

L.A Voice

Lamaca's Alternative

ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΤΗΣ ΛΑΡΝΑΚΑΣ | ΤΕΥΧΟΣ 103^ο
ΙΟΥΝΙΟΣ - ΙΟΥΛΙΟΣ 2025



FREE PRESS

Don't worry
Be-Stachio



New
McFlurry™
Pistachio
LIMITED TIME ONLY

€4.90

REUSABLE LOVE CUP

€0.40 to be donated for the
support of RMHC® Cyprus





Το έργο ανήκει στην **Αργυρώ Παπασαβράμ** 7 χρονών μαθήτριά της Α' τάξης του Ε' Δημοτικού Σχολείου Αραδίππου Αυξεντίου και Ευσταθίου, η οποία παρακολουθεί μαθήματα ζωγραφικής εδώ και 3 χρόνια στο Rona's Art Studio.

Στο εργαστήριο Rona's Art Studio παραδίδονται μαθήματα ζωγραφικής σε παιδιά και ενήλικες όπου έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν διάφορες τεχνικές με στόχο να αναπτύξουν και να εξελίσουν τις δεξιότητές τους, την φαντασία τους, την αυτοέκφραση τους αλλά και να χαλαρώσουν σε ένα ζεστό και ευχάριστο περιβάλλον.

ΘΕΜΑΤΑ



8

ΠΡΟΣ ΠΟΛΙΤΕΙΑ:
ΑΚΟΥΣΤΕ ΤΗ ΝΕΑ ΓΕΝΙΑ

10

ΨΗΦΙΑΚΟ ΑΛΜΑ ΓΙΑ ΤΟΝ
ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΤΟΥΡΙΣΜΟ ΤΗΣ
ΛΑΡΝΑΚΑΣ

22

ΩΡΑ ΓΙΑ ΑΠΟΤΕΙΝΩΣΗ
Η ΜΗΠΩΣ ΟΧΙ?

24

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΙ



Rafaella Mouchli Employment Agency Office

Το Ιδιωτικό Γραφείο Εξευρέσεως Εργασίας διαθέτει προϋπηρεσία σε Δημόσια Υπηρεσία σε ανάλογο Τμήμα. Κύριο μέλημα μας η διεκπεραίωση της εργασίας μας στο ακέραιο.

Δίνουμε λύση σε οποιοδήποτε πρόβλημα σας

Αναλαμβάνουμε:

- Πρόσληψη Υψηλών Τρίτων Χωρών
- Πρόσληψη αλλοδαπών φοιτητών
- Πρόσληψη οικιακών βοηθών
- Υπηρεσίες (Immigration - Migration) Τμήμα Μετανάστευσης

📍 Αρχιεπισκόπου Μακαρίου 48 Κίτι

☎ **24 045050** 📱 **97 698341**

✉ Rafaellamouchli.agency@gmail.com

🌐 rafaellaemploymentagency.cy

Σφραγίδα μας η φειδωρία μας

ΠΟΙΟΙ ΕΙΜΑΣΤΕ

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ: Sun Explorer Ltd

ΕΚΔΟΤΡΙΑ – ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ

Γεωργία Ιωαννίδου

ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

Αντρέας Κούνιος, Βάσος Βάσου, Λούης Περεντός,
Παναγιώτα Σύζινου, Παυλίνα Χαγιάννη, Νίκος Αντωνιάδης,
Νανά Ασμένη Παύλου, Μαρία Βασιλείου, Ιωάννα Πιτσιλλή,
Χάρης Αντωνίου, Αστέρω Ουρανοκατέβατου.

ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΤΜΗΜΑ:

Τηλ. 99728877

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ

Nea Estia Printings & Design

ΕΚΤΥΠΩΣΗ: PRINT XPRESS LTD

ΕΔΡΑ

Σταδίου 78, Αυγούλα Court, κατάστημα 3, 6020, Λάρνακα

Τηλ. 99659505 / Φαξ. 24664400

e-mail: lavoice.freepress@cytanet.com.cy

F: L.A Voice – Larnaka's Alternative Newspaper

ΠΟΥ ΘΑ ΜΑΣ ΒΡΕΙΤΕ



home+family



ΕΣΤΙΑ ΑΤΔ, Ζήνωνος Κιτέως 5

Δημαρχείο Λάρνακας

ALEXANDER COLLEGE

ΔΗ.ΒΑ, Παύλου Κριναίου 22 (παρά το νέο νοσοκομείο)

Exada Convenience Store, kritis 1, Aradippou (Krasa)

Περίπτερο Α. ΑΓΑΜΕΜΝΩΝΟΣ, Κων/νου Παλαιόλογου, Λάρνακα

Περίπτερο Constantinos, Λεωφ. Σπύρου Κυπριανού (έναντι Debenhams)

Περίπτερο Αης Γιάννης, Σωτ. Κλεάνθους & Φλ. Κουλέντη

Περίπτερο JAKS, Λεωφ. Σπύρου Κυπριανού 87B

Χριστάκης Κασπαρής, Μακαρίου 26

Ονειροπωλείο, Λεωφόρος Φανερωμένης 131 Λάρνακα

POINT KIOSKS, Λεωφόρος Φανερωμένης 1

McDonald's: Λεωφορος Αθηνών (Φοινικούδες) - Στρατηγού Τιμάγια - Λιβάδια

Αραδίππου

Περίπτερο Candy Break, Κυριάκου Μάτση 120

Κίτι

SoEasy Stores Apx. Μακαρίου 110

Δρομολαξιά

POINT KIOSKS, Ελευθερίας 51

Ορμήδεια

Περίπτερο Ηλίας

Λιβάδια

4 Wizard Kiosk, Ανδρέα Κάλβου 8

Καλό Χωριό

Βιβλιοπωλείο, Η Κιβωτός, Άσσιας 14

Καλοκαίρι η εποχή της ξεγνοιασιάς και της ανανέωσης

Γράφει η **ΓΕΩΡΓΙΑ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ**

Το καλοκαίρι είναι για πολλούς η αγαπημένη εποχή του χρόνου.

Είναι η ιδανική εποχή για στιγμές χαλάρωσης με αγαπημένα πρόσωπα. Είναι μία εποχή γεμάτη ζωντάνια. Ο ήλιος ανατέλλει νωρίς και δύει αργά, χαρίζοντας μας φως, ενέργεια και αισιοδοξία. Το καλοκαίρι είναι μία ευκαιρία για ξεκούραση, αλλά και για νέα ξεκινήματα. Μια ανάσα δροσιάς μέσα στο χρόνο.

Καλοκαίρι σημαίνει ελευθερία να αφήνεις και να ζεις την στιγμή.

Είναι μία περίοδος ανανέωσης. Μας προσκαλεί να σταματήσουμε, να παρατηρήσουμε, να νιώσουμε. Να πάρουμε ανάσες βαθιές, να επανασυνδεθούμε με τον εαυτό μας, με τους άλλους και τον κόσμο γύρω μας.

Μα πάνω απο όλα καλοκαίρι σημαίνει αναμνήσεις. Αυτές που κρατάς μέσα σου για να σε ζεσταίνουν όταν έρθει ο χειμώνας.

Καλοκαίρι η εποχή που μας γαληνεύει,

Που το σώμα αναπαύει και η ψυχή αναπνέει.

Μια αγκαλιά απο ζεστασιά και ουρανό,

Μια υπενθύμιση πως η ζωή είναι εδώ.

Ξεγνοιασιά γεμίζει τη ματιά,

Και η καρδιά μου βρίσκει ξανά χαρά.

Αυτό είναι για μένα το Καλοκαίρι

Ένα ήρεμο φως, μια γαλήνη στο χέρι.



Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, η αντιγραφή και γενικότερα η μετάδοση με οποιοδήποτε τρόπο και μέσο μέρους ή ολόκληρης της ύλης χωρίς την έγγραφη άδεια του εκδότη.

Collect & Benefit



POZZI MILANO

μέχρι/up to

-77%

Αποκτήστε τη συλλογή
με τα ψώνια σας!
Acquire the collection with your shopping!

ΙΣΧΥΕΙ ΜΕΧΡΙ
VALID UNTIL

29/09/2025



METRO

#MetrasEsy | www.metro.com.cy |



αποκλειστικά για
κατόχους METROcard
exclusively for METROcard holders

Η ΠΑΛΙΑ ΕΞΕΔΡΑ ΤΟΥ ΚΑΤΑΚΛΥΣΜΟΥ

Γράφει ο **ΛΟΥΗΣ ΠΕΡΕΝΤΟΣ**

Μέχρι το 1992 η γιορτή του κατακλυσμού διεξαγόταν μπροστά από την προτομή του Κίμωνα που ήταν κοντά στο παλιό Δημαρχείο.

Οι λόγοι αλλαγής χώρου προέκυψαν από τις εργασίες που ξεκίνησαν τότε για την αναμόρφωση του παραλιακού μετώπου των φοινικούδων.

Στο χαιρετισμό του κατά την έναρξη του Κατακλυσμού το 1993, ο τότε Δήμαρχος Λάρνακας Γιώργος Λυκούργος ανέφερε:

«Από το φετινό γιορτασμό θ' απουσιάζει ο αιώνιος φύλακας των παραλιών μας που από του μεγαλοπρεπούς βάθρου του ατένιζε με το γαλάνιο βλέμμα του την πόλη του Ζήνωνα..... Μεταβατική, λοιπόν, η φετινή χρονιά για τον Κατακλυσμό. Σε λίγους μήνες, τα παραλιακά μας μέτωπο θα πάρει τελικά την κανούργια του μορφή κι έτσι από του χρόνου η γιορτή θα προ-

σαρμοστεί στο νέο περιβάλλον. Ίσως για φέτος η μετακίνηση του πυρήνα του πανηγυριού σ' άλλους χώρους μακριά από τις Φοινικούδες, νά'ταν πρακτική για την ομαλότερη συνέχιση των κατασκευαστικών έργων.»

Στις φωτογραφίες βλέπουμε που και πως σπινόνταν η εξέδρα όπου γινόταν το καλλιτεχνικό πρόγραμμα και οι διαγωνισμοί. Το κοινό μαζευτόταν κατά χιλιάδες γύρω από την εξέδρα και παρακολουθούσε το πρόγραμμα ιστάμενο.

Οι πελάτες των γύρω εστιατορίων-καφενείων κάθονταν με τις ώρες και παρακολουθούσαν το πρόγραμμα της γιορτής. Στον εξώστη του παλιού Δημαρχείου ήταν ο Δήμαρχος, τα μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου και προσκεκλημένοι. Ο Κίμωνας φιγουράρει στις περισσότερες φωτογραφίες της περιόδου εκείνης.





Είναι υπέρ σου!

Υπερα Ασφαλιστική 



Νέα Γενιά και ο Δρόμος προς την Κάλπη!

ΜΕΛΕΤΗ-ΕΡΕΥΝΑ: **ΝΙΚΟΣ ΑΝΤΩΝΙΑΔΗΣ** για το περιοδικό L.A Voice

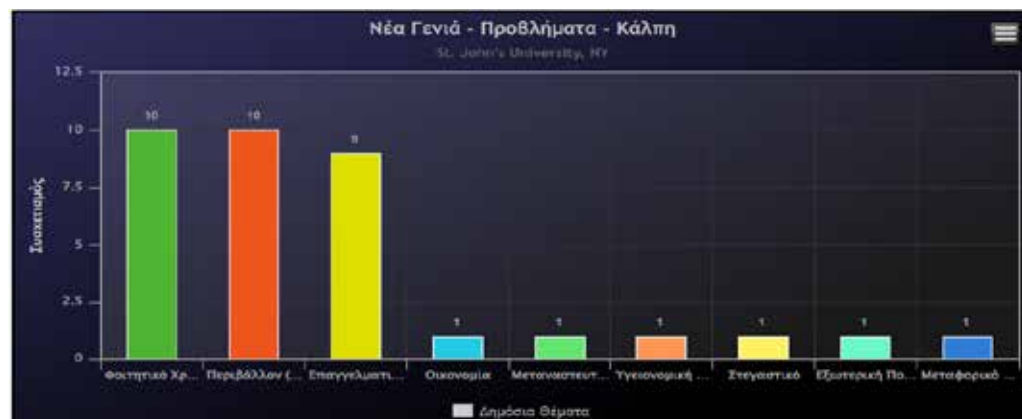
Μελέτη που διεξήχθη στο Πανεπιστήμιο St. John's University της Νέας Υόρκης, με επικεφαλής τον συμπατριώτη μας Καθηγητή Επικοινωνίας & Πολιτικού Μάρκετινγκ Δρα Νίκο Αντωνιάδη, εξέτασε βασικά προβλήματα που ταλανίζουν την κοινωνία μας και τα οποία η κάθε (υπεύθυνη) κυβέρνηση καλείται να επιλύσει. Η μελέτη επικεντρώθηκε στη νέα γενιά (Gen Z - Ηλικίες 18-29) και επιχείρησε να εξετάσει κατά πόσο οι κυβερνήσεις καταφέρνουν να διαβάσουν ορθά τις ανάγκες της. Πιο συγκεκριμένα, επιλέχθηκαν 9 μεγάλα θέματα για εξέταση:

1. Οικονομία
2. Μεταναστευτικό
3. Υγειονομική Περίθαλψη
4. Στεγαστικό
5. Εξωτερική Πολιτική
6. Μεταφορικό Μέσο
7. Φοιτητικό Χρέος
8. Επαγγελματική Πρόοδος
9. Περιβάλλον (Κλιματική Αλλαγή)

Τα ευρήματα κατέδειξαν ότι η πολιτική απέχει χιλιάδες έτη από τα πραγματικά προβλήματα. Ενώ καθημερινά βλέπουμε στα ΜΜΕ και τα

ΜΚΔ να κυριαρχούν θέματα όπως η Οικονομία, το Μεταναστευτικό, η Υγειονομική Περίθαλψη, το Στεγαστικό και η (Εξωτερική) Πολιτική της κάθε κυβέρνησης, εν' τούτης, η παρούσα μελέτη κινείται σε μια ακριβώς αντίθετη κατεύθυνση, αγγίζοντας τις ανάγκες της νέας γενιάς στη ρίζα τους.

Η μελέτη καταδεικνύει ότι όσο περισσότερο μια κυβέρνηση χρησιμοποιεί τη Φόρμουλα "Δημιουργώ, Ενημερώνω, Υποστηρίζω" [Μοντέλο CIS: Create, Inform, Support] για να προσεγγίσει επαρκώς και διαρκώς τις ανάγκες των νέων, τόσο περισσότερο μειώνονται τα προβλήματα των νέων που αφορούν το Φοιτη-



*Το μοντέλο CIS αναπτύχθηκε από τον Δρ. Νίκο Αντωνιάδη και παρουσιάστηκε και βραβεύτηκε στο 7ο Διεθνές Συνέδριο για τη Διοίκηση και την Εκπαιδευτική Καινοτομία (Πανεπιστήμιο, Greenwich, Λονδίνο, Ηνωμένο Βασίλειο, Απρίλιος 2019). The CIS Model: Create, Inform, Support (Δημιουργώ, Ενημερώνω, Υποστηρίζω).

Ο Δρ. Νίκος Αντωνιάδης είναι Καθηγητής στην Νέα Υόρκη σε θέματα Επικοινωνίας, Στρατηγικής & Πολιτικού Μάρκετινγκ και Συντάκτης στις εφημερίδες ikypros.com, L.A. Voice και HellasJournal.

τικό Χρέος, την Επαγγελματική Πρόοδο και το Περιβάλλον (Κλιματική Αλλαγή).

Επίσης, όσο περισσότερο μια κυβέρνηση χρησιμοποιεί τη Φόρμουλα "Δημιουργώ, Ενημερώνω, Υποστηρίζω" για να στηρίξει τις τρεις πιο πάνω καίριες ανάγκες των νέων (Φοιτητικό Χρέος, Επαγγελματική Πρόοδο και Περιβάλλον), τόσο αυξάνεται η τάση των νέων να πάνε στην κάλπη, δηλαδή να ψηφίσουν.

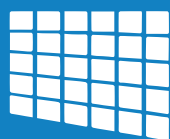
Ταυτότητα Επιστημονικής Μελέτης

Η συσχέτιση και αποτύπωση-ανάλυση των αποτελεσμάτων έγινε με δείγμα φοιτητών του Πανεπιστημίου St. John's από όλο τον κόσμο (συμπεριλαμβανομένων και Κυπρίων και Ελλαδιτών). Οι φοιτητές αυτοί, με τη σειρά τους απέστειλαν το ερωτηματολόγιο σε άλλα άτομα της ηλικίας τους. Η μελέτη ολοκληρώθηκε στα τέλη του 2024 και χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος Regression, όπου ακολουθήθηκε στατιστική ανάλυση συσχετισμών με δεδομένα που συλλέχθηκαν από τη διαδικτυακή αποστολή των ερωτηματολογίων μέσω της πλατφόρμας Survey Monkey και δείγμα από άτομα ηλικίας 18 - 29 ετών.

Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι από τον Μάη του 2022, η κυβερνήτης της Νέας Υόρκης Kathy Hochul ανακοίνωσε ότι οι Νεοϋορκέζοι έχουν την επιλογή να επιλέξουν το «Χ» ως δείκτη φύλου στην άδεια οδήγησης, στην άδεια μαθητευόμενου ή στην ταυτότητα τους (Πολιτεία Νέας Υόρκης). Αυτή η αλλαγή εφαρμόστηκε σύμφωνα με τον νόμο περί αναγνώρισης φύλου της Πολιτείας, ο οποίος τέθηκε σε ισχύ στις 24 Ιουνίου 2022. Η παρούσα μελέτη εφάρμοσε τον πιο πάνω κανονισμό, καταγράφοντας το εξής δείγμα: Γυναίκες 60%), Άντρες 38% και Χ 2%.

Πηγή:

<https://www.governor.ny.gov/news/governor-hochul-announces-new-yorkers-can-now-choose-x-gender-marker-nys-driver-license-and-id> Female. Male, X.



MAYFAIR PROPERTIES

21 ΧΡΟΝΙΑ ΑΚΙΝΗΤΗΣ ΑΞΙΑΣ

Πωλήσεις - Ενοικιάσεις Μελέτη Επενδυτικών Πακέτων Διαχείριση Περιουσιών

Οι κτηματομεσίτες υπήρχαν και θα υπάρχουν για να διευκολύνουν την αγοραπωλησία με ασφάλεια και επαγγελματισμό.

Το Μεσιτικό γραφείο Mayfair Properties άνοιξε τις πόρτες του το 2004 στη Λάρνακα και συνεχίζει την ανοδική του πορεία όλα αυτά τα χρόνια.

Το Mayfair Properties προσφέρει:

- Πολύτιμη εμπειρία, κερδίζοντας έτσι χρόνο και χρήμα
- Αξιοπιστία και επαγγελματισμό
- Εκτεταμένο Δίκτυο Συνεργασιών
- Εξειδικευμένες Συμβουλές

Με πρωτεργάτη τον Αντρέα Νικολάου η εταιρεία πέρασε στα χέρα των παιδιών του που συνεχίζουν με το ίδιο πάθος και ζήλο να δίνουν αξία στο χώρο των ακινήτων. Η εγγεγραμμένη κτηματομεσίτρια Μελάνθη Νικολάου μαζί με τον αδελφό της Κωνσταντίνο με σκληρή δουλειά κατάφεραν να κερδίσουν την εμπιστοσύνη των πελατών.

«Γνωρίζουμε και σεβόμαστε το γεγονός ότι για μερικούς η αγορά ή και η πώληση ακινήτου να είναι κάτι που δεν έχουν ξανά βιώσει. Εδώ είναι όπου έρχονται οι γνώσεις μας, η πολύχρονη εμπειρία μας αλλά και ο δυναμισμός μας. Για εμάς κάθε πελάτης είναι μια ευκαιρία γνωριμίας έτσι ώστε να κατανοήσουμε τις ανάγκες του ξεχωριστά. Επενδύουμε στις μακροχρόνιες σχέσεις αλλά και επαναλαμβανόμενους πελάτες.

Το πελατολόγιο μας έχει ένα ευρύ φάσμα, από Κύπριους, Ευρωπαίους και πολίτες τρίτων χωρών».

Η εταιρεία δηλώνει παρών και στο κάλεσμα της ανθρωπιάς. Συμμετέχει ενεργά στα κοινά. Λαμβάνει μέρος σε διάφορες πολιτιστικές εκδηλώσεις και όχι μόνο, όπως το Μεράκι, το Διεθνές Μαραθώνιο της πόλης μας, καθώς επίσης και σε διάφορους φιλανθρωπικούς σκοπούς όπως τη συλλογή προϊόντων για αποστολή σε χώρες πολέμου κτλ.



Γωνία 1 Αρχ. Λεωφόρος Μακαρίου Γ' & Γρηγόρη
Αυξεντίου, Κατάστημα 7, Akamia Centre



24 818 730



mayfaircyprus.com



info@mayfaircyprus.com





Η ΕΤΑΠ Λάρνακας κάνει ακόμη ένα αποφασιστικό βήμα προς την ανάδειξη του βιωματικού τουρισμού και τη στήριξη της τοπικής επιχειρηματικότητας, λανσάροντας μια πρωτοποριακή και εύχρηστη ψηφιακή πλατφόρμα κρατήσεων εμπειριών. Η πλατφόρμα, η οποία είναι ήδη διαθέσιμη μέσω του συνδέσμου <https://larnakaregion.triggle.app>, αποτελεί έναν σύγχρονο κόμβο σύνδεσης των επισκεπτών με τις εμπειρίες που προσφέρει η Περιφέρεια Λάρνακας.

Για πρώτη φορά, τόσο οι τουρίστες όσο και οι ντόπιοι έχουν τη δυνατότητα να περιηγηθούν διαδικτυακά και να πραγματοποιήσουν άμεσες (real-time) κρατήσεις σε μια ευρεία γκάμα δραστηριοτήτων που αναδεικνύουν τη φυσική ομορφιά, την πολιτιστική κληρονομιά, τη γαστρονομία και την παράδοση της Λάρνακας. Μέσα από την πλατφόρμα, προβάλλονται γευστικές περιηγήσεις σε τοπικούς παραγωγούς, μίνι κρουαζιέρες από τη Μαρίνα Λάρνακας, θαλάσσια σπορ όπως SUP, Wingfoil, Kitesurfing και καταδύσεις, καθώς και δημιουργικά εργαστήρια με τοπικά ποτά. Επίσης, προσφέρονται ξεναγήσεις στην πόλη και σε παραδοσιακά χωριά, εμπειρίες με jeep safari στην περιοχή των γραφικών Λευκάρων, αλλά και περιηγήσεις με quad bike στην Πύλα, τη Βορόκληνη και την

Αθένου. Οι δραστηριότητες αυτές συνεχώς εμπλουτίζονται με νέους παρόχους που πληρούν συγκεκριμένα κριτήρια.

Η πρωτοβουλία εντάσσεται στο πλαίσιο του ψηφιακού μετασχηματισμού του τουριστικού προϊόντος της Λάρνακας και ανταποκρίνεται στις σύγχρονες απαιτήσεις των ταξιδιωτών για αυθεντικότητα, ευκολία στην πρόσβαση και προσωποποιημένες εμπειρίες. Ταυτόχρονα, η πλατφόρμα ενισχύει την τοπική οικονομία, δίνοντας τη δυνατότητα σε μικρές επιχειρήσεις και ανεξάρτητους παρόχους να προβάλλουν τις υπηρεσίες τους και να συνδεθούν άμεσα με το κοινό, τόσο μέσω της ίδιας της πλατφόρμας όσο και μέσω συνεργαζόμενων ξενοδοχείων και τουριστικών επιχειρήσεων.

Στόχος της ΕΤΑΠ Λάρνακας είναι να προβάλει το πολύπλευρο μωσαϊκό εμπειριών της Περιφέρειας καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου. Η νέα πλατφόρμα δεν είναι απλώς ένα τεχνολογικό εργαλείο, αλλά μια στρατηγική επιλογή με στόχο τη δημιουργία ενός ποιοτικού και βιώσιμου τουριστικού μοντέλου, με πολλαπλά οφέλη για την τοπική κοινωνία, την οικονομία και τον ίδιο τον επισκέπτη.

Larnaka
tourism board
WELCOME BACK

**Add new
experiences to
your holiday!**

Scan. Book. Enjoy.



Powered by  **triggle**



Η Πετρολίνα στην Κορυφή του Κυπριακού Επιχειρείν

«Επιχείρηση της Χρονιάς» στα 17a IN Business Awards

Η Πετρολίνα απέσπασε μία από τις σημαντικότερες διακρίσεις της χρονιάς, το βραβείο στην κατηγορία «Επιχείρηση» στα IN Business Awards 2024, επιβεβαιώνοντας έμπρακτα τη διαχρονική της συνεισφορά και πρωταγωνιστικό ρόλο στην κυπριακή οικονομία και κοινωνία.

Η τελετή απονομής πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη, 14 Μαΐου 2025, στο Hilton Park Λευκωσίας, στο πλαίσιο της 17ης διοργάνωσης των βραβείων, τα οποία τιμούν επιχειρήσεις και προσωπικότητες του επιχειρηματικού κόσμου της Κύπρου. Οι νικητές αναδείχθηκαν μέσω ψηφοφορίας του κοινού και αξιολόγησης από ειδική επιτροπή.

Ευχαριστώντας όλους όσους τίμησαν την Πετρολίνα με την ψήφο τους, η Εκτελεστικός Σύμβουλος κα Γεωργία Λευκαρίτη τόνισε: «Το βραβείο αυτό αποτελεί αναγνώριση της διαχρονικής παρουσίας και συνεισφοράς της Πετρολίνα στην οικονομία και κοινωνία της Κύπρου. Με πυξίδα τις αξίες μας, λειτουργούμε με υπευθυνότητα και σεβασμό και επενδύουμε στην καινοτομία και τη βιώσιμη ανάπτυξη. Με συγκροτημένη στρατηγική προχωρούμε δυναμικά, βασισμένοι στα γερά θεμέλια που έχουμε αποδείξει πως διαθέτουμε στην πολύχρονη ιστορία μας. Υπόσχεσή μας, ως κυπριακή εταιρεία να συνεχίσουμε να πρωταγωνιστούμε και να στηρίζουμε την οικονομία και κοινωνία της Κύπρου. Το βραβείο αυτό ανήκει στη μεγάλη οικογένεια της Πετρολίνα, που εδώ και δεκαετίες γράφει καθημερινά τη δική της ιστορία.»

Η βράβευση αυτή ενισχύει ακόμη περισσότερο τη δυναμική πορεία της Πετρολίνα, αναδεικνύοντας τη συνεχή της επένδυση στην καινοτομία, τη βιώσιμη ανάπτυξη και την πρόοδο της Κύπρου.



Στα όρια της κατάρρευσης η μεγάλη κερκίδα του ΓΣΖ Λάρνακας

Γράφει ο **ΒΑΣΟΣ ΒΑΣΟΥ**

Επικίνδυνη και ακατάλληλη είναι η δυτική κερκίδα του νέου ΓΣΖ στη Λάρνακα, χωρητικότητας περίπου επτά χιλιάδων θεατών, γι' αυτό και μία από τις σκέψεις που γίνονται είναι να κατεδαφιστεί. Ο πρόεδρος του του δ.σ. του ΓΣΖ Ανδρέας Ζαχαρίου, σε δηλώσεις του ανέφερε ότι η κατάσταση της δυτικής εξέδρας αποτελεί το μεγαλύτερο πρόβλημα που απασχολεί την δεδομένη στιγμή την ηγεσία του σταδίου, σημειώνοντας ότι η όποια απόφαση για το τι μέλλει γενέσθαι με την κερκίδα θα παρθεί αφού προηγηθεί διαβούλευση με αρμόδιους τεχνικούς. Ο κ.Ζαχαρίου είπε ότι η μεγάλη κερκίδα του ΓΣΖ έχει υποστεί αποσάθρωση, άρχισαν να πέφτουν απ' αυτήν κομμάτια από μπετόν και παρουσιάζει έντονα σημάδια φθοράς, εξού και τέθηκε εκτός λειτουργίας διότι θεωρείται επικίνδυνη και ακατάλληλη για να φιλοξενήσει μεγάλη μάζα φιλάθλων. «Η κατάσταση της δυτικής κερκίδας μας απασχολεί πολύ σοβαρά. Πρέπει, όμως, να εξετάσουμε το θέμα μαζί με αρμόδιους τεχνικούς, διότι κάτω από την εξέδρα αυτή υπάρχουν τ' αποδυτήρια του σταδίου. Μας προβληματίζει το ζήτημα και θ' ασχοληθούμε σοβαρά μαζί του μετά την ολοκλήρωση της τοποθέτησης του ταρτάν στίβου. Η κατεδάφιση της δυτικής και η ανέγερση νέας εξέδρας, πιο μικρής χωρητικότητας, είναι μία σκέψη που γίνεται. Η τελική απόφαση θα παρθεί αφού προηγουμένως έχουμε την γνωμάτευση των τεχνικών», συμπλήρωσε ο κ. Ζαχαρίου. Τα τελευταία χρόνια το ΓΣΖ παρουσιάζει εικόνα εγκατάλειψης, αφού καμία ποδοσφαιρική ομάδα δεν το χρησιμοποιεί πλέον ως έδρα. Το στάδιο άνοιξε τις πύλες του πριν από 40 χρόνια.

ΣΤΟ ΤΕΛΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ

Στο μεταξύ, στο τελικό στάδιο βρίσκονται οι



εργασίες τοποθέτησης καινούργιου συνθετικού τάπητα στο νέο ΓΣΖ, μετά την αποξήλωση του παλιού ταρτάν, το οποίο τα τελευταία χρόνια βρισκόταν σε κάκιστη κατάσταση, προκαλώντας σοβαρά προβλήματα στην εκγύμναση των αθλητών. Πρόκειται για ταρτάν τύπου MONDOTRACK WS, που πληροί όλες τις προδιαγραφές της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Στίβου. Η τοποθέτηση σύγχρονου ταρτάν στίβου έγινε κατορθωτή έπειτα από πάμπολλα διαβήματα και παραστάσεις του διοικητικού συμβουλίου του ΓΣΖ προς τον Κυπριακό Οργανισμό Αθλητισμού (ΚΟΑ) και θεωρείται σημαντική αναβάθμιση για το γήπεδο της Λάρνακας, με το κόστος να ξεπερνά το ένα εκατομμύριο ευρώ. Το έργο εκτελείται με ευθύνη του ΚΟΑ και σε συνεργασία με τον εργολάβο MONDO SPA. Ο Ανδρέας Ζαχαρίου δήλωσε ότι οι εργασίες τοποθέτησης του νέου ταρτάν θα ολοκληρωθούν το επόμενο δίμηνο.

ΠΡΟΣΕΛΚΥΣΗ ΞΕΝΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ

Είναι γεγονός ότι η πόλη της Λάρνακας διαθέτει όλες τις προϋποθέσεις για να εξελιχθεί σ' έναν ελκυστικό προορισμό αθλητικού τουρισμού. Η παρουσία του αεροδρομίου, το ήπιο

κλίμα που έχει και η εξαιρετική γεωγραφική της θέση αποτελούν στοιχεία που ευνοούν την φιλοξενία ομάδων και αθλητών από το εξωτερικό. Παρόλο που τα τελευταία χρόνια το γήπεδο δεν χρησιμοποιείται ως έδρα από κάποια κυπριακή ομάδα ποδοσφαίρου, εντούτοις οι εγκαταστάσεις του ΓΣΖ, με το καινούργιο ταρτάν στίβου που τοποθετείται και τον εξαιρετικό χορτοτάπητα που διαθέτει, θεωρούνται ιδανικές για τη φιλοξενία αθλητικών αποστολών για σκοπούς προετοιμασίας. «Εκτός από γήπεδο ποδοσφαίρου για τις ομάδες της Λάρνακας, το ΓΣΖ πάντοτε χρησιμοποιείτο και ως αθλητικό κέντρο για την προετοιμασία ξένων ποδοσφαιρικών ομάδων, για την διεξαγωγή διεθνών τουρνουά ποδοσφαίρου, αλλά και για προπονήσεις αθλητών. Όλα αυτά, όμως, χάθηκαν μετά την πανδημία. Πλέον, με την εγκατάσταση του καινούργιου ταρτάν στίβου θα βρούμε στην αγορά και θα προσπαθήσουμε να αξιοποιήσουμε ξανά το στάδιο, προσελκύοντας όχι μόνο ποδοσφαιρικές ομάδες, αλλά και αθλητές στίβου από το εξωτερικό για την προετοιμασία τους, κυρίως κατά τους χειμερινούς μήνες», ανέφερε ο Α. Ζαχαρίου.

Λειτουργία Παραλίας Σκύλων στην Περιοχή Κασσιανές (Spyros Beach)

Ο Δήμος Λάρνακας ενημερώνει το κοινό ότι ξεκίνησε επίσημα η λειτουργία της παραλίας σκύλων στην περιοχή Κασσιανές (Spyros Beach), νότια του Αεροδρομίου Λάρνακας, για τη φετινή καλοκαιρινή περίοδο.

Η παραλία είναι οργανωμένη και έτοιμη να υποδεχθεί το κοινό, καθώς έχουν τοποθετηθεί κρεβατάκια και ομπρέλες για χρήση από τους λουόμενους που συνοδεύουν τους σκύλους τους. Η χρήση αυτών των διευκολύνσεων είναι δωρεάν και διαθέσιμη για όλους.

Στο πλαίσιο της συνεχούς του προσπάθειας για την αρμονική συνύπαρξη ανθρώπων και ζώων, έχει προχωρήσει και στη δημιουργία



ενός λειτουργικού πάρκου σκύλων, εξοπλισμένου με όλες τις απαραίτητες υποδομές για την άνεση και ασφάλεια τόσο των τετράποδων φίλων μας όσο και των ιδιοκτητών τους.

Ο Δήμος καλεί το κοινό να επισκεφθεί την παραλία και να απολαύσει στιγμές δροσιάς και ξεγνοιασιάς, πάντα με σεβασμό στο περιβάλλον και στους άλλους επισκέπτες.



Μια ξεχωριστή εμπειρία καφέ και απόλαυσης στη Λάρνακα

Στο μαγευτικό τοπίο της παραλίας Μακένζυ ακριβώς μπροστά στη θάλασσα, το South Coast Specialty Coffee προσφέρει μια ξεχωριστή εμπειρία καφέ. Εδώ, ο specialty καφές είναι στο επίκεντρο, προσεκτικά επιλεγμένος, καβουρδισμένος με γνώση και σερβιρισμένος με αγάπη για την ποιότητα.



Στους χώρους μας θα βρείτε επίσης άνετα σημεία για μελέτη ή επαγγελματικές συναντήσεις, καθώς και ειδικά διαμορφωμένο παιδότοπο για παιδιά.

Συνοδεύστε το ρόφημά σας με χειροποίητες κρέπες, βάφλες και παγωτά, όλα παρασκευασμένα στο κατάστημα, ενώ οι Dubai-style βάφλες και κρέπες αποτελούν τη νέα γευστική πρόταση που κλέβει τις εντυπώσεις.



📍 Παραλία Μακένζυ, 6028, Λάρνακα

📌 South Coast Specialty Coffee

📷 @southcoastspecialtycoffee

☎ 24 656647

🌐 southcoast.com.cy

Το Σάββατο ή την Κυριακή, αυτή την εβδομάδα

Γράφει ο **ΑΝΔΡΕΑΣ ΚΟΥΝΙΟΣ**

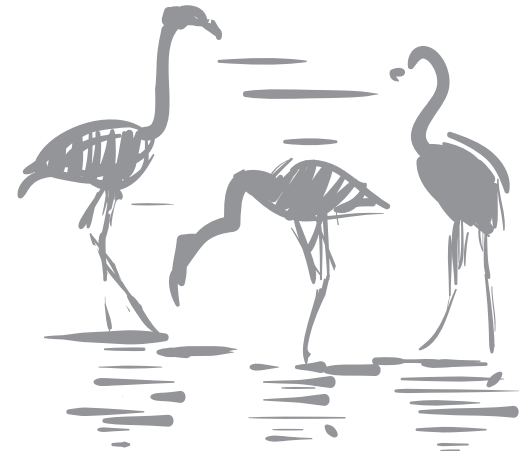
ΘΑ έρθω κάτω, ναι, στην πόλη, ναι, στη Λάρνακα, και θέλω να βρεθούμε οπωσδήποτε. Οπωσδήποτε, σου λέω. Ο κόσμος να χαλάσει, σου λέω. Τι πράγμα; Το πανηγύρι; Ο Κατακλυσμός; Και λοιπόν; Ο Κατακλυσμός τη δουλειά του κι εμείς τη δική μας. Τι να σου πω; Ωραία, στο λέω. Σ' αγαπώ. Ωραία, στο ξαναλέω. Σ' αγαπώ. Ή Σάββατο ή Κυριακή. Μάλλον Σάββατο. Όχι. Μάλλον Κυριακή. Θα με φέρει ο πατέρας μου. Πώς τον έπαισα; Με τα γνωστά. Με περιμένουν οι συμμαθητές και οι συμμαθήτριες. Δεν ξέρω εάν το έχασε και ούτε μα νοιάζει. Φτάνει που εξασφάλισα μεταφορικό μέσο. Λοιπόν, προτείνω Ambianse. Δεν θα 'χει κίνηση, θα μιλήσουμε ελεύθερα, θα αγκαλιαστούμε ελεύθερα, θα φιληθούμε ελεύθερα. Θα μας δουν; Και λοιπόν; Είμαστε ερωτευμένοι. Σιγά το έγκλημα. Άσε που μόλις απολυθώ από τον στρατό θα έρθω με τους γονείς μου να ζητήσουμε το χέρι σου από τους δικούς σου γονείς.

ΣΑΒΒΑΤΟ. Ή Κυριακή. Μάλλον Κυριακή. Τώρα που το σκέφτομαι καλύτερα, μήπως να την

αράξουμε στο Αροκάρια; Σωστά, δικίο έχεις, θα επικρατεί κομφούζιο. Χώρια που εκεί κι αν θα μας δει η μισή πόλη. Θέλεις, τότε, να πάμε στο Βυζάντιο; Να φάμε και πίτσα; Ωραία. Βυζάντιο. Κυριακή. Βράδυ. Θα έρθεις μόνη σου; Ελένη; Ποια Ελένη; Α, αυτή η Ελένη. Μα θα μας καρφώσει. Θα τη φέρεις για καμουφλάζ; Ωραία. Να τη φέρεις. Να φέρω κι εγώ έναν δικό μου; Τον Κώστα. Μέσα είσαι. Τον ψηλό, που παίζει μπάσκετ στην ομάδα του σχολείου, που κάθε τρεις και λίγο πετάει ένα «φερειπείν».

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ, αγαπούλα μου. Θα βρεθούμε την Κυριακή. Στο Βυζάντιο. Θα φέρεις την Ελένη, θα φέρω τον Κώστα. Μετρώ τις ημέρες αντίστροφα. Η καρδιά μου κοντεύει να σπάσει. Θα περάσω τα δάκτυλά μου στα δάκτυλά σου. Εντάξει. Μην θυμώνεις. Κάτω από το τραπέζι! Αλήθεια, σου έλειψα; Τόσο πολύ; Εμένα πιο πολύ. Παρά λίγο να το ξεχάσω. Σου ετοίμασα μια κασέτα με τα τελευταία του Πάριου. Δεν ήταν ανάγκη; Ήταν και παραήταν ανάγκη. Άσε που άκουσα καμιά εικοσαριά φορές το κα-

λύτερό του, το μελωδικότερό του. Λες και οι στίχοι είναι δικοί μου. Να στο τραγουδήσω; Μα φαλτσάρω. Ε, αφού το θες, θα στο τραγουδήσω: «Να λοιπόν γιατί σ' αγάπησα, και όσο ζω θα σ' αγαπώ, να λοιπόν γιατί σ' αγάπησα, σ' όλο τον κόσμο θα το πω. Γιατί είσαι η αλήθεια μες στην ψευτιά, στα γκρίζα όνειρά μου η ξαστεριά, και μάνα κι αδελφή μου κι αγάπη εσύ, τι άλλο να ζητήσω απ' τη ζωή». Καληνύχτα, Ζωή μου.



Τελική Γιορτή Ανοικτού Σχολείου Δήμου Λάρνακας για τη Σχολική Χρονιά 2024 - 2025

Πραγματοποιήθηκε πρόσφατα στην κατάμεστη αίθουσα του Πολυδύναμου Πολυχώρου Κοινωνικής Πρόνοιας και Απασχόλησης Δήμου, η Τελική Γιορτή του Ανοικτού Σχολείου Δήμου Λάρνακας για τη Σχολική Χρονιά 2024 - 2025.

Οι παρευρισκόμενοι είχαν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν διάφορα προγράμματα και επιδείξεις από ομάδες παιδιών και ενηλίκων που συμμετέχουν στις δραστηριότητες του Ανοικτού Σχολείου Δήμου Λάρνακας, όπως, Ελληνικούς Παραδοσιακούς και Λαϊκούς Χορούς, Hip - Hop, Πιλάτες, αποσπάσματα από βιολιά, cheerleading Γυμνάζομαι με το παιδί μου, Τραγούδια και ποιήματα. Επίσης, στο χώρο της εκδήλωσης υπήρχε έκθεση Ζωγραφικής, Κεραμικής, σμυλί/βελονάκι Ρομποτικής, Μαγειρικής/Ζαχαροπλαστικής, Περίπτερο Ρωσικής Γλώσσας, και Βοτανοθεραπείας, - Αρωματοθεραπείας.

Ο Δήμαρχος Λάρνακας, κ. Ανδρέας Βύρας στο χαιρετισμό του ανέφερε, ότι το Ανοικτό Σχολείο είναι ένα δυναμικό κύτταρο κοινωνικής προσφοράς που προσφέρει τη δυνατότητα σε όλους, ανεξαρτήτως ηλικίας, να ασχοληθούν δημιουργικά, να αθληθούν, να μάθουν, να ψυχαγωγηθούν και κυρίως, να έρθουν πιο κοντά ο ένας στον άλλο.

Τόνισε ότι η επιτυχία του θεσμού του Ανοικτού Σχολείου δεν είναι τυχαία, αλλά είναι αποτέλεσμα ομαδικής προσπάθειας.

Τέλος, ευχαρίστησε όλους όσοι συμβάλουν στην επιτυχία του Ανοικτού Σχολείου Δήμου Λάρνακας και ιδιαίτερα όλους όσοι συμμετέχουν στα προγράμματα και στις δραστηριότητες του Σχολείου.

Στη συνέχεια, η Διευθύντρια/Συντονίστρια Δρ. Γιάννα Νικολάου παρουσίασε τα προγράμματα και τις δράσεις του Ανοικτού Σχολείου Δήμου Λάρνακας κατά τη διάρκεια της Σχολικής Χρονιάς 2024 - 2025, κατά την οποία, το Ανοικτό Σχολείο προσέφερε 36 διαφορετικές δραστηρι-

ότητες σε 1400 μέλη, οι οποίες διαμοιράστηκαν σε 87 τμήματα και διδάσκονταν από 32 εξαιρετικούς εκπαιδευτές και τόνισε πως το Σχολείο είναι μια μεγάλη οικογένεια που χρόνο με το χρόνο μεγαλώνει και αγκαλιάζει ολόκληρη την πόλη.

Την Τελική Γιορτή τίμησαν με την παρουσία τους ο Πανιερότατος Μητροπολίτης Κίτιου κ.κ. Νεκτάριος, ο Δήμαρχος Λάρνακας κ. Ανδρέας Βύρας, οι βουλευτές Λάρνακας κ. Πρόδρομος Αλαμπρίτης, κ. Ανδρέα Πασιουρτίδης και κ. Χρίστος Ορφανίδης, ο Αντιδήμαρχος Λάρνακας κ. Ιάσωνας Ιασωνίδης, ο Αντιδήμαρχος Βορόκλινης κ. Νεόφυτος Φακοντής, Δημοτικοί Σύμβουλοι Λάρνακας και πλήθος κόσμου.



BLACKY'S
MENSWEAR
est. 1982



Το BLACKY'S MENSWEAR συμπληρώνει 43 χρόνια επιτυχημένης πορείας στην ανδρική ένδυση!

Με σεβασμό στην ποιότητα, την αισθητική και τον σύγχρονο άντρα, συνεχίζουμε να προσφέρουμε κομμάτια που ξεχωρίζουν.

Ανακάλυψε συλλογές που συνδιάζουν κλασικό και μοντέρνο στυλ, ιδανικές για το άντρα που ξέρει τι του ταιριάζει, από αναγνωρισμένους οίκους **GUY LAROCHE - BIZZARO - DEZIGN**.

Και για τη μέρα που θέλεις να δείχνεις στα καλύτερα σου διαθέτουμε ξεχωριστά κομμάτια, φτιαγμένα με τέχνη, φινέτσα και απόλυτη εφαρμογή.

Σας ευχαριστούμε για τα 43 χρόνια εμπιστοσύνης. Με οδηγό την ποιότητα συνεχίζουμε με σιγουριά.

Χρόνια εμπειρία - Στιγμές κομψότητας



ΕΡΜΟΥ 53 - 53^A - ΤΗΛ 24 624151

www.blackysmenswear.com

Ζαχαρίας Κουλίας

Μια εξέχουσα προσωπικότητα της κυπριακής πολιτικής σκηνής, με μακρά και συνεχή παρουσία στο κοινοβούλιο

Συνέντευξη στην ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΣΥΖΙΝΟΥ

Πως ήταν τα παιδικά σας χρόνια; Η ζωή στο Ριζοκάρπασο ποιες έντονες μνήμες, σας άφησε;

Τα παιδικά μου χρόνια στο Ριζοκάρπασο ήταν χρόνια ευλογημένα, παρά τις δυσκολίες της εποχής. Τότε, όλα τα παιδιά ξυπνούσαμε νωρίς, ιδιαίτερα τις μέρες χωρίς σχολείο, για να βοηθήσουμε στις αγροτικές εργασίες και στις δουλειές του σπιτιού, που όπως θυμάμαι, δεν τέλειωναν ποτέ.

Παρόλα αυτά, εκείνα τα χρόνια ήταν γεμάτα ζεστασιά, απλότητα και αξίες. Για κάθε άνθρωπο, η πιο γλυκιά πατρίδα είναι ο τόπος που γεννήθηκε, είδε το πρώτο φως, έκανε τα πρώτα του βήματα. Για μένα, αυτός ο τόπος είναι το Ριζοκάρπασο.

Συχνά, με κατακλύζουν μνήμες νοσταλγικές: **Οι μυρωδιές από τα αγριολούλουδα στους κάμπους, τα κελαπήματα των πουλιών, οι θάλασσες και οι ακρογιαλιές του τόπου μου.**

Ήταν μια ζωή λιτή, αλλά γεμάτη ουσία. Και αυτές οι μνήμες είναι για μένα πολύτιμος θησαυρός και πηγή δύναμης.

Ποιες είναι οι αρχές και τα εφόδια που έχετε πάρει από τους γονείς σας, τα οποία αποτέλεσαν φάρο για εσάς, στη μετέπειτα πορεία σας;

Οι γονείς μου, απλοί αλλά σοφοί άνθρωποι της γης, μου δίδαξαν με το παράδειγμά τους τις θεμελιώδεις αρχές που με καθοδηγούν μέχρι σήμερα: Την εργατικότητα, την τιμιότητα,

τη σεμνότητα και το αίσθημα του καθήκοντος απέναντι στον συνάνθρωπο και την πατρίδα.

Παρότι ήταν αγρότες και μεγάλωσαν επτά παιδιά, είχαν καλλιεργημένο πνεύμα και ενεργό ενδιαφέρον για τα κοινά. Από αυτούς έμαθα πως ο αληθινός πλούτος βρίσκεται στην προσφορά και πως η αγάπη για τον τόπο μας δεν είναι απλώς λόγια, αλλά πράξεις. Αυτές οι αξίες αποτέλεσαν για μένα φάρο στην προσωπική και πολιτική μου πορεία.

Ποια πρόσωπα επηρέασαν τον τρόπο σκέψης σας;

Ο Ζαχαρίας Ν. Κουλίας, αδελφός του πατέρα μου και γυμνασιάρχης του Ριζοκαρπάσου. Μία εξέχουσα φυσιογνωμία και λαμπρός εκπαιδευτικός που άφησε ανεξίτηλο το αποτύπωμα του στην παιδεία και τη διδασκαλία και χαίρει βαθιάς εκτίμησης, αγάπης και σεβασμού από τους Ριζοκαρπασίτες μέχρι σήμερα.

Ήταν μια μελιχρία, χαρισματική μορφή που ενέπνεε με το ήθος την απλότητα και το παράδειγμα. Η παρουσία του διακρινόταν από μελιχρία χαρακτήρα, εσωτερική ευγένεια και πνευματική καλλιέργεια. Ήταν ένας άνθρωπος που ενσάρκωνε την έννοια του δασκάλου με την ευρύτερη και ουσιαστικότερη σημασία του όρου. Το ήθος του και οι αξίες του τον καθιστούσαν πρότυπο. **Με τη στάση ζωής του, την προσήλωση στις αρχές του και το ζωντανό παράδειγμα, άσκησε σημαντική επιρροή στη διαμόρφωση των αντιλήψεων μου.**

Ο Ζαχαρίας Κουλίας, γνωστός για τον εκρηκτικό, αυθόρμητο και συχνά παρορμητικό του χαρακτήρα, θεωρείται μια έντονη και αντισυμβατική πολιτική προσωπικότητα που συνδυάζει λαϊκό λόγο με σκληρές τοποθετήσεις, προκαλώντας ποικίλες αντιδράσεις, ενώ δεν διστάζει να εκφράσει δημόσια και με ένταση τις απόψεις του ακόμα και εάν αυτές είναι αντίθετες με την επίσημη γραμμή του κόμματος του.

Ξεχωρίζει για τις έντονες τοποθετήσεις του κυρίως στα ελληνοκυπριακά συμφέροντα ή και αντίθεση σε σχέδια επίλυσης του Κυπριακού που θεωρεί ότι δεν εξυπηρετούν την εθνική μας υπόθεση.

Την πολιτική του ταυτότητα, διαμόρφωσαν η ευθύτητα και η αποφασιστικότητα του χαρακτήρα του και τον έχουν καθιερώσει ως μια σταθερή φωνή στην κυπριακή βουλή!

Η πιο γλυκιά του πατρίδα όπως λέει, είναι το Ριζοκάρπασο ο τόπος που γεννήθηκε...Οι γονείς του απλοί αλλά σοφοί άνθρωποι της γής, του δίδαξαν τιμιότητα, σεμνότητα και το αίσθημα του καθήκοντος προς το συνάνθρωπο και την πατρίδα.

Μέσα από την ενδιαφέρουσα συνέντευξη που παραχώρησε στο περιοδικό της Λάρνακας L.A. Voice, θα γνωρίσετε ένα Ζαχαρία Κουλία με ιδιαίτερες ευαισθησίες, με θεμελιώδεις αρχές και αξίες!

Είστε ομολογουμένως ένας πολιτικός με ισχυρή προσωπικότητα και με παρορμητικό χαρακτήρα που ξεχωρίζετε για τις έντονες τοποθετήσεις σας. Πως βρεθήκατε στην πολιτική; Είναι κάτι που ονειρευόσαστε ως έφηβος;

Όπως πολλοί έφηβοι που μεγαλώνουν κοντά στη φύση και τη γη, έτσι κι εγώ ονειρευόμουν να γίνω γεωπόνος. Η καθημερινή μου επαφή με τον αγρό και η αγάπη μου για τη γη με είχαν στρέψει προς αυτό το όνειρο. Όμως, η ζωή είχε άλλα σχέδια. Όταν ήρθε η ώρα για σπουδές, ο μεγαλύτερος αδελφός μου, εν αγνοία μου, με έγραψε στη Νομική. Είχε τη βεβαιότητα πως, λόγω του μαχητικού και τολμηρού χαρακτήρα μου, η Νομική ήταν ο δρόμος που μου ταίριαζε περισσότερο.

Μετά την τραγωδία του 1974 και τη κατοχή της πατρίδας μας, η έγνοια μου στράφηκε ολόψυχα στην εθνική υπόθεση. Ο καημός για την απελευθέρωση της Κύπρου έγινε για μένα κίνητρο ζωής. Επέστρεψα στην Κύπρο με έντονο ενδιαφέρον για τα κοινά και άρχισα να πραγματοποιώ ομιλίες σε πόλεις και χωριά για το εθνικό μας ζήτημα.

Μέσα από αυτή τη δράση, εντάχθηκα στο Δημοκρατικό Κόμμα και χωρίς να το γνωρίζω, ο αείμνηστος Σπύρος Κυπριανού, ένας ηγέτης με διορατικότητα και βαθιά αγάπη για την Κύπρο, με πρότεινε ως υποψήφιο βουλευτή στις εκλογές του 1985. Από εκεί ξεκίνησε η πορεία μου στον πολιτικό στίβο.

Ίσως δεν ήταν παιδικό μου όνειρο η πολιτική, αλλά ήταν μια πορεία που προέκυψε από το αίσθημα του καθήκοντος και της ευθύνης απέναντι στον τόπο και τον λαό μας.

Το Σεπτέμβριο του 2024 κατά τη διάρκεια απουσίας του Προέδρου της Δημοκρατίας και της Προέδρου της Βουλής αναλάβατε ως ο πρεσβύτερος στη Βουλή να προεδρεύσετε του κράτους. Τότε εκφράσατε την πρόθεση να διορίσετε νέο Γενικό Ελεγκτή, προτείνοντας μάλιστα τον οικονομολόγο Στέλιο Πλατύ. Ήρθε ο διορισμός του νέου Ελεγκτή από τον πρόεδρο της Δημοκρατίας και το θέμα έληξε.

Αλήθεια θα προχωρούσατε σε μια τέτοια ενέργεια ή το κάνατε για να πιέσετε για το διορισμό;

Από το 2016 μέχρι και σήμερα, εκτελώ καθήκοντα Προέδρου της Επιτροπής Ελέγχου της Βουλής. Ο Γενικός Ελεγκτής αποτελεί θεμελιώδες στέλεχος της Επιτροπής, καθώς ετοιμάζει τις εκθέσεις που εξετάζονται κατά τις συνεδρίες μας. Η απουσία του, λόγω της μη έγκαιρης πλήρωσης της θέσης, δημιουργούσε αντικειμενικά ζητήματα, επιβραδύνοντας το έργο της επιτροπής και επηρεάζοντας τη λειτουργία ενός από τους σημαντικότερους θεσμούς ελέγχου του κράτους.

Θεώρησα υποχρέωση μου να υπενθυμίσω τη σημασία του άμεσου διορισμού. Δεν είχα προτείνει επίσημα κάποιο συγκεκριμένο πρόσωπο, ωστόσο, ο κύριος Στέλιος Πλατύς ήταν ένα από τα άτομα με τα οποία συνομίλησα εκείνες τις μέρες.

Σε περίπτωση που ο ΠτΔ δεν προχωρούσε στον διορισμό εντός εύλογου χρονικού διαστήματος, είχα βάσει των συνταγματικών διατάξεων, τη δυνατότητα να ενεργήσω σχετικά και εφόσον η καθυστέρηση συνεχιζόταν και έπληττε τη λειτουργία του κράτους δικαίου, θα το έκανα.

Η πρόθεση μου δεν ήταν να δημιουργήσω κρίση, αλλά να διαφυλάξω τη θεσμική συνέχεια και να εξασφαλίσω την εύρυθμη λειτουργία της Επιτροπής Ελέγχου και κατ' επέκταση, του ελεγκτικού ρόλου του κράτους.

Περιγράψτε κάποιες ανθρώπινες στιγμές από την παρουσία σας στη Βουλή που σας έχουν αποτυπωθεί στο μυαλό και στη ψυχή

Από το 2006 έως το 2011, είχα την τιμή να συμμετάσχω στην Ειδική Κοινοβουλευτική Επιτροπή για τη μελέτη του φακέλου της Κύπρου. Εκείνες οι συνεδριάσεις δεν ήταν απλώς τυπικές κοινοβουλευτικές διαδικασίες, ήταν βιώματα, μαρτυρίες ψυχής. Κατά τη διάρκεια της Επιτροπής προσήλθαν άνθρωποι που πολέμησαν, που έζησαν την προδοσία και το δράμα εκείνων των ημερών, κουβαλώντας ακόμα τις πληγές της ψυχής τους.

Δεν θα ξεχάσω ποτέ τη στιγμή που ένας μάρτυρας περιέγραψε πως είδε τους συμπολεμιστές του να χάνονται δίπλα του, πως ένωσε την εγκατάλειψη και την προδοσία. Εκεί, μέσα στην αίθουσα, δεν υπήρχαν κόμματα, υπήρχε



μόνο το βάρος της αλήθειας και ένας βαθύς σεβασμός.

Αυτές οι στιγμές έχουν χαρακτηί στη ψυχή μου. Ήταν ένα μάθημα ιστορίας, ανθρωπιάς και καθήκοντος απέναντι στην αλήθεια. Η παρουσία αυτών των ανθρώπων και η δύναμη των μαρτυριών τους ήταν από τις πιο συγκλονιστικές εμπειρίες της κοινοβουλευτικής μου πορείας.

Ποιες είναι οι ανησυχίες και οι προβληματισμοί σας για το μέλλον της Κύπρου μας;

Οι ανησυχίες μου για το μέλλον της Κύπρου είναι βαθιές και διαρκείς. Απέναντι μας έχουμε μια ισχυρή Τουρκία, η οποία έχει απλώσει τα πλοκάμια της σε πολλά επίπεδα. Οικονομικά, στρατιωτικά, γεωπολιτικά. Αποτελεί μια μεγάλη αγορά με διεθνείς διασυνδέσεις και συμμαχίες, ενώ γύρω της και γύρω μας έχουν διαμορφωθεί συμφέροντα και γεωστρατηγικά συμπλέγματα που καθιστούν το έργο μας ακόμη πιο απαιτητικό.

Η Κύπρος βρίσκεται γεωγραφικά στο επίκεντρο της αναταραχής στη Μέση Ανατολή, με πολέμους, συγκρούσεις και συνεχείς ανακατατάξεις. Μέσα σε αυτό το ασταθές περιβάλλον, η χώρα μας χρειάζεται έξυπνη, ευέλικτη και πολυεπίπεδη διπλωματία. Χρειάζονται στρατηγικές κινήσεις, βασισμένες όχι στο συναίσθημα, αλλά στη μετρημένη ανάλυση και στον καθαρό στόχο. Τη δημιουργία κόστους στην Τουρκία. Αυτό είναι το μόνο ρεαλιστικό μονοπάτι για την απελευθέρωση.

Πιστεύω βαθιά ότι η Κύπρος θα ελευθερωθεί. Ίσως να μην το δούμε εμείς, η παλαιότερη γενιά. Όμως έχουμε καθήκον να διατηρήσουμε αναμμένη τη φλόγα της ελπίδας και της αντίστασης, ώστε να το δουν τα παιδιά μας. Το οφείλουμε σε όσους αγωνίστηκαν, σε όσους έπεσαν και σε όσους έφυγαν με το καπμό της επιστροφής στις πατρογονικές μας εστίες. Το όραμα είναι μια Κύπρος ελεύθερη και ευημερούσα, όπως την αφήσαμε πριν από πενήντα ένα χρόνια.

Πως χαρακτηρίζετε τον εαυτό σας με τρεις λέξεις;

Αυθεντικός, συνεπής, σταθερός.

Ποιο είναι το αγαπημένο σας απόφθεγμα;

«Μια αστραπή η ζωή... μα προλαβαίνουμε»

(Νίκος Καζαντζάκης)

Ο Ζαχαρίας Κουλιός γεννήθηκε στο Ριζοκάρπασο στις 7 Δεκεμβρίου 1950. Είναι Βουλευτής της Εκλογικής Περιφέρειας Αμμοχώστου, εκλεγμένος με το Δημοκρατικό Κόμμα από το 1999 μέχρι σήμερα.

Υπηρέτησε για δύο χρόνια στην Εθνική Φρουρά και το 1974 επιστρατεύτηκε ως έφεδρος για τέσσερις μήνες.

Φοίτησε στο Αρρεναγωγείο και στο Ελληνικό Κλασικό Γυμνάσιο Ριζοκαρπάσου. Στη συνέχεια, σπούδασε Νομική στο Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

Είναι έγγαμος και πατέρας δύο παιδιών.

Ως βουλευτής, διετέλεσε αναπληρωτής πρόεδρος της Κοινοβουλευτικής Επιτροπής Οικονομικών και Προϋπολογισμού και πρόεδρος της Κοινοβουλευτικής Επιτροπής Συγκοινωνιών και Έργων. Σήμερα είναι πρόεδρος της Κοινοβουλευτικής Επιτροπής Παρακολούθησης Σχεδίων Αναπτύξεως και Ελέγχου Δημοσίων Δαπανών, μέλος της Επιτροπής Άμυνας, της Επιτροπής Προσφύγων-Εγκλωβισμένων-Αγνοουμένων-Παθόντων, της Επιτροπής Ad Hoc για τη μελέτη του Δημογραφικού Προβλήματος, της Επιτροπής Θεσμών, Αξιών και Επιτρόπου Διοικήσεως και μέλος της αντιπροσωπίας της Βουλής στη Δικοινοβουλευτική Διάσκεψη για την Κοινή Εξωτερική Πολιτική και Πολιτική Ασφάλειας και Άμυνας.





ΕΜΠΟΡΙΚΟ &
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΟ
ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ
ΛΑΡΝΑΚΑΣ

Η Λάρνακα ως Αναδυόμενος Κόμβος στην Εφοδιαστική Αλυσίδα - Προοπτικές Ανάπτυξης και Κρίσιμες Προκλήσεις



Η εφοδιαστική αλυσίδα, ή αλλιώς logistics, αποτελεί έναν από τους πιο κρίσιμους τομείς για την παγκόσμια οικονομία, εξασφαλίζοντας τη ροή προϊόντων και πρώτων υλών από τους παραγωγούς στους καταναλωτές. Η Λάρνακα, με τη στρατηγική της θέση στην Ανατολική Μεσόγειο, διεκδικεί δυναμικά τον ρόλο ενός περιφερειακού κόμβου logistics, προσφέροντας σημαντικές προοπτικές αλλά και αντιμετωπίζοντας ουσιαστικές προκλήσεις.

Τα στρατηγικά πλεονεκτήματα της Λάρνακας στον τομέα της εφοδιαστικής αλυσίδας είναι ουσιαστικά εκείνοι οι παράγοντες που την καθιστούν κατάλληλη για να λειτουργήσει ως περιφερειακός κόμβος logistics και μεταφορών. Συγκεκριμένα η γεωγραφική θέση της της προσφέρει την δυνατότητα να λειτουργεί ως πύλη τριών ηπείρων.

Η Λάρνακα βρίσκεται σε ένα κομβικό σημείο ανάμεσα σε Ευρώπη, Ασία και Αφρική. Αυτό επιτρέπει την ταχεία πρόσβαση σε αγορές της Μέσης Ανατολής και Βορείου Αφρικής, την λειτουργία ως διαμετακομιστικός σταθμός για διεθνείς εμπορευματικές ροές και την εξυπηρέτηση περιφερειακού και διεθνούς εμπορίου με μικρούς χρόνους μεταφοράς.

Παράλληλα, η Λάρνακα προσφέρει συνδυασμένες υποδομές μεταφορών καθότι έχει τρεις πολύ βασικούς πυλώνες πάνω στους οποίους στηρίζεται η εφοδιαστική αλυσίδα. Συγκεκριμένα στη Λάρνακα είναι το Διεθνές Αεροδρόμιο Λάρνακας: το οποίο εξυπηρετεί εμπορικές και επιβατικές πτήσεις με σύγχρονες εγκαταστάσεις το Λιμάνι Λάρνακας το οποίο έχει την προοπτική για εκσυγχρονισμό και αναβάθμιση, με στόχο την ενίσχυση των εμπορευματικών δυνατοτήτων, και επίσης το Οδικό δίκτυο δίνει τη δυνατότητα για γρήγορη σύνδεση με Λευκωσία, Λεμεσό και άλλες πόλεις το οποίο είναι κρίσιμο για τη μεταφορά φορτίων.

Η Λάρνακα σήμερα πρέπει να γίνει ένα αναπτυσσόμενο εμπορευματικό κέντρο μέσα από τον σχεδιασμό logistic park ή αποθηκευτικών εγκαταστάσεων στην περιφέρεια της. Η προοπτική αυτή δημιουργεί τη δυνατότητα για cross-docking, προσωρινή αποθήκευση και ταχεία διανομή αλλά και ελκυστικές συνθήκες για επιχειρήσεις 3PL (Third Party Logistics).

Η προοπτική αυτή δίνεται μέσα από την πολιτική σταθερότητα και το νομικό πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Η Κύπρος ως μέλος της Ε.Ε. προσφέρει προβλεψιμότητα και σταθερότητα για επενδυτές, εναρμόνιση με ευρωπαϊκά πρότυπα ασφάλειας και τελωνείων και εύκολη τελωνειακή διαχείριση με ψηφιοποιημένες διαδικασίες.

Η δυνατότητα της Κύπρου και κατ' επέκταση της Λάρνακας να εξελιχθεί σε κόμβο της περιοχής στον τομέα της εφοδιαστικής αλυσίδας πέραν της γεωγραφικής της θέσης είναι το χαμηλό κόστος σε συνδυασμό με τα φορολογικά κίνητρα. Τα επίπεδα κόστους λειτουργίας τέτοιων εταιρειών είναι πολύ πιο ανταγωνιστικά και ελκυστικά σε σχέση με άλλους κόμβους στην Ε.Ε. όπως επίσης το φορολογικό σύστημα είναι πολύ πιο φιλικό ως προς τις επιχειρήσεις logistics και μεταφορών.

Παράλληλα, η Κύπρος δίνει την προοπτική για δημιουργία για "Πράσινα Logistics". Με την υπογραφή της πράσινης συμφωνίας, πλέον το θέμα αυτό συμπεριλαμβάνεται πολύ ψηλά στις προτεραιότητες τόσο της επιχειρηματικής κοινότητας, όσο των πολιτών, και τόσο της Ε.Ε.. Η μικρή γεωγραφική έκταση της Κύπρου επιτρέπει τον σχεδιασμό πιο βιώσιμων και αποδοτικών logistics προσφέροντάς ευκαιρίες για χρήση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας στις αποθήκες και μεταφορικά μέσα χαμηλών εκπομπών.

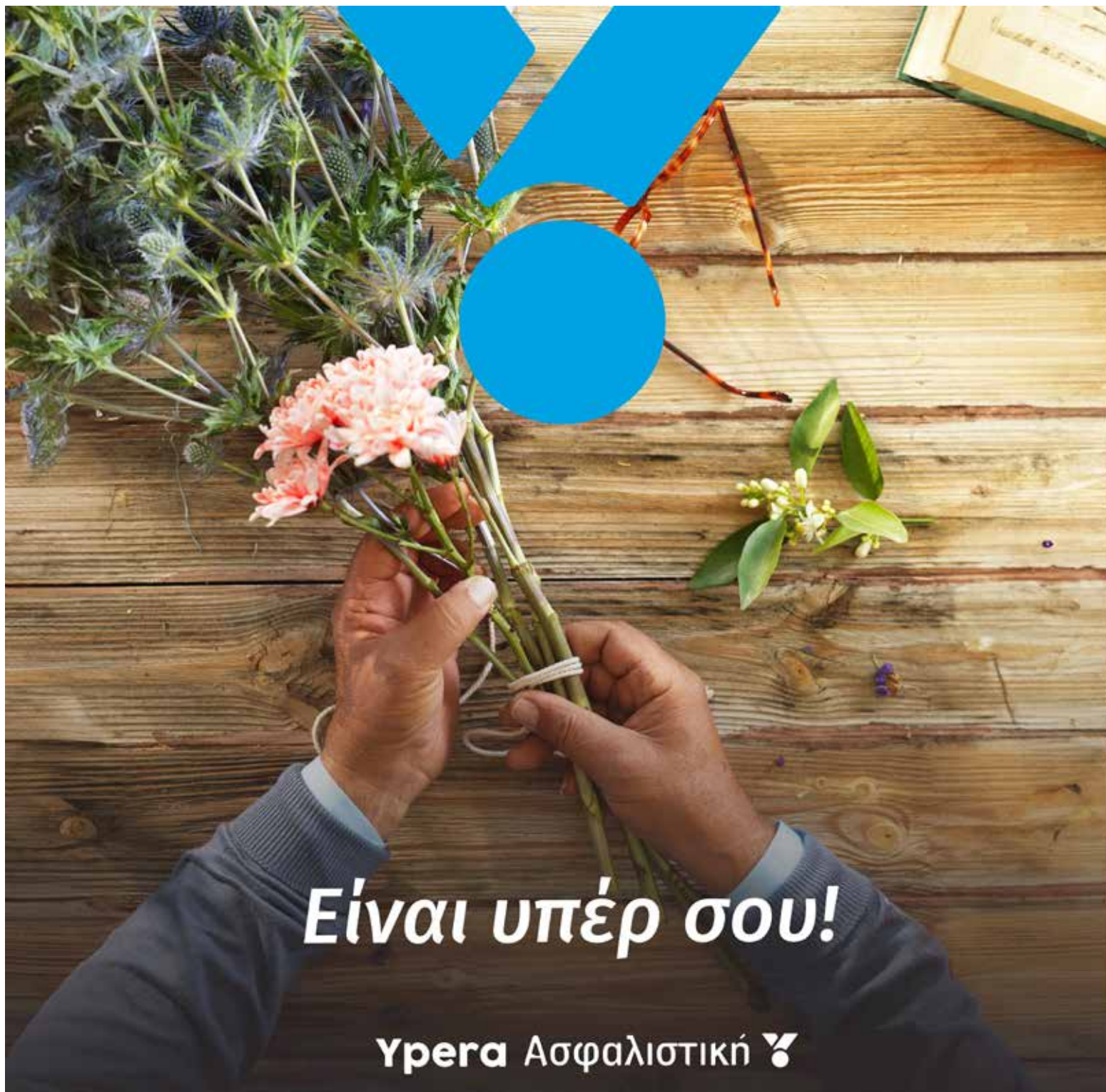
Μέσα σε όλα αυτά πολύ σημαντικός είναι ο ρόλος του Κράτους, του ΕΒΕΛ αλλά και των υπόλοιπων Τοπικών Φορέων. Η επιτυχής μετατροπή της Λάρνακας σε logistics hub προϋποθέτει στρατηγικό σχεδιασμό εθνικής εμβέλειας για την εφοδιαστική αλυσίδα σε συνδυασμό με τη δημιουργία κινήτρων για επενδύσεις, όπως φορολογικές ελαφρύνσεις και ευέλικτες αδειοδοτήσεις. Παράλληλα, πολύ σημαντικός παράμετρος είναι η εκπαίδευση ανθρώπινου δυναμικού σε σύγχρονες τεχνικές logistics και τεχνολογίες διαχείρισης εφοδιαστικής αλυσίδας που θα προσδώσει τη δυνατότητα στις εταιρείες για πιο εύκολη εξεύρεση καταρτισμένου προσωπικού.

Και μέσα σε όλα αυτά, δεν θα μπορούσε να μην συμπεριλαμβάνεται η συνεργασία δημόσιου και ιδιωτικού τομέα για την ανάπτυξη έξυπνων και πράσινων υποδομών. Η συνεργασία αυτή είναι πολύ σημαντική για μια τέτοια προοπτική, η οποία βρίσκεται μπροστά μας και πλέον η τύχη βρίσκεται στα χέρια μας για να την μετατρέψουμε σε πράξη.

Η Λάρνακα βρίσκεται ενώπιον μιας μοναδικής ευκαιρίας να καταστεί ένας ισχυρός κόμβος logistics στην Ανατολική Μεσόγειο. Συνδυάζοντας τη γεωστρατηγική της θέση, τις υφιστάμενες και αναβαθμιζόμενες υποδομές, τις πολιτικές σταθερότητας και τα φορολογικά πλεονεκτήματα, η Λάρνακα μπορεί να αποτελέσει μοντέλο σύγχρονου, πράσινου και αποδοτικού logistics hub.

Το στοίχημα για την πόλη - και για την Κύπρο συνολικά - είναι να κινηθεί με ταχύτητα, στρατηγική συνεργασία και εστίαση στην καινοτομία, ώστε να μετατρέψει τη γεωγραφία της σε συγκριτικό πλεονέκτημα.

Χαράλαμπος Ανδρέου
Διευθυντής ΕΒΕ Λάρνακας



Είναι υπέρ σου!

Υπερα Ασφαλιστική 

Η Υπερα Ασφαλιστική, δραστηριοποιείται στην Κύπρο, στον κλάδο γενικής ασφάλισης, για 22 χρόνια με μεγάλη επιτυχία. Με μερίδιο αγοράς 4%, διαθέτει 5 καταστήματα, ένα εκτεταμένο, σύγχρονο και αξιόλογο δίκτυο άνω των 150 αντιπροσώπων που καλύπτει όλη την Κύπρο και ένα ισχυρό πελατολόγιο χιλιάδων πολιτών, ιδιωτών και επιχειρήσεων, που εμπιστεύεται απόλυτα την περιουσία του και όχι μόνο.

Στην Υπερα, κύρια αποστολή είναι να προσφέρει αξιόπιστες και πελατοκεντρικές ασφαλιστικές λύσεις, υψηλής ποιότητας, απόλυτα εναρμονισμένες με το σύγχρονο μεταβαλλόμενο και απαιτητικό περιβάλλον. Όραμά της, να συμβάλλει δυναμικά και υπεύθυνα στην προάσπιση της μακροπρόθεσμης ευημερίας των ιδιωτών και των επιχειρηματιών.

Για όλα όσα οι πελάτες και οι συνεργάτες της θεωρούν σημαντικά,

η Υπερα Ασφαλιστική στέκεται δίπλα τους με στόχο τη δημιουργία πραγματικής & προστιθέμενης αξίας. Η σύγχρονη γκάμα των προϊόντων της, προσφέρει ολοκληρωμένα ασφαλιστικά συμβόλαια με ξεκάθαρες καλύψεις για ιδιώτες και επιχειρήσεις, όπως ασφάλιση μηχανοκίνητων οχημάτων, ατυχημάτων και υγείας, περιουσίας, ευθύνης εργοδότη, αστικής και επαγγελματικής ευθύνης, ιατρικής επαγγελματικής ευθύνης, οικιακών βοηθών, ταξιδιού και σκαφών αναψυχής, ναυτασφαλίσεις και διάφορα εξειδικευμένα ασφαλιστικά προγράμματα, προσφέροντας ευέλικτα και ολοκληρωμένα προϊόντα, ξεκάθαρους όρους συμβολαίων, δίκαιη τιμολόγηση, γρήγορη και φιλική εξυπηρέτηση, ταχύτητα στις αποζημιώσεις.

Η Υπερα είναι υπέρ σου με την αξιοπιστία, την ακεραιότητα, την άμεση ανταπόκριση και τη γρήγορη εξυπηρέτηση. Είναι υπέρ σου γιατί βρίσκεται εκεί όποτε τη χρειαστείς.



Γράφει η **ΠΑΥΛΙΝΑ ΧΑΓΙΑΝΝΗ – ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ**
ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΟΣ – ΕΓΚΛΗΜΑΤΟΛΟΓΟΣ

George Seurat
"Bathers at Asnières"

Από τη Βιομηχανική Επανάσταση μέχρι και σήμερα, οι άνθρωποι αντιμετωπίζονται σαν μηχανές, υποθέτοντας ότι αν πιεστούν πιο πολύ, θα επιτευχθούν περισσότερα. Οι νευροεπιστήμονες όμως επιβεβαιώνουν συνεχώς ότι οι εγκέφαλοί μας χρειάζονται ξεκούραση, όχι μόνο για να επαναφορτίσουμε τις μπαταρίες μας, αλλά και για να μπορέσουμε να ταξινομήσουμε τη μνήμη μας, να επεξεργαστούμε τα δεδομένα που παίρνουμε, να ενισχύσουμε τις διαδικασίες μάθησης και να ενδυναμώσουμε τους νευρώνες που μας επιτρέπουν να κάνουμε όλα τα πιο πάνω. Σε μια πρόσφατη έρευνα η απεικόνιση του εγκεφάλου ανθρώπων στους οποίους ζητήθηκε να χρησιμοποιήσουν ένα τηλεχειριστήριο που δεν λειτουργούσε όπως τα συνηθισμένα, έδειξε ότι η γνωστική διεργασία των ανθρώπων που μάθαιναν κάτι νέο, γινόταν κατά τη διάρκεια των περιόδων χαλάρωσης του εγκεφάλου.

Πώς θα σας φαινόταν λοιπόν αν έστω για μια μέρα κατεβάσαμε τα ρολά στους αγχώδεις και φρενήρεις ρυθμούς της καθημερινότητάς μας και επιτρέπαμε στον εαυτό μας να απολαύσει την τέχνη του να μην κάνει τίποτα; «Il dolce far niente» που λένε και οι Ιταλοί - «η γλυκιά απραξία». Όμως γι' αυτούς, η φαινομενική αυτή τεμπελιά είναι κάτι παραπάνω από το ελληνικό «αράζω στο μπαλκόνι και πίνω freddo espresso». Πίσω από το «dolce far niente» των Ιταλών κρύβεται μια ολόκληρη φιλοσοφία και καθημερινότητα που έχει ενσωματωθεί στην Ιταλική ψυχή. Από την απόλαυση της θέας των παραλιών και ακτών του Porto Fino, μέχρι τη Φλωρεντία και την Τοσκάνη, οι Ιταλοί ευχαρισιούνται τη γλυκιά αυτή αδράνεια σε καθημερινή βάση. Μια επίσκεψη σ' ένα Ιταλικό μπαρ όπου παρακολουθούν από την καρέκλα τους θαμώνες και απολαμβάνουν το ποτό τους, ένας καφές στο κατώφλι του σπιτιού τους χαιρετώ-

ντας τους περαστικούς, ένα πιάτο ζυμαρικών με κρασί, ανεξάρτητα από το αν αποτελεί γεύμα ή όχι.

Η θεωρία αυτή αποτελεί θέμα στο βιβλίο «Eat Pray Love», που στη συνέχεια ζωντάνεψε στον κινηματογράφο μέσω της ομώνυμης ταινίας. Σε μία από τις σκηνές η Τζούλια Ρόμπερτς λογοκρίνεται επειδή με την παραμονή της στη Ρώμη για τρεις εβδομάδες το μόνο που έκανε ήταν να τρώει και να μάθει λίγα Ιταλικά. Εκείνη απαντά: «Δεν ξέρετε πώς να απολαύσετε τον εαυτό σας» και η σκηνή συνεχίζεται με μια περιγραφή της γλυκύτητας που έχει για τους Ιταλούς το να μην κάνουν τίποτα. Στην καθημερινότητα των δυτικών καπιταλιστικών κοινωνιών όμως, πόσο εύκολο είναι να αποσυνδέσεις τον εαυτό σου από όλα και να μην ασχολείσαι με τίποτα απολύτως; Για τους Δυτικούς το να μην κάνεις τίποτα, με το δικαίωμα στην «τεμπελιά» θεωρείται αρνητικό στοιχείο.

Η εργατικότητα ήταν, είναι και θα είναι αυτοσκοπός και προσόν στον Δυτικό πολιτισμό. Θεωρείται πιο λογικό να δουλεύουμε υπερωρίες, να τρέχουμε για να προλάβουμε τα deadlines μας και όταν πια τα καταφέρουμε και πετύχουμε τους στόχους μας, μόνο τότε είμαστε σωστές και ολοκληρωμένες προσωπικότητες. Όσο το να κοιμόμαστε άσκοπα δεκάωρα ή δωδεκάωρα, τόσες ώρες ύπνου θεωρούνται πολυτέλεια, όταν έξω η ζωή τρέχει. Η εργασιομανία αντιμετωπίζεται ως κάτι θετικό, ενώ την ίδια στιγμή η σκηνή είναι ποινικό αδίκημα. Οι Ιταλοί, όμως, ξέρουν πως το να αφιερώσεις μια ημέρα ή λίγες ώρες καθημερινά στον εαυτό τους κάνοντας το απόλυτο τίποτα, παρατηρώντας τη ζωή και επαναφορτίζοντας τις μπαταρίες τους χωρίς ενοχές, είναι παραγωγικό και ωφελιμώτατο. Για τους Ιταλούς η ώρα της εργασίας θεωρείται μια διαδικασία που πρέπει να γίνεται χαλαρά και χωρίς πολλή προσπάθεια και κόπο,

γιατί όταν δουλεύεις υπερβολικά καταστρέφεις ό,τι κάνεις. Το κλειδί είναι να αποσυνδέσεις τον εγκέφαλό σου και να μην κάνεις τίποτα. Μόνο τότε είσαι έτοιμος να δημιουργήσεις και να είσαι παραγωγικός.

Όλα αυτά μπορεί να ακούγονται τρελά στα αφτιά μας, γιατί δεν συνηθίζουμε να κάνουμε τίποτα απ' όλα αυτά, αφού τις περισσότερες φορές δεν έχουμε και τον χρόνο. Ακόμη και όταν έχουμε τον ελάχιστο ελεύθερο χρόνο για να ηρεμήσουμε και να γεμίσουμε με ενέργεια, θα προτιμήσουμε να επενδύσουμε το χρόνο αυτό σε οτιδήποτε αφορά τη δουλειά μας. Μήπως όμως ήρθε η ώρα το «dolce far niente» να γίνει κρίσιμο κομμάτι και της δικής μας καθημερινότητας; Μήπως η απόλαυση της τεμπελιάς πρέπει να σταματήσει να θεωρείται κάτι άσκοπο; Ο κόσμος θα πάει μπροστά ακόμη κι' αν γινόμαστε αδρανείς κάποιες φορές. Ας κάνουμε ένα διάλειμμα από το μαραθώνιο της ζωής κι' ας βάλουμε απόσταση ανάμεσα σε εμάς και στην εργασιομανία μας.

Επιλέγοντας να απομακρυνθούμε, έστω και για λίγο, αναλαμβάνουμε τον έλεγχο της φροντίδας του εαυτού μας. Το «τίποτα» δεν είναι εγωιστικό. Είναι η ποιοτική ώρα να αμφισβητήσουμε τις προτεραιότητές μας. Στις ήρεμες στιγμές της αδράνειας, εντοπίζουμε αυτό που πραγματικά έχει σημασία, στο να συντονιστούμε περισσότερο με τις εσωτερικές μας ανάγκες, οδηγώντας σε μια πιο ικανοποιητική προσέγγιση της παραγωγικότητας. Μια πιο ήρεμη προσέγγιση στη ζωή μπορεί να αλλάξει τα πάντα. Ο Έρνεστ Χέμινγουεϊ δεν θα μπορούσε να το έχει πει καλύτερα: «Χρειάζομαι ακόμα περισσότερη υγιή ξεκούραση για να δουλέψω όσο καλύτερα μπορώ. Η υγεία μου είναι το πιο σημαντικό κεφάλαιο που έχω και θέλω να τη διαχειρίζομαι έξυπνα».



ΑΓΙΟΣ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ

ΣΤΕΓΗ ΠΟΛΥΔΙΑΣΤΑΤΗΣ ΚΑΙ ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ
Ίδρυμα Έλλη & Στέλιος Ιωάννου

25

Χρόνια Προσφοράς

«Μπορεί να δίνεις χωρίς να αγαπάς, αλλά δεν μπορεί να αγαπάς χωρίς να δίνεις!»



Η δημιουργία της Στέγης «Άγιος Χριστόφορος» ήταν το όνειρο μιας ζωής για τους αείμνηστους Στέλιο και Έλλη Ιωάννου, που για χρόνια τώρα προσφέρουν αφειδώλευτα στα άτομα με νοητική υστέρηση στο νησί μας. Η αγωνία των γονιών που έχουν παιδιά με νοητική υστέρηση και το βασανιστικό ερώτημα τί θα απογίνουν τα παιδιά τους όταν αυτοί θα κλείσουν τα μάτια τους, άγγιξαν τις ευαίσθητες φιλανθρωπικές καρδιές τους και προχώρησαν στη δημιουργία της πρωτοποριακής για τα κυπριακά δεδομένα Στέγης, «Άγιος Χριστόφορος».

Το μεγαλόπνοο αυτό έργο του ζεύγους Ιωάννου, πληροί αυστηρές ευρωπαϊκές προδιαγραφές τόσο στη δομή, όσο και στον εξοπλισμό του. Η Στέγη είναι διαμορφωμένη σαν μια γειτονιά που αποτελείται από 8 ανεξάρτητες κατοικίες και ένα κεντρικό κτίριο πολλαπλών χρήσεων, τοποθετημένα γύρω από την πλατεία με αμφιθέατρο. Κάθε κατοικία φιλοξενεί μια ομάδα έξι ατόμων (όπως

μια αυτόνομη οικογένεια), με τον εξειδικευμένο λειτουργό της. Στο κεντρικό κτίριο έχει ειδικά σχεδιαστεί και κατασκευαστεί μια αίθουσα αυτοσυγκέντρωσης, η οποία προσφέρει έμμεση θεραπεία μέσω των πέντε αισθήσεων και είναι πιθανόν η μοναδική στο είδος της στην Κύπρο. Το συγκρότημα βρίσκεται ανάμεσα σε κήπους στους οποίους έχουν φυτευτεί διάφορα ενδημικά φυτά και σπάνια είδη δένδρων της Κύπρου, τα οποία περιποιούνται οι ίδιοι οι ένοικοι.

Σήμερα, μετά από 25 χρόνια λειτουργίας της Στέγης, έχουν δημιουργηθεί συνθήκες διαβίωσης για τους ενοίκους μας οι οποίες πλησιάζουν, κατά μεγάλη προσέγγιση, αυτές του γενικού πληθυσμού. Τα βήματά μας είναι αργά, αλλά σταθερά και παρ' όλο που όλοι πάντοτε επιθυμούμε να επιτυγχάνουμε μεγάλους και υψηλούς στόχους, το πρώτιστο καθήκον μας είναι να επιτυγχάνουμε μικρούς στόχους σαν να ήταν μεγάλοι και υψηλοί.



Στέλιος Ιωάννου 3, Στρόβολος, 2032 Λευκωσία

Τηλ.: 22570095/6/7/8 - Φαξ: 22570099

e-mail: info@saintchristopher.org.cy / www.saintchristopher.org.cy



Ώρα για αποτοξίνωση ή μήπως όχι;

Γράφει η **ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑ**
ΚΛΙΝΙΚΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ - ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΟΣ

Όλοι μας έχουμε δει κάπου τον όρο «detox», ειδικά μετά από διακοπές ή γιορτές. Πρόκειται για έναν όρο ιδιαίτερα δημοφιλή και «ελκυστικό», καθώς υπόσχεται γρήγορη απώλεια βάρους και «καθαρισμό» του σώματος μέσω νηστειών, διατροφικών αλλαγών ή/και συμπληρωμάτων, για την αποβολή τοξινών κ.λπ.

Ωστόσο, ευτυχώς για εμάς, το ανθρώπινο σώμα είναι ένα καλά σχεδιασμένο σύστημα το οποίο έχει τους δικούς του μηχανισμούς για να αποτοξινώνει και να απομακρύνει τα απόβλητα και τις τοξίνες. Στην πραγματικότητα, ο ανθρώπινος οργανισμός διαθέτει πολύπλοκους και εξαιρετικά αποτελεσματικούς μηχανισμούς αποτοξίνωσης, που λειτουργούν συνεχώς. Το σώμα μας χρησιμοποιεί όργανα όπως το συκώτι, δέρμα, το έντερο, πνεύμονα και τα νεφρά, που «αποτοξινώνουν» συνεχώς το σώμα για την απομάκρυνση τυχόν αποβλήτων.

Πολλές από τις δίαιτες αποτοξίνωσης βασίζονται στην αποκλειστική κατανάλωση φρούτων και λαχανικών. Αν και πρόκειται για τρόφιμα πλούσια σε θρεπτικά συστατικά και απαραίτητα για την καθημερινή μας διατροφή (τουλάχιστον 5 μερίδες την ημέρα), δεν επαρκούν από μόνα τους για να καλύψουν τις συνολικές ανάγκες

του οργανισμού. Έτσι, τέτοιου τύπου δίαιτες μπορεί να προκαλέσουν διατροφικές ελλείψεις, με αρνητικές επιπτώσεις στη σωματική υγεία, ειδικά αν ακολουθούνται για μεγάλο χρονικό διάστημα.

Μπορούμε να ενισχύσουμε την αποτοξίνωση με φυσικό τρόπο;

Η απάντηση είναι ναι, αλλά όχι μέσω «μαγικών» χυμών ή σκευασμάτων. Οι υγιεινές, καθημερινές συνήθειες είναι αυτές που ενισχύουν τους φυσικούς μηχανισμούς αποτοξίνωσης του σώματος:

- 1. Επαρκής ενυδάτωση:** Βοηθά τα νεφρά να αποβάλλουν ουσίες. Στόχος: 1,5-2 λίτρα νερό την ημέρα
- 2. Κατανάλωση φυτικών ινών:** Προάγουν την καλή λειτουργία του εντέρου. Φυτικές ίνες περιέχουν τρόφιμα όπως: λαχανικά, φρούτα, ξηροί καρποί και σπόρια, δημητριακά ολικής αλέσεως πχ βρώμη, όσπρια κ.λπ Στόχος: 30 γρ. την ημέρα.
- 3. Κατανάλωση σταυρανθών λαχανικών** (μπρόκολο, λάχανο, κουνουπίδι): Περιέχουν γλυκοσινολάτες που υποστηρίζουν τη λειτουργία του ήπατος.

4. Μείωση ζάχαρης και επεξεργασμένων τροφίμων.

5. Καλή ποιότητα ύπνου και καθαρός αέρας: Βοηθά το σώμα να καθαρίσει από νευροτοξίνες μέσω του γλεμφικού συστήματος.

6. Σωματική άσκηση: Ενεργοποιεί τον μεταβολισμό και τη λεμφική κυκλοφορία. Επίσης η άσκηση μειώνει τη φλεγμονή και αυξάνει τον μεταβολισμό

7. Αποφυγή υπερβολικής κατανάλωσης αλκοόλ, επεξεργασμένων τροφών και χημικών ουσιών (π.χ. φυτοφάρμακα).

Συμπερασματικά, επενδύστε σε μια ισορροπημένη διατροφή με ποικιλία τροφών. Όσο απλό κι αν ακούγεται, αυτός είναι ο πιο σταθερός και ασφαλής τρόπος για να υποστηρίξετε την υγεία σας μακροπρόθεσμα. Η συνέπεια σε έναν υγιεινό τρόπο ζωής είναι πάντα πιο αποτελεσματική από οποιοδήποτε «3ήμερο detox» ή ακραία δίαιτα. Γι' αυτό επενδύστε τα λεφτά σας σε μια διατροφή ισορροπημένη με ποικιλία υγιεινών τροφίμων.

ΤΟ 9ο ΚΥΠΕΛΛΟ ΣΤΟΝ 21ο ΤΕΛΙΚΟ ΤΗΣ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΚΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΤΗΣ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

Γράφει ο **ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΤΟΜΠΣΟΝ**

Το Σάββατο 24 Μαΐου 2025 στο Στάδιο ΣΣΠ της Λευκωσίας καταγράφηκε η μαζικότερη έξοδος Λαρνακέων στην ιστορία της πόλης.

Ταυτόχρονα καταγράφηκαν η 9η κατάκτηση κυπέλλου και 21 παρουσίες σε τελικούς, μια διαδρομή που ξεκίνησε πριν 80 χρόνια, το 1945 πάλι στη Λευκωσία.

Για την ιστορία το παιχνίδι μεταξύ των δύο καλύτερων ομάδων της σεζόν, ήταν μια νευρική σκακιέρα αλληλοεξουδετέρωσης, στην κόψη του ξυραφιού μέχρι και το τέλος της παράτασης. Χωρίς μεγάλες φάσεις όλοι θα το θυμούνται για την δραματική διαδικασία των πέναλτι με κορύφωση τις τελευταίες δύο αποκρούσεις που έδωσαν το τρόπαιο.

Η προσωπική ιστορία του τερματοφύλακα Zlatan Alomerovic μοιάζει με Χολλυγουντιανό σενάριο καθώς το καλοκαίρι, γνωρίζοντας μια πρωτόγνωρη αμφισβήτηση, έσκυψε το κεφάλι και δούλεψε σιωπηρά γι' αυτή την μεγάλη ανταμοιβή.

Τώρα ακολουθεί η επιστροφή της ΑΕΚ στο Ευρωπαϊκό League όπου έγραψε ένδοξες σελίδες, αλλά για πολλούς το μεγαλύτερο κέρδος ήταν η παρουσία του κόσμου της Λάρνακας, ενωμένου και διψασμένου όσο ποτέ. Και ακόμα πεισσότερο η παρουσία τόσο πολλών οικογενειών με μικρά παιδιά, σε ένα χαρούμενο ασφαλές κλίμα χωρίς κανένα από τα παρατράγουδα που ταυτίστηκαν με το ποδόσφαιρο μας.

Το κλίμα ήταν εξαιρετικό ακόμα και στην διαδρομή στον αυτοκινητόδρομο, με Σκαλιώτες και Παφίτες να οδηγούν, μποτιλιαρισμένοι το ένα αυτοκίνητο δίπλα στο άλλο, σε βήμα σημειωτό.

Αξέχαστη θα μείνει και η γιορτή που στήθηκε μετά στο ΑΕΚ Αρένα, όπου χιλιάδες οπαδοί έκαναν τη νύκτα μέρα μέχρι τις πρωινές ώρες.





Καλοκαίρι και έφηβοι

Γράφει ο **ΧΑΡΗΣ ΑΝΤΩΝΙΟΥ**
ΕΓΓΕΓΡΑΜΜΕΝΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

Το καλοκαίρι σχεδόν για όλους τους ανθρώπους και κυρίως για τα παιδιά και τους εφήβους είναι η πιο ανέμελη εποχή του χρόνου. Παρόλο που έρευνες δείχνουν ότι περνάνε όλοι οι έφηβοι σε διακοπές το στάδιο της βαρεμάρας, και πολλές ώρες είναι μπροστά σε οθόνες υπάρχουν πράγματα που μπορούμε να τους προτείνουμε ώστε αυτή η βαρεμάρα να μην τους βρει βυθισμένους σε ένα καναπέ, ρουφώντας το μυαλό τους μια οθόνη.

Συνήθως οι έφηβοι δεν ενθουσιάζονται με τις δουλειές που τους αναθέτουμε, γιατί το θεωρούν αγγαρεία. Όμως θα χρειαστεί να έχετε υπομονή και καλή διάθεση, για να τους παρακινήσετε προκειμένου να κάνουν κάτι. Οι φωνές και η γκρίνια είναι αποδεδειγμένο ότι δεν βοηθούν. Δημιουργήστε τους εβδομαδιαία μια λίστα από αρμοδιότητες που όταν τις τηρούν θα έχουν και το χατζιλίκι που δικαιούνται και τις οθόνες που τους έχουν γίνει απαραίτητες αλλά ταυτόχρονα θα αναπτύξουν και αίσθημα υπευθυνότητας.

Παρόλο που είναι πρόκληση για ένα γονιό να ανταπεξέλθει με ηρεμία στις απαιτήσεις ενός εφήβου μπορεί να του δώσει λύσεις ώστε σε αυτή την περίοδο της αποφόρτισης, του γεμίματος μπαταριών, από ένα δύσκολο χειμώνα γεμάτο πίεση από καθηγητές, φροντιστήρια, άπειρα διαγωνίσματα εξετάσεις κ.τ.λ , με την προϋπόθεση ότι ο γονιός καταλαβαίνει ότι τόσος άπλετος ελεύθερος χρόνος θα πρέπει να διαχειριστεί με ψυχραιμία. Για αυτόν ακριβώς το λόγο είναι απαραίτητο να χαλαρώσουν, να υιοθετήσουν πιο ήπιους ρυθμούς και να ευχαριστηθούν το ελεύθερο διάστημα που τους προσφέρεται, γεμάτα ανεμελιά!

Άφησε του το περιθώριο να ξεκουραστεί, να κοιμηθεί, να ασχοληθεί με πιο καλοκαιρινά αθλήματα, να κάνει πράγματα που τον γεμίζουν μαζί σας αλλά και με τους φίλους του.

Εκμεταλλευτείτε τα σαββατοκυριάκα για εξορμήσεις αλλά και χαλάρωση στη παραλία δίνοντας του πάλι το χρόνο του με τα ακουστικά του και τις σκέψεις που πλημμυρίζουν το μυαλό ενός έφηβου παιδιού.

Άστε το έφηβο κορίτσι ή αγόρι να ευχαριστηθεί τον κινηματογράφο και τις σειρές με φίλους και μόνο του ή παροτρύνετε το να διαβάσει βιβλία.

Εάν ο έφηβος πληροί τις προϋποθέσεις ηλικίας για απασχόληση, ενθαρρύνετε τον να βρει μια εργασία μερικής απασχόλησης. Ακόμα κι αν δεν «χρειάζεται» τα χρήματα, η μερική απασχόληση του δίνει έναν λόγο να τηρεί ένα καλοκαιρινό πρόγραμμα και να φεύγει από το σπίτι σε τακτική βάση. Είναι επίσης ένας πολύ καλός τρόπος να μάθει την αξία να κερδίζει τα δικά του χρήματα.

Προφανώς και οι έφηβοι θα περάσουν ένα μεγάλο μέρος του καλοκαιριού κάνοντας βόλτες με τους φίλους τους και χαζεύοντας πολλές ώρες μπροστά σε μια οθόνη.

Χρειάζονται όμως παρότρυνση να κάνουν και κάτι άλλο, όσο βαρετό κι αν το θεωρούν. Προσπαθήστε λοιπόν να βρίσκετε τρόπους να τους απασχολείτε ακόμα κι αν διαμαρτύρονται, γιατί μόνο καλό θα τους κάνετε.

Νέα Υδατοδεξαμενή στην Κλαυδιά: Ένα ακόμη σημαντικό έργο υποδομής για τη Λάρνακα

Η Λάρνακα εξελίσσεται και θωρακίζεται με έργα ουσίας- υποδομές που εξασφαλίζουν το μέλλον της πόλης και της Επαρχίας Λάρνακας. Ο Επαρχιακός Οργανισμός Αυτοδιοίκησης Λάρνακας (ΕΟΑΛ) συνεχίζει με συνέπεια την υλοποίηση έργων που ενισχύουν το σύστημα υδροδότησης της πόλης της Λάρνακας, με στόχο την ανάπτυξη και την ποιότητα ζωής των πολιτών.

Ένα από τα πλέον πρόσφατα και σημαντικά έργα του Οργανισμού είναι η κατασκευή νέας υδατοδεξαμενής στην περιοχή της Κλαυδιάς, στον χώρο όπου υφίστανται και οι υδατοδεξαμενές που τροφοδοτούν την πόλη της Λάρνακας και κάποιες περιοχές του Δήμου Αραδίππου.

Σκοπός του συγκεκριμένου έργου είναι η αύξηση του αποθηκευτικού δυναμικού του ΕΟΑΛ σε νερό για κάλυψη των αναγκών των καταναλωτών. Με την ολοκλήρωση του έργου, ο όγκος αποθήκευσης νερού αυξάνεται από δεκατρείς χιλιάδες (13.000 m^3) μετρικούς τόνους σε είκοσι τρείς χιλιάδες (23.000 m^3), εξασφαλίζοντας επάρκεια νερού σε κατοικίες και άλλα υποστατικά της Πόλης, πετυχαίνοντας έναν από τους σημαντικότερους στόχους του του Οργανισμού, που είναι η συνεχής παροχή επαρκούς ποσότητας και καλής ποιότητας νερού τουλάχιστον για 24 ώρες, σε περίπτωση διακοπής της παροχής.

Το έργο, συνολικής συμβατικής αξίας περίπου τεσσάρων (4) εκατομμυρίων ευρώ, χρηματοδοτείται κατά 75% από την Ευρωπαϊκή Ένωση μέσω του Σχεδίου Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας, ενώ το υπόλοιπο καλύπτεται από ιδίους πόρους του ΕΟΑΛ. Πέραν της κατασκευής της υδατοδεξαμενής, το Έργο περιλαμβάνει την εγκατάσταση της αναγκαίας υποδομής για τον απαραίτητο έλεγχο, παρακολούθηση και διαχείρισή της, καθώς και εργασίες τοποτέχνησης στον περιβάλλοντα χώρο – με δημιουργία χώρων πρασίνου, κατασκευή δρόμων και πεζοδρομίων, και τοποθέτηση φωτισμού.

Σήμερα, η νέα υδατοδεξαμενή λειτουργεί κανονικά, έχει ενταχθεί πλήρως στο δίκτυο υδατοπρομήθειας της Λάρνακας και συμβάλλει σημαντικά στην τροφοδοσία με νερό περιοχών που βρίσκονται υπό την αρμοδιότητα του ΕΟΑΛ, καλύπτοντας σημαντικές ανάγκες των πολιτών.

Εναπομένει η ολοκλήρωση των εργασιών τοποτέχνησης του περιβάλλοντα χώρου. Το έργο εξελίσσεται εντός των προβλεπόμενων χρονοδιαγραμμάτων και αναμένεται να ολοκληρωθεί εντός του φετινού καλοκαιριού.



Συνεχής αναβάθμιση
ποιότητας ζωής



Γράμματα στην Έθελ

Γράφει η **ΙΩΑΝΝΑ ΠΙΤΣΙΛΛΗ**

Αγαπημένη μου,

Είναι Τετάρτη σήμερα, δύο μέρες πριν το κλείσιμο των σχολείων και τα παιδιά, εκτός από ελάχιστες εξαιρέσεις, επέλεξαν να μείνουν στο σπίτι τους και να αρχίσουν την προετοιμασία τους για τις τελικές εξετάσεις.

Μια τελειόφοιτη μαθήτρια ζητά να εισέλθει στον καθηγητικό μας σύλλογο και αφού παίρνει την άδεια, κοιτάει γύρω γύρω με εξεταστικό βλέμμα. Κρατάει στο χέρι της το λευκό πουκάμισο του σχολείου και ένα δυο μαρκαδοράκια. Αφού εντοπίζει μερικούς από τους καθηγητές της, ζητάει ευγενικά να της γράψουν κάτι πάνω στο ένδυμα. Κοιτάω από μια γωνιά και χαμογελάω. Το μυαλό μου ταξιδεύει χρόνια πίσω. Συναντώ τον εαυτό μου να κάνει το ίδιο. Να περιφέρεται στην αυλή του Λυκείου Αγίου Γεωργίου, μέσα στην καλή χαρά, να ζητάει από συμμαθητές και καθηγητές μια ευχή ή μια υπογραφή στο λευκό πουκάμισο. Είναι ένα έθιμο Έθελ αυτό που κρατάει πολλά χρόνια τώρα και πολύ φοβάμαι πως σε κάποια στιγμή θα εξαλείφει, θα χαθεί και αυτό, όπως χάθηκαν και τα λευκώματα που είχαμε τότε!

Θυμάσαι τα λευκώματα Έθελ; Δε σου κρύβω πως το συγκεκριμένο περιστατικό με το κορίτσι με έκανε να μπω στη διαδικασία να ψάξω και να βρω τα λευκώματά μου. Τα έχω φυλάξει σε ένα ντουλάπι στο πατρικό μου. Ξεχωρίζω αυτό του Λυκείου. Έχει απ' έξω ένα νεαρό ζευγάρι αγκαλιά πάνω σε μια μεγάλου κυβισμού μηχανή. Η κοπέλα φοράει κοντή φούστα, μια άνετη πουκαμίσια και μπότες. Το αγόρι είναι ντυμένο με ντένιμ. Στο κεφάλι φοράνε και οι δυο μπαντάνες. Συνειδητοποιώ ότι το λεύκωμα αυτό έρχεται σε πλήρη αντίθεση με το λεύκωμα που είχα σαν μαθήτρια Γυμνασίου. Το δεύτερο ή καλύτερα το πρώτο μου λεύκωμα απεικονίζει ένα κοριτσάκι μέσα σε ένα λιβάδι να περπατάει χαμογελαστό και στο κεφάλι του να δεσπόζει

ένα υπέροχο ροζ καπέλο στολισμένο με μια πλατιά κορδέλα στην ίδια σχεδόν απόχρωση.

Ανοίγω το λεύκωμα του Λυκείου. Χρωματιστά στυλό και καλλιγραφικά γράμματα ξεπετάγονται μπροστά μου. Ασπρόμαυρες φωτογραφίες με τη στολή του σχολείου - σχεδόν όλες τραβηγμένες από τον κύριο Χαγιάννη - όμορφα λόγια, ευχές, ποιηματάκια, καρδούλες και αυτοκόλλητα. Διαβάζω τις ευχές και μια συγκίνηση με κατακλύζει. Οι συμμαθήτρίες μου αναφέρονται σε μένα ως «το γελαστό κορίτσι». Μπορεί κάποιες από τις ευχές τους να μην έπιασαν τελικά όμως το χαμόγελό μου εξακολουθώ ακόμη να το φοράω και ας πέρασαν τα χρόνια. Μπορεί μερικές φορές το πρόσωπό μου να συννεφιάζει μα με τη δύναμη του Θεού βρίσκω ξανά το χαμόγελο και το κουράγιο μου.

Χαζεύω για λίγο ακόμα το λεύκωμά μου και καθώς ξεφυλλίζω τις σελίδες του ένα σωρό αναμνήσεις πλημμυρίζουν το μυαλό μου. Ήταν όμορφα τα μαθητικά χρόνια. Είχαν το άρωμα της νιότης, της ανεμελιάς, το άρωμα των ονείρων. Η κάθε εποχή θα μου πεις έχει τις χαρές της. Και θα έχεις δίκιο. Η ζωή έχει τις χαρές της. Και παρά τις δυσκολίες και τα προβλήματα της δεν παύει να είναι όμορφη.

Κλείνω το λεύκωμα και μαζί του μια μικρή πόρτα στο παρελθόν. Όχι για να ξεχάσω, μα για να θυμάμαι. Γιατί οι στιγμές αυτές - οι γραμμένες με μαρκαδόρο πάνω σε πουκάμισα και σε σελίδες λευκωμάτων - είναι ο τρόπος που η μνήμη μας επιλέγει να χαμογελά. Κι όσο υπάρχουν παιδιά που ζητούν μια ευχή, όσο υπάρχουν άνθρωποι που φυλάνε τα παλιά τους λευκώματα σαν φυλαχτά, τόσο θα συνεχίζει να χτυπά μέσα μας η καρδιά εκείνης της εποχής. Της εποχής που όλα ήταν μπροστά. Και κάπως, ακόμα είναι. Συμφωνείς Έθελ;

**Σ'αγαπώ
Ι.Π**

Υποσημείωση Δεν έχει σημασία ποια είναι η Έθελ. Αν είναι ή όχι υπαρκτό πρόσωπο ή αν θα διαβάσει ποτέ τα γράμματα μου. Αν το κάνει όμως, ευχή μου είναι, στο πρόσωπο της, να σχηματιστεί ένα γλυκό χαμόγελο.*



Μια πόλη | Μια ήπειρος | Ένας κοινός τόπος
One city | One continent | One common ground

Larnaka
2030

EUROPEAN CAPITAL OF CULTURE
CANDIDATE CITY

larnaka2030.eu





”Πολιτισμός



ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 6 ΙΟΥΝΙΟΥ

8:00 μ.μ. - 8:30 μ.μ.

ΕΝΑΡΚΤΗΡΙΑ ΠΑΡΕΛΑΣΗ

Λαμβάνουν μέρος: Πολιτιστικοί όμιλοι, χορευτικά συγκροτήματα, 30ο Σύστημα Προσκόπων Αμμοχώστου, Σώμα Κυπρίων Οδηγών, Ναυτικός Όμιλος Λάρνακας, Φιλαρμονική Δήμου Λάρνακας

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ

από τον Δήμαρχο Λάρνακας
κ. Ανδρέα Βύρα

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ

από την Υπουργό Γεωργίας,
Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος
Δρ. Μαρία Παναγιώτου

9:35 μ.μ.

Η Κύπρος τραγουδά Κυπριακά
Μουσική συνάντηση με τους:
ΜΙΧΑΛΗΣ ΒΙΟΛΑΡΗΣ, ΔΗΜΗΤΡΗ
ΜΕΣΗΜΕΡΗΣ, ΕΥΑΓΟΡΑΣ ΚΑΡΑΓΙΩΡΓΗΣ,
ΠΕΤΡΟΣ ΚΟΥΛΟΥΜΗΣ, ΜΑΡΙΑ ΚΟΥΛΟΥΜΗ,
ΕΙΡΗΝΗ ΠΕΛΑΓΙΑ
ΧΡΗΣΤΟΣ ΣΙΚΚΗΣ, ΤΩΝΗΣ ΣΟΛΩΜΟΥ,
ΜΙΧΑΛΗΣ ΤΕΡΛΙΚΚΑΣ, ΒΑΣΙΛΙΚΗ
ΧΑΤΖΗΑΔΑΜΟΥ

Με τη συμμετοχή της 20μελούς
Ορχήστρας Παραδοσιακής Μουσικής
Αμμοχώστου
Διεύθυνση: Μιχάλης Κουλουμής
Καλλιτεχνική επιμέλεια: Πέτρος
Κουλουμής

ΠΥΡΟΤΕΧΝΗΜΑΤΑ

ΣΑΒΒΑΤΟ 7 ΙΟΥΝΙΟΥ

7:30 μ.μ. - 8:15 μ.μ.

ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΙ ΚΥΠΡΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ

Κατηγορίες: Μέχρι 16 χρονών και
άνω των 16 χρονών
Βιολί: Πολυχρόνης Σωκράτους
Λαούτο: Γιώργος Λειβαδιώτης

8:15 μ.μ. - 8:55 μ.μ.

Ο Πολιτιστικός Όμιλος ΒΑΣΙΛΙΤΖΙΑ

παρουσιάζει το πρόγραμμα
Οι ρίζες της παράδοσης
Τραγούδι: Μαρία Κερτεπενέ, Κώστας
Κοντοζάκης, Τάσος Αναστασίου
Χορογραφίες/χοροδιδασκαλία: Ζαχαρίας
Κερτεπενέ
Μουσική επιμέλεια: Κωνσταντίνος
Κάρβελλος

8:55 μ.μ. - 9:10 μ.μ.

Χορευτικό θέαμα με τον **ΝΤΙΝΟ ΚΚΑΝΤΗ**

9:55 μ.μ. - 10:25 μ.μ.

Μουσικό πρόγραμμα με τον
ΣΤΑΥΡΟ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ

10:25 μ.μ.

ΣΥΝΑΥΛΙΑ με τη ΛΕΝΑ ΖΕΥΓΑΡΑ



ΚΥΡΙΑΚΗ 8 ΙΟΥΝΙΟΥ

7:00 μ.μ. - 10:00 μ.μ.

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΙ ΚΥΠΡΙΑΚΩΝ ΠΟΙΗΜΑΤΩΝ, ΕΡΩΤΙΚΩΝ ΤΡΑΓΟΥΔΙΩΝ και ΤΣΙΑΤΤΙΣΜΑΤΩΝ

Βιολί: Πολυχρόνης Σωκράτους
Λαούτο: Γιώργος Λειβαδιώτης

10:15 μ.μ.

ΣΥΝΑΥΛΙΑ με τον ΓΙΩΡΓΟ ΜΑΡΓΑΡΙΤΗ



ΔΕΥΤΕΡΑ 9 ΙΟΥΝΙΟΥ

9:00 μ.μ. - 9:30 μ.μ.

Μουσικό-χιουμοριστική παράσταση
με τους **ΑΝΔΡΟΝΙΚΟ και ΜΑΤΘΙΛΔΗ**
ΜΑΓΓΙΡΑ

9:30 μ.μ. - 10:00 μ.μ.

Μουσικό πρόγραμμα με τον
ΓΙΑΝΝΗ ΜΑΡΓΑΡΗ και την ορχήστρα του

10:00 μ.μ. - 10:15 μ.μ.

Η επαγγελματική χορευτική ομάδα της
Μαρίας Ζαχαρίου Καραπίττα - MAMBO,
παρουσιάζει ένα λαϊκό χορευτικό
αφιέρωμα, στον κορυφαίο στιχουργό,
συγγραφέα και ποιητή Λευτέρη
Παπαδόπουλο με τα μεγάλα διαχρονικά
λαϊκά τραγούδια του

10:15 μ.μ.

ΣΥΝΑΥΛΙΑ με την ΕΛΕΝΑ ΠΑΠΑΡΙΖΟΥ



ΠΥΡΟΤΕΧΝΗΜΑΤΑ

ΤΡΙΤΗ 10 ΙΟΥΝΙΟΥ

9:45 μ.μ. - 11:45 μ.μ.

Μουσικό πρόγραμμα με τον
BIASED BEAST και την ορχήστρα του

ΤΕΤΑΡΤΗ 11 ΙΟΥΝΙΟΥ

9:45 μ.μ. ΣΥΝΑΥΛΙΑ με τους
SOLMEISTER και MARSEAUX

ΕΞΕΔΡΑ ΠΛΑΤΕΙΑΣ ΚΙΜΩΝΟΣ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 6 - ΤΡΙΤΗ 10 ΙΟΥΝΙΟΥ

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΚΥΠΡΙΑΚΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΑ

1. Μασούρισμα στο Δουλάππι,
2. Καρεκλάς, 3. Δερματοτεχνία
(Κατασκευή Βούρκας), 4. Σκαρπάρης,
5. Καλαθοπλεκτική, 6. Ψαθοπλεκτική
(Τσέστος - Πανέρι), 7. Υφαντική στον
Αργαλειό, 8. Αγγειοπλαστική, 9.
- Πιθκιαύλι, 10. Ξύλινες Δημιουργίες,
11. Κομπολόγια, 12. Χειροτεχνήματα
Κουκουλιών, 13. Σαρκές, Ταπατζιές,
- Ματσούκες, Βούρκες, 14. Σμιλί - Σμίλες

ΚΑΤΑΚΛΥΣΜΟΣ ΛΑΡΝΑΚΑ 2025 / 06-11 ΙΟΥΝΙΟΥ

ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΣ

Τρίτη 3, 16, 17, 24, 30/06

8:30 μ.μ.

ΑΥΛΗ ΜΟΥΣΕΙΟΥ ΠΙΕΡΙΔΗ

Θερινός Κινηματογράφος
Προβολή κινηματογραφικής ταινίας
Διοργανωτές: Κινηματογραφική Λέσχη
Λάρνακας-Αμμοχώστου
Είσοδος ελεύθερη
Πληροφορίες: Facebook – Larnaka Cinema

ΧΟΡΟΣ

Τρίτη 3/06, 7:00 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Romina Costea Dance Art School
«The Great Show»
Είσοδος €15

ΘΕΑΤΡΟ

Τετάρτη 04,05/06, 8:30 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Θεατρική ομάδα «Τέταρτος Τοίχος»
Κωμωδία «Αγγούρι του Πίνγκου»
του Σπυρίδωνα Π.Κ. Σπύρου
Σκηνοθεσία: Σπύρος Σπύρου και Νίκη
Πλυσή
Είσοδος €10
Εισιτήρια: τηλ. 99337126, 99583966

ΜΟΥΣΙΚΗ

Τετάρτη 4/02, 9:00 μ.μ.

ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ

Πορτοκάλογλου – Κότσιρας Καλοκαίρι
2025
Είσοδος €40, €35, €30 & €25
Εισιτήρια από: ticketmaster.cy & ACS
Courier

ΘΕΑΤΡΟ & ΧΟΡΟΣ

Παρασκευή 13,14/06, 8:30 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Θεατρικό Εργαστήρι «Παράθυρο
Ανοιχτό» &
Elegant School of Dance
«Τα Ραδίκια Ανάποδα» του Γιώργου
Γαλίτη
Σκηνοθεσία: Άντρη Κυριαζή
Είσοδος €12
Κατάλληλο για ηλικίες 12+
Προπώληση: soldoutticketbox.com &
καταστήματα Stephanis

ΧΟΡΟΣ

Κυριακή 15, 16/06, 6:00 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Σχολή Ρωσικού Μπαλέτου Εύης Σουρή
«A Night in the Museum»
Είσοδος €12 & €10 (για παιδιά 8+)
Κρατήσεις / πληροφορίες τηλ. 96311761

ΧΟΡΟΣ

Πέμπτη 19/06, 8:30 μ.μ.

ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ

Alma Dance Studio Μάριαμ Μιχαηλίδου
«SnowWhy?»
Είσοδος €12
Πληροφορίες τηλ. 99537352

ΜΟΥΣΙΚΗ

Κυριακή 22/06, 8:15 μ.μ.

ΠΛΑΤΕΙΑ ΖΟΥΧΟΥΡΙ

Συναυλία Φωνητικού Συνόλου Δήμου
Λάρνακας
«Χρώματα κι Αρώματα»
Μια βραδιά αφιερωμένη στους: Μ.
Χατζιδάκι, Μ. Θεοδωράκη,
Γ. Σπανό, Γ. Μαρκόπουλο, Δ. Σαββόπουλο,
Ν. Ξυλούρη
Συνοδεύει μικρή ορχήστρα
Κρητική λύρα: Κάρολος Μαριδάκης
Καλλιτεχνική επιμέλεια / διεύθυνση:
Ανδρέας Γερολέμου
Είσοδος ελεύθερη

Κυριακή 22/06, 7:00 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

Σχολή Χορού Χοροέμπνευση
«Dream Big & Live your Story»
Είσοδος €12
Εισιτήρια από: ticketmaster.cy & ACS
Courier

ΧΟΡΟΣ

Κυριακή 29/06, 6:30 μ.μ.

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ

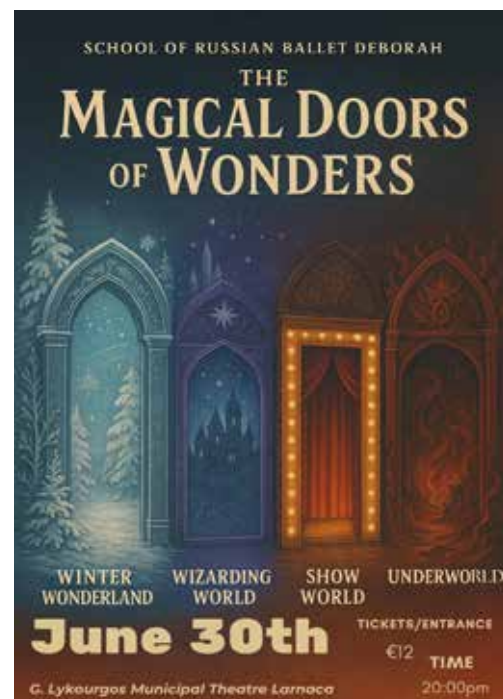
Σχολή Χορού On your Feet
«This is it»
Είσοδος €12 & €8 (για παιδιά κάτω των 8
ετών)
Εισιτήρια από τη Σχολή τηλ. 99155004

ΧΟΡΟΣ

Κυριακή 29/06, 8:30 μ.μ.

ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ

Σχολή Χορού Ζορμπάς
Χορευτική παράσταση «»
Είσοδος €10
Εισιτήρια από: ticketmaster.cy & ACS
Courier





ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΛΑΡΝΑΚΑΣ 1-31 ΙΟΥΛΙΟΥ 2025
LARNAKA FESTIVAL 1-31 JULY 2025



ΜΟΥΣΙΚΗ – ΧΟΡΟΣ – ΘΕΑΤΡΟ
MUSIC – DANCE - THEATRE

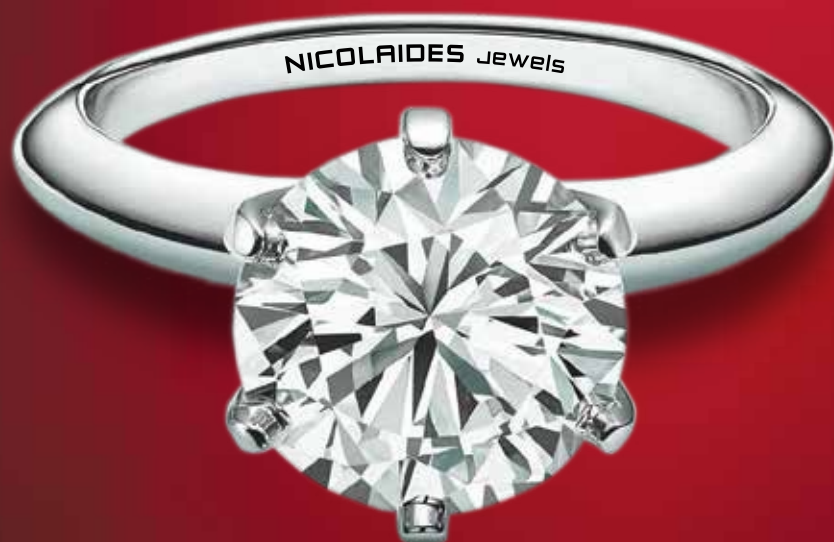
20 full years of ammos

20 million stories 20 billion smiles

We thank you all !!!!!



Makenzy, Larnaca - Cyprus
+357 24 828844




NICOLAIDES
watches & Jewellery

Ζήνωνος Κιτιέως 120, τ. 24 656974

