



**FREE PRESS**



**NEW**

**BIG ARCH<sup>®</sup>**

**SILENCE YOUR BIG HUNGER**



Το έργο ανήκει στον 14χρονο **Χρήστο Αβραμούση** με καταγωγή από το Αλιβέρι Εύβοιας, ο οποίος κατοικεί στη Λάρνακα και είναι μαθητής του Γυμνασίου Δροσιάς. Αγαπά ιδιαίτερα τη ζωγραφική και μέσα από τα έργα του εκφράζει τη φαντασία και τη δημιουργικότητά του. Παρακολουθεί μαθήματα στο Magenta Art Workshop στη Λάρνακα, το οποίο δημιουργήθηκε από την εικαστικό Μελίνα Σκλάβου, απόφοιτο της Ανωτάτης Σχολής Καλών Τεχνών Αθήνας. Η ίδια παραδίδει μαθήματα ζωγραφικής και σχεδίου για παιδιά και ενήλικες, ενώ παράλληλα προετοιμάζει μαθητές για ανώτατα ιδρύματα τεχνών σε Κύπρο, Ελλάδα και Ευρώπη.

## ΘΕΜΑΤΑ



**6** ΑΝΤΩΝΗΣ ΚΑΤΣΑΝΤΩΝΗΣ  
(1941-2024)

**10** ΟΙ ΜΥΘΟΙ  
ΤΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ ΛΑΡΝΑΚΑΣ  
ΞΑΝΑΖΩΝΤΑΝΕΥΟΥΝ

**16** Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΩΝ ΒΟΥΛΕΥΤΙΚΩΝ  
ΕΚΛΟΓΩΝ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

**22** ΔΙΑΤΡΟΦΗ  
ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

## Σχεδιάζουμε και εκτυπώνουμε

συσκευασίες - διαφημιστικά - λογότυπα - προσκλητήρια - κάρτες - περιοδικά - τιμολόγια...

σύγχρονα ψηφιακά μηχανήματα  
υψηλής ανάλυσης εκτύπωση



📍 Αρετούσας 11, 6036 - Λάρνακα 📞 24 638 776 ✉️ neaestia@cablenet.com.cy 🌐 Nea Estia Printings

**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**



ΕΣΤΙΑ ΛΤΔ, Ζήνωνος Κιτέως 5  
 Δημαχείο Λάρνακας  
 ALEXANDER COLLEGE  
 ΔΗ.ΒΑ, Παύλου Κριναίου 22 (παρά το νέο νοσοκομείο)  
 Exada Convenience Store, kritis 1, Aradίppου (Krasa)  
 Περίπτερο Α. ΑΓΑΜΕΜΝΩΝΟΣ, Κων/νου Παλαιλόγου, 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) - Στρατηγος Τιμάγια - Λιβάδια

**Αραδίππου**

Περίπτερο Candy Break, Κυριάκου Μάτση 120

**Κίτι**

SoEasy Stores Αρξ. Μακαρίου 110

**Δρομολαξιά**

POINT KIOSKS, Ελευθερίας 51

**Ορμήδεια**

Περίπτερο Ηλίας

**Λιβάδια**

4 Wizard Kiosk, Ανδρέα Κάλβου 8

**Καλό Χωριό**

Βιβλιοπωλείο, Η Κιβωτός, Άσσιας 14

# Κοιτάμε τη ζωή ή τη ζούμε;

Γράφει η **ΓΕΩΡΓΙΑ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ**

Πόσες φορές πιάσαμε τον εαυτό μας να φωτογραφίζει μια στιγμή αντί να τη ζει; Ένα ηλιοβασίλεμα στην παραλία, μια αυθόρμητη έξοδος με φίλους, ένα καλοκαιρινό απόγευμα χωρίς σχέδια. Και σχεδόν μηχανικά, πριν προλάβουμε να κοιτάξουμε γύρω μας, σπκώνουμε το κινητό για να τα αποθανάτισουμε.

Η καθημερινότητα μας περνά πλέον μέσα από οθόνες. Ξυπνάμε με ειδοποιήσεις, απαντάμε σε μηνύματα, ενημερωνόμαστε συνεχώς και πολλές φορές βλέπουμε τη ζωή μας μέσα από stories και likes. Ακόμα και το καλοκαίρι, που κάποτε σήμαινε ξεγνοιασιά, δύσκολα μένει μακριά από αυτή τη συνήθεια.

Δεν είναι απαραίτητα κάτι αρνητικό. Η τεχνολογία μάς έφερε πιο κοντά, έκανε την επικοινωνία πιο εύκολη, όμως πολλές φορές μάς απομακρύνει από το «τώρα» και όσα συμβαίνουν γύρω μας περνούν βιαστικά.

Ίσως αυτό το καλοκαίρι να είναι μια μικρή ευκαιρία να χαμηλώσουμε λίγο τους ρυθμούς. Μια βόλτα με αγαπημένα πρόσωπα, λίγος χρόνος μόνο για εμάς, μικρές εμπειρίες που δεν χρειάζεται να καταγραφούν για να έχουν αξία.

Γιατί κάποιες από τις πιο όμορφες αναμνήσεις δεν χρειάζεται να αποθηκευτούν αρκεί να τις ζήσουμε πραγματικά.



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



Αποκτήστε τη συλλογή  
NORTH SAILS με τα  
ψώνια σας!

μέχρι  
**-68%**



LINE SPINNAKER

Καταφθάνουν...15 Ιουνίου 2026




[www.metro.com.cy](http://www.metro.com.cy)







**Είναι υπέρ σου!**

**Υπερα Ασφαλιστική** 

# Το Μέλλον της Λάρνακας και η Ευθύνη των Νέων Βουλευτών!



**ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΓΙΑ ΤΗ LA VOICE ΒΑΣΙΣΜΕΝΗ ΣΤΗΝ ΜΕΛΕΤΗ ΑΝΤΩΝΙΑΔΗ - ΝΕΑ ΥΟΡΚΗ**

ΦΩΤΟ: FREE PIXABAY (by dimitrisvetsikas1969)

Σύμφωνα με τη μελέτη του Δρ Νίκου Αντωνιάδη, που δημοσιεύτηκε στο προηγούμενο τεύχος της L.A Voice, η Λάρνακα εισήλθε στη νέα Βουλή με τους πολίτες να αξιολογούν πλέον τους πολιτικούς όχι στη βάση της κομματικής ταυτότητας, αλλά της ικανότητας τους να προσφέρουν ουσιαστικές λύσεις και μετρήσιμα αποτελέσματα για την επαρχία. Όπως είχε αναφερθεί στην προηγούμενη έκδοση, η ανάλυση βασίστηκε στο βραβευμένο μοντέλο CIS (Create-Inform-Support / Δημιουργία-Ενημέρωση-Υποστήριξη), το οποίο αξιολογεί τη σύγχρονη πολιτική συμπεριφορά μέσα από την ικανότητα των πολιτικών δυνάμεων να παράγουν προτάσεις (Δημιουργία), να Ενημερώνουν αποτελεσματικά τους πολίτες και να προσφέρουν ουσιαστική (Υπο)στήριξη με πρακτικά αποτελέσματα. Η Λάρνακα του 2026 αναδεικνύεται ως η πιο χαρακτηριστική έκφραση της μετάβασης της Κυπριακής πολιτικής από την παραδοσιακή κομματική ψήφο στη «λειτουργική ψήφο». Οι πολίτες δεν αρκούνται πλέον σε ιδεολογικές ταυτίσεις ή ιστορικές κομματικές σχέσεις. Αντίθετα, ζητούν αποτελεσματικότητα, διαφάνεια και πρακτικές λύσεις για τα προβλήματα της επαρχίας. Μέσα σε αυτό το νέο πολιτικό περιβάλλον, οι νεοεκλεγέντες βουλευτές της Λάρνακας καλούνται να διαδραματίσουν έναν πολύ πιο απαιτητικό και ουσιαστικό ρόλο από ό,τι στο παρελθόν.

Πρώτιστο καθήκον τους είναι να αποδείξουν ότι μπορούν να μετατρέψουν τις προεκλογικές δεσμεύσεις τους σε απτά αποτελέσματα. Η έρευνα έδειξε ξεκάθαρα ότι οι πολίτες αξιολογούν πλέον τους πολιτικούς με βάση την ικανότητα τους να παράγουν λύσεις και όχι απλώς να διατυπώνουν συνθήματα. Αυτό σημαίνει ότι οι νέοι βουλευτές θα πρέπει να επικεντρωθούν σε ζητήματα καθημερινότητας που επηρεάζουν άμεσα την επαρχία, όπως οι υποδομές, η ανάπτυξη της υπαίθρου, η στήριξη της επιχειρηματικότητας, η κυκλοφοριακή αποσυμφόρση και η ενίσχυση των δημόσιων υπηρεσιών.

Παράλληλα, καλούνται να επαναπροσδιορίσουν τον τρόπο επικοινωνίας τους με την κοινωνία. Η μελέτη κατέγραψε ότι ακόμη και τα παραδοσιακά ισχυρά κόμματα εμφανίζουν αδυναμίες στον πυλώνα της Ενημέρωσης. Οι πολίτες απαιτούν πλέον πιο άμεση, ειλικρινή και διαφανή

επικοινωνία. Ο βουλευτής του 2026 δεν μπορεί να περιορίζεται σε δημόσιες εμφανίσεις ή κομματικές ανακοινώσεις, αλλά χρειάζεται συνεχή επαφή με την κοινωνία, παρουσία στα τοπικά ζητήματα και ουσιαστική λογοδοσία για τις πράξεις και τις αποφάσεις του.

Ιδιαίτερη σημασία αποκτά επίσης η ανάγκη συνεργασιών. Η Κύπρος έχει ήδη εισέλθει σε ένα πιο πολυφωνικό πολιτικό σκηνικό, με περισσότερα κόμματα να εξασφαλίζουν κοινοβουλευτική παρουσία. Αυτό σημαίνει ότι οι νέοι βουλευτές θα πρέπει να λειτουργήσουν με κουλτούρα συνεννόησης και όχι με λογικές πολιτικής απομόνωσης, τόσο σε τοπικό όσο και σε κρατικό επίπεδο. Οι πολίτες, στο σύνολο τους πλέον, ενδιαφέρονται λιγότερο για τις κομματικές αντιπαραθέσεις και περισσότερο για τη δυνατότητα παραγωγής αποτελεσμάτων μέσα από συνεργασίες και συνθέσεις.

Ταυτόχρονα, η άνοδος νέων πολιτικών σχηματισμών καταδεικνύει ότι υπάρχει αυξανόμενη απαίτηση για τεκνοκρατική προσέγγιση και ορθολογική διαχείριση των ζητημάτων. Οι νεοεκλεγέντες βουλευτές καλούνται επομένως να εγκαταλείψουν τον παραδοσιακό πολιτικό λόγο της γενικότητας και να παρουσιάσουν τεκμηριωμένες πολιτικές προτάσεις με μετρήσιμους στόχους. Η κοινωνία της Λάρνακας εμφανίζεται πλέον πιο απαιτητική, πιο ενημερωμένη και λιγότερο διατεθειμένη να αποδεχθεί πολιτικές χωρίς ουσιαστικό αντίκρισμα.

Εν κατακλείδι, η μεγαλύτερη πρόκληση για τους νέους βουλευτές της Λάρνακας είναι να αποκαταστήσουν τη σχέση εμπιστοσύνης μεταξύ πολιτών και πολιτικής. Η μελέτη του Δρ Αντωνιάδη αναδεικνύει μια κοινωνία που δεν ψηφίζει πλέον «αυτόματα», αλλά αξιολογεί, συγκρίνει και απαιτεί. Οι πολίτες αναζητούν εκπροσώπους που να μπορούν να ακούσουν, να κατανοήσουν και κυρίως να υλοποιήσουν. Γι' αυτό και η Λάρνακα του 2026 αναμένεται να αποτελέσει παράδειγμα του νέου πολιτικού μοντέλου που διαμορφώνεται στην Κύπρο: ενός μοντέλου όπου η αξιοπιστία, η αποτελεσματικότητα και η πραγματική στήριξη της κοινωνίας θα καθορίζουν πλέον την πολιτική επιτυχία.

Καλή επιτυχία στους νεοεκλεγέντες βουλευτές!

Ο Δρ. Νίκος Αντωνιάδης είναι Καθηγητής σε θέματα Επικοινωνίας, Στρατηγικής & Πολιτικού Μάρκετινγκ και Συντάκτης στις εφημερίδες [ikypros.com](http://ikypros.com), [L.A. Voice](http://L.A.Voice) και [HellasJournal](http://HellasJournal).



**THE CLUBHOUSE CY** ο πρώτος και μοναδικός indoor golf simulator χώρος σε Λάρνακα και Αμμόχωστο που συνδυάζει αθλητισμό, τεχνολογία και ψυχαγωγία για μικρούς και μεγάλους.

Το **THE CLUBHOUSE CY** προσφέρει μια μοναδική εμπειρία διασκέδασης, πρακτικής άσκησης Golf και κοινωνικοποίησης στην πόλη, μέσα από έναν σύγχρονο χώρο όπου ο αθλητισμός συναντά την τεχνολογία και το lifestyle φιλικό στο περιβάλλον.

Με Golf simulator τελευταίας τεχνολογίας, darts, pool και δυνατότητες για private events και gatherings, το **THE CLUBHOUSE CY** απευθύνεται τόσο σε ανθρώπους που αγαπούν το golf όσο και σε όσους θέλουν να δοκιμάσουν κάτι νέο και διαδραστικό σε ένα χαλαρό και φιλόξενο περιβάλλον.

Είτε πρόκειται για μια έξοδο με φίλους, ένα εταιρικό event, μια οικογενειακή συνάντηση ή μια νέα εμπειρία για επισκέπτες της Κύπρου, ο στόχος παραμένει ο ίδιος: διασκέδαση με άσκηση, σύνδεση με φίλους και όμορφες στιγμές μέσα σε μια ποιοτική ατμόσφαιρα.

Με μοντέρνα αισθητική και έμφαση στη φιλοξενία και την εμπειρία του επισκέπτη, το **THE CLUBHOUSE CY** είναι η σύγχρονη ψυχαγωγία στη Λάρνακα.



#### **THE CLUBHOUSE CY ΕΓΚΑΙΝΙΑ**

Τα εγκαίνια τέλεσε ο Δήμαρχος Αραδίππου Κος Πάρτου χαιρέτησε την εκδήλωση ο περιφερειάρχης Λάρνακας Κος Χατζηκαλαμάμπους, τιμήσαν με την παρουσία τους η Αντιδήμαρχος Αραδίππου Κα Σάββα, ο βουλευτής κος Αλαμπρίτης, κος Ιωάννου, ο ανώτερος αξιωματικός Αστυνομίας Αραδίππου κος Νικάδρου οι δημοτικοί σύμβουλοι Λάρνακας κος Χειμωνίδης και Κος Ταουξιάς και άλλοι επίσημοι και εκπρόσωποι φορέων της πόλης μας.



Νέα ζωή αποκτούν ιστορίες χωριών της Λάρνακας που για δεκαετίες μεταφέρονταν προφορικά από γενιά σε γενιά και που αποτελούν πολύτιμο κομμάτι της τοπικής μνήμης και ταυτότητας. Μέσα από πρωτοβουλία της Εταιρείας Τουριστικής Ανάπτυξης και Προβολής Περιφέρειας Λάρνακας και του Συλλόγου Γυναικών Υπαίθρου Λάρνακας, με τη στήριξη του Υφυπουργείου Τουρισμού, η άυλη πολιτιστική κληρονομιά της υπαίθρου αναδεικνύεται με σύγχρονο τρόπο.

Η οπτικοακουστική αυτή δράση φέρνει στο προσκήνιο εννέα τοπικούς θρύλους της επαρχίας Λάρνακας μέσα από αφηγήσεις κατοίκων. Τα βίντεο συνοδεύονται από αγγλικούς υπότιτλους, προσφέροντας μια προσβάσιμη πολιτιστική εμπειρία και στους ξένους επισκέπτες. Παράλληλα, σε κάθε κοινότητα έχουν τοποθετηθεί πινακίδες με QR codes σε σημεία που συνδέονται με τον κάθε μύθο, δίνοντας τη δυνατότητα στους επισκέπτες να παρακολουθούν τις αφηγήσεις μέσω των κινητών τους τηλεφώνων.

Στόχος της δράσης είναι η ανάδειξη της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς της υπαίθρου Λάρνακας, η ενίσχυση της πολιτιστικής ταυτότητας των χωριών, ο εμπλουτισμός της τουριστικής εμπειρίας και η ενεργός συμμετοχή των τοπικών κοινοτήτων στη διατήρηση και προβολή της παράδοσής τους.

## Οι 9 Κοινότητες και οι Μύθοι τους

- **Άγιος Θεόδωρος** – Η Κουφή του Πεντασχοίνου: Ο μύθος μιλά για ένα τεράστιο τρομακτικό φίδι που ζούσε στις εκβολές του ποταμού Πεντάσχοινου και φόβιζε τους κατοίκους του χωριού. Οι χωριανοί κατάφεραν να το νικήσουν με εξυπνάδα και συνεργασία, αποδεικνύοντας πως ακόμη και ο μεγαλύτερος φόβος μπορεί να ξεπεραστεί όταν οι άνθρωποι ενώνονται.

- **Αλαμινός** – Ο Μύθος του Λούκα: Ο Λούκας, ο «τρελός του χωριού», περνούσε τη ζωή του ψάχνοντας έναν χαμένο πειρατικό θησαυρό, παρά τα πειράγματα των συγχωριανών του. Ο μύθος θυμίζει πως η πίστη και η επιμονή ενός ανθρώπου αξίζουν περισσότερο από τον ίδιο τον χρυσό.
- **Καλαβασός** – Το Γεφυρούδι: Σύμφωνα με την παράδοση, τα σπίτια της γειτονιάς επικοινωνούσαν μεταξύ τους για να βοηθούν τις κοπέλες να κρύβονται από το παιδομάζωμα της Τουρκοκρατίας. Το «Γεφυρούδι» έμεινε ως σύμβολο προστασίας, αλληλεγγύης και ευρηματικότητας των κατοίκων.
- **Αναφωτιά** – Η Λόττα του Πικρού: Η τραγική ιστορία μιας νέας κοπέλας που δεν μπόρεσε να ζήσει τον έρωτά της μετατράπηκε σε έναν από τους πιο σκοτεινούς κυπριακούς θρύλους. Ο μύθος της λόττας συνδέει την περιοχή του Πικρού με ιστορίες αγάπης, φόβου και λαϊκής παράδοσης.
- **Λάγεια** – Πάσχα την Κυριακή της Ελιάς: Ένα μπέρδεμα του πάτερ και της παπαδιάς στο μέτρημα των ημερών οδήγησε τους κατοίκους της Λάγειας να γιορτάσουν το Πάσχα μία εβδομάδα νωρίτερα. Ο χιουμοριστικός αυτός μύθος παραμένει μέχρι σήμερα κομμάτι της σατιρικής παράδοσης του χωριού.
- **Λεύκαρα** – Το Ελιοκόκκονο: Ένας βοσκός από τα Λεύκαρα ανακάλυψε τυχαία έναν κρυμμένο θησαυρό ενώ έτρωγε ελιές κοντά σε μια πέτρινη δόμη. Η ιστορία αναδεικνύει την εξυπνάδα και την πονηριά των Λευκαριτών, στοιχεία που συνοδεύουν μέχρι σήμερα τη φήμη του χωριού.
- **Ορά** – Είμαιθα Οράτες Εφτασαερίτες: Η γνωστή φράση γεννήθηκε όταν ένας Οράτης χρειάστηκε επτά καρέκλες σε καφενείο της πόλης μόνο για τη δική του άνεση. Μέσα από αυτή την υπερβολή, ο μύθος φανερώνει τον περήφανο και ιδιαίτερο χαρακτήρα των κατοίκων της Οράς.
- **Σκαρίνου** – Η Τρύπα του Μαύρου: Ένας μυστηριώδης ληστής που κρυβόταν σε σπηλιά κοντά στη Σκαρίνου τρομοκρατούσε για χρόνια τους διαβάτες της περιοχής. Η εξόντωσή του από έναν νεαρό και τη μούλα του έγινε σύμβολο θάρρους και λύτρωσης για τα γύρω χωριά.
- **Κάτω Δρυς** – Ο Μύθος της Ρήγαινας: Δύο περήφανες Ρήγαινες ζούσαν για χρόνια ως γειτόνισσες χωρίς να ανταλλάξουν ούτε λέξη μεταξύ τους. Ο μύθος διδάσκει πως η περηφάνια φέρνει απομόνωση, ενώ η συμπιλίωση και η συγχώρεση έχουν μεγαλύτερη αξία από κάθε θησαυρό.

Τους μύθους μπορείτε να δείτε στη σελίδα της ΕΤΑΠ Λάρνακας στο YouTube <https://www.youtube.com/larnakatourism>

# MyPetrolina app

& βγες πολλαπλά κερδισμένος!



Για περισσότερες πληροφορίες [www.petrolina.com.cy](http://www.petrolina.com.cy)  
Ισχύουν όροι και προϋποθέσεις.

Σε πρατήρια



## Προκηρύχθηκε η μελέτη για το νέο γυμνάσιο στο χώρο της πρώην Διανέλλειου Τεχνικής Σχολής - Θα πλησιάσει τα 15 εκ. το κόστος

Γράφει ο **ΒΑΣΟΣ ΒΑΣΟΥ**

Μπήκε το νερό στ' αυλάκι για το νέο γυμνάσιο που προγραμματίζεται στο χώρο της πρώην Διανέλλειου Τεχνικής Σχολής. Οι Τεχνικές Υπηρεσίες του Υπουργείου Παιδείας προκήρυξαν πριν από μερικές μέρες τον διαγωνισμό παροχής υπηρεσιών συμβούλων μελετητών (μελέτη-επίβλεψη) για την ανέγερση του νέου γυμνασίου της Λάρνακας. Η προθεσμία υποβολής προσφορών εκπνέει στις 3 ερχόμενου Ιουλίου. Οι Τεχνικές Υπηρεσίες αποφάσισαν να δώσουν μεγάλο χρονικό περιθώριο στους ενδιαφερόμενους προκειμένου να υποβάλουν τις προσφορές τους, έτσι ώστε να αποφευχθούν τυχόν παρατάσεις που συνήθως ζητούνται για τέτοιου είδους μελέτες. Επί της ουσίας, με την προκήρυξη του υπό αναφορά διαγωνισμού, οι Τεχνικές Υπηρεσίες του Υπουργείου Παιδείας ζητούν να προσλάβουν ομάδα συμβούλων μελετητών, που θα αποτελείται από αρχιτέκτονα, πολιτικό μηχανικό, ηλεκτρολόγο μηχανικό, μηχανολόγο μηχανικό κι επιμετρητή ποσοτήτων, η οποία θα σχεδιάσει το έργο μέσω της μελέτης που θα διενεργήσει. Όπως έχει καθοριστεί, το νέο γυμνάσιο της Λάρνακας θα πε-

ριλαμβάνει 18 αίθουσες διδασκαλίας, εργαστήρια, άλλες ειδικές αίθουσες, κλειστή αίθουσα πολλαπλής χρήσης, υπαίθριους χώρους, ενώ προβλέπεται να κατασκευαστούν και αθλητικές υποδομές στους εξωτερικούς χώρους του σχολείου. Το συνολικό εμβαδόν του καινούργιου γυμνασίου καθορίζεται περίπου (κτηριακά) στα 6 χιλιάδες τετραγωνικά μέτρα, με την κάθε αίθουσα διδασκαλίας να υπολογίζεται στα 60 - 65 τ.μ. Όσον αφορά την κλειστή αίθουσα αθλοπαιδιών (αίθουσα πολλαπλής χρήσης), το εμβαδόν της καθορίζεται στα 1.400τ.μ. Θα περιλαμβάνει κερκίδες, αποδυτήρια και βοηθητικούς χώρους. Εξάλλου, από την αρμόδια Επιτροπή Οδικής Ασφάλειας των Δημοσίων Έργων προτείνονται και κάποια οδικά έργα (στάσεις λεωφορείων κτλ.) γύρω από το σχολείο για σκοπούς διαχείρισης της κυκλοφορίας όταν θα λειτουργήσει το νέο γυμνάσιο. Το συνολικό κόστος ανέγερσης του καινούργιου σχολικού κτηρίου, συμπεριλαμβανομένης και της μελέτης που θα γίνει, εκτιμάται στα 14 εκατομμύρια 955 χιλιάδες ευρώ (συν ΦΠΑ). Τα οδικά έργα που προβλέπονται να γίνουν έξω από το γυμνάσιο θα κοστίσουν περίπου 300 χιλιάδες ευρώ. Η ανέγερση νέου γυμνασίου στο χώρο της πρώην Διανέλλειου Τεχνικής Σχολής αποτελεί διαχρονικό αίτημα της τοπικής σχολικής εφορείας, προκειμένου να ικανοποιηθούν οι εκπαιδευτικές ανάγκες της πόλης, οι οποίες έχουν αυξηθεί τα τελευταία χρόνια. Η υφιστάμενη εικόνα του εγκαταλελειμμένου (εδώ και περίπου 12 χρόνια) χώρου της πρώην Διανέλλειου Τεχνικής Σχολής μόνο αλγεινή εντύπωση προκαλεί καθημερινά στους πολίτες και τους χιλιάδες διερχόμενους οδηγούς, σ' ένα νευραλγικό σημείο της πόλης, επί της οδού Δημοτράκη Διανέλλου, που συνδέει την ενορία Σωτήρος με την ενορία Χρυσοπολίτισσας.



## Ολική αναβάθμιση θεάτρων «Γ. Λυκούργος» και «ΣΚΑΛΑ» στη Λάρνακα με φόντο το «Λάρνακα 2030»

Γράφει ο **ΒΑΣΟΣ ΒΑΣΟΥ**

Σε τροχιά ολικής αναβάθμισης βρίσκονται δύο θέατρα στη Λάρνακα, το Δημοτικό Θέατρο «Γεώργιος Λυκούργος» και το Θέατρο ΣΚΑΛΑ. Ο Δήμος Λάρνακας προκήρυξε πρόσφατα διαγωνισμό για την παροχή υπηρεσιών συμβούλων μελετητών στο πλαίσιο αναβάθμισης του θεάτρου «Γεώργιος Λυκούργος», με την προθεσμία υποβολής προσφορών ή αιτήσεων συμμετοχής να εκπνέει στις 12 ερχόμενου Ιουνίου. Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να εξασφαλίσουν περισσότερες πληροφορίες και τα σχετικά έγγραφα του διαγωνισμού μέσω του συστήματος ηλεκτρονικών συμβάσεων του

δημοσίου. Το Δημοτικό Θέατρο «Γ. Λυκούργος» εγκαινιάστηκε περί τα μέσα της δεκαετίας του 1990 και βρίσκεται στο χώρο του ανακαινισμένου δημοτικού κήπου της πόλης. Ο δήμαρχος Λάρνακας Ανδρέας Βύρας δήλωσε ότι τα έργα που προγραμματίζονται στο δημοτικό θέατρο θ' αφορούν την στατικότητα του κτηρίου καθώς και την ολική αναβάθμισή του. Μεταξύ άλλων, θα γίνουν εργασίες αντικατάστασης των ηλεκτρολογικών εγκαταστάσεων, του εξοπλισμού, των καθισμάτων κ.α. Εκτιμάται ότι τα έργα που θα γίνουν θα κοστίσουν γύρω στα τέσσερα εκατομμύρια ευρώ. Σε πορεία αναβάθμισης βρίσκεται και το Θέατρο ΣΚΑΛΑ (το πρώην κινηματοθέατρο ΑΤΤΙΚΟΝ), στην οδό Κυριάκου Μάτση, το οποίο εδώ και δύο χρόνια παραμένει κλειστό λόγω σοβαρών προβλημάτων στατικότητας που εντοπίστηκαν στο κτήριο. Στο Θέατρο ΣΚΑΛΑ μπήκε λουκέτο τον Απρίλιο του 2024 μετά από έλεγχο που διενεργήθηκε, ο οποίος ανέδειξε σοβαρά προβλήματα στατικότητας, καθιστώντας επί της ουσίας



το κτήριο επικίνδυνο. Ο κ. Βύρας είπε ότι για το Θέατρο ΣΚΑΛΑ έχει ήδη οριστεί μελετητής, ο οποίος έπιασε δουλειά διενεργώντας εξετάσεις σε σχέση με την στατική κατάσταση του κτηρίου. Η μελέτη κοστολογήθηκε στις 175 χιλιάδες ευρώ. Ο δήμος βρίσκεται σε αναμονή της μελέτης, η οποία θα καταδείξει το μέγεθος του προβλήματος, έτσι ώστε να αποφασιστούν τα έργα που απαιτούνται να γίνουν. Με το πέρας της μελέτης, θα ακολουθήσει η προκήρυξη διαγωνισμού για εξεύρεση εργολάβου που θα αναλάβει τις κατασκευαστικές εργασίες αναβάθμισης του θεάτρου και του εξοπλισμού του. Τα έργα που θα γίνουν, εκτός από την στατική αναβάθμιση του κτηρίου, θα περιλαμβάνουν διευκολύνσεις για πρόσβαση ΑμεΑ, τοποθέτηση νέου φωτισμού και καινούργιων καθισμάτων καθώς και σύγχρονες ηλεκτρολογικές εγκαταστάσεις. Τα έργα στο «ΣΚΑΛΑ» εκτιμάται ότι θα ξεπεράσουν τα τριετήμισι εκατομμύρια ευρώ. Οι παραστάσεις του θεάτρου ΣΚΑΛΑ γίνονται προσωρινά σε άλλους χώρους.

Ο Α. Βύρας ανέφερε ότι η αναβάθμιση των δύο θεάτρων αποφασίστηκε προκειμένου να φιλοξενήσουν πολιτιστικές εκδηλώσεις που προγραμματίζονται στο πλαίσιο ανακήρυξης της Λάρνακας ως Πολιτιστική Πρωτεύουσα της Ευρώπης 2030.

**ΠΑΡΑΔΟΣΗ, ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΑΥΘΕΝΤΙΚΗ ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΓΕΥΣΗ  
ΕΔΩ ΚΑΙ ΣΧΕΔΟΝ 50 ΧΡΟΝΙΑ**



Η Γαλακτοβιομηχανία Αχναγάλ αποτελεί ένα από τα πιο αναγνωρίσιμα ονόματα στον χώρο των κυπριακών γαλακτοκομικών προϊόντων, με μια πορεία που ξεκινά το 1977 στο Δασάκι Άχνας. Με σεβασμό στην παράδοση και προσήλωση στην ποιότητα, η Αχναγάλ κατάφερε να εξελιχθεί από μια μικρή οικογενειακή επιχείρηση σε μια σύγχρονη γαλακτοβιομηχανία που φέρνει καθημερινά αυθεντικές κυπριακές γεύσεις στο τραπέζι των καταναλωτών.

Από την πρώτη ημέρα λειτουργίας της, η φιλοσοφία της εταιρείας βασίστηκε σε τρεις διαχρονικές αξίες: αγνά υλικά, παραδοσιακές συνταγές και συνεχής εξέλιξη. Με πρώτη ύλη το φρέσκο κυπριακό γάλα και με σύγχρονες μεθόδους παραγωγής που διατηρούν τον αυθεντικό χαρακτήρα των προϊόντων, η Αχναγάλ έχει συνδέσει το όνομά της με τη γεύση, τη φρεσκάδα και την αξιοπιστία.

Ξεχωριστή θέση στην καρδιά των καταναλωτών κατέχει το παραδοσιακό χωριάτικο γιαούρτι Αχναγάλ, το οποίο παρασκευάζεται με αυθεντικό τρόπο και προσφέρει πλούσια γεύση και υψηλή θρεπτική αξία. Η εταιρεία διαθέτει μια μεγάλη γκάμα προϊόντων όπως χαλλούμι, αναρή, στραγγιστό γιαούρτι, φρέσκο γάλα και άλλα παραδοσιακά γαλακτοκομικά, καλύπτοντας τις ανάγκες της σύγχρονης οικογένειας χωρίς να χάνει την κυπριακή της ταυτότητα.

Η συνεχής επένδυση στην ποιότητα, στην τεχνολογία και στο ανθρώπινο δυναμικό αποτελεί βασικό στοιχείο της ανάπτυξης της εταιρείας. Παράλληλα, η Αχναγάλ στηρίζει έμπρακτα την κυπριακή παραγωγή και συνεργάζεται στενά με τοπικούς παραγωγούς, συμβάλλοντας ουσιαστικά στην ενίσχυση της τοπικής οικονομίας και της κυπριακής γαστρονομικής παράδοσης.

Σήμερα, η Αχναγάλ συνεχίζει δυναμικά την πορεία της, διατηρώντας αναλλοίωτες τις αξίες που την καθιέρωσαν όλα αυτά τα χρόνια. Με οδηγό την εμπειρία, το μεράκι και την αγάπη για τα αυθεντικά κυπριακά προϊόντα, παραμένει σταθερά προσηλωμένη στην αποστολή της: να προσφέρει προϊόντα υψηλής ποιότητας που συνδυάζουν παράδοση, γεύση και εμπιστοσύνη.

📍 **Δημητρίου Φανή 9, Β' Βιομηχανική Περιοχή, Δασάκι Άχνας, 5523, Αμμόχωστος, Κύπρος**

☎ **24 721 033, 24 720 002** ✉ **info@achagal.com**

# Ψεύτικο φλουρί δοσμένο στη βουή της αγοράς

Γράφει ο **ΑΝΔΡΕΑΣ ΚΟΥΝΙΟΣ**

**ΒΡΕΧΕΙ** απαλά, ρυθμικά, μελωδικά. Διαβάζω για τη μεγαλειώδη συναυλία της Άννας Βίσηπ, αλλά το μυαλό μου δεν βρίσκεται στην Αθήνα. Το μυαλό μου βρίσκεται, και πάντα θα βρίσκεται, στη Λάρνακα. Μαθητής στο Γυμνάσιο Αγίου Γεωργίου. Ντροπαλός σαν κορίτσι! Περπατώ και κοιτάζω τις μύτες των παπουτσιών μου. Κάποιος δείχνει τις αδελφές Βίσηπ. Τη Λία και την Άννα. Δεν μιλάνε με λέξεις. Μιλάνε με νότες. Θα περάσουν λίγα χρόνια για να γίνει η φωνή της Άννας πανεθνική! Τώρα, όμως, προσπερνώ τις ενθουσιώδεις κριτικές και ξετυλίγω το νήμα ενός όμορφου, προσωπικού, παραμυθιού προτού το πάρει κι αυτό ο ανεμοστρόβιλος του καιρού. Προτού με κλείσουν σε κάποιο κέντρο αποκατάστασης, μόνο κι έρημο και χαμένο στα έγκατα της λησμονιάς. Θυμάμαι την Άννα, θυμάμαι τη Λία, θυμάμαι το παντοπωλείο του πατέρα τους, του Νέστορα, θυμάμαι τον Σταύρο Σιδερά, θυμάμαι τον Δώρο Γεωργιάδη: «Μα όταν φουρτούνιαζε αγκαλιαζόμαστε, κι ένας Θεός, ο ίδιος Θεός, στα παρακάλια μας», θυμάμαι τα παρακάλια μου που δεν εισακούονταν – καμία δεν μου έδινε σημασία – θυμά-

μαι το ζαχαροπλαστείο «Τσελεπής», θυμάμαι τις Φοινικούδες, θυμάμαι τη Δημοτική Αγορά, θυμάμαι την Κωνσταντίνου Καλογερά, θυμάμαι το Ambiance, θυμάμαι το σάντουιτς τού Αλακέφακ, θυμάμαι τον Άκο Δασκαλόπουλο, θυμάμαι τον Σταύρο Κουγιουμτζή, ξαναθυμάμαι την Άννα, τότε που η φωνή της έλαμπε σαν βότσαλο στην αμμουδιά: «Τραγούδι λυπημένο απόψε θα σου πω, για ‘κείνους που αγρυπνάνε μετρώντας τον καιρό».

**ΘΥΜΑΜΑΙ** τον Νταλάρα, θυμάμαι το Εμπορικό Λύκειο, θυμάμαι τον περίπατο στη Φανερωμένη, θυμάμαι τον Παιδικό Κήπο, θυμάμαι τα χρονογραφήματα του Νίκου Δήμου στο περιοδικό «Επίκαιρα», θυμάμαι τα πράσινα γυαλιά μυωπίας, θυμάμαι το δερματικό πρόβλημα που πολλαπλασίασε τις ανασφάλειές μου, θυμάμαι το Αττικόν, θυμάμαι τον Στιβ Μακουίν και τη Φέι Ντάναγουεϊ, θυμάμαι το φωτογραφείο Χαγιάνη, θυμάμαι το χρυσοχοείο-αργυροχοείο Φαντούση, θυμάμαι τα δεκαεφτά μου χρόνια, θυμάμαι τα γραφεία της ΚΕΜ και του Λευκαρίτη, θυμάμαι τον Περούτσιο και τον πατέρα του Λούη, θυμάμαι την Τεχνική Σχολή, θυμάμαι το κρο-

τάλισμα της γραφομηχανής, θυμάμαι τον αστυνομικό σταθμό, θυμάμαι συμμαθητές και συμμαθήτριες, θυμάμαι τη γεύση της τυρόπιτας, θυμάμαι που είχε αποδεκατίσει τη λογική μου ο φανατισμός, ξαναθυμάμαι την Άννα: «Μέσα στ’ όνειρό μου κλαίω και ξυπνάω με λυγμούς, ψέμα η αγάπη λέω και παιχνίδια για τρελούς».

**ΘΥΜΑΜΑΙ** όλους τους τρελούς που αποδείχτηκαν λογικοί, θυμάμαι όλους τους λογικούς που αποδείχτηκαν τρελοί, θυμάμαι την κυρία Σολωμού να λέει, στην τάξη, ότι «εσύ», δηλαδή εγώ, «κάποια μέρα θα γίνεις συγγραφέας», θυμάμαι τα καταστήματα Στασής, θυμάμαι το υποκατάστημα της Barclays, θυμάμαι το Ταχυδρομείο, θυμάμαι την πλατεία Ακροπόλεως, θυμάμαι το καφενείο τού Πούλλου, θυμάμαι το άγαλμα του Παρίδη, θυμάμαι το Παλλάς, θυμάμαι την Τζούλι Άντριους και τον Κρίστοφερ Πλάμερ, θυμάμαι τα μεθύσια της φαντασίας, ξαναθυμάμαι την Άννα Βίσηπ: «Μεθυσμένη Πολιτεία με σημάδεψε βαθιά, είχα κάποτε μια αγάπη και την πήρε η συννεφιά». Εμένα μου λες, Αννούλα; Εμένα μου λες;



## Έναρξη εργασιών δειγματοληψίας στο Δήμο Λάρνακας για την Παγκύπρια Μελέτη Ποσοτικής και Ποιοτικής Σύστασης Δημοτικών Αποβλήτων

Την έναρξη των εργασιών δειγματοληψίας στο πλαίσιο της Παγκύπριας Μελέτης Ποσοτικής και Ποιοτικής Σύστασης Δημοτικών Αποβλήτων ανακοινώνει ο Δήμος Λάρνακας.

Η πρώτη δειγματοληψία πραγματοποιήθηκε πρόσφατα, από τους μελετητές της Σύμβασης, την κοινοπραξία Ideopsis Ltd – PASECO ΜΕΠΕ.

Η Σύμβαση για την υλοποίηση της μελέτης έχει υπογραφεί από το Τμήμα Περιβάλλοντος, το οποίο είναι και ο αρμόδιος φορέας για τον συντονισμό του έργου σε παγκύπριο επίπεδο.

Η μελέτη αποσκοπεί στην αξιόπιστη καταγραφή της ποσότητας και της ποιοτικής σύστασης των δημοτικών αποβλήτων, παρέχοντας κρίσιμα δεδομένα για τον σχεδιασμό και την εφαρμογή σύγχρονων και αποτελεσματικών πολιτικών διαχείρισης αποβλήτων στην Κύπρο.

Οι δειγματοληψίες στο Δήμο Λάρνακας θα συνεχιστούν σε επιλεγμένες περιοχές και σε διαφορετικές χρονικές περιόδους, ώστε να διασφαλιστεί η συλλογή αντιπροσωπευτικών στοιχείων καθ’ όλη τη διάρκεια του έτους.

Ο Δήμος Λάρνακας συμμετέχει ενεργά στην προσπάθεια αυτή, στηρίζοντας τις εργασίες πεδίου και συνεργαζόμενος με το Τμήμα Περιβάλλοντος και τους αναδόχους της μελέτης, με στόχο την ενίσχυση της περιβαλλοντικής πολιτικής και τη βελτίωση της διαχείρισης αποβλήτων προς όφελος των πολιτών.





## ΙΑΤΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΛΑΡΝΑΚΑΣ **ScalaMed**

Σύγχρονη προσέγγιση.  
Ολιστική Φροντίδα Υγείας.

Η ομάδα του Ιατρικού Κέντρου Λάρνακας ScalaMed μεγαλώνει, επενδύοντας σε νέους επιστήμονες και σύγχρονες ιατρικές υπηρεσίες, με στόχο την ανθρώπινη και ολοκληρωμένη φροντίδα κάθε ασθενή.

ΝΕΟΙ ΙΑΤΡΟΙ  
ΣΤΗΝ  
ΟΜΑΔΑ ΜΑΣ



### ΝΕΟΙΣΕΡΧΟΜΕΝΟΙ ΙΑΤΡΟΙ ΣΤΟ SCALAMED

**ΙΑΤΡΟΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ  
ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ**  
Δρ Στυλιανός Πάγκαλης

**ΝΕΥΡΟΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ**  
Δρ Κώστας Σιαμάνης  
Δρ Σταύρος Κουσταίης

**ΟΥΡΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Ανδρέας Μυριάνθους

**ΠΝΕΥΜΟΝΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Ευαγγελία Τσικρικά

### ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΚΟ (SCALAMED DIAGNOSTIC)

#### ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

- ΑΚΤΙΝΟΓΡΑΦΙΕΣ
- ΜΕΤΡΗΣΗ ΟΣΤΙΚΗΣ ΠΥΚΝΟΤΗΤΑΣ

### ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

### ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

### ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ

### ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΕΣ

- **ΑΓΓΕΙΟΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ**  
Δρ Λάκης Χατζημιχαήλ  
Δρ Κωνσταντίνος Κουγιάλης
- **ΑΝΑΙΣΘΗΣΙΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Βαγγέλης Βαβουδάκης  
Δρ Χριστίνα Παπαδοπούλου
- **ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Κωνσταντίνος Μιλτιάδου
- **ΓΕΝΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ**  
Δρ Μιχάλης Χίνης  
Δρ Πέτρος Κιουτενιάν  
Δρ Αλόνα Κουκουμά Κιουτενιάν  
Δρ Μαρία Σήταρου  
Δρ Αργύρης Ανδρέου
- **ΓΕΝΙΚΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ**  
Δρ Νικόλας Νικολάου
- **ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Νικολέττα Χατζηπαυστόλου
- **ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Σταύρος Χαραμής
- **ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑ**  
Σταύρη Μυλωνά
- **ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Χρήστος Ιωαννίδης
- **ΚΛΙΝΙΚΗ ΜΑΣΤΟΥ**  
Δρ Μιχάλης Καϊλίδης
- **ΚΛΙΝΙΚΗ ΝΕΥΡΟΨΥΧΟΛΟΓΙΑ**  
MSc Κωνσταντίνος Χριστοδουλίδης
- **ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ**  
Σκεύη Φιλίππου
- **ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Δέσποινα Γεωργούλη
- **ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΗ**  
Δρ Γιώργος Αντωνίου  
Δρ Κωνσταντίνος Σακελλαρόπουλος
- **ΟΦΘΑΛΜΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Γιώργος Μυλωνάς
- **ΠΛΑΣΤΙΚΗ ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ**  
Δρ Αθηνά Ζένιου  
Δρ Τζίνα Κορφιάτη
- **ΡΕΥΜΑΤΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Δήμητρα Μόσχου
- **ΩΤΟΡΙΝΟΛΑΡΥΓΓΟΛΟΓΙΑ**  
Δρ Ιωάννης Θεοδοσίου

*Αφοσιωμένοι στην Υγεία*

### ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Νίκου Δημητρίου 36, 6031, Λάρνακα, Κύπρος ● +357 24 505600

www.scalamed.com.cy ● info@scalamed.com.cy

Βρείτε μας στα Social Media

- Facebook
- Instagram
- Youtube

# ΑΠΟ ΤΟ 1960 ΜΕΧΡΙ ΣΗΜΕΡΑ

## Η ιστορία των βουλευτικών εκλογών στην Κύπρο



Επιμέλεια **ΓΕΩΡΓΙΑ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ**

Οι βουλευτικές εκλογές αποτελούν έναν από τους σημαντικότερους θεσμούς της Κυπριακής Δημοκρατίας και αντικατοπτρίζουν διαχρονικά τις πολιτικές και κοινωνικές εξελίξεις του τόπου. Διεξάγονται κάθε πέντε χρόνια.

Για πρώτη φορά πραγματοποιήθηκαν στις 31 Ιουλίου 1960, λίγο πριν από την ανακήρυξη της ανεξαρτησίας της Κυπριακής Δημοκρατίας. Η πρώτη Βουλή αποτελούνταν από 50 μέλη, εκ των οποίων οι 35 ήταν Ελληνοκύπριοι και οι 15 Τουρκοκύπριοι βουλευτές. Οι εκλογές εκείνες θεωρούνται ιστορικές, καθώς ήταν οι μοναδικές στις οποίες συμμετείχαν από κοινού οι δύο κοινότητες του νησιού.

Η Κύπρος διαιρείται σε έξι εκλογικές περιφέρειες, (Λευκωσία, Λεμεσό, Λάρνακα, Αμμόχωστο, Πάφο και Κερύνεια), ένα σύστημα που παραμένει μέχρι σήμερα.

Μετά τα δικονομικά γεγονότα του 1963-64 και ιδιαίτερα μετά την τουρκική εισβολή του 1974, το πολιτικό σκηνικό της Κύπρου άλλαξε ριζικά. Οι εκλογές απέκτησαν ακόμη μεγαλύτερη σημασία, καθώς η Βουλή κλήθηκε να διαχειριστεί κρίσιμα ζητήματα που αφορούσαν το Κυπριακό, την οικονομία και την πορεία της χώρας.

Από τη δεκαετία του 1980 και μετά, το κομματικό σύστημα οργανώθηκε πιο έντονα γύρω από τα μεγάλα κόμματα, ενώ τα τελευταία χρόνια παρατηρείται άνοδος μικρότερων πολιτικών σχηματισμών και αυξημένη αποχή των πολιτών από την εκλογική διαδικασία.

Οι εκλογές του 2026 θεωρούνται ιδιαίτερα σημαντικές, καθώς πραγματοποιούνται σε μια

περίοδο κοινωνικών και οικονομικών προκλήσεων, με τους πολίτες να ζητούν περισσότερη διαφάνεια, ανάπτυξη και αποτελεσματικότητα από το πολιτικό σύστημα.

### ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΟ – Σημαντικοί σταθμοί

**1960** – Πραγματοποιούνται για πρώτη φορά οι βουλευτικές εκλογές της Κυπριακής Δημοκρατίας.

**1963-64** – Τα δικονομικά γεγονότα επηρεάζουν τη λειτουργία του πολιτικού συστήματος.

**1974** – Η τουρκική εισβολή αλλάζει οριστικά τον πολιτικό χάρτη της Κύπρου.

**1976** – Διεξάγονται οι πρώτες βουλευτικές εκλογές μετά την εισβολή.

**1981** – Εδραιώνεται το σύγχρονο κομματικό σύστημα.

**1996** – Ενισχύονται μικρότερα κόμματα και ανεξάρτητοι πολιτικοί σχηματισμοί.

**2021** – Καταγράφεται μία από τις μεγαλύτερες αποχές στην ιστορία των εκλογών.

**2026** – Νέα πρόσωπα και νέες πολιτικές προκλήσεις για την επόμενη μέρα.

### ΓΝΩΡΙΖΑΤΕ ΟΤΙ;

Από την επαρχία Λάρνακας κατάγεται η πρώτη γυναίκα Πρόεδρος της Βουλής των Αντιπροσώπων, η Αννίτα Δημητρίου, η οποία εξελέγη το 2021.

### ΟΙ ΕΞΙ ΤΗΣ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

Η Λάρνακα επιλέγει τους έξι εκπροσώπους της στη Βουλή των Αντιπροσώπων, σε μια περίοδο κατά την οποία η επαρχία βρίσκεται μπροστά σε σημαντικές προκλήσεις αλλά και μεγάλες αναπτυξιακές προοπτικές.

Οι βουλευτές καλούνται να διαχειριστούν ζητήματα που αφορούν την πρόοδο της πόλης, αλλά και την ευημερία του τόπου μας γενικότερα, με κοινό στόχο ένα καλύτερο αύριο.



**Αννίτα Δημητρίου**  
Πρόεδρος ΔΗΣΥ  
Βουλευτής Λάρνακας

Οραματιζόμαστε μια Κύπρο ελεύθερη και επανενωμένη, χωρίς κατοχικά στρατεύματα. Σύγχρονη και ευρωπαϊκή. Μια Κύπρο με αυτοπεποίθηση, που να διεκδικεί και να διαδραματίζει τον ρόλο της ως πύλη της ΕΕ στην Ανατολική Μεσόγειο και στη Μέση Ανατολή. Που να θωρακίζει τον κυπριακό ελληνοισμό. Μια Κύπρο με ισχυρή οικονομία, ανάπτυξη, ενεργειακή και υδατική ασφάλεια, που να δημιουργεί προοπτικές για τους νέους και να στηρίζει έμπρακτα τις οικογένειες με παιδιά και φοιτητές, τους χαμηλοσυνταξιούχους μας καθώς και όλους τους συμπολίτες μας που υποφέρουν και δοκιμάζονται καθημερινά από την ακρίβεια. Θέλουμε τη χώρα μας να εξελίσσεται, να προσδεύει και να αναπτύσσεται σε περιβάλλον ασφάλειας, σταθερότητας και συναίνεσης. Καταθέσαμε 31 στόχους και προτεραιότητες για το πώς μπορούμε να το πετύχουμε και επιλέγουμε να πορευόμαστε μόνο υπεύθυνα μπροστά.



**Πρόδρομος Αλαμπρίτης**  
Βουλευτής Λάρνακας - ΔΗΣΥ

Η επόμενη πενταετία πρέπει να είναι πενταετία μεγάλων αλλαγών για τη Λάρνακα. Πενταετία ανάπτυξης, εξωστρέφειας και νέων διεκδικήσεων.

Δικαιούται μεγαλύτερο ρόλο, μεγαλύτερη συμμετοχή και ισχυρότερη παρουσία στον αναπτυξιακό χάρτη της χώρας.

Τα τελευταία χρόνια έγιναν σημαντικά βήματα. Όμως υπάρχουν ακόμη πολλά που πρέπει να αλλάξουν. Από το λιμάνι και τη μαρίνα, μέχρι τις υποδομές, την πανεπιστημιακή ανάπτυξη, την υγεία και την παιδεία.

Μια Λάρνακα σύγχρονη, εξωστρεφής και ανταγωνιστική. Μια πόλη που να προσελκύει νέες επιχειρήσεις, τεχνολογία, πανεπιστήμια, καινοτομία και ευκαιρίες για τη νέα γενιά.



**Ανδρέας Αποστόλου**  
Βουλευτής Λάρνακας - ΔΗΚΟ

Το όραμα μου για τη Λάρνακα είναι να επενδύσουμε στην ποιότητα ζωής των ανθρώπων μας. Θα συνεχίσω να εργάζομαι έτσι ώστε να υλοποιηθεί το όραμα μας για να καταστεί η Λάρνακα κέντρο πανεπιστημιακής εκπαίδευσης και έρευνας.

Πετύχαμε την έλευση της Σχολής του ΤΕΠΑΚ και του Εθνικού Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών που θα λειτουργήσουν το 2027 και 2026 αντίστοιχα.

Επιπλέον για την Παιδεία θα συνεχίσω να αγωνίζομαι για βελτίωση των υποδομών των σχολείων μας αλλά και την ανέγερση νέων σχολικών μονάδων στην επαρχία μας.

Παράλληλα θα εργαστώ για να βελτιώσουμε τις υποδομές υγείας. Πετύχαμε την λειτουργία ογκολογικών υπηρεσιών στην Λάρνακα θα εργαστούμε και για υποδομές που θα αφορούν και άλλους χρόνιους ασθενείς.



**Σωτήρης Ιωάννου**  
Βουλευτής Λάρνακας - ΕΛΑΜ

Το όραμα μου σε αυτή τη νέα κοινοβουλευτική περίοδο είναι να συνεχίσουμε το έργο που ξεκινήσαμε από το 2021. Ευχαριστώ όσους με τίμησαν με την εμπιστοσύνη τους και μου έδωσαν την ευκαιρία να τους εκπροσωπήσω ξανά. Συνεχίζουμε με τον καλύτερο δυνατό τρόπο με προτεραιότητα τον Κύπριο πολίτη, τη Λάρνακα, τον τόπο μας.



**Πανίκος Ξιούρουπας**  
Βουλευτής Λάρνακας - ΑΚΕΛ Αριστερά Κοινωνική Συμμαχία

Οι προτεραιότητες μου για την Λάρνακα είναι να συμβάλλω ουσιαστικά, στο μέτρο των δυνατοτήτων μου, στην βιώσιμη ανάπτυξη της πόλης μας. Πρωταρχικός στόχος όλων μας είναι να πάρει επιτέλους σάρκα και οστά το έργο του Λιμανιού και της Μαρίνας όπως το θέλουν οι Λαρνακείς. Θέλουμε ένα τουριστικό λιμάνι με συμβατό εμπόριο και διαμόρφωση της Μαρίνας με τρόπο που θα αυξήσει το τουριστικό προϊόν της πόλης αλλά προπαντός που να το χαίρονται οι σκαλιώτες, διαφυλάσσοντας πάντα τον ανθρώπινο και φιλόξενο χαρακτήρα της Λάρνακας.

Ο στόχος ζωής, είναι η στήριξη των συνανθρώπων μας που έχουν ανάγκη την αρωγή και στήριξη της πολιτείας για ζωή με αξιοπρέπεια, όπως τα άτομα με αναπηρίες - ΑμέΑ και άλλα άτομα που βρίσκονται για διάφορους λόγους στο κοινωνικό περιθώριο και άλλα.



**Ανδρέας Πασιουρτίδης**  
Βουλευτής Λάρνακας - ΑΚΕΛ Αριστερά Κοινωνική Συμμαχία

Η Λάρνακα να αποτελεί πόλη επιλογής. Για νέους και νέες, νέα ζευγάρια και οικογένειες, ανθρώπους του πολιτισμού και επιστήμονες, αλλά και για ποιοτικές επενδύσεις με θετικό κοινωνικό αντίκτυπο. Με σύγχρονες υποδομές, καλύτερο εμπορικό κέντρο, νέες σχολικές μονάδες και πανεπιστημιακές σχολές, με ανεπτυγμένο λιμάνι και μαρίνα και προπαντός ποιοτικούς δημόσιους χώρους για τους πολίτες και τα παιδιά.



**Η επόμενη πενταετία θεωρείται καθοριστική για τη Λάρνακα, με τους πολίτες να αναμένουν έργα, λύσεις και ουσιαστικές παρεμβάσεις για το μέλλον της επαρχίας.**

# Το καλλιτεχνικό ταξίδι των διδύμων εικαστικών, από τη Λάρνακα σε Ευρώπη Ασία και Αμερική

Γράφει η ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΣΥΖΙΝΟΥ

*Το σπουδαίο έργο των διδύμων εικαστικών Στέλλας και Μαρίας Παπά έχει ξεπεράσει τα σύνορα της Κύπρου και γνωρίζει μεγάλη επιτυχία στο εξωτερικό.*

*Μεγαλώνοντας κοντά σε ένα καλλιτέχνη πατέρα, τον αξιόλογο λαϊκό μας ποιητή Αντώνη Γαβριήλ Παπά, η Στέλλα και η Μαρία ανέπτυξαν από νωρίς το ενδιαφέρον τους για την τέχνη.*

Το πανέμορφο γεμάτο χρώματα εικαστικό ταξίδι σε Ευρώπη, Ασία και Αμερική των διδύμων, το οποίο ξεκίνησε το 2025, φαίνεται πως συνεχίζει και γίνεται ακόμα πιο εντυπωσιακό από πριν.

Τα έργα τους θα πρωταγωνιστήσουν σε σπουδαία εικαστικά γεγονότα όπως η συμμετοχή τους στην έκθεση «A WOMAN'S AFFAIR», στη «ΡΟΤΟΝΤΑ» των Ηνωμένων Εθνών στη Βιέννη υπό την αιγίδα της κυπριακής πρεσβείας. Η συμμετοχή τους στην International Fine Art Cannes Biennale 2026 που διεξάγεται στα πλαίσια του Φεστιβάλ Κανών Κινηματογράφου, η προβολή των έργων τους στο Art Shopping - Carrousel du LOUVRE-part of Paris Art Week, το Monaco Art Fair 2026, International Artexpo Chicago, το Global Art Connections: From Dubai to Milan. Η συμμετοχή τους στην International Bienal de Arte Barcelona και Art International Zurich το Art Marbella, το Grey Friars Edinburgh art fair (στο οποίο θα τους απονεμηθεί και βραβείο), το Art Fair Philippines Digital Showcase κλπ.

Στην έκθεση «A WOMAN'S AFFAIR»,στη «ΡΟΤΟΝΤΑ» των Ηνωμένων Εθνών στη Βιέννη οι πίνακες τους θα εκθέτονται στο χώρο που φιλοξενεί χιλιάδες κόσμου από Αμερική και Ευρώπη, θα προβάλλονται σε οθόνες σε άλλους χώρους της Ροτόντα και θα έχουν την τιμή να παρουσιαστούν στο κοινό .

Στο Art Shopping - Carrousel du LOUVRE θα προβληθούν οι πίνακες τους σε μια τεράστια οθόνη στην είσοδο, αλλά και το πιο κεντρικό σημείο του πιο πολυεπισκέψιμου χώρου ενός από τα σπουδαιότερα μουσεία της Ευρώπης ενώ παράλληλα θα βρίσκονται και σε κατάλογο ο οποίος θα παραμείνει στον χώρο του μουσείου

Στο Global Art Connections: From Dubai to Milan εκτός από την προβολή των έργων τέχνης τους θα έχουν την τιμή να παρουσιάσουν και να μιλήσουν για το έργο τους σπουδαίοι ιστορικοί τέχνης. Θα τους απονεμηθεί το



με το βιογραφικό και δείγμα της δουλειάς τους θα προβάλλονται στους χώρους κάθε εικαστικού event.

Στις Φιλιππίνες, στο Chicago και στη Βασιλεία της Ελβετίας, μετά την έκθεση θα προβληθούν σε μεγάλη οθόνη σε πολυσύχναστους δρόμους της κάθε πόλης.

Αυτές είναι μόνο μερικές από τις πιο σημαντικές στάσεις του ταξιδιού τους, που ανυπομονούν να ζήσουν και να απολαύσουν κάθε στιγμή του.

Η Μαρία Παπά ξεκίνησε πολύ παλιά με προσωπογραφίες με μολύβι σε Α4/Α3 χαρτί κάποιων προσωπικοτήτων που της κέντριζαν το ενδιαφέρον. Μετά τα μαθήματα ζωγραφικής αποτυπώνει ανθρώπους, τοπία και όμορφες ή ιδιαίτερες στιγμές/σκηνές κυρίως της Αθήνας της πόλης που λατρεύει.

Στα έργα της κυριαρχούν η συμμετρία και τα έντονα, ζωντανά χρώματα αποτυπωμένα με ακρυλικά σε καμβά, ενώ σε κάποια από τα έργα της χρησιμοποιήθηκαν υλικά όπως τα λάδια, gouache, κιμωλίες, κάρβουνο, pastels και μολύβι είτε σε καμβά είτε σε χαρτί.

Πρότυπο της είναι καλλιτέχνης πατέρας της λαϊκός ποιητής Αντώνης Γαβριήλ Παπά.

Οι πίνακες της Στέλλας Παπά μελετούν πως τα συναισθήματα και οι ιστορίες των ανθρώπων μπορούν να κρύβονται σε βλέμματα και πρόσωπα. Οι πίνακές της είναι το ημερολόγιο των συναισθημάτων της. Χρησιμοποιεί διαφορετικά υλικά και τεχνικές.

Αγαπά την ασυμμετρία και τις περισσότερες φορές αποφεύγει τη ρεαλιστική απεικόνιση των ανθρώπινων χαρακτηριστικών για να κάνει τους άλλους να κατανοήσουν τη μοναδικότητά τους .

Συνήθως χρησιμοποιεί χρυσό, ασμί, μαύρο ή άλλα βασικά χρώματα (όπως μπλε, πράσινο ή κίτρινο) για να δείξει τη σύγκρουση των ανθρώπινων συναισθημάτων και να μεταφέρει στο κοινό ένα αισιόδοξο μήνυμα.

Τις περισσότερες φορές, το φόντο των έργων της είναι θεματικό ή μονόχρωμο ή έχει λίγα χρώματα ή παστέλ χρώματα ουράνιου τόξου για να δώσει την ψευδαίσθηση ότι η εικόνα είναι τρισδιάστατη.



# Oh my Cod!

fish and more



Το Oh My Cod σας υποδέχεται στον νέο, πλήρως ανακαινισμένο και μεγαλύτερο χώρο του, προσφέροντας μια ακόμη πιο άνετη και φιλόξενη εμπειρία. Με μοντέρνα αισθητική και ζεστή ατμόσφαιρα, αποτελεί το ιδανικό σημείο για να απολαύσετε ποιοτικό φαγητό και όμορφες στιγμές με την παρέα ή την οικογένεια σας.

Το αγαπημένο στέκι της Λάρνακας συνεχίζει να ξεχωρίζει για τις αυθεντικές του γεύσεις και τις χορταστικές μερίδες, προσφέροντας παραδοσιακά βρετανικά fish and chips, λαχταριστά μπιφτέκια, wraps, φρέσκες σαλάτες και πολλές ακόμη επιλογές. Όλα ετοιμάζονται με φρέσκα υλικά και σερβίρονται με τη γνωστή φιλοξενία του Oh My Cod. Είτε επιλέξετε να απολαύσετε το γεύμα σας στον ανανεωμένο χώρο είτε να πάρετε το αγαπημένο σας πιάτο take away, κάθε επίσκεψη γίνεται μια απολαυστική εμπειρία που θα θέλετε να ζήσετε ξανά και ξανά.



Awarded for our high ratings in Google from all our customers.  
Average rating of 4.9 from 5 with over 450 reviews.

 oh my cod  oh\_mycod\_cy

Αγίας Φανερωμένης 75Α, τηλ. **24 624164**

Cyprus Trust Awards  
Η CYPRUS TRUST AWARDS συλλέγει και αναλύει βάσει κριτηρίων αριστείας και επιτεύξεων από τις πιο αξιόπιστες πλατφόρμες, όπως Google και Google Maps.



## Η σημασία του στρώσιματος του κρεβατιού

Γράφει η ΠΑΥΛΙΝΑ ΧΑΓΙΑΝΝΗ – ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ  
ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΟΣ – ΕΓΚΛΗΜΑΤΟΛΟΓΟΣ

Έχοντας αποφασίσει ότι θα έγραφα για το στρώσιμο του κρεβατιού σ' αυτό το τεύχος, το πρώτο πράγμα που έπρεπε να κάνω ήταν να στρώσω το κρεβάτι μου. Είναι κάτι που μου έρχεται φυσικά και το κάνω πάντα, είτε είμαι στο σπίτι είτε εκτός. Ποια είναι όμως τα οφέλη του να στρώνεις το κρεβάτι σου κάθε πρωί; Έχει πραγματικά σημασία αν δεν το κάνεις;

Τον Μάιο του 2014, ο Ναύαρχος William H. Raven εκφώνησε την ομιλία αποφοίτησης στους τελειόφοιτους του Πανεπιστημίου του Τέξας στο Όστιν. Σε αυτή την πλέον διάσημη ομιλία, μίλησε για τη σημασία του να στρώνεις το κρεβάτι σου κάθε μέρα και το πώς μια τόσο απλή ενέργεια μπορεί να "αλλάξει τον κόσμο". Περιέγραψε την εμπειρία της βασικής εκπαίδευσης των ανδρών και ότι κάθε πρωί γινόταν έλεγχος των κρεβατιών τους από βετεράνους του Βιετνάμ. Τόνισε ότι κάθε πρωί έπρεπε να στρώνουν το κρεβάτι τους στην εντέλεια και ότι η σοφία αυτής της απλής πράξης αποδείχθηκε πολλές φορές στη ζωή του.

Συγκεκριμένα είπε τα ακόλουθα περίπου λόγια: "Αν στρώνετε το κρεβάτι σας κάθε πρωί, θα έχετε ολοκληρώσει την πρώτη εργασία της ημέρας. Θα σας δώσει μια μικρή αίσθηση περηφάνειας και θα σας ενθαρρύνει να κάνετε άλλη μια εργασία και άλλη μια και άλλη μια. Μέχρι το τέλος της ημέρας, αυτή η μία εργασία που ολοκληρώνεται θα έχει μετατραπεί σε πολλές ολοκληρωμένες εργασίες. Το στρώσιμο του κρεβατιού σας θα ενισχύσει επίσης το γεγονός ότι τα μικρά πράγματα στη ζωή έχουν σημασία. Αν δεν μπορείτε να κάνετε τα μικρά πράγματα σωστά, δεν θα κάνετε ποτέ σωστά ούτε τα μεγάλα πράγματα. Και, αν τυχαία έχετε μια άσχημη μέρα, θα γυρίσετε σπίτι σε ένα κρεβάτι στρωμένο (που το έχετε στρώσει εσείς) και ένα στρωμένο κρεβάτι σας δίνει την ενθάρρυνση ότι το αύριο θα είναι καλύτερο."

Το στρώσιμο του κρεβατιού σας στην αρχή της ημέρας κάνει ακριβώς αυτό. Είναι η πρώτη δουλειά της ημέρας, απλή και γρήγορη, εκτός αν θέλετε μια περίτεχνη επίδειξη μαξιλαριών

και ριχταριών στο σχεδιασμό μιας κομψής φωτογράφισης περιοδικού! Είναι ένας πολύ καλός τρόπος για να ξεκινήσετε αυτή τη λίστα υποχρεώσεων, είτε πρόκειται για νοερή είτε για γραπτή. Δίνει μια αίσθηση επιτυχίας και υπερφάνειας μέσα στα πρώτα λεπτά της ημέρας σας. Μια συχνά χρησιμοποιούμενη φράση είναι ότι η κατάσταση του κρεβατιού σας είναι η κατάσταση του κεφαλιού σας. Είναι ακατάστατο ή όχι;

Υπάρχουν αρκετές αναφορές στο διαδίκτυο. Σύμφωνα με μια έρευνα του Hunch.com σε 68.000 άτομα, το 59% των ανθρώπων δεν στρώνουν τα κρεβάτια τους, ενώ το 27% το κάνουν. Το άλλο 12% πληρώνει κάποιον για να το κάνει για αυτούς. Από τους ερωτηθέντες στην έρευνα, το 71% όσων στρώνουν κρεβάτια δηλώνουν ευτυχισμένοι, ενώ το 62% όσων δεν στρώνουν κρεβάτια θεωρούν τους εαυτούς τους δυστυχισμένους. Έτσι, θα μπορούσαμε να πούμε ότι το στρώσιμο του κρεβατιού οδηγεί σε θετικότητα και παραγωγικότητα.

Σε αρκετά άρθρα όμως σχετικά με τα οφέλη του στρώσιματος του κρεβατιού σας, θα βρείτε και αντίθετα επιχειρήματα. Πολλοί επιστήμονες ισχυρίζονται ότι το στρώσιμο του κρεβατιού σας παγιδεύει όλα τα ακάρεα σκόνης και τα νεκρά κύτταρα του δέρματος στα κλιννοσκεπάσματα, διατηρώντας τα ζωντανά, που διαφορετικά θα πέθαιναν στεγνώνοντας στο φως της ημέρας. Αυτό δεν είναι καλό για άτομα με αναπνευστικές παθήσεις όπως το άσθμα. Είναι μια περίπτωση ψυχικής υγείας έναντι φυσιολογικής ευεξίας. Μπορείτε όμως να έχετε το καλύτερο και των δύο κόσμων τραβώντας προσεκτικά προς τα πίσω το πάπλωμα, τα σεντόνια ή τις κουβέρτες για να επιτρέψετε στο κάτω σεντόνι να αναπνεύσει και να σκοτώσετε αυτά τα ενοχλητικά ακάρεα σκόνης. Και αυτό ακόμα θεωρείται στρώσιμο του κρεβατιού σας.

Μια άλλη σκέψη είναι φυσικά ότι όλοι είμαστε προγραμματισμένοι διαφορετικά. Υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που δεν στρώνουν το κρεβάτι τους το πρωί, αλλά αυτό δεν τους εμποδίζει να επιτύχουν στην προσωπική και επαγγελματική τους ζωή. Κάποιοι απολαμβάνουν την ακαταστασία στον κόσμο τους και μπορεί ακόμη και να το δουν ως μια δικλίδα ασφαλείας, δηλαδή έχουν τη διαβεβαίωση ότι όλα είναι καλά. Δεν αισθάνονται όλοι άγχος μέσω της διαταραχής. Άλλωστε, ποιος θα βλέπει το άστρωτο κρεβάτι τις περισσότερες φορές; Να στρωθεί ή να μην στρωθεί λοιπόν; Τελικά φυσικά, δεν υπάρχει σωστό ή λάθος. Είναι προσωπική επιλογή το αν θα στρώσετε το κρεβάτι σας ή όχι. Ξέρω τί λειτουργεί για μένα και δεν σκοπεύω να αλλάξω την καθημερινή μου συνήθεια. Σίγουρα όλοι αγαπάμε τα κρεβάτια μας και πρέπει να είμαστε ευχαριστημένοι με αυτά, στρωμένα ή άστρωτα.



# 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](mailto:info@saintchristopher.org.cy) / [www.saintchristopher.org.cy](http://www.saintchristopher.org.cy)



# Διατροφή και Ψυχική Υγεία

Γράφει η **ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑ**

ΚΛΙΝΙΚΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΟΣ - ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΟΣ

Η σχέση μεταξύ διατροφής και ψυχικής υγείας αποτελεί τα τελευταία χρόνια αντικείμενο έντονου επιστημονικού ενδιαφέροντος. Ο εγκέφαλος, όπως και κάθε άλλο όργανο του σώματος, επηρεάζεται άμεσα από τα θρεπτικά συστατικά που λαμβάνουμε καθημερινά. Η ποιότητα της διατροφής φαίνεται να συνδέεται όχι μόνο με τη σωματική υγεία, αλλά και με τη διάθεση, τη συγκέντρωση, τη γνωστική λειτουργία και τη συναισθηματική ισορροπία.

Μια ανασκόπηση ερευνών του 2020, η οποία εξέτασε 20 διαφορετικές μελέτες σχετικά με τη σχέση διατροφής και κατάθλιψης, κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η υψηλή συμμόρφωση σε υγιεινές διατροφικές συστάσεις σχετίζεται με μειωμένο κίνδυνο εμφάνισης κατάθλιψης. Συγκεκριμένα, η κατανάλωση ψαριών, η επαρκής πρόσληψη φυλλικού οξέος και μαγνησίου, καθώς και ο περιορισμός των επεξεργασμένων τροφίμων, φάνηκε να έχουν προστατευτική δράση απέναντι στα καταθλιπτικά συμπτώματα.

Αντίθετα, τρόφιμα που αυξάνουν τη φλεγμονή στον οργανισμό - όπως τα γλυκά, το λευκό επεξεργασμένο αλεύρι, τα τρόφιμα υψηλής περιεκτικότητας σε κορεσμένα και trans λιπαρά, καθώς και το επεξεργασμένο και κόκκινο κρέας - συσχετίστηκαν με αυξημένο κίνδυνο κατάθλιψης, ιδιαίτερα σε γυναίκες μέσης ηλικίας και άτομα με υπερβάλλον σωματικό βάρος ή παχυσαρκία.

Οι ερευνητές κατέληξαν ότι η διατροφή μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο τόσο στην πρόληψη όσο και στη διαχείριση της κατάθλιψης, ειδικά όταν περιλαμβάνει αυξημένη κατανάλωση λαχανικών, φρούτων, φυτικών ινών, ψαριών, δημητριακών ολικής αλέσεως και οσπρίων, με παράλληλη μείωση της προσθήκης ζάχαρης και των επεξεργασμένων τροφίμων. Επιπλέον, επισημάνθηκε η σημασία μικροθρεπτικών συστατικών όπως το μαγνήσιο, το φυλλικό οξύ και οι βιταμίνες του συμπλέγ-

ματος Β στην πρόληψη και υποστήριξη της θεραπείας της κατάθλιψης.

## **Ο εγκέφαλος χρειάζεται σταθερή «ενέργεια»**

Σε αντίθεση με άλλα όργανα, ο εγκέφαλος βασίζεται κυρίως στη γλυκόζη ως κύρια πηγή ενέργειας. Η γλυκόζη αυτή είναι προτιμότερο να προέρχεται από σύνθετους υδατάνθρακες, όπως τα δημητριακά ολικής αλέσεως και τα αμυλούχα τρόφιμα, τα οποία απελευθερώνουν ενέργεια σταδιακά.

Η κατανάλωση μικρών και συχνών γευμάτων μέσα στην ημέρα μπορεί να συμβάλει στη διατήρηση σταθερών επιπέδων σακχάρου στο αίμα, γεγονός που σχετίζεται με καλύτερη διάθεση, μειωμένη κόπωση και καλύτερη γνωστική λειτουργία. Αντίθετα, μεγάλα χρονικά διαστήματα χωρίς φαγητό ενδέχεται να προκαλέσουν δυσκολία συγκέντρωσης και πτώση της ενέργειας. Παράλληλα, η ποικιλία στη διατροφή εξασφαλίζει την πρόσληψη πολλών διαφορετικών θρεπτικών συστατικών που είναι απαραίτητα για τη σωστή λειτουργία του νευρικού συστήματος.

## **Δημητριακά ολικής αλέσεως, φρούτα και λαχανικά: πολύτιμοι σύμμαχοι της διάθεσης**

Τα δημητριακά ολικής αλέσεως, τα όσπρια, οι ξηροί καρποί, οι σπόροι, καθώς και τα φρούτα και τα λαχανικά, αποτελούν βασικά στοιχεία μιας ισορροπημένης διατροφής που υποστηρίζει την ψυχική υγεία.

Οι τροφές αυτές είναι πλούσιες σε βιταμίνες του συμπλέγματος Β - ιδιαίτερα φυλλικό οξύ - καθώς και σε μέταλλα όπως ο ψευδάργυρος και το μαγνήσιο. Τα συγκεκριμένα θρεπτικά συστατικά συμμετέχουν στη σύνθεση νευροδιαβιβαστών, όπως η σεροτονίνη και η ντοπαμίνη, οι οποίοι παίζουν σημαντικό ρόλο στη ρύθμιση της διάθεσης και της συναισθηματικής κατάστασης.

Επιπλέον, τα φρούτα και τα λαχανικά περιέχουν αντιοξειδωτικές ουσίες που συμβάλλουν στη μείωση του οξειδωτικού στρες και της φλεγμονής, παραγόντων που φαίνεται να σχετίζονται με την εμφάνιση ψυχικών διαταραχών, όπως η κατάθλιψη και το άγχος.

## **Η σημασία των «καλών» λιπαρών**

Τα λιπαρά αποτελούν βασικό δομικό συστατικό του εγκεφάλου. Ωστόσο, δεν έχουν όλα τα λιπαρά την ίδια επίδραση στην υγεία.

Η σύγχρονη επιστημονική βιβλιογραφία υποστηρίζει ότι η αυξημένη κατανάλωση ακόρεστων λιπαρών οξέων και η μείωση των κορεσμένων και trans λιπαρών μπορεί να ωφελήσει τη λειτουργία του εγκεφάλου και να υποστηρίξει την ψυχική ευεξία.

Τα μονοακόρεστα και πολυακόρεστα λιπαρά οξέα συμβάλλουν στη διατήρηση της καλής λειτουργίας των νευρικών κυττάρων και φαίνεται να έχουν αντιφλεγμονώδη δράση. Καλές πηγές τέτοιων λιπαρών είναι το ελαιόλαδο, το αβοκάντο, οι ελιές, οι ξηροί καρποί και το φυτικόβούτυρο.

Ιδιαίτερα σημαντικά θεωρούνται και τα ω-3 λιπαρά οξέα, τα οποία βρίσκονται κυρίως στα λιπαρά ψάρια, όπως ο σολομός και οι σαρδέλες. Κλινικές μελέτες έχουν δείξει ότι η Μεσογειακή διατροφή, σε συνδυασμό με αυξημένη πρόσληψη ω-3 λιπαρών, μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση της διάθεσης σε άτομα με κατάθλιψη.

## **Ο άξονας εντέρου - εγκεφάλου**

Τα τελευταία χρόνια, η επιστημονική κοινότητα μελετά έντονα τον λεγόμενο «άξονα εντέρου - εγκεφάλου», δηλαδή τη στενή αλληλεπίδραση μεταξύ του πεπτικού συστήματος και της ψυχικής υγείας.

Το μικροβίωμα του εντέρου - τα δισεκατομμύρια μικροοργανισμών που ζουν στο πεπτικό μας σύστημα - φαίνεται να επηρεάζει τη φλεγμονή, την παραγωγή νευροδιαβιβαστών και τελικά τη διάθεση. Τροφές πλούσιες σε φυτικές ίνες, προβιοτικά και αντιοξειδωτικά συμβάλλουν στη διατήρηση ενός υγιούς μικροβιώματος, γεγονός που μπορεί να επηρεάσει θετικά την ψυχική ευεξία.

## **Διατροφή και ψυχική ευεξία: μια καθημερινή επένδυση**

Η ψυχική υγεία επηρεάζεται από πολλούς παράγοντες - βιολογικούς, κοινωνικούς και περιβαλλοντικούς. Ωστόσο, η διατροφή αποτελεί έναν σημαντικό και τροποποιήσιμο παράγοντα που μπορεί να ενισχύσει την ψυχική ανθεκτικότητα και τη συνολική ποιότητα ζωής.

Η υιοθέτηση ενός ισορροπημένου διατροφικού προτύπου, πλούσιου σε φυσικές και ανεπεξέργαστες τροφές, δεν λειτουργεί μόνο προστατευτικά για το σώμα, αλλά και ως ουσιαστική υποστήριξη για τον εγκέφαλο και την ψυχική ευεξία.

Όπως ολοένα και περισσότερες έρευνες επιβεβαιώνουν, η φράση «είμαστε ό,τι τρώμε» φαίνεται να αφορά όχι μόνο το σώμα μας, αλλά και την ψυχική μας κατάσταση.



## 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



ΕΜΠΟΡΙΚΟ &  
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΟ  
ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ  
ΛΑΡΝΑΚΑΣ

## Η Εισερχόμενη Ενεργειακή Κρίση Ήδω του Ποθέμου στο Ιράν: Παγκόσμιες Αναταράξεις, Κυπριακές Επιπτώσεις και Ανάγκη για Άμεση Κρατική Δράση

Η κλιμάκωση του πολέμου στο Ιράν έχει επαναφέρει στο προσκήνιο τον φόβο μιας νέας ενεργειακής κρίσης, σε μια περίοδο που η παγκόσμια οικονομία δεν έχει ακόμη ανακάμψει πλήρως από τις προηγούμενες αναταράξεις. Η περιοχή του Περσικού Κόλπου αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους ενεργειακούς κόμβους του πλανήτη, και κάθε αποσταθεροποίηση εκεί έχει άμεσες και βαθιές επιπτώσεις στις διεθνείς αγορές. Οι τελευταίες εβδομάδες έχουν δείξει ότι η ανησυχία δεν είναι θεωρητική καθώς μεγάλες εταιρείες, αεροπορικοί κολοσσοί και πάροχοι μεταφορών έχουν ήδη λάβει μέτρα που επιβεβαιώνουν ότι η ενεργειακή κρίση βρίσκεται σε εξέλιξη.

Ήδη πολλές διεθνείς αεροπορικές εταιρείες έχουν αναστείλει πτήσεις πάνω από τον εναέριο χώρο του Ιράν και έχουν ακυρώσει δρομολόγια προς τη Μέση Ανατολή, επιλέγοντας μεγαλύτερες και ακριβότερες διαδρομές. Η αλλαγή αυτή αυξάνει το κόστος καυσίμων, επηρεάζει τα δρομολόγια και δημιουργεί αβεβαιότητα στις αερομεταφορές. Παράλληλα, εταιρείες εφοδιαστικής αλυσίδας (logistics) και ναυτιλιακοί οργανισμοί έχουν αυξήσει τα ασφάλιστρα κινδύνου για πλοία που διέρχονται από την περιοχή, ενώ ορισμένοι πάροχοι έχουν ήδη ανακατευθύνει φορτία μέσω πιο μακρινών διαδρομών. Αυτές οι κινήσεις μεταφράζονται σε υψηλότερο κόστος μεταφοράς προϊόντων, καθυστερήσεις και πιθανές ελλείψεις.

Πολυεθνικές εταιρείες σε τομείς όπως η τεχνολογία, η βιομηχανία και η ενέργεια έχουν ενεργοποιήσει σχέδια έκτακτης ανάγκης, αναθεωρώντας τις προβλέψεις τους για το 2026. Η ανησυχία για διαταραχές στις εφοδιαστικές αλυσίδες είναι πλέον εμφανής, με αρκετές εταιρείες να μεταφέρουν παραγωγή σε πιο ασφα-

λείς περιοχές ή να αυξάνουν τα αποθέματά τους. Όλα αυτά αποτελούν απτές ενδείξεις ότι η διεθνής αγορά προετοιμάζεται για μια νέα περίοδο αστάθειας.

Για την Κύπρο, μια μικρή και εισαγωγική οικονομία, οι επιπτώσεις μιας τέτοιας κρίσης είναι ιδιαίτερα έντονες. Η χώρα εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από εισαγόμενα προϊόντα, καύσιμα και πρώτες ύλες. Η αύξηση του κόστους ενέργειας θα επηρεάσει άμεσα τις επιχειρήσεις, ειδικά όσες έχουν υψηλή ενεργειακή κατανάλωση. Παράλληλα, το κόστος μεταφοράς προϊόντων θα αυξηθεί, οδηγώντας σε ανατιμήσεις σε τρόφιμα, τεχνολογικό εξοπλισμό, κατασκευαστικά υλικά και άλλα βασικά αγαθά.

Ο τουρισμός, ένας από τους βασικότερους πυλώνες της κυπριακής οικονομίας, θα δεχθεί επίσης πίεση. Η αύξηση του κόστους καυσίμων και οι αλλαγές στις αεροπορικές διαδρομές ενδέχεται να οδηγήσουν σε ακριβότερα εισιτήρια και μειωμένη ζήτηση. Επιπλέον, η αβεβαιότητα στις διεθνείς αγορές επηρεάζει την ψυχολογία των ταξιδιωτών, οι οποίοι τείνουν να περιορίζουν τα ταξίδια σε περιόδους κρίσης.

Οι επιπτώσεις στην κοινωνία θα είναι εξίσου σημαντικές. Η αύξηση του κόστους ζωής θα επιβαρύνει τα νοικοκυριά, ιδιαίτερα τις ευάλωτες ομάδες. Η ενεργειακή φτώχεια, ήδη υπαρκτή στην Κύπρο, κινδυνεύει να ενταθεί. Οι κοινωνικές ανισότητες θα διευρυνθούν, καθώς όσοι έχουν τη δυνατότητα να επενδύσουν σε λύσεις εξοικονόμησης ενέργειας θα προστατευτούν, ενώ οι υπόλοιποι θα παραμείνουν εκτεθειμένοι στις αυξήσεις. Η ψυχολογική πίεση και η αβεβαιότητα θα επηρεάσουν την καθημερινότητα, την κατανάλωση και την εμπιστοσύνη στην οικονομία.

Μέσα σε αυτό το περιβάλλον, η ανάγκη για άμεση κρατική δράση είναι επιτακτική. Η Κύπρος πρέπει να κινηθεί γρήγορα και αποφασιστικά, υιοθετώντας μέτρα που θα ενισχύσουν την ενεργειακή ανθεκτικότητα και θα προστατεύσουν την κοινωνία. Πρώτον, απαιτείται επιτάχυνση των επενδύσεων σε Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας και αναβάθμιση του ηλεκτρικού δικτύου, ώστε να μπορεί να απορροφήσει περισσότερη πράσινη ενέργεια. Η αποθήκευση ενέργειας πρέπει να αποτελέσει προτεραιότητα, καθώς χωρίς αυτήν η αξιοποίηση των ΑΠΕ παραμένει περιορισμένη.

Δεύτερον, το κράτος πρέπει να ενισχύσει τα προγράμματα στήριξης επιχειρήσεων και νοικοκυριών με στοχευμένες επιδοτήσεις και κίνητρα για ενεργειακή αναβάθμιση. Τρίτον, απαιτείται η δημιουργία ενός εθνικού σχεδίου ενεργειακής ανθεκτικότητας, το οποίο θα περιλαμβάνει στρατηγικά αποθέματα, συνεργασία με ευρωπαϊκούς μηχανισμούς και σαφείς διαδικασίες διαχείρισης κρίσεων. Τέλος, ο τουρισμός χρειάζεται ειδική μέριμνα, με συνεργασίες με αεροπορικές εταιρείες και προώθηση νέων αγορών.

Η εισερχόμενη ενεργειακή κρίση δεν είναι απλώς μια διεθνής εξέλιξη. Είναι μια πραγματικότητα που ήδη διαμορφώνεται και θα επηρεάσει βαθιά την κυπριακή οικονομία και κοινωνία. Η Κύπρος πρέπει να δράσει τώρα, με σχέδιο, αποφασιστικότητα και κοινωνική ευαισθησία, ώστε να προστατεύσει τους πολίτες και να διασφαλίσει την οικονομική της σταθερότητα σε μια εποχή αυξανόμενης αβεβαιότητας.

### **Χαράλαμπος Ανδρέου**

Διευθυντής Εμπορικού & Βιομηχανικού Επιμελητηρίου Λάρνακας.

## ΜΙΑ ΠΟΛΗ, ΕΝΑΣ ΣΤΟΧΟΣ: «ΛΑΡΝΑΚΑ -26» ΓΙΑ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2026

Ο Επαρχιακός Οργανισμός Αυτοδιοίκησης Λάρνακας (ΕΟΑΛ) προχωρά στην υλοποίηση της νέας καλοκαιρινής εκστρατείας ευαισθητοποίησης για το νερό με τίτλο «Λάρνακα -26», θέτοντας ως στόχο τη μείωση της ημερήσιας κατανάλωσης νερού κατά 26 λίτρα ανά άτομο σε ολόκληρη την επαρχία Λάρνακας.

Η πρωτοβουλία βασίζεται στη συνέχιση της ανάγκης για υπεύθυνη και ορθολογική διαχείριση των υδάτινων πόρων και κατά τους θερινούς μήνες, παρά τη βελτιωμένη εικόνα που παρουσιάζουν φέτος τα φράγματα σε σύγκριση με το 2025. Μέσα από τη νέα αυτή εκστρατεία, η εξοικονόμηση νερού μετατρέπεται σε μια συλλογική προσπάθεια με σαφή και μετρήσιμο στόχο, ενισχύοντας την υδατική συνείδηση και καλλιεργώντας μια νέα κουλτούρα υπεύθυνης κατανάλωσης μέσα από απλές, καθημερινές συνήθειες.

Η εκστρατεία θα αναπτυχθεί σε ψηφιακά και έντυπα μέσα, στα κοινωνικά δίκτυα, σε ξενοδοχειακές μονάδες, καλοκαιρινά προγράμματα και τοπικές επιχειρήσεις, επιδιώκοντας την ενεργό συμμετοχή πολιτών, οικογενειών και επισκεπτών.

Παράλληλα, ο ΕΟΑΛ, ως ένας σύγχρονος και πρωτοπόρος Οργανισμός, προχωρά στη δημιουργία ειδικής ψηφιακής πλατφόρμας και ζωντανού δείκτη υδάτινης κατάστασης στην ιστοσελίδα του. Μέσα από αυτά τα εργαλεία, οι πολίτες θα μπορούν να ενημερώνονται σε πραγματικό χρόνο για τα αποθέματα νερού και την πορεία επίτευξης του στόχου «Λάρνακα - 26».

Με διαφάνεια, πραγματική πληροφόρηση και συμμετοχική προσέγγιση, ο ΕΟΑΛ επιδιώκει να καταστήσει όλους τους πολίτες συμμετόχους στη μεγάλη προσπάθεια διαφύλαξης των διαθέσιμων υδάτινων πόρων, ώστε να διασφαλιστεί η επάρκεια νερού τόσο για το φετινό καλοκαίρι όσο και για τα επόμενα χρόνια.

Η εκστρατεία θα ξεκινήσει τον Ιούνιο του 2026 και θα ολοκληρωθεί τον Σεπτέμβριο του ίδιου έτους.

# Καλοκαίρι 2026!

Η πόλη και η επαρχία Λάρνακας *παίρνει θέση.*





# Γράμματα στην Έθελ

Γράφει η **ΙΩΑΝΝΑ ΠΙΤΣΙΛΛΗ**

Αγαπημένη μου,

Είναι έξι και πέντε το πρωί και έχω ήδη συμμαζέψει και τακτοποιήσει το σπίτι. Έχω πιει τον πρώτο ζεστό καφέ της ημέρας και έχω φορέσει τα αθλητικά μου ρούχα και παπούτσια. Κατεβαίνω στην πιλοτή της πολυκατοικίας. Η Snow με παίρνει μυρωδιά και τρέχει να με προϋπαντήσει. Σε κλάσματα δευτερολέπτου εμφανίζεται όλη η τρελοπαρέα της και εγώ προσπαθώ να κρατήσω την ισορροπία μου, καθώς ταλαντεύομαι για να αφήσω στα πιατάκια τους τη γατοτροφή. Αφού ξεμπερδεύω με τα γατιά, ξεκινάω τη βόλτα μου. Λίγο πριν τη στροφή του δρόμου ξεπροβάλλει το μπλε αμάξι του κύριου Βασίλη. Σταματάει για να με καλημερίσει και να μου πει πως λυπάται για την απώλειά μου. Κάνω προσπάθειες να συγκρατήσω τα δάκρυά μου, του εύχομαι «Καλή δουλειά» και συνεχίζω τον δρόμο μου.

Στη διαδρομή δεν ακούω παρά μόνο τιτιβίσματα πουλιών. Ένα ελαφρύ αεράκι συνοδεύει την καινούργια μέρα που γλυκοχαράζει. Υπάρχουν αρκετοί χώροι πρασίνου και μικρά πάρκα στη γειτονιά, ανθισμένα ροζ και κίτρινα ρόδα στους κήπους των σπιτιών, γάτες ξαπλωμένες πάνω σε περβάζια παραθύρων και σε κεραμιδιένες στέγες. Μου φαίνεται παράξενο, Έθελ, που κάνω αυτόν τον πρωινό περίπατο μόνη μου. Υπάρχει ένας κόμπος στο στομάχι μου, πολλές εικόνες στο μυαλό μου. Σφίγγω τις γροθιές μου σε μια προσπάθεια να συνέλθω.

Στον δρόμο μου συναντάω έναν παπούλη που βγήκε κι αυτός για τον πρωινό του περίπατο. Μου λέει ευγενικά καλημέρα και, ενώ

ανταποδίδω την ευχή, το βλέμμα μου πέφτει πάνω στη μαγκούρα που κρατάει στο αριστερό του χέρι, μάλλον για προστασία. Λέω στον εαυτό μου ότι ίσως χρειάζεται να έχω κι εγώ κάτι μαζί μου, σε περίπτωση που κάποιος κίνδυνος εμφανιστεί από το πουθενά μπροστά μου.

Έκανα πάντα τις βόλτες μου παρέα με τα σκυλιά μου και τώρα που η ζωή τα έφερε όλα τούμπα, ίσως θα πρέπει να σκεφτώ και το θέμα της ασφάλειας. Το μυαλό μου πάει σε κάτι σαν σκουπόξυλο. Δεν ξέρω γιατί, αλλά από μικρή έχω μια αδυναμία στις μάγισσες. Ίσως με γοπετεύουν τα μαύρα μπαλωμένα τους ρούχα, τα μυτερά καπέλα, τα καζάνια, τα ξόρκια και τα μαγικά φίλτρα. Ίσως γελάσεις, Έθελ, μα υπάρχουν πραγματικά στιγμές που θα ήθελα να ήμουν μάγισσα. Όχι, όμως, με κακές προθέσεις. Μια μάγισσα που, παρά την αποκρουστική της εμφάνιση, θα πάλευε πάντοτε για το καλό. Είναι τόσο όμορφο, άλλωστε, να μπορείς να κάνεις μάγια για αυτούς που αγαπάς.

Κρίμα, Λουλούδι μου, που δεν μπόρεσα να κάνω μάγια για σένα. Που δεν βρήκα το ξόρκι να διώξω από πάνω σου το κακό. Που δεν βρήκα ένα φίλτρο μαγικό να σε γιατρέψει. Όλες αυτές οι σκέψεις περνάνε από το μυαλό μου και δάκρυα ξεφεύγουν από τα μάτια μου. Σταματάω να περπατάω. «Θα σε αγαπώ για πάντα, πριγκίπισσά μου», λέω σιγανά και κοιτάζω τον ουρανό.

Αισθάνομαι πως έχασα τη σκιά μου Έθελ. Και ακόμα μαθαίνω πώς είναι να περπατά κανείς χωρίς αυτήν.

**Να προσέχεις**

**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.*



ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑΡΧΩΝ  
ΙΣΤΟΡΙΚΟΥ ΕΜΠΟΡΙΚΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ

# Πάμε Κάτω;

Στο Κέντρο μας,  
στη βόλτα μας,  
στη Λάρνακα μας!

Στηρίζουμε το Ιστορικό Εμπορικό Κέντρο και  
τον Σύνδεσμο Καταστημαρχών της πόλης μας  
κάνοντας τη βόλτα μας για ψώνια, καφέ & φαγητό  
στο αγαπημένο μας Κέντρο της Λάρνακας!

Competitive Edge

 LarnakaDowntown



# ΚΑΤΑΚΛΥΣΜΟΣ ΛΑΡΝΑΚΑ 2026

ΚΑΤΑΚΛΥΣΜΟΣ FESTIVAL

29/5 - 3/6



## ΚΑΤΑΚΛΥΣΜΟΣ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΛΑΡΝΑΚΑ

Για έξι συνεχόμενες ημέρες, από την Παρασκευή 29 Μαΐου μέχρι και την Τετάρτη 3 Ιουνίου 2026, η Λάρνακα θα πλημμυρίσει μουσική, παράδοση και γιορτινή διάθεση, μέσα από ένα πλούσιο καλλιτεχνικό πρόγραμμα για μικρούς και μεγάλους.

Από τη μεγάλη γιορτή του Κατακλυσμού δεν θα μπορούσαν να απουσιάζουν αγαπημένοι καλλιτέχνες από την Κύπρο και την Ελλάδα, οι οποίοι θα ανεβούν στη σκηνή τόσο της Πλατείας Ευρώπης όσο και της Κεντρικής Εξέδρας και θα χαρίσουν μοναδικές μουσικές βραδιές στο κοινό.



**ΜΟΥΣΙΚΟ ΣΧΗΜΑ**  
**ΜΙΧΑΛΗ ΧΑΤΖΗΜΙΧΑΗΛ**  
**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 29 ΜΑΪΟΥ | 20:45**



**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΚΩΜΟΔΡΟΜΟΣ**  
**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 29 ΜΑΪΟΥ | 21:15**



**ΕΥΡΥΔΙΚΗ**  
**ΣΑΒΒΑΤΟ 30 ΜΑΪΟΥ | 21:50**



**ΚΩΣΤΑΣ ΧΑΤΖΗΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ**  
**ΚΑΙ ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΟΛΥΜΠΙΟΥ**  
**ΚΥΡΙΑΚΗ 31 ΜΑΪΟΥ | 22:15**



**ΠΑΝΟΣ ΚΙΑΜΟΣ**  
**ΔΕΥΤΕΡΑ 1 ΙΟΥΝΙΟΥ | 22:15**



**ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ**  
**ΤΡΙΤΗ 2 ΙΟΥΝΙΟΥ | 22:15**



**ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΛΙΟΛΙΟΥ**  
**ΤΕΤΑΡΤΗ 3 ΙΟΥΝΙΟΥ | 21:00**

**ΧΟΡΟΣ**

**Κυριακή 7/06, 7:00 μ.μ.**  
**ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ**  
 Σχολή Χορού DancingArt  
 «Ρίζες στο Φως»  
 Είσοδος €12  
 Εισιτήρια από: ticketmaster.cy & ACS Courier

**ΜΟΥΣΙΚΗ**

**Κυριακή 7/06, 9:00 μ.μ.**  
**ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ**  
 Νατάσα Μποφίλιου  
 Είσοδος €35, €30 & €25  
 Εισιτήρια από: ticketmaster.cy & ACS Courier

**ΧΟΡΟΣ**

**Δευτέρα 8/06, 7:00 μ.μ.**  
**ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ**  
 Σχολή Χορού DancingArt  
 «Ρίζες στο Φως»  
 Είσοδος €12  
 Εισιτήρια από: ticketmaster.cy & ACS Courier

**ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΣ**

**Τρίτη 9, 16, 23, 10/06, 8:30 μ.μ.**  
**ΑΥΛΗ ΜΟΥΣΕΙΟΥ ΠΙΕΡΙΔΗ**  
 Θερινός Κινηματογράφος  
 Προβολή κινηματογραφικής ταινίας  
 Διοργανωτές: Κινηματογραφική Λέσχη Λάρνακας-Αμμοχώστου  
 Είσοδος ελεύθερη  
 Πληροφορίες: larnakacinema.com



**ΧΟΡΟΣ**

**Κυριακή 14/06, παραστάσεις 4:00 & 8:00 μ.μ.**  
**ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ**  
 Σχολή Ρωσικού Μπαλέτου Εύης Σουρή  
 «Η Ρήγαινα της Κύπρου & τα δάκρυα του φεγγαριού»  
 Είσοδος €12 & €8 (για παιδιά άνω των 10 ετών)  
 Κρατήσεις / πληροφορίες τηλ. 96311761

**ΧΟΡΟΣ**

**Δευτέρα 15/06, 8:00 μ.μ.**  
**ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ**  
 Σχολή Ρωσικού Μπαλέτου «Deborah»  
 Χορευτική παράσταση «Δήμητρα και Περσεφόνη»  
 Είσοδος €12  
 Προώληση από τη Σχολή τηλ. 99387398, 99359281

**ΧΟΡΟΣ**

**Τετάρτη 17/06, 8:30 μ.μ.**  
**ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ**  
 30 Χρόνια Σχολή Χορού Βασιλιτζιά  
 «Ό,τι δεν λέγεται ...χορεύεται»  
 Είσοδος €10 / Προώληση τηλ. 99589435



**ΘΕΑΤΡΟ**

**Σάββατο 20/06, 9:00 μ.μ.**  
**ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ**  
 Κωμωδία «Μια Νύχτα στον Παράδεισο»  
 Κείμενα / Σκηνοθεσία: Λώρης Λοιζίδης  
 Πρωταγωνιστούν: Λώρης Λοιζίδης, Σοφοκλής Κασκαούνιας, Μιχάλης Σοφοκλέους, Μαρία Παπακώστα, Λουκία Πρωτοπαπά, Ελένη Αναστασίου, Pan Dragomir  
 Είσοδος €20, δωρεάν για ΑΜΕΑ  
 Προώληση: soldoutticketbox.com, κατάσταση Stephanis  
 Κατάλληλο για άτομα άνω των 15 ετών

**ΘΕΑΤΡΟ**

**Κυριακή 21/06, 9:00 μ.μ.**  
**ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ**  
 Stand-up Comedy  
 Αλέξανδρος Τσουβέλας  
 «Εξωγήινος: Η Επιστροφή»  
 Είσοδος €25  
 Εισιτήρια από: more.com

**ΧΟΡΟΣ**

**Τρίτη 23/06, 8:30 μ.μ.**  
**ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ Γ. ΛΥΚΟΥΡΓΟΣ**  
 Σχολή Κλασικού Μπαλέτου και Μοντέρνου Χορού  
 Φαίδρας Καραβοκύρη Ζένιου  
 «It's all about Dance»  
 Είσοδος €12  
 Εισιτήρια από τη Σχολή τηλ. 24659311



**ΜΟΥΣΙΚΗ & ΧΟΡΟΣ**

**Σάββατο 27/06, 8:30 μ.μ.**  
**ΕΞΕΔΡΑ ΠΑΡΑΛΙΑΣ**  
 «Γραμμή Ζωής»  
 Ποικίλο καλλιτεχνικό πρόγραμμα & Παζαράκι με χειροτεχνίες και βιβλία  
 Διοργανωτής: Παγκύπριος Σύνδεσμος Καρκινοπαθών και Φίλων Λάρνακας.



# ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΛΑΡΝΑΚΑΣ 2026

**Κυριακή 5 Ιουλίου – 8:30 μ.μ.**  
**ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ**  
**Συναυλία - Αφιέρωμα στον Σταύρο Ξαρχάκο**  
**Μουσικό Σχολείο Λάρνακας «Μίκης Θεοδωράκης»**

Σολίστ: Κώστας Μακεδόνας  
Διδασκαλία Χορωδίας: Ειρήνη Χατζηκυριάκου,  
Κυριακή Χρυσάνθου  
Διεύθυνση – Ενορχήστρωση: Φώτης Μουσουλίδης  
Οργανωτές: Μουσικό Σχολείο, Λύκειο Αγίου Γεωργίου και Δήμος Λάρνακας  
Ομοσπονδία Γονέων Μέσης Γενικής Εκπαίδευσης Λάρνακας  
Δελτία ελεύθερης εισόδου από: Ticketmaster.cy & ACS Courier



ΤΟ ΦΟΝΗΤΙΚΟ ΣΥΝΟΛΟ ΚΑΙ Η ΠΑΙΔΙΚΗ ΧΟΡΩΔΙΑ  
ΔΗΜΟΥ ΛΑΡΝΑΚΑΣ  
ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΟΥΝ ΤΗ ΣΥΝΑΥΛΙΑ

## Σ'ΕΝΑ ΘΕΑΜΑ

**ΚΟΙΝΟ**  
07 ΙΟΥΛΙΟΥ 20:30

ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ ΛΑΡΝΑΚΑΣ

**Εργαστήριο:**  
Δολιάδα Μελή  
Ενορχήστρωση  
Ιωάννης Γερολέων  
Μαρία Καραγιάννη  
Μαρίνα Αποστολίδου  
Διεύθυνση Φωνητικής Ομάδας  
Ανδρέας Γερολέων

Revlon Lazzarini Dance Center  
Vasilissa Dance School  
Σχολή Χορού Κυπρίων Παιδιών Κοσμώ  
Alma Dance Studio Marlati Michailidou  
On Your Feet Dance Academy

Διεύθυνση Πολιτισμού, Συνέργειες  
Λορέτα Λαζάρου & Ανδρέας Γερολέων

Επιμελητές – Ενορχηστρωτές:  
Μουσική Επιτροπή  
Καλλιτεχνική Επιτροπή

Μάρα Ιωαννίνου Φυλιόπου  
Λορέτα Λαζάρου & Ανδρέας Γερολέων

ticketmaster.cy | 7777 7040

**Πέμπτη 9 Ιουλίου – 8:30 μ.μ.**  
**ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ**  
**«Τα Ιπτάμενα Παιδιά της Δανίας»**

Ένα εντυπωσιακό θέαμα με ακροβατικά, χορό και τραγούδι από την παγκοσμίου φήμης δανέζικη ομάδα ενόργανης και ακροβατικής γυμναστικής από το Aarhus.  
Είσοδος €35, €30, €25, €20 & 15 (για παιδιά κάτω των 12 ετών)  
Προπώληση: Ticketmaster.cy & ACS Courier



Κ Α Λ Ο Κ Α Ι Ρ Ι 2 0 2 6

ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΛΑΡΝΑΚΑΣ 2026

## ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΟΤΣΙΡΑΣ

### 30 χρόνια

**16 ΠΕΜΠΤΗ ΙΟΥΛΙΟΥ**  
ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ ΛΑΡΝΑΚΑΣ  
21:30

ΠΡΟΠΩΛΗΣΗ ΕΙΣΙΤΗΡΙΩΝ  
ticketmaster.cy | 7777 7040

ΚΟΡΡΕΥΣΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΣ

**Τετάρτη 22 Ιουλίου – 9:00 μ.μ.**  
**ΠΑΤΤΙΧΕΙΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΑΜΦΙΘΕΑΤΡΟ**  
**Θεατρικός Οργανισμός Κύπρου**  
**«Ιων» του Ευριπίδη**

Σκηνοθεσία: Θωμάς Μοσχόπουλος  
Παίζουν:  
Γιάννης Τσουμαράκης, Στέλα Φυρογένη, Νεοκλής Νεοκλέους, Βαλεντίνος Κόκκινος  
Βασίλης Αθανασόπουλος, Δημήτρης Αντωνίου,  
Ιωάννης Βαρβαρέσος,  
Γρηγόρης Γεωργίου, Νικόλας Γραμματικόπουλος, Μαρία Δράκου,

Μαργαρίτα Ζαχαρίου, Ιωάννα Κορδάτου, Θεοφάνης Κοσμάς, Αντρέας Κουτσόφτας, Μάριαν Κυπριανού, Δημήτρης Λαγούτης, Πέλλα Μακροδημήτρη, Θεόφιλος Μανόλογλου, Αθηνά Μουστάκα, Χρήστος Παπαδόπουλος, Χριστίνα Παπαδοπούλου,  
Ιωάννα Παπαμιχαλοπούλου, Κρις Σπύρου, Μαρία Τσιάκκα, Βασίλης Χαραλάμπους  
Είσοδος: €20 & €10 (άνεργοι, συνταξιούχοι, πολύτεκνοι με την επίδειξη του αντίστοιχου αποδεικτικού εγγράφου και άτομα κάτω των 25 ετών με την επίδειξη πολιτικής ταυτότητας)  
Προπώληση: thoc.org.cy

**Παρασκευή 24 Ιουλίου – 9:00 μ.μ.**  
**ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΧΩΡΟΣ ΚΙΤΙΟΥ**  
**«Νύχτα δίχως άκρη»**

με την Λαϊκή Ορχήστρα «Μίκης Θεοδωράκης»  
Αφιέρωμα στα τραγούδια του Μίκη Θεοδωράκη σε ποίηση των δυο Ελλήνων νομπελιστών Οδυσσέα Ελύτη και Γιώργου Σεφέρη  
Τραγουδούν: Δημήτρης Μπάσης, Ρίτα Αντωνοπούλου, Παναγιώτης Πετράκης, Άγγελος Θεοδωράκης  
Καλλιτεχνική επιμέλεια: Μαργαρίτα Θεοδωράκη  
Είσοδος €25  
Προπώληση: Ticketmaster.cy & ACS Courier



SOFIA NATIONAL OPERA AND BALLET  
ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΙ | PRESENTS

## MIKIS THEODORAKIS

# ZORBA THE GREEK

29-30 Ιουλίου | July 2026  
Πατιχέιο Αμφιθέατρο Λάρνακας  
Pattichio Amphitheatre Larnaka  
21:00

ΧΟΡΕΟΓΡΑΦΗ  
LORCA MASSINE

ΣΟΛΙΣΤΗ  
IGOR TSVIRKO BOLSHOI OLEG IVENKO BALLET KAZAN

ΠΩΛΗΣΗ ΕΙΣΙΤΗΡΙΩΝ  
ticketmaster.cy | 7777 7040

ΜΕΣΑ ΣΠΩΝΣΕΙΣ | ΣΥΜΠΡΟΚΑΤΑΒΟΛΗ  
ΦΙΛΑΛΕΥΣΤΕΡΟΣ ΦΚ



## Your Doorway to Creativity

Μία Αψίδα Έμπνευσης στο κέντρο της πόλης. Μιας πόλης που εξελίσσεται με ραγδαίους ρυθμούς τα τελευταία χρόνια. Μέσα σ' αυτούς τους ρυθμούς, μία ομάδα ανθρώπων - καλλιτέχνες, συλλέκτες, φίλοι της τέχνης και της δημιουργίας - οραματίστηκαν ένα χώρο όπου η τέχνη, η διάδραση, η γεύση και η κουβέντα συνυπάρχουν. Όχι σαν διακόσμηση, αλλά σαν τρόπος ζωής.

Ένας φιλόξενος χώρος όπου κυριαρχεί η αισθητική, το φως και η τέχνη, όπου κάθε αρχή δύναται να γίνει τέχνη (St-Art).

Στο St-Art Café μπορείτε να απολαύσετε εκλεκτό καφέ και τσάι, πλούσιο brunch, φρέσκες σαλάτες και χειροποίητα γλυκά. Το βράδυ, συνοδεύστε το δείπνο σας με καλό κρασί και ποτό και χαλαρώστε με την ανάλαφρη μουσική μας.

Στο χώρο μας, θα έχετε την ευκαιρία να γίνετε δέκτες μοναδικών καλλιτεχνικών στιγμών - όπως επίσης και διαφόρων workshops και pop-ups - σε ένα κομψό περιβάλλον που αλλάζει και εξελίσσεται.

Το St-Art café στεγάζεται σε ένα εντυπωσιακά ανακαινισμένο διατηρητέο κτήριο το Αρχοντικό του Νίκου Λυσιώτη χρονολογούμενο από το 1880.

Σήμερα φιλοξενεί μια σύγχρονη πλατφόρμα για νέους και καταξιωμένους καλλιτέχνες δημιουργώντας ένα δυναμικό τόπο έκφρασης, διαλόγου και έμπνευσης για το κοινό.

Σας προσκαλούμε να γίνετε μέρος της νέας δημιουργικής γωνιάς της πόλης.

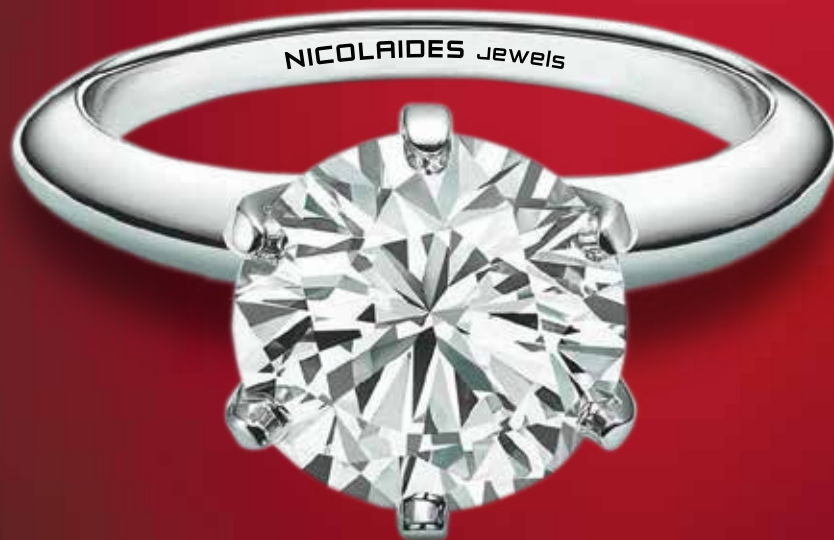
**24 342113**

Νικολάου Λανίτη 7Α, 6022 - Λάρνακα  
[info@st-artcafe.com](mailto:info@st-artcafe.com)

Στείλτε μας  
την καλλιτεχνική σας πρόταση  
[antonis@st-artcafe.com](mailto:antonis@st-artcafe.com)

[www.st-artcafe.com](http://www.st-artcafe.com)





**NICOLAIDES**  
watches & Jewellery

Ζήνωνος Κιτιέως 120, τ. 24 656974

