικές διατάξεις, προς περιορισμό της διασποράς του COVID-19, πα-

ρευρέθησαν ο Υπαρχηγός του Πυροσβεστικού Σώματος Αντιστράτηγος Ιάκωβος Κλεφτοσπύρος, ο Επιτελάρχης του Πυροσβεστικού Σώματος Αντιστράτηγος Αλέξιος Ράπανος, ο Διοικητής του Ε.Σ.ΚΕ.ΔΙ.Κ. Υποστράτηγος ΠΣ Σπυρίδων Πέτρου και ο Διευθυντής Ανθρωπίνων Πόρων του Α.Π.Σ. Αρχιπύραρχος Χαράλαμπος Γιαννάκης.

Νέος Εθνικός Διοικητής Πολιτικής Προστασίας ο Αντιστράτηγος Π.Σ. ε.α. Θεοδόσιος Δημακογιάννης

Νέος Διοικητής του Συντονιστικού Οργάνου Πολιτικής Προστασίας ορίστηκε στις 16 Δεκεμβρίου 2020, με απόφαση του Υφυπουργού Πολιτικής Προστασίας και Διαχείρισης Κρίσεων, Νίκου Χαρδαλιά, ο Αντιστράτηγος (ε.α.) του Πυροσβεστικού Σώματος, Θεοδόσιος Δημακογιάννης.



Ο νέος Διοικητής αναλαμβάνει τα καθήκοντά του στο πλαίσιο των προβλεπόμενων στον Ν. 4662/2020 για τη δημιουργία του Εθνικού Μηχανισμού Διαχείρισης Κρίσεων και θα αναπληρώνει στο Συντονιστικό Όργανο Πολιτικής Προστασίας τον Γενικό Γραμματέα. Παράλληλα, έχει την ευθύνη συντονισμού και καθοδήγησης των δεκατριών Περιφερειακών Διοικητών-Συντονιστών Πολιτικής Προστασίας οι οποίοι προβλέπονται στον ίδιο Νόμο.

Ο συνάδελφος Θεοδόσιος Δημακογιάννης, γεννήθηκε το 1965 στο Αιγάλεω Αττικής.

Το 1988 κατετάγη στο Πυροσβεστικό Σώμα και το 1993 αποφοίτησε από τη Σχολή Αξιωματικών.

Κατά τη διάρκεια της θητείας του υπηρέτησε στην Ιστιαία, στη Σάμο, καθώς και σε Υπηρεσίες σε Αθήνα και Πειραιά. Επί επτά χρόνια υπηρέτησε ως Αξιωματικός Επιχειρήσεων στο Συντονιστικό Επιχειρησιακό Κέντρο Υπηρεσιών του Πυροσβεστικού Σώματος (199), ενώ το 2009 διετέλεσε Διοικητής της Σχολής Πυροσβεστών.

Το 2013 τοποθετήθηκε Υποδιοικητής του Εθνικού Συντονιστικού Κέντρου Επιχειρήσεων (ΕΣΚΕ), ενώ το 2014 προήχθη σε Υποστράτηγο και ανέλαβε καθήκοντα Διοικητή του ΕΣΚΕ για τα επόμενα δύο χρόνια.

Το 2016 ανέλαβε καθήκοντα Συντονιστή Επιχειρήσεων με έδρα τον Πειραιά.

Είναι έγγαμος και πατέρας τριών παιδιών.

ΕΚΤΑΚΤΑ ΜΕΤΡΑ ΜΕ ΠΡΟΣΧΗΜΑ ΤΟΝ ΚΟΡΟΝΟΪΟ

Το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο (ΕΚ) προειδοποιεί πως η δημοκρατική διακυβέρνηση κινδυνεύει.

Οι εθνικές κυβερνήσεις δεν θα πρέπει να κάνουν κατάχρηση των έκτακτων εξουσιών τους για τη θέσπιση νομοθεσίας που δεν σχετίζεται με την κατάσταση έκτακτης ανάγκης λόγω της νόσου COVID-19.

Το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο προειδοποιεί, με ψήφισμά του, για τον «κίνδυνο κατάχρησης εξουσίας» από τις εθνικές κυβερνήσεις οι οποίες λαμβάνουν μέτρα έκτακτης ανάγκης για την αντιμετώπιση της πανδημίας και καλεί την Επιτροπή να εντείνει τις προσπάθειές της δια της νομικής οδού, όπου χρειάζεται.

Το ψήφισμα εγκρίθηκε με συντριπτική πλειοψηφία (496 ψήφους υπέρ, 138 κατά και 49 αποχές).

Σύμφωνα με τη σχετική ανακοίνωση του ΕΚ, οι ευρωβουλευτές ζητούν «οι έκτακτες εξουσίες να είναι απαραίτητες, αναλογικές, χρονικά περιορισμένες και να υπόκεινται σε δημοκρατικό έλεγχο». Ζητούν επίσης «να μην χρησιμοποιείται η απαγόρευση διαδηλώσεων για να εγκρίνονται αμφιλεγόμενα μέτρα» καθώς και «να διαφυλαχθούν τα δικαιώματα όλων, συμπεριλαμβανομένων των γυναικών, των ΛΟΑΤΚΙ, των προσφύγων και των κρατουμένων».

Συγκεκριμένα, τα μέλη του ΕΚ ζητούν από τις χώρες :

- Να διακόψουν την «κατάσταση έκτακτης ανάγκης» ή τουλάχιστον να ξεκαθαρίσουν τη διάκριση των εξουσιών και να εξασφαλίσουν τις απαραίτητες ισορροπίες σε δικαστικό και κοινοβουλευτικό επίπεδο.

- Να αποφεύγουν την απαγόρευση των συναθροίσεων και των διαδηλώσεων αδικαιολόγητα ή για να υιοθετήσουν αμφιλεγόμενα μέτρα.

- Να αποφεύγουν να υιοθετούν μέτρα που έχουν ξεκάθαρο αντίκτυπο σε βασικά δικαιώματα, την στιγμή που η κατάσταση της δημόσιας υγείας δεν επιτρέπει τις ασφαλείς διαδηλώσεις.

- Να είναι συγκρατημένες όταν προχωρούν σε ρυθμίσεις που περιορίζουν την ελευθερία της μετακίνησης, ειδικά σε σχέση με το δικαίωμα στην οικογενειακή ζωή.

- Να εξασφαλίσουν το δικαίωμα στην εκπαίδευση, σιγουρεύοντας πως όλοι οι μαθητές έχουν πρόσβαση σε αυτήν.

- Να εξασφαλίσουν πρόοδο στις διαδικασίες ασύλλου, παρά την πανδημία, και να εκκενωθούν οι καταυλισμοί.

- Να εξασφαλίσουν τα δικαιώματα των φυλακισμένων και των κατηγορούμενων, μέσω του συνδυασμού της τεχνολογίας και της δικαστικής εξουσίας.

Πηγή: www.doctv.gr

Όταν οι αθόστρατοι έγραφαν ιστορία

ΓΙΑ ΝΑ ΘΥΜΟΥΝΤΑΙ ΟΙ ΠΑΛΙΟΙ ΚΑΙ ΝΑ ΜΑΘΑΙΝΟΥΝ ΟΙ ΝΕΩΤΕΡΟΙ

Από τα προσωπικά αρχεία συναδέλφων

(Γιάννης Αναγνωστόπουλος: Στις 'επάληξεις' του Π.Σ. από το 1931 μέχρι το 1969)



Ο αείμνηστος συναδέλφος, Γιάννης Αναγνωστόπουλος, στην αρχή της πυροσβεστικής του σταδιοδρομίας (περί τα μέσα του 1930), μαζί με άλλους συναδέλφους του.



Μία ομάδα υποψηφίων αξιωματικών, αμέσως μετά τη διαδικασία των εξετάσεων, τη δεκαετία του 1940.



Με μία παρέα συναδέλφων μπροστά στον Α' Πυροσβεστικό Σταθμό Θεσσαλονίκης όταν αυτός στεγαζόταν στη γωνία των (σημερινών) οδών, Αλεξάνδρου Σβώλου & Δημητρίου Γούναρη.

Μεταξύ των εικονιζόμενων, διακρίνονται οι αείμνηστοι συναδέλφοι:

- Παπακυριαζής Ηλίας (2ος όρθιος, από αριστερά)
- Αναγνωστόπουλος Ιωάννης (3ος όρθιος)
- Μαρούρας (3ος γονατιστός) &
- Γαρξός Αντώνης (4ος γονατιστός)



Έξω από τον Α' Πυρ/κό Σταθμό Θεσσαλονίκης (οδός Αλεξ. Σβώλου), λίγο μετά τον πόλεμο, μπροστά στη μοναδική, τότε, κλίμακα που διέθετε η πόλη. Τα κράνη που φοράνε είναι αυτά που χρησιμοποιήθηκαν και στον ελληνο-ιταλικό πόλεμο του 1940! Ο Σταθμός, είχε, τότε, 4 οχήματα και μία μοτοσυκλέτα. Την κλίμακα, ένα MAGIRUS, ένα FEDERAL με τέσσερις ΕΞΩΤΕΡΙΚΕΣ θέσεις, ένα ασθενοφόρο FEDERAL και μία μοτοσυκλέτα, με καλάθι.

Στο βάθος, αριστερά, διακρίνεται η 'ρεμίζα' του συνεργείου. Πίσω από τα εικονιζόμενα (άνω) παράθυρα, ήταν ο θάλαμος «αναμονής-αναπαύσεως» πυροσβεστών, από όπου, η βάρδια 'γλιστρούσε' στις 'ρεμίζες' μέσω ενός (ξύλινου) κάθετου στύλου! Δίπλα από την είσοδο-έξοδο των οχημάτων υπήρχε ιδιαίτερη πόρτα που οδηγούσε στο γραφείο του Διοικητή αλλά και στο σπίτι του, που ήταν μέσα στον Σταθμό!



Εδώ 'ποζάρει' μπροστά από το (δεξιότιμο) όχημα DENNIS. Τα οχήματα αυτά ήταν τα πρώτα που προμηθεύτηκε το νεοσύστατο Πυροσβεστικό Σώμα, τη δεκαετία του 1930.

Κατά τη διάρκεια της τεσσαροκονταετούς σταδιοδρομίας του, ο πολυτάλαντος συναδέλφος υπηρέτησε και στην Π.Υ. Ξάνθης. Εκεί κατασκεύασε και τον εικονιζόμενο πύργο ασκήσεων, με τη χρήση στύλων της ΔΕΗ, που τους προμηθεύτηκε από την παρακείμενη αποθήκη φύλαξης τους.



Δωρεάν ηλεκτρονικές ξεναγήσεις σε μουσεία

Διάφορα μουσεία και πινακοθήκες, ανά τον κόσμο, προσφέρουν πραγματικές εικονικές περιηγήσεις ή θέτουν τις συλλογές τους σε απευθείας σύνδεση, στο πλαίσιο των προσπαθειών τους να περιοριστεί η διασπορά του κορονοϊού (COVID-19).

Στους παρακάτω χώρους πολιτισμού μπορεί κανείς να περιηγηθεί από τον υπολογιστή ή το κινητό του!

Πινακοθήκη Μπρέρα (Μιλάνο)

Στην Πινακοθήκη Μπρέρα (Pinacoteca di Brera) εκτίθενται σημαντικά έργα τέχνης και βρίσκεται στο Μιλάνο της Ιταλίας. Σε αυτήν βρίσκεται μια από τις πλέον σημαντικές συλλογές που αποτελείται από πίνακες Ιταλών ζωγράφων. Online επίσκεψη:

<https://pinacotecabrera.org/>

Μουσεία Βατικανού (Ρώμη)

Τα Μουσεία Βατικανού (Vatican Museums) στεγάζονται εντός του Βατικανού στη Ρώμη και μπορείτε να πραγματοποιήσετε virtual περιήγηση μέσα από κάμερα 360 μοιρών. Πρόκειται για ένα συγκρότημα μερικών εκ των κορυφαίων μουσείων και αρχαιολογικών χώρων του κόσμου με ετήσια επισκεψιμότητα άνω των 4,3 εκατ. τουριστών. Online επίσκεψη:

<http://www.museivaticani.va>

Αρχαιολογικό Μουσείο (Αθήνα)

Το Εθνικό Αρχαιολογικό Μουσείο αποτελεί το σημαντικότερο μουσείο του κόσμου στον τομέα της Αρχαίας τέχνης. Στις συλλογές του εκπροσωπούνται όλοι οι πολιτισμοί που άνθισαν στον ελληνικό χώρο από την προϊστορική εποχή ως το τέλος της ρωμαϊκής περιόδου.

Online επίσκεψη:

<https://www.namuseum.gr/collections>

Μουσείο Λούβρου (Παρίσι)

Το μουσείο του Λούβρου (Musée du Louvre) είναι ένα από τα μεγαλύτερα και παλαιότερα μου-

σεία τέχνης στον κόσμο. Εκτίθενται 35.000 έργα τέχνης, ενώ οι μόνιμες συλλογές του καταλαμβάνουν συνολικά έκταση 60.600 τετραγωνικών μέτρων και ανάμεσα σε αυτές είναι και οι ελληνικές, που καλύπτουν 25 αίθουσες ή χώρους.

Online επίσκεψη: <https://www.louvre.fr>

Μουσείο Πράντο (Μαδρίτη)

Το Μουσείο του Πράντο (Museo del Prado) κατέχει μια από τις σπουδαιότερες συλλογές τέχνης του κόσμου, και συγκεκριμένα ένα μεγάλο πλήθος πινάκων από τον 14ο ως τις αρχές του 19ου αιώνα. Αν και ιδρύθηκε ως Μουσείο ζωγραφικής και γλυπτικής, το Πράντο περιλαμβάνει σήμερα και πάνω από 5.000 σχέδια, 1.000 νομίσματα και μετάλλια, καθώς και περίπου 2.000 διακοσμητικά αντικείμενα.

Online επίσκεψη

<https://www.museodelprado.es>

Γκαλερί Ουφίτσι (Φλωρεντία)

Η Γκαλερί Ουφίτσι (Galleria degli Uffizi) στεγάζεται στο ανάκτορο της Φλωρεντίας. Τα έργα που εκτίθενται στο μουσείο καλύπτουν χρονικά την περίοδο από τον 13ο μέχρι τον 18ο αιώνα και συνθέτουν μία από τις σημαντικότερες συλλογές αναγεννησιακής τέχνης.

Online επίσκεψη:

<https://artsandculture.google.com/explore>

Μητροπολιτικό Μουσείο (Νέα Υόρκη)

Το Μητροπολιτικό Μουσείο Τέχνης της Νέας Υόρκης (The Metropolitan Museum of Art) είναι ένα από τα μεγαλύτερα και σημαντικότερα μουσεία τέχνης στον κόσμο. Ιδρύθηκε το 1872 και βρίσκεται στην 5η Λεωφόρο στο Μανχάταν. Οι συλλογές του περιέχουν περισσότερα από δύο εκατομμύρια έργα τέχνης και περιλαμβάνουν ξεχωριστούς τομείς Ελληνορωμαϊκής, Μεσαιωνικής, Ισλαμικής, Ασιατικής και σύγχρονης τέχνης, καθώς και φωτογραφιών, ενδυμάτων, όπλων και ναυπηγικών και μουσι-

κών οργάνων.

Online επίσκεψη:

<https://www.metmuseum.org>

Βρετανικό Μουσείο (Λονδίνο)

Το Βρετανικό Μουσείο (British Museum) είναι μουσείο της ανθρώπινης ιστορίας και πολιτισμού στο Λονδίνο. Οι συλλογές του, οι οποίες αριθμούν περισσότερα από επτά εκατομμύρια αντικείμενα, είναι από τις μεγαλύτερες και πιο περιεκτικές στον κόσμο και προέρχονται από όλες τις ηπείρους, απεικονίζοντας και καταγράφοντας την ιστορία του ανθρώπινου πολιτισμού από την αρχαία του έως και σήμερα.

Online επίσκεψη:

<https://www.britishmuseum.org/collection>

Ερμιτάζ (Αγία Πετρούπολη)

Το Μουσείο Ερμιτάζ (State Hermitage Museum) αποτελεί το μεγαλύτερο και ένα από τα παλαιότερα στον κόσμο, με συλλογές που ξεπερνούν τα 3.000.000 έργα. Ανάμεσα στα σημαντικά εκθέματα του μουσείου, περιλαμβάνονται έργα των Λεονάρντο ντα Βίντσι, Ογκύστ Ροντέν, Πάμπλο Πικάσο, Ανρί Ματίς, Πωλ Γκογκέν, Πωλ Σεζάν, Κλωντ Μονέ, Ρέμπραντ και άλλων. Φιλοξενούνται ακόμα εκθέματα από την αρχαία Εθιόπια, την Αίγυπτο και τη Ρώμη, καθώς και μεγάλες συλλογές ειδών κοσμηματοποιίας.

Online επίσκεψη:

<https://auth.hermitagemuseum.org>

Εθνική Πινακοθήκη (Ουάσιγκτον)

Η Εθνική Πινακοθήκη στην Ουάσιγκτον (National Gallery of Art) ιδρύθηκε το 1937. Η συλλογή έργων ζωγραφικής, σχεδίων, εκτυπώσεων, φωτογραφιών, γλυπτών, μεταλλίων και διακοσμητικών τεχνών της Γκαλερί ανιχνεύει την ανάπτυξη της Δυτικής Τέχνης από τον Μεσαίωνα μέχρι σήμερα.

Online επίσκεψη:

<https://www.nga.gov/index.html>

Αύξηση ορίων - μείωση συντάξεων

Συνέχεια από τη σελίδα

Εδώ, βρίσκεται και το πρώτο κομβικό στοιχείο των ανατροπών στο ασφαλιστικό: Είναι το γεγονός πως η εφαρμογή του μοντέλου Πισσαρίδη καθίσταται δεσμευτική, από την στιγμή που η κυβέρνηση σχεδιάζει να την εντάξει, ως στρατηγικό αναπτυξιακό πυλώνα, στο τελικό σχέδιο για την απορρόφηση των 32 δις του Ταμείου Ανάκαμψης που θα κατατεθεί τον Φεβρουάριο στις Βρυξέλλες.

Το δεύτερο στοιχείο που επισημαίνουν οι ειδικοί επί του ασφαλιστικού είναι πως, εκτός από την ιδιωτικοποίηση της επικουρικής ασφάλισης, η έκθεση Πισσαρίδη βάζει «από το παράθυρο» και θέμα μείωσης των κύριων συντάξεων.

Συγκεκριμένα, στην έκθεση προτείνεται η ενίσχυση του ανταποδοτικού τμήματος της σύνταξης, χωρίς να αυξηθεί η συνολική συνταξιοδοτική δαπάνη.

Αντιθέτως, υπάρχει ευθεία αναφορά στην ανάγκη μείωσης της συνταξιοδοτικής δαπάνης, γεγονός που εκ των πραγμάτων οδηγεί σε μείωση συντάξεων.

Η μείωση των συντάξεων προκύπτει εμμέσως και από την έτερη πρόταση της έκθεσης – εκείνη, της χορήγησης κινήτρων για την παραμονή στην εργασία για περισσότερα χρόνια.

Η πρόταση όμως συνοδεύεται και από τον παράλληλο επαναπροσδιορισμό της σύνταξης με βάση το όριο ηλικίας: Συνδυάζεται, δηλαδή, το τελικό

ύψος των αποδοχών της σύνταξης με την ηλικία εξόδου από την εργασία.

Από εδώ, όπως τονίζουν οι ειδικοί επί του ασφαλιστικού, προκύπτει πρόβλεψη για μικρότερες συντάξεις για όσους βγαίνουν στη σύνταξη στα 62 ή 65 έτη, σε σχέση με όσους συνταξιοδοτούνται στο 67ο έτος, ανεξάρτητα εάν έχουν τα ίδια χρόνια ασφάλισης – για παράδειγμα 40 έτη - και έχουν πληρώσει τις ίδιες εισφορές.

Ως προς το σκέλος του κεφαλαιοποιητικού συστήματος και του ιδιωτικού πυλώνα στην επικουρική σύνταξη, το σχέδιο προβλέπει ότι το 6,5% των εισφορών για τους νέους εργαζόμενους, αντί να καταβάλλεται στην κύρια σύνταξη, θα καταβάλλεται στην επικουρική.

Οι νέοι εργαζόμενοι θα μπορούν να απευθύνονται για την επικουρική, σε επαγγελματικά ταμεία και εταιρείες επενδυτικές. Δικαίωμα ένταξης στο νέο «ιδιωτικό επικουρικό ασφαλιστικό» θα έχουν προαιρετικά και οι σημερινοί εργαζόμενοι.

Η ιδιωτικοποίηση και ουσιαστικά η σταδιακή κατάργηση του δεύτερου πυλώνα (ΕΤΕΑΕΠ) του συστήματος κοινωνικής ασφάλισης, σημαίνει ότι τα διανεμητικά και εγγυημένα στοιχεία των συνταξιοδοτικών παροχών από το κράτος περιορίζονται στην εθνική και την ανταποδοτική σύνταξη.

Παράλληλα, με την υπ' αριθ. Φ.10042/οικ.15161

/349/16-4-2020 εγκύκλιο, του υπουργού Εργασίας κ.Ιωάννη Βρούτση, που αναφέρεται στο άρθρο 23 του νέου νόμου 4670/2020, «στις συντάξιμες αποδοχές των δημοσίων υπαλλήλων στους οποίους έχει εφαρμογή το Ενιαίο Μισθολόγιο, καθώς και σ'αυτές των υπαγομένων στα Ειδικά Μισθολόγια (συμπεριλαμβανομένων και των ενστόλων), ΔΕΝ θα συμπεριλαμβάνεται, εφεξής, η προσωπική διαφορά»!

Έτσι, αφού η προσωπική διαφορά ΔΕΝ περιλαμβάνεται στις συντάξιμες αποδοχές, οι νέοι συνταξιούχοι δημόσιοι υπάλληλοι και οι ενστόλοι θα έχουν σαφώς χαμηλότερες συντάξεις!

Όσο μεγαλύτερη είναι η προσωπική διαφορά, τόσο περισσότερο θα μειώνεται και η σύνταξη του δικαιούχου. Δηλαδή η μείωση των συντάξεων των δημοσίων υπαλλήλων και των ενστόλων, όλων των υπαγομένων στο Ενιαίο Μισθολόγιο αλλά και σε Ειδικά Μισθολόγια, θα είναι ίση με την (θετική) προσωπική διαφορά εκάστου!

Οι παραπάνω «ρυθμίσεις» στο ασφαλιστικό-συνταξιοδοτικό, στην πράξη, οδηγούν στην μείωση της εγγυημένης (από το κράτος) σύνταξης κάτω από το μισό.

Από το 70%, που είναι σήμερα, θα πάει στο 30%.

Πηγές: www.tvxs.gr & www.enypekk.gr

Ιατρικά θέματα

Διατροφικές συμβουλές για άτομα με αυξημένα επίπεδα χοληστερόλης

Η χοληστερόλη περιέχεται στις ζωικές τροφές (κρέας, αυγά, γαλακτοκομικά προϊόντα). Οι τροφές από το φυτικό βασίλειο στερούνται χοληστερόλης (φρούτα, όσπρια, λαχανικά).

Η σωστή διατροφή για την αντιμετώπιση της χοληστερόλης περιέχει τροφές πτωχές σε χοληστερόλη και κορεσμένα λίπη, ενώ ο ενδεδειγμένος τρόπος μαγειρέματος περιλαμβάνει κυρίως ψητά και βραστά γεύματα. Μεγάλος ένοχος για την αύξηση της χοληστερόλης είναι και τα κορεσμένα

λίπη. Σε αυτά περιλαμβάνονται όλα τα ζωικά λίπη καθώς επίσης και μερικά φυτικά λίπη, τα οποία είναι στερεά σε θερμοκρασία δωματίου (βούτυρο, σοκολάτα, λάδι ινδικής καρύδας). Είναι προτιμότερο να επιλέγει κανείς ελαιόλαδο, καλαμποκέλαιο, ηλιέλαιο, φυσικέλαιο, βαμβακέλαιο που ανήκουν στα μονοακόρεστα ή πολυακόρεστα λίπη και να αποφεύγει τα ζωικά λίπη.

Βασικοί κανόνες σωστής διατροφής

1. Καταναλώστε καθημερινά φρούτα, λαχανικά, όσπρια.
2. Προτιμήστε ψάρι και κοτόπουλο (χωρίς πέτσα) αντί για κρέας, λουκάνικα, σαλάμια και άλλα αλλαντικά που περιέχουν κορεσμένα λίπη.
3. Προτιμήστε άπαχο γάλα και γιαούρτι, καθώς και τυρί με λίγο λίπος (ανθότυρο).
4. Αποφύγετε το χοιρινό, αρνίσιο και κατσικίσιο κρέας.
5. Αποφύγετε το τηγάνισμα και τσιγαρίσμα των τροφών.
6. Καταναλώστε, ελάχιστα, αναψυκτικά που περιέχουν ζάχαρη.

Τροφές που δεν περιέχουν χοληστερόλη

- Αγγούρια, Ντομάτες, Μανιτάρια, Καρότα χυμός.
- Άσπρο σέλινο ωμό, Γούλια πράσινα, Κόκκινο λάχανο, Λαχανάκια Βρυξελλών, Λάχανο ωμό, Μαρούλι, Πιπεριές ωμές, Σπαράγγια, Μάραθος, Σελινόριζα, Ραπάνι, Κρεμμύδια, Μαϊντανός, Κολοκυθάκια, Σπανάκι.

- Ασπράδι αυγού.

Τροφές πτωχές σε χοληστερόλη

- Φρούτα όλα τα είδη.
- Λαχανικά όλα τα είδη.
- Πουλερικά χωρίς το δέρμα (βραστά ή ψητά).
- Ψάρια άπαχα.
- Γάλα με 1% και γιαούρτι με 1% λιπαρά.
- Ρύζι βραστό χωρίς βούτυρο.
- Βραστές σαλάτες.
- Πατάτες βραστές με τη φλούδα.
- Δημητριακά.
- Όσπρια.
- Μέλι, μαρμελάδα, γλυκά του κουταλιού.

Συμβουλή: Η καθημερινή πρόσληψη λίπους δεν πρέπει να ξεπερνά το 30% με 35% των συνολικών θερμίδων και από αυτό, το ποσοστό του κορεσμένου λίπους δεν θα πρέπει να ξεπερνά το 10%.

Πρακτικοί τρόποι για να μειωθεί η χοληστερόλη από τη διατροφική αλυσίδα

- Επιλέξτε άπαχα κομμάτια κρέατος και αφαιρέστε το ορατό λίπος. Προτιμήστε να ψήσετε παρά να τηγανίσετε το κρέας.
- Αφαιρέστε την πέτσα των πουλερικών. Προτιμήστε και πάλι το ψήσιμο έναντι του τηγανίσματος.
- Προτιμήστε φυτικά έλαια (ελαιόλαδο, ηλιέλαιο και το έλαιο από σιναπόσπορο).
- Αυξήστε τα πολυακόρεστα ω-3: ασκούν θετική επίδραση στην υγεία της καρδιάς και παίζουν σημαντικό ρόλο στη λειτουργία του εγκεφάλου και των οφθαλμών. Τα λιπαρά ψάρια, όπως ο σολομός, η ρέγγα και το σκουμπρί, είναι πηγές ω-3 λιπαρών οξέων, τα οποία μπορούν επίσης να βρεθούν στα καρύδια και σε μερικά έλαια, όπως σογιέλαιο, ηλιέλαιο, σησαμέλαιο, καρθαμέλαιο.
- Προτιμήστε τα μονοακόρεστα λίπη, τα οποία βρίσκονται σε αφθονία σε ελαιόλαδο & αβοκάντο. Προστατεύουν από τις καρδιακές παθήσεις και η συστηματική κατανάλωσή τους μειώνει την κακή χοληστερόλη (LDL).
- Αυξήστε τις φυτικές ίνες: φρούτα και λαχανικά, κυρίως τα πράσινα φυλλώδη λαχανικά και δημητριακά ολικής αλέσεως, με καλύτερη επιλογή το πίτουρο βρώμης και το πλιγούρι.

- Δώστε προσοχή στις ποσότητες που περιέχουν κρυμμένη χοληστερόλη όπως λουκάνικα, ζύμες, πίτες, κέικ, μπισκότα, γλυκά, σοκολάτες, έτοιμες κρέμες, κρακεράκια, τσιπς, τηγανιτά.

- Αποφύγετε τα γαλακτοκομικά προϊόντα με πλήρη λιπαρά και κυρίως τις κρέμες γάλακτος.

- Αποφύγετε τα ακόρεστα / trans λιπαρά οξέα. Όπως και τα κορεσμένα λίπη, τα trans λιπαρά οξέα αυξάνουν τη χοληστερόλη του αίματος.

Επιλέξτε

Τύπος λίπους

Μονοακόρεστο

Πηγές

Ελιές, ελαιοκράμβη, ξηροί καρποί (φιστίκια Αιγίνης, αμύγδαλα, φουντούκια, μακαντάμια, κάσιους, καρύδι πεκάν), φιστίκια, αβοκάντο και τα ελαιά τους (ελαιόλαδο, κραμβέλαιο).

Πολυακόρεστο

Ω-3 πολυακόρεστα: Σολωμός, αγγοτάραχο, σκουμπρί ατλαντικού, ρέγγα, σαρδέλα, γαύρος, ιππόγλωσσος, πέστροφα, λινέλαιο και λιναρόσπορος κραμβέλαιο, σογιέλαιο.

Ω-6 πολυακόρεστα:

Κάποιες μαργαρίνες (διαβάστε την ετικέτα). Ηλιόσποροι, φυτόρ σιταριού, σουσάμι, κουνουάρι, καρύδια, σογιέλαιο, ηλιέλαιο, σησαμέλαιο, ηλιέλαιο.

Αποφύγετε

Τύπος λίπους

Κορεσμένο

Πηγές

Βούτυρο, κρέας και προϊόντα του (λουκάνικα, μπιφτέκια), πλήρες γάλα και γιαούρτι, τυρί, πίτες, γλυκά, λαρδί, λίπος τσιγαρίσματος, σκληρές μαργαρίνες και μαγειρικά λίπη, λάδι καρύδας και φοινικέλαιο.

Trans λιπαρά οξέα

Μερικά λίπη τηγανίσματος και μαγειρέματος (π.χ. υδρογονωμένα φυτικά λάδια) που χρησιμοποιούνται σε μπισκότα, κέικ και γλυκά, λιπαρό κρέας από βόδι ή αρνί.

Διατροφικές επιλογές ανά εβδομάδα σύμφωνα με την ελληνική μεσογειακή διατροφή

- 2 φορές την εβδομάδα όσπρια μαγειρεμένα με ωμό ελαιόλαδο.
- 2 φορές την εβδομάδα άπαχο κοτόπουλο ή γαλοπούλα ή ψάρι, ψητά, με πράσινη σαλάτα ή χόρτα ή γλιστριδα.
- Καθημερινό πίτουρο βρώμης και 3-4 μερίδες φρέσκα φρούτα.
- Καθημερινά 20-30 γρ ανάλατους ξηρούς καρπούς.
- Καθημερινά 1 ποτηράκι κόκκινο κρασί.

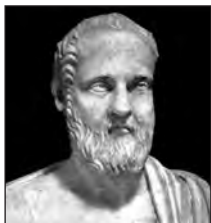
Συμβουλή: Καθημερινά 30 λεπτά μέτριας άσκησης. Επιλέξτε περπάτημα, τρέξιμο, κολύμπι, χορό, τένις, ποδηλασία.

Τις διατροφικές συμβουλές επιμελήθηκε η Άννα Παπαγεωργίου

Κλινική Διαιτολόγος - Διατροφολόγος
Επ. Υπεύθυνη Κέντρου "ΕΥΡΩΣΤΙΑ"
Επ. συνεργάτης Νοσ. Παιδών "Αγία Σοφία"

Ο ΠΑΝΑΘΗΝΑΙΚΟΣ ΛΟΓΟΣ ΤΟΥ ΙΣΟΚΡΑΤΗ (Ο αληθινά μορφωμένος άνθρωπος)

“Αληθινά μορφωμένοι άνθρωποι δεν είναι αυτοί που είναι φορτωμένοι γνώσεις, αλλά εκείνοι που:



-Μπορούν να αντιμετωπίσουν κάθε κατάσταση, σαν άτομα ή σαν μέλη μιάς πολιτείας και να προσφέρουν πολύτιμη βοήθεια στο σύνολο και στο συνάνθρωπό τους.

-Δεν ενοχλούνται από τα ελαττώματα και τις αδυναμίες των άλλων, αλλά τα βλέπουν όλα με κατανόηση και ανθρωπιά.

-Σε κάθε τους κίνηση, σε κάθε εκδήλωσή τους, προσέχουν να μη πληγώσουν, να μη προσβάλλουν τον άλλο.

-Ξέρουν να βάζουν χαλινάρι στα πάθη τους και δεν παρασύρονται από εύκολες απολαύσεις, ώστε να μη μπορούν να ξεχωρίσουν το καλό από το κακό, τι έχει αξία στη ζωή και τι δεν έχει.

-Δεν κλονίζονται από τις συμφορές που τους τυχαίνουν, αλλά τις αντιμετωπίζουν με γενναιοσύνη, χωρίς να ξεχνούν ότι υπάρχουν πάντα και χειρότερες καταστάσεις και ότι είναι ντροπή να μη τις λογαριάζουν και να σκέπτονται εγωιστικά μόνο τον εαυτό τους.

-Δεν διαφθείρονται από την ευτυχία και την καλή τους τύχη, ώστε να αποκτήσουν έπαρση και ανόητη περηφάνεια”.

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ «Η ΦΩΝΗ ΤΩΝ ΑΠΟΣΤΡΑΤΩΝ»

Ιδιοκτησία:

Πανελλήνια Ένωση Αποστράτων
Πυροσβεστικού Σώματος

Συντακτική Επιτροπή:
ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

Εκδότης κατά το νόμο:
Κωνσταντίνος Γιαννάκος
Πρόεδρος της ΠΕΑΠΣ

Κωδ. Εντύπου: 8572

Εγγραφή νέου μέλους 10€

Ετήσια Συνδρομή Ένωσης 15€

Η ύλη για δημοσίευση
και συνδρομές αποστέλλονται
στη διεύθυνση της Ένωσης:
Πατησίων 5 - Όροφος 7ος
Γραφ. 3, 4, 5, 6, 7 Πλατεία Ομόνοιας,
Τ.Κ: 10431

<http://www.peaps.gr>
email: infopeaps@gmail.com

Εκτύπωση:

«ΔΕΣΜΟΣ» Ε.Γιάνναρη 5, 11853, Αθήνα
Τηλ.: 210.3468268 Fax: 210.3467155
desmosekdoseis@gmail.com

Επώνυμα άρθρα απηχούν τις απόψεις
του συγγραφέα και όχι αναγκαστικά της
Πανελληνίας Ένωσης
Αποστράτων Πυροσβεστικού Σώματος.

ΚΟΡΩΝΟΪΟΣ ΚΑΙ ΑΝΔΡΙΚΟ ΦΥΛΛΟ

Στην προσπάθειά τους να Σεντοπίσουν τον τρόπο επίδρασης του κορωνοϊού στον ανθρώπινο οργανισμό, αμερικανοί επιστήμονες διαπίστωσαν ότι ο ιός καθυστερεί να αποβληθεί από τον ανδρικό οργανισμό.

Συνεχίζοντας την έρευνα διαπίστωσαν ότι η αιτία του φαινομένου αυτού μπορεί να οφείλεται στους όρχεις.

Όπως αναφέρει το *iatropedia*, οι εν λόγω επιστήμονες συμπεραίνουν ότι το εν λόγω ανατομικό μέρος των ανδρών αποτελεί «ευαίσθητο σημείο» αυξάνοντας τις πιθανότητές τους να αρρωστήσουν βαριά από τη λοίμωξη που προκαλεί ο κορωνοϊός Covid-19, καθώς διαθέτουν σε αφθονία τα κύτταρα που προσεληκύουν τον ιό.

Οι επιστήμονες πραγματοποίησαν μικρή μελέτη για να εξετάσουν την ταχύτητα αποβολής του κορωνοϊού από τον οργανισμό. Η μελέτη αυτή αφ' ενός έδειξε ότι ο κορωνοϊός είναι πιο επίμονος στους άνδρες, αφ' ετέρου οδήγησε σε μία θεωρητική εξήγηση για την διαφορά μεταξύ των δύο φύλων που έχει παρατηρηθεί από τις αρχές κιόθας της πανδημίας.

Η θεωρία αυτή επικεντρώνεται στους όρχεις και στα κύτταρα στα οποία προσκοιλάται ο κορωνοϊός. Τα κύτταρα αυτά είναι όσα εκφράζουν μία πρωτεΐνη που λέγεται μετατρεπτικό ένζυμο της αγγειοτενσίνης 2 (ACE2).

Η ACE2 φυσιολογικά συμβάλλει στη ρύθμιση της αρτηριακής πίεσης. Βρίσκεται προσκοιλημένη στην εξωτερική επιφάνεια (κυτταρική μεμβράνη) ορισμένων κυττάρων του σώματος και ειδικότερα στα επιθηλιακά κύτταρα των πνευμόνων, του ήπατος εντέρου, των νεφρών, της καρδιάς και των αιμοφόρων αγγείων.

Τα όργανα αυτά είναι εκείνα που πληττει περισσότερο ο κορωνοϊός. Οι επιστήμονες πιστεύουν ότι τα επιθηλιακά κύτταρά τους λειτουργούν ως «πόρτα» για την είσοδο του ιού στον οργανισμό, αφού ο κορωνοϊός ενώνεται με την ACE2 και εισβάλλει στο εσωτερικό τους.

Όσοσο και οι όρχεις διαθέτουν υψηλά επίπεδα της ACE2, ενώ αντιθέτως οι ωοθήκες όχι. Οι επιστήμονες που πραγματοποίησαν τη



νέα μελέτη, εξέφρασαν τη θεωρία ότι οι όρχεις αποτελούν πρόσθετη «πύλη εισόδου» για τον κορωνοϊό. Και επειδή είναι εγγενώς προστατευμένοι από τις επιθέσεις του ανοσοποιητικού, αποτελούν το τέλειο «καταφύγιο» γι' αυτόν.

Έτσι, ο κορωνοϊός «κρύβεται» σε αυτούς και γι' αυτό είναι πιο επίμονος και πιο επιθετικός στους άνδρες, λένε.

Την θεωρία αυτή εκφράζουν σε προκαταρκτική ανάρτησή τους στον σέρβερ επιστημών Υγείας MedRxiv. Στην ιστοσελίδα αυτή οι ερευνητές αναρτούν τις δημοσιεύσεις τους. Σε αντίθεση με τις μελέτες που δημοσιεύονται στις ιατρικές επιθεωρήσεις, οι εργασίες σε αυτόν τον σέρβερ δεν έχουν αξιολογηθεί ακόμα από ανεξάρτητη ομάδα επιστημόνων.

Τη νέα μελέτη πραγματοποίησε ομάδα επιστημόνων με επικεφαλής μία ογκολόγο στη Νέα Υόρκη και τη μητέρα της, μικροβιολόγο στη Βομβάη της Ινδίας.

Οι ερευνητές λένε ότι υπάρχουν και άλλοι παράγοντες που θα μπορούσαν να συμβάλουν στην παρατηρούμενη διαφορά μεταξύ των φύλων. Οι άνδρες, η.χ., είναι πιθανότερο να καπνίζουν, να έχουν υπέρταση και να πάσχουν από στεφανιαία νόσο. Όλοι αυτοί οι παράγοντες προδιαθέτουν στην ανάπτυξη πιο σοβαρής νόσου από τον νέο κορωνοϊό.

Η θεωρία αυτή θα μπορούσε να εξηγήσει γιατί οι άνδρες πεθαίνουν σε πολύ υψηλότερα ποσοστά απ' ό,τι οι γυναίκες. Παρότι είναι παρόμοια η αναλογία ανδρών-γυναικών που νοσοούν, σε Κίνα, Νότια Κορέα, Ιταλία, ΗΠΑ και αλλού οι θανόντες είναι πολύ συχνότερα άνδρες.

Ακόμα και στη χώρα μας, οι άνδρες που έχουν χάσει τη ζωή τους αποτελούν το σχεδόν 74% των θυμάτων, σύμφωνα με τα στοιχεία του ΕΟΔΥ.

Πηγή: *iatropedia*

“Αλίμονο στον αφρόδουλο
πολίτη, που φτλασμένος στα
έσχατα της απελπισιάς,
παραδίνεσαι, για να σωθεί,
στο έλεος του Θεού και
στους νόμους των κλεφτών”

Κώστας Βάρναλης



ΧΡΗΣΙΜΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ

ΠΕΑΠΣ:	2105238569 (και fax)
Πρόεδρος:	697 4045 719
Αντιπρόεδρος:	697 4939 696
Γενικός Γραμματέας:	697 456 7048
Ταμίας:	697 4499 891
Υπεύθ. Δημ. Σχέσεων:	694 6093 673
Αναπλ. Γεν. Γραμματέας:	697 4430 901
Αναπληρωτής Ταμίας:	690 7589442
Κουρείο ΠΕΑΠΣ:	697 6439471
ΓΝΑ:	
-Ραντεβού Εξ. Ιατρείων:	210 7463300
-Τηλ. Κέντρο ΓΝΑ:	210 7463399
-Επείγοντα ΓΝΑ:	210 7464043
-Γιατροί Π.Σ. στο ΓΝΑ:	210 7483626
Γεν. Λογιστήριο Κράτους:	210 3275253
ΕΤΕΑΕΠ (Επικουρικό ταμείο):	210 3275253
ΑΠΣ:	
-Τηλ. Κέντρο	2132157500
-Γραφείο συνταξιοδότησης	2132157902
ΤΕΑΠΑΣΑ:	2105276700

Η ΠΕΑΠΣ σας ενημερώνει

**ΣΥΝΤΑΞΙΟΥΧΟΙ
ΜΕ ΑΓΡΟΤΙΚΟ ΕΙΣΟΔΗΜΑ**

Αρχές της χρονιάς, η Κυβέρνηση θέσπισε τον νόμο 4670/20-02-2020 ο οποίος, μεταξύ άλλων, τροποποιούσε και το ασφαλιστικό των αγροτών.

Ο συγκεκριμένος νόμος, δυστυχώς, δεν διαχώριζε τους κατ'επάγγελμα αγρότες από τους "περιστασιακούς" και τους συνταξιούχους που ασκούν αγροτική δραστηριότητα. Προέβλεπε μάλιστα πως **"όλοι όσοι ασκούν αγροτική δραστηριότητα, ακόμα κι αν το εισόδημά τους από αυτή, είναι μηδενικό, είναι υποχρεωμένοι να καταβάλουν ασφαλιστικές εισφορές, τουλάχιστον 121 ευρώ, τον μήνα"**!

Όπως ήταν αναμενόμενο, ξεσηκώθηκε θύελλα αντιδράσεων από τις χιλιάδες θιγόμενους συνταξιούχους που καλούνταν να πληρώσουν το ετήσιο χαράτσι των 1.500 ευρώ, είτε είχαν έσοδα από την αγροτική τους ενασχόληση, είτε όχι!

Από τον νόμο που δημιουργήθηκε, ενεργοποιήθηκε και η αντιπολίτευση, με την κατάθεση σχετικής επερώτησης στη Βουλή, όπου ζητούσε την αποκατάσταση της αδικίας.

Τελικά πείστηκε ο Υπουργός εργασίας, Γιάννης Βρούτσης και κατέθεσε τροπολογία η οποία προβλέπει τα εξής:

"Συνταξιούχοι των πρώην φορέων κύριας ασφάλισης ή του Δημοσίου που ασκούν δραστηριότητα υπακτέα στην ασφάλιση του πρώην ΟΓΑ (αγρότες, μελισσοκόμοι, κτηνοτρόφοι, πτηνοτρόφοι και αλιείς) και το εισόδημά τους από αυτή την ενασχόληση, είναι κάτω των 10.000 ευρώ, απαλλάσσονται από την υποχρέωση καταβολής εισφορών.

Στους ανωτέρω, παραμένει αμετάβλητο και το ποσοστό της σύνταξής τους".

Αυτό σημαίνει ότι οι ετεροσυνταξιούχοι αγρότες λαμβάνουν το 100% της σύνταξής τους, εφόσον το εισόδημά τους από την απασχόλησή τους στον αγροτικό τομέα δεν υπερβαίνει το ποσό των 10.000 ευρώ, ετησίως.

**Πρόσκληση στην
Ετήσια Γενική Συνέλευση**

Προς τα μέλη της Π.Ε.Α.Π.Σ.

Αγαπητοί συνάδελφοι,

Το Διοικητικό Συμβούλιο της Πανελληνίας Ένωσης Αποστράτων Πυροσβεστικού Σώματος, καλεί τα μέλη της Ένωσης σε Ετήσια (τακτική) Γενική Συνέλευση, το Σάββατο 20 Μαρτίου 2021 και ώρα 11 π.μ., στην αίθουσα του συλλόγου (Πατησίων 5, 7ος όροφος, Ομόνοια, Αθήνα) με θέματα Ημερήσιας Διάταξης:

1. Λογοδοσία του απερχόμενου Δ.Σ. επί των πεπραγμένων έτους 2020 και έγκριση αυτών από το Σώμα.

2. Παρουσίαση της Έκθεσης της Εξελεγκτικής Επιτροπής, για την οικονομική διαχείριση έτους 2020 και έγκριση αυτής από το Σώμα.

3. Προγραμματισμός Δράσης έτους 2021.

4. Απαλλαγή του Δ.Σ. και της Εξελεγκτικής Επιτροπής από κάθε ευθύνη.

5. Οποιοδήποτε άλλο θέμα τεθεί και εκριθεί για συζήτηση, από τη Γενική Συνέλευση.

6. Εκλογή Εφορευτικής Επιτροπής και διενέργεια εκλογών για την ανάδειξη νέου Διοικητικού Συμβουλίου και Εξελεγκτικής Επιτροπής, σύμφωνα με τα οριζόμενα στο άρθρο 13 του Καταστατικού.

Σε περίπτωση μη ύπαρξης της προβλεπόμενης, από το Καταστατικό, απαρτίας, η Γενική Συνέλευση θα πραγματοποιηθεί στον ίδιο χώρο, το Σάββατο, 27 Μαρτίου και ώρα 11 π.μ., ανεξάρτητα από τον αριθμό των παρευρισκομένων μελών της Ένωσης.

Δικαίωμα συμμετοχής στη Γενική Συνέλευση καθώς και υποβολής υποψηφιοτήτων, για τα όργανα του συλλόγου, έχουν τα ταμειακά ενήμερα μέλη.

Για το Διοικητικό Συμβούλιο

Ο Γενικός Γραμματέας
Ανδρέας Ριτσώνης

Ο Πρόεδρος
Κωνσταντίνος Γιαννάκος

Τα εγγόνια και τα μάτια μας!

Πρόσφατες μελέτες που εξετάζουν πόσα χρόνια θα ζήσει η σημερινή γενιά παιδιών, λαμβάνοντας υπόψη παράγοντες όπως η εξέλιξη της ιατρικής, της βιοχημείας και της βιοτεχνολογίας, δίνουν ένα προσδόκιμο ζωής πάνω από 100 χρόνια. Και είναι λογικό, αν αναλογιστούμε την αύξηση του μέσου όρου ζωής τα τελευταία 100 χρόνια! Για να επιτευχθεί αυτό όμως θα πρέπει να λάβουμε υπόψη μας σοβαρά, παράγοντες όπως τη διατροφή, την άσκηση, τους εμβολιασμούς και την εξέλιξη της ιατρικής γενιόκοτερα.

Είναι αποδεδειγμένο από έρευνες πως οι λιγότερες θερμίδες οδηγούν σε μακροζωία. Μαθαίνοντας λοιπόν ένα παιδί να είναι λιτοδίαιτο αυξάνουμε τα χρόνια ζωής του. Οι επιπλέον θερμίδες δυστυχώς δεν γίνονται «μπόι...» αλλά λίπος άρα βάρος και έτσι επιβαρύνεται η υγεία του! Η αγάπη για τα εγγόνια μας είναι δεδομένη! Το παρόν άρθρο δεν είναι γραμμένο για να αμφισβητήσει αυτή την υπέροχη σχέση. Αντιθέτως είναι για να ενισχύσει αυτή την αγάπη και να την δυναμώσει προς όφελος των παιδιών, των παιδιών μας! Η λέξη κλειδί είναι η «υγεία!»

Αν βοηθήσουμε τα εγγόνια μας να τρέφονται πιο υγιεινά θα αυξήσουμε τις πιθανότητες να ζήσουν πολλά περισσότερα χρόνια από την γενιά μας, χωρίς προβλήματα υγείας! Η σωστή



διατροφή αποδεδειγμένα συμβάλλει στη μείωση των ποσοστών πολλών σοβαρών ασθενειών όπως ο καρκίνος και τα καρδιαγγειακά νοσήματα! Τα σημερινά παιδιά βρίσκονται σε ένα περιβάλλον με περισσότερες λιχουδιές, περισσότερη ζάχαρη και περισσότερα επεξεργασμένα τρόφιμα σε σχέση με τις τροφές που υπήρχαν παλαιότερα. Συμφωνούμε νομίζω, επίσης, στο γεγονός ότι ο σύγχρονος τρόπος ζωής έχει αλλάξει θεαματικά, συνεπώς τα παιδιά έχουν περιορισμένη κίνηση και τρώνε συχνότερα «έτοιμο φαγητό». Όπως καταλαβαίνουμε τα εγγόνια μας μεγαλώνουν σε ένα εντελώς διαφορετικό περιβάλλον σε σχέση με το δικό μας! Αυτό σημαίνει πως πρέπει να προσέχουμε πολύ περισσότερο όσον αφορά στη διατροφή τους.

Τι καλούμαστε δηλαδή να κάνουμε;

• να προσφέρουμε στα εγγόνια μας λιγότερα γλυκά και αναψυκτικά

• να τους δίνουμε λιγότερο επεξεργασμένο έτοιμο φαγητό και περισσότερο σπιτικό φαγητό. Τροφές όπως η κέτσαπ ή οι κοτομπουκιές είναι ό,τι χειρότερο και πρέπει να αγωνιστούμε για να χτίσουμε σωστές διατροφικές συνήθειες.

• Πρέπει να επιμένουμε να δοκιμάζουν και να τρώνε όσο το δυνατόν περισσότερα τρόφιμα από όλες τις κατηγορίες. Να τρώνε φρούτα και λαχανικά που είναι πλούσια σε αντιοξειδωτικά και βιταμίνες. Δεν χρειάζεται να τρώνε μόνο ό,τι τους αρέσει για να μην «στενοχωρηθούν», θα πρέπει να μάθουν να τρώνε από όλες τις κατηγορίες τροφίμων.

• Λιγότερο επεξεργασμένο κρέας και λιγότερα επεξεργασμένα ή τυποποιημένα φαγητά.

Εάν είμαστε περισσότερες ώρες μαζί τους, σε σχέση με τους γονείς τους, τότε πρέπει να είμαστε ακόμη πιο αυστηροί με τις διατροφικές τους συνήθειες. Όπως συμβάλλουμε στη διαμόρφωση της προσωπικότητάς τους, έτσι θα πρέπει να κάνουμε και με τη διατροφή τους! Είμαστε αυτοί που θα καθορίσουμε το μέλλον αυτών των παιδιών! Αυτό θα είναι το «δώρο» μας, ένα δώρο με ιδιαίτερη σημασία στην επόμενη γενιά!

Πηγή: Συνταξιουχικός Αγών

ΟΙ 15 ΠΑΝΔΗΜΙΕΣ ΠΟΥ ΕΠΛΗΞΑΝ ΤΗΝ ΑΝΘΡΩΠΟΤΗΤΑ

Συνέχεια από τη σελίδα 1

Τα συμπτώματα περιελάμβαναν πυρετό, δίψα, αιμόπτυση και δερματικές αλλοιώσεις. Η ασθένεια, που ήταν μάλλον τυφοειδής πυρετός, εξασθένησε σημαντικά τους Αθηναίους και ήταν ένας σημαντικός παράγοντας για την ήττα τους από τους Σπαρτιάτες.

Ο Λοιμός των Αντωνίνων (165 μ.Χ.)

Ο Λοιμός των Αντωνίνων ήταν πιθανώς μια πρώιμη εμφάνιση της ευλογιάς, που ξεκίνησε από τους Ούννους. Οι Ούννοι μόλυναν τους Γερμανούς, οι οποίοι με τη σειρά τους μόλυναν τους Ρωμαίους στρατιώτες που βρίσκονταν στις περιοχές τους. Επιστρέφοντας οι στρατιώτες στις πατρίδες τους συνέβαλαν καθοριστικά στην εξάπλωση της ασθένειας.

Τα συμπτώματα περιελάμβαναν πυρετό, πονόλαιμο, διάρροια και, εάν ο ασθενής ζούσε αρκετό καιρό, πυώδεις πληγές. Η πανδημία αυτή συνεχίστηκε έως το 180. Από τα επιφανή θύματα της πανδημίας ήταν και δύο Ρωμαίοι αυτοκράτορες, ο Λούκιος Βέρος και ο πιο γνωστός-από το φιλοσοφικό του έργο-Μάρκος Αυρήλιος.

Η πανδημία πήρε το όνομά της από τη δυναστεία των Αντωνίνων που κυβερνούσε τη Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία. Είναι γνωστή και ως ο Λοιμός του Γαληνού, από το όνομα του Έλληνα γιατρού που πρώτος την περιέγραψε.

Ο Λοιμός του Κυπριανού (250 μ.Χ.)

Η πανδημία αυτή πήρε το όνομά της από το πιο γνωστό της θύμα, τον επίσκοπο Καρθαγίνης Κυπριανό. Τα συμπτώματα περιελάμβαναν διάρροια, εμετό, έλκη στο λαιμό, πυρετό και γάγγραινα στα χέρια και τα πόδια. Οι κάτοικοι εγκατέλειψαν την πόλη για να σωθούν, αλλά προκάλεσαν την εξάπλωση της πανδημίας.

Ενδεχομένως η πανδημία ξεκίνησε από την Αιθιοπία. Στη συνέχεια, όμως, μέσω της Βόρειας Αφρικής πέρασε στη Ρώμη και βορειότερα. Υπήρχαν εστίες της πανδημίας και τους επόμενους τρεις αιώνες. Το 444 έπληξε τη Βρετανία και εμπόδισε τις αμυντικές προσπάθειες των Άγγλων εναντίον των Πίκτων και των Σκώτων, με συνέπεια οι ντόπιοι να ζητήσουν τη βοήθεια των Σαξόνων, οι οποίοι σύντομα απέκτησαν τον έλεγχο του Νησιού.

Ο Λοιμός του Ιουστινιανού (541 μ.Χ.)

Αρχικά εμφανίστηκε στην Αίγυπτο και στη συνέχεια εξαπλώθηκε μέσω της Παλαιστίνης στα λοιπά εδάφη της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας και σε ολόκληρη τη Μεσόγειο.

Ο λοιμός άλλαξε την πορεία της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας, ανατρέποντας τα σχέδια του αυτοκράτορα Ιουστινιανού για την επανάκτηση των δυτικών περιοχών της αυτοκρατορίας και προκάλεσε τεράστια οικονομικά προβλήματα. Πιστεύεται, επίσης, ότι δημιούργησε μια ατμόσφαιρα Αποκάλυψης που συνετέλεσε στην ταχύτερη εξάπλωση του Χριστιανισμού.

Οι επανεμφάνισεις της, τους επόμενους δύο αιώνες, προκάλεσαν τον θάνατο 50 εκατομμυρίων ανθρώπων, το 26% του παγκόσμιου πληθυσμού. Θεωρείται ότι είναι η πρώτη σημαντική εμφάνιση της βουβωνικής πανώλης, η οποία χαρακτηρίζεται από μεγέθυνση του λεμφικού αδένος, μεταφέρεται δε από του αρουραίου και εξαπλώνεται με τους ψύλλους.

Λέπρα (11ος αιώνας)

Παρόλο που ήταν γνωστή από αρχαιοτάτων χρόνων, η λέπρα εξελίχθηκε σε πανδημία στην Ευρώπη κατά τον Μεσαίωνα, με αποτέλεσμα την

κατασκευή πολλών ειδικών εγκαταστάσεων (λεπροκομείων) για να απομονώσουν τον τεράστιο αριθμό των πασχόντων.

Μία αργά αναπτυσσόμενη βακτηριακή ασθένεια, που προκαλεί πληγές και παραμορφώσεις, η λέπρα θεωρήθηκε ως τιμωρία από τον Θεό. Αυτή η δοξασία οδήγησε σε θικές κρίσεις και εξοστρακισμό των θυμάτων. Γνωστή ως ασθένεια του Χάνσεν στις μέρες μας, εξακολουθεί να προσβάλλει δεκάδες χιλιάδες ανθρώπους ετησίως, αλλά είναι ιάσιμη.

Ο Μαύρος Θάνατος (1350)

Υπεύθυνος για το θάνατο του ενός τρίτου του παγκόσμιου πληθυσμού, αυτή η δεύτερη εμφάνιση της βουβωνικής πανώλης άρχισε ενδεχομένως από την Ασία και κινήθηκε δυτικά με τα εμπορικά καραβάνια. Εισήλθε μέσω της Σικελίας το 1347, όταν έφτασαν φορείς της ασθένειας στο λιμάνι της Μεσσήνης, και γρήγορα εξαπλώθηκε σε όλη την Ευρώπη.

Η Αγγλία και η Γαλλία επλήγησαν τόσο πολύ που κήρυξαν εκκευρία στον μεταξύ τους πόλεμο. Το βρετανικό φεουδαρχικό σύστημα κατέρρευσε όταν η ασθένεια άλλαξε τις οικονομικές συνθήκες και τα δημογραφικά δεδομένα. Βορειότερα οι Βίκινγκς έχασαν τη στρατιωτική τους ισχύ και οι εξερευνητές τους στη Βόρεια Αμερική σταμάτησαν.

Η Κολομβιανή Ανταλλαγή (1492)



Ο όρος «Κολομβιανή Ανταλλαγή» εμφανίζεται για πρώτη φορά το 1972 από τον Αμερικανό καθηγητή Ιστορίας και Γεωγραφίας Άλφρεντ Κρόσμπι στο βιβλίο του με τίτλο «Η Κολομβιανή Ανταλλαγή» («The Columbian Exchange»), για να περιγράψει τις πολιτισμικές και βιολογικές επιρροές μεταξύ των πληθυσμών των Ευρωπαίων και των ιθαγενών του Νέου Κόσμου. Έκτοτε επικράτησε ως όρος στην επιστήμη και τη δημοσιογραφία.

Μετά την άφιξη των Ισπανών κονκισταδόρες στην Καραϊβική, οι ασθένειες όπως η ευλογιά, η ιλαρά και η βουβωνική πανώλη, μεταδόθηκαν στους ιθαγενείς πληθυσμούς. Οι μεταδοτικές αυτές ασθένειες εξολόθρευσαν το 90% των ιθαγενών σε Βόρεια και Νότια Αμερική. Κατά την άφιξη του στο νησί της Ισπανιόλης (σήμερα περιλαμβάνει τα κράτη Αϊτή και Δομινικανή Δημοκρατία), το 1492, ο Χριστόφορος Κολόμβος και οι άνδρες του ήρθαν σε επαφή με τη φυλή των Ταϊνό, που αριθμούσε 60.000 ανθρώπους. Το 1548 είχαν απομείνει μόνο 500.

Το σενάριο αυτό επαναλήφθηκε σε ολόκληρη την Αμερική. Το 1520 η αυτοκρατορία των Αζτέκων καταστράφηκε από την ευλογιά που μετέφεραν οι Αφρικανοί σκλάβοι. Βρετανική έρευνα το 2019 κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η εξολόθρευση περίπου 56 εκατομμυρίων ιθαγενών Αμερικανών τον 16ο και τον 17ο αιώνα, από μολυσματικές ασθένειες, ενδέχεται να άλλαξε το κλίμα της Γης, καθώς η ανάπτυξη της βλάστησης σε προηγούμε-

νως καλλιεργημένες εκτάσεις, μετέφερε περισσότερο διοξείδιο του άνθρακα από την ατμόσφαιρα και προκάλεσε ψυχρό συμβάν, γνωστό στην επιστημονική κοινότητα «Μικρή Εποχή των Παγετώνων» («Little Ice Age»).

Ο Μεγάλος Λοιμός του Λονδίνου (1665)

Στη δεύτερη καταγεγραμμένη εμφάνισή της, η βουβωνική πανώλη οδήγησε στο θάνατο του 20% του πληθυσμού του Λονδίνου. Καθώς οι θάνατοι αυξάνονταν και οι μαζικοί τάφοι έκαναν την εμφάνισή τους, εκατοντάδες χιλιάδες γάτες και σκυλιά σφαγιάστηκαν ως πιθανή αιτία και η ασθένεια εξαπλώθηκε μέσω των λιμανιών κατά μήκος του Τάμεση. Την καταστροφή ήλθε να αποτελειώσει η Μεγάλη Φωτιά του Λονδίνου, το φθινόπωρο του 1666.

Η πρώτη πανδημία χολέρας (1817)

Η πρώτη από τις επτά πανδημίες της χολέρας τα επόμενα 150 χρόνια, προήλθε από τη Ρωσία, όπου ένα εκατομμύριο άνθρωποι έχασαν τη ζωή τους. Εξαπλώθηκε μέσα από το νερό και τις τροφές που είχαν μολυνθεί από τα περιττώματα και το βακτήριο μεταφέρθηκε από Βρετανούς στρατιώτες στην Ινδία, όπου πέθαναν εκατομμύρια άνθρωποι.

Η εμβέλεια της βρετανικής αυτοκρατορίας και του ναυτικού της προκάλεσε την εξάπλωση της χολέρας στην Ισπανία, την Αφρική, την Ινδονησία, την Κίνα, την Ιαπωνία, την Ιταλία, τη Γερμανία και την Αμερική, όπου σκότωσε 150.000 ανθρώπους. Ένα εμβόλιο ήταν διαθέσιμο το 1885, αλλά οι πανδημίες συνεχίστηκαν.

Η τρίτη πανδημία βουβωνικής πανώλης (1855)

Ξεκινώντας από την Κίνα και μετακομίζοντας στην Ινδία και το Χονγκ Κονγκ, η βουβωνική πανώλη προκάλεσε 15 εκατομμύρια θύματα. Αρχικά εξαπλώθηκε μέσω των ψύλλων από την επαρχία Γιουνάν (τι ειρωνία, εκεί επρωτοεμφανίστηκε και ο σημερινός covid 19) και θεωρείται ένας από τους σημαντικότερους παράγοντες που προκάλεσε δύο σημαντικές εμφύλιες διαμάχες στην Κίνα.

Η Ινδία αντιμετώπισε τις σημαντικότερες ανθρώπινες απώλειες και η επιδημία χρησιμοποιήθηκε ως δικαιολογία για κατασταλτικές πολιτικές από τους Βρετανούς αποικιοκράτες. Η πανδημία θεωρήθηκε ενεργή έως το 1960, όταν τα κρούσματα έπεσαν κάτω από τα 200.

Η πανδημία ιλαράς στα Φίτζι (1875)

Ένα χρόνο αφότου τα νησιά Φίτζι του Νοτίου Ειρηνικού εντάχθηκαν στη Βρετανική Αυτοκρατορία, μία ομάδα ντόπιων προεστών επισκέφθηκε την Αυστραλία. Επιστρέφοντας στην πατρίδα τους έφεραν μαζί τους και την ασθένεια. Η ιλαρά εξαπλώθηκε με απίστευτη ταχύτητα και μέσα σε έξι μήνες αφάνισε το ένα τρίτο των κατοίκων των Φίτζι, συνολικά 40.000 άτομα.

Η Ρωσική Γρίπη (1889)

Η πρώτη σημαντική πανδημία γρίπης ξεκίνησε από τη Σιβηρία και το Καζακστάν, ταξίδεψε στη Μόσχα, στη Φινλανδία και την Πολωνία, όπου μεταφέρθηκε στην υπόλοιπη Ευρώπη. Μέχρι το επόμενο έτος, μέσω του Ατλαντικού Ωκεανού έπληξε τη Βόρεια Αμερική και την Αφρική. Έως το τέλος του 1890, 360.000 άνθρωποι είχαν χάσει τη ζωή τους.

Η Ισπανική Γρίπη (1918)

Η γρίπη των πτηνών που οδήγησε σε 50 εκατομμύρια θανάτους παγκοσμίως, φαίνεται ότι προ-

ήλθε από την Κίνα και μεταδόθηκε από Κινέζους εργάτες που μεταφέρονταν σιδηροδρομικά μέσω του Καναδά προς την Ευρώπη. Στη Βόρεια Αμερική, η γρίπη εμφανίστηκε για πρώτη φορά στο Κάνσας στις αρχές του 1918 και στην Ευρώπη, την άνοιξη της ίδιας χρονιάς.

Την ονομασία της «ισπανική γρίπη», την οφείλει στις δημοσιογραφικές αναφορές για την έξαρση της ασθένειας στη Μαδρίτη. Η απειλή της ισπανικής γρίπης εξαφανίστηκε το καλοκαίρι του 1919, όταν το μεγαλύτερο μέρος των ασθενών είχε αναπτύξει ανοσία ή είχε πεθάνει.

Η Ασιατική Γρίπη (1957)

Ξεκίνησε από το Χονγκ Κονγκ και γρήγορα εξαπλώθηκε σε ολόκληρη την Κίνα και έπειτα στις Ηνωμένες Πολιτείες. Στην Ευρώπη, η Μεγάλη Βρετανία ήταν αυτή που επλήγη περισσότερο με 14.000 νεκρούς μέσα σε έξι μήνες. Ένα δεύτερο κύμα της ασιατικής γρίπης ακολούθησε στις αρχές του 1958, προκαλώντας συνολικά περίπου 1, 1 εκατομμύρια θανάτους παγκοσμίως, με 116.000 θανάτους μόνο στις ΗΠΑ. Δημιουργήθηκε εμβόλιο που περιόρισε σημαντικά την πανδημία.

Η μάστιγα του AIDS (1981)

Το AIDS, που ταυτοποιήθηκε το 1981, καταστρέφει το ανοσοποιητικό σύστημα ενός ατόμου, με αποτέλεσμα τον θάνατό του από ασθένειες που το σώμα συνήθως καταπολεμά. Όσοι έχουν μολυνθεί από τον ιό HIV αντιμετωπίζουν πυρετό, πονοκέφαλο και διογκωμένους λεμφαδένες.

Το AIDS παρατηρήθηκε για πρώτη φορά στις αμερικανικές κοινότητες των ομοφυλοφίλων, αλλά πιστεύεται ότι αναπτύχθηκε από έναν ιό χιμαπαζή από τη Δυτική Αφρική τη δεκαετία του 1920. Η ασθένεια, η οποία διαδίδεται μέσω ορισμένων σωματικών υγρών, μεταφέρθηκε στην Αϊτή τη δεκαετία του 1960, στη Νέα Υόρκη και το Σαν Φρανσίσκο τη δεκαετία του 1970.

Τα επόμενα χρόνια αναπτύχθηκαν θεραπείες που επιβραδύνουν την πρόοδο της νόσου, αλλά 35 εκατομμύρια άνθρωποι σε όλο τον κόσμο έχουν πεθάνει από AIDS.

Πηγή: www.sansimera.gr

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΣΤΗΝ Π.Ε.Α.Π.Σ.

Το μέλος της ΠΕΑΠΣ Κώστας Καραπατάκης, προσέφερε στην Ένωση 30 ευρώ στη μνήμη του συναδέλφου Γενιτζέ Δημητρίου.

Το Δ.Σ. τον ευχαριστεί θερμά

Υπενθύμιση προς τα μέλη της ΠΕΑΠΣ

Μην ξεχνάτε να γνωστοποιείτε στο Δ.Σ. της Ένωσης κάθε αλλαγή των ατομικών σας στοιχείων και ιδιαίτερα την αλλαγή διεύθυνσης και το (νέο σας) κινητό τηλέφωνο.

Τελετή ολοκλήρωσης βασικής στρατιωτικής εκπαίδευσης των πρωτοετών Δοκίμων Ανθυποπυραγών και Πυροσβεστών

Πραγματοποιήθηκε, στις 18 Δεκεμβρίου 2020, η τελετή ολοκλήρωσης της βασικής στρατιωτικής εκπαίδευσης των πρωτοετών Δοκίμων Ανθυποπυραγών και Πυροσβεστών της Πυροσβεστικής Ακαδημίας, στο Κέντρο Εκπαίδευσης Τεθωρακισμένων, στον Αυλώνα Αττικής.

Η βασική στρατιωτική εκπαίδευση των πρωτοετών Δοκίμων της Πυροσβεστικής Ακαδημίας πραγματοποιείται σύμφωνα με το μνημόνιο συνεργασίας εκπαίδευσης Στρατού Ξηράς και Πυροσβεστικού Σώματος από το έτος 2016 και αποτελεί απαραίτητη προϋπόθεση για την φοίτηση στις Σχολές της Πυροσβεστικής Ακαδημίας.

Τα αποφοιτήρια επιδόθηκαν στους 23 Δόκιμους Ανθυποπυραγούς και στους 92 Δόκιμους Πυροσβέστες από τον Αρχηγό του Πυροσβεστικού Σώματος Αντιστράτηγο Στέφανο Κολοκούρη.



Στην τελετή, η οποία πραγματοποιήθηκε σύμφωνα με τις ισχύουσες υγειονομικές διατάξεις, προς περιορισμό της διασποράς του COVID-19, παραβρέθηκαν ο Υπαρχηγός του Πυροσβεστικού Σώματος Αντιστράτηγος Ιάκωβος Κλεφτοσπύρος, ο Διοικητής της Πυροσβεστικής Ακαδημίας Υποστράτηγος Π.Σ. Εμμανουήλ Δαμουλάκης, ο Διοικητής του ΚΕΤΘ Αυλώνα Ταξίαρχος (ΤΘ) Ζαχαρόπουλος Ζαχαρίας, ο Διοικητής της Σχολής Ανθυποπυραγών Αρχιπύραρχος Δημήτριος Καλιανιώτης και ο Διοικητής Λόγων Δοκίμων Ανθυποπυραγών και Πυροσβεστών Πυραγός Αλέξανδρος Βλαχογιάννης.

Παρακαλούνται όσα από τα μέλη μας δεν έχουν υπογράψει ακόμα την υπεύθυνη δήλωση να κρατείται η συνδρομή τους, από τη σύνταξη, να το πράξουν. Η δήλωση είναι αναρτημένη στο: www.peaps.gr/ΠΛΗΡΩΜΗ_ΣΥΝΔΡΟΜΩΝ

Συναδέλφιοι που έφυγαν από κοντά μας

ΕΠΩΝΥΜΟ	ΟΝΟΜΑ	ΠΟΛΗ	ΕΠΩΝΥΜΟ	ΟΝΟΜΑ	ΠΑΤΡΩΝΥΜΟ
ΣΠΑΡΤΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	ΛΑΡΙΣΑ	ΜΑΛΑΝΔΡΑΚΗΣ	ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ	ΙΩΑΝΝΗΣ
ΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	ΑΘΗΝΑ	ΔΑΣΚΑΛΑΚΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ
ΤΣΕΒΑΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΛΑΜΙΑ	ΛΑΜΠΟΥ	ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ	ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ
ΤΣΟΜΠΑΝΟΥΔΗΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	ΣΕΡΡΕΣ	ΤΣΕΝΙΚΛΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ
ΜΠΟΥΓΙΩΤΗΣ	ΠΕΡΙΚΛΗΣ	ΝΑΥΠΛΙΟ	ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	ΖΑΧΑΡΙΑΣ
ΣΑΚΟΡΑΦΑΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	ΓΡΕΒΕΝΑ	ΓΑΛΑΝΑΚΗΣ	ΜΑΡΚΟΣ	ΜΙΧΑΗΛ
ΦΩΤΟΠΟΥΛΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΚΑΛΑΜΑΤΑ	ΦΙΛΙΝΗΣ	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ
ΣΠΙΝΟΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	ΛΙΒΑΔΕΙΑ	ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΓΙΑΝΝΗΣ	ΣΠΥΡΟΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΗΣ	ΣΠΥΡΙΔΩΝ	ΑΘΗΝΑ	ΤΖΑΜΤΖΗΣ	ΠΑΥΛΟΣ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ
ΠΕΡΔΙΚΑΡΗΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΑΘΗΝΑ	ΓΙΑΝΝΑΚΗΣ	ΧΡΗΣΤΟΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
ΝΟΥΛΑΣ	ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ	ΠΕΙΡΑΙΑΣ	ΧΑΤΖΗΑΝΤΩΝΙΟΥ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ
ΛΑΓΓΟΥΒΑΡΔΟΣ	ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ	ΗΡΑΚΛΕΙΟ-ΚΡΗΤΗ	ΖΑΦΕΙΡΙΑΔΗΣ	ΔΑΝΙΗΛ	ΗΛΙΑΣ
ΑΛΕΞΑΝΔΡΑΚΗΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	ΧΑΝΙΑ	ΣΤΑΘΕΑ	ΕΛΕΝΗ	ΙΩΑΝΝΗΣ
ΒΑΝΤΖΟΣ	ΘΕΟΔΩΡΟΣ	ΑΡΤΑ	ΣΒΟΡΩΝΟΣ	ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ	ΘΕΟΔΩΡΟΣ
ΨΑΘΑΣ	ΝΙΚΟΛΑΟΣ	ΑΡΤΑ			
ΓΙΡΒΑΛΑΚΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	ΗΡΑΚΛΕΙΟ-ΚΡΗΤΗ			
ΧΡΥΣΟΣ	ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ	ΜΥΤΙΛΗΝΗ			
ΔΟΥΒΛΗΣ	ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ	ΠΡΕΒΕΖΑ			
ΚΟΚΟΤΑΚΗΣ	ΜΙΧΑΗΛ	ΣΕΡΡΕΣ			
ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ	ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ	ΠΥΡΓΟΣ			
ΚΑΤΣΟΥΛΗΣ	ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ	ΚΟΡΙΝΘΟΣ			
ΦΩΤΙΟΥ	ΙΩΑΝΝΗΣ	ΚΑΤΕΡΙΝΗ			

Το Δ.Σ. της ΠΕΑΠΣ εκφράζει τα θερμά του συλλυπητήρια στις οικογένειές τους και στα αγαπημένα τους πρόσωπα.

Σύμφωνα με το καταστατικό της Ένωσής μας, η σύζυγος του εκλιπόντα συναδέλφου, δύνανται να εγγραφεί ως μέλος στην ΠΕΑΠΣ

Καλή αντάμωση

Κάθε χρόνο, τέτοια εποχή, εμείς οι απόστρατοι του Π.Σ., με αγωνία περιμέναμε να λάβουμε από την Π.Ε.Α.Π.Σ., την εφημερίδα μας, για να διαβάσουμε τα τελευταία νέα και να ενημερωθούμε για την πρώτη αντάμωση, της νέας χρονιάς, με τους συναδέλφους.

Η πατροπαράδοτη εκδήλωση της Πρωτοχρονιά-

τικής Πίτας ήταν, επί σειρά ετών, η αφητηρία των δράσεων της ιστορικής μας Ένωσης και διοργανώνονταν, ανελλιπώς, σχεδόν από ιδρύσεώς της!

Ήταν το προσκλητήριο αναφοράς των παιδιμάχων της φωτιάς και η ευκαιρία να ανταλλάξουμε ευχές, να θυμηθούμε τα παλιά και να συζητήσουμε υπηρεσιακά θέματα με τους εν ενεργεία προσκαλεσμένους συναδέλφους.

Τα πρώτα χρόνια, αμέσως μετά την απόκτηση της ιδιότητας στέγης μας στην Ομόνοια, ο χώρος των γραφείων μας ασφουκτιούσε από την κοσμολογία κάτι που ανάγκασε, τους τότε διοικούντες, να 'τολήσουν' και να μεταφέρουν τη γιορτή σε ξενοδοχείο.

Κάθε χρονιά που ακολουθούσε, η επιτυχία της εκδήλωσης ήταν και ακόμα μεγαλύτερη. Η συνδιοργάνωσή της δε με τη Γενική Συνέλευση, έδινε την ευκαιρία στα μέλη της Ένωσης, να εκπληρώσουν και τα συλλογικά τους καθήκοντα.

Χρόνο με τον χρόνο η εκδήλωση βελτιωνόταν και προσαρμόζονταν ανάλογα με τις ανάγκες της

εποχής. Τον τελευταίο καιρό, αποσπάστηκε από τη Γενική Συνέλευση και εμπλουτίστηκε με ζωντανή μουσική, ώστε να δοθεί έμφαση στον κοινωνικό και ψυχαγωγικό της χαρακτήρα.

Εφέτος, δυστυχώς, η μοίρα το φερε να μη μπορέσουμε να γιορτάσουμε όλοι μαζί τον ερχομό του νέου χρόνου!

Ας όψεται ο ιός της πανδημίας και η επικίνδυνη εξάπλωσή του, που μας αναγκάζει να περιορίσουμε την κοινωνικότητά μας και να αποχωριστούμε ακόμα και τα συγγενικά μας πρόσωπα!

Υπομονή!

Η υγεία μας είναι το πρώτιστο αγαθό κι αυτή θα πρέπει να διαφυλάξουμε, ως κόρη σφραγισμένη.

Όταν, με το καλό, ξεπεράσουμε κι αυτόν τον κάβο, θα ξαναβρεθούμε στις εκδηλώσεις, τις εκδρομές και τις ροιπές δράσεις του συλλόγου μας.

Καλή και ασφαλή νέα χρονιά, σε όλους!

Κώστας Γιαννάκος
Πρόεδρος Π.Ε.Α.Π.Σ.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΧΡΥΣΑΝΘΟΠΟΥΛΟΣ

Χειρουργός Οδοντίατρος
Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθήνας

Μαραθώνος 33, Ταύρος
(100 μ. από τον σταθμό ΗΣΑΠ)
Τηλ. 211 40 30 149 Κιν. 6934 605 606
e-mail: panchrys.dental@gmail.com

Χρήστος Καρακίδας

ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΟΛΟΓΟΣ-ΗΠΑΤΟΛΟΓΟΣ

Στρατιωτικός ιατρός, Επιμελητής
Γαστρεντερολογικής Κλινικής Ν.Ν.Α.
Επιστημονικός Συνεργάτης "Ευροκλινικής
Αθηνών" & "Metropolitan General"
ΕΝΔΟΣΚΟΠΗΣΕΙΣ & ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ
ΠΕΠΤΙΚΟΥ

Λ.Κηφισίας 57-59 (πλ.σίον Πανόρμου)
ΔΕΧΕΤΑΙ ΜΕ ΡΑΝΤΕΒΟΥ
Τηλ. Ιατρείου: 216 8003450
Κιν. 697 2072712 www.karakoidas.gr

ΤΑΠΗΤΟΚΑΘΑΡΙΣΤΗΡΙΑ

Magic Carpet Cleaners



ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΩΝ.
ΚΛΕΙΔΕΡΗΣ

ΕΠΙΔΑΥΡΟΥ 3 –
ΜΟΣΧΑΤΟ
ΤΗΛ.: 2109404110
2104812745
www.magiccarpetcleaners.gr

ΚΑΤΕΡΙΝΑ Ε. ΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΥ

Πτυχ. ΜΗΧΑΝΟΛΟΓΟΣ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ
ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗΣ & ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΟΣ ΕΠΙΘΕΩΡΗΤΗΣ

Μελέτη-Επίβλεψη-Κατασκευή
Ηλεκτρομηχανολογικών Εγκαταστάσεων

Νικητάρ 13, Άργος
Τηλ-fax: 27510 22972,
Κιν.: 6947 947 232
email: kmixalopoulou@yahoo.gr

Gianna Studios
ΣΟΛΔΑΤΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ



GIANNA STUDIOS
ΠΕΡΙΓΙΑΛΙ - ΝΥΔΡΙ - ΛΕΥΚΑΔΑ
Τηλ.: 2645093222 ή 92715
Κιν.: 6976773656 - 6932924976
e-mail: info@gianna-studios.gr
www.gianna-studios.gr

ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΟΣ

Ευδοκία Σ. Χαραλαμπίδου

Παθήσεις θυρεοειδούς • Παθήσεις επινεφριδίων

- Σακχαρώδης διαβήτης
- Σακχαρώδης διαβήτης κύησης
- Οστεοπόρωση • Έλεγχος σωματικού βάρους
- Ακμή • Ανεπιθύμητη τριχοφυΐα
- Διαταραχές εμμηνόρροιας
- Πολυκυστικές ωοθήκες • Εμμηνοπαύση
- Υπογονιμότητα

Πύθωνος 15, Κυψέλη (ισόγειο)
τηλ/φας: 213 023 8422

κιν: 697 3018 405 • email: charevi@yahoo.gr
Δέχεται με ραντεβού - Κατ' οίκον επισκέψεις

D&B Athens

Ευρυδίκη Αντωνίου

Κιν: +30 6932 224674
Φαξ: +30 2106010851
Skype: D&B Athens
www.dbathens.com

Κόρη του συναδέλφου Λάμπρου Αντωνίου

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΧΡΥΣΟΧΟΪΑΣ

Περικλής Μυρωτιάτης

Αγίου Μελετίου 119, πλ.σίον ΗΣΑΠ, Πλ. Αττικής, τηλ: 210 8628901
Εκπτώσεις για όλους τους συναδέλφους 30% για Αρραβώνες - Γάμο - Βάφτιση
Μεγάλη Εξυπηρέτηση