

www.typosepeirou.gr
Ηπείρου **Τύπος 2023**
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

“Να ‘μαστε απροσάρμοστοι να η μεγάλη αρετή μας.
Να μη βολευόμαστε, να ‘μαστε ανυπόμονοι, σκληροί, γιομάτοι
ανησυχία και πίστη, να ‘θεμε τα αδύνατα, σαν τους ερωτευμένους.
Να ξέρουμε πως ότι λένε σήμερα δικαιοσύνη είναι οργανωμένη αδικία
κι ότι λένε ηθική είναι η βολική ταπεινή συνεννόηση των ανάνδρων,
Και να μην το ανεχόμαστε...
Ποιοί θα νικήσουν; Οι πιο σοφοί, οι πιο πολλοί, οι πιο ξύπνιοι, οι πιο
δυνατοί;
Θα νικήσουν όσοι πιστεύουν.
Αχ, τότε θα συνεργαστούμε όλοι μαζί σε μια επίθεση!”
Νίκος Καζαντζάκης

**ΧΡΟΝΙΑ ΠΟΛΛΑ, με υγεία, αγάπη, ευγνωμοσύνη,ελπίδα
και δύναμη! Αυτή είναι η "συνταγή" για το Θαύμα...και
αυτή θα "εκτελέσουμε"**

www.typosepeirou.gr
Ηπείρου **Τύπος**
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ



Υπηρεσίες κατασκευής
& Φιλοξενίας ιστοσελίδων
e-Filoxenia
☎ 2651200430 🌐 www.e-filoxenia.com
✉ info@e-filoxenia.com

e-mail: typosepeirou@gmail.com | Τρίτη 03 Ιανουαρίου 2023 | Αρ. Φύλλου: 294 | Έτος: 7ο Γιατί η δημοσιογραφία δεν είναι δημόσιες σχέσεις... Τιμή: 1 €



**«Τ’ αφεντικό
τρελάθηκε
και το
δίφραγκο
πίσω!»**

→ Σελ: 16-17



Υποκ/μα:
6ο χλμ. Ιωαννίνων - Άρτας,
Τ.Κ. 45500 | Τ. 26510 92090

Τα πάντα από το αυγό
Αυγοδιατροφική
www.avgodiatrofiki.gr
www.eggpro.gr




Ημερήσιος Τύπος
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

Ιδιοκτησία: "ΤΥΠΟΣ PRINT" Ι.Κ.Ε.
Έκδοση - Διεύθυνση:
Ελένη Καραπάνου - Λίγκα

Υπεύθυνος Σελιδοποίησης:
Μάριος - Μιχαήλ Λίγκας

Graphic Designer:
Σταύρος Καραντώνης

Υπεύθυνος Εμπορικού Τομέα:
Νικολέττα Νικολάου

• Όλα τα ενυπόγραφα κείμενα εκφράζουν τις απόψεις των συντακτών και όχι υποχρεωτικά τη θέση της εφημερίδας
• Απαγορεύεται η ολική ή μερική αναδημοσίευση κειμένων αλλά και φωτογραφιών της εφημερίδας χωρίς την προηγούμενη έγγραφη άδεια του εκδότη

• Μέλος της Ένωσης Ιδιοκτητών Επαρχιακού Τύπου

ΕΤΗΣΙΕΣ ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ:
Τραπεζιών, Δήμων, Οργανισμών, Ε.Γ.Σ., Σωματείων, Συλλόγων, Πολιτειών 150€
Συνδρομή Ιδιωτών 70€
ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΗΣ: 2016
ΕΔΡΑ: ΜΑΡΜΑΡΑ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ
Γραφεία: Θ. Πασαλίδη 26 - τηλ. 2651 55 2656

www.typospeirou.gr
typospeirou@gmail.com

Αυξάνεται το πετρέλαιο θέρμανσης

Τελευταίες ημέρες όπως όλα δείχνουν που το πετρέλαιο θέρμανσης θα διατίθεται με την χαμηλή (σε σχέση με περσινό Δεκέμβριο) τιμή 1,12 € το λίτρο. Από την Πρωτοχρονιά η τιμή του αυξάνεται γιατί "ψαλιδίζεται" η κρατική επιδότηση κατά 10 λεπτά το λίτρο. Εφόσον δηλαδή οι τιμές παραμένουν στα ίδια επίπεδα η διάθεση του θα γίνεται από το νέο έτος με ένα "καπέλο" της τάξης των 0,10 € που μπορεί να είναι ακόμα μεγαλύτερο αν δε συνεχιστεί η παράλληλη επιδότηση από τα διυλιστήρια. Μέχρι και τα τέλη του 2022 η επιδότηση στο πετρέλαιο θέρμανσης ανέρχεται σε 25 λεπτά το λίτρο με τον ΦΠΑ. Όπως όμως έχει ανακοινώσει ο υπουργός Οικονομικών κ. Χρ. Σταϊκούρας, από τον Ιανουάριο έως και τον Μάρτιο του 2023 η επιδότηση θα διαμορφωθεί στα 15 λεπτά το λίτρο με τον ΦΠΑ. Η μείωση του ύψους της επιδότησης από τις αρχές του νέου

έτους αποδίδεται στη διακύμανση που καταγράφουν οι διεθνείς τιμές το τελευταίο χρονικό διάστημα. Οι τελευταίες τιμοληψίες του υπουργείου Ανάπτυξης (πριν από τα Χριστούγεννα) έδειξαν μέση τιμή 1,128 ευρώ ανά λίτρο σε πανελλαδικό επίπεδο. Από τότε οι διεθνείς τιμές του πετρελαίου έχουν αυξηθεί σημαντικά αγγίζοντας τα 83 δολάρια το βαρέλι όταν στις αρχές Δεκεμβρίου είχαν υποχωρήσει ακόμα και κάτω από τα 75 δολάρια. Ακόμα και αν αυτό το "ανεβοκατέβασμα" των διεθνών τιμών δεν "περάσει" επηρεάσει - μεσοσταθμικά - την Ελλάδα οι καταναλωτές θα πρέπει να προειδοποιηθούν για «καπέλο» από τον Ιανουάριο του 2023 κατά 10 λεπτά το λίτρο. Δηλαδή από 1,12 ευρώ το λίτρο που είναι η μέση τιμή του πετρελαίου σήμερα, αναμένεται να διαμορφωθεί σε 1,22 ευρώ το λίτρο, υπό την προϋπόθεση ότι θα διατηρηθεί στα τρέχοντα επίπεδα. Έως τις

31 Δεκεμβρίου άλλωστε ισχύει και η παράλληλη επιδότηση των 7,5 λεπτών με ΦΠΑ από τα διυλιστήρια και τις εταιρείες εμπορίας και όπως προαναφέρθηκε, δεν είναι γνωστό εάν η επιδότηση αυτή θα συνεχιστεί, θα περιοριστεί ή θα σταματήσει. Για να μειώσουν το βάρος της οι καταναλωτές στρέφονται στο επίδομα θέρμανσης με τις αιτήσεις να έχουν φτάσει τις 1.170.070. Το υπουργείο Οικονομικών έδωσε παράταση στην προθεσμία υποβολής αιτήσεων έως τις 13 Ιανουαρίου με την επόμενη πληρωμή επιδομάτων θέρμανσης να έχει προγραμματιστεί για τις 28 Φεβρουαρίου. Πριν τα Χριστούγεννα περίπου σε 865.000 δικαιούχους μοιράστηκαν επιδόματα συνολικού ύψους 190 εκατ. ευρώ ενώ άλλα τόσα μπορούν να διατεθούν μέσα στο επόμενο έτος ανάλογα με τις αγορές καυσίμων!

«ΕΞΥΠΝΑ» ΥΔΡΟΜΕΤΡΑ ΣΤΟ ΚΑΣΤΡΟ

Υπεγράφη η σύμβαση μεταξύ της ΔΕΥΑΙ και του αναδόχου για την προμήθεια και εγκατάσταση ψηφιακού συστήματος για την απομακρυσμένη παρακολούθηση και διαχείριση του νερού στα Ιωάννινα. Μέσω αυτού του έργου η ΔΕΥΑΙ προχωράει σε: α) ψηφιακή αποτύπωση των στοιχείων που αφορούν στις ήδη εγκατεστημένες υποδομές (σταθμοί ελέγχου, φρεσάτια σύνδεσης, υδρόμετρα κλπ.) στο βασικό πολεοδομικό ιστό των Ιωαννίνων, με στόχο τη δημιουργία ψηφιακής βάσης GIS για την περαιτέρω διαχείρισή τους, β) εκσυγχρονισμό και επέκταση της λει-

τουργίας πέντε Τοπικών Σταθμών Διαρροών του εσωτερικού δικτύου διανομής ύδατος της πόλης με σκοπό την παρακολούθηση σε «πραγματικό χρόνο» των ποιοτικών χαρακτηριστικών του νερού και γ) πιλοτική εγκατάσταση 725 ασύρματων «έξυπνων» ψηφιακών υδρομέτρων στο Κάστρο των Ιωαννίνων με παράλληλη καταγραφή των καταναλώσεων σε «πραγματικό χρόνο» και συλλογή και διαχείρισή τους μέσω βάσης GIS. Το έργο, συνολικού κόστους 527.000 €, υλοποιείται στα πλαίσια του διασυνοριακού Προγράμματος Interreg Ελλάδα-Αλ-

βανία, SAVEWATER - «Βελτίωση της υποδομής διαχείρισης και παροχής ύδατος μέσω έξυπνων τεχνολογιών, πολιτικών και εργαλείων» και αναμένεται να ολοκληρωθεί εντός 8-μήνου. Με την υλοποίηση της πράξης αυτής η ΔΕΥΑΙ θα αποκτήσει βασικές υποδομές που στηρίζονται σε σύγχρονες τεχνολογικές μεθόδους οι οποίες θα της ανοίξουν το δρόμο για τον πλήρη εκσυγχρονισμό της και τη μελλοντική επέκτασή της αντικατάστασης των παλαιών υδρομέτρων και σε άλλα τμήματα του Δήμου Ιωαννίνων.

Σε διαβούλευση η Ειδική Περιβαλλοντική Μελέτη για τη Λίμνη Παμβώτιδα και τα Ιωάννινα

Σε διαβούλευση τέθηκε η Ειδική Περιβαλλοντική Μελέτη (ΕΠΜ), που αφορά στις προστατευόμενες περιοχές «Natura 2000» της Λίμνης Παμβώτιδας και της ευρύτερης περιοχής των Ιωαννίνων.

Η ΕΠΜ θα καθορίσει το θεσμικό πλαίσιο οριοθέτησης διαβαθμισμένων ζωνών προστασίας, με σαφείς όρους και κανόνες για τις χρήσεις γης και την οικονομική και ανθρωπογενή δραστηριότητα στις προστατευόμενες περιοχές.

Η δημόσια διαβούλευση για την ΕΠΜ μέσω της ιστοσελίδας του Υπουργείου Περιβάλλοντος και Ενέργειας <https://ypen.gov.gr/diavouleusi> θα διαρκέσει για έναν μήνα και θα ακολουθήσει η εκπόνηση Σχεδίων Διαχείρισης των προστατευόμενων περιοχών με το αντίστοιχο Προεδρικό Διάταγμα.

Στη Λίμνη Παμβώτιδα και στα Ιωάννινα μελετήθηκαν δύο περιοχές «Natura 2000» (GR2130005 / Ειδική Ζώνη Διατήρησης - Ζώνη Ειδικής Προστασίας και GR2130012 / Ζώνη Ειδικής Προστασίας).

Η πρώτη περιοχή με έκταση 26.000 στρέμματα ανήκει στον Δήμο Ιωαννιτών και προστατεύεται ως τόπος ιδιαίτερου φυσικού κάλλους (N.1469/1950, N.5351/1932), ενώ η δεύτερη με έκταση 225.000 στρέμματα ανήκει στους Δήμους Ιωαννιτών, Δωδώνης και Ζίτσας και σε αυτή υπάγεται το Περιαστικό Δάσος Ιωαννίνων το οποίο προστατεύεται ως αισθητικό δάσος με το Π.Δ. 306/Α/1976.

Η σημασία της περιοχής είναι μεγάλη για είδη ορνιθοπανίδας, αλλά και για τα λοιπά είδη και τους οικοτόπους που απαντώνται σε αυτήν. Στα υδροτοπικά οικοσυστήματα της περιοχής εξαιρετική σημασία έχει η παρουσία της Βίδρας (Lutra lutra), τα ενδημικά και ευρύτερα ενδημικά είδη ιχθυοπανίδας (Barbus prespensis, Cobitis hellenica, Oxyhoemacheilus rindus, Valencia letourneuxi, Pelasgus thersotius κ.ά). Επίσης, χαρακτηριστική είναι η παρουσία άλλων ενδημικών ειδών, όπως για παράδειγμα το Ορθόπτερο (Chorhtippus lacustris), ή ειδών που χαρακτηρίζονται ως απειλούμενα ή/και έχουν περιορισμένη



εξάπλωση στην Ελλάδα.

Εκεί, εμφανίζονται τουλάχιστον 28 σημαντικά είδη πανίδας. Πρόκειται για 2 ιχθύες, 7 ασπόνδυλα, 6 αμφίβια, 9 ερπετά και 4 θηλαστικά: τον λύκο και τα χειρόπτερα (Pipistrellus kuhlii, Pipistrellus pipistrellus και Tadarida teniotis). Εξ' αυτών, σε κατηγορίες κινδύνου/απειλής εντάσσονται ο Λύκος, και ο Βάτραχος της Ηπείρου (Pelorhynchus ereioticus). Η Λίμνη Παμβώτιδα αποτελεί ένα σύνθετο φυσικό και πολιτισμικό τοπίο, μοναδικής αισθητικής και οικολογικής αξίας. Στηρίζει πολλαπλά την ευημερία της τοπικής κοινωνίας με πολλές οικονομικές δραστηριότητες (αλιεία, κτηνοτροφία, γεωργία, αναψυχή-τουρισμός).

Στην ευρύτερη περιοχή της πόλης των Ιωαννίνων (ΖΕΠ) απαντώνται 63 σημαντικά είδη ορνιθοπανίδας με χαρακτηριστικότερο το Κιρκινέζι (Falco naumanni), το οποίο αποτελεί παγκοσμίως απειλούμενο είδος.

Σημαντικό στοιχείο της φυσιογνωμίας της περιοχής είναι οι δεκάδες μικροί μόνιμοι και εποχιακοί υγρότοποι, οι οποίοι αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι του αγροτικού

μωσαϊκού που έχει διαμορφωθεί από τη χρόνια βόσκηση. Αυτοί οι υγρότοποι συντηρούν μεγάλο αριθμό ειδών πανίδας (ασπόνδυλα, αμφίβια, ερπετά, ψάρια, πουλιά και μικροθηλαστικά).

Η περιοχή χαρακτηρίζεται από τη συνύπαρξη αρδευόμενης γεωργικής γης, εντατικής πτηνοτροφίας, διάσπαρτες οικιστικές αναπτύξεις, δίκτυα υποδομής (π.χ. αεροδρόμιο Ιωαννίνων, ΒΙΠΕ), σημαντικές εμπορικές και μεταποιητικές δραστηριότητες που εξυπηρετούν συνολικά τον Νομό Ιωαννίνων, αλλά και από προβλήματα στην οργάνωση των χρήσεων γης.

Οι δύο περιοχές εντάχθηκαν σε μια συνολικότερη έκταση με τον χαρακτηρισμό σΠΠΒ (σύνθετη Περιοχή Προστασίας της Βιοποικιλότητας), τα όρια της οποίας προέκυψαν από την σύνθεση των περιοχών GR2130005 και GR2130012.

Σημειώνεται ότι οι Ειδικές Περιβαλλοντικές Μελέτες, τα Σχέδια Διαχείρισης και τα Προεδρικά Διατάγματα προστασίας των προστατευόμενων περιοχών δεν έχουν ως αντικείμενο τον καθορισμό ή την τροποποίηση χρήσεων σε περιοχές εντός σχεδίου πόλεως, δηλαδή

δη δεν επηρεάζουν τον αστικό πολεοδομικό σχεδιασμό. Επομένως, δεν προτείνονται ούτε εφαρμόζονται χρήσεις γης σε περιοχές εντός σχεδίου.

Ο Υφυπουργός Περιβάλλοντος και Ενέργειας, Γιώργος Αμυράς, δήλωσε: «Υστερα από δεκαετίες, γίνεται ένα σημαντικό βήμα για τη Λίμνη Παμβώτιδα και τα Ιωάννινα. Βγαίνει σε διαβούλευση η Ειδική Περιβαλλοντική Μελέτη, που θα οδηγήσει στο πολυαναμενόμενο Προεδρικό Διάταγμα. Προστατεύουμε το φυσικό περιβάλλον, ενώ παράλληλα στηρίζουμε την ανάπτυξη της οικονομίας. Είναι σημαντικό να υπάρξει ένα θεσμικό πλαίσιο χωρίς εμπόδια και γραφειοκρατία, αλλά με συγκεκριμένους όρους και κανόνες για τις επενδύσεις. Σας προσκαλώ να γίνετε αρωγοί αυτής της προσπάθειας, συμμετέχοντας στη διαβούλευση που ξεκινά. Με τις προτάσεις της αυτοδιοίκησης, των επισημονικών φορέων, των περιβαλλοντικών οργανώσεων, των πολιτών θα βρούμε τις καλύτερες λύσεις και θα πετύχουμε το επιθυμητό αποτέλεσμα».

N. Τζιάκκος Α.Ε.

www.tziakos.gr

ΠΛΑΚΑΚΙΑ ΕΙΔΗ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

ΘΕΡΜΟΜΟΝΩΣΗ - ΘΕΡΜΑΝΣΗ ΧΡΩΜΑΤΑ - ΠΑΝΕΛ ΣΙΔΕΡΑ - ΥΔΡΑΥΛΙΚΑ

Ιωάννινα Φιλιππιάδα

Τηλ. 26510 85185-7 Τηλ. 26830 22852

ΦΟΥΡΝΟΣ ΠΑΠΠΑΣ

ΣΠ. ΛΑΜΠΡΟΥ 46 - ΙΩΑΝΝΙΝΑ
ΤΗΛ.: 26510 37751

MASS SOTIRIADIS

28ης ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ, ΙΩΑΝΝΙΝΑ, ΤΗΛ.: 265 10 35997
SPORTS & CASUAL

ΚΡΕΟΠΩΛΕΙΟ ΛΑΚΜΟΣ

Αθανάσιος Π. Ρακκάς
Άρη Βελουχιώτη 16, Ιωάννινα
26510 49652

BILLY'S SCISSOR'S
ΚΟΥΠΕΙΟ

Πλατεία Δημ. Χατζή 1 - Χρ Μάρη, Αμπελόκηποι
Τηλ. 26510 76205, Γκερμιάτσος Βασίλειος
Facebook: Billys Scissors

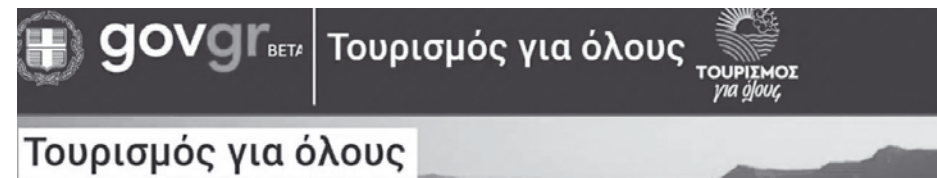
ZARRAS Assistance

ΟΔΙΚΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΒΑΡΕΩΝ ΟΧΗΜΑΤΩΝ

26510 92144 6942 452 915 ΙΩΑΝΝΙΝΑ

STAMATHIS CAR SERVICE

5ο ΧΑΜ. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ-ΑΘΗΝΩΝ
ΙΩΑΝΝΙΝΑ
Κ. 6956128101 - Τ. 2651091896
axilleas.stamatis24@gmail.com



Τουρισμός για Όλους Έρχονται νέα «150άρια» για το 2023

«Το πρόγραμμα Τουρισμός για Όλους θα τρέξει και το 2023, αναμένουμε ακόμα μία κλήρωση στα τέλη Ιανουαρίου, ίσως και νωρίτερα. Το 2023 αναμένεται να είναι και αυτό χρονιά ορόσημο... Έχουμε μπροστά μας καλές προοπτικές», δήλωσε ο Κ. Μητσotάκης σε εκδήλωση του υπουργείου Τουρισμού.

Ο Πρωθυπουργός τόνισε πως ο τουρισμός κινητοποιεί τις τοπικές αγορές σε όλα τα επίπεδα σημειώνοντας πως φέτος πρέπει να ήταν η καλύτερη χρονιά για την εστίαση εδώ και δεκαετίες.

«Οδεύουμε σταδιακά προς μία σεζόν 12 μηνών και έχουμε κάθε λόγο να μπορούμε να το κάνουμε γιατί υπάρχουν ακόμα περιοχές της χώρας τουριστικά παρθένες. Και ο πολιτιστικός μας τουρισμός έχει ακόμα σημαντικότερες προοπτικές ανάπτυξης», σημείωσε.

Ο κ. Μητσotάκης είπε ότι αυτή η σεζόν των 12 μηνών δεν πρέπει να αφορά μόνο τους επισκέπτες, αλλά και τους συμπολίτες μας και αναφέρθηκε στον εσωτερικό τουρισμό.

Το νέο πρόγραμμα είχε επιβεβαιώσει προ ημερών και ο Υπουργός Τουρισμού Βασίλης Κικίλιας, λέγοντας ότι θα πραγματοποιηθεί νέα κλήρωση του προγράμματος

«Τουρισμός για Όλους» για 125.000 άυλες ψηφιακές κάρτες, προκειμένου να ενισχυθεί ο εγχώριος τουρισμός και να στηριχθούν οι χειμερινό/ορεινών προορισμοί και μετά την εορταστική περίοδο.

Η νέα κλήρωση αναμένεται να μοιράσει voucher αξίας 150 ευρώ ενώ για κάποιες περιοχές θα είναι επιλεκτικά, αυξημένο.

Με το νέο «Τουρισμός για Όλους PASS» οι δικαιούχοι θα μπορούν να εκδώσουν μια άυλη ψηφιακή χρεωστική κάρτα, την οποία θα μπορούν να χρησιμοποιήσουν για τη διαμονή τους σε όποιο ξενοδοχείο ή κατάλυμα της χώρας επιλέξουν.

Την περασμένη χρονιά δικαιούχοι του Προγράμματος ήταν πολίτες με ατομικό εισόδημα έως 16.000€ και οικογενειακό εισόδημα έως 28.000€, ποσό που προσαυξάνεται για κάθε παιδί.

Το Πρόγραμμα αφορούσε συνολικά 200.000 δικαιούχους και η τελική επιλογή σε περίπτωση που οι υποψήφιοι είναι περισσότεροι θα γίνει με ηλεκτρονική κλήρωση.

Η άυλη ψηφιακή προπληρωμένη κάρτα του προηγούμενου έτους μπορεί να εξαργυρωθεί μέχρι και τα τέλη Ιουνίου του 2023.

Δράση στο Γεωπάρκο Βίκου – Αώου για την παγκόσμια ημέρα βουνού

Η 11η ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ καθιερώθηκε το 2003 από τα Ηνωμένα Έθνη ως ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΒΟΥΝΟΥ με σκοπό να αναδειχθεί ο ζωτικός ρόλος που διαδραματίζουν τα βουνά στη ζωή των ανθρώπων, αλλά και γενικότερα στη βιοποικιλότητα και να ενεργοποιηθεί η διεθνής κοινότητα και όλοι μας για την προστασία τους. Τα βουνά σε παγκόσμια κλίμακα καλύπτουν το 1/5 της ξηράς της γης και παρέχουν ζωή τουλάχιστον στο 1/10 του πληθυσμού της γης.

Το ΓΕΩΠΑΡΚΟ ΒΙΚΟΥ-ΑΩΟΥ, ένα από τα 177 Παγκόσμια Γεωπάρκα της UNESCO, γιόρτασε εφέτος (2022) την ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΒΟΥΝΟΥ με έναν πολύ ιδιαίτερο τρόπο. Συγκεκριμένα έλαβε χώρα ειδική αποστολή στην Δρακόλιμη Τύμφη, απο-

τελούμενη από ερευνητές, εθελοντές και τον συντονιστή του Γεωπάρκου, με σκοπό τη συλλογή των δεδομένων που κατέγρα-

ψαν ο υποβρύχιος και ο μετεωρολογικός σταθμός, οι οποίοι είχαν εγκατασταθεί στη Δρακόλιμη από την εθελοντική ερευνητική ομάδα «Λιμνάδες» (LIMNADS Project), σε συνεργασία με το Γεωπάρκο Βίκου-Αώου και το Εθνικό Αστεροσκοπείο Αθηνών, δύο μήνες νωρίτερα, στις 6 Οκτωβρίου (ημέρα που συμπίπτει με την Παγκόσμια ημέρα Γεωποικιλότητας).

Στο πλαίσιο αυτό καταγράφηκε για πρώτη φορά μία ευρεία γκάμα δεδομένων σχετικά με την, άγνωστη έως τώρα, υδρολογία της Δρακόλιμης Τύμφης και των μετεωρολογικών συνθηκών στον περίγυρο της και έγινε η συντήρηση του εξοπλισμού ώστε οι καταγραφές να συνεχιστούν και τον υπόλοιπο χειμώνα.

Απώτερος σκοπός του εγχειρήματος αυτού είναι να γίνει κατανοητός ο τρόπος λειτουργίας του σπάνιου οικοσυστήματος της Δρακόλιμης και να διαπιστωθεί εάν και με ποιον τρόπο αυτό επηρεάζεται από εξωγενείς παράγοντες που προέρχονται από ανθρωπογενείς δραστηριότητες ή από άλλες αιτίες που ενδεχομένως σχετίζονται με παγκόσμια φαινόμενα και αλλαγές (π.χ. κλιματική κρίση).

Το Γεωπάρκο Βίκου-Αώου είναι ένα κατ'εξοχήν ορεινό Γεωπάρκο αφού, μεταξύ των άλλων, περιλαμβάνει δύο από τα μεγαλύτερα βουνά της Ελλάδας: τον Σμόλικα (υψ. 2.637μ.) και την Τύμφη (υψ. 2.497μ.), δηλαδή το δεύτερο και το έκτο αντίστοιχα ψηλότερο βουνό της χώρας. Στην υποαλπική ζώνη των βουνών αυτών, πάνω από τα 2.000 μ. υψόμετρο, βρίσκονται οι δύο Δρακόλιμες, ιδιαίτερα και απομονωμένα μικρο-οικοσυστήματα με μεγάλη οικολογική αξία, που οι τοπικές κοινωνίες τις έχουν συνδέσει με γοητευτικούς μύθους. Οι δυο Δρακόλιμες είναι χαρακτηρισμένες ως Γεώτοποι του Γεωπάρκου Βίκου-Αώου και αποτελούν πόλο έλξης χιλιάδων επισκεπτών- πεζοπόρων κάθε έτος.

ΑΡΤΟΠΟΙΙΑ - ΚΟΥΛΟΥΡΟΠΟΙΙΑ

Το Χωριάτικο

ΕΥΖΩΝΩΝ 6, ΣΕΙΣΜΟΠΛΗΚΤΑ
ΤΗΛ.: 26510 44364

Γ. ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ 68, ΙΩΑΝΝΙΝΑ
ΤΗΛ.: 26510 36744

GLASSART ΚΟΡΔΙΑΣ

- ΓΥΑΛΙΝΕΣ ΠΟΡΤΕΣ
- ΓΥΑΛΙΝΑ ΚΑΓΚΕΛΑ
- ΓΥΑΛΙΝΕΣ ΣΚΑΛΕΣ
- ΓΥΑΛΙΝΕΣ ΟΡΟΦΕΣ

GLASSART ΚΟΡΔΙΑΣ

-ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ ΓΥΑΛΙΟΥ

- ΓΥΑΛΙΝΑ ΣΤΕΓΑΣΤΡΑ
- ΓΥΑΛΙΝΕΣ ΚΟΥΖΙΝΕΣ

GLASSART ΚΟΡΔΙΑΣ

Φιλικής εταιρίας 9 - Ιωάννινα
ΤΗΛ: 26510 77570
www.kordiasglassart.gr
email:info@kordiasglassart.gr



Χαρούμενη, δημιουργική, γεμάτη όνειρα, μηνύματα και προκλήσεις ως είναι η νέα χρονιά που μόλις έφτασε! Το 2023 ως φέρει ελπίδα και πίστη για ένα ομορφότερο "αύριο", πιο "ανθρώπινο", δίκαιο και δημοκρατικό! Ας σβήσει τις άσχημες αναμνήσεις του 2022, ας φωτίσει τα βήματα όλων μας προς την πληρότητα, την ευτυχία! Ο "κόσμος" γύρω μας αλλάζει απ' άκρη σ' άκρη με ταχείς ρυθμούς... ας τον κάνουμε καλύτερο ΤΩΡΑ, είναι ΚΑΙ στο χέρι μας!

Για τα παιδιά μας... για το "αύριο"... για εμάς... Με ευγνωμοσύνη απέναντι σε όλους που στηρίζετε με τόση θερμή τον αγώνα μας ευχόμαστε ΥΓΕΙΑ, ΑΓΑΠΗ και ΚΑΘΕ ΕΥΤΥΧΙΑ!

Μποχιάτη
Ζαχαροπλαστική

2651 045231

Δόμπολη 11, Ιωάννινα

zacharoplastiabochohti@gmail.com

Καθε λαός είναι άξιος των ανθρώπων που τον κυβερνούν



Γράφει ο:
Γιάννης Πασιάς
Παιδίατρος - π. Διευθυντής
Παιδιατρικής Γ.Ν.Αρτας

Θα ήθελα να ξεκινήσω την επικοινωνία μας με τις ρυθμίσεις του Πλάτωνος (427-347 π.Χ.). Καθε λαός είναι άξιος των ανθρώπων που τον κυβερνούν. Κανείς δεν είναι πιο υποδουλωμένος από εκείνους που εσφαλμένα πιστεύουν πως είναι ελεύθεροι. Όσοι αδιαφορούν για τα κοινά είναι καταδικασμένοι να εξουσιαστούν από κατώτερους τους και να συμπληρώσει ο Θουκυδίδης (η σύνεση είναι το προσήχημα του ανδρός). Σήμερα θέλω να δούμε λίγο το θέμα των εκλογών γενικότερα και τι κρύβεται πίσω από αυτές. Για πιστεύεις ότι συμμετέχοντες σ'αυτεσλλαζεις τα γεγονότα, αλλάζεις



τη ροή της ζωής σου, της ιστορίας σου πάντοτε προς το καλύτερο. Τσιμπάς πάντοτε στο τυράκι που σου προσφέρουν και δεν βλέπεις ότι εσύ είσαι το θύμα. Συμμετέχεις ενεργά με τον υποτιθέμενο δημοκρατικό σου ψήφο να ορίσεις τη ζωή σου. Οι εκλογές φίλοι μου είναι μια τεράστια απάτη. Αν λοιπόν οι εκλογές μπορούσαν να αλλάξουν τον κόσμο θα τις είχαν βγάλει παράνομες όπως πολύ σωστά λένε κάποιοι ιδεολόγοι της εποχής μας. Έχετε την αίσθηση ότι πρέπει να ανήκετε κάπου νιώθετε απροστάτευτοι από ταγούς που θα οδηγήσουν στην ευημερία και στην

ανάπτυξη. Αρχίζετε να τους συγκρίνετε με τους προηγούμενους και τελικά δεν ψηφίζετε τους επόμενους αλλά καταψηφίζετε τους προηγούμενους. Άλλωστε οι μέθοδοι που χρησιμοποιούν οι εξουσιαστές έχουν πάντοτε στόχο και αποτέλεσμα. Ας πούμε ότι χτυπάνε στο συναίσθημα.

Το συναίσθημα της συνενοχής (ενοχικό σύνδρομο μαζί τα φάγαμε εσείς τους ψηφίσατε) και έτσι συνέχεια να δεχθούν αδιαμαρτύρητα όλες τις αντιλαϊκές -αντιεθνικές πολιτικές που επιβάλουν στο λαό. Η ψήφος δεν αποσκοπεί δεν έχει ως απώτερο στόχο

μόνο στο να ξεγελάσει τους ανθρώπους να πιστέψουν ότι έχουν λόγο ενώ στην πραγματικότητα δεν έχουν αλλά αποτελεί ένα μέσο ένα διαβολικό τρόπο στο να εξασφαλιστεί η πίστη της μάζας της πλειοψηφίας των απλών πολιτών στο κράτος. Καθώς εξαπατώνται και πιστεύουν ότι μπορούν να θέσουν και να υποβάλουν αιτήματα σε αυτούς που εκλεγουν για να εκτελέσουν τις εντολές τους. Κάπου πρόσφατα διάβασα ότι η επιτομή της συναινετικής υποδούλωσης είναι να ψηφίζεις αφέντες για να σε εξουσιάζουν. Τίποτε λιγότερο τίποτε περισσότερο από ένα κρατικό πραξικόπημα που προσποιείται ότι σας επιτρέπει να επιλέξετε ποιο προκαθορισμένοι υποψήφιοι θα γίνουν οι επόμενοι εκτελεστές της ολοκληρωτικής ατζέντας της εξουσίας και του ελέγχου πάνω στους ανθρώπους θύματα που οικειοθελώς αποδέχονται κάθε υποκατάστατο αφέντη ως νόμιμο. Κάποτε ο J.Stalin είπε: 'Αρκεί να γνωρίζεις ο λαός ότι έγιναν εκλογές. Οι άνθρωποι που ψηφίζουν δεν αποφασίζουν τίποτε. Οι άνθρωποι που μετράνε τις ψήφους αποφασίζουν τα πάντα'. Προσοχή λοιπόν στα κελεύσματα των υποψηφίων αρχόντων που προσφέρονται να μας σώσουν. Από κάθε πολιτικό χρωματισμό είναι όλοι τουζίδιο αφού έχουν τα ίδια αφεντικά απλώς ως μαριονέτες εκτελούν τα θελήματα τους αφού έχουν ανέλθει στην εξουσία με τη δική σου ψήφο. Είναι όλοι μαζί. Υπηρετούν τα ίδια συμφέροντα. Εκτελούν τις ίδιες εντολές. Ψήφισαν τα μνημόνια ξεπούλησαν την πατρίδα μας. Όλοι μαζί εκτέλεσαν την Μακεδονία με εντολή Γερμανών όλοι μαζί γεμίζουν τη χώρα εποικιστές για να αλλοιώσουν την ταυτότητα μας και εσύ 'Ελληνα διχασμένος να τασκάινεται για αυτούς και για το ποιος σε δολοφονεί καλύτερα' για αυτό όσο οι πολεμικές βιομηχανίες θέλουν την ειρήνη όσο οι φαρμακοβιομηχανίες θέλουν την υγεία σου άλλο τόσο και οι πολιτικοί άνθρωποι θέλουν την σωτηρία σου εξ'ου και ο ορισμός της πολιτικής κατά καποιους που βλέπουν με ξεκάθαρο βλέμμα. Πολιτική είναι η τέχνη να υπόσχεται τα πάντα σήμερα και αύριο να μην αποφασίζουν τίποτε. Δεν εγίναν. Ξυπνάμε -προχωράμε!

ΠΕΡΙ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ Μ.Ε.
— Σπήλιος Τυροπάνης —
Μαθήματα σε group ή ιδιαίτερα

ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΚΑΙ ΛΥΚΕΙΟ

Βιολογία
Φυσική
Μαθηματικά
Χημεία
Ύψωση
Έκθεση

Η επιτυχία ξεκινάει από εδώ!!!

ΠΕΡΙ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑ
Σπήλιος Τυροπάνης

Χαρ. Τρικούπη 11, Ιωάννινα
2651111494 - 6946466072 science.ioa@yahoo.com

Οικία Φροντίδα
ΙΔΙΩΤΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΕΥΡΕΣΕΩΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ
Νόμιμο με τη σχετική άδεια

Διάθεση έμπειρου και επιλεγμένου προσωπικού για τις ακόλουθες ειδικότητες

- * Φροντίδα ηλικιωμένων
- * Φροντίδα ΑμΕΑ
- * Baby sitting
- * Οικιακό Προσωπικό
- * Εποχιακό Προσωπικό

Σουλίου & Καραολή (γωνία) - Ιωάννινα
Πληροφορίες: 26510 40035 // 6957 219 975
www.oikiafrontida.gr

Οι κρατικές επιδοτήσεις Ιανουαρίου για το ηλεκτρικό ρεύμα

«Σωσίβιο» για τα ελληνικά νοικοκυριά αποτελούν οι επιδοτήσεις των λογαριασμών ρεύματος και φυσικού αερίου με αποτέλεσμα τη συγκράτηση του ενεργειακού κόστους σε ανταγωνιστικά επίπεδα έναντι οικιακών καταναλω-

τών άλλων ευρωπαϊκών χωρών. Το σίγουρο είναι πως όλα τα νοικοκυριά και οι επιχειρήσεις θα λαμβάνουν επιδοτήσεις στους λογαριασμούς ηλεκτρικής ενέργειας, αλλά και φυσικού αερίου.

Οι κρατικές επιδοτήσεις ανακοινώθηκαν, ενώ το κόστος για το μέτρο διπλασιάστηκε φτάνοντας τα 840 εκατομμύρια ευρώ, από τα 435 εκατομμύρια που ήταν τον Δεκέμβριο.

Παράδειγμα για επιδότηση στο ρεύμα για νοικοκυριά Κατανάλωση έως 500 kWh. Επιδότηση: 0,33€ / kWh. Παράδειγμα: Νοικοκυριό με μηνιαία κατανάλωση 400 kWh. Χωρίς επιδότηση: 0,489€ * 400kWh = 195,6€.

Με επιδότηση: 0,159€ * 400kWh = 63,6€.

Εξοικονομεί: 132€.

Κατανάλωση από 501-1.000 kWh. Επιδότηση: 0,28€/kWh. Εξοικονόμηση 15%: 0,05€/kWh. Παράδειγμα: Νοικοκυριό με μηνιαία κατανάλωση 700 kWh. Χωρίς επιδότηση: 349€.

Με επιδότηση: 128€.

Αν εξοικονομήσει 15%: 118€.

Κατανάλωση 1001 kWh και άνω. Επιδότηση: 0,19€/ kWh. Εξοικονόμηση 15%: 0,05 €/ kWh. Επαγγελματικά τιμολόγια Έως τις 2.000 kWh: 0,292€ / kWh. Πάνω από 2.000 kWh: 0,134€ / kWh. Φούρνοι: 0,292€ / kWh. Επιδότηση για φυσικό αέριο: 0,02€/ kWh. Τι συμφέρει για να ζεσταθούμε το 2023; Έστω, διαμέρισμα 100 τ.μ στο οποίο διαμένουν 4 άτομα και η θέρμανση λειτουργεί για 8 ώρες. Πετρέλαιο θέρμανσης: Κατανάλωση 150 λίτρα τον μήνα, με τιμή 1,2655 €/lt Κόστος: 189,82€.

Φυσικό αέριο: Κατανάλωση 1.580 θερμικές κιλοβατώρες τον μήνα, με τιμή 0,11€ - 0,12€ / kWh, κόστος: 173,8€ - 189,60€.

Ηλεκτρικό ρεύμα: (3 κλιματιστικά τελευταίας τεχνολογίας) 735 kWh τον μήνα, με 0,22€ / kWh, Κόστος: 161,70€

Επίδομα ανεργίας Ψηφιακή κάρτα: Έρχεται και στο κινητό

Συγκεκριμένα πρόνοια θα έχουν οι άνεργοι (του τέως ΟΑΕΔ) με την νέα ψηφιακή κάρτα που θα αποκτηθούν εφόσον εγγραφούν στο Ψηφιακό Μητρώο της ΔΥΠΑ. Η εγγραφή στο Ψηφιακό Μητρώο ΔΥΠΑ γίνεται με αίτηση του ανέργου που αναζητά εργασία.

Η Ψηφιακή Κάρτα ΔΥΠΑ διασυνδέεται με το Ψηφιακό Μητρώο ΔΥΠΑ και αντιεί πληροφορίες από αυτό, προκειμένου να επιβεβαιώνεται ότι ο κάτοχος της είναι εγγεγραμμένος στο ως άνω μητρώο, ή και ότι είναι δικαιούχος επιδομάτων, παροχών και βοηθημάτων από τη ΔΥΠΑ. Επιπλέον, δύναται να παρέχεται και στους εγγεγραμμένους που υπάγονται στα επιμέρους μητρώα της ΔΥΠΑ εφόσον πληρούνται οι νόμιμες προϋποθέσεις.

Η Ψηφιακή Κάρτα ΔΥΠΑ μπορεί να παρέχεται υπό μορφή ψηφιακής εφαρμογής ή μέρους υφιστάμενης ψηφιακής εφαρμογής σε κινητά τηλέφωνα ή κάρτας που περιέχει επεξεργαστή, ο οποίος επιτρέπει την επιβεβαίωση της ισχύος της, ή με οποιονδήποτε άλλον πρόσφορο τρόπο. Εάν κατά τον έλεγχο από τη ΔΥΠΑ, διαπιστωθεί η μη πλήρωση των προϋποθέσεων εγγραφής του αναζητούντος εργασία στο Ψηφιακό Μητρώο ΔΥΠΑ, επέρχονται συνέπειες.

Ο αναζητών εργασία διαγράφεται από το Ψηφιακό Μητρώο ΔΥΠΑ και η Ψηφιακή του Κάρτα ανακαλείται με αναδρομική ισχύ από την ημερομηνία εγγραφής του, με συνέπεια να ανακαλούνται και όλες οι διοικητικές πράξεις που έχουν εκδοθεί (όπως βεβαιώσεις ανεργίας, υπαγωγές σε ενεργητικές πολιτικές απασχόλησης).

Οι κρατικές επιδοτήσεις ανακοινώθηκαν, ενώ το κόστος για το μέτρο διπλασιάστηκε φτάνοντας τα 840 εκατομμύρια ευρώ, από τα 435 εκατομμύρια που ήταν τον Δεκέμβριο.

Παράδειγμα για επιδότηση στο ρεύμα για νοικοκυριά Κατανάλωση έως 500 kWh. Επιδότηση: 0,33€ / kWh. Παράδειγμα: Νοικοκυριό με μηνιαία κατανάλωση 400 kWh. Χωρίς επιδότηση: 0,489€ * 400kWh = 195,6€.

Με επιδότηση: 0,159€ * 400kWh = 63,6€.

Εξοικονομεί: 132€.

Κατανάλωση από 501-1.000 kWh. Επιδότηση: 0,28€/kWh. Εξοικονόμηση 15%: 0,05€/kWh. Παράδειγμα: Νοικοκυριό με μηνιαία κατανάλωση 700 kWh. Χωρίς επιδότηση: 349€.

Με επιδότηση: 128€.

Αν εξοικονομήσει 15%: 118€.

Κατανάλωση 1001 kWh και άνω. Επιδότηση: 0,19€/ kWh. Εξοικονόμηση 15%: 0,05 €/ kWh. Επαγγελματικά τιμολόγια Έως τις 2.000 kWh: 0,292€ / kWh. Πάνω από 2.000 kWh: 0,134€ / kWh. Φούρνοι: 0,292€ / kWh. Επιδότηση για φυσικό αέριο: 0,02€/ kWh. Τι συμφέρει για να ζεσταθούμε το 2023; Έστω, διαμέρισμα 100 τ.μ στο οποίο διαμένουν 4 άτομα και η θέρμανση λειτουργεί για 8 ώρες. Πετρέλαιο θέρμανσης: Κατανάλωση 150 λίτρα τον μήνα, με τιμή 1,2655 €/lt Κόστος: 189,82€.

Φυσικό αέριο: Κατανάλωση 1.580 θερμικές κιλοβατώρες τον μήνα, με τιμή 0,11€ - 0,12€ / kWh, κόστος: 173,8€ - 189,60€.

Ηλεκτρικό ρεύμα: (3 κλιματιστικά τελευταίας τεχνολογίας) 735 kWh τον μήνα, με 0,22€ / kWh, Κόστος: 161,70€

Από Μάιο η άγονη γραμμή Ιωάννινα-Ηράκλειο



Στις άγονες γραμμές, εντάσσεται από τον Μάιο 2023, η αεροπορική σύνδεση Ιωαννίνων - Ηρακλείου.

Ένας στόχος που έθεσε εδώ και καιρό η Ένωση Ξενοδόχων Νομού Ιωαννίνων και ο οποίος επιτυγχάνεται.

Η Αρχή Πολιτικής Αεροπορίας (ΑΠΑ) πρόκειται να πραγματοποιήσει νέο ηλεκτρονικό διαγωνισμό για την επιλογή αναδόχου/ων ως προς την λεγόμενη «εκμετάλλευση των τακτικών αεροπορικών γραμμών στις οποίες έχουν επιβληθεί υποχρεώσεις παροχής δημόσιας υπηρεσίας» στις οποίες περιλαμβάνονται γραμμές όπως Θεσσαλονίκη - Κέρκυρα, Κέρκυρα - Άκτιο - Κεφαλονιά - Ζάκυνθος κτλ.

Επιπλέον, σύμφωνα με την ίδια ανακοίνωση, έχει ολοκληρωθεί μελέτη για την ένταξη της γραμμής Ιωάννινα - Ηράκλειο, σε

καθεστώς παροχής δημόσιας υπηρεσίας με τις ακόλουθες προτεινόμενες από την ΑΠΑ, υποχρεώσεις παροχής δημόσιας υπηρεσίας, σύμφωνα με το άρθρο 16 του ΕΚ1008/2008:

Ελάχιστη συχνότητα πτήσεων και ελάχιστες προσφερόμενες θέσεις: Τρεις (3) πτήσεις με επιστροφή εβδομαδιαίως, με ένα σύνολο 90 προσφερόμενων θέσεων εβδομαδιαίως ανά κατεύθυνση, κατά τη χαμηλή περίοδο.

Τέσσερις (4) πτήσεις με επιστροφή εβδομαδιαίως, με ένα σύνολο 120 προσφερόμενων θέσεων εβδομαδιαίως ανά κατεύθυνση, κατά τη μέση περίοδο. Έξι (6) πτήσεις με επιστροφή εβδομαδιαίως, με ένα σύνολο 180 προσφερόμενων θέσεων εβδομαδιαίως ανά κατεύθυνση, κατά την υψηλή θερινή περίοδο.

Ορκίστηκαν οι νέοι Ειδικοί Γραμματείς στις Αποκεντρωμένες Διοικήσεις

Τους Ειδικούς Γραμματείς των επτά Αποκεντρωμένων Διοικήσεων της χώρας, ορκίστηκαν στις 22 Δεκεμβρίου, ο Υπουργός Εσωτερικών, Μάκης Βορίδης.

Ο κ. Βορίδης, στη σύσκεψη που παραγόμενου έργου και τη συμμετοχή και των Συντονιστών, περιέγραψε τη στρατηγική κατεύθυνση και την πολιτική στόχευση που θα ακολουθήσουν εφεξής οι Αποκεντρωμένες Διοικήσεις, με στόχο, όπως ανέφερε, "να καλυφθεί το θεσμικό έλλειμμα που είχε δημιουργηθεί ολόκληρο το προηγούμενο διάστημα εξαιτίας των άστοχων χειρισμών του ΣΥΡΙΖΑ καθώς και να αποκατασταθεί η αποτελεσματική λειτουργία τους".

Επίσης, ο Υπουργός Εσωτερικών ξεκαθάρισε ότι, με την επαναφορά του θεσμού του Ειδικού Γραμματέα σε

Συντονιστή να αναλαμβάνει διακριτές αρμοδιότητες, εισάγεται στην περιφερειακή διοίκηση το μοντέλο λειτουργίας του Επιτελικού Κράτους το οποίο αποσκοπεί, αφενός στην ενίσχυση του παραγόμενου έργου και αφετέρου επιδιώκει αυτό το έργο να φέρει το αποτύπωμα και την αποτίμηση της πολιτικής ηγεσίας.

Παράλληλα, ο Υπουργός επαινέσε τους Συντονιστές για το μέχρι σήμερα έργο τους και δήλωσε πεπεισμένος ότι η αγαστή συνεργασία τους με τους Ειδικούς Γραμματείς θα συμβάλει καθοριστικά στο πολυσχιδές και διυπουργικό έργο των Αποκεντρωμένων Διοικήσεων.

Τέλος, ο κ. Βορίδης χαρακτήρισε τις Αποκεντρωμένες Διοικήσεις εξαιρετικά σημαντικό κύτταρο της λειτουργίας του Κράτους που

θα προσφέρει τα μέγιστα στον συντονισμό μεταξύ των διαφορετικών επιπέδων διοικήσεων. Στη σύσκεψη συμμετείχαν επίσης ο Γενικός Γραμματέας Εσωτερικών και Οργανώσεως Μιχάλης Σταυριανουδάκης καθώς και η υπηρεσιακή Γραμματέας του Υπουργείου Εσωτερικών Γεωργία Βαλατσού. Την Αποκεντρωμένη Διοίκηση Ηπείρου-Δυτικής Μακεδονίας αναλαμβάνει ο κ. Σεραφείμ Λιάπης, ξάδελφος του πρώην Υπουργού Μιχάλη Λιάπη (ξάδερφος κι αυτός του πρώην Πρωθυπουργού, Κωνσταντίνου Καραμανλή, του νεότερου). Ο κ. Λιάπης είναι οικονομολόγος, πρώην υποδιοικητής του ΙΚΑ επί εποχής Πετραλιά (2009), κάτοχος master στη Διοίκηση Μονάδων Υγείας και διδακτορικό στην Περιφερειακή Ανάπτυξη.

ΗΠΕΙΡΟΣΚΑΛ ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ & ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΕΙΣ ΣΚΑΛΩΣΙΩΝ



ΓΑΒΡΙΛΑΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ

ΒΛΑΧΟΣΤΡΑΤΑ - ΕΝΑΝΤΙ ΔΩΔΩΝΑΙΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΑ

ΤΗΛ./FAX: 2651048277 - ΚΙΝ: 6932 275961

www.ipiroskal.gr

e-mail: ipiroskal@hotmail.com

ΤΡΟΧΟΙ

Σαράτσης Θεόδωρος

Ποδήλατα - Αξεσουάρ - Επισκευές

Δωδώνης 115 - Ιωάννινα / Τηλ: 2651044232

SCOTT CUBE DHS DE'ROSA IDEAL PINARELLO

Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκά Διαρθρωτικά και Επενδυτικά Ταμεία

ΕΣΠΑ 2014-2020
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

DAIKIN

HVAC Systems

Κωνσταντίνος Δ. Ζάραγκας
Μηχανολόγος Μηχανικός

Ναπ. Ζέρβα 61, 45332, Ιωάννινα
Τηλ. 2651090653
fax: 2651090773
Κιν. 6947727367
email: info@hvacsystems.gr
www.hvacsystems.gr

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

ΕΠΙ-ΥΠΕΥΘΥΝΟ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
Πρόσκληση Προσφορών
Πρόσκληση για Καταβολή Ανάπτυξης

Δεύτερη ευκαιρία για το επίδομα θέρμανσης

Δυνατότητα υποβολής αιτήσεων για το επίδομα θέρμανσης έχουν όσοι έχασαν την πρώτη προθεσμία. Σύμφωνα με την απόφαση η τροποποίηση έγινε λόγω της ανάγκης χορήγησης επιδόματος σε συγκεκριμένες κατηγορίες καταναλωτών πετρελαίου θέρμανσης εσωτερικής καύσης (DIESEL), φωτιστικού πετρελαίου (μπλε κηροζίνης), φυσικού αερίου, υγραερίου, καυσόξυλων, βιομάζας (πέλετ) και θερμικής ενέργειας μέσω τηλεθέρμανσης. Αξίζει να σημειωθεί ότι ενώ δυνητικά οι δικαιούχοι ήταν 1,3 εκατ. τελικά υπέβλεπαν αίτηση 1,146 εκατ.

Αναλυτικότερα, σύμφωνα με την απόφαση του υπουργείου Οικονομικών, ορίζεται ότι αιτήσεις υποβάλλονται ξανά μέχρι και την 13η Ιανουαρίου 2023. Οι νέοι δικαιούχοι θα μπορέσουν να επιδοτηθούν με τις επόμενες πληρωμές που θα γίνουν εντός του 2023.

Εως την 28η Φεβρουαρίου 2023 θα επι-

δοτηθούν για το σύνολο των αγορών που θα τιμολογηθούν έως την 31η Ιανουαρίου 2023, όσοι έχουν προβεί σε καταχώριση των απαιτούμενων στοιχείων έως και την 15η Φεβρουαρίου 2023.

Εως 28 Απριλίου 2023 θα επιδοτηθούν για το σύνολο των αγορών που θα τιμολογηθούν έως την 31η Μαρτίου 2023 όσοι προβούν σε καταχώριση των απαιτούμενων στοιχείων έως και την 15η Απριλίου 2023. Για λογαριασμούς φυσικού αερίου, θα καταχωρούνται έως την 31η Μαΐου 2023 δικαιολογητικά αγορών της περιόδου 1.10.2022 έως 31.03.2023 με ημερομηνία έκδοσης του παραστατικού πληρωμής έως την 16η Μαΐου 2023 και το αντίστοιχο ποσό επιδόματος θα καταβάλλεται έως την 15η Ιουνίου 2023.

Αντίστοιχα, για την κατανάλωση θερμικής ενέργειας μέσω τηλεθέρμανσης θα καταχωρούνται έως την 15η Ιουλίου 2023 δικαιολογητικά αγορών της περιόδου

1.10.2022 έως 31.03.2023 με ημερομηνία έκδοσης του παραστατικού πληρωμής έως την 30ή Ιουνίου 2023 και το αντίστοιχο ποσό επιδόματος θα καταβάλλεται έως την 10η Αυγούστου 2023.

Τα απαραίτητα στοιχεία για την αίτηση ο Αριθμός Φορολογικού Μητρώου (Α.Φ.Μ.) του αιτούντος προσώπου υπόχρεου φορολογικής δήλωσης, το ονοματεπώνυμό του, ο αριθμός των εξαρτώμενων τέκνων του, η ένδειξη ότι πρόκειται για πολυκατοικία, ο αριθμός παροχής ηλεκτρικού ρεύματος του ακινήτου κύριας κατοικίας,

η ταχυδρομική διεύθυνση που αντιστοιχεί στη συγκεκριμένη παροχή ηλεκτρικού ρεύματος, αν η κατοικία είναι ιδιόκτητη, ενοικιαζόμενη ή δωρεάν παραχωρούμενη, καθώς και ο Α.Φ.Μ. του εκμισθωτή ή του δωρεάν παραχωρούντος,

τα τετραγωνικά μέτρα κύριων χώρων της κύριας κατοικίας κατά τον χρόνο υποβολής της αίτησης,

το είδος του επιθυμητού προς επιδότηση καυσίμου θέρμανσης ή θερμικής ενέργειας, τα στοιχεία επικοινωνίας του (διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, αριθμός κινητού ή και σταθερού τηλεφώνου).

Πριν από την οριστικοποίηση της αίτησης, θα πρέπει να έχει δηλωθεί ο αριθμός λογαριασμού IBAN, ο οποίος ανήκει στον δικαιούχο και στον οποίο επιθυμεί να πιστωθεί το ποσό του επιδόματος.

Ετήσια εισοδηματικά και περιουσιακά κριτήρια
Αγαμοί: Έως 16.000 € (από 14.000 €)
Εγγαμοί χωρίς παιδιά: Έως 24.000 € (από 20.000 €)

Με 1 παιδί: 27.000 € (από 23.000 €)
Με 2 παιδιά: 30.000 € (από 26.000 €)
Επιπλέον παιδί: + 3.000 €
Μονογονεϊκές: Έως 27.000 € συν 3.000 €/παιδί

Ακίνητη περιουσία: 200.000 € (άγαμοι) - 300.000 € (έγγαμοι)

Market pass: Με βάση το ΑΦΜ οι αιτήσεις Πότε ανοίγει η πλατφόρμα

Τον Φεβρουάριο αναμένεται να ξεκινήσει η διαδικασία για market pass, το επίδομα που ανακοίνωσε η κυβέρνηση για τα καθημερινά ψώνια σε σουπερμάρκετ, φούρνος, κρεοπωλεία κ.α. Σύμφωνα με όσα έχουν γίνει γνωστά η διαδικασία θα είναι εφάμιλλη του fuel pass, ενώ και το market pass θα δοθεί με την μορφή ηλεκτρονικής κάρτας ή θα πιστωθεί σε λογαριασμούς τράπεζας για όσους δεν διαθέτουν smartphone.

Σημειώνεται πως το επίδομα market pass ξεκινά από τα 22 ευρώ κάθε μήνα. Θα καταβάλλεται στην αρχή του μήνα, ενώ θα διανεμάσκει συνολικά 6 μήνες. Οι αιτήσεις στο gov.gr θα ξεκινήσουν τον Φεβρουάριο και θα «ανοίξουν» σταδιακά ανάλογα με τον λήγοντα αριθμό του ΑΦΜ των πολιτών.

Οι αιτήσεις στο gov.gr Το Market Pass θα τεθεί σε εφαρμογή στα μέσα του Φεβρουαρίου του 2023 και θα έχει διάρκεια 6 μήνες. Πρόκειται για ενίσχυση ύψους 10% επί των αγορών των νοικοκυριών, που θα δίνεται είτε μέσω ψηφιακής κάρτας αγορών στα κινητά, είτε θα καταπίθεται μειωμένη στους λογαριασμούς των δικαιούχων.

Σύμφωνα με τα όσα έχουν διαρρεύσει μέχρι στιγμής η αίτηση θα γίνεται σύμφωνα με τον λήγοντα αριθμό στα ΑΦΜ, δηλαδή δεν θα ανοίξει για όλους ταυτόχρονα, καθώς το μέτρο αφορά σε περίπου 8,5 εκατ. πολίτες.

Η αίτηση θα γίνεται στο vouchers.gov.gr για κάθε δικαιούχο φυσικό πρόσωπο (ο υπόχρεος σε υποβολή της δήλωσης φορολογίας εισοδήματος ή ένας εκ των δύο συζύγων/μελών σε περίπτωση υποβολής χωριστής δήλωσης) θα μπαίνει στην πλατφόρμα στο gov.gr με τους κωδικούς taxisnet και θα επιλεγεί είτε την έκδοση της ψηφιακής κάρτας είτε την καταβολή του ποσού στο τραπεζικό λογαριασμό.

Στη συνέχεια θα πρέπει να επικαιροποιηθεί τα εξής τρία στοιχεία: Διεύθυνση email Αριθμό κινητού τηλεφώνου Αριθμό προσωπικού τραπεζικού λογαριασμού (αν θέλει να του κατατεθούν τα χρήματα στην τράπεζα)

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

ρισμό, ο δικαιούχος λαμβάνει το 80% του ύψους της ενίσχυσης, σε τριμηνιαία βάση. Η πρώτη πληρωμή θα γίνει τέλη Φεβρουαρίου και η άλλη τέλη Μαΐου και δύναται να κάνει χρήση του ποσού όπως επιθυμεί. Τα καταστήματα που χρησιμοποιείται το Market Pass

Για τη ψηφιακή κάρτα, το χρηματικό ποσό δύναται να χρησιμοποιείται σε κάθε είδους από επιχειρήσεις που δραστηριοποιούνται στο τομέα του λιανικού εμπορίου τροφίμων.

Σε αυτές περιλαμβάνονται:

σουπερμάρκετ, μινι-μάρκετ, οπωροπωλεία, κρεοπωλεία, ιχθυοπωλεία, γαλακτοπωλεία και εν γένει οποιαδήποτε επιχείρηση έχει στη συσκευή POS τον κωδικό (MCC) που αντιστοιχεί στους σχετικούς λιανικού εμπορίου τροφίμων. Σε αυτές συμπεριλαμβάνονται και έμποροι τροφίμων σε λαϊκές αγορές.

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

Η πρώτη πληρωμή για το Market Pass Τα πρώτα ποσά θα πιστωθούν στο τέλος Φεβρουαρίου, ενώ στη συνέχεια τα ποσά θα καταβάλλονται την πρώτη εβδομάδα κάθε μήνα.

Νέα προθεσμία για την υποβολή του πόθεν έσχεσ

Μέχρι τις 15η Ιανουαρίου 2023 παρατάθηκε η προθεσμία υποβολής δηλώσεων περιουσιακής κατάστασης και οικονομικών συμφερόντων, (αρχικές με απόκτηση ιδιότητας υπόχρεου από την 1η.1.2022 έως και την 15η.10.2022 και ετήσιες του έτους 2022 -χρήση 2021-) με

τροπολογία των Υπουργείων Οικονομικών και Δικαιοσύνης. Η παράταση κρίθηκε αναγκαία κατόπιν αιτημάτων φορέων υπόχρεων προσώπων, που επικαλούνται δυσχέρεια κατά τη συγκέντρωση συνυποβαλλόμενων δικαιολογητικών.

TAKE AWAY

ΦΗΣΙΟΠΟΤΕΙΟΝ Ρακομελιό

26510 44452

ΧΟΝΔΡΙΚΗ - ΛΙΑΝΙΚΗ
Διανομή στο χώρο σας

ΑΛΕΞΙΟΥ
ΤΣΙΠΟΥΡΟ - ΚΡΑΣΙ - ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ

κρσσί τσίπουρο σύζο ελαιόλαδο νάμα παραδοσιακά προϊόντα

Cava Alexiou
Ακολουθήστε μας για να δείτε τις προσφορές μας!

Ευζώνων 9-11
Σεισμόπληκτα-Ιωαννίνα
26514 00763
info@alexiouestate.gr

EUROCALL

εγγύηση 6 μήνες

Πουλάω... Αγοράζω!

μεταχειρισμένους & καινούριους οικιακούς εξοπλισμούς

σε άριστη κατάσταση

Ηλεκτρικές Συσκευές Ψυγεία Κουζίνες Πλυντήρια Στεγνωτήρια Λοιπούς Εξοπλισμούς

Μεγάλες Ευκαιρίες

EUROCALL
ΦΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ
3 ο κλμ. Ιωαννίνων - Άρτας
26510 41177 6945 936149
vasfar64@gmail.com

Ψύξη Θέρμανση Κλιματισμός Ενεργειακά Τζάκια

εστία χώρος

Μιχάλης Ι. Παπαγεωργόπουλος
www.papageorgopoulos.com

Ψύξη Κλιματισμός Θέρμανση Ενεργειακά Τζάκια Αντλίες Θερμότητας PELLET Service Μελέτες Τοποθετήσεις Οικιακών & Επαγγελματικών Χώρων

GeminiAir
Απολύμανση με ακτινοβολία UVC

● Σύστημα Λαμπών UVC Οικιακών Κλιματιστικών
● Φορητός Καθαριστής Αέρα Αποστειρωτής με UVC
● Αποστειρωτής UVC & Ιονιστής Αέρα
● UVC Απολυμαντής Κεντρικών Συστημάτων Κλιματισμού

Patanasastasiou Al. 24
Anatoli Iwanninon, 45221
6994663133 - 2651552955

Covid FREE



Απολαύστε... ελεύθερα!

Κοτόπουλα Ελεύθερης Βοσκής
Άπαχο φρέσκο κιμά, κοτόπιτα και αλλαντικά

Γιατί να επιλέξω Κοτόπουλο Ελεύθερης Βοσκής:

- ▶ Γεννιέται και μεγαλώνει στον ορεινό όγκο της Πίνδου στο Ν. Ιωαννίνων, σε υψόμετρο πάνω από 700μ.
- ▶ Διασφάλιση Ειδικής Διατροφής. Πιστοποιημένη και με Επίβλεψη AGROCERT. Είναι ταϊσμένο με 100% φυτικές τροφές, ενώ το υψηλό ποσοστό καλαμποκιού (70%), προσδίδει στο κοτόπουλο το χαρακτηριστικό κίτρινο χρώμα του, πριν αλλά και μετά το μαγείρεμα.
- ▶ Προέρχεται από φυλή βραδείας ανάπτυξης (65 ημέρες εκτροφής) και έχει πιο συνεκτική υφή κρέατος.
- ▶ Ο τρόπος και το περιβάλλον εκτροφής του (με πρόσβαση σε υπαίθριο χώρο βόσκησης, τηρουμένων αυστηρά των κανόνων ευζωίας των πτηνών) συμβάλλουν αποτελεσματικά στην υψηλή φυσική άμυνα του οργανισμού του Κοτόπουλου Ελεύθερης Βοσκής.
- ▶ Είναι υψηλής διατροφικής αξίας, με υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνη.
- ▶ Έχει έντονη γεύση και άρωμα, διαφοροποιώντας το γευστικά και θρεπτικά.
- ▶ Φέρει το Βραβείο Ανώτερης Γεύσης.



Η νόστιμη και υγιεινή επιλογή



ΝΕΟ
ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ!

Ιωαννίνων 97
ΑΝΑΤΟΛΗ



ΚΟΜΒΟΣ
ΓΝΩΣΗΣ

Βιβλιοπωλείο
Χαρτικά
Παιχνίδια
Service H/Y

ΦΩΤΟΤΥΠΙΕΣ
ΕΚΤΥΠΩΣΕΙΣ
ΧΑΡΤΙΚΑ
ΕΙΔΗ ΑΡΧΕΙΟΘΕΤΗΣΗΣ
ΕΝΤΥΠΑ
ΣΧΟΛΙΚΑ ΕΙΔΗ
ΤΣΑΝΤΕΣ

ΚΑΣΕΤΙΝΕΣ
ΒΙΒΛΙΑ
ΒΟΗΘΗΜΑΤΑ
ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ
ΠΑΙΔΙΚΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ
SERVICE ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΑ

ΑΝΑΛΩΣΙΜΑ
GAMING
ΗΧΕΙΑ - ΑΚΟΥΣΤΙΚΑ
ΕΙΔΗ ΔΩΡΩΝ
ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ
LEGO
PLAYMOBIL

ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ
STEM
ΕΙΔΗ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ
ΑΚΡΥΛΙΚΑ
ΚΑΜΒΑΔΕΣ
ΚΑΒΑΛΕΤΑ

Καρδαμίτσια
Φιλικής Εταιρείας 2Α
26510 - 25577

Ανατολή
Ιωαννίνων 97
26511 - 81380

Eshop: KomvosGnosis.gr



Τέλη κυκλοφορίας: Νέα προθεσμία πληρωμής



Δύο μήνες παράταση για την πληρωμή των τελών κυκλοφορίας προανήγγειλε ο υπουργός Οικονομικών, Χρήστος Σταϊκούρας.

Η προθεσμία πληρωμής θα ισχύσει έως το τέλος Φεβρουαρίου 2023.

Εκτύπωση τελών κυκλοφορίας
Μπαίνουν στην εφαρμογή MyCar της ΑΑΔΕ.

Πατάτε την επιλογή «ΕΙΣΟΔΟΣ ΣΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ».

Εισάγετε τους κωδικούς του Taxisnet και μετά πατάτε ΣΥΝΔΕΣΗ.

Μετά πατάτε το «Τέλη Κυκλοφορίας Οχημάτων».

Επιλέγετε το «Ειδοποιητήρια Τελών Κυκλοφορίας Οχημάτων».

Επιβεβαιώνετε ότι ο ΑΦΜ και το έτος (2023) που εμφανίζονται είναι τα σωστά

να το εκτυπώσετε.

Εκτύπωση τελών κυκλοφορίας χωρίς του κωδικούς Taxis της ΑΑΔΕ

Εκτός από την πρόσβαση στην πλατφόρμα mycar, μπορείτε να εκτυπώσετε τα τέλη κυκλοφορίας μέσω της πλατφόρμας της ΑΑΔΕ. Σε αυτή δεν χρειάζεται να κάνετε χρήση των κωδικών TAXISnet. Απλώς θα καταχωρήσετε το ΑΦΜ, τον αριθμό κυκλοφορίας του οχήματος και το έτος των τελών κυκλοφορίας, δηλαδή το 2023.

Ποιοι «γλιτώνουν» τα τέλη κυκλοφορίας 2023

Όσα αυτοκίνητα είχαν ταξινομηθεί στην Ελλάδα έως 31 Οκτωβρίου 2010 θα καταβάλουν τέλη κυκλοφορίας με βάση τον κυβισμό τους.

Για τα οχήματα που κυκλοφόρησαν μετά την 1η Νοεμβρίου 2010 η πληρωμή γίνεται

και στη συνέχεια εισάγετε τον αριθμό κυκλοφορίας του οχήματος. Πατάτε πάνω στο «Ειδοποιητήριο Τελών Κυκλοφορίας» προκειμένου να σώσετε το αρχείο στο κινητό ή σε κάποιον υπολογιστή, όπου στη συνέχεια μπορείτε

με βάση τις εκπομπές CO2 που αναγράφονται στην άδεια κυκλοφορίας, ενώ όσα καταγράφουν τις χαμηλότερες τιμές απαλλάσσονται πλήρως -κάτω από 90 ή 122 g/km, αναλόγως χρονολογίας.
Τέλη κυκλοφορίας 2023: Τι πρέπει να πληρώσετε

Ταξινόμηση 1.11.2010 – 31.12.2020

0-90 εκπομπές CO2: 0
91-100 εκπομπές CO2: 0,90 ευρώ / γραμ.
101-120 εκπομπές CO2: 0,98 ευρώ / γραμ.
121-140 εκπομπές CO2: 1,20 ευρώ / γραμ.
141-160 εκπομπές CO2: 1,85 ευρώ / γραμ.
161-180 εκπομπές CO2: 2,45 ευρώ / γραμ.
181-200 εκπομπές CO2: 2,78 ευρώ / γραμ.
201-250 εκπομπές CO2: 3,05 ευρώ / γραμ.
251 εκπομπές CO2 και άνω: 3,72 ευρώ / γραμ.

Ταξινόμηση 1.1.2021 έως σήμερα

0-122 κυβικά: 0
123-139 εκπομπές CO2: 0,64 ευρώ / γραμ.
140-166 εκπομπές CO2: 0,70 ευρώ / γραμ.
167-208 εκπομπές CO2: 0,85 ευρώ / γραμ.
209-224 εκπομπές CO2: 1,87 ευρώ / γραμ.
225-240 εκπομπές CO2: 2,20 ευρώ / γραμ.
241-260 εκπομπές CO2: 2,50 ευρώ / γραμ.
261-280 εκπομπές CO2: 2,70 ευρώ / γραμ.
281 εκπομπές CO2 και άνω: 2,85 ευρώ / γραμ.

Ταξινόμηση έως 31.12.2020

0-300 κυβικά: 22 ευρώ
301-785 κυβικά: 55 ευρώ

786-1.071 κυβικά: 120 ευρώ
1.072-1.357 κυβικά: 135 ευρώ
1.358-1.548 κυβικά: 225 ευρώ
1.549-1.738 κυβικά: 250 ευρώ
1.739-1.928 κυβικά: 280 ευρώ
1.929-2.357 κυβικά: 615 ευρώ
2.358-3.000 κυβικά: 820 ευρώ
3.001-4.000 κυβικά: 1.025 ευρώ
4.001 κυβικά και άνω: 1.230 ευρώ

Ταξινόμηση 1.1.2001 – 31.12.2005

0-300 κυβικά: 22 ευρώ
301-785 κυβικά: 55 ευρώ
786-1.071 κυβικά: 120 ευρώ
1.072-1.357 κυβικά: 135 ευρώ
1.358-1.548 κυβικά: 240 ευρώ
1.549-1.738 κυβικά: 265 ευρώ
1.739-1.928 κυβικά: 300 ευρώ
1.929-2.357 κυβικά: 630 ευρώ
2.358-3.000 κυβικά: 840 ευρώ
3.001-4.000 κυβικά: 1.050 ευρώ
4.001 κυβικά και άνω: 1.260 ευρώ

Ταξινόμηση 1.1.2006 – 31.10.2010

0-300 κυβικά: 22 ευρώ
301-785 κυβικά: 55 ευρώ
786-1.071 κυβικά: 120 ευρώ
1.072-1.357 κυβικά: 135 ευρώ
1.358-1.548 κυβικά: 255 ευρώ
1.549-1.738 κυβικά: 280 ευρώ
1.739-1.928 κυβικά: 320 ευρώ
1.929-2.357 κυβικά: 690 ευρώ
2.358-3.000 κυβικά: 920 ευρώ
3.001-4.000 κυβικά: 1.150 ευρώ
4.001 κυβικά και άνω: 1.380 ευρώ

Η ιστορία των πυραύλων S-400 της Τουρκίας



Γράφει ο: Αντώνης Βασιλείου

Ο Αντώνης Βασιλείου είναι Αντιπρόεδρος (εα), Διπλωματούχος Πολιτικός Μηχανικός, MSc Επιχειρησιακός Ερευνητής, τ. Σύμβουλος ΟΑΣΕ επί Συμβατικών Εξοπλισμών και τ. Μελετητής των Συστημάτων Διοικήσεως και Ελέγχου Πληροφοριών του NATO (www.antoniosvasileiou.gr).



Τουρκία. Η Αγκυρα όχι μόνο αποβλήθηκε από το παγκόσμιο πρόγραμμα F-35 Joint Strike Fighter αλλά υπέστη και μια σειρά κυρώσεων, εμπάργκο και περιορισμούς στην προμήθεια αμυντικών ειδών από τις ΗΠΑ και άλλους συμμάχους του NATO.

Η τουρκική αμυντική βιομηχανία επρόκειτο να επωφεληθεί πάρα πολύ από το πρόγραμμα F-35 όσον αφορά τη μεταφορά τεχνολογίας και την πώληση ανταλλακτικών. Περίπου 1.000 εξαρτήματα για μαχητικά αεροσκάφη F-35 κατασκευάζονταν από διάφορες τουρκικές εταιρείες, έως ότου οι ΗΠΑ και οι εταίροι τους αποφάσισαν να τα προμηθευτούν από άλλες χώρες μετά την αγορά των ρωσικών πυραύλων από την κυβέρνηση Ερντογάν. Η Τουρκία έχασε επίσης σχεδόν 11 δισεκατομμύρια δολάρια που περίμενε να κερδίσει από την πώληση αυτών των ανταλλακτικών.

Τον Αύγουστο του 2022, Ρώσοι αξιωματούχοι ισχυρίστηκαν ότι η Τουρκία είχε υπογράψει για την αγορά άλλης μια παρτίδας πυραύλων S-400, αλλά αυτός ο ισχυρισμός δεν επιβεβαιώθηκε από την Αγκυρα, η οποία δήλωσε ότι δεν είχαν γίνει νέες συμφωνίες για την αγορά νέων πυραύλων. Οι ΗΠΑ έχουν επανειλημμένα προειδοποιήσει την Τουρκία ότι η ενεργοποίηση των πυραύλων S-400 ή η αγορά μιας δεύτερης παρτίδας θα προκαλούσε αυστηρότερες κυρώσεις βάσει του νόμου για την αντιμετώπιση των αντιπάλων της Αμερικής μέσω κυρώσεων (CAATSA). Στις 14 Δεκεμβρίου 2020 οι ΗΠΑ επέβαλαν κυρώσεις στην Προεδρία της Αμυντικής Βιομηχανίας της Τουρκίας (Sanayii Bakanligi, SSB) και σε ορισμένους από τους κύριους αξιωματούχους της σχετικά με την προμήθεια S-400.

Το Γραφείο Ελέγχου Ξένων Περιουσιακών Στοιχείων του Υπουργείου Οικονομικών των ΗΠΑ (OFAC) πρόσθεσε τον Πρόεδρο SSB İsmail Demir, τον Αντιπρόεδρο SSB Faruk Yigit, τον Serhat Gençoglu, επικεφαλής του Τμήματος Αεράμυνας και Διαστήματος του SSB και τον Mustafa Alper Deniz, διευθυντή προγράμματος για την Περιφερειακή Αεροπορία του SSB Διεύθυνση Αμυντικών Συστημάτων, στη «Λίστα Ειδικών Προσορισμένων Υπηκόων και Αποκλεισμένων Προσώπων».

Οι κυρώσεις παγώνουν τα περιουσιακά στοιχεία των τεσσάρων αξιωματούχων στις δικαιοδοσίες των ΗΠΑ και απαγορεύουν την είσοδό τους στις ΗΠΑ. Περιλαμβάνουν επίσης απαγόρευση για τις περισσότερες άδειες εξαγωγής και άδειες προς τον οργανισμό.

Ας πρέρσε ο κατά φαντασίαν χαλίφης.

παλιοσίδερα.

Το σύστημα S-400 απαιτεί χρόνο μεταφοράς για την ανάπτυξη και περίπου 30 λεπτά σύμφωνα με το εγχειρίδιο για να είναι σε ετοιμότητα μάχης στην τοποθεσία όπου αναπτύχθηκε. Όλα είναι έτοιμα, οπότε δεν υπάρχει κανένα πρόβλημα κατά τον Akar.

Όταν τέθηκαν παρόμοια ερωτήματα από την ίδια επιτροπή ένα χρόνο νωρίτερα, ο Akar επικαλέστηκε «κρατικά μυστικά» και είπε ότι δεν θα αποκαλύψει λεπτομέρειες για τους ρωσικούς πυραύλους.

Η Τουρκία και η Ρωσία υπέγραψαν σύμβαση στις 11 Απριλίου 2017 για δύο συστήματα S-400 αξίας περίπου 2,5 δισεκατομμυρίων δολαρίων. Η πρώτη παράδοση συστοιχιών πυραύλων S-400 ξεκίνησε στις 12 Ιουλίου 2019 και ολοκληρώθηκε τον Σεπτέμβριο του 2019, χωρίς να παρασχεθεί στην Τουρκία καμία μεταφορά τεχνολογίας. Η Ρωσία απλώς έστειλε τις δύο συστοιχίες S-400 και περισσότερους από 120 πυραύλους μεγάλου βεληνεκούς ως μέρος της συμφωνίας μαζί με εμπειρογνώμονες για την εκπαίδευση Τούρκων στρατιωτών σχετικά με τον τρόπο λειτουργίας τους. Η δεύτερη παρτίδα δεν έχει ακόμη παραδοθεί.

Η επιμονή της κυβέρνησης του Προέδρου Ρετζέπ Ταγίπ Ερντογάν να προχωρήσει στην απόκτηση των ρωσικών όπλων είχε υψηλό κόστος για την



ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΑ ΑΥΓΑ

ΑΥΓΑ ΜΕ ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΣ

Με αφηγήρια τα Ιωάννινα το 1962, η Πτηνοτροφική Ιωαννίνων, μια εταιρία ομίγος οικογενειακή, εξελίχθηκε σε μία από τις μεγαλύτερες πτηνοτροφικές επιχειρήσεις της Ελλάδας. Για πάνω από 50 χρόνια, με αφοσίωση στη δουλειά μας και σεβασμό στον καταναλωτή, προσφέρουμε σε κάθε ελληνικό νοικοκυριό, φρέσκα αυγά από κότες ταισμένες με αγνές πρώτες ύλες.

Εφαρμόζοντας τους αυστηρούς κανόνες υγιεινής και ελέγχους σε κάθε στάδιο της παραγωγής, κτιζουμε μέρα με τη μέρα μια σχέση εμπιστοσύνης με τους καταναλωτές.

Το 2010 ξεκίνησε η κυκλοφορία στην ελληνική αγορά των αυγών με την επωνυμία «Ηπειρώτικα Αυγά», με την ίδια ποιότητα και γεύση αλλά με νέους κωδικούς και νέες συσκευασίες:

Medium Large Extra Large Παιδικό
 Αχυρώνα Ημέρας Με σεληνίο

...και το 1ο παστεριωμένο 100% ασπράδι αυγού, στο ψυγείο!

πινόδος

Νικολέτα Ε. Φρίγκα
Κιν.: 6942 952923

Ασφαλιστική Σύμβουλος Ζωής & Σύνταξης
MSc Τμήμα Οικονομικών Επιστημών
Πανεπιστημίου Ιωαννίνων

Β. Πυρσινέλλα 21, Ιωάννινα 2ος όροφος
Τηλ.: 26510 23598 | Fax: 26510 31477
E-mail: nikoleta_frigka@hotmail.com
www.asfaleies-ioannina.gr

Καντζέλης Σωτήρης

-----ΕΜΠΟΡΙΑ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ-----

7ο χλμ. Ιωαννίνων - Αθηνών

Κιν. 6944 022 430
Τηλ. 26510 92960

IMPORT EXPORT

kantzelissotirios@gmail.com

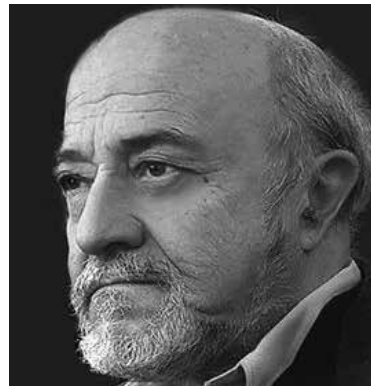
Leonidas Bakery

snacks & coffee

ο Σικός σου φούρνος

ΔΩΔΟΝΗΣ 173 • Τ. 26510 48850

Facebook: Fournos Tzimogianni Leonidas/bakery
Instagram: bakery_leonidas_tzimogiannis



Arhro του Αριστείδη Παπαμιχαήλ Οικονομολόγος – Σύμβουλος Διοίκησης Επιχειρήσεων

Μεγάλωση στα Κάτω Πατήσια της Αθήνας, στη Πλατεία Κολιάτσου, αρχικά σε ένα σοκάκι πλάι από το Ράδιο Σίτυ και στη συνέχεια σε ένα στενό ακριβώς απέναντι από το θέατρο Άννα Μαρία Καλουτά, που ήταν δίπλα από το Ράδιο Σίτυ. Μοναδικός δρόμος στρωμένος με άσφαλο τότε η Λεωφόρος Πατησίων, που δεν ήταν φαρδύτερη από ένα σημερινό συνοικιακό δρόμο! Ήταν όμως «Λεωφόρος»!

στη γειτονιά, το ένα το φορτηγάκι του κυρ Γιάννη του Καραγιάννη του γαλατά και το άλλο του παιχτιέρα του Νίκου του έμπορου, μια γερμανική μαύρη μέρσεντς της δεκαετίας του 40 με φλας που «έβγαιναν» στο πλάι, από τα μεσαία κολωνάκια της καμπίνας με τίζες! Ήταν ο πλούσιος της γειτονιάς βλέπετε με την μονώροφη μονοκατοικία!

Εμείς οι «άλλοι» με τα πολυφορεμένα παπούτσια, με αλλαγμένες δύο – τρεις φορές τις σόλες (και με κάπι σαν πέταλο μπροστά στη μύτη!), ραμμένα αμέτρητες φορές στο πλάι (κλέφτης θα γινόταν ο κυρ΄ Ασημάκης ο τσαγκάρης;) και με τα παντελονάκια με τις τράντες που κάθε χρόνο κατεβάζαμε το στρίψωμα και κατεβάζαμε τα κουμπιά απ' τις τράντες (όχι, τις ραφές στο πλάι δεν τις ανοίγαμε κάθε χρόνο, μαντέψτε όμως γιατί!), να αλωνίζουμε στα σοκάκια και στις αλάνες και να παίζουμε μέρα νύχτα όταν δεν είχαμε σχολείο! Αλλά και σχολείο να είχαμε πάλι βρίσκαμε χρόνο για παιχνιδιά!

Κι όταν περνούσε το μεσημέρι η υπηρέτρια από την επαρχία («δούλα» την έλεγαν τότε) που πήγαινε το ταψί με το ψητό κρέας και τις πατάτες, από το φούρνο της γειτονιάς στον πλούσιο γείτονα, τρέχαμε από πίσω μυρίζοντας την κνίσα και λέγοντας «μμμμ... τσι τσι»!!!

Αυτά και άλλα πολλά, ας μπορούμε όμως στο θέμα μας. Η γειτονιά τότε είχε και τους χαρακτηριστικούς, ξεχωριστούς τύπους, κάποιιοι από αυτούς γραφικοί και κάποιιοι που «μάγευαν» εμάς τα παιδιά με την καταποσύνη τους όπως τον πλανόδιο πραγματευτή, και τον τυροπιτά που περνούσε κάθε μέρα με τη γυάλινη θερμαινόμενη με κάρβουνα μινι βιτρίνα που είχε μέσα τις τυρόπιτες!

Τι ήταν αυτό όμως που τους έκανε «ξεχωριστούς»; Για να δούμε! Ο πραγματευτής είχε έναν πτυσόμενο πάγκο πάνω στον οποίο είχε απλωμένα ένα σωρό μικροαντικείμενα, σκεύη, εργαλεία, ακόμα και παιχνιδιά με μπαταρίες, τα οποία διαλαλούσε στη γειτονιά : «οτι πάρετε ένα τάλιρο, οτι πάρετε ένα τάλιρο, τ' αφεντικό τρελάθηκε, τα δίνει όλα τζάμπα, πάρε κόσμε, τ' αφεντικό τρελάθηκε σας λέω»! Βέβαια δεν είχαν όλα «ένα τάλιρο» αλλά αυτό διαλαλούσε! Όταν λοιπόν εσύ έπιανες αυτό που ήθελες ο πραγματευτής σου έλεγε αυστηρά: «άστο κάτω αυτό, έχει δύο (ή τρία) τάλιρα»! Φυσικά εάν το χρειάζοσουν, το αγοράζεις και ας μην έκανε «ένα τάλιρο»!

Ο τυροπιτάς πάλι διαφήμιζε την πραγματεια του λέγοντας «δύο φράγκα η τυρόπιτα και το δίφραγκο πίσω»! Κανονικά οι τυρόπιτες έκαναν τότε μιάμιση δραχμή (μια δραχμή είχε το κουλούρι με σουσάμι), αλλά εμείς οι «πονηροί» πηγαίναμε σε αυτόν και δίναμε δύο δραχμές για να πάρουμε το δίφραγκο ... πίσω! Αυτός βεβαίως με ένα φτηνό ταχυδακτυλουργικό κόλπο παίρνοουμε πως είναι ο ίδιος ο Μανωλιός που άλλαξε απλώς και έβαλε τα ρούχα του αλλιώς!

Ανάπτυξη λοιπόν στην Ελλάδα αδελφια, μας λέει η κυβέρνηση και αυτό μας εντυπωσίαζε και ψάχναμε να βρούμε πως το κάνει. Και δωσ' του δίφραγκα «για να τα πάρουμε» πίσω κάποια φορά! Που δεν ήρθε ποτέ όμως τελικά!

Σήμερα δεν υπάρχει πια τίποτα από όλα αυτά! Πάει η γειτονιά, πάνε οι τριανταφυλλιές, πάει και η καλημέρα! Πάνε και τα παιχνιδιά στα σοκάκια και στις αλάνες, πάνε και αυτοί οι χαρακτηριστικοί τύποι! Δεν κυκλοφορούν πλέον στις γειτονιές, αναβαθμίστηκαν και μαζεύτηκαν όλοι στη ... Βουλή!

Ναι! Πραγματευτάδες και γυρολόγοι είναι όλοι οι μετέχοντες στην κομματικοποιημένη πολιτική ζωή της χώρας μας από τη μεταπολίτευση και έκτοτε! Άλλοι με μεγάλα μέγ για να πάρουμε το δίφραγκο ... πίσω! Αυτός βεβαίως με ένα φτηνό ταχυδακτυλουργικό κόλπο παίρνοουμε πως είναι ο ίδιος ο Μανωλιός που άλλαξε απλώς και έβαλε τα ρούχα του αλλιώς!

Ανάπτυξη λοιπόν στην Ελλάδα αδελφια, μας λέει η κυβέρνηση και αυτό μας εντυπωσίαζε και ψάχναμε να βρούμε πως το κάνει. Και δωσ' του δίφραγκα «για να τα πάρουμε» πίσω κάποια φορά! Που δεν ήρθε ποτέ όμως τελικά!

Τ' αφεντικό τρελάθηκε και το δίφραγκο πίσω!

δύσεις και επενδυτές! Και μη νομίζετε πως θα σταματήσουν στα ακριβά ακίνητα! Παράγκα για παράγκα δεν θα αφήσουν που να μην αρπάζουν! Έξωθεν οι εντολές βλέπετε! Ημέτεροι οι «εκτελεστές»!

Ανάπτυξη από ποιους και για ποιους όταν μιλάμε για μια Ελλάδα που δεν ξέρουμε σε ποια χέρια θα βρίσκεται μετά από 10 χρόνια; Ειδικά η Βόρεια / Βορειοανατολική Ελλάδα και τα νησιά μας του Ανατολικού / Βορείου Αιγαίου; Μπάτε σκύλοι αλέστε κι αλεστικά μη δίνετε! Οτι πάρετε ένα τάλιρο, τ' αφεντικό τρελάθηκε, τα δίνει όλα τζάμπα, πάρε κόσμε!

Οι νέοι και οι επιστήμονες της χώρας μας, τα αδέρφια μας που διαθέτουν ζητούμενες έξω γνώσεις και δεξιότητες, επενδύουν οπουδήποτε εκτός Ελλάδας. Φεύγουν οριστικά, αφήνοντας πίσω τους μια χώρα σε αυξανόμενο ρυθμό κατάρρευσης. Κατάρρευσης ηθικής, κοινωνικής, οικονομικής, πολιτιστικής, δημογραφικής αλλά και εθνικής δυστυχώς.

Τώρα που μια 15ετία και πλέον τώρα, μας τις βαφτίζουν επενδύσεις και επενδυτές! Ασε που και τότε ακόμα θα χρωστούσαμε, εάν συνεχίζαμε να υπάρχουμε ως χώρα και ως γηγενείς πολίτες (οι ελληνοποιοούμενοι για ... ενενήντα εννέα χρόνια, στο «Υπερταμείο» το οποίο δεν ελέγχεται και δεν δίνει λογαριασμό σε κανέναν! Και φυσικά το Υπερταμείο μπορεί να τα κάνει ότι θέλει, να τα πωλήσει, να τα μισθώσει και τα έσοδα πάνε για το ... χρέος! Το χρέος που σκόπιμα δημιούργησαν οι ίδιοι!

Και στο τέλος να μην μείνει απολύτως τίποτα για επιστροφή! Άσε που και τότε ακόμα θα χρωστούσαμε, εάν συνεχίζαμε να υπάρχουμε ως χώρα και ως γηγενείς πολίτες (οι ελληνοποιοούμενοι για ... ενενήντα εννέα χρόνια, στο «Υπερταμείο» το οποίο δεν ελέγχεται και δεν δίνει λογαριασμό σε κανέναν! Και φυσικά το Υπερταμείο μπορεί να τα κάνει ότι θέλει, να τα πωλήσει, να τα μισθώσει και τα έσοδα πάνε για το ... χρέος! Το χρέος που σκόπιμα δημιούργησαν οι ίδιοι!

Και στο τέλος να μην μείνει απολύτως τίποτα για επιστροφή! Άσε που και τότε ακόμα θα χρωστούσαμε, εάν συνεχίζαμε να υπάρχουμε ως χώρα και ως γηγενείς πολίτες (οι ελληνοποιοούμενοι για ... ενενήντα εννέα χρόνια, στο «Υπερταμείο» το οποίο δεν ελέγχεται και δεν δίνει λογαριασμό σε κανέναν! Και φυσικά το Υπερταμείο μπορεί να τα κάνει ότι θέλει, να τα πωλήσει, να τα μισθώσει και τα έσοδα πάνε για το ... χρέος! Το χρέος που σκόπιμα δημιούργησαν οι ίδιοι!

Και στο τέλος να μην μείνει απολύτως τίποτα για επιστροφή! Άσε που και τότε ακόμα θα χρωστούσαμε, εάν συνεχίζαμε να υπάρχουμε ως χώρα και ως γηγενείς πολίτες (οι ελληνοποιοούμενοι για ... ενενήντα εννέα χρόνια, στο «Υπερταμείο» το οποίο δεν ελέγχεται και δεν δίνει λογαριασμό σε κανέναν! Και φυσικά το Υπερταμείο μπορεί να τα κάνει ότι θέλει, να τα πωλήσει, να τα μισθώσει και τα έσοδα πάνε για το ... χρέος! Το χρέος που σκόπιμα δημιούργησαν οι ίδιοι!

Και στο τέλος να μην μείνει απολύτως τίποτα για επιστροφή! Άσε που και τότε ακόμα θα χρωστούσαμε, εάν συνεχίζαμε να υπάρχουμε ως χώρα και ως γηγενείς πολίτες (οι ελληνοποιοούμενοι για ... ενενήντα εννέα χρόνια, στο «Υπερταμείο» το οποίο δεν ελέγχεται και δεν δίνει λογαριασμό σε κανέναν! Και φυσικά το Υπερταμείο μπορεί να τα κάνει ότι θέλει, να τα πωλήσει, να τα μισθώσει και τα έσοδα πάνε για το ... χρέος! Το χρέος που σκόπιμα δημιούργησαν οι ίδιοι!

Και στο τέλος να μην μείνει απολύτως τίποτα για επιστροφή! Άσε που και τότε ακόμα θα χρωστούσαμε, εάν συνεχίζαμε να υπάρχουμε ως χώρα και ως γηγενείς πολίτες (οι ελληνοποιοούμενοι για ... ενενήντα εννέα χρόνια, στο «Υπερταμείο» το οποίο δεν ελέγχεται και δεν δίνει λογαριασμό σε κανέναν! Και φυσικά το Υπερταμείο μπορεί να τα κάνει ότι θέλει, να τα πωλήσει, να τα μισθώσει και τα έσοδα πάνε για το ... χρέος! Το χρέος που σκόπιμα δημιούργησαν οι ίδιοι!

Και στο τέλος να μην μείνει απολύτως τίποτα για επιστροφή! Άσε που και τότε ακόμα θα χρωστούσαμε, εάν συνεχίζαμε να υπάρχουμε ως χώρα και ως γηγενείς πολίτες (οι ελληνοποιοούμενοι για ... ενενήντα εννέα χρόνια, στο «Υπερταμείο» το οποίο δεν ελέγχεται και δεν δίνει λογαριασμό σε κανέναν! Και φυσικά το Υπερταμείο μπορεί να τα κάνει ότι θέλει, να τα πωλήσει, να τα μισθώσει και τα έσοδα πάνε για το ... χρέος! Το χρέος που σκόπιμα δημιούργησαν οι ίδιοι!

Και στο τέλος να μην μείνει απολύτως τίποτα για επιστροφή! Άσε που και τότε ακόμα θα χρωστούσαμε, εάν συνεχίζαμε να υπάρχουμε ως χώρα και ως γηγενείς πολίτες (οι ελληνοποιοούμενοι για ... ενενήντα εννέα χρόνια, στο «Υπερταμείο» το οποίο δεν ελέγχεται και δεν δίνει λογαριασμό σε κανέναν! Και φυσικά το Υπερταμείο μπορεί να τα κάνει ότι θέλει, να τα πωλήσει, να τα μισθώσει και τα έσοδα πάνε για το ... χρέος! Το χρέος που σκόπιμα δημιούργησαν οι ίδιοι!



Δώρα στους μαθητές από τον Δήμο Δωδώνης



Μια όμορφη χριστουγεννιάτικη γιορτή αφιερωμένη στους μαθητές του Δήμου Δωδώνης διοργάνωσε όπως κάθε χρόνο, η δημοτική αρχή. Φέτος, για την πραγματοποίηση της εκδήλωσης, συνεργάστηκαν η Σχολική Επιτροπή του Δήμου Δωδώνης, το Κέντρο Δημιουργικής Απασχόλησης

(ΚΔΑΠ), το Πνευματικό Κέντρο του Δήμου Δωδώνης και η θεατρική του ομάδα «Δωδωναία Σκηνή». Στη γιορτή πήραν μέρος όλοι οι μαθητές από τα δημοτικά σχολεία Επισκοπικού, Αβγού, Κρυφοβού, Μουσιωτίσας, Ρωμανού και από τα νηπιαγωγεία Κρυφοβού

και Μουσιωτίσας. Οι μαθητές μετακινήθηκαν προς και από το Δημαρχείο με λεωφορεία που μίσθωσε η Σχολική Επιτροπή.

Τα παιδιά, με την καθοδήγηση των εκπαιδευτικών του ΚΔΑΠ, κατασκεύασαν χριστουγεννιάτικα στολίδια, με τα οποία στόλισαν το χριστουγεννιάτικο δέντρο του Δημαρχείου, υπό τους ήχους τραγουδιών.

Βασίλης έκανε την εμφάνισή του, ενθουσιάζοντας τους μικρούς μαθητές και τους μοίρασε δώρα και ευχές. Η γιορτή φιλοξενήθηκε στην αίθουσα του δημοτικού συμβουλίου, η οποία ήταν γεμάτη από χριστουγεννιάτικα στολίδια και φωτάκια, με όμορφες μουσικές, για να υποδεχτεί τους μικρούς μαθητές σε μια εορταστική και ζεστή ατμόσφαιρα.

Η εκδήλωση ολοκληρώθηκε με κέρασματα, μελομακάρονα, κουραμπιέδες και χυμούς και τα παιδιά έφυγαν από το Δημαρχείο με την πιο γλυκιά γεύση. Σε δήλωσή του για τη χριστουγεννιάτικη αυτή γιορτή, ο Δήμαρχος Δωδώνης κ. Χρήστος Ντακαλέτσης τόνισε: «Στα χρόνια του έντονου δημογραφικού προβλήματος για τη χώρα μας και της ερήμωσης των χωριών μας, αυτό που οφείλουμε να κάνουμε, ως τοπική αρχή, είναι να έχουμε... το νου μας στα παιδιά. Η σταθερή φροντίδα και συνεχής βελτίωση των σχολικών μας υποδομών είναι υποχρέωσή, το να κερδίσουμε το χαμόγελο των μαθητών του Δήμου μας χαρίζοντάς τους ένα μικρό δώρο, είναι χαρά μας».

Τρόφιμα αλληλεγγύης από τον Δήμο Δωδώνης

Ο Δήμος Δωδώνης, μέσω των κοινωνικών του δομών και συγκεκριμένα μέσω του Κέντρου Κοινότητας και του Προγράμματος «Βοήθεια στο Σπίτι», υλοποίησε κατά τη φετινή εορταστική περίοδο, μια από τις μεγαλύτερες δράσεις διανομής τροφίμων και ειδών πρώτης ανάγκης που έχει καταφέρει ποτέ τα τελευταία χρόνια. Χάρη στη συγκινητικά μεγάλη προσφορά σε προϊόντα των εταιρειών που ανταποκρίθηκαν στο κάλεσμα του Δήμου Δωδώνης, εορταστικά πακέτα διανεμήθηκαν σε συνολικά

209 ευάλωτα νοικοκυριά, δικαιούχους του Ελάχιστου Εγγυημένου Εισοδήματος, ΑμεΑ, μακροχρόνια ανέργους και οικογένειες με χαμηλά εισοδήματα που κατοικούν μόνιμα στις τέσσερις Δημοτικές Ενότητες του Δήμου Δωδώνης. Η δημοτική αρχή του Δήμου Δωδώνης εκφράζει θερμές και ειλικρινείς ευχαριστίες προς τις επιχειρήσεις που ανταποκρίθηκαν και φέτος στο αίτημα του Δήμου Δωδώνης για βοήθεια, συμβάλλοντας καθοριστικά στην επιτυχία και της φετινής δράσης. **Οι εταιρείες που προσέ-**

φεραν προϊόντα παραγωγής τους ή οικονομική βοήθεια είναι οι εξής: Α.Π.Σ.Ι. «ΠΙΝΔΟΣ» "Rainbow Water" ΒΙΚΟΣ Α.Ε. Μπλέτσας-Τεχνολογία Ζωοτροφών ΑΕ Μύλοι Ιωαννίνων «Ο Νεομάρτυς Γεώργιος», Ζωογράφου Τοσπανιδή και Υιοί ΟΕ Τζοβάρας Κ. και ΣΙΑ ΟΕ "The MART" ΜΙΝΕΡΒΑ ΑΕ – Εργαστήριο Ιωαννίνων Ζαγορίσιο Φύλλο Εργαστήριο Ιωαννίνων ΒιοLab Σε δήλωσή του ο Δήμαρ-

χος Δωδώνης κ. Χρήστος Ντακαλέτσης τονίζει: «Κάθε χρόνο, τέτοια εποχή, προσπαθούμε να σταθούμε με την ελάχιστη δυνατή βοήθεια, στους πιο αδύναμους συνδημότες μας, κάνοντας καλύτερες τις γιορτινές ημέρες τους. Χωρίς τη βοήθεια των επιχειρήσεων της περιοχής μας, αυτή η προσφορά δεν θα ήταν δυνατή. Η αλληλεγγύη μπορεί να μας κάνει πιο δυνατούς, μας κάνει σίγουρα πάντως πιο αισιόδοξους ότι μαζί θα ξεπεράσουμε τα δύσκολα. Εύχομαι σε όλους Χρόνια Πολλά και Καλή Χρονιά».



Η Τράπεζα Ηπείρου παρουσίασε τα αναπτυξιακά προϊόντα για την τοπική επιχειρηματικότητα στο Εμπορικό Επιμελητήριο Ιωαννίνων

Η Συνεταιριστική Τράπεζα Ηπείρου μετά από πρόσκληση του Εμπορικού Επιμελητηρίου Ιωαννίνων παρουσίασε τα χρηματοδοτικά εργαλεία που διαθέτει για τη στήριξη των επενδυτικών σχεδίων της τοπικής επιχειρηματικότητας, στο πλαίσιο της συνεργασίας της με την Ελληνική Αναπτυξιακή Τράπεζα και το Ευρωπαϊκό Ταμείο Επενδύσεων. Κατά τη διάρκεια της συνάντησης που πραγματοποιήθηκε, τη Δευτέρα, 19 Δεκεμβρίου 2022, παρουσίασαν οι δυνατότητες πρόσβασης που διαθέτουν οι μικρομεσαίες επιχειρήσεις στη χρηματοδότηση και συζητήθηκε ο αναπτυξιακός αντίκτυπος των επενδύσεων στην τοπική κοινωνία.

Η Τράπεζα Ηπείρου διευκολύνει την πρόσβαση των μικρομεσαίων επιχειρήσεων σε δανειακή χρηματοδότηση για τη στήριξη της καινοτομίας, της έρευνας και ανάπτυξης, της επιχειρηματικότητας και της οικονομικής μεγέθυνσης. Με μειωμένα επιτόκια, χαμηλότερες ή καθόλου εξασφαλίσεις, άμεση ρευστότητα, μεγάλη διάρκεια αποπληρωμής, αυξημένη περίοδος χάριτος και χαμηλές ή καθόλου προμήθειες

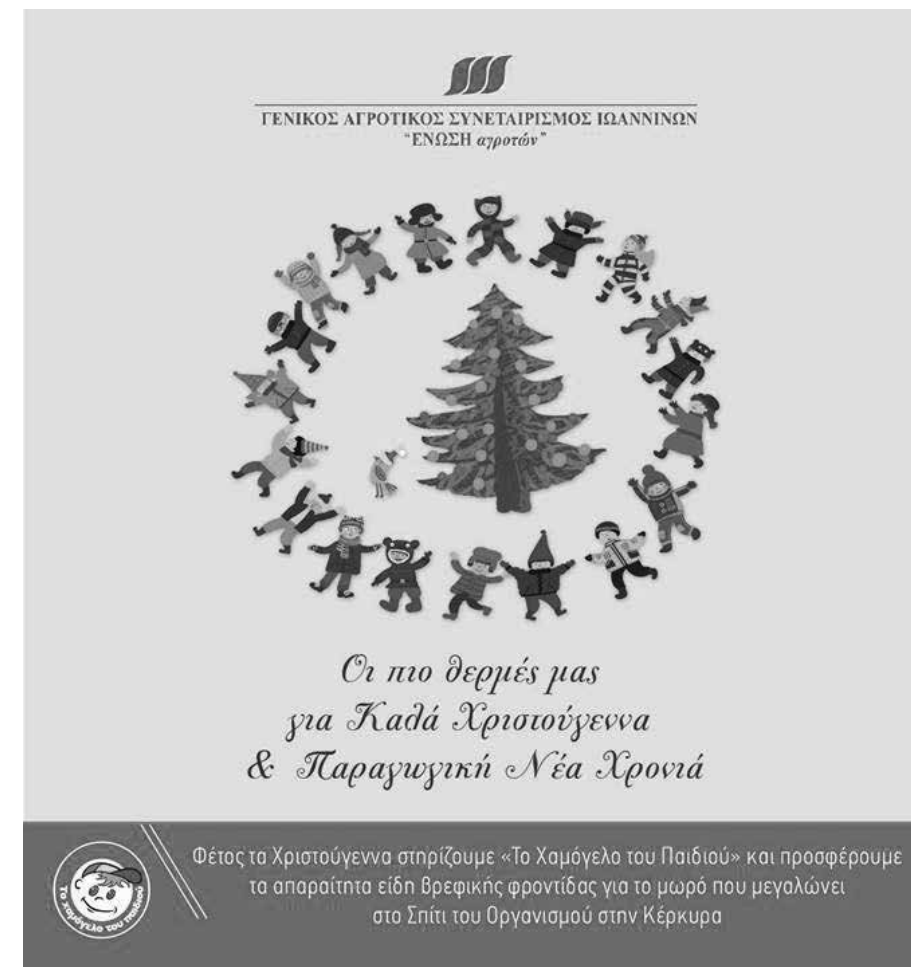
εγγύησης (επιχορηγούμενες), διασφαλίζει την αποδοτική χρήση των χρηματοδοτικών εργαλείων. Μαζί με τις ολοκληρωμένες συμβουλευτικές υπηρεσίες που προσφέρει, οι ΜμΕ έχουν τη δυνατότητα να αποκτήσουν όλα εκείνα τα χαρακτηριστικά που θα τις κάνουν ανταγωνιστικές και ικανές να πρωταγωνιστήσουν στις εγχώριες και διεθνείς αγορές.

Ο Ιωάννης Βουγιούκας, Διευθύνων Σύμβουλος της Συνεταιριστικής Τράπεζας Ηπείρου, δήλωσε σχετικά: «Η Ελληνική Αναπτυξιακή Τράπεζα προσφέρει μια διευρυμένη γκάμα εργαλείων χρηματοδότησης για την εξυπηρέτηση των επιχειρηματικών αναγκών με προνομιακούς όρους. Η Τράπεζα Ηπείρου συμμετέχει ενεργά στη δημιουργία σημαντικών επενδυτικών ευκαιριών για ένα μεγάλο εύρος επιχειρήσεων και οικονομικών κλάδων δραστηριοποίησης. Στόχος μας είναι να είμαστε ο πάροχος χρηματοοικονομικών υπηρεσιών πρώτης επιλογής για τις κοινότητές μας, υποστηρίζοντας τις δυναμικές επιχειρήσεις και τους επιχειρηματίες της Ηπείρου να αναλάβουν το μερίδιο της αναπτυξιακής προσπάθειας

που τους αναλογεί».

Ο Δημήτρης Δημητρίου, Πρόεδρος του Επιμελητηρίου Ιωαννίνων, ανέφερε: «Είναι σημαντικό για την επιχειρηματικότητα της περιοχής μας και της Ηπείρου συνολικότερα η παρουσία της Τράπεζας Ηπείρου. Οι δυο πλευρές θεωρούμε ότι μπορούμε να έρθουμε πιο κοντά για την ανάπτυξη της μικρομεσαίας επιχειρηματικότητας που αντιμετωπίζει προβλήματα ιδιαίτερα αυτή την εποχή και να αναπτύξουμε παράλληλα

με τα χρηματοδοτικά προγράμματα που τρέχουν και άλλα στοχευμένα, για κατηγορίες επαγγελματιών που ενδεχομένως δεν καλύπτονται από υφιστάμενα. Η συνεργασία μας είναι δεδομένη και έχει πραγματοποιηθεί ήδη μια συνάντηση με τα στελέχη της Τράπεζας και τον διευθύνοντα σύμβουλο κ. Ι. Βουγιούκα για να προγραμματίσουμε κοινές δράσεις πάντα με στόχο τη στήριξη της επιχειρηματικότητας».



ΞΕΝΟΔΟΜΗ
Κώστας Αντώνης
Δασολόγος 6944470026
Παπαγεωργίου Μιχάλης
Γεωπόνος 6974428308

ΦΥΤΑ - ΓΕΩΡΓΙΚΑ ΕΦΟΔΙΑ -
ΑΡΔΕΥΤΙΚΑ - ΕΡΓΑΛΕΙΑ

Συντηρήσεις Κήπων
Μελέτες - Κατασκευές
Απενοτάσεις
Μυοκτονίες

Αγ. Κοσμά 67 - Ιωάννινα | 7ο χλμ Ε.Ο. Ιωαννίνων-Αθηνών

ΠΡΑΤΗΡΙΟ ΥΓΡΩΝ ΚΑΥΣΙΜΩΝ bp

ΠΕΤΡΕΛΑΙΟ ΘΕΡΜΑΝΣΗΣ
ΠΛΥΝΤΗΡΙΟ
ΛΙΠΑΝΤΗΡΙΟ
ΑΞΕΣΟΥΡΑ **Γεώργιος Νάκας**

6,5 χλμ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ - ΚΟΝΙΤΣΑΣ
ΤΗΛ: 26510 70576 / 6946 063267

Clima Plus

ΠΕΤΡΟΥ ΜΙΧΑΗΛΗΣ
ΜΗΧΑΝΟΛΟΓΟΣ - ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ Τ.Ε
ΘΕΡΜΑΝΣΗ - ΠΙΣΙΝΕΣ - ΚΛΙΜΑΤΙΣΜΟΣ - ΗΛΙΑΚΑ
Δ. Παπαρηγοπούλου (Βλαχούστρα) Τηλ - Fax: 26510 49602
Κάτω Μάρμαρα - Ιωάννινα email: petroum@outlook.com

ΑΦΟΙ ΤΑΣΣΟΥ

Η έξυπνη λύση στο έπιπλο

ΕΚΘΕΣΕΙΣ **ΙΩΑΝΝΙΝΑ**
ΑΝΕΞΑΡΤΗΣΙΑΣ 52 ΤΗΛ.: (26510) 23.314
ΣΤΟΑ ΛΙΑΜΠΙΗ 11 FAX: (26510) 26.465
ΕΛΕΟΥΣΑ (Εναντι Λυκείου) ΤΗΛ.: (26510) 61.517

A.SOLDATOS
TRUCKS & TRAILERS

ΕΙΣΑΓΩΓΕΣ - ΕΞΑΓΩΓΕΣ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΩΝ
ΟΧΗΜΑΤΩΝ & ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ

ΕΠΑΡΧΙΑΚΗ ΟΔΟΣ ΜΠΑΦΑΣ - ΚΟΥΤΣΕΛΙΟΥ (1^ο Έξοδο Εγνατίας Οδού ΞΥΜΕΡΚΑ-ΚΑΤΕΚΑ)
τηλ.: 26510 94010, κιν.: 6977 440751
www.soldatotrucks.car.gr, e-mail: soldatotrucks@gmail.com

Εργαστήρι Εικαστικών Τεχνών

Ζωγραφίζω

Καποδιστριαίου 6 Ιωάννινα
τηλ.: 6948181772 • 26510 97287
www.zografizo.com

DHL

Παναγιώτα Οικονομίδη Ταχυμεταφορές
Πράκτορας Ιωαννίνων DHL EXPRESS HELLAS S.A

Κιν.: 0030 6977 318131 Δωδώνης 105
Τηλ.: 0030 26510 25044 45 221
Κιν.: 0030 6977 427745 Ιωάννινα, Ελλάδα
Φαξ: 0030 26510 25044 www.dhl.gr
email: dhlio@otenet.gr

DHL Express - Excellence. Simply Delivered

ΚΥΡΙΑΚΟΠΟΥΛΟΣ
ΕΛΑΣΤΙΚΑ • ΖΑΝΤΕΣ • ΑΜΟΡΤΙΣΕΡ

...Η ασφάλεια στην κίνηση...

ΔΩΔΟΝΗΣ 171 - ΙΩΑΝΝΙΝΑ
ΤΗΛ.: 26510 49624
email: elastika.kiriakopoulos@gmail.com
www.kiriakopoulos.gr.com

2023
Καλά Χριστούγεννα
και
ευτυχισμένο το νέο έτος!

Ο Προϊστάμενος & το Προσωπικό
του Τμήματος Τύπου και Επικοινωνίας Α.Π.Σ.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Αγροτικής
Οικονομίας

Χρόνια πολλά
και καλή χρονιά

Λεωνόρας Αυγενάκης
Υφυπουργός Πολιτισμού και Αθλητισμού

2023

Χρόνια Πολλά!
Χαρούμενα Χριστούγεννα
και μια Φιτεινή, Νέα Χρονιά!

Στέλιος
Κυρηουρόπουλος

Χρόνια πολλά, ευτυχισμένο το 2023.
Είναι στο χέρι μας να αλλάξει η ζωή μας.
Καλές Γιορτές!

Όλγα Γεροβασίλη

ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΔΗΜΟΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ

Ο Δήμαρχος Ηγουμενίτσας Ιωάννης Λώλος,
το Δημοτικό Συμβούλιο, οι Πρόεδροι & τα Μέλη των Κοινοτήτων
& το Προσωπικό του Δήμου Ηγουμενίτσας εύχονται σε όλους

Καλά Χριστούγεννα & Ευτυχισμένο το 2023

με χαμόγελα, υγεία & πίστη
για ένα καλύτερο αύριο!

e-Filoxenia

**ΝΕΑ
ΥΠΗΡΕΣΙΑ**

Θέλεις το δικό σου
e-shop αλλά έχεις
περιορισμένο budget?

ΕΧΟΥΜΕ ΤΗΝ ΛΥΣΗ

Επικοινωνήσε σήμερα
μαζί μας και απόκτησε
το δικό σου e-shop από
30€/μήνα

☎ 2651552656 🌐 www.e-filoxenia.com
✉ info@e-filoxenia.com

**Πιστεύουμε στην ανάπτυξη
της περιοχής μας και το
αποδεικνύουμε με πράξεις**

**ΦΑΡΜΑ
ΗΠΕΙΡΟΣ**

Στην ΗΠΕΙΡΟΣ ΑΕΒΕ, στον Αμμότοπο Άρτας, δημιουργήσαμε μια πρότυπη φάρμα αιγοπροβάτων, με στόχο την ανάπτυξη και μεταφορά τεχνογνωσίας στους Έλληνες κτηνοτρόφους. Πιστεύουμε στην πρωτογενή παραγωγή και το αποδεικνύουμε έμπρακτα, επενδύοντας στο σχεδιασμό βέλτιστων πρακτικών για την αύξηση της αποτελεσματικότητας των μονάδων τους.

ΗΠΕΙΡΟΣ

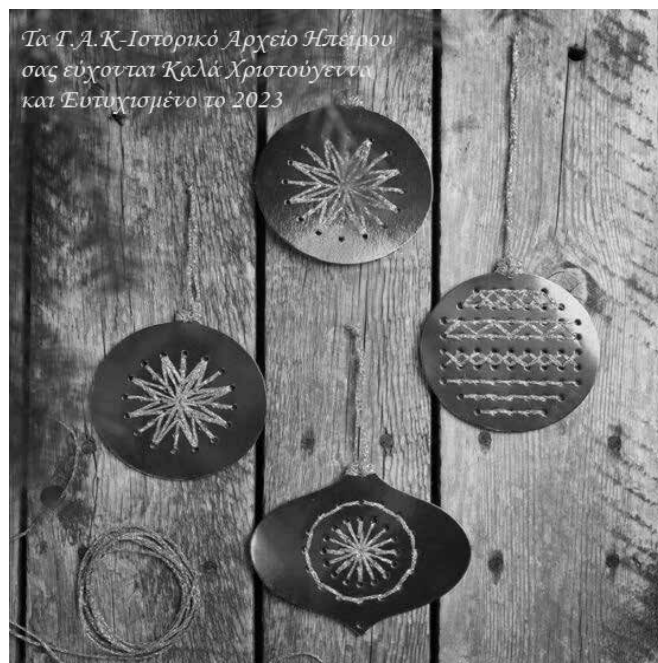


Η Διοίκηση και το προσωπικό της ΓΣΕΕ σας εύχονται

Χρόνια Πολλά & Ευδυσχημένο 2023 με Υγεία και Ευημερία!




Τα μέλη του Συμβουλίου Διοίκησης της Πανεπιστημίου Ιωαννίνων σας εύχονται Καλά Χριστούγεννα και υγεία, δημιουργικότητα και ειρήνη για το νέο έτος 2023




Το Γ.Α.Κ. Ιστορικό Αρχείο Ηλείου σας εύχονται Καλά Χριστούγεννα και Ευδυσχημένο 2023



Ευχόμαστε σε εσάς και στις οικογένειές σας καλές γιορτές, υγεία, τύχη, ευτυχία και πολλές όμορφες στιγμές να σας συνοδεύουν στην καινούρια χρονιά!!!

Πολιτιστικός Σύλλογος Κομιτάτο Πρέβεζας



Ο Δήμαρχος κ. Νικόλαος Καλονιζός, ο πρόεδρος και τα μέλη του Δημοτικού Συμβουλίου, οι πρόεδροι και τα μέλη των Τοπικών Κοινοτήτων καθώς και οι εργαζόμενοι στον Δήμο Ζηρού, εύχονται:

Καλά Χριστούγεννα και μία νέα χρονιά γεμάτη υγεία, αισιοδοξία και πρόοδο!

Χρόνια Ποβά!



Ο Πρύτανης του Πανεπιστημίου Ιωαννίνων Τριαντάφυλλος Ασημάκης και οι Αντιπρυτάνεις Μηνάς Πασόπουλος, Σπύρος Γεωργιάτος, Σταύρος Νικολόπουλος σας εύχονται Καλά Χριστούγεννα και Ευδυσχημένους ο Καινούργιος Χρόνος



ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΗ ΚΗΠΟΤΕΧΝΙΚΗ

ΚΟΚΟΡΔΑΤΟΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ

ΣΥΝΤΗΡΗΣΕΙΣ ΚΗΠΩΝ & ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ

+306972710591
+306936301001
akokordatos@gmail.com
N. Ζέρβα 81



ΘΩΜΑΣ Α. ΝΑΣΤΟΣ

- Μουσικά όργανα
- Επαγγελματικός Ήχος - Φωτισμός
- Μουσική Τεχνολογία
- Οπτικοακουστικά Συστήματα
- Hi Fi - Hi End
- Αναλώσιμα - Βιβλία Μουσικής
- Ηχητικά & Φωτιστικά Κάλυψη

ΝΑΠ. ΖΕΡΒΑ 78
TK 45332 - ΙΩΑΝΝΙΝΑ
τηλ. / fax: 26510 69493
κιν. 69 77 25 90 52
www.visionofsound.gr
info@visionofsound.gr

ΚΩΣΤΑΣ ΛΙΑΣ **ΥΛΙΚΑ ΟΙΚΟΔΟΜΩΝ**

ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΙΕΣ-ΕΜΠΟΡΙΟ

6^ο Χλμ. Ιωαννίνων - Αθηνών **Τηλ. 26510 92327 - 93036**

ΣΧΟΛΗ ΟΔΗΓΩΝ

ΝΤΟΣΤΑΣ ΣΠΥΡΟΣ

ΚΕΝΤΡΟ ΘΕΩΡΗΤΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Δ/νος: Δ. Χατζή 5 & Καλακίου
Αμπελόκηποι - Ιωάννινα
Τηλ/Fax: 26510 20216 Κιν.: 6945 468768

Γιατί η σωστή οδήγηση είναι πολιτισμός!

Pioneer TELEFUNKEN

- Tablet
- Laptop
- Τροφοδοτικά
- TV LED - LCD PLASMA - CTR
- AUDIO Pro Sound Service Home Cinema - HiFi Car Audio


ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΗ ΕΠΙΣΚΕΥΗ ΗΛΕΚΤΡΙΚΩΝ ΣΥΣΚΕΥΩΝ ΚΑΙ ΠΛΑΚΕΤΩΝ

Λέττας Γιώργος - Λέττας Περικλής ☎ 26510 21678

ΙΧΘΥΟΣΚΑΛΑ

ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ


☎ 26510 77776



Υγεία, Αγάπη, Ευτυχία, Όνειρα, Χαμόγελα, Δημιουργικότητα, Επιτυχίες...

είναι μερικές μόνο από τις ευχές μας για τα φετινά Χριστούγεννα και τη νέα Χρονιά που πλησιάζει. Καλά Χριστούγεννα!

Γιώργος Ζάφρας



Οι Δημοτικοί και Τοπικοί σύμβουλοι και τα μέλη της Δημοτικής Παράταξης Ιωάννινα 2023, εύχονται σε όλους τους συνδημότες μας να είναι υγιείς. Η θεία Δύναμη, με τη βοήθειά της, να συνοδεύει σπουδαιότερα συνάνθρωπό μας σε κάθε δύσκολο αγώνα του, να τον συντροφεύει με τη σταγόνή της, να απαλύνει τον πόνο του και να κάνει τις δυσκολίες του παροδικές.

Καλά Χριστούγεννα σε όλους.

ΙΩΑΝΝΙΝΑ 2023
Δήμος ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ



Σας ευχόμαστε ολόψυχα Καλά Χριστούγεννα & ευδυσχημένο 2023

pindos-apsi.gr



ΕΝΩΣΗ ΙΔΙΟΚΤΗΤΩΝ ΕΠΑΡΧΙΑΚΟΥ ΤΥΠΟΥ



Η εταιρεία μας με συνέπεια & αξιοπιστία σας σκιάζει για πάνω από 45 χρόνια!!!

ΖΗΣΤΕ ΤΗΝ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΗΣ "ΕΞΥΠΝΗΣ" ΤΕΝΤΑΣ...!!!

Η ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΣΑΡΑΛΙΩΤΗΣ ΚΑΤΕΧΕΙ ΚΟΡΥΦΑΙΟ ΟΝΟΜΑ ΣΤΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΣΚΙΑΣΗΣ. Με την αγορά moter Somfy iO σας δίνουμε ΔΩΡΟ τη συσκευή connexoon...

Μπορείτε πλέον να διαχειρίζεστε την τέντα σας μέσω του δικτύου wi-Fi του σπιτιού σας, από μακριά μέσα από μια ασφαλής εφαρμογής για κινητό ή tablet.



ΕΓΓΥΗΣΗ ΑΠΟ ΔΙΕΘΝΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑ

- Τα προϊόντα σχεδιάζονται στη Γαλλία σε ένα κέντρο Έρευνας και Ανάπτυξης το οποίο είναι πρωτοπόρο σε επίπεδο καινοτομίας.
- Τα προϊόντα έχουν υποβληθεί σε δοκιμές και ελέγχους και πληρούν τα πιο αυστηρά κριτήρια για την εγγύηση της ποιότητας, απόδοσης και διάρκειας ζωής.
- Πληρούν τα αυστηρότερα πρότυπα ασφαλείας της αγοράς.

Λεωφόρος Ιωαννίνων 79Α, Ανατολή, Ιωάννινα, Τηλ.: (+30) 26510 43585, (+30) 26510 23004 | email: info@saraliotis.gr **www.saraliotis.gr**

Κλιματική αλλαγή

Πού βρισκόμαστε σήμερα;

Έχουμε ήδη αυξήσει την θερμοκρασία του πλανήτη κατά περισσότερο από 1 °C σε σύγκριση με το επίπεδο των θερμοκρασιών που επικρατούσαν πριν από τη βιομηχανική εποχή. Οι επιστήμονες που συμμετέχουν στη διακυβερνητική επιτροπή για την κλιματική αλλαγή (IPCC) προειδοποιούν ότι η αύξηση της θερμοκρασίας του πλανήτη κατά 1,5 °C θα έχει σοβαρές, ακόμη και μη αναστρέψιμες συνέπειες για το περιβάλλον και τις κοινωνίες μας. Όσο περισσότερο διαταράσσουμε το κλίμα, τόσο μεγαλύτεροι είναι οι κίνδυνοι για την κοινωνία και το περιβάλλον μας.

Ποιες είναι οι επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής; Οι επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής είναι ήδη αισθητές σε ολόκληρο τον κόσμο και προβλέπεται να γίνουν συχνότερες και εντονότερες τις επόμενες δεκαετίες. Χωρίς ανάληψη δράσης για την αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής, η ΕΕ μπορεί να βιώσει, κατά τη διάρκεια ζωής των παιδιών μας, τα εξής φαινόμενα:

400 000 πρόωροι θάνατοι ετησίως λόγω ατμοσφαιρικής ρύπανσης

90 000 θάνατοι ετησίως λόγω καύσωνα

40 % λιγότερο διαθέσιμο νερό στις νότιες περιοχές της ΕΕ

2,2 εκατομμύρια άτομα να κινδυνεύουν από παράκτιες πλημμύρες κάθε χρόνο

190 δισ. ευρώ σε ετήσιες οικονομικές ζημιές

Αυτές οι αλλαγές στο κλίμα έχουν τη δύναμη να μεταμορφώσουν τον πλανήτη μας, επηρεάζοντας τα αποθέματα τροφίμων και νερού καθώς και την υγεία μας. Παρότι οι κίνδυνοι αφορούν τους πάντες, οι επιπτώσεις αυτές πλήττουν εντονότερα τους φτωχούς και τους ευάλωτους. Όσο μεγαλύτερα τα προβλήματα, τόσο πιο δύσκολη και δαπανηρή θα είναι η λύση τους: επομένως η καλύτερη επιλογή είναι η άμεση ανάληψη δράσης για την αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής.

Πώς θα συμβάλει η ανάληψη δράσης στην αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής; Η μετάβαση σε μια κλιματικά ουδέτερη κοινωνία αποτελεί τόσο επείγουσα πρό-

κληση όσο και ευκαιρία για την οικοδόμηση ενός καλύτερου μέλλοντος για όλους. Αναλαμβάνοντας δράση για το κλίμα και το περιβάλλον, καθέννας από εμάς μπορεί να συμβάλει στη διατήρηση και την προστασία του πλανήτη τόσο σήμερα όσο και για τις μελλοντικές γενιές. Ορισμένα από τα οφέλη για την κοινωνία είναι τα εξής:

νέες, πράσινες θέσεις εργασίας

αύξηση της ανταγωνιστικότητας

οικονομική ανάπτυξη

καθαρότερος αέρας και

αποδοτικότερα συστήματα

δημόσιων συγκοινωνιών

στις πόλεις

νέες τεχνολογίες, όπως

ηλεκτρικά ή υβριδικά αυτοκίνητα, σπίνια με υψηλή

ενεργειακή απόδοση ή κτίρια με

έξυπνα συστήματα

θέρμανσης και ψύξης

ασφάλεια εφοδιασμού σε ενέργεια και άλλους πόρους —

μείωση της εξάρτησης της Ευρώπης από τις εισαγωγές

Μελέτες δείχνουν ότι η μετάβαση σε μια πράσινη και ψηφιακή κοινωνία είναι οικονομικά και πρακτικά εφικτή. Το κόστος που θα έχει η κλιματική αλλαγή για την οικονομία και την κοινωνία θα είναι πολύ υψηλότερο από το κόστος που συνεπάγεται η αντιμετώπιση της σήμερα.

Τι μπορεί να κάνει ο καθένας από εμάς;

Η κοινωνία στο σύνολό της, καθώς και όλοι οι τομείς της



οικονομίας — από τον τομέα της ηλεκτρικής ενέργειας έως τον τομέα της βιομηχανίας, των μεταφορών, των κτιρίων, της γεωργίας και της δασοκομίας— θα παίξουν έναν ρόλο στην προσπάθεια αυτή. Μεγάλο μέρος των απαιτούμενων γνώσεων και πολλές αποδεδειγμένα αξιόλογες λύσεις είναι ήδη διαθέσιμες. Οι επιλογές που κάνουμε στην καθημερινή μας ζωή παίζουν κι αυτές σημαντικό ρόλο. Πολλές από τις αλλαγές που κάνουμε θα βελτιώσουν τον τρόπο με τον οποίο ζούμε, μετακινούμαστε, ψύχουμε ή θερμαίνουμε τα σπίτια μας, παράγουμε και καταναλώνουμε. Όλοι μπορούν να συμβάλουν, και κάθε δράση, έστω και μικρή, έχει μεγάλη σημασία.

ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΚΗ ΗΠΕΙΡΟΥ
Αποκλειστικός Αντιπρόσωπος
Technoset Bee & Lyson για τον Ν. Ιωαννίνων

Τηλ: 26510 61872 • info@melissokomika.gr
6ο Χλμ. Ιωαννίνων – Ηγουμενίτσας (Βουνοπλαγιά)

www.melissokomika.gr

ΣΠΥΡΟΣ ΤΑΧΟΣ
ΠΕΤΡΑ - ΠΛΑΚΕΣ - ΚΟΛΩΝΕΣ
ΠΡΕΚΙΑ - ΑΓΚΩΝΑΡΙΑ - ΕΠΕΝΔΥΣΗ
ΑΛΒΑΝΙΑΣ

8 χλμ. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ - ΚΟΝΙΤΣΑΣ, ΕΛΕΟΥΣΑ
Κιν: 6945907628 - Τηλ & Fax: 2651074201
e-mail: stax38@otenet.gr

Benny

Ρινικός αποφρακτήρας για βρέφη και παιδιά

Συνδέεται στην οικιακή ηλεκτρική σκούπα

**Αποσυμφορεί, καθαρίζει, ανακουφίζει
τη μπουκωμένη μυτούλα του μωρού
και ελευθερώνει την αναπνοή.**



www.benny.gr

NEW



Benny για υγιή μωρά
και χαρούμενες μαμάδες

- Χωρίς πόνο
- Χωρίς κλάματα
- Χωρίς φάρμακα
- Χωρίς αντενδείξεις
- Χωρίς ανταλλακτικά

*Μόνο στα φαρμακεία

Ιατρικά Κέντρα

ΠΑΥΛΟΣ Δ. ΔΑΛΛΑΣ – ΙΩΑΝΝΗΣ Δ. ΠΑΝΕΛΟΣ: Ιατροί Παθολογολογίας, Ιστολογική εξέταση βιοψιών – παρασκευασμάτων, Αναπνευστικού συστήματος, Γαστρεντερικού συστήματος, Γεννητικού – Ουροποιητικού συστήματος, Δερματικών βλαβών, Μαστού. Χαρ. Τρικούπη 2 (3ος Όροφος) Ιωάννινα. Τηλ: 2651021789, Κιν: 6945973565 – 6947023360, Email: j.panelos@gmail.com και patologistdallas@gmail.com

Λογοθεραπευτές

ΚΙΟΡΠΕ ΧΑΡΑ : Λογοθεραπεύτρια MSc. Λογοθεραπεία – Εργοθεραπεία Ειδικός στις Διαταραχές Λόγου / Ομιλίας – Επικοινωνίας – Σίτισης – Μαθησιακών Δυσκολιών. Μεταπτυχιακές σπουδές σε Μαθησιακές Δυσκολίες – Δυσλεξία, Διδάσκουσα Τμήματος Λογοθεραπείας ΤΕΙ Ηπείρου, μέλος του Πανελληνίου Συλλόγου Λογοθεραπευτών (ΠΣΛ). **Δέχεται κατόπιν ραντεβού. Ιωάννινα • Λεωφόρος Δαδώνης 31 - 2ος όροφος** Τηλ: 26510 40730, κιν : 6948574249, e-mail: kiorpelara@gmail.com

Διατροφολόγοι

ΘΕΟΧΑΡΟΥΣ ΑΠΟΣΤΟΛΗΣ: Διατροφολόγος – Διατροφολόγος, Χαρ. Τρικούπη 4, 2ος όροφος, Ιωάννινα. Τηλ./FAX: 26510 20380, Κιν: 6944 632466, E-mail: apostolis.theoharous@hotmail.com. Εφαρμοσμένα Προγράμματα Διατροφικής Αγωγής & Υποστήριξης. Προγράμματα διατροφής για: Υγιεινή διατροφή, Παχυσαρκία, Ανορεξία, Αθλητές, Εγκυμοσύνη – Θηλασμός, Παθολογικές καταστάσεις (υπερλιπιδαιμίες, διαβήτης, ανορεξία), έλεγχος σωματομετρήσεων (λιπομέτρηση, έλεγχος βασικού μεταβολισμού μίκης μάζας, έλεγχος υγρών σώματος). Δέχεται με ραντεβού.

Γαστρεντερολόγοι

ΤΑΣΟΛΑΜΠΡΟΥ Φ. ΧΡΥΣΟΥΛΑ: Γαστρεντερολόγος – Ηπατολόγος – Επεμβατικός Ενδοσκόπος. Γαστροσκόπηση, (Υδρο)Κολονοσκόπηση. Χαρ. Τρικούπη 16 (1ος όροφος), Τ.Κ 45333 – Ιωάννινα. Τηλ: 2651065145, Κιν: 6972926687. Email: c.tasolamprou@gmail.com

Καρδιολόγοι

ΚΟΤΡΟΓΙΑΝΝΗΣ ΙΑΣΩΝ: Καρδιολόγος, Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών. Επιστημονικός Συνεργάτης Α΄ Πανεπιστημιακής Καρδιολογικής Κλινικής Ιπποκρατείου Αθηνών. Ρύθμιση Αρτ. Υπέρτασης, Ρύθμιση Υπερλιπιδαιμίας, Υπέρηχος – Triplex καρδιάς, Holter ρυθμού 7 ημερών, Holter Πίεσης, Δοκιμασία Κάπωσης, Προσδιορισμός Καρδιαγγειακού Κινδύνου.

Δέχεται Δευτέρα έως Παρασκευή 08:30-13:00, Απόγευμα, εκτός Τετάρτης, 18:00-21:00. Σάββατο με ραντεβού. Πατατούκου 16 (απέναντι από το εκκλησάκι Αγ. Αποστόλων). Τηλ:2651032002, Κιν:6947325388. Email: ikotrogiannis@hotmail.com

ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ Κ. ΝΤΑΤΣΗΣ, Ειδικός καρδιολόγος. Ιατρείο: Χαριλάου Τρικούπη 2, 2ος όροφος, Ιωάννινα, Τ.Κ: 45444. Τηλ: 2651038009, κιν: 6936509495, email: tasantatsis@yahoo.com

Δέχεται καθημερινά, μόνο με ραντεβού

Ενδοκρινολόγοι

ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΑ ΕΜΜ. ΓΡΥΠΑΙΟΥ: ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΟΣ, 28ης Οκτωβρίου 36 – 1ος όροφος, Τ.Κ 45333 – Ιωάννινα. Τηλ:2651036060, Κιν:6932736306. Email:grypaiou@endo.gr. Δευτέρα:18:00-21:00, Τρίτη:10:00-13:30 και 18:00-21:00, Τετάρτη:10:00-13:30-16:00, Πέμπτη:10:00-13:30-18:00-21:00, Παρασκευή:10:00-13:30. Με ραντεβού.

ΖΩΗ Κ. ΓΙΩΤΑΚΗ: ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΟΣ, Κεντρική Πλατεία & Γούναρη 2, Ιωάννινα (απέναντι από το Ρολόι). Τηλ:2651403767, Κιν:6932371788. Email: zoig@pinfooriki.com. Ωράριο λειτουργίας: Δευτέρα πρωί 09:00 – 14:00 και απόγευμα 18:00 – 21:00. Τρίτη, Πέμπτη, Παρασκευή 09:00 -16:00. Τετάρτη 09:00 – 14:00. Δέχεται με ραντεβού.

Δέχεται με ραντεβού.

Νεφρολόγοι

ΚΟΛΙΟΥΣΗ ΈΛΗ: Νεφρολόγος-Υπερτασιολόγος, **Ιατρείο Ιωαννίνων, 28ης Οκτωβρίου 36 & Κοραή, Τ.Κ 45444** Ιωάννινα, τηλ:2651039339, **Ιατρείο Ηγουμενίτσας, Κύπρου 23, Τ.Κ 46100** Ηγουμενίτσα, τηλ:2665306801. Κιν:6947819083, Email:ekoliouisi@gmail.com, www.nephrology-koliousi.gr - **Δέχεται με ραντεβού.**

Παθολόγοι

ΓΙΑΝΝΑΚΑΚΗΣ Α. ΙΩΑΝΝΗΣ, MD, PhD, MSc, Ειδικός Παθολόγος, Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Ιωαννίνων. Δέχεται χωρίς ραντεβού Δευτέρα έως Παρασκευή 09:00 – 14:00 και 18:00 – 20:30, πλην Τετάρτης απόγευμα. 28ης Οκτωβρίου 49, Ιωάννινα, Τηλ: 2651036039, Κιν: 6945399755, Email: ioannis.giannakakis@gmail.com

Μαιευτήρες Χειρουργοί Γυναικολόγοι

ΕΛΕΝΑ Ι. ΓΕΩΡΓΟΠΟΥΛΟΥ – ΓΚΟΛΙΑ: M.D. MSc. Master of Science στην Γυναικεία Αναπαραγωγή, Παν/μίου Αθηνών, τ. Ιατρός Νοσοκ. - Μαιευτήριου «Ελενα Βενιζέλου» Αθηνών, Πιστοποιημένο μέλος Ε.Ε Παθολογίας Τραχήλου και Κολποσκόπησης (HSOCCP). Πλήρως εξοπλισμένο ιατρείο. Προληπτικός έλεγχος τραχήλου μήτρας – Τέστ Παπανικολάου. Πιστοποιημένο ιατρείο διενέργειας διαγνωστικής κολποσκόπησης. Διάγνωση και θεραπεία κονδυλωμάτων. Παρακολούθηση κύησης χαμηλού και υψηλού κινδύνου – NST. Τοκετός. Παρακολούθηση υποβοηθούμενης αναπαραγωγής. Διερεύνηση υπογονιμότητας. Εφηβική γυναικολογία. Έλεγχος εμμηνοπαύσης. Παθήσεις μαστού. Αισθητική γυναικολογία. Διεύθυνση: Κοραή 5 – Ιωάννινα 45444 (2ος όροφος), τηλ/Fax:2651038110, κιν:6944147758, email: elena_georgorouliou@yahoo.com. Λειτουργεί με ραντεβού.

Πνευμονολόγοι

ΝΙΚΟΠΟΥΛΟΣ Σ. ΚΩΝ/ΝΟΣ, Ιατρός Πνευμονολόγος, Αληθινά Test, Αλλεργίες Αναπνευστικού. 28ης Οκτωβρίου 20 – Ιωάννινα. Τηλ: 2651030404 και Κιν:6946333425. Email: ntinos3@gmail.com. Δέχεται Κατόπιν Ραντεβού.

ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ
ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΟ
ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΑΛΥΣΗΣ ΣΠΕΡΜΑΤΟΣ
ΑΙΜΟΛΗΨΙΑ ΚΑΤ ΟΙΚΩΝ

Τατσάκη Ελευθερία
Ιατρός Βιοπαθολόγος - Μικροβιολόγος

Χαρ. Τρικούπη 33 - 2ος όροφος
453 32 ΙΩΑΝΝΙΝΑ
τηλ: 2651077662 - fax:2651077714
κιν: 6973 302 328
e-mail: eleftheria_tsk@yahoo.com

VISION THERAPY
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ Φ. ΝΤΙΤΣΟΣ MD, MSc
Χειρουργός Οφθαλμιάτρως
Ενηλίκων - Παιδιών

- Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδικεύσεως (Master) Δ.Π.Θράκης στην Ιατρική Απεικόνιση του Οφθαλμού - Laser
- Ειδικευθείς στο Π.Γ.Ν Ιωαννίνων
- Πτυχιούχος Ιατρικής Αθηνών

Υπηρεσίες - Χειρουργεία

- Οπτική Τομογραφία Συνοχής (O.C.T)
- Χρσράς κηλίδος, οπτικού νεύρου, γωνία προσπίου θαλάμου Παχυμετρία κερατοειδούς
- Ψηφιακή απεικόνιση οφθαλμού
- Οπτικά πεδία - Μελέτη Γλαυκώματος
- Διαθλαστικός Έλεγχος Ενηλίκων - Παιδιών
- Παθήσεις Αμφιβληστροειδούς - Βυθοσκόπηση
- Χειρουργική καταρράκτη - Yag Laser
- Laser Μυωπίας - Υπερμετρωπίας - Αστigmatισμού
- Χορήγηση - Ανανέωση Δίπλωμάτων Οδήγησης
- Συνταγές Γυαλιών - Φακών Επαφών - Φαρμάκων με Ε.Ο.Π.Υ.Υ

Οφθαλμολογικό Ιατρείο Ιωαννίνων
Ιωαννίνων 33 Ανατολή Ιωάννινα (ισόγειο), email: kditsois@yahoo.com
Τηλ: 2651097191, Κιν: 6947811803, www.ofthalmiatrosioannina.gr
Ωράριο Ιατρείου: Δευτέρα - Τρίτη - Παρασκευή 18:00 - 21:00
Τετάρτη 09:00 - 14:00. Σάββατο 10:00 - 13:00 (κατόπιν ραντεβού)
Οφθαλμολογικό Ιατρείο Καναλάκι - Πρέβεζας, Κύπρου 9 (ισόγειο)
Τηλ:2684029070, Κιν:6947811803, www.ofthalmiatros-preneza.gr
www.ofthalmiatros-parga.gr, www.ofthalmiatros-kanalaki.gr
Ωράριο Ιατρείου: Δευτέρα - Τρίτη - Παρασκευή 09:00 - 14:30
Πέμπτη 09:00 - 14:30 και 17:30 - 20:30

ΠΡΟΤΥΠΟ ΚΕΝΤΡΟ
ΨΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

ΛΟΥΚΑΣ ΜΑΡΤΙΝΗΣ
Φυσικοθεραπευτής

Σπύρου Λαμπρού 228 - Ιωάννινα
Τηλ. Φυσιοθερ: 26510 23677

Ώρες - Εργαστηριακή Αξιολόγηση - Ανασφάλισμα
Αξιολόγηση - Οργανωτική
ΜΚΚατζίε - Βελιωνολός

Μικροβιολόγοι

ΦΑΝΗ ΚΟΥΣΚΟΥ, Ιατρός Βιοπαθολόγος – Μικροβιολόγος, Νικοπόλεως 63, Ιωάννινα. Δευτέρα έως Παρασκευή 07:30 το πρωί – 13:30 το απόγευμα και 18:00 – 20:00, εκτός Τετάρτης, Σάββατο 09:00 – 12:00. Τηλ: 2651030014, Κιν: 6974642085

ΛΑΜΠΡΟΣ Π. ΛΩΛΑΣ: Ιατρός Μικροβιολόγος – Βιοπαθολόγος, Κ. Φρόντζου7, Ιωάννινα, 1ος όροφος, τηλ και fax: 26510-39002, κιν: 6945-375317. Email: lampros_lolas@yahoo.gr. Εξετάσεις: Αιματολογικές, Βιοχημικές, Μικροβιολογικές, Ανοσολογικές, Ορμονολογικές, Αλλεργιολογικές. Ώρες λειτουργίας: Δευτέρα έως Παρασκευή 08:00 έως 14:00 και 18:00 έως 20:30 (εκτός Τετάρτης απόγευμα). Σάββατο 09:00 έως 11:00.

ΠΡΟΤΥΠΟ ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ: ΚΟΥΡΓΙΑΣ Κ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Ιατρός Μικροβιολόγος Βιοπαθολόγος, Αιμοληψίες κατ' οίκον, Σύμβαση με όλα τα ταμεία, Διερεύνηση τροφικής δυσανεξίας, Ειδικές Μοριακές Τεχνικές (PCR), 28ης Οκτωβρίου 32, 2ος όροφος. Τηλ/fax:2651037444, Κιν:6948210510, email: geokourgias@yahoo.gr

ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΙΑΤΡΕΙΟ: ΠΛΙΑΚΟΣ Κ. ΧΡΗΣΤΟΣ: Μικροβιολόγος – Βιοπαθολόγος, Υπηρεσίες Ιατρείου: Αιματολογικό, Μικροβιολογικό, Ανοσολογικό, Βιοχημικό, Ορμονολογικό. Ωράριο Ιατρείου: Δέχεται καθημερινά Δευτέρα έως Παρασκευή: 08:30 – 13:30 και 19:00 – 20:30, εκτός Τετάρτης απογεύματος, Σάββατο δέχεται με ραντεβού. Νότι Μπότσαρη 6 (έναντι Ξενοδοχείου Παλλάδιου), Ιωάννινα. Τηλ: 2651023370, Fax: 2651023380, Κιν: 6972330443, Email: xristospliakos@gmail.com

BioLab **BioLab:** Μικροβιολογικό εργαστήριο. **ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΧΡΗΣΤΑΚΗ – ΤΖΟΥΜΗ:** Ιατρός Βιοπαθολόγος – Μικροβιολόγος, Αιμοληψίες κατ' οίκον. Εξετάσεις: Αιματολογικές, Βιοχημικές, Μικροβιολογικές, Ανοσολογικές, Ορμονολογικές, Αλλεργιολογικές, Σπερμοδιάγραμμα. Ωράριο: Καθημερινά 08:00 – 13:30, Τρίτη – Πέμπτη απόγευμα: 18:00 – 20:00, Σάββατο πρωί με ραντεβού. Νότι Μπότσαρη 2 & 28ης Οκτωβρίου, 454 44 Ιωάννινα. Τηλ και Fax: 26510-71077, Κιν: 6944989836, Email: biolab9@otenet.gr

ΓΟΔΕΒΕΝΟΣ ΑΧΙΛΛΕΑΣ: Ιατρός Μικροβιολόγος, ΣΥΜΒΕΒΛΗΜΕΝΟΣ ΜΕ ΕΟΠΥΥ ΚΑΙ ΣΩΜΑΤΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ. Κύργου 8, ισόγειο, (Ταμί Καλούτσιανης). Δευτέρα έως Παρασκευή 07:30 – 14:30 και 18:00 – 20:00, εκτός Δευτέρας. Τηλ: 2651064616, Κιν: 6944235232. Email: godevlab@yahoo.gr

ΚΕΝΤΡΟ ΥΠΕΡΗΧΟΥ
Ισκάστη Γκόγκου
Παπαδοπούλου

Triplex αγγείων • Ελαστογραφία
• Υπερηχογράφημα κοιλίας, θυρεοειδούς, τραχήλου, μαλακών μοριών, μαστού, παιδιών
Υπερηχογράφημα κατ' οίκον

Μιχ. Αγγέλου 48 (έναντι 4ου Γυμνασίου - ισόγειο), Ιωάννινα
☎ 26516 07434 • 6944 772708
✉ kentroyperixon@gmail.com

ΚΕΝΤΡΟ ΥΠΕΡΗΧΟΥ
Χρήστος Παπαδόπουλος
ΕΠΕΜΒΑΤΙΚΟΣ ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΟΣ

Triplex αγγείων • Ελαστογραφία
• Υπερηχογράφημα κοιλίας, θυρεοειδούς, τραχήλου, μαλακών μοριών, μαστού.

Μιχ. Αγγέλου 48 (έναντι 4ου Γυμνασίου - ισόγειο), Ιωάννινα
☎ 26516 07434 ✉ kentroyperixon@gmail.com

ΜΠΟΥΜΠΑΣ Θ. ΑΛΕΞΙΟΣ

ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΟΛΟΓΟΣ - ΗΠΑΤΟΛΟΓΟΣ
ΕΝΔΟΣΚΟΠΗΘΗΣ ΠΕΠΤΙΚΟΥ

ΕΙΔΙΚΕΥΘΗΣ
ΣΤΗΝ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΗ ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΟΛΟΓΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ
ΛΑΪΚΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ

1ο ΧΑΜ. ΔΗΜ. ΟΔΟΥ ΚΑΤΕΙΧΑΣ - ΜΠΑΦΡΑΣ - ΙΩΑΝΝΙΝΑ
(ΕΝΤΟΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΗΠΕΙΡΟΥ)

Τηλ: 2651073103 / 2651094800, Κιν: 69744043397
email: boumpas74@gmail.com

ΔΕΧΕΤΕ ΔΕΥΤΕΡΑ ΕΩΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 08:30π.μ - 17:00π.μ

Εφημερίες
φαρμακείων

ΤΡΙΤΗ: 03.01.2023
08:00-21:00 ΜΠΡΑΧΑΝΤΙΝΗΣ ΝΙΚΗΤΑΣ-Γ΄ ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 23Α (ΑΝΑΤΟΛΗ).
21:00-8:00 ΑΛΧΑΖΟΒΑ ΜΑΡΙΝΑ-ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ 88 (ΑΝΑΤΟΛΗ).
ΛΑΜΠΡΟΥ ΜΑΡΙΑ-3ης ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 1 (ΑΝΑΤΟΛΗ),
08:00-14:30 & 18:00-08:00 ΖΑΦΑΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ-ΣΤΡΑΤΗΓΟΥ ΒΟΓΙΑΝΟΥ 16 (ΒΟΤΑΝΙΚΟΣ),
ΣΑΒΒΑΤΟ: 07.01.2023
08:00-21:00: ΦΕΡΕΝΤΙΝΟΥ ΕΦΗ-ΚΑΛΠΑΚΙΟΥ 9 (ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ), ΖΑΡΑΧΗΣ ΣΟΦΟΚΛΗΣ ΜΑΡΙΟΣ-ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΠΛΑΤΕΙΑ 2, ΚΟΣΙΝΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ-ΚΑ΄ ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 186, ΓΕΩΡΓΟΥΛΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ-ΣΑΒΒΑ ΝΙΚΟΛΑΤΟΥ 30 (ΠΡΩΗΝ ΣΕΙΣΜΟΠΛΗΚΤΩΝ).
18:00-08:00 ΝΙΚΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ-Σ-ΒΑΛΛΑΡΠΙΤΟΥ 33.
ΚΥΡΙΑΚΗ: 08.01.2023
08:00-21:00 ΜΠΛΕΤΣΟΥ ΣΠΥΡΙΔΟΥΛΑ-ΑΓΙΑΣ ΣΟΦΙΑΣ 16 (ΑΝΑΤΟΛΗ), ΜΠΑΚΟΥΛΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ-ΚΑΣΤΡΙΣΟΪΑΣ 23 & ΠΑΥΛΟΥ ΜΕΛΑ. 08:00-14:30 & 18:00-08:00 ΚΑΚΟΣΙΜΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ-Σ-ΘΩΜΑ ΠΑΣΧΙΔΗ 40 (ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ).

ΤΕΤΑΡΤΗ: 04.01.2023
08:00-21:00 ΚΟΝΤΟΧΡΗΣΤΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ-ΠΛΑΤΕΙΑ ΠΑΡΓΗΣ 3, ΜΠΑΡΜΠΟΥΤΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ-Σ-ΕΘΝΙΚΗΣ ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΣ 19 (ΚΑΡΔΑΜΗΤΣΙΑ), ΓΙΟΥΝΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ-ΝΑΠΟΛΕΟΝΤΟΣ ΖΕΡΒΑ 1.
18:00-21:00 & 21:00-8:00 ΜΗΤΡΙΚΑΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ- ΚΟΡΑΗ 4.
ΠΕΜΠΤΗ: 05.01.2023
08:00-21:00 ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ-ΔΟΔΩΝΗΣ 45-47.
21:00-08:00 ΚΟΣΙΝΑΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ-ΚΑ΄ ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 186.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ: 06.01.2023
08:00-21:00 ΖΥΓΟΥΡΗ ΜΑΡΙΑ-ΧΑΡ. ΤΡΙΚΟΥΠΗ 2,

ΜΙΚΡΟΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΙΑΤΡΕΙΟ
ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΑΡΗ ΤΣΟΥΜΑΝΗ
Ιατρός Μικροβιολόγου – Βιοπαθολόγου

Γρ. Σακκά 3, Ημόροφος, Ιωάννινα
Τ. 26510 78911 | Κ. 6981 446 689
E. g.tsoumanis80@gmail.com

Συμβεβλημένος με τον Ε.Ο.Π.Υ.Υ. και όλα τα ταμεία
Αιμοληψίες κατ' οίκον κατόπιν ραντεβού

ΠΛΥΝΤΗΡΙΑ-ΣΤΕΓΝΩΤΗΡΙΑ 2 ΣΕ 1

ΑΠΟ 599€

Ηλεκτραγορά Α.Ε.
welcome stores

BOSCH
PITSOS
SIEMENS

5 ΧΡΟΝΙΑ ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΑΚΗ ΕΓΓΥΗΣΗ

ΣΤΑ ΙΩΑΝΝΙΝΑ ΜΕ ΔΥΟ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ:

- ΧΡΗΣΤΟΥ ΚΑΤΣΑΡΗ 20, ΠΡΙΝ ΤΗ ΔΕΗ, ΤΗΛ. 2651083555
- ΚΟΡΑΗ 4, ΚΕΝΤΡΟ, ΤΗΛ. 2651034567

ΑΦΟΙ ΓΚΙΖΑ Ο.Ε
CASA BAGNO
ΕΜΠΟΡΙΑ ΕΙΔΩΝ ΥΓΙΕΙΝΗΣ & ΠΛΑΚΙΔΙΩΝ

Το σπίτι... των ονείρων σας

5ο χλμ. Ε.Ο. Ιωαννίνων - Αθηνών
Τηλ: 26510 40839-45906-40813
Fax: 26510 44586
e-mail: gizastolis@yahoo.gr
www.casabagno.gr

Η οδήγηση είναι σαν το σκάκι.

Οι καλοί παίκτες είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί και γνωρίζουν ότι το να σχεδιάσεις την επόμενη κίνηση είναι εξίσου σημαντικό με το να κινήσεις το πιόνι εκείνη τη στιγμή. Το μυστικό βρίσκεται πάντα στα επόμενα μέτρα.

Ο καλός οδηγός βρίσκεται πάντα σε εγρήγορση, ελέγχει τι γίνεται μπροστά του, στο πλάι και πίσω του και είναι σε θέση να αντιδράσει εγκαίρως. Έχει καλή αίσθηση του χώρου, μπορεί σχεδόν πάντα να προβλέψει τις κινήσεις των άλλων οδηγών και προτεραιότητά του είναι μία: να μη βάζει τους συνανθρώπους του σε κίνδυνο.

Ακόμη και με χαμηλή ταχύτητα, όμως, έχει τύχει σε όλους – τουλάχιστον μία φορά – να βρεθούν πίσω από το τιμόνι σε περίπτωση που επιβάλλει να αντιδράσουν με αντανάκλαστικά Φέτελ και να μη μείνουν στήλη άλατος.

Η σημασία του φρένου

Από την πλευρά του, το φρένο υπακούει στα δικά του μαγικά κόλπα. Το πόσο και το πότε είναι πάντα η απάντηση για τον οδηγό

και το «αργά μέσα, γρήγορα έξω» θα μπορούσε να αποτελεί και το μότο του αρχαρίου. Στη γρήγορη οδήγηση, ο οδηγός, προτού φτάσει στη στροφή, φρενάρει δυνατά κρατώντας στην ευθεία το τιμόνι και αν χρειαστεί, φρενάρει και μέσα στη στροφή προοδευτικά. Το κάθε όχημα, φυσικά, αντιδρά διαφορετικά. Ο ειδήμων των τεσσάρων τροχών είναι σε θέση να ξεχωρίζει ένα σπορ αυτοκίνητο από ένα οικογενειακό και να προσαρμόζει τη συμπεριφορά του αναλόγως.

Με ένα σπορ όχημα, για παράδειγμα, ο οδηγός επιτρέπεται να φρενάρει λίγο αργότερα, αφού το αυτοκίνητο δέχεται πιο μεγάλη κλίση στο τιμόνι και μέσα στη στροφή, χωρίς να κάνει υποστροφή – για τους λιγότερο μυημένους στην οδήγηση, αυτό σημαίνει ότι ενώ στρίβει το τιμόνι, το όχημα συνεχίζει την πορεία του σε ευθεία κατεύθυνση.

Για τους πιο προχωρημένους υπάρχουν και η παράμετρος της κίνησης στους δύο ή στους τέσσερις τροχούς. Οι ειδικοί λένε

ότι τα εμπροσθοκίνητα είναι πιο εύκολα στην οδήγηση και προσφέρουν μεγαλύτερη ασφάλεια, καθώς, αν υπερστρέψει (γλιστρήσει πίσω) το αυτοκίνητο, ο οδηγός μπορεί με το παραπάνω γκάζι να το κρατήσει στον δρόμο, σε αντίθεση με τα πίσωκίνητα, όπου κάτι τέτοιο δεν είναι το ίδιο απλό.

Σε χαμηλές ταχύτητες

Το σημαντικότερο μυστικό είναι ένα και μοναδικό: ο οδηγός θα πρέπει να σκέφτεται ότι από τη μια στιγμή στην άλλη μπορεί να αλλάξει η ζωή του πίσω από το τιμόνι. Από τα 100 δυστυχήματα τα 87 συμβαίνουν μέσα στην πόλη, με μικρότερες ταχύτητες από 45 χλμ. την ώρα. Ο οδηγός θα πρέπει να μη σκέφτεται τίποτε άλλο εκτός από αυτό που έχει μπροστά του, να είναι ψύχραιμος και να μη μιλάει στο τηλέφωνο, καθώς τα αντανάκλαστικά του είναι μαθηματικά βέβαιο ότι θα τον εγκαταλείψουν. Οι πιο αργές ταχύτητες, βέβαια, είναι και σωτήριες. «Δεν μπορεί ένας οδηγός να αφηγήσει τους νόμους της φύσης. Όταν πηγαίνεις με 60 χλμ. την ώρα, το αυτοκίνητό σου διανύει κάθε δευτερόλεπτο 17,5 μέτρα. Επειδή ακόμη και ο πιλότος χρειάζεται περίπου 2 δευτερόλεπτα για να αντιδράσει, αν ένα αυτοκίνητο πηγαίνει σε μια γειτονιά με 60 και πεταχτεί ένας πιτσιρικάς απότομα στον δρόμο, ο οδηγός μέχρι να αντιδράσει θα έχει διανύσει, μαζί με το φρενάρισμα, γύρω στα 50 μέτρα».

Η πιο αργή ταχύτητα, όμως, δεν είναι πάντα η πιο ασφαλής λύση για την αποφυγή ατυχήματος. Ορισμένες φορές, μάλιστα, το να πηγαίνει υπερβολικά αργά κάποιος εγκυμονεί κινδύνους. Όπως και να έχει, πάντως, ο καλός οδηγός δεν ξεπερνά τα όρια ταχύτητας και ακολουθεί τους κανόνες οδικής κυκλοφορίας, ενώ πραγματοποιεί τακτικούς ελέγχους στο όχημά του – συμπεριλαμβανομένου και του ελέγχου ελαστικών.

Η προσπέραση εμποδίων – συνήθως ταυτίζονται με πορτοκαλί κώνους – με ταχύτητα 70 χλμ. την ώρα μπορεί να αποτελεί απαραίτητο τεστ για τους πιλότους, αλλά στις συμβατικές σχολές οδήγησης δεν θα το μάθει κάποιος – αν και είναι πιθανό να κληθεί να το αντιμετωπίσει αργότερα σε πραγματικές συνθήκες.

Συγκεκριμένα, η ειδική εκπαίδευση αφορά δεξιότητες οι οποίες, έπειτα από αποτίμηση στατιστικών δεδομένων και αξιολόγηση αναγκών, έχει εξακριβωθεί ότι είναι μείζονος σημασίας. Η σωστή στάση των χεριών, η θέση του καθίσματος, οι δεξιότητες πέδησης έκτακτης ανάγκης (ABS), οι προηγμένες δεξιότητες στον έλεγχο της ταχύτητας, οι ελιγμοί σε δύσκολες συνθήκες, η απόσταση προσοχής και η αξιολόγηση των οχημάτων είναι μερικά μόνο από τα στοιχεία που ετοιμάζουν τους οδηγούς-πρότυπα του μέλλοντος.

Οδηγικό IQ

Δεν ξεπερνάμε τα δικά μας όρια ή του αυτοκινήτου. Και στις δύο περιπτώσεις η οδήγηση γίνεται επικίνδυνη και πιθανώς και πιο αργή (αν, για παράδειγμα, υπερεκτιμήσουμε τις δυνατότητες του αυτοκινήτου, αυτό δεν θα στρίψει όπως πρέπει και θα χάσουμε και από ταχύτητα).

Πάντα κοιτάζουμε μακριά και όχι μόνο δύο μέτρα μπροστά. Γνωρίζοντας τις στροφές που ακολουθούν, μπορούμε να φρενάρουμε και να επιταχύνουμε αναλόγως. Φρενάρουμε πάντα αρκετά δυνατά στην αρχή, για να επιβραδύνουμε το αυτοκίνητο όσο πιο γρήγορα γίνεται, και μετά πιάζουμε περισσότερο σταδιακά, ανάλογα με το πόσο θέλουμε να επιβραδύνουμε.

Συνήθως στο φρενάρισμα πρέπει να ασκούμε πίεση στο πεντάλ μία φορά και όχι πολλές πριν από τη στροφή. Πάντα, όταν επιβραδύνουμε πολύ απότομα, το τιμόνι πρέπει να είναι σε ευθεία για να αποφύγουμε το μπλοκάρισμα των μπροστινών τροχών.

Όταν αλλάζουμε κατεύθυνση, πρέπει να κάνουμε ήρεμες κινήσεις, έτσι ώστε να πετύχουμε την ομαλή μετατόπιση του φορτίου και να μειώσουμε τις πιθανότητες υποστροφής του οχήματος.

Πηγή: tovima.gr



Εργαστήριο Ζαχαροπλαστικής
ΑΝΔΡΕΟΥ Χ. ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ

25ης Μαρτίου 33
Σταυράκι Ιωαννίνων
Τηλ.: 26510 43021
Κιν.: 6944721237

Ηπειροπλάστ
ΒΙΟΤΕΧΝΙΑ ΠΛΑΣΤΙΚΩΝ & ΧΑΡΤΟΥ

ΣΟΡΒΑΚΟΠΟΥΛΟΣ Β. & ΣΙΑ Ο.Ε.

Ιωάννης Αδαμίδης
Πωλήσεις
e-mail: ipiroplast@gmail.com

ΒΙΠΕ, Ιωαννίνων
Τ.Θ. 106, τ.κ. 45500

Τ: 26510 57000
26510 57001

Φ: 26510 57515
Κ: 6945 543846

ΜΠΕΓΑΣ Assistance

24 ώρες

ΑΝΥΨΩΤΙΚΑ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΑ
ΓΕΡΑΝΟΙ • ΟΔΙΚΗ ΒΟΗΘΕΙΑ

Σταυράκι, Βλοχόστρατα
Ιωάννινα, 45500

26510 43302 | 6944 604252

26510 49773
begas-sa@otenet.gr
www.begas-sa.gr



Το Διεθνές 1950

στην πόρτα σας!

DELIVERY
26510 78808
08:00 - 23:30

coffe - breakfast - sweets

Ζαχαροπλαστεία Διεθνές

<http://www.diethnes.eu>

info@diethnes.eu 2651 085901

efood

Brēs mas στο

#Ήρθε_Και_Το_Food_Pass_#



@164 ευρώ και κάτι φιλά, την ημέρα ο Αβραμόπουλος - για ένα χρόνο. 0,73 σεντς την ημέρα για το food pass, εσύ. @Πώς τους γλεντήσαμε όμως έτσι τους πετρελαιάδες και τα διυλιστήρια, εμείς θα ξοδεύουμε αλόγιστα τα 22 ευρώ κι αυτοί εχάκι. @Αν είχαμε εκλογές κάθε χρόνο, άντε κάθε 2 χρόνια, οι κυβερνήσεις θα φρόντιζαν πολύ περισσότερο τα συμφέροντα του λαού. @Γιατί τον Φεβρουάριο το Food Pass και όχι τώρα να!

ρωτάει ο άλλος. Άμα δεν τα εισπράξει το Κράτος από τις αυξήσεις που θα γίνουν τους δύο αυτούς μήνες πώς θα τα δώσει; Ντιπ άσχετοι. @Αφού πάει τόσο καλά το καλάθι του νοικοκυριού γιατί δίνουν και το Food Pass; @Κ όπως είπε η Καίλη επιδόματα παίρνουν οι τεμπέληδες, οι προκομμένοι μα και τα διυλιστήρια, εμείς θα ξοδεύουμε αλόγιστα τα 22 ευρώ κι αυτοί εχάκι. @Αν είχαμε εκλογές κάθε χρόνο, άντε κάθε 2 χρόνια, οι κυβερνήσεις θα φρόντιζαν πολύ περισσότερο τα συμφέροντα του λαού. @Γιατί τον Φεβρουάριο το Food Pass και όχι τώρα να!

που κερδίζει ο Έλληνας πολίτης, συμπεριλαμβάνεται κ το δωρεάν ντελίβερι στο σπίνι από τον Άδωνι Γεωργιάδη; @Εντωμεταξύ το οξύμωρο του Food Pass σε σχέση με το καλάθι του νοικοκυριού. Στο πρώτο θες να φτάσεις ένα X ποσό ώστε να έχεις την επιστροφή που αναλογεί, στο δεύτερο προσπαθεί να ξοδέψεις όσο γίνεται λιγότερο!

@Food Pass σε ελεύθερη μετάφραση: Αδερφέ με τις αυξήσεις τιμών δε μπορώ να κάνω κάτι, πάρε ένα 20€ τώρα και σε περιμένω στην κάλπη. @Εφόσον έπεσε η βενζίνη και το πετρέλαιο γιατί δεν πέφτουν και οι τιμές στα Σούπερ Μάρκετ; Ήρεμα ρωτάω! @Οι πληροφορίες μου λένε ότι πολύ σύντομα θα είναι κοντά μας και το Sex Pass!

@Σε ποιον φορολογικό παράδεισο θα στείλετε τα € 22 εσείς; @Επι ΠΑΣΟΚ αυτά τα χρήματα τα δινουμε για τα κάλαντα!



Κυριάκος Mitsotakis @mitsotakis

Δεν θέλουμε ανθρώπους εξαρτημένους από επιδόματα. Θέλουμε ανθρώπους που θα πάρουν ξανά την ζωή τους στα χέρια τους. #axizoume_kalytera

7:45 μ.μ. · 1 Νοε 2017

Πέντε χρόνια αργότερα...

- Food Pass
- Fuel Pass
- Power Pass



Café KIOSK
ΨΙΛΙΚΑ - ΤΣΙΓΑΡΑ

Βιογραφία 56

Café KIOSK	
ΨΙΛΙΚΑ - ΤΣΙΓΑΡΑ	
Espresso + νερό	1.20€
Capuccino + νερό	1.60€
Latte + νερό	1.80€
Espresso διπλό + νερό	1.80€
Freddo espresso + νερό	1.60€
Freddo capuccino + νερό	1.60€
Ζοκολάτι ζεστή + νερό	1.80€
Ζοκολάτι κρύα + νερό	1.80€
Frappe + νερό	1.50€
Mes cafe + νερό	1.50€
Mocaccchino + νερό	1.80€
ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ + νερό	1.20€
ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ διπλός + νερό	1.50€
Τσιγάρη	1.20€
Μπισκότες	1.80€
Τσιγ	1.20€
Καφές + νερό + Μπισκότι	3.20€ <i>hot offer</i>

Τσιγάρη - Κάρτες κινητής τηλεφωνίας - Εισιτήρια
Κρύα σάντουιτς - Κρουασάν - Αναψυκτικά
Πατατάκια - Μπισκότα - Ζαχαρώδη
Paysafe - Καραμέλες - Τσιγλες
Προς delivery: 07:30 - 21:00

ΒΙΛΛΑΡΑ 56 | 2651036117 - 6948547328

e-Ektyposi

Προτυπωμένα έντυπα λογιστηρίου Α4 με 4 χρώματα εκτύπωση

1000τμχ
75€

Παράδοση εντός δύο ημερών!!

• Δωρο ο σχεδιασμός των εντύπων σας
• Στην τιμή ΔΕΝ συμπεριλαμβάνεται ΦΠΑ 24%

Θωμά Πασιχίδη 26, Ιωάννινα | 2651 55 2656 | @ektyposi
www.e-ektyposi.com | info@e-ektyposi.gr | e_ektyposigr

Σακχαρώδης Διαβήτης: Συμπτώματα & Αντιμετώπιση

Πότε να τον υποψιαστείτε...

Αν το παιδί σας πηγαίνει πολύ συχνά στην τουαλέτα (ειδικά στη διάρκεια της νύκτας), αν διψάει και πεινάει πολύ, αν παραπονιέται ότι το στόμα του είναι ξηρό, αν είναι συνήθεια και αδικαιολόγητα κουρασμένο, αν χάνει ξαφνικά κιλά, ή αν εκνευρίζεται εύκολα καλό είναι να απευθυνθεί άμεσα σε κάποιον ειδικό

- 1 δίψα
- 2 πολυουρία
- 3 κούραση
- 4 αβήλαια στο βάρος
- 5 εξαιτίας από ειδικό

Ο σακχαρώδης διαβήτης είναι μια συστηματική νόσος που προσβάλλει διάφορα όργανα του σώματος, μεταξύ των οποίων και τις αρτηρίες, δημιουργώντας αρτηριοσκλήρυνση. Η οποία προοδευτικά αποφράσσει τον αυλό των αρτηριών. Εκτός από το σακχαρώδη διαβήτη, άλλοι παράγοντες κινδύνου για την εμφάνιση της αθηρωματικής νόσου είναι η ηλικία, η οικογενειακή προδιάθεση, η αυξημένη χοληστερίνη, η υπέρταση, η παχυσαρκία και το κάπνισμα. Η αρτηριοσκλήρυνση μπορεί να προσβάλλει οποιοδήποτε αγγείο του σώματος. Όταν οι αρτηρίες των κάτω άκρων προσβληθούν από αθηρωμάτωση, η ροή του αίματος ελαττώνεται και εμφανίζονται συμπτώματα ισχαιμίας των κάτω άκρων. Αρχικά εμφανίζεται πόνος στη βάδιση, ο οποίος μπορεί να εντοπίζεται στους γλουτούς, τους μηρούς ή τις γάμπες και ο οποίος σταματά με την ανάπαυση. Με την επιδείνωση της νόσου ο πόνος ξεκινάει σε μικρότερη απόσταση μετά την έναρξη της βάδισης. Οι άνδρες μπορεί να εμφανίσουν

διαταραχές στύσεως. Σε πολύ προχωρημένα στάδια της αποφρακτικής νόσου των αρτηριών ο ασθενής εμφανίζει πόνο το βράδυ όταν ξαπλώνει, πληγές των κάτω άκρων που δεν κλείνουν ή γάγγραινα. Όταν προσβάλλονται οι αρτηρίες των άνω άκρων ελαττώνεται η ροή του αίματος που δημιουργεί ισχαιμία, η οποία εκδηλώνεται με πόνο στην άσκηση των άνω άκρων, πόνο κατά τη διάρκεια του ύπνου, πληγές που δεν επούλωνονται ή γάγγραινα. Η διάγνωση της περιφερικής αρτηριοπάθειας γίνεται εύκολα και ανώδυνα με triplex κοιλιακής αορτής, λαγονίων και περιφερικών αρτηριών. Σε πολλές περιπτώσεις απαιτείται αθρονική αγγειογραφία ή μαγνητική αγγειογραφία ή ψηφιακή αγγειογραφία. Η θεραπεία της περιφερικής αρτηριοπάθειας εξαρτάται από τα συμπτώματα του ασθενούς και το βαθμό της στένωσης των αγγείων. Πέραν της φαρμακευτικής αγωγής, η επεμβατική θεραπεία της περιφερικής αρτηριοπάθειας, όταν χρειάζεται, γίνεται με δύο μεθόδους. Η πρώτη είναι η διαδερμική αναίμακτη θεραπεία (αγγειοπλαστική και τοποθέτηση stent) και η δεύτερη, η ανοικτή χειρουργική επέμβαση. Στη σύγχρονη αγγειοχειρουργική η συντριπτική πλειοψηφία των περιπτώσεων περιφερικής αρτηριοπάθειας αντιμετωπίζεται με την αναίμακτη μέθοδο (αγγειοπλαστική και τοποθέτηση stent). Στην αναίμα-

κτη θεραπεία χρησιμοποιείται ΜΟΝΟ τοπική αναισθησία. Γίνεται παρακέντηση μιας περιφερικής αρτηρίας του ποδιού ή του χεριού και η αποκατάσταση της στένωσης γίνεται από το εσωτερικό του αγγείου. Στη μέθοδο αυτή ο αγγειοχειρουργός χρησιμοποιεί ένα εξειδικευμένο μπαλονάκι που ανοίγει το αγγείο στο σημείο της στένωσης. Στη συνέχεια τοποθετεί ένα παρακάμψη μεταλλικό αόρηθα (stent) ή ενδοδόσχευμα, έτσι ώστε να παραμείνει η αρτηρία ανοικτή. Σε ΜΙΑ ημέρα ο ασθενής φεύγει από το νοσοκομείο και η ανάρρωση του είναι ταχύτατη και ανώδυνη. ηθριοσκλήρυνση. Στην ανοικτή επέμβαση, μετά από γενική αναισθησία (συνήθως) γίνεται τομή στη πάσχουσα περιοχή και δημιουργείται μία παράκαμψη της απόφραξης (bypass) με συνθετικό μόσχευμα ή φλέβα του ασθενούς. Σε γενικές γραμμές στη νόσο της κοιλιακής αορτής και των λαγονίων αρτηριών χρησιμοποιούμε πάντα συνθετικό μόσχευμα, ενώ στη νόσο των περιφερικών αρτηριών των άνω και κάτω άκρων χρησιμοποιούμε φλέβα από τον ίδιο τον ασθενή (όπου αυτό είναι εφικτό). Η αναίμακτη θεραπεία εφαρμόζεται στη συντριπτική πλειοψηφία των ασθενών. Τα αποτελέσματά της είναι άριστα όταν:

- α) εφαρμόζεται από αγγειοχειρουργούς με μεγάλη εμπειρία στις μεθόδους αυτές
 - β) διενεργείται σε υψηλής τεχνολογίας εξειδικευμένο χειρουργείο (ΥΒΡΙΔΙΚΟ), το οποίο συνδυάζει την ασφάλεια του χειρουργείου με την άριστη απεικόνιση των αγγείων που προσφέρει ο ψηφιακός αγγειογράφος
 - γ) χρησιμοποιούνται τελευταίας τεχνολογίας υλικά.
- Η θεραπεία του σακχαρώδους διαβήτη γίνεται από εξειδικευμένους παθολόγους ή ενδοκρινολόγους. Για να ελαττώσει ο διαβητικός ασθενής την πιθανότητα προσβολής των αγγείων από αρτηριοσκλήρυνση, θα πρέπει να αποφεύγει το κάπνισμα, να ακολουθεί ειδική διατροφή, να ασκείται και να μην είναι παχύσαρκος. Επίσης, πρέπει να προφυλάσσει τα κάτω άκρα από τραυματισμούς, να χρησιμοποιεί ειδικά παπούτσια και να εφαρμόζει τοπικές θεραπείες σύμφωνα με τις οδηγίες του θεράποντος ιατρού. Οι διαβητικοί ασθενείς που πάσχουν από περιφερική αρτηριοπάθεια πρέπει να απευθύνονται σε αγγειοχειρουργούς που έχουν εμπειρία τόσο στη διαδερμική αναίμακτη, όσο και στην ανοικτή χειρουργική θεραπεία έτσι ώστε να εφαρμόζουν σε κάθε άρρωστο ξεχωριστά την πρέπουσα μορφή θεραπείας.

balsamico
Μεζεδοπωλείο

Πλατεία Νεομάρτυρα Γεωργίου 17, Ιωάννινα (έναντι πύλης Καστρού) Τηλ. 26510 37722

Χρήστος Κολιάκης Κιν. 6946 256466 | Βασίλειος Βλάχος Κιν. 6977 044399

Τάσιος ΔΩΡΑ

28ης Οκτωβρίου 45 Ιωάννινα
τηλ.: 26510 37367

AgroService Ioannina | **Oleo-Mac**
our power, your passion

ΕΠΙΣΚΕΥΕΣ ΠΑΝΤΟΣ ΤΥΠΟΥ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΩΝ - ΠΩΛΗΣΕΙΣ - ΑΝΤΑΛΜΑΚΤΙΚΑ

6ο χλμ., Ιωαννίνων-Αθηνών (πρώην Τελωνείου) Τηλ: 2651302123
e-mail: ioanninaagroservice2020@gmail.com 6945523473

Μ. ΛΑΜΠΡΟΥ - Κ. ΖΙΩΓΑΣ - Α. ΠΑΠΠΑΣ Ο.Ε.
ΑΣΒΕΣΤΟΠΟΪΑ - ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΑ ΥΛΙΚΑ

ΒΟΥΝΟΠΛΑΓΙΑ (Βλαχούστρατα) 26510 41105
κ' Fax 26510 41084
ΙΩΑΝΝΙΝΑ Κιν.: 6978 335871-2

MASTER SERVICE
ΜΕΣΤΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ

ΚΟΚΟΡΔΑΤΟΥ ΜΑΡΙΑ

2651049993 - 6945241498
mkokordatou80@gmail.com

9 ΣΠ. ΛΑΜΠΡΟΥ 9 - ΙΩΑΝΝΙΝΑ

ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΑ ΕΙΔΗ
ΒΡΟΧΙΔΗΣ ΚΟΣΜΑΣ

Παπαναστασίου 29, Ανατολή Ιωάννινα
Κιν.: 6976769227
e-mail: vrochidisk@gmail.com



αυγά
Αχυρώνα
πλούσια σε
**Σελήνιο
& Ω3**



Το αυγό γίνεται υπερτροφή!

Η Αυγοδιατροφική Α.Ε. σε συνεργασία με το Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, σας προσφέρει τα αυγά Αχυρώνα, πλούσια σε Ω3 και Σελήνιο, που έχουν υψηλή διατροφική αξία και πολλές ευεργετικές ιδιότητες! Παράγονται στους παραδοσιακούς μας αχυρώνες, εκεί που οι κόττες μεγαλώνουν και κινούνται ελεύθερα και τρέφονται υγιεινά σύμφωνα με τους κανονισμούς της Ευρωπαϊκής Ένωσης, σε άνετες φωλιές με άχυρο και στρώμη.

Αυτό ακριβώς είναι που κάνει τα αυγά μας, πέρα από υγιεινά, πεντανόστιμα!



Ενισχύουν
το ανοσοποιητικό
σύστημα



Συμβάλλουν
στην καλή λειτουργία
του θυρεοειδούς



Προστατεύουν
από το οξειδωτικό
στρες



Συνδράμουν
στην καλή λειτουργία
της καρδιάς

FOOTLINE

Τα πάντα από το αυγό
Αυγοδιατροφική

Υποκ/μα: 60 χλμ. Ιωαννίνων - Άρτας, Τ.Κ. 45500, Τ. 26510 92090
www.avgodiatrofiki.gr | www.eggpro.gr

