

**PROFESSIONAL AUTO BODY
REPAIR & PAINTING**

Insurance Work Accepted • All Work
Guaranteed • Expert Color Matching
• Factory Genuine Parts • Import Car
Specialists • Major & Minor Repairs

A2 AUTO



514 476-4565
1385, Boul. des Laurentides
Local 103 Vimont, Laval

NEA

ΤΑ ΕΛΛΗΝΟΚΑΝΑΔΙΚΑ

**Les Nouvelles Grecques Canadiennes
The Greek Canadian News**

Maison à la 
Ellinika

Με ελληνική καρδιά για κάθε σπίτι

- Βιβλία • Παιχνίδια • Διακοσμητικά
- Δώρα • Κερί • Χαρτικά

4621 Ch. du Souvenir, Laval, Qc, H7W 1C5
Tel: 579-640-4610 • alaellinika.com

newsfirst
MULTIMEDIA

Vol. 20-01

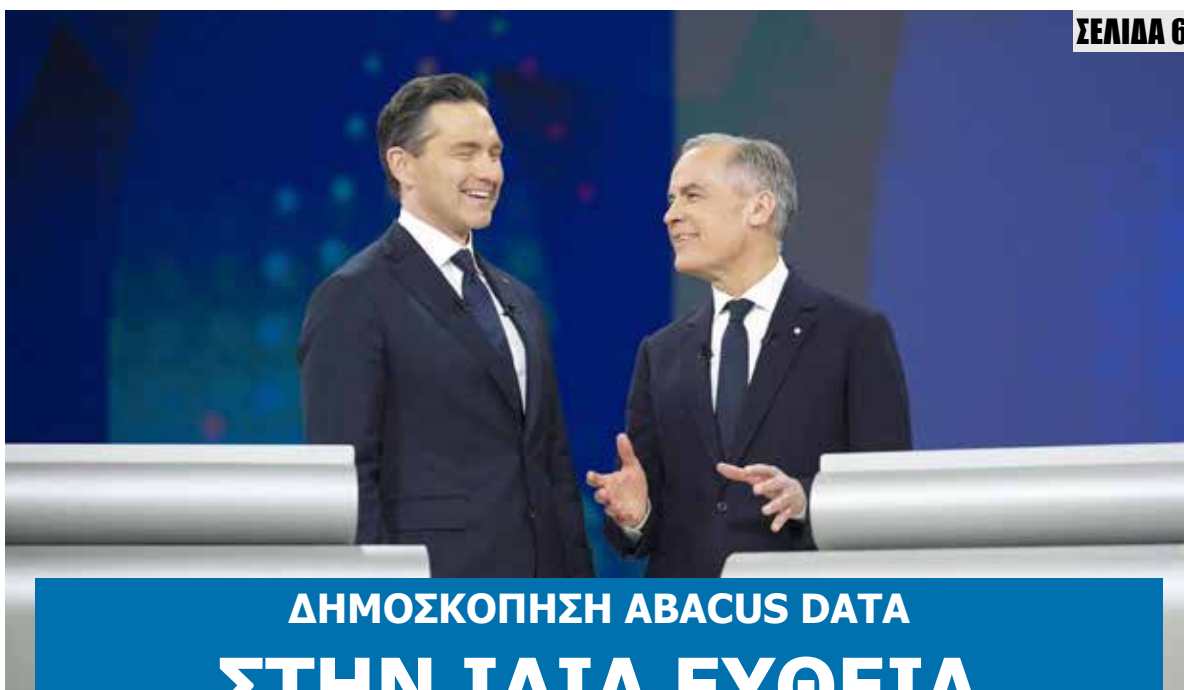
9 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2026 / JANUARY 9, 2025

450 978-9999 | www.tanea.ca | info@newsfirst.ca



ΣΕΛΙΔΑ 2

**Οι αλλαγές σε
εισόδημα – υγεία
στους ηλικιωμένους
Καναδούς**



ΣΕΛΙΔΑ 6

**ΔΗΜΟΣΚΟΠΗΣΗ ABACUS DATA
ΣΤΗΝ ΙΔΙΑ ΕΥΘΕΙΑ
Φιλελεύθεροι & Συντηρητικοί**



ΣΕΛΙΔΕΣ 4 & 13,24

ΣΤΙΣ ΕΛΕΥΘΕΡΟΣΤΟΜΙΕΣ

Γιατί έγινε η απαγωγή Μαδούρο

- ▣ Η Βενεζουέλα «γυρίζει την πλάτη» στην Κίνα
- ▣ Η Γερουσία περιορίζει την εξουσία του Τραμπ



ΣΕΛΙΔΕΣ 7-8

ΕΛΛΑΔΑ | ΠΟΛΙΤΙΚΗ

**Αλλαγές στο πολιτικό
σκηνικό το 2026**

- ▣ Ώρα «μηδέν» στο γαλάζιο «εμφύλιο»

Thinking of *selling* or *downsizing*? I can help!



EXCELLENT SERVICE | EXCEPTIONAL RESULTS

ROYAL LEPAGE
HUMANIA CENTRE
AGENCE IMMOBILIÈRE 450.682.2121

PROTECTION ROYALE

**FREE
EVALUATION
WITH NO
OBLIGATION**

VOULA KOTTARIDIS | (514) 993-5010 | AGENTVK@GMAIL.COM



Νέα χρονιά, νέα ποσά, παλιά πίεση: Τι αλλάζει τώρα για τους Καναδούς ηλικιωμένους σε εισόδημα και υγεία

Του Δημήτρη Ηλία

Local Journalism Initiative Reporter for Ta NEA
dimitri@newsfirst.ca

Οι πρώτες 48 ώρες του 2026 έφεραν στους Καναδούς ηλικιωμένους ένα γνώριμο, αλλά κρίσιμο «πακέτο» πραγματικότητας: οι αυτόματες αναπροσαρμογές των συντάξεων και παροχών ξεκίνησαν να εφαρμόζονται με το νέο τρίμηνο πληρωμών, την ίδια στιγμή που οι πιέσεις του κόστους ζωής παραμένουν έντονες και οι ανάγκες υγείας, για μεγάλο μέρος της τρίτης ηλικίας, αυξάνονται.

Το αποτέλεσμα είναι μια δύσκολη ισορροπία. Από τη μία πλευρά, το κράτος επιχειρεί να προστατεύσει την αγοραστική

δύναμη. Από την άλλη, πολλά νοικοκυριά ηλικιωμένων διαπιστώνουν ότι οι «διορθώσεις» δεν καλύπτουν πάντα την καθημερινή αύξηση εξόδων, ειδικά όταν μπαίνουν στη μέση στέγαση, φάρμακα και θέρμανση.

Στον πυρήνα βρίσκεται το **Old Age Security (OAS)**, η βασική ομοσπονδιακή σύνταξη γήρατος. Η κυβέρνηση του Καναδά επιβεβαιώνει, ότι για το τρίμηνο Ιανουαρίου έως Μαρτίου 2026 η παροχή αυξάνεται κατά 0,3%, με ετήσια μεταβολή 2% από τον Ιανουάριο 2025 έως τον Ιανουάριο 2026, με βάση το Δείκτη Τιμών Καταναλωτή.

Πρόκειται για την τυπική διαδικασία τριμηνιαίας τιμαριθμικής προσαρμογής,

που στόχο έχει να μην «τρώει» ο πληθωρισμός το εισόδημα των ηλικιωμένων σε ονομαστικούς όρους.

Παράλληλα, το **Canada Pension Plan (CPP)**, που βασίζεται στις εισφορές του εργασιακού βίου, μπαίνει στο 2026 με νέα ανώτατα ποσά για όσους ξεκινούν τώρα να λαμβάνουν σύνταξη. Το μέγιστο ποσό νέας σύνταξης γήρατος στα 65, με έναρξη Ιανουάριο 2026, αναφέρεται στα 1.507,65 δολάρια το μήνα.

Η ίδια επίσημη σελίδα υπενθυμίζει και κάτι που συχνά παραλείπεται στη δημόσια συζήτηση: ο μέσος δικαιούχος λαμβάνει πολύ χαμηλότερο ποσό από το «μέγιστο», επειδή το τελικό ύψος εξαρτάται από τα χρόνια και το επίπεδο εισφορών.

Αυτές οι αλλαγές μοιάζουν τεχνικές, όμως για έναν ηλικιωμένο με σταθερό εισόδημα είναι καθοριστικές. Η αύξηση 0,3% στο OAS μπορεί να ακούγεται μικρή, αλλά αφορά εκατομμύρια ανθρώπους.

Το ίδιο και η ετήσια προσαρμογή στη CPP που αποτυπώνεται στα νέα ανώτατα ποσά. Και το πραγματικό ερώτημα δεν είναι αν οι δείκτες κινούνται προς τα πάνω, αλλά αν η καθημερινή ζωή γίνεται πιο «διαχειρίσιμη» για την τρίτη ηλικία.

Διότι σε πολλές περιπτώσεις, οι μεγαλύτερες αυξήσεις κόστους δεν προέρχονται από ένα γενικό δείκτη τιμών, αλλά από συγκεκριμένα καλάθια δαπανών. Τρόφιμα, ενοίκια, λογαριασμοί ενέργειας και ιατροφαρμακευτικές ανάγκες, έχουν δυσανάλογο βάρος στην ηλικιωμένη οικογένεια.

Η εικόνα αυτή δεν περιορίζεται στην ομοσπονδιακή σφαίρα. Μέσα στις πρώτες ημέρες του νέου έτους, επαρχιακές κυβερνήσεις στέλνουν το δικό τους μήνυμα για το κόστος ζωής. Στη Νέα Σκωτία,

ανακοινώθηκε αύξηση 1,6% στα επιδόματα income assistance για το 2026, με ρητή αιτιολόγηση τις αυξημένες τιμές σε ενοίκιο, τρόφιμα και υπηρεσίες κοινής ωφέλειας, ενώ αντίστοιχη αύξηση δίνεται και σε συμμετέχοντες στο Disability Support Program που λαμβάνουν το standard household rate.

Παρότι δεν αφορά αποκλειστικά ηλικιωμένους, δείχνει μια ευρύτερη πολιτική κατεύθυνση: **η ακρίβεια αντιμετωπίζεται ως μόνιμη συνθήκη που απαιτεί αυτόματες αναπροσαρμογές, για να αποφευχθούν απότομες κοινωνικές πιέσεις.**

Εκεί ακριβώς «κουμπώνει» η διάσταση της υγείας. Για τους ηλικιωμένους, το κόστος δεν είναι μόνο αυτό που γράφει το ράφι του σούπερ μάρκετ. Είναι και οι πρόσθετες δαπάνες που συνοδεύουν τη φροντίδα, μετακινήσεις, συμπληρωματικές θεραπείες, οδοντιατρικές ή οπτικές υπηρεσίες που δεν καλύπτονται πλήρως, αλλά και η διαχείριση χρόνιων νοσημάτων. Όταν το εισόδημα μένει πίσω, οι περικοπές γίνονται συχνά σε πράγματα «αόρατα» στο άμεσο παρόν, μια προληπτική εξέταση που αναβάλλεται, μια φυσικοθεραπεία που κόβεται, μια θερμοκρασία θέρμανσης που πέφτει για να βγει ο μήνας.

Και εδώ μπαίνει και ο παράγοντας του χειμώνα. Σε συνθήκες χαμηλών θερμοκρασιών, η οικονομική πίεση γίνεται ταυτόχρονα και ζήτημα δημόσιας υγείας, ειδικά για όσους είναι άστεγοι ή ζουν σε ασταθείς συνθήκες. Στο Μόντρεαλ, ρεπορτάζ της 3^{ης} Ιανουαρίου ανέφερε, ότι έχουν προστεθεί 500 νέοι θερμαινόμενοι χώροι φιλοξενίας και ζεστασιάς, με στόχο να μπουν περισσότεροι άνθρωποι σε εσωτερικούς χώρους σε περιόδους επικίνδυνου κρύου.

Για την τρίτη ηλικία, το κρύο δεν είναι «καιρός». Είναι επιβαρυντικός παράγοντας για καρδιοαναπνευστικά προβλήματα, για κινητικότητα, για πτώσεις, για συνολική ευαλωτότητα. Όταν το εισόδημα πιέζεται, ακόμη και η θέρμανση μετατρέπεται σε δίλημμα, και το δίλημμα αυτό έχει συνέπειες υγείας.

Το συμπέρασμα των πρώτων ημερών του 2026 είναι απλό, αλλά βαρύ: ο Καναδάς διαθέτει μηχανισμούς τιμαριθμικής προστασίας, και οι νέες προσαρμογές σε OAS και CPP δείχνουν ότι το κράτος δεν αφήνει τις παροχές ακίνητες όταν μετακινούνται οι τιμές.

Όμως η καθημερινότητα των ηλικιωμένων κρίνεται στο σημείο όπου οι αριθμοί συναντούν την πραγματική αγορά και τις πραγματικές ανάγκες υγείας. Εκεί θα φανεί αν οι αυξήσεις λειτουργούν ως ουσιαστική ανακούφιση ή απλώς ως ελάχιστη άμυνα απέναντι σε έναν επίμονο, ακριβό χειμώνα.



LA FONDATION ÉDUCATIONNELLE SOCRATE
THE SOCRATES EDUCATIONAL FOUNDATION
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΣΩΚΡΑΤΗΣ

ΣΥΓΚΛΗΣΗ ΓΕΝΙΚΗΣ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗΣ ΜΕΛΩΝ

Το Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Σωκράτης («ΕΙΣ») καλεί την ετήσια Γενική Συνέλευσή του, την **Τρίτη, 20 Ιανουαρίου, 2026**, στις **7:30 μ.μ.** μέσω ZOOM.

Θα δοθεί οικονομική αναφορά για την περίοδο της 1^{ης} Αυγούστου 2024 έως 31 Ιουλίου 2025.

Για να συνδεθείτε μαζί μας μέσω ZOOM, στείλτε μας την ηλεκτρονική σας διεύθυνση, στο socratesef@gmail.com

Δικαίωμα συμμετοχής και σύνδεσης έχουν οι δωρητές του ΕΙΣ για την περίοδο 1^η Αυγούστου 2024 έως σήμερα.

Δια το Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Σωκράτης

Η Πρόεδρος
Όλγα Παπαδάτος

Ο Γενικός Γραμματέας
Κωνσταντίνος Παπαδάτος

BEST CHILDREN'S PARTIES IN LAVAL
We bring the party to you!

**FUN
2DO.**



www.fun2do.ca

514-506-4430

Reserve
today and
enquire the various
entertaining and
creative parties
we organise.

@fun2do.ca



Η ύφεση της ελευθερίας κυριεύει τον κόσμο

Από τον Matthew D. Mitchell*

Ο κόσμος βρίσκεται σε ύφεση ελευθερίας. Ξεκίνησε με μια αργή ολίσθηση μετά την παγκόσμια χρηματοπιστωτική κρίση του 2007-8, αλλά επιταχύνθηκε γρήγορα κατά τη διάρκεια της πανδημίας. Έχει αγγίξει κάθε γωνιά του πλανήτη, επηρεάζοντας τόσο τα πλούσια όσο και τα φτωχά έθνη, και έχει γίνει αισθητός τόσο σε δημοκρατικά όσο και σε μη δημοκρατικά συστήματα. Τώρα, καθώς οι πιο ελεύθερες χώρες αρχίζουν να ανακτούν μερικές από τις χαμένες ελευθερίες τους, αφήνουν πίσω τις λιγότερο ελεύθερες.

Αυτές οι τάσεις τεκμηριώνονται στον πρόσφατα δημοσιευμένο Δείκτη Ανθρώπινης Ελευθερίας (HFI). Εκδίδεται από κοινού από το Ινστιτούτο Fraser και το Ινστιτούτο Cato και το συνοπογράφω με τους Ian Vásquez, Ryan Murphy και Guillermina Sutter Schneider.

Το HFI χρησιμοποιεί 87 διακριτούς δείκτες ελευθερίας, ομαδοποιημένους σε 12 ευρείες περιοχές για να αξιολογήσει το βαθμό στον οποίο οι άνθρωποι σε 165 χώρες επιτρέπεται να κάνουν τις δικές τους επιλογές. Οι 12 τομείς περιλαμβάνουν τόσο προσωπικές ελευθερίες, όπως η ελευθερία της θρησκείας και η ελευθερία της έκφρασης, όσο και οικονομικές ελευθερίες, όπως η ελευθερία από οικονομικές ρυθμίσεις και φορολογία. Τώρα έχουμε δεδομένα από σχεδόν κάθε χώρα της Γης, που εκτείνονται από το 2000 έως το 2023 (το τελευταίο έτος για το οποίο έχουμε συγκρίσιμα δεδομένα). Είναι το πιο ολοκληρωμένο μέτρο της παγκόσμιας ανθρώπινης ελευθερίας μέχρι σήμερα, δίνοντάς μας μια απλή κλίμακα από το 0 έως το 10, με την οποία μπορούμε να παρακολουθούμε την ανθρώπινη ελευθερία με την πάροδο του χρόνου και να συγκρίνουμε τις χώρες μεταξύ τους.

Ενώ οι προσωπικές και οικονομικές ελευθερίες είναι εννοιολογικά διακριτές, διαπιστώνουμε ότι αυτές οι δύο ευρείες σφαίρες ελευθερίας τείνουν να συμβαδίζουν. Όπως φαίνεται από την έρευνα, τα μέρη όπως η Συρία που στερούν από τους πολίτες τους προσωπικές ελευθερίες τείνουν επίσης να τους στερούν οικονομικές ελευθερίες. Και στο άλλο άκρο του φάσματος, μέρη όπως οι Ηνωμένες Πολιτείες, ο Καναδάς και η Ελβετία, τείνουν να επιτρέπουν στους πολίτες τους έναν ευρύ βαθμό προσωπικής και οικονομικής ελευθερίας.

Η Αργεντινή είναι μια εξαίρεση, στο ότι επιτρέπει μεγάλη προσωπική ελευθερία, αλλά από το 2023 εξακολουθεί να περιορίζει την οικονομική ελευθερία. Το Χονγκ Κονγκ και η Σιγκαπούρη είναι ακραίες προς την άλλη κατεύθυνση, περιορίζοντας ορισμένες προσωπικές ελευθερίες, ενώ επιτρέπουν άφθονη οικονομική ελευθερία.

Σύμφωνα με τα τελευταία στοιχεία, το πιο ελεύθερο μέρος στη Γη είναι η Ελβετία. Ακολουθούν η Δανία, η Νέα Ζηλανδία, η Ιρλανδία και το Λουξεμβούργο.

Η Συρία βρίσκεται στο κάτω μέρος της λίστας, με το Ιράν, την Υεμένη, το Σουδάν και τη Μιανμάρ να είναι οι επόμενες χαμηλότερες χώρες. **Ο Καναδάς κατατάσσεται στη 12^η θέση και οι ΗΠΑ στη 15^η.**

Ενώ πολλοί από εμάς πιστεύουμε ότι η ανθρώπινη ελευθερία είναι πολύτιμη για χάρη της, αποδεικνύεται ότι η ελευθερία είναι συχνά το εισιτήριο για άλλα πράγματα που ενδιαφέρουν τους ανθρώπους. Για παράδειγμα, σε πιο ελεύθερα μέρη, οι άνθρωποι αναφέρουν ότι είναι πιο ικανοποιημένοι με τη ζωή τους. Είναι επίσης πλουσιότερες, λιγότερο πιθανό να φτωχοποιηθούν, τείνουν να ζουν περισσότερο και παράγουν περισσότερες επιστημονικές ανακαλύψεις.

ΠΡΟΣΔΟΚΙΜΟ ΖΩΗΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΓΕΝΝΗΣΗ ΑΝΑ ΤΕΤΑΡΤΗΜΟΡΙΟ ΔΕΙΚΤΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ

Δεδομένης της εγγενούς αξίας του, καθώς και της συσχέτισής του με άλλα πράγματα που κάνουν τη ζωή καλύτερη, είναι τραγωδία όταν κάποιος στερείται την ανθρώπινη ελευθερία. Ωστόσο, από το 2007, οι κυβερνήσεις σε όλο τον κόσμο κάνουν ακριβώς αυτό. Η αργή και σταθερή συμπίεση της ελευθερίας μετατράπηκε σε... στένωση το 2019, καθώς οι κυβερνήσεις περιόρισαν την ελευθερία μετακίνησης, ύψωσαν εμπόδια στο εμπόριο και στη συνέχεια επέκτειναν το μέγεθος και το εύρος της κυβέρνησης.

Εννέα στους 10 ανθρώπους στη Γη ζουν σε μια χώρα που περιορίζει την ανθρώπινη ελευθερία από το 2019 έως το 2023. Και για κάθε 1 χώρα που αύξησε την ελευθερία κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου, υπήρχαν σχεδόν 3 που την περιορίσαν. Από τις χώρες που περιορίσαν περισσότερο την ελευθερία κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου, **η Μιανμάρ, η Αϊτή και η Ρωσία βρίσκονται στην κορυφή της λίστας.**

Καθώς εξελισσόταν η πανδημία, άλλαξαν οι τρόποι με τους οποίους οι κυβερνήσεις περιορίσαν την ελευθερία. Από νωρίς, οι κυβερνήσεις περιορίσαν σοβαρά την ελεύθερη κυκλοφορία και την ελευθερία του εμπορίου. Επέκτειναν επίσης το μέγεθος της κυβέρνησης και άρχισαν να περιορίζουν την ελευθερία του συνεταιρίζεσθε, του συνέρχεσθε και της κοινωνίας των πολιτών, και να καταστέλλουν την ελευθερία της έκφρασης και της πληροφόρησης. Αυτοί οι περιορισμοί στη συναναστροφή και την ομιλία επιταχύνθηκαν μόνο το δεύτερο έτος της πανδημίας, ειδικά στις λιγότερο ελεύθερες γωνιές του πλανήτη.

Το 2022, το τρίτο έτος της πανδημίας, οι κυβερνήσεις χαλάρωσαν τους περιορισμούς στις μετακινήσεις. Στη συνέχεια, όμως, προέκυψαν νέα προβλήματα, καθώς ο πληθωρισμός διάβρωσε τις υγιείς βαθμολογίες χρήματος παγκοσμίως. Ταυτόχρονα, πολλές κυβερνήσεις περιορίσαν περαιτέρω την ελευθερία του συνεταιρίζεσθε και του συνέρχεσθε.

Ακόμη χειρότερα, προέκυψε ένα ανησυχητικό μοτίβο. Οι πιο ελεύθερες χώρες συνέχισαν να ανοίγονται σταδιακά, ενώ οι λιγότερο ελεύθερες συνέχισαν να διολισθαίνουν. Το 2023 περισσότερες από τις μισές χώρες στο κάτω τεταρτημόριο περιορίσαν περαιτέρω τη νομική προστασία και περιορίσαν τις ελευθερίες του συνεταιρίζεσθε και της έκφρασης.

Ενώ το πιο ελεύθερο τεταρτημόριο των εθνών είναι τώρα λιγότερο από 1% κάτω από το προ πανδημίας επίπεδο ελευθερίας του, το λιγότερο ελεύθερο τεταρτημόριο παραμένει σχεδόν 5% κάτω από το προ πανδημίας επίπεδο. Και φαίνεται να οδεύει προς τη λάθος κατεύθυνση. Αυτό είναι ακόμη πιο ενοχλητικό, αν σκεφτούμε ότι το 76% των ανθρώπων στη Γη ζουν σε μια χώρα στο κάτω μισό του δείκτη.

Αλλά όσοι από εμάς έχουμε την τύχη να ζούμε σε ελεύθερες χώρες, δεν μπορούμε να εφησυχάζουμε.

Οι ανοιχτές, ανεκτικές και ευημερούσες κοινωνίες μας, είναι χτισμένες στα θεμέλια της ανθρώπινης ελευθερίας. Και αυτή η ελευθερία μπορεί γρήγορα να διαβρωθεί. Σε κανένα μέρος δεν είναι αυτό πιο εμφανές από το Χονγκ Κονγκ. Μόλις το 2011 η ειδική διοικητική περιοχή της Κίνας ήταν το 3^ο πιο ελεύθερο μέρος στον κόσμο. Αλλά από το 2020, το Κινεζικό Κομμουνιστικό Κόμμα άρχισε να αθετεί την υπόσχεσή του για «μία χώρα, δύο συστήματα». Περιορίσε την ελευθερία της έκφρασης και κατέστειλε την ελευθερία του συνεταιρίζεσθε και του συνέρχεσθε. Τώρα το Χονγκ Κονγκ είναι 53^ο στο δείκτη μας και πέφτει γρήγορα. Καθώς ο υπόλοιπος κόσμος αρχίζει να ανακάμπτει από την ύφεση της ελευθερίας, ας ελπίσουμε ότι θα θυμηθούμε την αξία της.

*Πηγή: www.fraserinstitute.org/commentary/freedom-recession-gripping-globe

Laval English-speaking Senior Wellness Centre

WINTER 2026 CENTRE ACTIVITIES

Sign up today!

Annual membership fee: \$20 per year



3860 blvd. Notre-Dame, Suite 204, Chomedey, Laval H7V 1S1
3131 blvd. de la Concorde, Suite 203, Duvernay, Laval H7E 4W4
450.934.1122 • agapeassociationinc.com

Εσείς τι λέτε;

του Μιχάλη Τελλίδη



Χρόνος, άνθρωποι και όσα έχουν σημασία...

Μπήκαμε αισίως στο 2026, αφήνοντας πίσω μας ένα χρόνο γεμάτο από όλα εκείνα – πολλά ή λίγα – που κάναμε. Και, φυσικά, από όλα όσα είχαμε σχεδιάσει με ενθουσιασμό, αλλά τελικά έμειναν κάπου ανάμεσα σε ένα «θα το κάνω σύντομα» και ένα «του χρόνου σίγουρα». Αν κάτι μας διδάσκει κάθε αλλαγή χρόνου, είναι ότι συχνά τα σχέδια μένουν στο συρτάρι...

Όμως, η αρχή του νέου έτους δεν είναι η ώρα των ενοχών, ούτε της αυτοκριτικής.

Δεν είναι η στιγμή να μετρήσουμε αποτυχίες και παραλείψεις. Είναι η ώρα της χαράς, της ψυχραιμίας και – γιατί όχι – του σωστού προγραμματισμού. Και λέμε χαράς, γιατί το πιο βασικό δεδομένο είναι πως, για να μπορούμε να διαβάζουμε αυτές τις γραμμές, είμαστε εδώ. Είμαστε καλά. Ή, τουλάχιστον, όσο καλά μπορεί να είναι κανείς σε έναν κόσμο που τρέχει ασταμάτητα.

Αρκεί να ρίξουμε μια ματιά γύρω μας. Πόσοι συνάνθρωποί μας υπέφεραν τον περασμένο χρόνο και εξακολουθούν να υποφέρουν; Πόσοι αποχαιρέτισαν αγαπημένα πρόσωπα, πόσοι είδαν την υγεία τους, τη δουλειά τους ή την ασφάλειά τους να κλονίζονται;

Σε ένα περιβάλλον, όπου οι ρυθμοί της καθημερινότητας συνδυάζονται με απεριόριστες προκλήσεις, αυτές οι σκέψεις δεν είναι θεωρητικές. Είναι βιωμένες.

Γι' αυτό, ίσως το πρώτο πράγμα που αξίζει να κάνουμε μπαίνοντας στο 2026, είναι να μετρήσουμε και να εκτιμήσουμε τις δικές μας ευλογίες. Όχι από εφησυχασμό, αλλά από σεβασμό προς τη ζωή. Και από αυτή τη θετική αφετηρία, να αρχίσουμε να σχεδιάζουμε τα επόμενα βήματά μας.

Το πιο σημαντικό, πιστεύω, είναι να καθορίσουμε ξεκάθαρα τις προσωπικές μας προτεραιότητες. Μόνο όταν αυτές είναι σαφείς μπορούμε να μιλάμε για ισορροπημένη ζωή. Διαφορετικά, τρέχουμε συνεχώς πίσω από υποχρεώσεις που δεν διαλέξαμε και στόχους που δεν μας εκφράζουν.

Ταυτόχρονα, οφείλουμε να προστατεύσουμε τον προσωπικό μας χρόνο. Κάπου είχα διαβάσει ότι δεν υπάρχει πιο άδικο και πιο σπάταλο πράγμα, από το να αφήνουμε το χρόνο να περνά χωρίς σκοπό – και δύσκολα μπορεί κανείς να διαφωνήσει. Το ίδιο ισχύει και για τους ανθρώπους που έχουν πραγματική σημασία για εμάς.

Αν καθίσουμε να υπολογίσουμε τον ουσιαστικό χρόνο που τους αφιερώνουμε, είναι πολύ πιθανό να εκπλαγούμε – και όχι ευχάριστα. Συχνά, τα πρόσωπα που αγαπάμε περισσότερο παίρνουν τη μικρότερη μερίδα από την καθημερινότητά μας, ενώ το μεγαλύτερο κομμάτι συχνά το καταλαμβάνουν ανούσιες «υποχρεώσεις».

Το τραγικότερο; Ο χρόνος περνά μακριά και από τις προτεραιότητές μας και από τους ανθρώπους μας. Και αυτό δε διορθώνεται με υποσχέσεις, αλλά με επιλογές.

Ίσως, λοιπόν, το 2026 να μη χρειάζεται μεγαλεπήβολα σχέδια. Ίσως να χρειάζεται απλώς λίγη περισσότερη επίγνωση, λίγο καλύτερο προγραμματισμό και το θάρρος να πούμε «όχι» σε όσα μας απομακρύνουν από όσα έχουν πραγματικά αξία.

Αν τα καταφέρουμε έστω και λίγο, τότε θα μιλάμε για έναν καλό νέο χρόνο. Η ζωή είναι σύντομη! Ονειρευτείτε και αξιοποιήστε στο έπακρο το 2026!

Εσείς τι λέτε;
Μιχάλης Τελλίδης
mtellides@gmail.com

ΕΛΕΥΘΕΡΟΣΤΟΜΙΕΣ

τον Γεωργίου Στυλ. Γκιούσμα



Στο βωμό του δολαρίου

Η επιμονή του Μαντούρο να απεξαρτηθεί από τα πετροδολάρια, ήταν η κύρια αιτία που τον άρπαξαν στον ύπνο. Ο Μαντούρο φαίνεται ότι δεν πήρε το μήνυμα, από την κατάρρευση των καθεστώτων του Σαντάμ Χουσεϊν στο Ιράκ και του Καντάφι στη Λιβύη, που ήθελαν και αυτοί να πουλούν τα πετρέλαια τους σε νόμισμα εκτός του δολαρίου.

Το Σεπτέμβριο 2017, ανακοινώθηκε ότι τιμές του πετρελαίου θα δημοσιεύονταν για πρώτη φορά σε... γιουάν, ως μέρος μιας στρατηγικής να «απελευθερωθεί από το δολάριο». Αυτό σήμαινε ότι το κράτος δέχονταν, τουλάχιστον συμβολικά, πληρωμές σε μη-δολαριακή νομισματική βάση. Το 2018, η κυβέρνηση Μαντούρο ανακοίνωσε ότι θα δεχόταν γιουάν, ευρώ, ρούβλια (εκτός δολαρίου) για πωλήσεις πετρελαίου, ενώ παράλληλα επιδίωκε να ενταχθεί στους BRICS και να δημιουργήσει εναλλακτικά συστήματα πληρωμών.

Η Κίνα, που αποτελεί βασικό εισαγωγέα της Βενεζουέλας, έκανε συχνά ανταλλαγές πετρελαίου, έναντι υποδομών ή εξοπλισμού, αντί απ' ευθείας σε δολάρια. Επίσης, ορισμένες συμφωνίες μπορεί να γίνονταν έμμεσα και σε γιουάν.

Αυτό όμως για τις ΗΠΑ είναι... ΤΕΛΕΙΩΣ ΑΠΑΓΟΡΕΥΤΙΚΟ!

Οι δικτατορίες τόσο του Μαντούρο όσο και του προκατόχου του Τσάβες, ανάγκασε 8 εκατομμύρια κατοίκους της Βενεζουέλας να ξεφύγουν, ζητώντας πολιτικό άσυλο σε άλλες χώρες, μεταξύ αυτών και ο Καναδάς. Αυτό το γεγονός δεν «ίδρωσε» το αυτί των Αμερικανών. Αλλά από τη στιγμή που ΑΠΕΙΛΕΙΤΑΙ ΤΟ ΑΜΕΡΙΚΑΝΙΚΟ ΝΟΜΙΣΜΑ, τα πράγματα αλλάζουν.

Η επέμβαση των Αμερικανών ήταν αναμενόμενη. Κάθε φορά που κινδυνεύει το ΠΕΤΡΟΔΟΛΑΡΙΟ, ο εκάστοτε πρόεδρος – σήμερα ο Τραμπ – είναι υποχρεωμένος να το υπερασπιστεί ακόμα και με πόλεμο, όπως έγινε στο Ιράκ, ακόμα και με ψεύτικες δικαιολογίες...

Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΠΕΤΡΟΔΟΛΑΡΙΟΥ

Στις 8 Ιουνίου 1974 ο Χένρι Κίσινγκερ, τότε υπουργός εξωτερικών – διάολος στην κυριολεξία – υπέγραψε με τον πρίγκηπα της Σαουδικής Αραβίας Φάντ μια συμφωνία, με την οποία **το αμερικανικό δολάριο θα διασφαλιζόταν ως παγκόσμιο αποθεματικό νόμισμα**.

Ως αντάλλαγμα, οι ΗΠΑ εξασφάλιζαν στρατιωτικό εξοπλισμό και προστασία των πετρελαϊκών υποδομών της Σαουδικής Αραβίας. Στόχος και των δύο χωρών ήταν να εξασφαλιστεί η σταθερότητα των αγορών πετρελαίου μετά την κρίση του 1973. Η τιμολόγηση του σαουδαραβικού πετρελαίου, αποκλειστικά σε δολάρια, δημιούργησε εκ των προτέρων ζήτηση για το αμερικανικό νόμισμα από κάθε κράτος που χρειάστηκε να καλύψει ενεργειακές ανάγκες. Επιπλέον, το «Nixon shock» και η κατάργηση gold standard συνετέλεσε, ώστε το αμερικανικό δολάριο να αναδειχθεί ως η σταθερή επιλογή σε ένα εύθραυστο διεθνές οικονομικό περιβάλλον.

Καταλαβαίνεται ότι από το 1974 οι πετρελαιοπαραγωγοί έπρεπε να επενδύουν τα έσοδά τους σε

αμερικανικά κεφάλαια, κυρίως κρατικά ομόλογα, δημιουργώντας σταθερή «ανακύκλωση» κεφαλαίων προς τις ΗΠΑ. Με αυτό τον τρόπο, οι ΗΠΑ εξασφάλιζαν χαμηλότερο κόστος δανεισμού, χρηματοδότηση των ελλειμμάτων της και σημαντική οικονομική ελκυστικότητα.

Λόγω της αναγκαίας παρουσίας δολαρίου στο διεθνές εμπόριο, οι ΗΠΑ απέκτησαν ασυνήθη επιρροή επί της νομισματικής σταθερότητας άλλων χωρών. Με την εδραίωση του petrodollar συστήματος, δημιουργήθηκε συνεχής ζήτηση για δολάρια, γιατί κάθε χώρα έπρεπε να αγοράσει δολάρια για να αγοράσει πετρέλαιο. Αποτέλεσμα ήταν λοιπόν, η ενίσχυση του δολαρίου ως **παγκόσμιου αποθεματικού νομίσματος**.

Παράλληλα, το petrodollar δημιούργησε ένα συνεχές δανεισμό των ΗΠΑ με εναλλακτικά επιτόκια, επιτρέποντας δημοσιονομική ευελιξία, αλλά πολλαπλασίασε το εθνικό χρέος, που σήμερα βρίσκεται στα 38 τρισεκατομμύρια δολάρια.

Τον Ιούνιο του 2024, η Σαουδική Αραβία άφησε να λήξει η άτυπη συμφωνία, υποδεικνύοντας μια μετατόπιση προς πολλαπλά νομίσματα στις εμπορικές συναλλαγές.

Παρόλα αυτά, ακόμα και σήμερα, η Σαουδική Αραβία συνεχίζει να τιμολογεί το πετρέλαιο σε αμερικανικό νόμισμα. Οι χώρες που αγοράζουν σαουδαραβικό πετρέλαιο το πληρώνουν σε USD, διατηρώντας υψηλή ζήτηση για το δολάριο και ενισχύοντας το ρόλο του ως παγκόσμιου αποθεματικού νομίσματος.

ΤΟ ΔΟΓΜΑ MONROE

Υπάρχει επίσης και μια άλλη αιτία, που ο Τραμπ επιτέθηκε στη Βενεζουέλα. Το δόγμα MONROE, το οποίο ακολουθήσαν πολλοί προκάτοχοί του, πάντα έχοντας κάποιες... δικαιολογίες για να το εφαρμόσουν.

Το Δόγμα Monroe διατυπώθηκε το 1823, από τον τότε πρόεδρο των ΗΠΑ James Monroe, ως βάση της εξωτερικής πολιτικής της χώρας. Οι ΗΠΑ δήλωσαν ότι το δυτικό ημισφαίριο (δηλαδή ολόκληρη η Αμερικανική Ήπειρος) είναι ζώνη επιρροής τους και ότι καμία ευρωπαϊκή δύναμη δεν πρέπει να επεμβαίνει ή να αποικίζει ξανά κράτη της Λατινικής Αμερικής και κατ' επέκταση της Ηπείρου.

Αντίστοιχα, οι ΗΠΑ δεσμεύτηκαν να μην αναμειχθούν στις ευρωπαϊκές υποθέσεις.

Το Δόγμα Monroe χρησιμοποιήθηκε για να αντιταχθούν σε ευρωπαϊκές επεμβάσεις (π.χ. Μεξικό τη δεκαετία του 1860). Επεκτάθηκε στη συνέχεια σε εργαλείο επεκτατισμού (Πόλεμος Ισπανίας – ΗΠΑ, 1898).

Ο πρόεδρος Roosevelt το 1904 πρόσθεσε, ότι οι ΗΠΑ μπορούν να επέμβουν σε χώρες της Λατινικής Αμερικής για «σταθεροποίηση».

Ακολουθώντας το δόγμα, το 1983 ο πρόεδρος Ρόναλντ Ρέικαν εισέβαλε στη Γρενάδα και το 1989 με πρόφαση τον πόλεμο κατά των ναρκωτικών, ο πρόεδρος Τζορτζ H.W. Μπους εισέβαλε στον Παναμά και συνέλαβε το δικτάτορα Noriega. Ο πρόεδρος Τραμπ ήδη σκέφτεται να επιτεθεί προσεχώς στην Κολομβία και στην Κούβα. Το Δόγμα Monroe καλά κρατεί...

NEA

ΤΑ ΕΛΛΗΝΟΚΑΝΑΔΙΚΑ

3860, boul. Notre-Dame, # 304,
Laval, QC H7V 1S1
Tel: (450) 978-9999 • Fax: (450) 687-6330
E-mail: info@newsfirst.ca

Project funded in part by

Canada

Εκδότες / Publishers:

Γεώργιος Μπακογιάννης • George Bakoyannis
Γεώργιος Στυλ. Γκιούσματος • George S. Guzman

Γενικός Διευθυντής / General Director:

Γεώργιος Μπακογιάννης • George Bakoyannis

Διευθυντής Διαφήμισης / Advertising Director:

Γεώργιος Στυλ. Γκιούσματος • George S. Guzman

Καλλιτεχνική Επιμέλεια / Graphic Design:

Αντώνης Μπότσικας • Antonis Botsikas

Lareine Zakhour

Elena Molter

Θωμάς Μπακογιάννης • Thomas Bakoyannis

Συντάκτες / Editorial Staff:

Αντώνης Μπότσικας • Antonis Botsikas

Δημήτρης Ηλίας

Μιχάλης Τελλίδης • Michael Tellides

Martin C. Barry

Μακέτα / Layout: Media-Trek

Διανομή / Distribution: MediaTrek-Canada Post

Εκτύπωση / Printing: TC. TRANSCONTINENTAL

National Representatives:

RS RÉSEAU SÉLECT
PARTENAIRE PUBLICITAIRE
info@reseausselect.ca



Οι γνώμες αυτής της σελίδας αντιπροσωπεύουν την ομοφωνία των συντακτών.
The opinions on THIS PAGE reflect the consensus of Editorial Board.

www.tanea.ca / www.greeknews.ca

Deadline: Monday at 1 p.m.

Publishers' Liability for Error: The publishers shall not be liable for slight changes or typographical errors that do not lessen the value of an advertisement. The publishers' liability for other errors or omissions in connection with any advertisement is strictly limited to publication of the advertisement in any subsequent issues or the refund of any monies paid for the advertisement. Articles published reflect writers' opinions, but not necessarily the opinion of this newspaper.

ISSN number : 1923-0621 Annual subscription : \$184 TX Incl. Per copy : \$1

Entire Contents Copyright 2026



DATA THAT CRUSHES.

25GB for only **\$35**/mo. with auto-pay¹



chatrTM
AUTHORIZED DEALER

Laval & North Shore

Carrefour Laval & Centre Laval.

Greater Montreal

Alexis Nihon, Carrefour Angrignon, Carrefour de la Pointe, Centre commercial Forest, Centre Commercial Village Montpellier, Centre Rockland, Fairview Pointe Claire, Les Galeries du Parc, Mail Champlain, Place Bourassa, Place Longueuil, Plaza Côte-des-Neiges, YUL airport.

Head Office

12053 Laurentien Blvd, Montreal.

(438) 992 2002

Offer is subject to change without notice. Taxes extra. Data at 4G speeds up to 150Mbps. 1 A total of 25GB data comprised of 20GB included with the plan and a 5GB bonus available with auto-pay. 5GB bonus expires if account becomes inactive or plan is changed. Auto-pay bonus may be changed by chatr at any time without notice. If you are no longer enrolled in the auto-pay program, or if the credit card, Visa debit or Debit Mastercard that you provided cannot be charged, then no bonus will be applied to your account.



ΚΑΝΑΔΑΣ | ΔΗΜΟΣΚΟΠΗΣΗ

Στήθος με... στήθος Φιλελεύθεροι και Συντηρητικοί

Σύμφωνα με την τελευταία δημοσκόπηση του 2025 που διοργάνωσε η εταιρία Abacus Data το Δεκέμβριο σε δείγμα 1500 Καναδών, οι Φιλελεύθεροι και οι Συντηρητικοί βρίσκονται σε... ισοπαλία, αν γίνονταν αυτό το μήνα εκλογές, την ώρα που οι Καναδοί συνεχίζουν να εκφράζουν αμφιθυμία για την κατεύθυνση της χώρας, ανάμεικτα συναισθήματα για τους ηγέτες τους και έντονες διαφορές ανά γενιά, περιοχή και πολιτική ανησυχία.

ΚΥΡΙΑΡΧΕΙ Η ΑΠΑΙΣΙΟΔΟΞΙΑ

Το 35% των Καναδών λένε ότι η χώρα οδεύει προς τη σωστή κατεύθυνση, αμετάβλητη από τα τέλη Νοεμβρίου 2025. Η πλειοψηφία, το 51%, πιστεύει ότι ο Καναδάς βρίσκεται σε λάθος δρόμο, ενώ το 14% δεν είναι σίγουρο. Αυτά τα αποτελέσματα συνάδουν με όσα έχουμε δει από το φθινόπωρο, και ενώ δεν υπάρχει περαιτέρω επιδείνωση, δεν υπάρχει επίσης κανένα σημάδι ευρείας ανανέωσης ή εμπιστοσύνης.

Οι απόψεις για το παγκόσμιο πλαίσιο παραμένουν συντριπτικά αρνητικές. Μόλις το 14% πιστεύει ότι ο κόσμος βρίσκεται στο σωστό δρόμο και μόνο το 15% αισθάνεται έτσι για τις Ηνωμένες Πολιτείες.

Ο τελευταίος αριθμός αντανάκλα την παγιωμένη ανησυχία για την κατεύθυνση των ΗΠΑ υπό τον Πρόεδρο Τραμπ, του οποίου οι πολιτικές για το εμπόριο, την ενέργεια και τις εξωτερικές υποθέσεις έχουν γίνει πηγή τριβής για την Οτάβα.

Σε περιφερειακό επίπεδο, η αισιοδοξία είναι υψηλότερη στον Ατλαντικό Καναδά και το Οντάριο, όπου το 41% και το 38% αντίστοιχα πιστεύουν ότι η χώρα κινείται προς τη σωστή κατεύθυνση.

Στην Αλμπέρτα και το Κεμπέκ η αισιοδοξία παραμένει χαμηλή, με μόλις το 28% στην Αλμπέρτα και **το 32% στο Κεμπέκ να αισθάνονται θετικά για την πορεία της χώρας.**

Μεταξύ των ψηφοφόρων των κομμάτων, το 58% των Φιλελεύθερων πιστεύει ότι ο Καναδάς οδεύει προς τη σωστή κατεύθυνση.

ση σε σύγκριση με μόλις 17% των Συντηρητικών.

ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΚΟΣΤΟΣ ΖΩΗΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

Το αυξανόμενο κόστος ζωής παραμένει η κύρια ανησυχία για το 62% των Καναδών. Η υγειονομική περίθαλψη έρχεται δεύτερη με 40%, ακολουθούμενη από την οικονομική ανάπτυξη και τις θέσεις εργασίας με 34%.

Η ανησυχία για την οικονομική προσιτότητα της στέγασης παραμένει σταθερή στο 25%, ενώ η μετανάστευση κατατάσσεται πολύ πίσω στο 24%. Ένα άλλο 24% αναφέρει τη σχέση του Καναδά με τις Ηνωμένες Πολιτείες ως μία από τις κορυφαίες προτεραιότητες.

Άλλες ανησυχίες περιλαμβάνουν τις κρατικές δαπάνες (20%), την εγκληματικότητα και τη δημόσια ασφάλεια (16%), την ανισότητα (15%) και την κλιματική αλλαγή (13%). Η προστασία του περιβάλλοντος και τα ζητήματα που σχετίζονται με την ισότητα ή την εταιρική ισχύ παραμένουν σημαντικά για ορισμένους, αλλά αυτά κατατάσσονται πίσω από πιο άμεσες οικονομικές και γεωπολιτικές ανησυχίες.

ΜΙΚΡΗ ΠΤΩΣΗ ΤΗΣ ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΗΣ ΕΓΚΡΙΣΗΣ

Η έγκριση της κυβέρνησης Κάρνεϊ βρίσκεται στο 47%, μειωμένη κατά μία μονάδα από την προηγούμενη μέτρηση. Η αποδοκimasία έχει αυξηθεί στο 35%, αυξημένη κατά τρεις μονάδες από τα τέλη Νοεμβρίου. Το αποτέλεσμα είναι μια καθαρή έγκριση συν 12, που εξακολουθεί να είναι μία από τις ισχυρότερες βαθμολογίες που έχει δημοσιεύσει η κυβέρνηση τους τελευταίους μήνες.

Καθ' όλη τη διάρκεια του φθινοπώρου, η έγκριση παρέμεινε σχετικά σταθερή, κυμαινόμενη σε ένα στενό εύρος. Αυτοί οι αριθμοί υποδηλώνουν ότι οι Καναδοί δεν απομακρύνονται αποφασιστικά από την

κυβέρνηση, αλλά η πολιτική καλή θέληση που δημιουργείται από τον προϋπολογισμό μπορεί τώρα να ξεθωριάζει.

ΣΕ ΠΤΩΣΗ Ο CARNEY, ΣΤΑΤΙΚΟΣ Ο POILIEVRE

Ο Mark Carney συνεχίζει να οδηγεί τους αντιπάλους του στη συνολική εύνοια. Το 45% των Καναδών τον βλέπουν θετικά, ενώ το 35% τον βλέπουν αρνητικά. **Η αύξηση τεσσάρων μονάδων στην αρνητική του εντύπωση είναι σημαντική.** Σηματοδοτεί το υψηλότερο επίπεδο αποδοκimasίας για τον Κάρνεϊ από τότε που έγινε πρωθυπουργός και περιορίζει την καθαρή ευνοϊκότητά του στο συν 10.

Η αλλαγή μπορεί να αντανάκλα ένα μείγμα αυξημένων κομματικών τριβών, οικονομικής πίεσης ή απογοήτευσης από τις πρόσφατες κυβερνητικές ενέργειες. Αν και εξακολουθεί να βρίσκεται σε καθαρό θετικό έδαφος, αυτή είναι η πρώτη ένδειξη εδώ και μήνες ότι οι αντιλήψεις του κοινού για τον Carney μπορεί να σκληραίνουν.

Οι βαθμολογίες του Pierre Poilievre παραμένουν σταθερές. Το 39% τον βλέπει θετικά και το 44% τον βλέπει αρνητικά, με καθαρή βαθμολογία μείον 5. Αυτοί οι αριθμοί παρέμειναν σταθεροί για το μεγαλύτερο μέρος του φθινοπώρου, ενισχύοντας τις πολωμένες και ανθεκτικές απόψεις γύρω από την ηγεσία του.

ΑΔΙΕΞΟΔΟ ΣΤΗΝ ΠΡΟΘΕΣΗ ΨΗΦΟΥ

Εάν διεξάγονταν εκλογές σήμερα, οι Φιλελεύθεροι και οι Συντηρητικοί θα λάμβαναν ο καθένας το 41% των ψήφων! Αυτό δεν αντικατοπτρίζει καμία αλλαγή για τους Φιλελεύθερους, ενώ οι Συντηρητικοί έχουν άνοδο +1% από την προηγούμενη μέτρηση.

Από τα υπόλοιπα κόμματα, το NDP είναι στο 9%, το Μπλοκ του Κεμπέκ στο 6%, οι Πράσινοι στο 2% και το Λαϊκό Κόμμα στο 1%.



Ο σταθμός της ζωής σας!

55 χρόνια έγκυρη και υπεύθυνη ενημέρωση

- Τελευταίες ειδήσεις και έκτακτη επικαιρότητα...
- Ενδιαφέρουσες συνεντεύξεις με εκλεκτούς φιλοξενούμενους...
- Ποιοτική μουσική...

Κάθε Σάββατο 9:00 π.μ. - 2:00 μ.μ.

Με μία έμπειρη ομάδα συνεργατών, υπό τη διεύθυνση και τον συντονισμό του Μιχάλη Τελλίδη



ΧΟΝΔΡΙΚΗ ΚΑΙ ΛΙΑΝΙΚΗ ΠΩΛΗΣΗ
• ΤΙΜΕΣ ΑΣΥΝΑΓΩΝΙΣΤΕΣ •

**Είδη για γάμους και
βαπτίσεις από το
Α ως το Ω**

- Εκκλησιαστικά και Θρησκευτικά είδη
- Μπομπονιέρες και είδη δώρων σε αποκλειστικότητα

937 rue Saint-Roch
Montréal, Qc.
Tel. (514) 274-4907

4901 Notre Dame
Laval, Qc.
Tel. (450) 902-0142



ΕΛΛΑΔΑ | ΠΟΛΙΤΙΚΗ

Χρονιά αλλαγής των πολιτικών συσχετισμών

Το πολιτικό σύστημα μπαίνει σε μια φάση αναδιάρθρωσης όπου ο καθένας παίζει άμυνα και επίθεση ταυτόχρονα

Κάθε Πρωτοχρονιά η δημοσιογραφική συνήθεια επιβάλλει την ανασκόπηση του έτους που έφυγε και την προεπισκόπηση όσων η νέα χρονιά φέρνει μαζί της, κι αν κάποιος ήθελε να είναι πολύ περιληπτικός στην περιγραφή του, θα έλεγε τα εξής πολύ απλά: ότι το 2025 τα εγχώρια πολιτικά πράγματα περιστράφηκαν, με τον έναν ή τον άλλο τρόπο, γύρω από τις υποθέσεις των Τεμπών και του ΟΠΕΚΕΠΕ κι ότι το 2026 θα είναι – εκτός συγκλονιστικού απροόπτου – το έτος των ανακατατάξεων και της αλλαγής των πολιτικών συσχετισμών.

Το 2026 δεν είναι απλώς ένας προεκλογικός προθάλαμος. Δεδομένου, μάλιστα, ότι είναι πλέον αρκετοί εκείνοι που υποστηρίζουν, πως είτε στα τέλη Μαρτίου είτε στις αρχές Οκτωβρίου να στηθούν πρόωρες εθνικές κάλπες, όλα συνηγορούν στο να μετατραπεί η πολιτική αντιπαράθεση σε πεδίο μάχης, όχι μόνο ανάμεσα σε κόμματα, αλλά ανάμεσα σε αφηγήματα, μνήμες και προσδοκίες.

Το πολιτικό σύστημα μπαίνει σε μια φάση αναδιάρθρωσης, όπου ο καθένας παίζει άμυνα και επίθεση ταυτόχρονα, με έναν κοινό στόχο: να διαμορφώσει τους συσχετισμούς πριν αυτοί παγιωθούν εις βάρος του.

Η ακόμη μεγαλύτερη πρόκληση για τα παραδοσιακά κόμματα; Ότι η κοινωνία είναι πιο κατακερματισμένη, πιο καχύποπτη, λιγότερο πιστή, πράγμα που σημαίνει ότι το πολιτικό στοίχημα – εκλογικό ή μη – του 2026 δεν κερδίζεται με τις ηγεσίες στον αυτόματο πιλότο.

Είναι ξεκάθαρο για παράδειγμα, ότι η κυβέρνηση Μητσοτάκη έχει εξαντληθεί και κινδυνεύει να γκρεμιστεί ακόμη από το πιο μικρό ασύμμετρο γεγονός. Έστω κι αν δεν το ομολογούν, αυτά τα γνωρίζουν οι επιτελάρχες του Μαξίμου εξ ου και δε θα στοιχημάτιζαν την παρουσία τους ότι η Ν.Δ. θα αντέξει στην εξουσία ακόμη 500 ημέρες, μέχρι δηλαδή την άνοιξη του 2027 που λήγει η «γαλάζια» τετραετία.

Ας κρατήσουμε κι αυτό: Στο υφιστάμενο πολύ ρευστό τοπίο, η συζήτηση για νέα κόμματα δεν είναι κουτσομπολιό παρασκηνίου, αλλά πολιτικό γεγονός εν αναμονή. Η πιθανότητα δημιουργίας κόμματος από τον Αλέξη Τσίπρα λει-

τουργεί ήδη ως βαρυτικό πεδίο στο χώρο της Κεντροαριστεράς. Δεν αφορά μόνο το «αν» και «πότε», αλλά το «πώς».

Δηλαδή με ποιο αφήγημα, με ποια κοινωνική συμμαχία, με ποια απόσταση από τα τραύματα της διακυβέρνησης 2015-2019.

Ένα τέτοιο εγχείρημα θα αναγκάσει όλους τους παίκτες του χώρου να επαναπροσδιοριστούν, είτε το θέλουν είτε όχι.

Στον αντίποδα, αυτό που τρέμει όσο τίποτα άλλο το Μαξίμου: ένα ενδεχόμενο κόμμα Σαμαρά που θα επιχειρούσε να εκφράσει κάτι βαθύτερο, όπως είναι η εθνική ανάγνωση της πολιτικής, η επαναφορά στις ρίζες και τις βάσεις της παράταξης.

Είναι άλλωστε πανθομολογούμενο, ότι μία τέτοια εξέλιξη θα είχε ευρύτερη απήχηση και θα επηρέαζε σημαντικά τους υπάρχοντες συσχετισμούς στη δεξιά πολυκατοικία.

Υπάρχει, τέλος, ο άγνωστος Χ που ακούει στο όνομα «κόμμα Καρυστιανού», που διαπρέπει μεν δημοσκοπικά αλλά οι... αστερίσκοι είναι πολλοί και μεγάλοι.

Έχει να πει κάτι περισσότερο από την καταγγελία, την αμφισβήτηση και την απαίτηση για δικαιοσύνη;

Ποια είναι η αποτελεσματική εναλλακτική που προτείνει λ.χ. για την τιθάσωση της ακρίβειας, την ενεργειακή ασφάλεια και τα ελληνοτουρκικά;

Γι' αυτά δεν έχουμε ακούσει τίποτα μέχρι στιγμής, όσο όμως η «μητέρα των Τεμπών» κερδίζει το δημόσιο διάλογο, επηρεάζει την ατζέντα και καθορίζει, ως ένα βαθμό τουλάχιστον, και το παιχνίδι.

Το κρίσιμο ερώτημα, επομένως, δεν είναι τόσο ο αριθμός των κομμάτων που θα υπάρχουν το 2026 αλλά το πόσες πραγματικές επιλογές θα προσφέρουν στον πολίτη.

Κι αν κάποια από αυτές τις επιλογές πείσει ότι υπάρχει κι άλλος δρόμος από τον κυνισμό, τους τακτικισμούς και την άκρατη επικοινωνία, τότε θα γκρεμιστεί με πάταγο το (ψεύτο)δίλλημα «Μητσοτάκης ή χάος».

Σε κάθε περίπτωση, το σκηνικό στήνεται από τώρα. Και αυτή τη φορά, κανείς δεν έχει την πολυτέλεια να πει ότι «δεν το είδε να έρχεται».

© iapopsi.gr

St.
Pius X
CAREER CENTRE

Start your life!
Live your dream!



OUR PROGRAMS

Accounting



Starting a Business



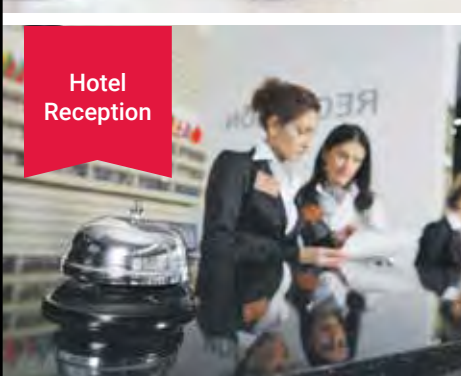
Secretarial and Legal Studies



Sales Representation Professional Sales



Hotel Reception



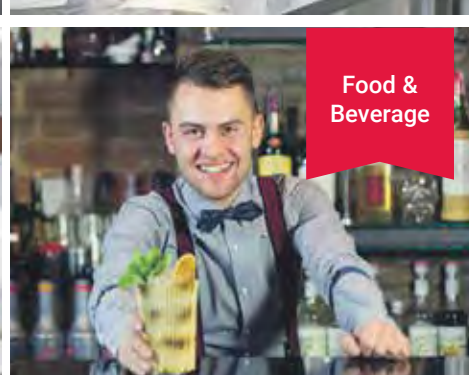
Professional Cooking



Contemporary Professional Pastry Making



Food & Beverage



REGISTER TODAY **514-381-5440**

PIUSCENTRE.COM

9955, Papineau Ave., Montreal, QC H2B 1Z9



Commission scolaire English-Montréal
English Montreal School Board

FOLLOW US ON





Στο απόγειο του ο «γαλάζιος» εμφύλιος

Αγριεμένοι οι αγροτοσυνδικαλιστές που καταγγέλλουν επιλεκτικούς ελέγχους προερχόμενους από το Μαξίμου ■ «Η κυβέρνηση επιλέγει να ποινικοποιεί τη διαμαρτυρία αντί να επιλύει προβλήματα»

Του Μιχάλη Κωτσάκου
© iapopsi.gr

Ο τρόπος που το Μαξίμου χειρίζεται τις αγροτικές κινητοποιήσεις έχει δημιουργήσει καταστάσεις εμφυλίου στο εσωτερικό της Νέας Δημοκρατίας, με τους «γαλάζιους» αγροτοσυνδικαλιστές σε Θεσσαλία και Μακεδονία να δηλώνουν αποφασισμένοι να φτάσουν έως τα άκρα, απειλώντας ότι θα βγάλουν στο... κλαρί (όπως λένε χαρακτηριστικά) τους βουλευτές της Νέας Δημοκρατίας.

Και στο παρελθόν είχε συμβεί πολλές φορές να υπάρχουν εσωκομματικές κόντρες μεταξύ συνδικαλιστών και κόμματος – όχι μόνο στη Νέα Δημοκρατία αλλά και επί κυβερνήσεων ΠΑΣΟΚ – όμως τώρα η κατάσταση στην κυριολεξία έχει ξεφύγει. Και σχεδόν σε καθημερινή βάση βλέπουμε τους «γαλάζιους» αγροτοσυνδικαλιστές όχι μόνο να αφήνουν δηλητηριώδεις αιχμές κατά αξιωματούχων του κυβερνώντος κόμματος, αλλά αφήνουν να εννοηθεί ότι γνωρίζουν πολλά για το σκάνδαλο του ΟΠΕΚΕΠΕ κι αναμένουν τις εξελίξεις για να μιλήσουν. Λειτουργούν σαν να έχουν το καλό φύλλο στην παρτίδα και περιμένουν.

Είναι χαρακτηριστικό ότι οι αγροτοσυνδικαλιστές που ανήκουν σε άλλα κόμματα αποφεύγουν να πουν το οτιδήποτε για τον ΟΠΕΚΕΠΕ, ζητώντας μόνο να υπάρξει τιμωρία των ενόχων, ενώ οι «γαλάζιοι» στέλνουν μηνύματα προς κάθε κατεύθυνση. Και στις δηλώσεις τους προς τους δημοσιογράφους που βρίσκονται στα μπλόκα αφήνουν να εννοηθεί, ότι σύντομα η κοινωνία θα ενημερωθεί για τη δράση βουλευτών και στελεχών του κυβερνώντος κόμματος στο σκάνδαλο του ΟΠΕΚΕΠΕ.

Ήδη δημοσιοποιήθηκε, πως ερευνώνται ως ύποπτοι για παρανομίες τρεις από τους σκληρούς των αγροτικών μπλόκων, που είναι σάρκα εκ της σαρκός της Νέας Δημοκρατίας.

Ο λόγος για τον Κώστα Ανεστίδη, τον Γιώργο Μπότα και τον Κώστα Μητροδήμο. Μάλιστα όπως κατήγγειλε ο κ. Ανεστίδης τις επόμενες ημέρες θα υπάρξει δημοσιοποίηση ότι ελέγχονται άλλοι δύο αγροτοσυνδικαλιστές, που προέρχονται από τη Νέα Δημοκρατία για παράνομες επιδοτήσεις.

Αυτοί που μέχρι πρόσφατα δήλωναν «στρατιώτες της παράταξης», πλέον φέρονται αποφασισμένοι να δώσουν το δικό τους αγώνα, από τη μία να αποδείξουν ότι δεν ενέχονται – όπως τους κατηγορούν – σε παράνομες επιδοτήσεις και από την άλλη να πολεμήσουν τους μηχανισμούς εντός της Νέας Δημοκρατίας, ή ακόμη και να προτιμήσουν άλλα κόμματα στις επόμενες εκλογές.

Χαρακτηριστική είναι η δήλωση του αγροτοσυνδικαλιστή από τη Θεσσαλία, Κώστα Μητροδήμου, όπου παραδέχθηκε αυτό που ψιθυρίζεται εδώ και καιρό στους αγροτικούς κύκλους: «Είμαστε δεξιοί και μας πολεμούν από την ίδια μας την παράταξη». Ο Κώστας Μητροδήμος περιέγραψε έναν εσωτερικό πόλεμο όπου κομματικοί μηχανισμοί, διαρροές και δημοσιεύματα λειτουργούν ως όπλα εξόντωσης. Η τοποθέτησή του δεν αφορά μόνο τον ίδιο. Μαζί με τους Ανεστίδη και Μπότα, εμφανίζεται ως ο τρίτος κρίκος μιας αλυσίδας ελέγχων που, όπως καταγγέλλει, δεν είναι ούτε τυχαίοι, ούτε ουδέτεροι πολιτικά.

ΟΙ ΒΑΡΙΕΣ ΣΚΙΕΣ

Τα δημοσιεύματα που προκάλεσαν την έκρηξη του Μητροδήμου έκαναν λόγο για αποζημιώσεις άνω των 300.000 ευρώ την περίοδο 2020-2025, με εισφορές στον ΕΛΓΑ που φέρονται να είναι δυσανάλογα χαμηλές. Ειδική μνεία γίνεται στις πλημύρες «Daniel» και «Elias» του 2023 και στις δηλώσεις καταστροφών σε αγροτε-

μάχια στο Καλοχώρι, όπου – σύμφωνα με πηγές – οι εκτιμητές του ΕΛΓΑ κατέγραψαν πολύ μικρότερες ζημιές από αυτές που δηλώθηκαν. Ο ίδιος, πάντως, απορρίπτει κάθε υπαινιγμό παρανομίας και απαντά με προκλητικό τρόπο: «Αν ήμουν παράνομος, θα ήμουν έξι μήνες απλήρωτος;». Υποστηρίζει ότι οι αποζημιώσεις μειώνονται, οι πληρωμές καθυστερούν και οι αγρότες στοχοποιούνται τη στιγμή που διεκδικούν τα αυτονόητα.

Σε μια δήλωση που αποτυπώνει το κλίμα σύγκρουσης, ο Κώστας Μητροδήμος δηλώνει ότι δε φοβάται κανέναν έλεγχο. Αντιθέτως, τους προκαλεί ανοιχτά. «Οι λογαριασμοί μου έχουν λεφτά μέσα. Ανυπομονώ να μου τους δεσμεύσουν να δείτε πανηγύρι που θα γίνει», λέει, καταγγέλλοντας ταυτόχρονα ότι η Δικαιοσύνη κινείται επιλεκτικά. Κατά τον ίδιο, «τα ονόματα που βγαίνουν στα μανταλάκια είναι αυτά των αγροτών που βρίσκονται στα μπλόκα και σηκώνουν κεφάλι, ενώ οι πραγματικοί επιτήδειοι μένουν στο απυρόβλητο».

ΜΗΝΥΤΗΡΙΑ ΑΝΑΦΟΡΑ

Από την πλευρά του, ο Γιώργος Μπότας κατέθεσε μηνυτήρια αναφορά στον εισαγγελέα Εφετών Θεσσαλονίκης, για «παραβίαση προσωπικών δεδομένων και του απορρήτου της δικογραφίας» σχετικά με την έρευνα που διενεργείται για επιδοτήσεις που έλαβε από τον ΟΠΕΚΕΠΕ.

«Η υπόθεση έχει πάρει το δρόμο της δικαιοσύνης. Έχω εμπιστοσύνη στην ελληνική δικαιοσύνη, δεν έχω να φοβηθώ τίποτε. Καθαρός ουρανός, αστραπές δε φοβάται. Θα το πάμε μέχρι τέλους, μέχρι την τελική δικαίωση, για να τελειώνει ο πόλεμος λάσπης που έχω δεχτεί, χωρίς να μου δώσουν το δικαίωμα να αποδείξω την αθωότητά μου, καθώς διέρρευσαν προσωπικά δεδομένα, που αυτό ήταν κατ'άπτυστο», δήλωσε ο Γιώργος Μπότας,

ορυζοπαραγωγός και γενικός γραμματέας του αγροτικού συνεταιρισμού Χαλάστρας. Μάλιστα, η δικηγόρος του Ανθούλα Ανάσογλου, έμπειρη ποινικολόγος, είναι κατηγορηματική για τον εντολέα της: «Ό,τι έχει εισπράξει το έχει δηλώσει και ό,τι ακίνητο υπάρχει, άρα δεν έχουμε κάτι ύποπτο. Όλα είναι απλώς μια διασταύρωση φορολογικών στοιχείων».

Και βέβαια δεν πρέπει να λησμονηθεί ότι ο πρώτος που άνοιξε το χορό είναι ο Κώστας Ανεστίδης (ελέγχεται κι αυτός, ενώ έχουν ήδη δεσμευθεί τα περιουσιακά τους στοιχεία), ο οποίος ήδη κατήγγειλε τον πρώην πρόεδρο του ΟΠΕΚΕΠΕ και νυν βουλευτή Β' Θεσσαλονίκης, Θεοφάνη Παππά, ότι αυτός μάθαινε τα κόλπα στους αγρότες για τις δηλώσεις του ΟΠΕΚΕΠΕ. Μάλιστα οι καταγγελίες έγιναν σε αντιπαράθεση που είχαν ζωντανά σε τηλεοπτική εκπομπή.

Η εικόνα που περιγράφουν οι «γαλάζιοι» που βρίσκονται στα μπλόκα δείχνουν το πώς σκέφτεται το σύνολο των ψηφοφόρων του κυβερνώντος κόμματος από τον αγροτοκτηνοτροφικό χώρο: «Έχουμε μπροστά μας μια κυβέρνηση που, αντί να λύσει τα προβλήματα του πρωτογενούς τομέα, επιλέγει να ποινικοποιήσει τη διαμαρτυρία και να μετατρέψει τους δικούς της ανθρώπους σε εχθρούς».

Το συμπέρασμα που εξάγεται είναι ότι στη Νέα Δημοκρατία οι εσωτερικές αντιθέσεις έχουν ξεφύγει από κάθε έλεγχο. Και μέσα σε αυτόν τον κομματικό καβγά, οι αγρότες – παραδοσιακό στήριγμα της παράταξης – βρίσκονται πλέον στο στόχαστρο, πληρώνοντας το τίμημα ενός δεξιού εμφυλίου που μόλις ξεκίνησε. Και όσο συνεχίζουν οι «γαλάζιοι» αγροτοσυνδικαλιστές να φωτογραφίζονται με τη Μαρία Καρυστιανού, τον Κυριάκο Βελόπουλο και άλλα πρόσωπα από κόμματα δεξιότερα της Ν.Δ., τόσο ο εμφύλιος θα εντείνεται.

CJLV

1570 AM

Ράδιο Ακρίτες

Του Μόντρεαλ

με τον **Κώστα Δανιηλίδη**
και την **Βασιλική Λαντζανάκη**



**Ένα ποικίλο
και ευχάριστο
πρόγραμμα στο
1570AM
Κάθε Σάββατο
και Κυριακή
στις 3-5 μμ.
Πληροφορίες:
514 617 0077**



Το Κεμπέκ άνοιξε το 2026 με νέο γύρο σύγκρουσης στην υγεία

Bill 2, πίεση στους γιατρούς
και αγωνία για τους ασθενείς

Του Δημήτρη Ηλία

Local Journalism Initiative Reporter for Ta NEA
dimitri@newsfirst.ca

Το Κεμπέκ μπήκε στο 2026 με μια υγειονομική συζήτηση, που ξεπερνά κατά πολύ το ζήτημα των αμοιβών των γιατρών και αγγίζει τον πυρήνα της πρόσβασης στην περίθαλψη. Στις 2 Ιανουαρίου, ρεπορτάζ στο Μόντρεαλ κατέγραψε το κλίμα επιφυλακής και αβεβαιότητας που επικρατεί στο ιατρικό σώμα της επαρχίας, μετά την αναβολή και την επικείμενη αναθεώρηση του περίφημου Bill 2, με νέα προθεσμία την 28^η Φεβρουαρίου. Το νομοσχέδιο, που επρόκειτο να αποτελέσει κεντρικό εργαλείο μεταρρύθμισης της πρωτοβάθμιας φροντίδας, μετατράπηκε σε πεδίο ανοιχτής πολιτικής τριβής μέσα στις πρώτες ημέρες του νέου έτους.

Η ουσία της σύγκρουσης είναι πολιτικά εκρηκτική. Το Bill 2 συνδέθηκε με ένα μοντέλο που θα συνέδεε μέρος της αμοιβής των γιατρών με στόχους απόδοσης, στο πλαίσιο της κυβερνητικής προσπάθειας να βελτιωθεί η πρόσβαση των πολιτών σε οικογενειακούς γιατρούς και βασικές υπηρεσίες υγείας. Η λογική ήταν σαφής, περισσότερη χρηματοδότηση με αντάλ-

λαγμα μετρήσιμα αποτελέσματα. Στην πράξη όμως, η αντίδραση υπήρξε έντονη. Οικογενειακοί γιατροί και επαγγελματικές ενώσεις προειδοποίησαν, ότι τέτοιες ρυθμίσεις κινδυνεύουν να οδηγήσουν σε αποχώρηση προσωπικού από το δημόσιο σύστημα, σε κλείσιμο μικρών κλινικών και σε περαιτέρω αποσταθεροποίηση ενός ήδη πιεσμένου δικτύου πρωτοβάθμιας φροντίδας.

Για τους ηλικιωμένους, το ζήτημα δεν είναι θεωρητικό ούτε ιδεολογικό. Οι seniors αποτελούν τους συχνότερους και πιο σταθερούς χρήστες του συστήματος υγείας και συχνά αντιμετωπίζουν σύνθετες ανάγκες, χρόνια νοσήματα, πολλαπλές φαρμακευτικές αγωγές, ανάγκη παρακολούθησης από περισσότερες της μίας ειδικότητες και, πάνω απ' όλα, ανάγκη για ένα σταθερό οικογενειακό γιατρό που γνωρίζει το ιστορικό τους.

Όταν η πρωτοβάθμια φροντίδα παρουσιάζει κενά, το κόστος δεν εξαφανίζεται. Μεταφέρεται στα επείγοντα, στις εισαγωγές, στις καθυστερήσεις εξετάσεων και τελικά στην ίδια την οικονομία, με αυξημένες δημόσιες δαπάνες, χαμένες εργατώρες φροντιστών και οικογενειακή εξάντληση.

Το ίδιο ρεπορτάζ της 2^{ας} Ιανουαρίου ανέδειξε και μια αλλαγή προσώπων με σαφή πολιτικό συμβολισμό. Η αποχώρηση του Christian Dubé από το φάκελο της υγείας παρουσιάστηκε ως αποτέλεσμα δύσκολων διαπραγματεύσεων με τις ιατρικές ενώσεις, ενώ το χαρτοφυλάκιο περνά πλέον στη Sonia Bélanger. Η αλλαγή αυτή ερμηνεύεται ως προσπάθεια της κυβέρνησης να επανατοποθετηθεί, αναζητώντας ένα νέο τόνο διαλόγου, που θα επιτρέψει την προώθηση μεταρρυθμίσεων χωρίς μια ανοιχτή ρήξη με το ιατρικό σώμα.

Στο δημόσιο διάλογο, τέτοιες μεταρρυθμίσεις παρουσιάζονται συχνά ως σύγκρουση «συντεχνιών» με το κράτος. Ωστόσο, η πραγματική δοκιμή για το Bill 2 και κάθε παρόμοια πρωτοβουλία, δε βρίσκεται στους τίτλους των νομοσχεδίων ούτε στους δείκτες των υπουργικών αναφορών. Βρίσκεται στην καθημερινή εμπειρία του ασθενούς, στο αν μπορεί να κλείσει ραντεβού, στο αν θα χρειαστεί να καταφύγει στα επείγοντα για ένα πρόβλημα που θα έπρεπε να λυθεί σε πρωτοβάθμιο επίπεδο. Στο Κεμπέκ, όπου μεγάλος αριθμός πολιτών εξακολουθεί να μην έχει σταθερό οικογενειακό γιατρό, κάθε περίοδος αβεβαιότητας, ακόμη και ολίγων

εβδομάδων, λειτουργεί αποτρεπτικά για τη στελέχωση και αποθαρρύνει νέους γιατρούς από το να επενδύσουν στο δημόσιο σύστημα.

Η οικονομική διάσταση της κρίσης είναι εξίσου βαριά. Η υγεία αποτελεί έναν από τους μεγαλύτερους πυλώνες δημόσιας δαπάνης στην επαρχία και κάθε καθυστέρηση στην πρωτοβάθμια φροντίδα διογκώνει το κόστος της νοσοκομειακής περίθαλψης, που είναι και η ακριβότερη βαθμίδα του συστήματος. Για τους ηλικιωμένους, αυτό μεταφράζεται σε μακρύτερους χρόνους αναμονής, περισσότερες επισκέψεις στα επείγοντα και μια καθημερινότητα όπου το «θα το δούμε» γίνεται συχνά μόνιμη απάντηση.

Το κρίσιμο ερώτημα μέχρι την 28^η Φεβρουαρίου δεν είναι αν το Bill 2 θα επιστρέψει απλώς «βελτιωμένο» στα χαρτιά. Είναι αν το Κεμπέκ μπορεί να χτίσει πραγματική εμπιστοσύνη με τους γιατρούς του, χωρίς να εγκαταλείψει την απαίτηση των πολιτών για ουσιαστική πρόσβαση στην περίθαλψη. Και σε αυτή την εξίσωση, οι ηλικιωμένοι βρίσκονται πρώτοι στη γραμμή, γιατί αυτοί πληρώνουν ακριβότερα κάθε ημέρα που το σύστημα υγείας αδυνατεί να βρει ισορροπία.

MEDIA-TREK®

mediatrek.ca

(450) 978-0070

info@mediatrek.ca



NOW OFFERING TOP BRANDS OF APPAREL!



Μήπως έχεις ΧΑΜΗΛΗ ΤΕΣΤΟΣΤΕΡΟΝΗ; Αυτά είναι τα σημάδια που θα το καταλάβεις...

Η τεστοστερόνη είναι κάτι πολύ περισσότερο από αυτό που συνήθως φανταζόμαστε – δεν αφορά μόνο τη σεξουαλική επιθυμία ή τη μυϊκή δύναμη. Είναι βασικό στοιχείο για την υγεία των ανδρών, με επιρροή στον εγκέφαλο, στα κόκαλα, στη διάθεση και στη φυσική κατάσταση. Όταν όμως τα επίπεδά της πέφτουν – και δε μιλάμε μόνο για την τρίτη ηλικία – το σώμα δίνει σημάδια. Ίσως διακριτικά, αλλά υπαρκτά. Παρόλο που είναι φυσιολογικό η τεστοστερόνη να μειώνεται με τα χρόνια, σε πολλούς άντρες η πτώση ξεκινά ήδη από τα 20 ή τα 30! Συχνά, δεν το καταλαβαίνουν καν. Γι' αυτό συγκεντρώσαμε εδώ τα πιο ήπια αλλά ξεκάθαρα σημάδια, που μπορεί να δείχνουν ότι κάτι δεν πάει καλά με τα επίπεδά της.

ΤΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΟΤΙ ΕΧΕΙΣ ΧΑΜΗΛΗ ΤΕΣΤΟΣΤΕΡΟΝΗ

1] Δεν έχεις καμία διάθεση για σεξ χωρίς προφανή λόγο: Αν η λίμπιντο έχει εξαφανιστεί, ίσως να μη φταίει η πίεση ή η ρουτίνα. Η χαμηλή τεστοστερόνη είναι από τους πιο βασικούς λόγους μειωμένης ερωτικής επιθυμίας. Λιγότερες σκέψεις, λιγότερα ερεθίσματα, καθόλου φαντασιώσεις. Δεν το φαντάζεσαι: η τεστοστερόνη επηρεάζει άμεσα τον εγκέφαλο στα κέντρα της διέγερσης.

2] Έχεις θέματα με τη στύση (και όχι μόνο από άγχος): Δεν είναι μόνο ότι

δεν ανταποκρίνεσαι όπως θα ήθελες. Χαμηλά επίπεδα τεστοστερόνης μπορεί να οδηγήσουν σε λιγότερες αυθόρμητες στύσεις, μειωμένη ένταση οργασμού και γενικά απομάκρυνση από τη σεξουαλική πράξη. Δεν είναι η μόνη αιτία στυτικής δυσλειτουργίας, αλλά είναι από τις πιο υποτιμημένες.

3] Χάνεις μυς παρότι προπονείσαι: Αν γυμνάζεσαι αλλά βλέπεις ότι χάνεις όγκο ή δεν έχεις δύναμη, ίσως φταίει κάτι άλλο πέρα από τη διατροφή. Η τεστοστερόνη είναι σημαντική για τη μυϊκή ανάπτυξη. Όταν πέφτει, το σώμα σταματά να χτίζει και αρχίζει να διαλύει αυτό που ήδη έχει.

4] Μειώνεται το μέγεθος του πέους ή των όρχεων: Ακούγεται ανησυχητικό, αλλά είναι αληθινό. Η τεστοστερόνη βοηθά στο να διατηρούν τα γεννητικά όργανα το μέγεθος και τη σφριγηλότητά τους. Αν πέσει, μπορεί να υπάρξει μικρή συρρίκνωση ή μαλάκωμα. Συνήθως, με θεραπεία, το φαινόμενο αντιστρέφεται.

5] Βάζεις λίπος στην κοιλιά χωρίς να έχεις αλλάξει κάτι: Η τεστοστερόνη σχετίζεται με το λίπος στην κοιλιά. Όταν πέφτει, το σώμα αποθηκεύει πιο εύκολα λίπος γύρω από τα όργανα – και αυτό με τη σειρά του ρίχνει ακόμα περισσότερο την τεστοστερόνη. Ένας φαύλος κύκλος.

6] Νιώθεις μόνιμη «θολούρα» στο μυαλό: Δυσκολεύεσαι να συγκεντρωθείς ή να θυμηθείς πράγματα; Δεν είναι

τυχαίο. Η τεστοστερόνη παίζει ρόλο στη μνήμη και την καθαρή σκέψη. Όταν πέφτει, ο εγκέφαλος δε λειτουργεί όπως πριν.

7] Η διάθεσή σου είναι χαμηλή χωρίς εξήγηση: Αν έχεις ανεξήγητη κατήφεια, εκνευρισμό ή άγχος, μπορεί να φταίει η τεστοστερόνη. Δεν επηρεάζει μόνο το σώμα, αλλά και τα σημεία του εγκεφάλου που ρυθμίζουν τα συναισθήματα.

8] Τα κόκαλά σου γίνονται πιο αδύναμα: Η τεστοστερόνη διατηρεί την οστική πυκνότητα. Όταν λείπει, μπορεί να έχεις πόνο στη μέση ή να καμπουριάζεις. Δε χρειάζεται να είσαι μεγάλος σε ηλικία για να σου συμβεί.

9] Χάνεις τρίχες από το πρόσωπο και το σώμα: Αν δε χρειάζεται να ξυριστείς συχνά όπως παλιά ή αν η γενειάδα σου αραιώνει, μπορεί να φταίει η χαμηλή τεστοστερόνη. Αυτή είναι που δίνει ώθηση στην ανάπτυξη της τρίχας.

10] Είσαι συνεχώς κουρασμένος, παρόλο που κοιμάσαι: Αν νιώθεις εξαντλημένος, χωρίς ενέργεια ή κίνητρο, μπορεί να είναι σημάδι ορμονικής έλλειψης. Η τεστοστερόνη επηρεάζει άμεσα την ενέργεια του οργανισμού.

11] Έχεις παρατηρήσει ανάπτυξη στο στήθος: Όταν αυξάνεται το λίπος στο σώμα, μετατρέπεται η τεστοστερόνη σε οιστρογόνα. Έτσι μπορεί να εμφανιστεί γυναικομαστία (στήθος) και ευαισθησία στις θηλές. Δεν είναι σπάνιο.

12] Μπορεί να έχεις αναιμία χωρίς να το ξέρεις: Η τεστοστερόνη βοηθά στην παραγωγή ερυθρών αιμοσφαιρίων. Αν τα επίπεδά της πέσουν, μπορεί να εμφανιστεί αναιμία, που συνοδεύεται από κόπωση, πονοκεφάλους ή ζαλάδα.

13] Η καρδιά σου ίσως κινδυνεύει: Ορισμένες έρευνες δείχνουν σύνδεση ανάμεσα σε χαμηλή τεστοστερόνη και αυξημένο κίνδυνο καρδιαγγειακών προβλημάτων. Δεν είναι απόλυτο, αλλά είναι κάτι που αξίζει προσοχής.

ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ ΑΝ ΥΠΟΨΙΑΖΕΣΑΙ ΧΑΜΗΛΗ ΤΕΣΤΟΣΤΕΡΟΝΗ

Αν έχεις αναγνωρίσει αρκετά από αυτά τα σημάδια, είναι καιρός να απευθυνθείς σε γιατρό. Η διάγνωση γίνεται με αιματολογικό έλεγχο το πρωί, όταν τα επίπεδα είναι στα υψηλότερά τους. Αν η εξέταση δείξει έλλειψη και έχεις σχετικά συμπτώματα, μπορεί να προταθεί θεραπεία ορμονικής υποκατάστασης (TRT) για να επανέλθει η ισορροπία στο σώμα, το μυαλό και τη σεξουαλική σου ζωή. **Προσοχή: Μην πάρεις συμπληρώματα μόνος σου.** Η τεχνητή αύξηση τεστοστερόνης χωρίς έλεγχο μπορεί να έχει σοβαρές παρενέργειες. Χαμηλή τεστοστερόνη δε σημαίνει ότι είσαι «λιγότερο άντρας». Σημαίνει ότι το σώμα σου χρειάζεται φροντίδα. Άκουσέ το. Τα σημάδια υπάρχουν – απλώς πρέπει να τα αναγνωρίσεις και να δράσεις.



Jean Coultu

**Η ιδιοκτήτρια φαρμακοποιός
Κατερίνα Καραϊνδρος σας περιμένει
να σας εξυπηρετήσει**



- Ανανέωση των συνταγών φαρμάκων και φαρμακευτική παρακολούθηση
- Φαρμακοποιός πάντα στην διάθεση σας
- Εχέμυθες φαρμακευτικές συμβουλές με ή χωρίς ραντεβού
- Ορθοπεδικά είδη, βιταμίνες, καλλυντικά (Lise watier, Biotherma), κολώνιες
- Δωρεάν διανομή
- Μεταφορά του φακέλου σας από οποιοδήποτε άλλο φαρμακείο. Επίσης αλλάζτε υποκατάστημα Jean-Coultu χωρίς σκοτούρες. Ο φάκελος σας θα σας ακολουθήσει.

ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ

ΑΠΟ ΝΟΣΟΚΟΜΑ

ΓΙΑ ΣΑΚΧΑΡΟ, ΧΟΛΗΣΤΕΡΙΝΗ,
ΠΙΕΣΗ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΥΧΟΝ ΕΜΒΟΛΙΑ

ΤΡΙΤΗ: ΑΠΟ 9 Π.Μ. - 3 Μ.Μ.

ΑΝΟΙΚΤΑ 7 ΗΜΕΡΕΣ
ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ
9:00π.μ.-8:00 μ.μ.

4691 Samson blvd.
(Corner 100th Ave)
450 686-2347

Δωρεάν διανομή με τα φάρμακα και ότι άλλο χρειαζόσαστε από το φαρμακείο μόνο με ένα τηλέφωνο στο 450-686-2347

krinos®

Toronto • Montreal • Vancouver



ΣΥΝΤΑΓΗ

Σαλάτα Φακές με Φέτα

Για να αγαπήσουν και τα παιδιά μας αυτά που τόσο αγαπήσαμε και εμείς!

Υλικά

- 300 γρ φακές
- 750 ml νερό
- 4 μέτριες ντομάτες, ψιλοκομμένες
- 1 μέτριο κόκκινο κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
- 1 ματσάκι φρέσκο μαϊντανό, ψιλοκομμένο
- ½ ματσάκι φρέσκια μέντα, ψιλοκομμένη
- 200 γρ φέτα Krinos, τριμμένη

Για το Dressing

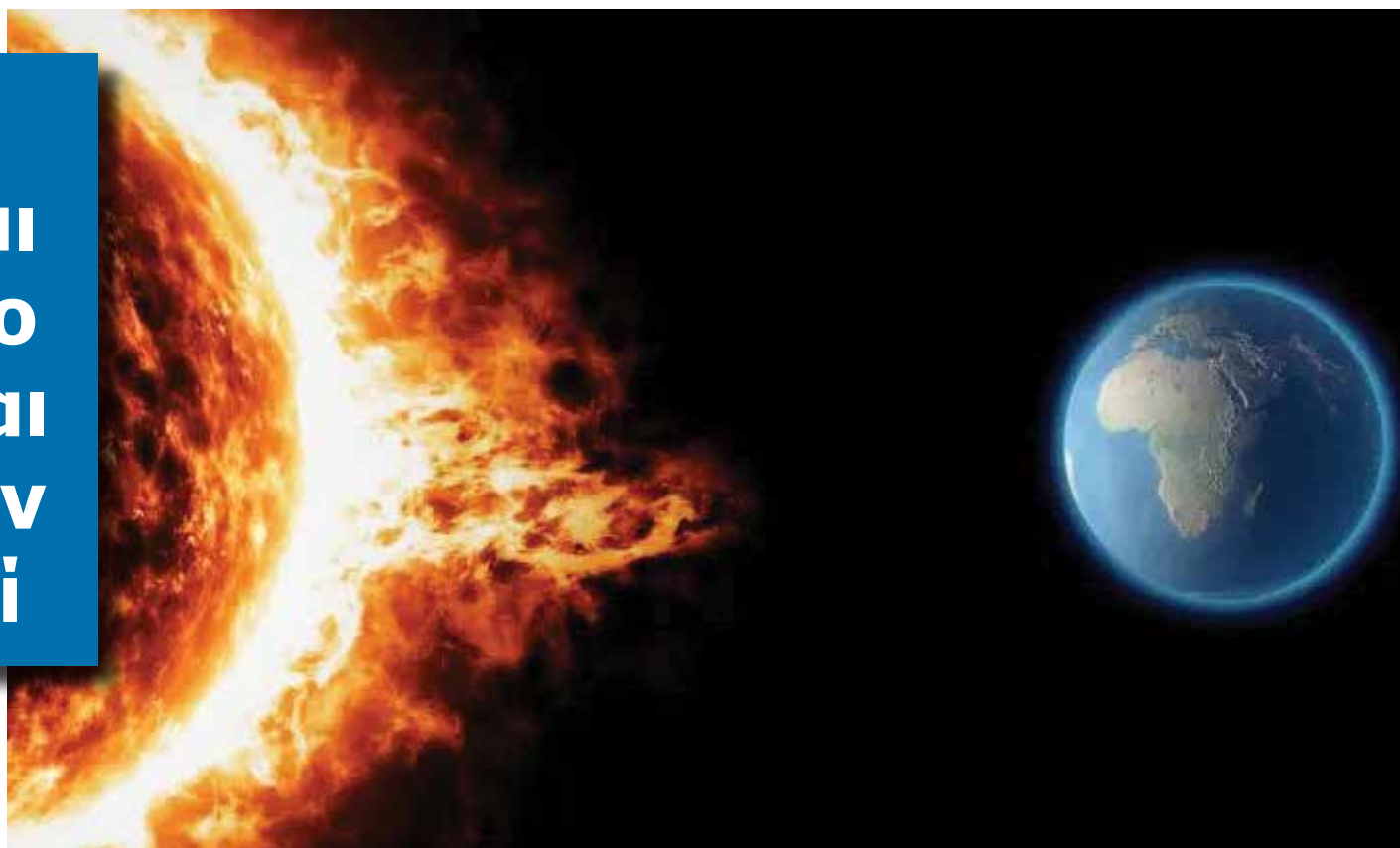
- 1 κουτ. του γλυκού κανέλα
- 1 κουτ. του γλυκού allspice
- 4 κουτ. της σούπας έξτρα παρθένο ελαιόλαδο Krinos
- Ξύσμα από 1 λεμόνι
- Χυμό από 2 λεμόνια
- Αλάτι & Πιπέρι

Εκτέλεση

1. Τοποθετούμε μία κατσαρόλα με το νερό σε μέτρια προς δυνατή φωτιά και βράζουμε τις φακές για 30-35 λεπτά.
2. Παράλληλα, σε ένα μικρό βαζάκι προσθέτουμε όλα τα υλικά για το dressing, κλείνουμε με το καπάκι και ανακινούμε καλά να ομογενοποιηθεί το μίγμα.
3. Μόλις οι φακές βράσουν (προσέχουμε να είναι λίγο al dente), τις σουρώνουμε, τις κρυνούμε με αρκετό τρεχούμενο νερό και αφού κρυνώσουν τις βάζουμε σε ένα μεγάλο μπολ.
4. Στο μπολ, προσθέτουμε την ντομάτα, το κρεμμύδι, το μαϊντανό, την μέντα και το dressing και ανακατεύουμε με ένα κουτάλι.
5. Διατηρούμε την σαλάτα στο ψυγείο μέχρι να σερβίρουμε για τουλάχιστον 30 λεπτά, για να απορροφήσει όλες τις γεύσεις. Την βάζουμε σε μια πιατέλα και τη γαρνίρουμε με την φέτα.



Ο ήλιος μας γίνεται όλο και πιο ενεργός και η NASA δεν ξέρει γιατί



Στο τέλος του τελευταίου ηλιακού κύκλου το 2019, οι επίσημες προβλέψεις έδειχναν ότι ο επόμενος κύκλος θα ήταν εξίσου αδύναμος με τον προηγούμενο, **γράφει το Science Alert**. Αυτές οι προβλέψεις αποδείχθηκαν λανθασμένες. Ο τρέχων ηλιακός κύκλος αποδείχθηκε πολύ πιο ισχυρός από ό,τι περίμεναν η NASA και η NOAA. Τώρα, οι επιστήμονες λένε ότι η δραστηριότητα του Ήλιου βρίσκεται σε ανοδική πορεία, εκτός των ορίων του 11ετούς ηλιακού κύκλου. Στην πραγματικότητα, μια νέα ανάλυση δεδομένων υποδηλώνει ότι η δραστηριότητα του Ήλιου αυξάνεται σταδιακά από το 2008.

«Όλα τα σημάδια έδειχναν ότι ο Ήλιος εισερχόταν σε μια παρατεταμένη φάση μειωμένης δραστηριότητας», λέει ο φυσικός Τζέιμι Τζασίνσκι από το Εργαστήριο Προώθησης Jet (JPL) της NASA. «Επομένως, το ότι η τάση αντιστράφηκε ήταν μία έκπληξη. Ο Ήλιος φαίνεται να “ξυπνάει” σιγά-σιγά».

Αν και ο Ήλιος φαίνεται σαν μια σταθερή και καθησυχαστική παρουσία κάθε μέρα, στην πραγματικότητα είναι αρκετά ευμετάβλητος. Μια από τις αλλαγές οι οποίες συμβαίνουν, είναι αυτό που ονομάζουμε ηλιακό κύκλο. Κάθε 11 χρόνια περίπου, ο Ήλιος υφίσταται αύξηση της δραστηριότητάς του μέχρι το ηλιακό μέγιστο, πριν μειωθεί ξανά στο ηλιακό ελάχιστο.

Αυτή η δραστηριότητα εκδηλώνεται με σημαντική αύξηση των ηλιακών κηλίδων,

των ηλιακών εκρήξεων και των εκτοξεύσεων στεμματικής μάζας στο ηλιακό μέγιστο, στιγμή κατά την οποία οι πόλοι του Ήλιου αντιστρέφουν την πολικότητά τους. Όλα είναι πολύ φυσιολογικά.

Σήμερα, βρισκόμαστε στον 25^ο καταγεγραμμένο ηλιακό κύκλο, πράγμα που σημαίνει ότι οι επιστήμονες παρατηρούν αυτό το φαινόμενο εδώ και αιώνες, χρησιμοποιώντας τις ηλιακές κηλίδες ως δείκτη για την καταγραφή της ηλιακής δραστηριότητας.

Ωστόσο, ακόμη και με αυτό το πλούσιο υλικό δεδομένων σχετικά με τον ηλιακό κύκλο, η πρόβλεψη της συμπεριφοράς του Ήλιου είναι μια ανακριβής τέχνη. Στο εσωτερικό του Ήλιου συμβαίνουν πολύ περισσότερα από όσα γνωρίζουμε, προκαλώντας αλλαγές που οι επιστήμονες προσπαθούν ακόμη να εξηγήσουν.

Για παράδειγμα, σε μια περίοδο 70 ετών, μεταξύ 1645 και 1715, δεν εμφανίστηκαν σχεδόν καθόλου ηλιακές κηλίδες – περίοδος γνωστή ως ελάχιστο Maunder. Μια παρόμοια περίοδος ηρεμίας σημειώθηκε μεταξύ 1790 και 1830, γνωστή ως ελάχιστο Dalton.

«Δε γνωρίζουμε γιατί ο Ήλιος πέρασε από ένα ελάχιστο 40 ετών από το 1790», λέει ο Τζέιμι Τζασίνσκι. «Οι μακροπρόθεσμες τάσεις είναι πολύ λιγότερο προβλέψιμες και είναι κάτι που ακόμα δεν κατανοούμε πλήρως».

Ο 22^{ος} και ο 23^{ος} ηλιακός κύκλος, που ξεκίνησαν το 1986 και το 1996 αντίστοιχα, ήταν αρκετά μέτριοι όσον αφορά τη δρα-

στηριότητα των ηλιακών κηλίδων. Παρόλα αυτά, η πίεση του ηλιακού ανέμου μειώθηκε σταθερά κατά τη διάρκεια και των δύο κύκλων, γεγονός που οδήγησε τους επιστήμονες να πιστεύουν ότι ενδέχεται να οδεύουμε προς κάτι παρόμοιο με τα φαινόμενα Maunder ή Dalton.

Το 2008 ξεκίνησε ο 24^{ος} ηλιακός κύκλος, ο οποίος κατέστη ένας από τους πιο αδύναμους ηλιακούς κύκλους που έχουν καταγραφεί, όσον αφορά τη δραστηριότητα των ηλιακών κηλίδων και των ηλιακών εκρήξεων. Οι επιστήμονες πίστευαν ότι ο ηλιακός κύκλος 25 θα ήταν παρόμοιος, αλλά το επίπεδο δραστηριότητάς του αποδείχθηκε υψηλότερο, πιο σύμφωνο με ένα μέσο ηλιακό κύκλο.

Ο Τζασίνσκι και ο συνάδελφός του, ο διαστημικός φυσικός Μάρκο Βέλι από το JPL, ανέλυσαν τώρα τα μακροπρόθεσμα ηλιακά δεδομένα και ανακάλυψαν κάτι εκπληκτικό. Το 2008, στην αρχή του 24^{ου} ηλιακού κύκλου, ο ηλιακός άνεμος άρχισε να γίνεται ισχυρότερος και συνέχισε να αυξάνεται σταθερά από τότε.

Αυτή η ισχύς μετράτε σε ταχύτητα, πυκνότητα, θερμοκρασία, θερμική πίεση, μάζα, ορμή, ενέργεια και μέγεθος του μαγνητικού πεδίου, τα οποία όλα έχουν σημειώσει αύξηση.

Ο Ήλιος είναι μια εξαιρετικά πολύπλοκη «μηχανή» και ένα πράγμα είναι σαφές: είναι πολύ δύσκολο να προβλέψουμε τι θα κάνει στη συνέχεια. Οι Τζασίνσκι και Βέλι πιστεύουν ότι οι ανακαλύψεις τους υποδηλώνουν ότι ενδέχεται να δούμε

μια εντατικοποίηση των βίαιων διαστημικών καιρικών φαινομένων, με ισχυρούς ανέμους, ηλιακές καταιγίδες, εκρήξεις και εκτοξεύσεις στεμματικής μάζας.

Τα αποτελέσματά τους συνάδουν και με μια άλλη πτυχή της συμπεριφοράς του Ήλιου: τον κύκλο Hale. Αυτός αντιπροσωπεύεται από ζεύγη ηλιακών κύκλων, με κάθε κύκλο Hale να διαρκεί 22 χρόνια και να τελειώνει όταν οι μαγνητικοί πόλοι επιστρέφουν στις αρχικές τους πολικότητες.

Ένας αυξανόμενος αριθμός στοιχείων υποδηλώνει, ότι ο κύκλος Hale είναι ο κύριος κύκλος και ότι κάθε ηλιακός κύκλος αντιπροσωπεύει μόνο το μισό του πλήρους κύκλου.

Προς το παρόν, η πίεση του ηλιακού ανέμου είναι ακόμη μικρότερη από ό,τι ήταν στις αρχές του 20^{ου} αιώνα. Ο μόνος τρόπος για να μάθουμε τι θα συμβεί στο μέλλον είναι να συνεχίσουμε τις παρατηρήσεις μας, για να δούμε αν η πίεση θα συνεχίσει να αυξάνεται ή θα παραμείνει σταθερή.

Οι ανακαλύψεις έχουν και ευρύτερες επιπτώσεις, προσθέτοντας στα ολοένα και περισσότερα στοιχεία ότι ο αριθμός των ηλιακών κηλίδων παρουσιάζει, στην καλύτερη περίπτωση, μια ελλιπή εικόνα.

Πρέπει να μελετήσουμε μια πολύ ευρύτερη καταγραφή της ηλιακής συμπεριφοράς, αν θέλουμε να κατανοήσουμε τη δυναμική αυτού του άγριου αλλά συνάμα όμορφου άστρου.

© THE EPOCH TIMES

Είμαστε η μοναδική Ελληνική εταιρεία παρακολούθησης συστημάτων συναγερμού στον Καναδά!

Διαθέτουμε 6 ιδιόκτητα κέντρα Υψηλής τεχνολογίας

Halifax • Quebec • Montreal
Ottawa • Toronto • Vancouver

HEAD OFFICE

5200 Charleroi Montreal-North, H1G 3A1



LANVAC
SURVEILLANCE
www.lanvac.com

40 Χρόνια πείρα στην παρακολούθηση συστημάτων συναγερμού σ'όλον τον Καναδά

40 YEARS
ANS

UIC-1070
BURGLARY
FIRE
FINANCIAL
Shared Certificate Listing



Βενεζουέλα: Γυρίζει την πλάτη στην Κίνα και στέλνει πετρέλαιο 2 δισ. δολαρίων στις ΗΠΑ

Η συμφωνία με την Ουάσιγκτον προβλέπει την ανακατεύθυνση εξαγωγών πετρελαίου ■ Σύμφωνα με τον Τραμπ, έχει συμφωνηθεί προμήθεια 30-50 εκατ. βαρελιών ■ Μόνο η Chevron μπορεί να εξάγει πετρέλαιο από τη Βενεζουέλα

Σε συμφωνία για την εξαγωγή αργού πετρελαίου αξίας έως και 2 δισ. δολάρια προς τις ΗΠΑ κατέληξαν το Καράκας και η Ουάσιγκτον.

Η κίνηση θεωρείται ότι αποτυπώνει ευθέως τις βλέψεις και τις επιδιώξεις του Αμερικανού προέδρου Ντόναλντ Τραμπ από τη στρατιωτική επιχείρηση στη Βενεζουέλα, που κατέληξε στη σύλληψη του Νικολά Μαδούρο και της συζύγου του, το Σάββατο 3 Ιανουαρίου.

Κι ενώ δεν έχουν περάσει παρά λίγες ημέρες από τη στρατιωτική επιχείρηση, η συμφωνία των δύο πλευρών προβλέπει την εκτροπή προμηθειών από την Κίνα, ενώ θα βοηθήσει τη Βενεζουέλα να αποφύγει μεγαλύτερες περικοπές στην παραγωγή πετρελαίου.

Ο ΤΡΑΜΠ ΘΕΛΕΙ ΠΛΗΡΗ ΠΡΟΣΒΑΣΗ ΣΤΗ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΟΥ

Σύμφωνα με το Reuters, η συμφωνία είναι μια ισχυρή ένδειξη ότι η κυβέρνηση της Βενεζουέλας ανταποκρίνεται στο αίτημα του Ντόναλντ Τραμπ να ανοίξει σε αμερικανικές πετρελαϊκές εταιρείες, ειδήλλως θα αντιμετώπιζε κίνδυνο μεγαλύτερης στρατιωτικής παρέμβασης.

Ο Αμερικανός πρόεδρος έχει δηλώσει, ότι η μεταβατική πρόεδρος Ντέλσι Ροντρίγκες θα πρέπει να δώσει στις ΗΠΑ και σε ιδιωτικές εταιρείες «πλήρη πρόσβαση» στη βιομηχανία πετρελαίου της Βενεζουέλας. Η χώρα έχει εκατομμύρια βαρέλια πετρελαίου ήδη φορτωμένα σε δεξαμενόπλοια και σε δεξαμενές αποθήκευσης, τα οποία δεν κατάφερε να αποστείλει λόγω του εμπάργκο στις εξαγωγές που επέβαλε ο Τραμπ από τα μέσα Δεκεμβρίου.

Σύμφωνα με τον Ντόναλντ Τραμπ, η Βενεζουέλα θα παραδώσει στις ΗΠΑ από 30 έως 50 εκατομμύρια βαρέλια πετρελαίου που βρίσκεται σε καθεστώς κυρώσεων, ενώ ο ίδιος θα ελέγχει τα χρήματα.

«Αυτό το πετρέλαιο θα πουληθεί στην τιμή της αγοράς και τα χρήματα θα ελέγχονται από εμένα, ως πρόεδρος των ΗΠΑ, ώστε να διασφαλιστεί ότι θα χρησιμοποιηθούν προς όφελος του λαού της Βενεζουέλας και των Ηνωμένων Πολιτειών!», έγραψε στο Truth Social.

Την εκτέλεση της συμφωνίας έχει αναλάβει ο Αμερικανός υπουργός Ενέργειας, Κρις Ράιτ.

Το πετρέλαιο θα ληφθεί από πλοία και θα σταλεί απευθείας στα αμερικανικά λιμάνια.

ΑΝΑΚΑΤΑΝΟΜΗ ΦΟΡΤΙΩΝ ΜΕ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟ ΤΗΝ ΚΙΝΑ

Σύμφωνα με δύο πηγές του Reuters, η διάθεση του πετρελαίου προς τις ΗΠΑ θα μπορούσε αρχικά να απαιτήσει ανα-

κατανομή φορτίων με αρχικό προορισμό την Κίνα, που ήταν και ο μεγαλύτερος αγοραστής της Βενεζουέλας την τελευταία δεκαετία και ιδιαίτερα μετά την επιβολή κυρώσεων από τις ΗΠΑ το 2020 σε εταιρείες που μετείχαν στο εμπόριο πετρελαίου με τη Βενεζουέλα.

«Ο Τραμπ θέλει να γίνει αυτό νωρίς ώστε να μπορεί να πει ότι είναι μια μεγάλη νίκη», δήλωσε πηγή της πετρελαϊκής βιομηχανίας.

ΣΤΗ CHEVRON Ο ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΩΝ ΡΟΩΝ ΠΕΤΡΕΛΑΙΟΥ ΑΠΟ ΤΗ ΒΕΝΕΖΟΥΕΛΑ ΠΡΟΣ ΤΙΣ ΗΠΑ

Η συμφωνία αναμένεται ότι θα αυξήσει τον όγκο των εξαγωγών πετρελαίου από τη Βενεζουέλα προς τις ΗΠΑ. Η ροή ελέγχεται σήμερα εξ ολοκλήρου από τη Chevron, το βασικό εταίρο της PDVSA σε κοινοπραξίες, βάσει αμερικανικής εξουσιοδότησης.

Η Chevron, η οποία εξάγει καθημερινά μεταξύ 100.000 και 150.000 βαρελιών πετρελαίου από τη Βενεζουέλα και τις ΗΠΑ, είναι η μόνη εταιρεία που μεταφέρει αργό χωρίς διακοπή τις τελευταίες εβδομάδες. Ασαφές παραμένει ο τρόπος με τον οποίο η Βενεζουέλα θα έχει πρόσβαση στα έσοδα από την προμήθεια.

Οι κυρώσεις σημαίνουν ότι η PDVSA είναι αποκλεισμένη από το παγκόσμιο χρηματοπιστωτικό σύστημα, οι τραπεζικοί της λογαριασμοί είναι «παγωμένοι» και δεν μπορεί να εκτελεί συναλλαγές σε δολάρια ΗΠΑ.

ΣΥΝΟΜΙΛΙΕΣ ΓΙΑ ΔΗΜΟΠΡΑΞΙΕΣ ΠΕΤΡΕΛΑΙΟΥ

Παράλληλα, αξιωματούχοι από τη Βενεζουέλα και τις ΗΠΑ συζητήσαν αυτή την εβδομάδα, πιθανούς μηχανισμούς πώλησης. Μεταξύ άλλων, συζητήθηκε το ενδεχόμενο δημοπρασιών για να υπάρξουν προσφορές από Αμερικανούς αγοραστές.

Παράλληλα, συζητήθηκε η έκδοση αμερικανικών αδειών προς επιχειρηματικούς εταίρους της PDVSA, κάτι που θα μπορούσε να οδηγήσει σε συμβάσεις προμήθειας, ανέφεραν δύο πηγές στο Reuters.

Στο παρελθόν, τέτοιες άδειες έχουν επιτρέψει σε κοινοπραξίες και πελάτες της PDVSA να αποκτούν πρόσβαση σε πετρέλαιο είτε για διύλιση είτε για μεταπώληση σε τρίτους.

Ορισμένες από αυτές τις εταιρείες άρχισαν τις προετοιμασίες για να παραλάβουν ξανά φορτία από τη Βενεζουέλα.

Επίσης, Καράκας και Ουάσιγκτον συζητήσαν αν το πετρέλαιο της Βενεζουέλας μπορεί να χρησιμοποιηθεί στο μέλλον στο Στρατηγικό Απόθεμα Πετρελαίου των ΗΠΑ, είτε μία από τις πηγές. Ο Τραμπ δεν αναφέρθηκε σε αυτό το ενδεχόμενο.

© ΠΡΩΤΟ ΘΕΜΑ



Καλημέρα Πατρίδα

Το ημερήσιο τηλεοπτικό πρόγραμμα της παροικίας μας του Γιώργου Στυλ. Γκιούσμα και των συνεργατών του

**ΣΤΟ ΚΑΝΑΛΙ
ΜΕ ΑΠΛΗ ΚΕΡΑΙΑ
ΚΑΝΑΛΙ 47,1**



VIDEOTRON ΚΑΝΑΛΙ 238/838

HELI X ΚΑΝΑΛΙ 389

Bell SATELLITE TV ΣΤΟ 232/1034

FIBE TV

ΣΤΟ 216/1216

**Απ' ευθείας μετάδοση
και στο icitelevision.ca**

ΩΡΕΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Κυριακή 11 Ιανουαρίου

7:30 το πρωί και 9:30 το βράδυ

ΕΠΑΝΑΛΗΨΕΙΣ

Δευτέρα 12 Ιανουαρίου	9:30 το πρωί
Τρίτη 13 Ιανουαρίου:	8:30 το πρωί
Τετάρτη 14 Ιανουαρίου:	5:30 το πρωί
Πέμπτη 15 Ιανουαρίου:	7:30 το πρωί
Παρασκευή 16 Ιανουαρίου:	8:30 το πρωί
Σάββατο 17 Ιανουαρίου:	4:30 το απόγευμα
Κυριακή 18 Ιανουαρίου:	3:30 το πρωί

Αυτή την εβδομάδα

**Ο ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ Η ΡΩΜΙΟΣΥΝΗ
ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΕΙ ΚΑΛΑΝΤΑ ΤΟΥ ΝΕΟΥ ΕΤΟΥΣ**



**Πληροφορίες - Συμμετοχή - Διαφημίσεις:
514 437-0898 • kalimerapatrida@gmail.com**



Nature: Σημαντικά επιστημονικά γεγονότα που αναμένουμε το 2026

Η πρώτη επανδρωμένη αποστολή στη Σελήνη έπειτα από 54 χρόνια, διαστημικές αποστολές για την εξερεύνηση των φεγγαριών της Γης και του Άρη, μια τεράστια γεώτρηση στον πυθμένα του ωκεανού, κλινικές μελέτες για τη θεραπεία σπάνιων γενετικών παθήσεων και την έγκαιρη ανίχνευση καρκίνου, συγκαταλέγονται στα επιστημονικά γεγονότα που αναμένεται να δώσουν το στίγμα τους το 2026, σύμφωνα με το περιοδικό Nature.

Το 2025, το Nature ξεχώρισε την ιατρική έρευνα για τη θεραπεία του KJ Muldoon, ενός μωρού με μια εξαιρετικά σπάνια γενετική πάθηση. Το βρέφος έλαβε εξατομικευμένη θεραπεία για να διορθώσει τη συγκεκριμένη μετάλλαξη που προκαλεί την ασθένεια. Η ίδια ερευνητική ομάδα σχεδιάζει τη νέα χρονιά να ζητήσει έγκριση από τον Οργανισμό Τροφίμων και Φαρμάκων των ΗΠΑ (FDA), προκειμένου να διεξαχθεί μια κλινική δοκιμή στη Φιλαδέλφεια της Πενσυλβάνιας, που θα δοκιμάσει θεραπείες επεξεργασίας γονιδίων σε περισσότερα παιδιά με σπάνιες μεταβολικές διαταραχές. Μια άλλη ερευνητική ομάδα ελπίζει να ξεκινήσει μια παρόμοια δοκιμή για γενετικές διαταραχές του ανοσοποιητικού συστήματος.

Μια κλινική δοκιμή στη Βρετανία σχετική με μία μόνο εξέταση αίματος για την ανίχνευση περίπου 50 τύπων καρκίνου πριν από την εμφάνιση των συμπτωμάτων, αναμένεται να ανακοινώσει αποτελέσματα το 2026. Η εξέταση ελέγχει τμήματα DNA που απελευθερώνουν τα καρκινικά κύτταρα στο αίμα και μπορεί να εντοπίσει τον τύπο ιστού ή οργάνου από το οποίο προέρχεται το σήμα. Στη δοκιμή συμμετείχαν περισσότερα από 140.000 άτομα και εάν τα αποτελέσματα είναι πολλά υποσχόμενα, οι υγειονομικές αρχές σχεδιάζουν να εφαρμόσουν το εργαλείο σε όλα τα βρετανικά νοσοκομεία.

Στη Βρετανία, επίσης, θα τεθεί σε ισχύ τον ερχόμενο Απρίλιο η μεγαλύτερη εδώ και δύο δεκαετίες επικαιροποίηση του ρυθμιστικού πλαισίου για τις κλινικές δοκιμές. Σύμφωνα με τους νέους κανόνες, οι ερευνητές μπορούν να ζητήσουν δεο-

ντολογική και κανονιστική έγκριση με μία αίτηση. Ωστόσο, ο νόμος θα ορίζει, επιπλέον, ότι όλες οι δοκιμές που αφορούν φάρμακα πρέπει να καταχωρούνται δημόσια πριν από την πρόσληψη του πρώτου συμμετέχοντα και ότι μία περίληψη των αποτελεσμάτων πρέπει να δημοσιοποιηθεί εντός δώδεκα μηνών από το τέλος της δοκιμής. Στόχος είναι η επιτάχυνση της έρευνας, η ενίσχυση της διαφορετικότητας των συμμετεχόντων και η μείωση του χρόνου που απαιτείται, για να φτάσουν οι πολλά υποσχόμενες θεραπείες στους ανθρώπους που τις χρειάζονται.

ΔΙΑΣΤΗΜΙΚΕΣ ΕΡΕΥΝΕΣ

Το 2026 αναμένεται να είναι άλλη μία χρονιά γεμάτη ενδιαφέρουσες διαστημικές αποστολές. Το Artemis II της NASA θα στείλει τέσσερις αστροναύτες να πετάξουν γύρω από τη Σελήνη με το διαστημόπλοιο Orion.

Η δεκαήμερη πτήση θα είναι η πρώτη επανδρωμένη σεληνιακή αποστολή από τη δεκαετία του 1970 και θα βοηθήσει στην προετοιμασία για επόμενες αποστολές προσελήνωσης.

Η Κίνα ετοιμάζεται επίσης να εκτοξεύσει τον επόμενο σεληνιακό ανιχνευτή της Chang'e-7 τον Αύγουστο. Στόχος της είναι να φτάσει κοντά στο νότιο πόλο, μια περιοχή με βράχους και κρατήρες, γνωστή για τις δυσκολίες προσελήνωσης.

Το 2023 το Chandrayaan-3 της Ινδίας ήταν το πρώτο διαστημόπλοιο που προσελήνθηκε με επιτυχία κοντά στο νότιο πόλο της Σελήνης. Εάν καταφέρει να αφιχθεί με επιτυχία το Chang'e-7 θα αναζητήσει πάγο νερού και θα μελετήσει σεισμούς.

Ο Ευρωπαϊκός Οργανισμός Διαστήματος (ESA) σχεδιάζει να εκτοξεύσει τον δορυφόρο PLATO προς το τέλος του επόμενου έτους, προκειμένου να χρησιμοποιήσει τις 26 κάμερές του για να παρακολουθήσει περισσότερα από 200.000 φωτεινά αστέρια και να εντοπίσει πλανήτες με θερμοκρασίες που επιτρέπουν το σχηματισμό υγρού νερού. Η αποστολή θα μετρήσει τα μεγέθη των εξωπλανητών και θα ανακαλύψει εξωφεγγάρια και δακτυλίους γύρω από αυτούς.

Οι ερευνητές στρέφουν επίσης το βλέμμα τους στον Άρη, με την Ιαπωνία (JAXA) να σχεδιάζει να εκτοξεύσει την αποστολή Martian Moons eXploration (MMX) για να επισκεφθεί τα δύο φεγγάρια του κόκκινου πλανήτη, Φόβο και Δείμο. Το διαστημόπλοιο θα συλλέξει δείγματα της επιφάνειάς του Φόβου και θα τα επιστρέψει στη Γη το 2031.

Η πρώτη ηλιακή αποστολή της Ινδίας, Aditya-L1, που τέθηκε σε τροχιά το 2024, θα παρατηρήσει τον Ήλιο σε μια περίοδο που η ηλιακή δραστηριότητα είναι κοντά στο μέγιστο και χαρακτηρίζεται από τα υψηλότερα ποσοστά ηλιακών κηλίδων, εκλάμψεων και ηλιακών καταιγίδων.

Η αποστολή θα παρατηρήσει τη μετάβαση του Ήλιου από την ηρεμία στην αναταραχή. Χαρακτηριστικό είναι ότι σε περιόδους χαμηλής δραστηριότητας, συμβαίνουν δύο έως τρεις στεμματικές εκπομπές μάζας, μια μορφή ηλιακής δραστηριότητας που συνοδεύεται από μεγάλης κλίμακας εκτόξευση πυκνού υλικού από το ηλιακό στέμμα προς το μεσοπλανητικό χώρο. Τον επόμενο χρόνο αναμένονται δέκα ή περισσότερα τέτοια συμβάντα καθημερινά.

Το 2026 θα αρχίσει μια μεγάλης κλίμακας αναβάθμιση του Μεγάλου Επιταχυντή Αδρονίων (LHC) του CERN για να γίνει προετοιμασία για τον LHC υψηλής φωτεινότητας, που προγραμματίζεται να αρχίσει να λειτουργεί το 2030. Τον Απρίλιο επίσης θα ολοκληρωθεί η κατασκευή του ανιχνευτή Mu2e του Εθνικού Εργαστηρίου Επιταχυντών Fermi (Fermilab) στο Ιλινόις. Το πείραμα θα ελέγξει εάν το μιονίο, ένα μυστηριώδες σωματίδιο, μπορεί να μετατραπεί σε ηλεκτρόνιο χωρίς να σχηματιστούν επιπλέον σωματίδια. Η συλλογή δεδομένων αναμένεται να αρχίσει το 2027.

ΤΑ ΜΥΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΓΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΤΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ

Την πρώτη του επιστημονική αποστολή θα κάνει το 2026 το κινεζικό πλοίο ωκεάνιων γεωτρήσεων Meng Xiang. Το σκάφος έχει σχεδιαστεί για να κάνει γεωτρήσεις έως και έντεκα χιλιόμετρα κάτω από το

βυθό της θάλασσας και να συλλέγει δείγματα. Η έρευνα που υποστηρίζεται από την τεχνητή νοημοσύνη – από την επεξεργασία κειμένου, τη συγγραφή κώδικα έως τη δημιουργία επιστημονικών υποθέσεων – έκανε άλματα το 2025 και η νέα χρονιά μπορεί να φέρει τις πρώτες σημαντικές επιστημονικές ανακαλύψεις από την τεχνητή νοημοσύνη.

Επίσης, το 2026 αναμένεται να παρουσιαστούν τεχνικές που ξεπερνούν τα μεγάλα γλωσσικά μοντέλα, τα οποία θεωρούνται δαπανηρά στο να εκπαιδευτούν. Οι νεότερες προσεγγίσεις επικεντρώνονται στο σχεδιασμό μοντέλων τεχνητής νοημοσύνης μικρής κλίμακας που μαθαίνουν από μια περιορισμένη ομάδα δεδομένων και μπορούν να ειδικευτούν στην επίλυση συγκεκριμένων γρίφων λογικής. Το 2025, ένα τέτοιο μικροσκοπικό μοντέλο τεχνητής νοημοσύνης (TRM) ξεπέρασε τα μαζικά μεγάλα γλωσσικά μοντέλα σε μια λογική δοκιμασία.

Το Nature τέλος, εκφράζει ανησυχίες για τη δεύτερη χρονιά της προεδρίας του Ντόναλντ Τραμπ. Όπως επισημαίνεται, οι διαμάχες μεταξύ του Λευκού Οίκου και του Κογκρέσου σχετικά με τις περικοπές στη χρηματοδότηση της επιστήμης φαίνεται ότι θα συνεχιστούν, ενώ οι αλλαγές στην πολιτική δημόσιας υγείας που έχουν προκαλέσει κριτική από τους ερευνητές, όπως η άρση των συστάσεων για εμβόλια, η προώθηση αναπόδεικτων ιατρικών ισχυρισμών, οι περικοπές στη διεθνή βοήθεια και η μειωμένη συμμετοχή σε παγκόσμια προγράμματα υγείας, θα έχουν ευρείες συνέπειες.

Τέλος, τα πανεπιστήμια των ΗΠΑ θα πρέπει να έρθουν αντιμέτωπα με τους περιορισμούς σχετικά με τη μετανάστευση, που θα μπορούσαν να περιορίσουν την κυκλοφορία φοιτητών και επιστημόνων από άλλες χώρες. Οι εθνικές ερευνητικές προτεραιότητες της κυβέρνησης Τραμπ επικεντρώνονται στην τεχνητή νοημοσύνη και τις βαντικές τεχνολογίες, κάτι που ορισμένοι ερευνητές χαιρέτίζουν, όμως άλλοι ανησυχούν ότι θα απομακρύνει πόρους από άλλους τομείς.

ΠΗΓΗ: ΑΠΕ-ΜΠΕ

Πλήρη ασφαλιστικά στοιχεία

ΓΛΥΤΩΣΤΕ ΧΡΗΜΑΤΑ

Τυπώστε τις επιταγές σας σ'εμάς με σιγουριά

ΖΗΤΕΙΣΤΕ ΤΟΝ ΓΙΩΡΓΟ ΓΚΙΟΥΣΜΑ

MEDIA-TREK®

Communications - Promotions - Marketing

mediatrek.ca

450-978-0070 | info@mediatrek.ca

Τυπώνουμε
όλα τα είδη
**Επιταγές
Επιχειρήσεων
Καναδά
ΗΠΑ**

200	για	\$84
400	για	\$134
1000	για	\$204



Αγορά εργασίας: Η νέα πραγματικότητα και οι προοπτικές για το 2026

«Όλοι φοβούνται για τις δουλειές τους» ■ Οι ειδικοί στην αγορά εργασίας προβλέπουν ένα ακόμη δύσκολο 12μηνο

Επιμέλεια: Χρυσάνθη Ρουμελιώτου
© in.gr

Ο κόσμος της εργασίας έχει βιώσει σεισμικές αλλαγές τα τελευταία πέντε χρόνια. Η πανδημία, οι δασμοί που επέβαλε ο Αμερικανός πρόεδρος Τραμπ, καθώς και η άνοδος της Τεχνητής Νοημοσύνης, έχουν επηρεάσει και θα συνεχίσουν να επηρεάζουν την αγορά εργασίας.

Το 2025 οι εταιρείες σε ΗΠΑ και Ευρώπη ανακοίνωσαν μειώσεις στο εργατικό δυναμικό. Οι Amazon, ArcelorMittal, Microsoft, JPMorgan, Docler, Quintet Private Bank, PwC, Lufthansa, Bosch και Nestlé είναι μόνο ένα ελάχιστο ποσοστό των εταιρειών που έγιναν πρωτοσέλιδα με ανακοινώσεις απολύσεων και περικοπών προσωπικού.

Κάποιοι περιγράφουν τις περικοπές ως «αναδιάρθρωση», ενώ άλλοι τις αποδίδουν στη ραγδαία άνοδο της Τεχνητής Νοημοσύνης. Πολλές εταιρείες ισχυρίζονται ότι μειώνουν τη γραφειοκρατία, ενώ αρκετές επισημαίνουν τη «γεωπολιτική αβεβαιότητα» στις επίσημες ανακοινώσεις τους. Οι προοπτικές για το επόμενο έτος δεν είναι ενθαρρυντικές. Πολλοί είναι εκείνοι που πιστεύουν ότι οι οικονομικές αβεβαιότητες και το φάσμα της Τεχνητής Νοημοσύνης θα μπορούσαν να διαταράξουν τα πρότυπα προσλήψεων και να οδηγήσουν σε νέες απολύσεις.

Η ΑΓΟΡΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΤΟ 2026

Οι εταιρείες επιδιώκουν να παραμείνουν λιτές έως το 2026, ενώ βασίζονται στην τεχνολογία για την ανάληψη περισσότερων εργασιών. Οι αναλυτές της ιστοσελίδας Indeed που ασχολείται με την απασχόληση, προβλέπουν σχετικά μικρή αύξηση στις προσλήψεις το 2026, ενώ η πλατφόρμα ηλεκτρονικού εμπορίου Shopify SHOP περιμένουν αντίθετα αποτελέσματα.

Σε μια συνάντηση διευθυντών που διοργανώθηκε το Δεκέμβριο στο Μανχάταν από τη Σχολή Διοίκησης του Πανεπιστημίου Yale, το 66% των ερωτηθέντων ηγετών δήλωσαν ότι σχεδιάζουν είτε να απολύσουν εργαζομένους είτε να διατηρήσουν το μέγεθος των υφιστάμενων ομάδων τους για το 2026. Μόνο το ένα τρίτο δήλωσε ότι σχεδιάζει να προσλάβει προσωπικό.

«Θα δούμε πολλή αναμονή και επιφυλακτικότητα», δήλωσε στη Wall Street Journal, ο Chris Layden, διευθύνων σύμ-

βουλος της εταιρείας στελέχωσης Kelly Services. «Μέρος της αβεβαιότητας που επικρατεί σημαίνει ότι θα συνεχίσουμε να βλέπουμε επενδύσεις σε κεφάλαιο αντί για ανθρώπους».

Οι εταιρείες δεν έχουν διάθεση για προσλήψεις εδώ και μήνες. Το ποσοστό ανεργίας αυξήθηκε στο 4,6% το Νοέμβριο στις ΗΠΑ, το υψηλότερο των τελευταίων τεσσάρων ετών. Ενώ οι ΗΠΑ πρόσθεσαν θέσεις εργασίας σε τομείς όπως η υγειονομική περίθαλψη και η εκπαίδευση το 2025, υπάρχουν όλο και περισσότερα σημάδια ότι η αγορά εργασίας για τους υπαλλήλους γραφείου έχει πλέον παγώσει. Η απροθυμία να προσληφθεί προσωπικό ανανακλά τις ανησυχίες για την οικονομία, καθώς και την πεποίθηση ότι η Τεχνητή Νοημοσύνη θα μπορούσε να αναλάβει περισσότερο έργο μέσα στις μεγάλες εταιρείες. Άλλοι εργοδότες προσέλαβαν πάρα πολύ προσωπικό μετά την πανδημία και ακόμα προσπαθούν να διορθώσουν την κατάσταση.

«ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΜΕ ΝΑ ΔΟΥΜΕ ΤΙ ΘΑ ΣΥΜΒΕΙ ΜΕ ΤΗΝ ΤΕΧΝΗΤΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ»

«Είμαστε κοντά στο μηδενικό ποσοστό αύξησης των θέσεων εργασίας. Αυτό δεν είναι υγιής αγορά εργασίας», δήλωσε ο κυβερνήτης της Ομοσπονδιακής Τράπεζας των ΗΠΑ, Christopher Waller, στη σύνοδο κορυφής του Yale. «Όταν ταξιδεύω και μιλάω με διευθύνοντες συμβούλους σε όλη τη χώρα, όλοι μου λένε: «Κοίτα, δεν προσλαμβάνουμε γιατί περιμένουμε να δούμε τι θα συμβεί με την τεχνητή νοημοσύνη. Ποιες θέσεις εργασίας μπορούμε να αντικαταστήσουμε; Ποιες θέσεις εργασίας δεν μπορούμε να αντικαταστήσουμε;».

Η παύση στις προσλήψεις μπορεί να είναι προσωρινή, αν οι εταιρείες αποφασίσουν ότι χρειάζονται περισσότερους ανθρώπους για να επιτύχουν τους στόχους ανάπτυξης τους. Ωστόσο, σύμφωνα με τον Waller, η τρέχουσα διάθεση είναι ότι οι εταιρείες απλά δε χρειάζονται επιπλέον εργατικό δυναμικό. «Όλοι φοβούνται για τις θέσεις εργασίας τους. Μιλάω πολύ σοβαρά», δήλωσε ο Waller, υποψήφιος για την προεδρία της Ομοσπονδιακής Τράπεζας των ΗΠΑ.

Αυτό το περιβάλλον σημαίνει ότι πολλοί εργαζόμενοι προσκολλώνται στις θέσεις εργασίας τους. Στην International Business Machines, οι εργαζόμενοι εγκαταλείπουν τον τεχνολογικό γίγαντα με το χαμηλότερο ποσοστό των τελευταίων 30 ετών, σύμφωνα με το διευθύνοντα σύμβουλο Arvind Krishna. Στις ΗΠΑ, η εθελοντική αποχώρηση από την IBM είναι τώρα κάτω από 2%, μια μείωση από το συνηθισμένο 7%.

«Οι άνθρωποι δεν επιθυμούν να αλλάξουν δουλειά», δήλωσε ο Krishna. «Αυτό οδηγεί σε μείωση των προσλήψεων, επειδή οι άνθρωποι δεν φεύγουν».

Σε μια πρόσφατη συνέντευξη, ένας ανώτερος στέλεχος της Shopify κλήθηκε να περιγράψει τα σχέδια πρόσληψης της εταιρείας και έδωσε μια απάντηση που γίνεται όλο και πιο συνηθισμένη. «Δε βλέπω να χρειάζεται να αυξήσουμε τον αριθμό των εργαζομένων μας με κανέναν τρόπο το επόμενο έτος», δήλωσε ο οικονομικός διευθυντής Jeff Hoffmeister. «Είναι πάντα από δύο χρόνια που διατηρούμε τον ίδιο αριθμό εργαζομένων. Κοιτώντας προς το επόμενο έτος, πιστεύω ότι μπορούμε να συνεχίσουμε να είμαστε αυστηροί όσον αφορά τον αριθμό των εργαζομένων».

«ΔΕΝ ΑΝΑΜΕΝΟΥΜΕ ΝΑ ΑΛΛΑΞΟΥΝ ΠΟΛΥ ΤΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ»

Στη Wells Fargo, ο Διευθύνων Σύμβουλος Charlie Scharf δήλωσε το Δεκέμβριο, ότι η τράπεζα αναμένει να έχει λιγότερο προσωπικό καθώς μπαίνουμε στο επόμενο έτος. Το προσωπικό της εταιρείας έχει μειωθεί από περίπου 275.000 άτομα το 2019 σε περίπου 210.000 σήμερα, καθώς τα στελέχη έχουν μειώσει τα έξοδα και αναδιοργανώνουν την τράπεζα.

Ο Scharf δήλωσε ότι αναμένει η επίδραση της τεχνητής νοημοσύνης στο επίπεδο του προσωπικού να είναι «εξαιρετικά σημαντική», αν και μπορεί να χρειαστούν χρόνια για να φανεί. Είπε ότι πολλά στελέχη φοβούνται να αναδείξουν τη ζημιά που μπορεί να προκαλέσει η τεχνητή νοημοσύνη στην αγορά εργασίας. «Κανείς δε θέλει να σκηωθεί και να πει ότι θα πρέπει να έχουμε – ότι θα έχουμε λιγότερο προσωπικό στο μέλλον», δήλωσε ο Scharf. «Είναι δύσκολο να το πεις».

Η Wells Fargo θα συνεχίσει να εκπαιδεύει εκ νέου το εργατικό της δυναμικό και να χρησιμοποιεί «τη φυσική μείωση του προσωπικού ως σύμμαχο», είπε, αλλά η αλλαγή είναι σαφής. «Δεν πρόκειται να αντικαταστήσει εντελώς τους ανθρώπους, αλλά δημιουργεί την ευκαιρία να κάνουμε τα πράγματα με ένα σημαντικά διαφορετικό τρόπο», είπε.

Οι οικονομολόγοι της Indeed ενημέρωσαν πρόσφατα τα σενάρια πρόσληψης για το επόμενο έτος, αναμένοντας ότι η κατάσταση θα παραμείνει ως έχει. Αναλύοντας τις διαθέσιμες θέσεις εργασίας μαζί με τις εκτιμήσεις για την οικονομική ανάπτυξη, προβλέπουν πλέον ότι το ποσοστό ανεργίας θα κυμανθεί γύρω στο 4,6% το 2026.

«Δεν αναμένουμε να αλλάξουν πολύ τα πράγματα το 2026», δήλωσε η Laura Ullrich, διευθύντρια οικονομικής έρευνας της Indeed.

ΘΑ ΑΥΞΗΘΟΥΝ ΟΙ ΑΠΟΛΥΣΕΙΣ ΣΕ ΣΥΓΚΡΙΣΗ ΜΕ ΤΟ 2025;

Σύμφωνα με την τελευταία έκθεση της εταιρείας outplacement Challenger, Gray & Christmas, οι 71.321 περικοπές θέσεων εργασίας που ανακοίνωσαν οι εργοδότες με έδρα τις ΗΠΑ το Νοέμβριο ώθησαν το σύνολο των θέσεων εργασίας του 2025 σε σχεδόν 1,2 εκατομμύρια, αυξημένο κατά 54% σε σύγκριση με πέρυσι και το υψηλότερο ποσοστό εκτός Covid από τη Μεγάλη Ύφεση.

Ενώ οι ειδικοί πιστεύουν ότι η απασχόληση, όπως τα περισσότερα πράγματα, θα εξαρτηθεί από το πώς οι ΗΠΑ θα διαχειριστούν τις εμπορικές εντάσεις, τις τεχνολογικές αλλαγές και τα απρόβλεπτα διεθνή γεγονότα, η τρέχουσα πορεία της οικονομίας υποδηλώνει ότι το 2026 θα αντικατοπτρίζει σε μεγάλο βαθμό τα πρότυπα που παρατηρήθηκαν φέτος.

Ο Hamermesh πιστεύει ότι ο «σάλος» για τις περικοπές θέσεων εργασίας που σχετίζονται με την τεχνητή νοημοσύνη είναι «υπερβολικός», αλλά δεδομένου του τρέχοντος οικονομικού κλίματος, δε βλέπει κανένα λόγο να πιστεύει ότι η αγορά εργασίας θα βρίσκεται σε ισχυρότερη βάση το 2026. «Δεν πρόκειται να βελτιωθεί, καθόλου», δήλωσε στο Newsweek.

PANIER DU FERMIER

FRUITS ET LÉGUMES

Fresh products! Nice variety! Excellent value!

BASKET OF
Fruits and Vegetables
16 to 20 VARIETIES

2 EASY STEPS:

- 1 Book your basket online or by phone from Monday to Thursday
- 2 Pickup Thursday, Friday or Saturday. Delivery available

Reserve yours TODAY

(514) 244-9885

3151-B boul. DAGENAIS OUEST
(near Curé-Labelle) Laval

www.panierdufermier.ca | panierdufermier@gmail.com

@panierdufermier

A value of **\$70+** at the supermarket
You pay only \$40



Forbes: Στο κλαμπ των δισεκατομμυριούχων η Beyoncé



Η BEYONCÉ εντάχθηκε στο κλαμπ των δισεκατομμυριούχων, αποτελώντας πλέον την πέμπτη σταρ από το χώρο της μουσικής που καταφέρνει κάτι τέτοιο, σύμφωνα με το Forbes.

Η απόλυτη βασίλισσα των Γκράμι συμπεριλήφθηκε στους πλουσιότερους του κόσμου, μετά την τεράστια επιτυχία της περιοδείας της «Cowboy Carter», η οποία απέφερε περισσότερα από 400 εκατομμύρια δολάρια σε πωλήσεις εισιτηρίων και επιπλέον 50 εκατομμύρια δολάρια από πωλήσεις αναμνηστικών. Είχε προηγηθεί η εξίσου εντυπωσιακή πορεία της περιοδείας «Renaissance» το 2023, με έσοδα που ξεπέρασαν τα 579 εκατομμύρια δολάρια.

Ο σύζυγός της, Jay-Z, ήταν ο πρώτος μουσικός που συμπεριλήφθηκε στη λίστα το 2019, ενώ το ίδιο ορόσημο έχουν κατακτήσει επίσης η Rihanna, ο Μπρους Σπρίνγκστιν (Bruce Springsteen) και η Τέιλορ Σουίφτ (Taylor Swift). Παρόλο που η «Queen B» δραστηριοποιείται επιχειρηματικά και στην αγορά της ομορφιάς με το brand Cécred, στον κλάδο των αλκοολούχων ποτών με το SirDavis, καθώς και στον τομέα της ένδυσης με τη σειρά Ivy Park, το μεγαλύτερο μέρος της προσωπικής της περιουσίας προέρχεται από τη μουσική.

Ε. Χάρλεϊ: Η αποκαλυπτική εμφάνιση της 60χρονης ηθοποιού σε πάρτι για την Πρωτοχρονιά

«Ξεκινώντας το 2026 με πάταγο»



Η ΕΛΙΖΑΜΠΕΘ ΧΑΡΛΕΪ πραγματοποίησε μία αποκαλυπτική εμφάνιση σε ένα πάρτι για την Πρωτοχρονιά, που είχε ως θέμα τον Τζέιμς Μποντ.

Η 60χρονη ηθοποιός έκανε την εμφάνισή της, φορώντας λευκό μπικίνι και γούνα στο ίδιο χρώμα, ενώ είχε στερεώσει ένα ψεύτικο πιστόλι στο κάτω μέρος του μαγιό.

«Καλή Χρονιά», έγραψε στη λεζάντα της ανάρτησής της στο Instagram, στην οποία περιλαμβάνονταν εικόνες με το σύντροφό της, Μπίλι Ρέι Σάιρους, και το γιο της, Ντάμιαν Χάρλεϊ.

«Ξεκινώντας το 2026 με πάταγο» έγραψε η ηθοποιός, η οποία πόζαρε επίσης με φίλους στο πάρτι, αλλά και δίπλα σε ένα ομοίωμα του Ντάνιελ Κρεγκ ως Τζέιμς Μποντ, που ήταν κατασκευασμένο από χαρτόνι [φωτ.].

Oprah Winfrey για τη μάχη με την παχυσαρκία: «Ντρεπόμεν για το σώμα μου»

Η ΟΠΡΑ ΓΟΥΙΝΦΡΕΪ (OPRAH WINFREY), η οποία στις 29 Ιανουαρίου θα γιορτάσει τα 72^α γενέθλιά της, μίλησε για τη μακρόχρονη μάχη της με το βάρος, τις ενοχές που τη συνόδευσαν για δεκαετίες και τη ριζική αλλαγή που έφερε στη ζωή της η φαρμακευτική αγωγή για την παχυσαρκία.

Με αφορμή την κυκλοφορία του νέου της βιβλίου «Enough: Your Health, Your Weight and What It's Like to Be Free», που συνυπογράφει με τη δρ. Ania M. Jastreboff, η παρουσιάστρια περιγράφει στο People πώς είναι σήμερα η καθημερινότητά της.

«ΜΟΛΙΣ ΕΦΑΓΑ ΕΝΑ ΟΛΟΚΛΗΡΟ ΚΡΟΥΑΣΑΝ»

Το πρωινό της ημέρας της συνέντευξης ξεκίνησε μ' ένα κρουασάν. «Και το έφαγα ολόκληρο», λέει χαρακτηριστικά. Κάποτε, μια τέτοια επιλογή θα τη βασάνιζε όλη μέρα, με σκέψεις για θερμίδες, τύψεις και τιμωρητική αυτοστέρηση. «Θα συνέχιζα να σκέφτομαι αυτό το καταραμένο κρουασάν», θυμάται. Αυτή τη φορά, όμως, δεν ένιωσε απολύτως τίποτα, πέρα από την ανάγκη να καθαρίσει τα... ψίχουλα. Η αλλαγή αυτή ήρθε πριν από περίπου δυόμισι χρόνια, όταν ξεκίνησε φαρμακευτική αγωγή απώλειας βάρους τύπου GLP-1, ύστερα από μια βαθιά συνειδητοποίηση ότι πάσχει από παχυσαρκία και δεν μπορούσε να τη διαχειριστεί χωρίς βοήθεια. «Σταμάτησα να κατηγορώ τον εαυτό μου», λέει. «Νιώθω πιο ζωντανή και με περισσότερη ενέργεια από ποτέ».

Καθώς πλησιάζουν τα γενέθλιά της, η Όπρα Γουίνφρεϊ περιγράφει μια καθημερινότητα που διαφέρει ριζικά από το παρελθόν. Η γυμναστική δεν είναι πλέον αγγαρεία ή τιμωρία, αλλά χαρά. Κάνει ασκήσεις ενδυνάμωσης, πεζοπορία και προπόνηση με αντιστάσεις έξι ημέρες την εβδομάδα. Παράλληλα, έχει κόψει το αλκοόλ και εντυπωσιάζεται από το γεγονός ότι πλέον χορταίνει φυσικά μετά το φαγητό. «Δεν τιμωρώ συνεχώς τον εαυτό μου», τονίζει. «Δύσκολα αναγνωρίζω τη γυναίκα που έχω γίνει – αλλά είναι μια ευτυχισμένη γυναίκα».

«ΕΝΙΩΘΑ ΟΤΙ ΗΤΑΝ ΔΙΚΟ ΜΟΥ ΛΑΘΟΣ»

Το βάρος της Όπρα Γουίνφρεϊ αποτέλεσε αντικείμενο δημόσιου σχολιασμού για περισσότερα από 40 χρόνια, από την εποχή του «The Color Purple» και την έναρξη της τηλεοπτικής της εκπομπής σε εθνικό επίπεδο. Σκληροί τίτλοι, ειρωνικά σχόλια και αστεία σε βραδινές εκπομπές, σημάδεψαν την πορεία της.

Η ίδια παραδέχεται ότι, παρά την επαγγελματική της αυτοπεποίθηση, ένιωθε βαθιά απογοήτευση και ντροπή για το σώμα της. «Ένιωθα ότι ήταν δικό μου λάθος», λέει. Και μάλιστα αναγνωρίζει πως συνέβαλε και η ίδια στην κοιλτούρα του body shaming, όπως το 1988, όταν εμφανίστηκε στην εκπομπή της σέρνοντας ένα καρότσι γεμάτο λίπος, για ν' αποδείξει την απώλεια βάρους της.

Παρά τις δίαιτες, τους γυμναστές και τις ακραίες προσπάθειες, το βάρος της επέστρεφε ξανά και ξανά στα περίπου 95 κιλά, το λεγόμενο «Enough Point», όπως το περιγράφει η δρ. Jastreboff. Ακόμη και μετά από καθημερινές πεζοπορίες 16 χιλιομέτρων, έβλεπε τη ζυγαριά ν' ανεβαίνει. «Το σώμα μου προσπαθούσε να επιστρέψει εκεί», λέει χαρακτηριστικά.



«ΜΙΑ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΔΙΑ ΒΙΟΥ»

Η Όπρα Γουίνφρεϊ παραδέχεται ότι διέκοψε προσωρινά τη θεραπεία στις αρχές του 2024, αλλά η αύξηση βάρους την έκανε να καταλάβει ότι πρόκειται για μια μακροχρόνια, ίσως και διά βίου, επιλογή. Περιγράφει τα φάρμακα ως «εργαλείο» που βοηθά στη ρύθμιση των σημάτων του εγκεφάλου γύρω από την πείνα, με ελάχιστες παρενέργειες.

Πλέον, ο αριθμός στη ζυγαριά δεν είναι το παν. Σημασία έχει η ηρεμία γύρω από το φαγητό, η ενέργεια και η ψυχική ισορροπία.

Η παρουσιάστρια δηλώνει αποφασισμένη ν' αλλάξει τη δημόσια συζήτηση γύρω από την παχυσαρκία. «Θέλω οι άνθρωποι να ξέρουν ότι δε φταίνε», λέει. Μάλιστα, έχει πληρώσει η ίδια τη φαρμακευτική αγωγή για άτομα του περιβάλλοντός της που δεν μπορούσαν να την αντέξουν οικονομικά.

Η αλλαγή αντανακλάται και στις προσωπικές της σχέσεις, αλλά και στη σχέση της με τη μόδα. Απολαμβάνει πλέον τα ψώνια, δοκιμάζει ρούχα χωρίς φόβο και νιώθει άνετα με την εικόνα της. «Πριν από χρόνια, αυτό θα με γέμιζε ντροπή», παραδέχεται.

Κοιτάζοντας πίσω, η Όπρα Γουίνφρεϊ λέει πως δε θα άλλαζε τίποτα από το ταξίδι της. «Ό,τι συνέβη έπρεπε να συμβεί για να φτάσω εδώ», καταλήγει. «Και τώρα είμαι πιο υγιής και ελεύθερη».

Από το 1969 έγκυρη και υπεύθυνη ενημέρωση στη συχνότητα των γεγονότων



Ο Σταθμός της ζωής σας!



Hellenic Radio CFMB

5877 Av. Papineau, Montréal, QC H2G 2W3

Tél.: 514 483-2362 ext. 115

Cell.: 514 258-1775 | Fax: 514 483-1362

www.cfmb.ca | mtellides@gmail.com

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΠΕΡΙΣΚΟΠΙΟ

Κάθε Σάββατο, 9:00 π.μ. - 2:00 μ.μ.
Με μία υπεύθυνη ομάδα συνεργατών
υπό τη διεύθυνση και το συντονισμό
του Μιχάλη Τελλίδη



Το Λονδίνο διαμαρτυρήθηκε στον Μητσοτάκη για την ταινία «Καποδίστριας»!

Οργισμένη κλήση στο Μαξίμου



ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΟ ΕΠΕΙΣΟΔΙΟ δημιουργήθηκε από τη βρετανική πρεσβεία, η οποία φέρεται να εξέφρασε την έντονη δυσαρέσκειά της μέσω τηλεφωνήματος στον πρωθυπουργό Κυριάκο Μητσοτάκη για την παραγωγή και διάθεση της ταινίας «Καποδίστριας».

Σύμφωνα με την ιστοσελίδα pronews.gr – η οποία επικαλείται απόλυτα διασταυρωμένες πληροφορίες, το κλίμα στο τηλεφώνημα προς τον Κυριάκο Μητσοτάκη ήταν κάτι παραπάνω από βαρύ, με τους Βρετανούς διπλωμάτες να εκφράζουν έναν ακραίο αντιρωσισμό, καθώς η ταινία αναδεικνύει τον Καποδίστρια, έναν ηγέτη που είχε ιδιαίτερη σύνδεση με το ρωσικό παράγοντα. Και εν τέλει δολοφονήθηκε από ανθρώπους που χειραγωγούνταν από το βρετανικό παράγοντα...

Το Λονδίνο ενοχλήθηκε με την παρουσία του Ιωάννη Καποδίστρια ως θύματος μιας διεθνούς συνωμοσίας στην οποία οι Βρετανοί είχαν τον αρχηγικό ρόλο. Υπήρξε μάλιστα απαίτηση για έμμεση παρέμβαση στο περιεχόμενο της ταινίας!

Πρόκειται για πράξη προσβολής της εθνικής κυριαρχίας, καθώς κανείς δεν έχει το δικαίωμα να επιβάλλει στον ελληνικό λαό τι θα βλέπει στους κινηματογράφους ζητώντας μάλιστα τη διαστρέβλωση ή και την «εξαφάνιση» ιστορικών στοιχείων.

Η βρετανική νευρική κατάσταση πηγάζει από ανησυχία για την πιθανότητα να απαιτηθεί να ανοίξει η συζήτηση για τα βρετανικά αρχεία της περιόδου 1828-1831, τα οποία παραμένουν μέχρι σήμερα στο σκοτάδι.

Η ιστορική έρευνα δείχνει, ότι ο ρόλος των Βρετανών πρακτόρων και του τότε πρέσβη Ντόκινς ήταν καταλυτικός στην υποκίνηση της ανταρσίας κατά του Καποδίστρια, που κατέληξε στη συγγερή δολοφονία του στο Ναύπλιο. Οι Βρετανοί δε συγχώρησαν ποτέ στον Καποδί-

στρια την προσπάθειά του να δημιουργήσει ένα πραγματικά ανεξάρτητο κράτος και την άρνησή του να υποταχθεί στα κελεύσματα των δανειστών και της αποικιοκρατικής πολιτικής.

Όπως άλλωστε αποκάλυψε ο δημιουργός της ταινίας, Γιάννης Σμαραγδής, δέχτηκε πολλές απειλές κατά τη διάρκεια της παραγωγής της.

Θα πρέπει να δοθούν επίσημες απαντήσεις. Αν όντως συνέβη το περιστατικό αυτό και αν ναι, τι απάντησε ο πρωθυπουργός στις παράλογες απαιτήσεις της βρετανικής πρεσβείας.

Υπενθυμίζεται ότι την αποκάλυψη ότι υπάρχει πρόταση από το Άγιο Όρος για Αγιοκατάταξη του Ιωάννη Καποδίστρια έκανε πρόσφατα ο Γιάννης Σμαραγδής σε συνέντευξή του στο Δημοτικό Ραδιόφωνο Θεσσαλονίκης, ενώ μίλησε για την αντεθνική πολιτική που ακολουθούσε μερίδα κοντά στο Μαξίμου, σε ότι αφορά την παραγωγή ταινιών.

Όπως είπε ο σκηνοθέτης της ταινίας «Καποδίστριας», αυτό του γνωστοποίησε ο ίδιος ο Οικουμενικός Πατριάρχης Βαρθολομαίος όταν ζήτησε την ευλογία του, καθώς ο Ιωάννης Καποδίστριας έζησε και θυσιάστηκε ως άγιος.

«Οι δυσκολίες άρχισαν από τότε που κατέθεσα το σενάριο στο Ελληνικό Κέντρο Κινηματογράφου και δεν έλαβε χρηματοδότηση η ταινία. Το υπουργείο Πολιτισμού βάζει τα χρήματα στο Ελληνικό Κέντρο Κινηματογράφου, αλλά δε μετέχει στις αποφάσεις. Όταν έγινε υπουργός ο κ. Γιατρομανωλάκης, πήρε το δικαίωμα να ορίσει το ΔΣ του ΕΚΚ καθοδηγούμενος από τον αρχηγό μιας «παράγκας» του Κολωνακίου που βρίσκεται στις παρυφές του Μεγάρου Μαξίμου. Αυτός χάραξε μια γραμμή που έλεγε ότι αν το έργο αφορούσε τη woke agenda έπαιρνε χρηματοδότηση. Αν αφορούσε στην εξύψωση του Έλληνα, κοβόταν. Όποια ταινία μιλούσε για πατρίδα, κοβόταν» τόνισε ο Γιάννης Σμαραγδής.



ΕΠΙΣΗΜΕΣ ΜΕΤΑΦΡΑΣΕΙΣ ΣΤΑ ΑΓΓΛΙΚΑ-ΕΛΛΗΝΙΚΑ

ΒΑΣΙΛΙΚΗ Α. ΛΑΝΤΖΑΝΑΚΗ

Πιστοποιημένη Μεταφράστρια (C. Tr.), BA, MA, ΟΤΤΙΑQ, ΑΤΙQ, ΡΑΤ-FIT

Έγκυρες και πιστοποιημένες μεταφράσεις όλων των εγγράφων σας για τις υποθέσεις σας σε Ελλάδα και Καναδά.

Αναλαμβάνουμε:

- Επίσημα έγγραφα: πιστοποιητικά γεννήσεως, θανάτου, γάμου κλπ.
- Νομικά έγγραφα: διαθήκες, πληρεξούσια, συμβόλαια κλπ.
- Ιατρικά έγγραφα
- Φορολογικά έγγραφα

Παρέχουμε επίσης υπηρεσίες διερμηνείας σε Προξενείο, νοσοκομεία, δικαστήρια κ.α.

1002, rue St. Roch, Montreal, QC H3N 1M1 | 514 294-7204 | info@lantzanakis.com

HERMES OVERSEAS TRAFFIC INC.

H.O.T. www.hermesoverseas.com
ΝΑΥΤΙΛΙΑΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΔΙΕΘΝΩΝ ΜΕΤΑΦΟΡΩΝ



Η εταιρεία μας διαθέτει το μεγαλύτερο δίκτυο γραφείων στην Ελλάδα, προκειμένου να μεταφέρει το λάδι σας από το χωριό σας μέχρι Μόντρεαλ με αναχωρήσεις, τουλάχιστον μία φορά το μήνα από την Ελλάδα.



**Προσέχουμε τα πράγματά σας...
σεβόμαστε το όνομά μας.**

Μεταφέρουμε βαλίτσες και μικρά κουτιά στην Ελλάδα, ανεξάρτητα από το βάρος και χωρίς πρόσθετο κόστος στην Ελλάδα.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με τον αντιπρόσωπό μας στον Πειραιά, στο τηλέφωνο 210 4833-594

Tél.: (514) 270-1961 • Fax: (514) 274-2600
1449 Begin, Ville St-Laurent, Québec H4R 1V8 (corner Thimens)
info@hermesoverseas.com • katherine@hermesoverseas.com

Problems with pests, insects or rodents???

Why suffer with infestation!

All kinds of insects and rodents

• Free Estimate

• Written Guarantee

• Residential

• Commercial

• Industrial

S.D Exterminating Service Inc.

220 Jean-Talon Ouest, Montréal, Qc. H2R 2X5

Call 514 274-1100 or 514 274-1459

Serving the community for over 55 years

Member of Canadian Association

VASILIOS
GREEK DJ | PRODUCER

/VASILIOSMTL

DJ SERVICES

514 743-8799

ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΑΣ
FOR ALL YOUR PRIVATE EVENTS

BASKET LEAGUE | 13η ΑΓ. Φαβορί για τετράδα «αιώνιοι» και... «δικέφαλοι»

Με την ολοκλήρωση του α' γύρου της ελληνικής λίγκας του μπάσκετ και με όλες τις ομάδες να έχουν τα ίδια παιχνίδια, έχοντας κάνει το ρεπό τους, η κατάσταση έχει αρχίσει να ξεκαθαρίζει μόνο όσον αφορά την πρώτη τετράδα.

Εκτός... συγκλονιστικού απροόπτου, οι δύο «αιώνιοι» θα καταλάβουν τις δύο πρώτες θέσεις της βαθμολογίας, με τους δύο «δικέφαλους» να είναι φαβορί για την τετράδα.

Από εκεί και πέρα τίποτα δεν έχει κριθεί, εφόσον όλες οι ομάδες από το 5-13 βρίσκονται σε... κοντινές αποστάσεις.

ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ 13^{ΗΣ} ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗΣ, Η ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ Η ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ:
ΜΥΚΟΝΟΣ-ΠΑΟΚ 85-85, 101-94 [παρ.]
Ρέι 30(3), Απλεμπι 19(3), Χέσον 16, Καλίντ Μουρ 15(2) ■ Άλεν 23(1), Ταϊρί 23(2), Μέλβιν 16(1), Κόνιαρης 11(3), Μπεν Μουρ 10
ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ ΠΑΤΡΑΣ-ΑΕΚ 86-94
Ρομπ Γκρέι 18(1), Κόλεμαν 12(1), Χάρις 10(1), Χάμοντς 10(1), Μακάλουμ 10(1) ■ Μπάρτλεϊ 22(3), Ρέιγκουαν Γκρέι 18, Αρμς 15(3), Χαραλαμπίδης 14(1), Κατσιβελης 10(1)
ΗΡΑΚΛΗΣ-ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ 73-59
Ράιτ-Φόρμαν 18(1), Φάντερμπεργκ 14, Σμιθ 14, Γουέιρ 14 ■ Καρντένας 16(2), Βαντούρμπεγκεν 11(1)
ΚΟΛΟΣΣΟΣ ΡΟΔΟΥ-ΜΑΡΟΥΣΙ 90-76
Ζάου 16(1), Μακ 16(1), Χρυσικόπουλος 14(3), Νίκολς 10(1) ■ Γουίλιαμς 17, Κινγκ 12(2), Πάπας 10(2)
ΑΡΗΣ-ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ 84-95
Νουά 20(2), Άντουσιτς 19(4), Μήτρου-Λονγκ 13(1), Κουλιμπόκα 11(3), Τζόουνς 10(1) ■ Βεζένκοφ 23, Χολ 19, Φουρνιέ 14(4), Ντόρσεϊ 13(3)
ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ-ΚΑΡΔΙΤΣΑ 92-85
Ναν 27(4), Σορτς 15(1) ■ Τζεφερσον 20(5), Έλις 16(1), Χόρχλερ 13(1), Καμπερίδης 12(4)

ΡΕΠΟ: ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ (σε 12 αγώνες)

01] ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ	24
02] ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ	23
03] ΠΑΟΚ	21
04] ΑΕΚ	20
05] ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ ΠΑΤΡΑΣ	18
06] ΗΡΑΚΛΗΣ	18
07] ΜΥΚΟΝΟΣ	18
08] ΑΡΗΣ	17
09] ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ	17
10] ΚΑΡΔΙΤΣΑ	16
11] ΚΟΛΟΣΣΟΣ ΡΟΔΟΥ	15
12] ΜΑΡΟΥΣΙ	14
13] ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ	13

1-8: Πλέι-Οφ
13: Απευθείας υποβιβασμός

ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (14^η) ΡΕΠΟ: ΠΑΟΚ

ΣΑΒΒΑΤΟ 10/1/2026

08:30 ΑΡΗΣ-ΗΡΑΚΛΗΣ
11:15 ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ-ΚΟΛΟΣΣΟΣ ΡΟΔΟΥ
ΚΥΡΙΑΚΗ 11/1/2026
06:00 ΑΕΚ-ΜΥΚΟΝΟΣ
06:00 ΚΑΡΔΙΤΣΑ-ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ
09:00 ΜΑΡΟΥΣΙ-ΠΡΟΜΗΘΕΑΣ ΠΑΤΡΑΣ
09:00 ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ-ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ



ΚΥΠΕΛΛΟ ΕΛΛΑΔΑΣ

Ντέρμπι σε Φάληρο και Λεωφόρο

ΔΥΟ ΜΕΓΑΛΑ ΝΤΕΡΜΠΙ προέκυψαν στην προημιτελική φάση του Κυπέλλου Ελλάδος, η οποία θα διεξαχθεί την Τετάρτη 14 Ιανουαρίου.

Ειδικότερα, ο Ολυμπιακός θα υποδεχθεί τον ΠΑΟΚ στο «Γεώργιος Καραϊσκάκης», ενώ στη «Λεωφόρο Αλεξάνδρας» ο Παναθηναϊκός θα φιλοξενήσει τον ΑΡΗ, σε αγώνες νοκ-άουτ. Στα άλλα δύο παιχνίδια οι γηπεδούχοι είναι τα φαβορί, με την ΑΕΚ να παίζει με τον ΟΦΗ και τον Λεβαδειακό να αντιμετωπίζει την Κηφισιά. Για να προκύψει η φάση των «8» ολοκληρώθηκαν το διήμερο 6-7/1 τα τελευταία 4 παιχνίδια που εκκρεμούσαν. Σε αυτά, ο ΑΡΗΣ επιβλήθηκε με 2-0 του Πανατιωλικού στο «Κλεάνθης Βικελίδης» με δύο τέρματα στο πρώτο ημίχρονο από τους Μορόν (30') και Ράτσιτς (44'), η Κηφισιά πέρασε από τον Βόλο (0-1) με το γκολ του Αμάνι στο 81', ο ΟΦΗ δεν είχε πρόβλημα να νικήσει στο Ηράκλειο τον Αστέρα Τρίπολης με 2-0 (36' Γκονζάλες, 58' πέναλτι Ισέκα), ενώ το πιο συναρπαστικό παιχνίδι έγινε στην Τούμπα, όπου ο ΠΑΟΚ ζορίστηκε από τον Ατρόμητο και προκρίθηκε στη διαδικασία των πέναλτι με 5-4! Στην κανονική διάρκεια του αγώνα οι δύο ομάδες ήταν ισόπαλες 1-1, με

τους φιλοξενούμενους να σκοράρουν πρώτοι (52' Μπάκου), αλλά τον Ζίφκοβιτς να απαντάει άμεσα (54').

Στα πέναλτι ευστόχησαν όλοι οι παίκτες στις πρώτες 9 εκτελέσεις, όμως στο καθοριστικό 5^ο πέναλτι του Ατρόμητου, ο 21χρονος τερματοφύλακας Δημήτρης Μοναστηρλής (που επέλεξε για τον αγώνα αυτόν ο Ραζβάν Λουτσέσκου) απέκρουσε εντυπωσιακά την εκτέλεση του Καραμάνη, δίνοντας την πρόκριση στην ομάδα του!

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΩΝ ΠΡΟΗΜΙΤΕΛΙΚΩΝ

Η Ελληνική Ποδοσφαιρική Ομοσπονδία ανακοίνωσε το πρόγραμμα της προημιτελικής φάσης του Κυπέλλου Ελλάδας, για την αγωνιστική περίοδο 2025-26. Όλες οι αναμετρήσεις θα διεξαχθούν την Τετάρτη 14 Ιανουαρίου, είναι μονές και σε περίπτωση ισόπαλου αποτελέσματος στην κανονική διάρκεια ακολουθεί η διαδικασία των πέναλτι (χωρίς παράταση).

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΗΣ ΦΑΣΗΣ ΤΩΝ «8»:

08:00 Λεβαδειακός – Κηφισιά
10:00 ΑΕΚ – ΟΦΗ
11:30 Ολυμπιακός – ΠΑΟΚ
13:30 Παναθηναϊκός – Άρης

Τα πολύ δύσκολα για ΑΕΚ και ΠΑΟΚ, τα πολύ επικίνδυνα για Ολυμπιακό και Παναθηναϊκό



ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΤΡΕΙΣ ΕΒΔΟΜΑΔΕΣ και αφού ο ΠΑΟΚ γλίτωσε το παταράκι στο Κύπελλο εναντίον του Ατρόμητου σε ένα από τα καλύτερα παιχνίδια της σεζόν του (μόνο ο Ντέλιας έχασε πέντε γκολ!!!), αρχίζουν τα ζόρια. Πολλά ζόρια. Για όλους τους «μεγάλους». Διαφορετικά ζόρια όμως. Ανάλογα με τις υποχρεώσεις τους, τις απαιτήσεις τους και τις... μεταγραφές τους!

Ο ΠΑΟΚ και η ΑΕΚ μοιάζουν οι πιο «τακτοποιημένες» από τους τέσσερις «ευρωπαϊούς» στα μεταγραφικά τους. Αμφότεροι έχουν κάνει από δύο μεταγραφές και ψάχνονται για επιπλέον δύο. Η ΑΕΚ πήρε τον σούπερ Βάργκας και τον Γκεοργκίεφ με προοπτική ανέλιξης, ο ΠΑΟΚ πήρε τον σούπερ Ζαφείρη και τον «τίμιο» Αλεξάντερ Γερεμέγεφ επειδή του «χάλασαν» δύο περιπτώσεις φορ και ο Λουτσέσκου ήθελε άμεσα επιθετικό.

Δυστυχώς και για τους δύο, ακόμα δεν έχουν ενισχύσει τα άκρα της αμυντικής τους γραμμής, παρότι είναι πασιφανές ότι χρειάζονται αναβάθμιση για να πολλαπλασιάσουν τις πιθανότητες επιτυχίας

τους και στις τρεις διοργανώσεις που μετέχουν. Και το χειρότερο για αμφότερους τους Δικέφαλους είναι, ότι μπορεί και να κάνουν μηδέν μεταγραφές στα άκρα της αμυντικής τους γραμμής!

Προφανώς αυτή τη στιγμή η ΑΕΚ είναι σε καλύτερη θέση από τους τέσσερις, διότι βρίσκεται ήδη στους «16» του Conference League, έχει μεγάλο πλεονέκτημα για να φτάσει στον τελικό του Κυπέλλου και είναι τελείως απροσδόκητα πρώτη στη βαθμολογία. Προφανώς, ο Παναθηναϊκός είναι στη χειρότερη (αγωνιστικά και... ατμοσφαιρικά) θέση από όλους. Όμως οι απαιτήσεις στην εκκίνηση της σεζόν ήταν μεγαλύτερες για τον νταμπλούχο Ολυμπιακό και τον ΠΑΟΚ των 100 ετών. Ο ένας εκ των δύο μάνι – μάνι θα είναι εκτός Κυπέλλου το βράδυ της Τετάρτης 14/1 και ο Ιανουάριος είναι επικίνδυνος για «εκτροχιασμό», γκρίνια και κρίση σε όλους! Διότι θα είναι απίθανο να μην έχουν απώλειες και οι τέσσερις τον επόμενο μήνα. Το ρεαλιστικό ζητούμενο είναι ποιος θα έχει τις λιγότερες σε αριθμό και... πόνο.

Γιάννης Σερέτης / © gazzetta.gr

ΣΟΥΠΕΡ ΛΙΓΚ 2 | 15η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ 'Ωρα για... ξεκαθαρίσματα

Η νικηφόρα πορεία των ομάδων της κορυφής συνεχίστηκε στη ΣΛ2 - στο πλαίσιο της 15ης αγωνιστικής. Τόσο στο βορρά (Ηρακλής-Καρδίτσα) όσο και στο νότο (Καλαμάτα-Πανιώνιος) επικράτησαν των αντιπάλων τους και πλέον ήρθε η ώρα για... ξεκαθαρίσματα την επόμενη αγωνιστική. Στο βορρά, ο Ηρακλής θα παίζει στο Βόλο, με την τοπική Νίκη να παίζει το τελευταίο της χαρτί, εφόσον μόνο με νίκη θα ελπίζει σε καλό πλασάρισμα ενόψει πλέι-οφ. Η Καρδίτσα παραδοκεί μήπως και... προσπεράσει τον Ηρακλή, αρκεί βέβαια να κερδίσει στην έδρα της την Καβάλα.

Στο νότο πάλι, όλα τα... λεφτά είναι το ντέρμπι των πρωτοπόρων. Η Καλαμάτα υποδέχεται στην έδρα της τον Πανιώνιο, με τους γηπεδούχους να... βολεύονται και με ισοπαλία.

Α' ΟΜΙΛΟΣ

15^Η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Αστέρας Τρίπ. Β' - Αναγέννηση Καρδ. 0-1
Καβάλα-Νίκη Βόλου 2-2
Καμπανιακός-ΠΑΣ Γιάννινα 2-0
Μακεδονικός-Νέστος Χρυσούπολης 2-2
ΠΑΟΚ Β' - Ηρακλής 1-2

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ (σε 15 αγώνες)

01] ΗΡΑΚΛΗΣ	37 (30-11)
02] ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΚΑΡΔ.	36 (21-7)
03] ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ	32 (37-9)
04] ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ. Β'	27 (19-14)
05] ΚΑΒΑΛΑ	19 (13-18)
06] ΠΑΟΚ Β'	15 (16-21)
07] ΝΕΣΤΟΣ ΧΡΥΣΟΥΠ.	15 (11-16)
08] ΚΑΜΠΑΝΙΑΚΟΣ	12 (8-23)
09] ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ	9 (8-19)
10] ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ	6 (6-31)
• 1-4 Γκρουπ προβιβασμού	
• 5-10 Γκρουπ υποβιβασμού	

16^Η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ [10/11-1-2026]

Νίκη Βόλου-Ηρακλής
Καμπανιακός-Μακεδονικός
Νέστος Χρυσούπολης-ΠΑΟΚ Β'
ΠΑΣ Γιάννινα-Αστέρας Τρίπολης Β'
Αναγέννηση Καρδίτσας-Καβάλα

Β' ΟΜΙΛΟΣ

15^Η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Ελλάς Σύρου-Ηλιούπολη 1-1
Καλαμάτα-Καλλιθέα 2-0
Μαρκό-Χανιά 2-0
Παναργειακός-Ολυμπιακός Β' 1-2
Πανιώνιος-Αιγάλεω 1-0

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ (σε 15 αγώνες)

01] ΚΑΛΑΜΑΤΑ	41 (38-9)
02] ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ	39 (25-6)
03] ΜΑΡΚΟ	28 (20-11)
04] ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ Β'	21 (20-24)
05] ΚΑΛΛΙΘΕΑ	21 (18-15)
06] ΕΛΛΑΣ ΣΥΡΟΥ	20 (22-16)
07] ΑΙΓΑΛΕΩ	14 (10-17)
08] ΧΑΝΙΑ	12 (10-20)
09] ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ	8 (10-28)
10] ΠΑΝΑΡΓΕΙΑΚΟΣ	4 (7-34)

■ Ολυμπιακός Β' & Αιγάλεω 13 αγώνες
• 1-4 Γκρουπ προβιβασμού
• 5-10 Γκρουπ υποβιβασμού

16^Η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ [10/11-1-2026]

Αιγάλεω-Ελλάς Σύρου
Καλλιθέα-Παναργειακός
Καλαμάτα-Πανιώνιος
Ολυμπιακός Β'-Μαρκό
Χανιά-Ηλιούπολη

ΣΟΥΠΕΡ ΛΙΓΚ 1 | 15^η ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ

Κίτρινο... προσπέρασμα στη «δύση» του 2025



ΓΙΟΡΤΕΣ απολαμβάνοντας τη μοναξιά της κορυφής στη Stoiximan Super League έκανε η ΑΕΚ, η οποία εκμεταλλεύτηκε στο έπακρο τη δεύτερη συνεχόμενη ισοπαλία του Ολυμπιακού (0-0 με Αρη, 1-1 με Κηφισιά) και τον προσπέρασε, καθώς αν και βρέθηκε να χάνει από τον ΟΦΗ επικράτησε με 2-1.

Έτσι ο Ολυμπιακός είναι πλέον στο -1 από την Ένωση, ενώ είδε και τον ΠΑΟΚ να τον πλησιάζει στον ένα βαθμό, με το Δικέφαλο να είναι σαρωτικός κόντρα στον Παναθηναϊκό που έχασε μόνο με

2-0, λόγω της καταπληκτικής εμφάνισης του τερματοφύλακα του Κωνσταντίνου Κότσαρη.

Οι πράσινοι είναι πλέον στο -15 από την κορυφή (!), στο -6 από τον 4^ο Λεβαδειακό και στο -3 από τον 5^ο Βόλο!

ΤΡΕΙΣ ΓΙΑ ΤΙΤΛΟ

Σε γενικές γραμμές το πρωτάθλημα πήρε... φωτιά στην κορυφή, με τρεις ομάδες πλέον να έχουν τις ίδιες προσδοκίες για το φετινό τίτλο, ενώ φαβορί για την τετράδα έχει γίνει ο Λεβαδειακός, με

τους Βόλο, Παναθηναϊκό και ΑΡΗ να βρίσκονται στο «κυνήγι» της πολυπόθητης 4^{ης} θέσης.

Από εκεί και πέρα, υπάρχουν κάποιες ομάδες που έχουν περισσότερες πιθανότητες να αποφύγουν τα πλεί-άουτ (Κηφισιά, Παναιτωλικός) και κάποιες άλλες (Αστέρας, Ατρόμητος, ΟΦΗ) χρειάζεται να προσπαθήσουν περισσότερο γι' αυτό.

Δύσκολα τα πράγματα για τη Λάρισα, ενώ ο ουραγός Πανσερραϊκός έχει λίγες πιθανότητες να αποφύγει την τελευταία θέση και τον υποβιβασμό στη ΣΛ2.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

15η αγωνιστική

ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠΟΛΗΣ-ΑΡΗΣ 0-1
22' αυτ. Ιβάνοφ
ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ-ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ 1-0
66' Μαρτίνες
ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ-ΚΗΦΙΣΙΑ 1-1
19' πέν. Ταρέμι - 23' Παντελίδης
ΛΑΡΙΣΑ-ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘΗΝΩΝ 0-0
ΠΑΟΚ-ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ 2-0
39' Κωνσταντέλιας, 53' Μύθου
ΑΕΚ-ΟΦΗ 2-1
54' Λιούμπισιτς, 67' Γιόβιτς - 2' Σαλσίδο
ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ-ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ 0-2
57' Βέρμπιτς, 89' Πεντρόζο

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ (σε 15 αγώνες)

01] ΑΕΚ	37 (26-11)
02] ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ	36 (31-8)
03] ΠΑΟΚ	35 (31-12)
04] ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ	28 (36-17)
05] ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ	25 (18-18)
06] ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ	22 (21-17)
07] ΑΡΗΣ	20 (13-16)
08] ΚΗΦΙΣΙΑ	18 (22-23)
09] ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ	15 (14-24)
10] ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠΟΛΗΣ	13 (15-19)
11] ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘ.	13 (14-20)
12] ΟΦΗ	12 (15-27)
13] ΛΑΡΙΣΑ	9 (13-27)
14] ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ	5 (7-37)

*1-4 PLAYOFF

*5-8 CONFERENCE LEAGUE

*9-14 PLAYOUTS

ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (16η)

Σάββατο 10 Ιανουαρίου 2026

10:00 ΚΗΦΙΣΙΑ-ΛΑΡΙΣΑ
12:30 ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘ.-ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ
12:30 ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ-ΠΑΟΚ

Κυριακή 11 Ιανουαρίου 2026

09:00 ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ-ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ
10:30 ΟΦΗ-ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠΟΛΗΣ
12:30 ΑΡΗΣ-ΑΕΚ
14:00 ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ-ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ

ΣΚΟΡΕΡ				
ΓΚΟΛ ΑΓΩΝΕΣ		ΠΑΙΚΤΗΣ	ΟΜΑΔΑ	
12	14	ΕΛ ΚΑΑΜΠΙ	ΟΛΥΜΠ.	
8	13	ΟΖΜΠΟΛΝΤ	ΛΕΒΑΔ.	
7	10	ΤΑΡΕΜΙ	ΟΛΥΜΠ.	
7	13	ΠΑΝΤΕΛΙΔΗΣ	ΚΗΦ.	
7	14	ΓΙΟΒΙΤΣ	ΑΕΚ	
7	15	ΟΖΝΤΟΕΦ	ΠΑΟΚ	
7	15	ΠΕΝΤΡΟΖΟ	ΛΕΒΑΔ.	

Οι καλύτεροι ποδοσφαιριστές και προπονητές στο Stoiximan SLGR Fantasy*

Η SUPER LEAGUE παρουσιάζει τους 5 κορυφαίους ανά θέση στο Stoiximan SLGR Fantasy για τις πρώτες 15 αγωνιστικές.

Τερματοφύλακες: Ο Θωμάς Στρακόσια της ΑΕΚ βρίσκεται στην κορυφή των τερματοφυλάκων στο Stoiximan Slgr Fantasy μετά τη 15^η αγωνιστική, συγκεντρώνοντας 241,4 βαθμούς. Ακολουθούν οι Κωνσταντίνος Τζολάκης του Ολυμπιακού (223,1), Νίκος Παπαδόπουλος του ASTERAS AKTOR (178,7), Λούκας Τσάβες του Παναιτωλικού (170,5) και Μάριος Σι-αμπάνης του Βόλου (158,8).

Αμυντικοί: Ο Παναγιώτης Ρέτσος του Ολυμπιακού είναι ο αμυντικός με τους περισσότερους βαθμούς στο Stoiximan Slgr Fantasy μετά τη 15^η αγωνιστική, συγκεντρώνοντας 210,7 βαθμούς. Ακολουθούν οι Τριαντάφυλλος Τσάπρας του Λεβαδειακού (187,3), Λάζαρος Ρότα της ΑΕΚ (186,4), Παναγιώτης Βήχος του Λε-

βαδειακού (173,7) και Παναγιώτης Λιάγκας, επίσης του Λεβαδειακού (168,3).

Μέσοι: Ο Μαγκομέντ Οζντόεφ του ΠΑΟΚ βρίσκεται στην 1^η θέση των μέσων στο Stoiximan Slgr Fantasy με τους περισσότερους βαθμούς μετά τη 15^η αγωνιστική, συγκεντρώνοντας 277,4 βαθμούς. Ακολουθούν οι Χόρχε Πόμπο της Κηφισιάς (248,9), Σεμπασιτιάν Παλάσιος του Λεβαδειακού (242,1), Ορμπερλίν Πινέδα της ΑΕΚ (227,4) και Τσικίνιο του Ολυμπιακού (213,1).

Επιθετικοί: Ο Αγιούμπ Ελ Κααμπί του Ολυμπιακού βρίσκεται στην κορυφή των επιθετικών, **αλλά και όλων των παικτών ανεξαρτήτως θέσης** στο Stoiximan Slgr Fantasy μετά τη 15^η αγωνιστική, συγκεντρώνοντας 324,1 βαθμούς. Ακολουθούν οι Τάισον του ΠΑΟΚ (252,7), Άλεν Όζμπολτ του Λεβαδειακού (229,2), Λάζαρος Λάμπρου του Βόλου (223,9) και Λούκα Γιόβιτς της ΑΕΚ (221,1).

Προπονητές: Ο Χοσέ Λουίς Μεντιλίμπαρ [φωτ.] είναι πρώτος σε βαθμούς ανάμεσα στους προπονητές στο Stoiximan Slgr Fantasy μετά τη



15^η αγωνιστική, συγκεντρώνοντας 204,4 βαθμούς. Ακολουθούν οι Νίκος Παπαδόπουλος του Λεβαδειακού (197), Ραζβάν Λουτσέσκου του ΠΑΟΚ (193,9), Μάρκο Νικόλιτς (186,9) και Χουάν Φεράντο του Βόλου (132,8).

***Οι καλύτεροι ποδοσφαιριστές/προπονητές του παιχνιδιού προκύπτουν από τα στατιστικά δεδομένα και δεν αφορούν τους καλύτερους ποδοσφαιριστές/προπονητές των αγωνιστικών**

Σούπερ Λιγκ: Ο Ταρέμι ξεπέρασε τους... Μαροκινούς Κοντά στον Κούδα ο Ανέστης Μύθου

ΕΠΤΑ ΓΚΟΛ στις δέκα πρώτες του αναμετρήσεις με τον Ολυμπιακό στο πρωτάθλημα έχει σημειώσει ο Μεντί Ταρέμι, ο οποίος έχει κάνει καλύτερη επίδοση στο ξεκίνημά του από τον Γιουσέφ Ελ Αραμπί (τέσσερα γκολ στα δέκα πρώτα) και τον Αγιούμπ Ελ Κααμπί (πέντε τέρματα στα πρώτα δέκα). Αυτό το γκολ δεν ήταν αρκετό, όμως, για τον Ολυμπιακό

ώστε να πάρει τη νίκη απέναντι στην Κηφισιά και αυτή είναι η δεύτερη φορά στα τελευταία τρία χρόνια που δεν παίρνει τους τρεις βαθμούς στο τελευταίο παιχνίδι της χρονιάς, αφού το 2023-24 είχε μείνει στο 0-0 με τον Ατρόμητο στο Περιστέρι.

Οι Ερυθρόλευκοι είχαν να κάνουν δύο διαδοχικές ισοπαλίες στο πρωτάθλημα

από την περσινή σεζόν, όταν είχαν αναδειχθεί ισόπαλοι 0-0 στις 6 Οκτωβρίου 2024 με τον Παναθηναϊκό στο Ολυμπιακό Στάδιο και στη συνέχεια 2-2 με τον Λεβαδειακό στις 20 Οκτωβρίου 2024 στο στάδιο Καραϊσκάκης.

Μετά από αυτά τα δύο ματς ακολούθησε ήττα στην Τρίπολη με 1-0 από τον ASTERAS AKTOR.

Ο ΜΥΘΟΥ ΚΟΝΤΑ ΣΤΟΝ... ΚΟΥΔΑ

Ο Ανέστης Μύθου σημείωσε γκολ στο ντέρμπι με τον Παναθηναϊκό σε ηλικία 18 ετών και 213 ημερών και δεν έγινε ο νεότερος σκόρερ σε ντέρμπι στην ιστορία του Δικεφάλου, αφού ο Γιώργος Κούδας είχε σκοράρει στο Ολυμπιακός - ΠΑΟΚ 5-2 στις 6 Ιουνίου 1965, όταν ήταν 18 ετών και 195 ημερών.

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ

ΖΩΝΤΑΝΗ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΜΟΥΣΙΚΗ

Για όλες τις εκδηλώσεις σας, γάμους, βαπτίσεις, χορούς

Μουσικά σύνολα 2 ατόμων και άνω, με δυνατότητα επιλογής ύφους ρεπερτορίου

ΛΑΪΚΑ • ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ • ΡΕΜΠΕΤΙΚΑ • ΧΟΡΕΥΤΙΚΑ

514-991-7408

info@alexandroslive.com
www.alexandroslive.com





Κρύο, φτώχεια και υγεία

Το Μόντρεαλ ανοίγει έκτακτους θερμαινόμενους χώρους, με τους ηλικιωμένους ανάμεσα στους πιο ευάλωτους

Του Δημήτρη Ηλία

Local Journalism Initiative Reporter for Ta NEA
dimitri@newsfirst.ca

Το πρώτο ισχυρό κύμα ψύχους του 2026 στο Μόντρεαλ δεν είναι απλώς μια ακόμη χειμερινή δοκιμασία. Για χιλιάδες ανθρώπους αποτελεί δοκιμασία υγείας, αντοχής και σε ορισμένες περιπτώσεις επιβίωσης. Στις 3 Ιανουαρίου 2026, δημοσίευμα ανέδειξε ότι η πόλη ενίσχυσε σημαντικά τη χειμερινή της ανταπόκριση, προσθέτοντας περισσότερους από 500 νέους «θερμαινόμενους χώρους» για να αντιμετωπίσει τις πιέσεις που προκαλεί ο συνδυασμός ακραίου κρύου και αυξημένου αριθμού αστέγων. Η κίνηση αυτή δεν ήρθε προληπτικά, αλλά ως άμεση απάντηση σε συνθήκες που κρίθηκαν επικίνδυνες για τη δημόσια υγεία.

Σύμφωνα με οργανώσεις πρώτης γραμμής που δραστηριοποιούνται στην πόλη, τα επιπλέον σημεία ζεστασιάς, σε συνδυασμό με διευρυμένα ωράρια φιλοξενίας και αυξημένη παρουσία κοινωνικών υπηρεσιών, αρχίζουν να μειώνουν την καθημερινή πίεση στα καταφύγια και στους δρόμους.

Η εικόνα αυτή είναι γνώριμη σε κάθε μεγάλη βορειοαμερικανική μητρόπολη. Στο Μόντρεαλ όμως αποκτά ιδιαίτερο βάρος, επειδή η χαμηλή θερμοκρασία σε συνδυασμό με τον άνεμο, μπορεί να μετατρέψει την έκθεση στο κρύο σε ιατρικό επείγον μέσα σε λίγες ώρες.

Οι ηλικιωμένοι βρίσκονται σε κομβική θέση σε αυτή την κρίση, ακόμη κι όταν δεν είναι άμεσα ορατοί στο δημόσιο χώρο. Η τρίτη ηλικία αντιμετωπίζει αυξημένο κίνδυνο υποθερμίας και σοβαρών επιπλοκών από το κρύο, ιδιαίτερα όταν συνυπάρχουν καρδιοαναπνευστικά προβλήματα, μειωμένη κινητικότητα ή φαρμακευτικές αγωγές, που επηρεάζουν τη θερμορύθμιση του σώματος. Για τους seniors, το κρύο δεν είναι απλώς «καιρός». Είναι παράγοντας υγείας, ικανός να επιδεινώσει χρόνιες παθήσεις, να αυξήσει τον κίνδυνο πτώσεων και να οδηγήσει σε εισαγωγές στα νοσοκομεία.

Όταν το ψύχος συναντά την οικονομική δυσκολία, το αποτέλεσμα γίνεται ακόμη πιο ανησυχητικό. Η ακρίβεια των τελευταίων ετών σημαίνει, ότι ακόμη και άνθρωποι με στέγη μπορεί να εκτίθενται σε κίνδυνο, όταν περιορίζουν τη θέρμανση

για να μπορέσουν να καλύψουν ενοίκιο, τρόφιμα ή φάρμακα. Για πολλούς ηλικιωμένους που ζουν μόνοι, η επιλογή ανάμεσα σε ένα ζεστό σπίτι και σε βασικές δαπάνες καθημερινότητας δεν είναι θεωρητική, αλλά επαναλαμβάνεται κάθε μήνα.

Η οικονομική διάσταση της χειμερινής κρίσης δεν περιορίζεται στα νοικοκυριά. Η διαχείρισή της απαιτεί άμεσους δημόσιους πόρους, προσωπικό, μεταφορές, συνεργασία με κοινοτικές οργανώσεις και διάθεση κατάλληλων χώρων. Όλα αυτά συνεπάγονται δαπάνες που τρέχουν σε πραγματικό χρόνο, όχι σε επίπεδο μελλοντικών προϋπολογισμών. Το ρεπορτάζ καταγράφει ότι η διεύρυνση των θερμαινόμενων χώρων λειτουργεί αφενός ως αποσυμφόρηση των δομών φιλοξενίας, αφετέρου ως πιο ανθρώπινη και άμεση λύση σε συνθήκες ακραίου ψύχους.

Υπάρχει όμως και μια τρίτη διάσταση, ίσως η πιο πολιτική, που αναδεικνύεται μέσα από αυτές τις αποφάσεις. Το πώς μια πόλη ορίζει την υγεία ως κοινωνικό αγαθό. Το Μόντρεαλ, με τις παρεμβάσεις του, παραδέχεται στην πράξη ότι η υγεία δεν αρχίζει και δεν τελειώνει στις πόρτες των νοσοκομείων. Αρχίζει στην πρόληψη,

στην ασφάλεια, στη δυνατότητα να μη μένει κανείς εκτεθειμένος στο κρύο, να μπορεί να ζεσταθεί, να πει ένα ζεστό ρόφημα, να περάσει έστω λίγες ώρες σε χώρο όπου η ζωή δεν κινδυνεύει.

Για τους ηλικιωμένους, ειδικά για όσους ζουν σε συνθήκες κοινωνικής ή οικονομικής επισφάλειας, τέτοιες παρεμβάσεις λειτουργούν ως έμμεσο αλλά κρίσιμο μέτρο πρόληψης. Δεν αποτελούν «θεραπεία», αλλά μειώνουν την πιθανότητα επιδείνωσης χρόνιων παθήσεων, πτώσεων σε παγωμένο έδαφος, κρίσεων αναπνοής, καρδιακών επεισοδίων και επακόλουθων νοσηλείων. Με αυτόν τον τρόπο, η πόλη δεν προστατεύει μόνο από το κρύο, αλλά και από ένα κύμα δευτερογενών επιβαρύνσεων που θα κατέληγαν στο ήδη πιεσμένο σύστημα υγείας.

Το 2026 στο Μόντρεαλ ξεκινά έτσι με ένα συμπέρασμα που ενώνει οικονομία, τρίτη ηλικία και υγεία, σε μία πρόταση. Όταν η θερμοκρασία πέφτει απότομα, η κοινωνική πολιτική μετατρέπεται σε επείγουσα ιατρική πολιτική. Και κάθε επιπλέον «ζεστό σημείο» δεν είναι απλώς ένας χώρος. Είναι χρόνος, αξιοπρέπεια και, σε ορισμένες περιπτώσεις, ζωή.

FOR SALE

Chomedey: Beautiful ground floor condo, open concept with private entrance and garage. Offering 1 huge master, 1 bath with shower and tub. Rented semi-furnished with fridge, stove, dishwasher, washer, dryer. Close to highways and schools.



FOR RENT

Ste-Dorothée: Located in the heart of Ste-Dorothée, this bright freshly painted 4 1/2 apartment is available for occupancy. The unit features an open concept living room, 2 bedrooms, 1 bathroom, and a large kitchen. This property offers exceptional convenience. It is within walking distance of major shopping centers and public transit, with easy access to Highways 13, 15, and 440. The rental includes 1 dedicated exterior parking spot and 1 exterior storage space. For more information or to schedule a viewing, please contact me.



VOULA KOTTARIDIS
(514) 993-5010
AGENTVK@GMAIL.COM

EXCELLENT SERVICE | EXCEPTIONAL RESULTS



ROYAL LEPAGE
HUMANIA CENTRE
AGENCE IMMOBILIÈRE 450.682.2121



ΤΑ ΝΕΑ ΤΗΣ ΕΚΜΜ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΔΕΛΤΙΟ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΜΕΙΖΟΝΟΣ ΜΟΝΤΡΕΑΛ



“Το συνολικό ποσό που συγκεντρώθηκε από τον φετινό Ραδιομαραθώνιο και το Christmas Challenge που ακολούθησε έφτασε τις 445.000 δολάρια, σημειώνοντας αριθμό-ρεκόρ για αυτή την ερανική προσπάθεια σε σύγκριση με τα προηγούμενα χρόνια”. Την ανακοίνωση έκανε ο Πρόεδρος της Ελληνικής Κοινότητας Μείζονος Μοντρεάλ, Βασίλης Αγγελόπουλος, στη διάρκεια της αναφοράς του κατά την τακτική συνεδρίαση του Διοικητικού Συμβουλίου.

Ο Πρόεδρος στάθηκε με έμφαση στη βαθιά σημασία που έχει αυτή η επιτυχία για την Κοινότητα και ιδιαίτερα για την αποστολή της να στηρίζει την παιδεία και τις ανάγκες των σχολείων μας. Τόνισε ότι πίσω από κάθε προσφορά κρύβεται μια ιστορία αγάπης και ευθύνης, μια επιλογή συμμετοχής και αλληλεγγύης, που αποδεικνύει πως όταν η ομογένεια ενώνεται, μπορεί να πετυχαίνει στόχους που μοιάζουν δύσκολοι.

Ο κ. Αγγελόπουλος ευχαρίστησε θερμά όλους τους δωρητές που ανταποκρίθηκαν στο κάλεσμα και στήριξαν την προσπάθεια, μικρούς και μεγάλους δωρητές, παλιούς και νέους φίλους της Κοινότητας. Παράλληλα, εξέφρασε ιδιαίτερη ευγνωμοσύνη προς τον Επίτιμο Πρόεδρο κ. Γιώργο Τσίτουρα, καθώς και προς όλο το προσωπικό της Κοινότητας, που εργάστηκε ακατάπαυ-

στα πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τον Ραδιομαραθώνιο και το Christmas Challenge, με αφοσίωση, επαγγελματισμό και πίστη στον κοινό σκοπό.

Ιδιαίτερη στιγμή της συνεδρίασης ήταν όταν ο Πρόεδρος, παρουσία του Προέδρου της Επιτροπής Εράνου της ΕΚΜΜ, κ. Τάσου Ξυπολιτάκη, όχι μόνο ευχαρίστησε τα τοπικά μέσα ενημέρωσης για τη σταθερή υποστήριξη και την ουσιαστική προσφορά τους στον θεσμό, αλλά τους πρόσφερε Πιστοποιητικά Εκτίμησης, ως μια συμβολική και ταυτόχρονα θερμή αναγνώριση της συμβολής τους. «Θέλουμε να θυμάστε αυτή την πρωτοβουλία ως κάτι που ανήκει σε όλους μας», σημείωσε, υπογραμμίζοντας ότι η προβολή και η στήριξη των δράσεων της Κοινότητας από τα μέσα ενημέρωσης αποτελεί σημαντικό κρίκο στην αλυσίδα της επιτυχίας.

Αργότερα, σε δήλωσή του, ο Πρόεδρος της ΕΚΜΜ ανέφερε: «Το ρεκόρ των 445.000 δολαρίων δεν είναι απλώς ένας αριθμός. Είναι η απόδειξη ότι η Κοινότητά μας έχει καρδιά, δύναμη και προοπτική. Κάθε δωρεά ήταν ένα μήνυμα: ότι δεν αφήνουμε κανέναν μόνο του και ότι επενδύουμε στο μέλλον των παιδιών μας και της παροικίας μας. Νιώθω περηφάνια και βαθιά ευγνωμοσύνη. Συνεχίζουμε μαζί, με πίστη και ενότητα».



Μήνυμα από την Πρόεδρο της Επετειακής Επιτροπής Ιουστίνη Φραγκούλη-Αργύρη

Αγαπητές φίλες, φίλοι και συμπατριώτες,

Το 2026 αποτελεί για όλους μας ένα ορόσημο βαθιάς συγκίνησης και ιστορικής υπερηφάνειας. Συμπληρώνονται 120 χρόνια από τότε που οι πρώτοι Έλληνες της διασποράς του Μοντρεάλ ένωσαν τις δυνάμεις τους για να θεμελιώσουν την Ελληνική Κοινότητα—έναν θεσμό που δεν υπήρξε ποτέ ένας απλός οργανισμός, αλλά η ίδια η ψυχή του Ελληνισμού στον Καναδά.

Αυτό το έτος, τιμούμε εκείνους που τόλμησαν να οραματιστούν, να δημιουργήσουν, να θυσιάσουν και να παραδώσουν στις επόμενες γενιές έναν χώρο πίστης, παιδείας, πολιτισμού και συλλογικής ταυτότητας. Τιμούμε επίσης όλους όσους, μέσα σε αυτές τις 12 δεκαετίες, κράτησαν ζωντανή την ελληνική γλώσσα, την Ορθόδοξη πίστη, τα ήθη, τις αξίες και την αίσθηση του «μαζί» που μας χαρακτηρίζει.

Ως Πρόεδρος της Επετειακής Επιτροπής των 120 Χρόνων, αισθάνομαι

απέραντη ευγνωμοσύνη για όσα μας παρέδωσαν οι προγενέστεροι και βαθιά ευθύνη για όσα καλούμαστε να παραδώσουμε εμείς στους μεταγενέστερους μας.

Το επετειακό έτος 2026 δεν είναι απλώς μια γιορτή. Είναι μια πρόσκληση σε ενότητα. Είναι μια υπόσχεση ανανέωσης. Είναι μια στιγμή συλλογικής αυτογνωσίας, όπου αναλογιζόμαστε ποιοι είμαστε, από πού ερχόμαστε και πού θέλουμε να πορευθούμε.

Με εκδηλώσεις που θα τιμήσουν την παράδοση, θα αναδείξουν το έργο των προγόνων μας και θα εμπνεύσουν τη νέα γενιά, φιλοδοξούμε να δημιουργήσουμε ένα επετειακό έτος αντάξιο της ιστορίας μας. Ένα έτος που θα μείνει ως παρακαταθήκη για τα επόμενα 120 χρόνια στους επιγόνους μας!

Χρόνια Πολλά Κοινότητά μας!

Ιουστίνη Φραγκούλη-Αργύρη
Πρόεδρος Επετειακής Επιτροπής 120 Χρόνων της ΕΚΜΜ



Η Ελληνική Κοινότητα Μείζονος Μοντρεάλ (ΕΚΜΜ) ενισχύει την ομάδα Μάρκετινγκ και αναζητά δύο ανθρώπους που θέλουν να δουλέψουν δημιουργικά, με σκοπό και με άμεσο αντίκτυπο στην κοινότητά μας.

Επικεφαλής Δημιουργικού Μάρκετινγκ

Μόνιμη θέση πλήρους απασχόλησης (37,5 ώρες την εβδομάδα), με στρατηγικό και επιχειρησιακό ρόλο

στη διοίκηση του τμήματος Μάρκετινγκ. Ο/η κάτοχος της θέσης θα καθορίζει τη συνολική κατεύθυνση του μάρκετινγκ και θα υλοποιεί καμπάνιες και περιεχόμενο υψηλής ποιότητας σε ψηφιακά και έντυπα μέσα, διασφαλίζοντας συνεπή, δυναμική και επαγγελματική παρουσία της ΕΚΜΜ.

Δημιουργός Περιεχομένου και Υπεύθυνος/η Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης

Πρόκειται για μόνιμη θέση μερικής απασχόλησης, 20 ώρες την εβδομάδα, με ανάγκη διαθεσιμότητας ορισμένα βράδια και Σαββατοκύριακα ανάλογα με τις εκδηλώσεις. Ο ρόλος επικεντρώνεται στη δημιουργία πρωτότυπου περιεχομένου για ψηφιακές πλατφόρμες (αναρτήσεις, σύντομα βίντεο, reels, stories, περιεχόμενο ιστοσελίδας, ενημερωτικά δελτία και email campaigns), στη διαχείριση της καθημερινής δραστηριότητας στα κοινωνικά δίκτυα και στη δημι-

ουργική παραγωγή φωτογραφίας και βίντεο σε κοινοτικές δράσεις.

Για υποβολή αίτησης απαιτούνται βιογραφικό και συνοδευτική επιστολή έως τις 20 Ιανουαρίου 2026 στο info@hcgmm.org.

Το πλήρες κείμενο της κάθε αγγελίας δημοσιεύεται στην ιστοσελίδα <https://hcgmm.org/job-opportunities/> ή μπορείτε να σκανάρετε το QR Code που συνοδεύει το άρθρο.





Τι φέρνει το 2026 στα γεωπολιτικά μέτωπα

Γράφει ο Δημήτρης Σταθακόπουλος*
© slpress.gr

ΤΟ ΞΕΚΙΝΗΜΑ ΤΟΥ 2026 βρίσκει τον κόσμο σε έντονη γεωπολιτική αναταραχή, με πρωτοχρονιάτικες δηλώσεις ηγετών να στέλνουν μηνύματα ισχύος και προειδοποιήσεις που δύσκολα μπορούν να αγνοηθούν.

➔ ΣΤΗΝ ΑΣΙΑ, ο Πρόεδρος της Κίνας, Σι Τζινπίνγκ, επανέλαβε τη δέσμευσή του για την «επανένωση της πατρίδας μας», με έμφαση στους δεσμούς αίματος που συνδέουν τους πολίτες στις δύο πλευρές των Στενών της Ταϊβάν.

Η ρητορική αυτή, πέρα από συμβολική, ενισχύει την πίεση στην Ταϊβάν, ενώ εγείρει ανησυχίες για πιθανή στρατιωτική κλιμάκωση. Η Κίνα δείχνει αποφασισμένη να διατηρήσει την πολιτική της «μιας Κίνας» και οι στρατηγικοί παρατηρητές εκτιμούν ότι η οικονομική και στρατιωτική πίεση στην Ταϊβάν θα ενταθεί μέσα στο 2026.

➔ ΣΤΗ ΡΩΣΙΑ, ο Βλαντιμίρ Πούτιν χρησιμοποίησε το πρωτοχρονιάτικο μήνυμά του για να ενισχύσει το αίσθημα εθνικής ενότητας, δηλώνοντας ότι «πιστεύουμε στη νίκη μας» στην Ουκρανία.

Η ρητορική αυτή υποδηλώνει ότι η Μόσχα δεν προτίθεται να υποχωρήσει, παρά τις διεθνείς κυρώσεις και την οικονομική πίεση. Πολλοί αναλυτές προειδοποιούν,

ότι η Ρωσία μπορεί να συνεχίσει τη στρατιωτική της εκστρατεία με σταδιακή αύξηση έντασης, ειδικά σε περιοχές στρατηγικού ενδιαφέροντος και οι συνέπειες για την Ευρώπη και την παγκόσμια οικονομία μπορεί να είναι σοβαρές.

➔ ΣΤΗ ΜΕΣΗ ΑΝΑΤΟΛΗ, οι εντάσεις γύρω από το Ιράν βρίσκονται στο επίκεντρο. Ο Τραμπ και ο Νετανιάχου συζητήσαν πιθανές «δεύτερες επιθέσεις» εναντίον του Ιράν, αν διαπιστωθεί επανεξοπλισμός με πυρηνικά όπλα.

Παράλληλα, το Ισραήλ ανακοίνωσε την απαγόρευση εισόδου στη Γάζα για 37 ΜΚΟ, που δε δηλώνουν τα στοιχεία των Παλαιστινίων υπαλλήλων τους, προκαλώντας ανησυχίες για ανθρωπιστική κρίση. Η ένταση αυτή δημιουργεί ένα επικίνδυνο γεωπολιτικό τρίγωνο, όπου η στρατιωτική προετοιμασία και οι πολιτικές προκλήσεις παραμένουν υψηλές.

➔ ΣΤΗΝ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΜΕΣΟΓΕΙΟ, ο Ταγίπ Ερντογάν έστειλε σαφές μήνυμα ότι η Τουρκία δε θα ανεχθεί «τετελεσμένα, αρπακτικές πρακτικές ή πειρατεία» στη «Γαλάζια Πατρίδα» της. Η ρητορική αυτή συνδέεται με τις αυξανόμενες ενεργειακές και γεωπολιτικές φιλοδοξίες της Άγκυρας, που δείχνει έτοιμη να προστατεύσει με κάθε μέσο τα συμφέροντά της,

ενώ οι κινήσεις της θα επηρεάσουν τις σχέσεις με την Ελλάδα, την Κύπρο και τις διεθνείς δυνάμεις στην περιοχή.

➔ ΣΤΗ ΛΑΤΙΝΙΚΗ ΑΜΕΡΙΚΗ, ο Τραμπ ανακοίνωσε και πραγματοποίησε πλήγμα στη Βενεζουέλα, δηλώνοντας ότι οι ΗΠΑ «χτύπησαν εκεί όπου φορτώνονται τα σκάφη» και ότι θα κρατήσουν ή θα πουλήσουν το πετρέλαιο που κατασχέθηκε. Η ενέργεια αυτή καταδεικνύει την επιθετική εξωτερική πολιτική των ΗΠΑ στον ενεργειακό χώρο, και οι αναλυτές εκτιμούν ότι θα αυξήσει την ένταση με το Καράκας και τους συμμάχους του στην περιοχή. Συνολικά, το 2026 ξεκινά με έντονη γεωπολιτική αβεβαιότητα.

ΤΙ ΠΡΟΜΗΝΥΕΙ ΤΟ 2026

Η Κίνα και η Ρωσία προβάλλουν μηνύματα ισχύος και αποφασιστικότητας, η Μέση Ανατολή παραμένει πυριτιδαποθήκη συγκρούσεων, ενώ οι ΗΠΑ και η Τουρκία ενισχύουν στρατηγικές κινήσεις που μπορούν να αλλάξουν τις ισορροπίες δυνάμεων.

Η διεθνής κοινότητα θα πρέπει να παρακολουθεί στενά αυτές τις εξελίξεις, καθώς οι στρατηγικές επιλογές των μεγάλων δυνάμεων στο πρώτο τρίμηνο του έτους θα καθορίσουν σε μεγάλο βαθμό την πορεία

των συγκρούσεων και των οικονομικών ροών.

Αν οι εντάσεις στην Ταϊβάν, η ρωσική στρατιωτική επιμονή, οι πιθανές αμερικανο-ισραηλινές επιχειρήσεις στο Ιράν, οι κινήσεις της Τουρκίας και οι επεμβάσεις στη Βενεζουέλα συνεχιστούν, το 2026 μπορεί να σηματοδοτήσει μια χρονιά όπου οι περιφερειακές συγκρούσεις θα αποκτήσουν παγκόσμια διάσταση.

Η διπλωματία, η προσεκτική στρατηγική και η συνεργασία μεταξύ μεγάλων και μικρότερων δυνάμεων θα είναι κρίσιμα εργαλεία, για να αποφευχθεί η κλιμάκωση σε ανοιχτές πολεμικές συγκρούσεις.

Η διεθνής κοινότητα παρακολουθεί και η ισορροπία του κόσμου το 2026 θα εξαρτηθεί σε μεγάλο βαθμό από τις αποφάσεις που λαμβάνονται σήμερα.

***Ο Δημήτρης Σταθακόπουλος είναι οθωμανολόγος-τουρκολόγος, συγγραφέας αρκετών σχετικών βιβλίων.**

Διδάκτωρ του Παντείου Πανεπιστημίου και συνεργάτης του Εργαστηρίου Τουρκικών και Ευρασιατικών Μελετών στο Πανεπιστήμιο Πειραιά.

Είναι παράλληλα δικηγόρος στον Άρειο Πάγο και διπλωματούχος Βυζαντινής Μουσικής – μουσικολόγος.





SINGING and PIANO LESSONS

PRO RECORDINGS and VIDEOCLIPS for SOCIAL MEDIA

ONLINE CONCERTS and PRESENTATIONS

514.616.6919

dimil@videotron.ca

chromapanarmonia.com/private-lessons

Directors: Maria Diamantis BMus,
Dimitris Ilias BFA, DAMPS

in collaboration with:





Covid-19: In our studios we take all the necessary protective measures: Social distancing, thorough disinfection and proper air circulation, online lessons, disposable headphone and mic covers, hand sanitizers, 0.3 micron air purifiers and air quality monitors.



ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ: ΑΠΟ ΤΑ ΠΡΟΪΣΤΟΡΙΚΑ ΧΡΟΝΙΑ ΕΩΣ ΤΟΝ 21^Ο ΑΙΩΝΑ

ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΜΕΣΑΙΩΝΙΚΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΝΕΟΤΕΡΟΥ ΚΟΣΜΟΥ (565 ΕΩΣ 1815)

Υπουργείο Παιδείας & Θρησκευμάτων / Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής / Β' Γενικού Λυκείου Γενικής Παιδείας

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

ΑΠΟ ΤΗ ΣΥΝΘΗΚΗ ΤΗΣ ΒΕΣΤΦΑΛΙΑΣ (1648) ΕΩΣ ΤΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΤΗΣ ΒΙΕΝΝΗΣ (1815)

...συνέχεια από
το προηγούμενο

1] Ο Διαφωτισμός

Γ. Η ΔΙΑΔΟΣΗ ΤΩΝ ΙΔΕΩΝ ΤΟΥ ΔΙΑΦΩΤΙΣΜΟΥ

Τα κέντρα και οι φορείς του Διαφωτισμού πολλαπλασιάστηκαν με την πάροδο του χρόνου. Οι εφημερίδες, τα βιβλία, η Γαλλική Εγκυκλοπαίδεια, οι κοινωνικές συγκεντρώσεις σε σαλόνια ή σε άλλους χώρους, οι επιστημονικές ακαδημίες, οι λέσχες και οι μουσικές ενώσεις, συνέβαλαν αποφασιστικά στη διάδοση των νέων ιδεών. Ακόμη οι διαφωτιστές ταξίδευαν στο εξωτερικό, όπου εξέθεταν τις απόψεις τους, προσκεκλημένοι συχνά από ηγεμόνες της λεγόμενης φωτισμένης δεσποτείας, όπως ήταν ο Φρειδερίκος Β' της Πρωσίας και η Μεγάλη Αικατερίνη της Ρωσίας.

Η νέα ιδεολογία προωθήθηκε αποτελεσματικότερα μέσα από το μετασχηματισμό του λεξιλογίου και τη διαφοροποίηση της σημασίας ορισμένων λέξεων. Είναι χαρακτηριστικό, ότι έννοιες όπως εξουσία, κράτος, κοινωνία, μεσαία τάξη, φύση, ευτυχία, αρετή, πρόοδος, τεχνική, εμφανίζονται στο καθημερινό λεξιλόγιο των ευρωπαϊκών γλωσσών κατά το 18^ο αι. Βέβαια, δε δίνουν όλοι οι εκπρόσωποι του Διαφωτισμού σ' αυτές τις έννοιες το ίδιο περιεχόμενο, υπάρχουν όμως πολλά πεδία στα οποία αποκαλύπτεται το κοινό πνεύμα του αιώνα. Βρισκόμαστε ενώπιον μιας επανάστασης του λεξιλογίου, αντίστοιχης εκείνης των ιδεών. Στον τομέα αυτό η συμβολή των λεξικών (όπως το Φιλοσοφικό Λεξικό του Βολτέρου) της εποχής και ιδίως της Εγκυκλοπαίδειας, που περιγράφεται ως Συστηματικό Λεξικό των Επιστημών, των Τεχνών και των Επαγγελμάτων και εκδόθηκε (1751-1772) από μια ομάδα διαφωτιστών, με επικεφαλής τον Ντιντερό (1713-1784), υπήρξε αποφασιστική.

Δ. ΟΙ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΔΙΑΦΩΤΙΣΜΟΥ Προς μια νέα κοινωνία

Οι νέες ιδέες διαμόρφωσαν το κατάλληλο πνευματικό υπόβαθρο για ριζικές αλλαγές και δρομολόγησαν ραγδαίες εξελίξεις στην Ευρώπη και την Αμερική. Συνέβαλαν στη βελτίωση της ζωής του ανθρώπου, στη διεύρυνση της εκπαίδευσης, στην υποχώρηση του θρησκευτικού φανατισμού, στην ενίσχυση του αιτήματος για ισότητα μεταξύ των ανθρώπων και για κατάργηση της δουλείας.

Αποφασιστική ήταν η επίδραση των ιδεών αυτών σε κρίσιμες στιγμές της παγκόσμιας Ιστορίας: του Λοκ στην αμερικανική Διακήρυξη της Ανεξαρτησίας (1776), του Μοντεσκιέ στα βασικά άρθρα του Αμερικανικού Συντάγματος (1787) και του Ρουσσώ στη Γαλλική Επανάσταση (1789).

Η απήχηση στον ελλαδικό χώρο και στη Βαλκανική

Ο Διαφωτισμός μεταδόθηκε μέσω των παροικιών και στον υπόδοιλο Ελληνισμό, με κάποια όμως καθυστέρηση, λόγω των ιδιαίτερων συνθηκών που επικρατούσαν στις τουρκοκρατούμενες ελληνικές περιοχές. Η μεταβολή των οικονομικών και κοινωνικών συνθηκών επέτρεψε, στη συνέχεια, τη δημιουργία στον ελληνικό χώρο, κατά την περίοδο 1750-1821, ενός πνευματικού κινήματος ανάλογου του Ευρωπαϊκού, που ονομάστηκε **Νεοελληνικός Διαφωτισμός**.

Αναπτύχθηκε και εδώ έντονη πνευματική δραστηριότητα γύρω από θεμελιώδεις ιδέες (όπως ελευθερία, δικαιοσύνη, ανεξαρτησία, αρετή, επιστήμη) με αντικειμενικό σκοπό το φωτισμό των υπόδουλων Ελλήνων, ώστε αυτοί να διεκδικήσουν την απελευθέρωσή τους.

Παράλληλα, ιδρύθηκαν σχολεία, εκδόθηκαν βιβλία, μελετήθηκαν οι θετικές επιστήμες και επιδιώχθηκε η σύνδεση με την αρχαιότητα. Οι ιδεολογικοί προσανατολισμοί των φορέων του Διαφωτισμού στον ελληνικό χώρο έχουν μεγάλο εύρος και εκτείνονται από την προσκόλληση σε παραδοσιακές αξίες μέχρι την πλήρη αποδοχή των ευρωπαϊκών ιδεών.

Σημαντικοί εκπρόσωποι του Νεοελληνικού Διαφωτισμού είναι, μεταξύ άλλων, ο Ευγένιος Βούλγαρης, ο Ιώσηπος Μοισιόδακας, ο Δημήτριος Καταρτζής, οι συγγραφείς της Νεωτερικής Γεωγραφίας, Δανιήλ Φιλιππίδης και Γρηγόριος Κωνσταντάς και ο Ανώνυμος συγγραφέας της Ελληνικής Νομαρχίας. Κορυφαίοι, όμως, αναδείχθηκαν ο **Ρήγας Βελεστινλής** και ο **Αδαμάντιος Κοραής**.

Ο **Ρήγας Βελεστινλής** ή **Φεραίος** (1757-1798) επιδιώκει μέσα από το μεταφραστικό και το πρωτότυπο συγγραφικό του έργο, να καταστήσει τους Έλληνες κοινωνούς της δυτικής σκέψης και να τους προετοιμάσει για τη διεκδίκηση της



Αριστερά: Ρήγας Βελεστινλής, σχέδιο σε χαρτί, αρχές 19ου αι., του Νικόλαου Μοσχολάκη. Αθήνα, Εθνικό Ιστορικό Μουσείο. Δεξιά: Ο Αδαμάντιος Κοραής, ελαιογραφία του Διονυσίου Τσόκου (1805-1862), συλλογή Πανεπιστημίου Αθηνών.

ελευθερίας τους. Χαρακτηριστικό, από την άποψη αυτή, είναι το έργο του **Φυσικής Απάνθισμα**, με το οποίο επιχειρεί να εμφυσήσει στους συμπατριώτες του την ορθολογική σκέψη μέσω των φυσικών επιστημών. Εμπνευσμένος ο Ρήγας από τον άνεμο της ελευθερίας που πνέει στη Γαλλία και τη δυτική Ευρώπη στα τέλη του 18^{ου} αιώνα, τυπώνει μια σειρά από χάρτες, μεταξύ των οποίων και τη **Μεγάλη Χάρτα της Ελλάδος**, όπου δείχνει παραστατικά την έκταση και την ακτινοβολία του Ελληνισμού, καθώς και βιβλία με πατριωτικό περιεχόμενο, από τα οποία το πιο σημαντικό είναι η **Νέα Πολιτική Διοίκηση**, μέρος του οποίου αποτελεί και ο περίφημος **Θούριος**.

Ο Ρήγας οραματιζόταν κοινή εξέγερση όλων των βαλκανικών λαών εναντίον του δυνάστη και την ίδρυση μιας παμβαλκανικής Ελληνικής Δημοκρατίας. Τα επαναστατικά του όμως σχέδια ματαιώθηκαν, όταν οι αυστριακές αρχές τον συνέλαβαν στην Τεργεστή μαζί με τους συντρόφους του και τον παρέδωσαν στις οθωμανικές αρχές του Βελιγραδίου, όπου και εκτελέστηκε στις 24 Ιουνίου 1798.

Ο **Αδαμάντιος Κοραής** (1748-1833), βαθύτατα επηρεασμένος και αυτός από τη γαλλική σκέψη, είναι υπέρμαχος της εξέλιξης και της προόδου. Απορρίπτει όμως τις επαναστατικές ακρότητες και γι' αυτό στις γλωσσικές, πολιτικές και κοινωνικές ιδέες ακολουθεί τη μέση οδό.

Υπερασπίζεται όμως θερμά τις φιλελεύθερες ιδέες με την **Αδελφική Διδασκαλία** (1798), που αποτελεί δριμύτατο κατηγορητήριο ενάντια στους εθελόδουλους και τους συντηρητικούς.

Ο Κοραής υποστηρίζει τη μετακένωση, δηλαδή τη μετάδοση στους Έλληνες των αξιών και γενικότερα της παιδείας, την οποία οι δυτικοευρωπαίοι δέχθηκαν από την ελληνική κλασική Αρχαιότητα και αφοσιώνεται, από το 1804, στην έκδοση αρχαίων Ελλήνων συγγραφέων με προλεγόμενα, όπου εκθέτει τις γλωσσικές και παιδαγωγικές του απόψεις. Κατά του ενθουσιασμού των προοδευτικών εκπροσώπων του Διαφωτισμού για τη δυτική παιδεία εκδηλώθηκαν, όμως, και αντιδράσεις από συντηρητικούς κύκλους. Παράδειγμα αποτελεί το έργο του **Αθανάσιου Πάριου «Αντιφώνησις»** προς τον παράλογο ζήλον των από της Ευρώπης ερχομένων φιλοσόφων (1802). Παρά τις ιδεολογικές αντιθέσεις, που σε ορισμένες περιπτώσεις υπήρξαν οξύτατες, οι πνευματικές ζυμώσεις συντέλεσαν στην ωρίμαση της ιδέας για εθνική απελευθέρωση που θα στηριζόταν μόνο σε ελληνικές δυνάμεις.

Ο Διαφωτισμός διαδόθηκε και σε άλλες υπό οθωμανική κυριαρχία χώρες της Βαλκανικής, κυρίως όμως στη Μολδοβλαχία, με φορείς τους Έλληνες και τους εξελληνισμένους ηγεμόνες.

Συνεχίζεται...

Custom made printing

1000 Post Cards \$118

4" x 6", Full colour, 2 sided

1000 Flyers \$268

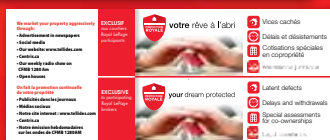
8.5 x 11, 100lb, 2 sided

100 Posters \$118

12" x 18", One sided



Post Cards



Flyers



Posters

MEDIA-TREK

Taxes extra. Prices are for PDF files. Format based on specifications. Graphic design not included but very affordable. Minimum order \$100. Delivery charges may apply.

mediatrek.ca | (450) 978-0070 | info@mediatrek.ca



**Του Αρχιεπισκόπου
Καναδά κ.κ. Σωτηρίου**

Χρόνος - Αιωνιότητα - Σωτηρία

Ας αφήσουμε τους φιλοσόφους να φιλονικούν, αν ο χρόνος είναι πραγματικότητα -κάτι το χειροπιαστό - ή έννοια. Για το θέμα μας δεν θα μας ωφελήσει αυτό σε τίποτα. Ότι κι αν είναι, είναι δημιούργημα του Θεού. Είναι στη διάθεση του ανθρώπου. Ακόμη μπορούμε να ειπούμε, ότι ο χρόνος δεν είναι ούτε καλός, ούτε κακός. Τα πάντα εξαρτώνται από τη χρήση του χρόνου, που κάνει ο άνθρωπος. Αν κάνουμε καλή χρήση του χρόνου τα αποτελέσματα για μας είναι καλά. Αν κάνουμε κακή χρήση τα αποτελέσματα είναι κακά.

Η κάθε στιγμή είναι χρόνος. Και η αιωνιότης είναι χρόνος. Δεν υπήρχε και δεν θα υπάρχει χρόνος χωρίς τον Θεό. Ο Θεός δεν έχει αρχή και τέλος. Και ο χρόνος δεν έχει τέλος. Τι σημασία θα είχαν τα λόγια «ζωή ατελεύτητος», αν ο χρόνος είχε τέλος;

Μερικοί άνθρωποι έχουν εσφαλμένη ιδέα για τη ζωή του ανθρώπου στην αιωνιότητα. Δεν πιστεύουν σε μετά θάνατον ζωή. Νομίζουν, ότι για τον άνθρωπο όλα τελειώνουν στην κρύα πλάκα του τάφου. Το σύνθημά τους, αλλά και ο τρόπος ζωής τους είναι: «Φάγομεν, πίομεν, αύριον γαρ αποθνήσκομεν». Πόσο λάθος κάνουν!

Άλλοι πάλι νομίζουν, ότι μόνον οι δίκαιοι θα κληρονομήσουν την αιωνιότητα. Και αυτοί κάνουν λάθος. Η αιωνιότης ανήκει και στους καλούς και στους κακούς. Υπάρχει όμως μία μεγάλη, μία πολύ μεγάλη διαφορά. Οι δίκαιοι και πιστοί θα κληρονομήσουν αιώνια ζωή. Ζωή με ευτυχία. Ζωή με τον Θεό. Οι κακοί και άπιστοι «απελεύσονται εις κόλασιν αιώνιον». Θα ζουν μακριά από τον Θεό. Θα ζουν σε αιώνια κόλαση. Δηλαδή σε αιώνια τιμωρία και δυστυχία.

Ο κάθε άνθρωπος που έχει συλλάβει σωστά το νόημα, αλλά και τον σκοπό της ζωής του, γνωρίζει, ότι εδώ είναι πρόσκαιρος, πάροικος και παρεπίδημος. Ακόμη γνωρίζει, πως η αιώνια ζωή και ευτυχία ή η κόλαση εξαρτώνται από την επίγεια ζωή του. Από την πίστη του στον αληθινό Θεό και από την καλή ή κακή χρήση του χρόνου.

Οι ένδοξοι και σπουδαίοι αρχαίοι πρόγονοί μας παράγγελλαν «Φείδου χρόνου». Και ο Δημιουργός μας και Πατέρας μας Θεός διά της Γραφής μάς παραγγέλλει να ζούμε «εξαγοραζόμενοι τον καιρόν». Δηλαδή να κάνουμε καλή χρήση του χρόνου.

Ο χρόνος της ζωής μας επάνω στη γη συγκρινόμενος με την αιωνιότητα είναι λιγότερο από σταγόνα στον ωκεανό. Και όμως. Από αυτό το απειροελάχιστο κλάσμα του χρόνου εξαρτάται η ευτυχισμένη ή δυστυχισμένη ζωή μας στην αιωνιότητα. Με την ανθρώπινη λογική αυτό φαίνεται παράλογο. Γι' αυτό και πολλοί καταλήγουν σε πίστη στην αποκατάσταση των πάντων. Ακολουθούν τον Ωριγένη. Αλλά η Εκκλησία μας κατεδίκασε τον Ωριγένη και απέρριψε τη θεωρία του. Όπως η καλή χρήση του χρόνου στην παιδική ηλικία έχει τόσο καλά αποτελέσματα, για το υπόλοιπο της

επίγειας ζωής του ανθρώπου, άλλο τόσο και περισσότερο η καλή χρήση του χρόνου της επίγειας ζωής μας έχει ουσιαστικά αποτελέσματα για τη ζωή μας στην αιωνιότητα. Κάθε στιγμή που χάνεται, χάνεται για πάντα. Είναι ζημιά ανεπανόρθωτη. Ποτέ δεν μπορούμε να ξαναζήσουμε τη στιγμή που πέρασε.

Το χάσιμο του χρόνου και η κακή χρήση του διορθώνεται μόνο με ένα πράγμα. Με την μετάνοια. Και αυτό είναι το μεγαλύτερο δώρο του Θεού. Θα μπορούσαμε άφοβα να ειπούμε, ότι η σωτηρία μας και η αιώνια ζωή μας εξαρτώνται απόλυτα από την πίστη μας στον Τριαδικό Θεό, την καλή χρήση του χρόνου και την μετάνοιά μας.

Κλείσαμε πίσω μας την πόρτα του παλαιού χρόνου. Στεκόμαστε μπροστά στον καινούργιο χρόνο. Ο Θεός ανοίγει την πόρτα Του για μας. Μια γρήγορη ματιά στον παλαιό χρόνο μας πείθει, ότι θα μπορούσαμε να τον είχαμε χρησιμοποιήσει καλύτερα. Ας ιδούμε τις επιτυχίες μας και τις αποτυχίες μας. Ας βαθμολογήσουμε τους εαυτούς μας. Προπαντός ας μετανοήσουμε και ας εφαρμόσουμε έμπρακτα την μετάνοιά μας «εξαγοραζόμενοι τον καιρόν». Έτσι θα περάσουμε διά του θανάτου στην αιωνιότητα. Έτσι θα ζούμε τώρα και πάντα με τον Θεό.

Παιδιά μου αγαπημένα, εννοείτε σωστά τη σημασία και την αξία του χρόνου. Μάλιστα όσο ζείτε στη γη. Κάμετε καλή χρήση του, για να ζείτε για πάντα με τον Θεό.

Σας εύχομαι ευτυχισμένο τον καινούργιο χρόνο με τον Χριστό και την ειρήνη Του στην καρδιά σας. Είθε ο Θεός να φέρει ειρήνη σε όλο τον κόσμο. Ελευθερία στους σκλάβους. Και σωτηρία στην κάθε ψυχή.

Με πατρική αγάπη και θερμές ευχές εν Χριστώ Τεχθέντι

**Ο ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΟΣ
Ο ΚΑΝΑΔΑ ΣΩΤΗΡΙΟΣ**

ΣΤΟ ΑΠΟΤΕΦΡΩΤΗΡΙΟ ΡΙΤΣΩΝΑΣ

Το τελευταίο αντίο στον Γιώργο Παπαδάκη



Στο αποτεφρωτήριο της Ριτσώνας συγκεντρώθηκαν την Πέμπτη 8/1 συγγενείς, φίλοι, συνεργάτες και εκπρόσωποι της πολιτικής και κοινωνικής ζωής, για να πουν το τελευταίο «αντίο» στο δημοσιογράφο **Γιώργο Παπαδάκη [φωτ.]**, που έφυγε ξαφνικά από τη ζωή την Κυριακή 4 Ιανουαρίου, σε ηλικία 74 ετών. Η τελετή οργανώθηκε, σύμφωνα με την επιθυμία της οικογένειας, σε κλίμα σεβασμού και διακριτικότητας, με την παράκληση αντί στεφάνων να γίνονται δωρεές σε φιλανθρωπικούς οργανισμούς.

Στην κηδεία παραβρέθηκαν πολιτικοί και εκπρόσωποι κομμάτων, ανάμεσά τους ο κυβερνητικός εκπρόσωπος Παύλος Μαρινάκης, η υπουργός Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης Νίκη Κεραμέως, ο υπουργός Ανάπτυξης Τάκης Θεοδωρικάκος, ο

αναπληρωτής υπουργός Μεταφορών Κωνσταντίνος Κυρανάκης, ο διευθυντής Ψηφιακής Επικοινωνίας του πρωθυπουργού Νίκος Ρωμανός. Επίσης, παραβρέθηκαν ο πρόεδρος του ΠΑΣΟΚ-Κινήματος Αλλαγής, Νίκος Ανδρουλάκης, ο εκπρόσωπος Τύπου του ΠΑΣΟΚ-Κινήματος Αλλαγής, Κώστας Τσουκαλάς, ο βουλευτής της Νέας Αριστεράς, Νάσος Ηλιόπουλος, η πρόεδρος της Πλεύσης Ελευθερίας, Ζωή Κωνσταντοπούλου και άλλοι εκπρόσωποι κομμάτων και φορέων, που τίμησαν με την παρουσία τους το δημοσιογράφο. Στεφάνια είχαν επίσης αποσταλεί από τον πρωθυπουργό Κυριάκο Μητσοτάκη και τον πρόεδρο του ΣΥΡΙΖΑ, Σωκράτη Φάμελλο.

Ο Στρατής Λιαρέλλης, διευθυντής ειδήσεων του ANT1 και στενός φίλος και συνεργάτης του Γ. Παπαδάκη επί δεκαετίες, εκφώνησε τον επικήδειο λόγο, βαθιά συγκινημένος. Αναφέρθηκε στη μακρά πορεία του Γ. Παπαδάκη στο χώρο της ενημέρωσης, στη δέσμευσή του να υπηρετεί την αλήθεια και στην άμεση σχέση που είχε με το κοινό. Υπογράμμισε ότι ο Γιώργος Παπαδάκης δεν ήταν απλώς ένας παρουσιαστής, αλλά ένας άνθρωπος που έγινε οικείος σε γενιές τηλεθεατών, με σταθερή φωνή, ανθρώπινη προσέγγιση και βαθιά αίσθηση κοινωνικής ευθύνης και τόνισε ότι η απώλεια αυτή αφήνει ένα κενό στην ελληνική τηλεόραση, αλλά και στις καρδιές όσων άκουγαν καθημερινά την εκπομπή που παρουσίαζε με συνέπεια δεκαετίες.

Εκ μέρους πολιτικών φορέων, οι δηλώσεις στρέφονταν γύρω από τη μεγάλη επιρροή του έργου του Γ. Παπαδάκη και τη συμβολή του στο δημόσιο διάλογο.

ΠΗΓΗ: ΑΠΕ-ΜΠΕ

ΗΠΑ: Η Γερουσία περιορίζει την εξουσία του Τραμπ για τη Βενεζουέλα

Η Γερουσία των ΗΠΑ ενέκρινε ψήφισμα (Πέμπτη 8/1) που θα απαγορεύει στον πρόεδρο Ντόναλντ Τραμπ να αναλάβει περαιτέρω στρατιωτική δράση κατά της Βενεζουέλας – χωρίς την έγκριση του Κογκρέσου – ανοίγοντας το δρόμο για περαιτέρω εξέταση του θέματος στην 100μελή Βουλή.

Το ψήφισμα εγκρίθηκε με 52 ψήφους υπέρ και 47 κατά, καθώς πέντε Ρεπουμπλικάνοι συνάδελφοι του Τραμπ ψήφισαν υπέρ μαζί με όλους του Δημοκρατικούς. Η ψηφοφορία πραγματοποιήθηκε λίγες ημέρες αφότου οι αμερικανικές

δυνάμεις συνέλαβαν τον πρόεδρο της Βενεζουέλας Νικολάς Μαδούρο σε μια δραματική στρατιωτική επιδρομή στο Καρακάς.

Δύο προηγούμενες προσπάθειες για την έγκριση παρόμοιων ψηφισμάτων μπλοκαρίστηκαν στη Γερουσία πέρυσι από τους Ρεπουμπλικάνους συναδέλφους του Τραμπ, καθώς η κυβέρνηση αύξησε τη στρατιωτική πίεση στη Βενεζουέλα με επιθέσεις σε σκάφη στη νότια Καραϊβική που ξεκίνησαν το Σεπτέμβριο του 2025.

ΠΗΓΗ: ΑΠΕ-ΜΠΕ

Κάγια Κάλας: Η Ευρώπη συζητάει την απάντηση στην αμερικανική απειλή για τη Γροιλανδία



Η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει συζητήσει ποια θα μπορούσε να είναι μια ευρωπαϊκή απάντηση, στην περίπτωση που οι απειλές των ΗΠΑ για την απόκτηση της Γροιλανδίας, ενός ημιαυτόνομου εδά-

φους της Δανίας, αποδειχθούν πραγματικές, δήλωσε την Πέμπτη 8/1 η επικεφαλής της ευρωπαϊκής διπλωματίας **Κάγια Κάλας [φωτ.]**.

«Τα μηνύματα που ακούμε σχετικά με τη Γροιλανδία είναι εξαιρετικά ανησυχητικά», είπε η Κάλας σε δημοσιογράφους, κατά τη διάρκεια μιας συνέντευξης Τύπου με τον υπουργό Εξωτερικών της Αιγύπτου Μπαντρ Αμπντελάτι στο Κάιρο.

Ο πρόεδρος Ντόναλντ Τραμπ παραμένει προσηλωμένος στη συμμαχία του ΝΑΤΟ ακόμα και αν ο ίδιος και η ομάδα του εξωτερικής ασφαλείας διεξάγουν συνομιλίες, σχετικά με το ενδεχόμενο αγοράς από τις ΗΠΑ της Γροιλανδίας, δήλωσε μία ημέρα νωρίτερα, η εκπρόσωπος Τύπου του Λευκού Οίκου Κάρολαϊν Λέβιτ.

ΠΗΓΗ: ΑΠΕ-ΜΠΕ

ΙΕΡΑ ΜΝΗΜΟΣΥΝΑ

450.978.9999 • info@newsfirst.ca

ΕΤΗΣΙΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Την Κυριακή 11 Ιανουαρίου 2026

Στον Ιερό Ναό του Τιμίου Σταυρού
(4865 Chemin du Souvenir, Laval)
τελείτε Ετήσιο Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του

**ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ
ΖΟΥΜΗΣ**

(από Κρήτη)

ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΝΘΗΜΕΡΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Την Κυριακή 11 Ιανουαρίου 2026

Στον Ιερό Ναό του Τιμίου Σταυρού
(4865 Chemin du Souvenir, Laval)
τελείτε Τεσσαρακονθήμερο Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της

**ΑΦΡΟΔΙΤΗ
ΜΟΥΡΕΛΑΤΟΥ**

ΕΤΗΣΙΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Το Σάββατο 10 Ιανουαρίου 2026

Στον Καθεδρικό Ναό του Αγίου Γεωργίου
(2455 Côte-Sainte-Catherine, Montreal)
τελείτε Ετήσιο Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της

**ΕΥΑΝΘΙΑΣ
ΤΟΛΙΟΠΟΥΛΟΥ**

(από Αξιόκαστρο, Βοΐου, Κοζάνης)

ΕΤΗΣΙΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ

Την Κυριακή 11 Ιανουαρίου 2026

Στον Ιερό Ναό των Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης
(20 Brunswick Blvd., D.D.O.)
τελείτε Ετήσιο Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του

**ΓΕΩΡΓΙΟΣ
ΓΕΩΡΓΙΟΝΗΣ**

(από Μόντρεαλ)

ΝΕΟΣ ΧΩΡΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΚΟΙΜΗΤΗΡΙΟΥ ΣΤΟ LAVAL

Είμαστε περήφανοι για την
ανακοίνωση δημιουργίας ενός
χώρου ειδικά αφιερωμένου στην
ελληνική παροικία, στο Laval.

Έχουμε το προνόμιο, ο αδελφός
μου Θεόδωρος κι εγώ, να σας
συνοδεύουμε **στη γλώσσα μας**
και σύμφωνα με τα έθιμά μας.

Stefanos & Theo Svourenos

Για εμάς, είναι χαρά
μας η κάθε συνάντηση με
την ελληνική παροικία του
Μόντρεαλ.

Ας ανακαλύψουμε μαζί αυτόν τον
χώρο μνήμης που μας εκφράζει
και μας ενώνει.

Οι αδελφοί Σβουρένος

STEFANOS SVOURENOS 514-358-1741
THEO SVOURENOS 514-836-6197



AETERNA

Complexe Funéraire

Complexe funéraire : 55, rue Gince, Montréal (St-Laurent), Québec, H4N 1J7
Cimetière de Laval : 2500, av. des Perron, Laval, Québec, H7J 1G5

514 228-1888

9 ΣΑΝ ΣΗΜΕΡΑ ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ

1823: Η ρωσική κυβέρνηση, με υπόμνημά της προς τις άλλες Μεγάλες Δυνάμεις, προτείνει ως λύση του ελληνικού ζητήματος τη σύσταση τριών ηγεμονιών κατά το πρότυπο της Βλαχίας και της Μολδαβίας. Οι προταθείσες ηγεμονίες είναι: α) Θεσσαλία και Ανατολική Στερεά Ελλάς, β) Δυτική Στερεά Ελλάς και Ήπειρος, γ) Πελοπόννησος και Κρήτη.

1968: «Δεν μπορώ να τρέξω πια», γράφει και κάνει χαρακίρι ο τρίτος ολυμπιονίκης του μαραθωνίου στο Τόκιο, Ιάπωνας Κοκίτσι Τσουμπούραγια, επειδή δεν μπορεί να αγωνιστεί στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Μεξικού λόγω ατυχήματος.

1979: Η ελληνική τηλεόραση αποκτά χρώμα, χάρη στο γαλλικό σύστημα SECAM, που αργότερα θα αντικατασταθεί από το γερμανικό PAL.

1992: Η ταινία «Το μετέωρο βήμα του πελαργού» κάνει επίσημη πρεμιέρα στην Αθήνα, παρουσιάζει του σκηνοθέτη Θόδωρου Αγγελόπουλου και του πρωταγωνιστή Μαρτσέλο Μαστρογιάνι.

1998: Ο Αμερικανός πρέσβης στην Ελλάδα, Νίκολας Μπερνς, σε συνέντευξή του σε ελληνικές εφημερίδες δηλώνει, ότι οι ΗΠΑ αναγνωρίζουν μόνο 6 ν.μ. ως εθνικό εναέριο χώρο της Ελλάδας, ενώ και το Στέιτ Ντιπάρτμεντ ξεκαθαρίζει, ότι για τις ΗΠΑ οι τουρκικές πτήσεις στη ζώνη μεταξύ 6 και 10 ν.μ. δεν αποτελούν παραβιάσεις.

ΣΟΥΝΤΟΚΟΥ								
					6			
2	3	6				5		
	1		3	7				
		9	1				7	
	7		2			9		
					5			3
	8	5				2	9	1
		1		4				

Η ΛΥΣΗ ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ ΦΥΛΛΟ

ΑΝΣΕΡ Grid 1010 Η ΛΥΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΦΥΛΛΟΥ								
6	7	3	9	5	1	2	4	8
5	1	2	4	8	6	3	9	7
4	8	9	7	2	3	1	6	5
8	9	1	5	7	2	4	3	6
7	3	5	6	1	4	8	2	9
2	4	6	8	3	9	5	7	1
9	2	8	3	6	5	7	1	4
1	5	4	2	9	7	6	8	3
3	6	7	1	4	8	9	5	2

ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΒΛΕΨΕΙΣ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΑΠΟ 12/1/2026 ΕΩΣ 18/1/2026



ΚΡΙΟΣ • Μάρ 21 - Απρ 20

Μπορεί να αντιμετωπίσετε ανασφάλειες, μια πρόκληση σε μια σχέση ή να νιώσετε συρρικνωμένοι ανάμεσα σε προσωπικές επιθυμίες και ευθύνες. Η ενέργεια δεν είναι εύκολη, αλλά σας δείχνει πού έχετε ξεπεράσει τις τοξικές αντιδράσεις. Αφού η Αφροδίτη περάσει στον Υδροχόο στις 17, τα πράγματα γίνονται πιο κοινωνικά.



ΤΑΥΡΟΣ • Απρ 21 - Μάι 21

Ένας Μεγαλόσταυρος που περιλαμβάνει την Αφροδίτη, τον Ήλιο, το Χείρωνα και τον Άρη αναστατώνει την ατμόσφαιρα. Μπορεί να έχετε αντικρουόμενες απαιτήσεις, συχνά από την προσπάθεια να ευχαριστήσετε τους πάντες, που οδηγούν σε άγχος – συναισθηματικά, επαγγελματικά είτε μέσα στη σχέση σας.



ΔΙΔΥΜΟΙ • Μάι 22 - Ιούν 21

Αγώνες εξουσίας, οικονομικές διαπραγματεύσεις και συναισθηματικές αντιπαραθέσεις θα έρθουν στην επιφάνεια. Κατά τη διάρκεια της αντίθεσης του Ερμή με τον Δία στις 14 Ιανουαρίου, το μυαλό σας μπορεί να ξεφύγει από τον έλεγχο. Υπάρχει μια τάση να δίνετε υπερβολικές υποσχέσεις.



ΚΑΡΚΙΝΟΣ • Ιούν 22 - Ιουλ 22

Η Αφροδίτη περνάει στον Υδροχόο στις 17, μετατοπίζοντας την ενέργεια γύρω από την οικειότητα, την εμπιστοσύνη και τους κοινούς πόρους. Εδώ είναι που τα πράγματα γίνονται αναμφισβήτητα αισθησιακά. Η επιθυμία εντείνεται, αλλά γίνεται και πιο επιλεκτική. Αντί για επιφανειακές συνδέσεις, θέλετε ειλικρινείς επαφές.



ΛΕΩΝ • Ιουλ 23 - Αύγ 22

Καθώς ο Ήλιος εναρμονίζεται με τον Κρόνο στις 17 και η Αφροδίτη μπαίνει στον Υδροχόο, ο τρόπος που προσεγγίζετε τις σχέσεις – προσωπικές, επαγγελματικές ή ρομαντικές – γίνεται πιο ώριμος και συνειδητός. Οι επιφανειακές αλληλεπιδράσεις χάνουν τη γοητεία τους. Θέλετε ουσία, ειλικρίνεια και ανάπτυξη μέσω συνεργασιών.



ΠΑΡΘΕΝΟΣ • Αύγ 23 - Σέπτ 22

Στο δεύτερο μισό του μήνα η ενέργεια μετατοπίζεται για άλλη μια φορά, όταν η Αφροδίτη περάσει στον Υδροχόο στις 17 Ιανουαρίου. Όλα τα βλέμματα στρέφονται στην αποτελεσματικότητα, την καινοτομία, τα συστήματα και τον τρόπο που οργανώνετε τη ζωή σας.



ΖΥΓΟΣ • Σέπτ 23 - Οκτ 23

Η διάθεση φωτίζεται και ο ρομαντισμός γίνεται πιο αυθόρμητος και συναρπαστικός στις 17, που η Αφροδίτη μπαίνει στον Υδροχόο. Αν είστε ελεύθεροι, η έλξη μπορεί να φουντώσει γρήγορα, συχνά με κάποιον απροσδόκητο ή αντισυμβατικό τύπο. Όμορφη περίοδος για δημιουργικά έργα.



ΣΚΟΡΠΙΟΣ • Οκτ 24 - Νοέμ 22

Η Αφροδίτη περνάει στον Υδροχόο στις 17 Ιανουαρίου, φέρνοντας σας μια νέα οπτική στα θέματα που έχουν προκύψει. Η επιθυμία γίνεται ανεπαίσθητη, αλλά βαθύτερη. Μπορεί να λαχταράτε τη μοναξιά, αντί για εξωτερικά ερεθίσματα. Η οικογενειακή δυναμική αλλάζει. Η συναισθηματική ασφάλεια γίνεται πιο σημαντική.



ΤΟΞΟΤΗΣ • Νοέμ 23 - Δεκ 21

Να εμπιστεύεστε πάντα το ένστικτό σας και μην αφήνετε τα συναισθήματά σας να σας καθοδηγούν. Για να διασφαλίσετε τη συνέχεια και να αποτρέψετε οποιαδήποτε απώλεια προόδου, συνεχίστε να εστιάζετε αυστηρά στις παραμέτρους που έχετε θεσπίσει. Θα πετύχετε τους ρομαντικούς σας στόχους τον Ιανουάριο.



ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ • Δεκ 22 - Ιαν 20

Κάποιος μπορεί να αμφισβητήσει την εξουσία σας. Ένας σύμβουλος μπορεί να αντιδράσει ή να ενεργήσει παράξενα από το πουθενά. Ένας πελάτης ή μια σχέση μπορεί να απαιτήσει περισσότερα από όσα είστε έτοιμοι να δώσετε. Η πίεση είναι πραγματική, όπως και η ικανότητά σας να τη χειρίζεστε.



ΥΔΡΟΧΟΟΣ • Ιαν 21-Φεβ 19

Μια υποστηρικτική ευθυγράμμιση μεταξύ Αφροδίτης και Κρόνου, δημιουργεί μια ευκαιρία για αυτοπεποίθηση και σαφήνεια στις σχέσεις. Μπορείτε να βασιστείτε σ' αυτή την ενέργεια για να φέρετε σταθερότητα όπου τη χρειάζεστε... και αλλαγές όπου είστε έτοιμοι γι' αυτές.



ΙΧΘΥΕΣ • Φεβ 20-Μάρ 20

Μια ισχυρή Υπέρ-Πανσέληνος φωτίζει ακριβώς αυτό που αποφεύγατε ή υποβαθμίζατε. Σας υποχρεώνει να αντιμετωπίσετε ό,τι αναβάλλατε συνεχώς, επειδή φοβάστε να δεσμευτείτε σ' αυτό: μια σχέση για την οποία προσποιείστε ότι είστε ουδέτεροι ή μια δημιουργική παρόρμηση που έχετε κρύψει.



ΕΙΩ ΓΕΛΑΜΕ

ΣΕ ΕΝΑ ΓΕΜΑΤΟ ΑΣΑΝΣΕΡ, η γυναίκα κοιτάζει εκνευρισμένη τον άντρα της που έχει στριμωχτεί πάνω σε μια ξανθιά. Όταν φτάνουν στο ισόγειο, γυρνάει η ξανθιά και ρίχνει ένα χαστούκι στον άντρα λέγοντάς του: «Αυτό, για να μάθεις να χουφτώνεις άγνωστες γυναίκες!».

Ο άντρας λέει στη γυναίκα του έκπληκτος: «Γιατί το έκανε αυτό; Αφού δεν τη χούφτωσα την κοπέλα...».

«Ασφαλώς και δεν τη χούφτωσες», λέει εκείνη. «Εγώ το έκανα!».

ΕΝΑΣ ΑΝΤΡΑΣ περιμένει στη στάση να πάρει το λεωφορείο να πάει στη δουλειά του. Περνάει από

εκεί ένας τύπος και του πιάνει το μάγουλο λέγοντας: «Βρε τον πονηρούλη!». Αυτό γινόταν για καμιά εβδομάδα.

Απορημένος ρωτάει τη γυναίκα του μήπως γνωρίζει τίποτα, όμως εκείνη δηλώνει άγνοια. Την επόμενη μέρα έξω από τη στάση του λεωφορείου ο γνωστός τύπος του πιάνει πάλι το μάγουλο λέγοντάς του: «Βρε τον πονηρούλη, είσαι και μαρτυρίαρής!».

ΕΝΑΣ ΛΕΥΚΑΔΙΤΗΣ, ΕΝΑΣ ΚΕΡΚΥΡΑΙΟΣ ΚΑΙ ΕΝΑΣ ΚΕΦΑΛΛΟΝΙΤΗΣ, βρίσκουν ένα παλιό λυχνάρι, το τρίβουν και εμφανίζεται ένα τζίνι.

-Θα πραγματοποιήσω στον καθένα

σας από μια ευχή, λέει το τζίνι.

-Θα ήθελα να γεμίσει η Μεσόγειος με ψάρια για να έχω να ψαρεύω για μια ζωή, του λέει ο Λευκαδίτης.

-Η επιθυμία σου διαταγή, λέει το τζίνι.

-Θέλω να χτίσεις ένα τείχος γύρω από την Κέρκυρα και έτσι τίποτα να μη μας ενοχλεί, λέει ο Κερκυραίος.

-Η επιθυμία σου διαταγή! Λέει το τζίνι.

-Αυτό το τείχος στην Κέρκυρα πόσο ψηλό το έχτισες; ρωτάει ο Κεφαλλονίτης το τζίνι.

-Γύρω στα εξήντα μέτρα ψηλό, είναι αδύνατον να μπει κάτι μέσα ή να βγει.

-Μια χαρά είναι. Γέμισέ το μέχρι άνω με νερό τώρα, λέει ο Κεφαλλονίτης!

SÉCURITÉ SPARTAN SECURITY

A COMPANY YOU CAN TRUST

(514) 289-8585

25 years at your service!

- Burglar
- Fire
- Cameras
- Intercoms

ALARM SYSTEM INSTALLATION + 12 MONTHS MONITORING!

24 HOUR MONITORING

Chris Countouriotis: Ο ελληνικής καταγωγής διοικητής της Delta Force που απήγαγε τον Μαδούρο

Απειλές κατά του δημοσιογράφου που αποκάλυψε την ιδιότητα του Countouriotis



ΤΗΝ ΑΠΑΓΩΓΗ ΤΟΥ ΝΙΚΟΛΑΣ ΜΑΔΟΥΡΟ πραγματοποίησε η αιχμή του δόρατος των αμερικανικών ενόπλων δυνάμεων: η Delta Force.

Επικεφαλής της ελίτ αυτής ομάδας φέρεται να είναι ο **Συνταγματάρχης Chris Countouriotis**, όπως αποκάλυψε Αμερικανός δημοσιογράφος, ο οποίος τώρα δέχεται απειλές κατά της ζωής του!

Παρότι λίγες πληροφορίες για τη στρατιωτική επιχείρηση των ΗΠΑ στη Βενεζουέλα έχουν γίνει γνωστές, δεν αμφισβητείται ότι η Delta εκτέλεσε την αποστολή, έχοντας διοικητή τον ελληνικής (πιθανότατα) καταγωγής Συνταγματάρχη.

ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο CHRIS COUNTOURIOTIS

Το βιογραφικό του από το Πρόγραμμα Counterterrorism and Public Policy Fellowship του Duke Sanford: Ο Συνταγματάρχης Chris Countouriotis είναι αξιωματικός των Ειδικών Δυνάμεων του Στρατού από το Σαν Φρανσίσκο της Καλιφόρνια. Διορίστηκε Αξιωματικός του Σώματος Ιατρικών Υπηρεσιών το 2004 και μετατέθηκε στο Πεζικό το 2006. Έχει περάσει τα τελευταία 16 χρόνια σε μονάδες της Διοίκησης Ειδικών Επιχειρήσεων των ΗΠΑ. Έχει μεγάλη εμπειρία δουλεύοντας με κοινές, διατμησιακές και διεθνείς συνεργάτες και έχει υπηρετήσει πολλές φορές σε όλη την Αφρική, την Κεντρική Ασία και τη Μέση Ανατολή.

Ο Chris Countouriotis απέκτησε μεταπτυχιακό δίπλωμα στην Οργανωσιακή Ψυχολογία από το Πανεπιστήμιο Κολούμπια και έλαβε το πτυχίο του από το Πανεπιστήμιο του Σαν Φρανσίσκο. Ο Chris και η σύζυγός του, Michelle, η οποία υπηρέτησε για 21 χρόνια στο Στρατό, μεγαλώνουν 5 κόρες.

Τα ερευνητικά ενδιαφέροντα του Chris περιλαμβάνουν την πολιτική εθνικής ασφάλειας, τον άτακτο πόλεμο και την ανάπτυξη και εκπαίδευση ηγετών.

ΑΠΕΙΛΕΣ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΣΙΟΓΡΑΦΟΥ ΠΟΥ ΑΠΟΚΑΛΥΨΕ ΤΗΝ ΙΔΙΟΤΗΤΑ ΤΟΥ CHRIS COUNTOURIOTIS

Τη δημόσια αποκάλυψη της ιδιότη-

τας του Chris Countouriotis έκανε ένας δημοσιογράφος/συγγραφέας, ο Σεθ Χαρπ, ο οποίος έκτοτε δέχεται συνεχείς άμεσες και έμμεσες απειλές κατά της ζωής του. Μετά από το... τσουνάμι σχολίων και απειλών, ο Χαρπ αναγκάστηκε να σβήσει τη σχετική ανάρτησή του για τον ελληνικής καταγωγής Συνταγματάρχη, αλλά και να «κλειδώσει» το δημόσιο προφίλ του. Όπως αναφέρουν μάλιστα οι χρήστες που τον απειλούν και τον υβρίζουν, τον κατηγορούν «για το έγκλημα της αναφοράς του Συνταγματάρχη ως διοικητή της Δύναμης Δέλτα (Delta Force) – και ως εκ τούτου του ηγέτη των δυνάμεων που απήγαγαν τον Νικολάσ Μαδούρο».

Απ'όλα για όλους

450 978 9999

ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑ / ΒΑΦΕΣ

Εγγυημένη εργασία
Ειδικευμένο προσωπικό
Παραχώρηση αυτοκινήτου
Γρήγορη και άψογη εξυπηρέτηση

5449 Ave. Royalmount
Mont-Royal, QC H4P 1V4
514.731.6391
www.lazaros.ca

ΕΛΑΙΟΧΡΩΜΑΤΗΣΤΕΣ

A.M.C. PAINTING

Βαψίματα για σπίτια και επιχειρήσεις:

- Εσωτερικά
- Εξωτερικά
- Σκαλοπάτια κινδύνου
- Μπαλκόνια, decks και patios

Επιδιορθώσεις τοίχων (dry-wall plastering) προπαντός μετά από διαρροή νερού.
ΛΟΓΙΚΕΣ ΤΙΜΕΣ ΔΩΡΕΑΝ ΕΚΤΙΜΙΣΗ

Πάρτε σήμερα στο 438 404-0820
ΕΚΠΤΩΣΗ 15% ως τις 30 Σεπτεμβρίου, 2025

ΛΟΓΙΣΤΙΚΑ ΓΡΑΦΕΙΑ

ALEVRAS
Comptable professionnel agréé
Chartered professional Accountant

Andreas Alevras CPA
657 boul. Curé-Labelle, Suite 290
Laval, Québec, H7V 2T8
Tel.: 450.688.8686 Fax: 450.688.5638
E-mail: info@alevras.ca

MENTIOYM

Bring back lost love
Clear negative energy
Help in all problems

*Also specialist in
Psychic and tarot card
readings*

Call JULIA today!

Φέρτε πίσω τη χαμένη αγάπη
Κάθαρση αρνητικής ενέργειας
Βοήθεια σε όλα τα προβλήματα

*Επίσης ειδικός σε
Ψυχικές αναγνώσεις και
αναγνώσεις καρτών ταρώ*

Καλέστε την ΤΖΟΥΛΙΑ! σήμερα

514 458-7193
ΟΜΙΛΟΥΜΕ ΜΟΝΟ ΑΓΓΛΙΚΑ

KENTRA ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

SURVEILLANCE
LANVAC
Halifax • Quebec • Montreal
Ottawa • Toronto • Vancouver
www.lanvac.com

ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Rose Hill

• SPICES • SEASONINGS • SAUCES • SOUPS

Tel.: 514-745-1153
info@rosehillfoods.com
www.rosehillfoods.com

WE BUY GOLD AND DIAMONDS

450-681-1363

- For over 38 years -

Before selling elsewhere, come see us!

Mon. to Wed. - 10am to 5:30pm
Thurs. and Fri. - 10am to 7:00pm
Saturday - Closed
Sunday - Closed

achatorlaval.ca

Same address since 1989
1799, boul. Curé-Labelle, Chomedey (North of St-Martin)

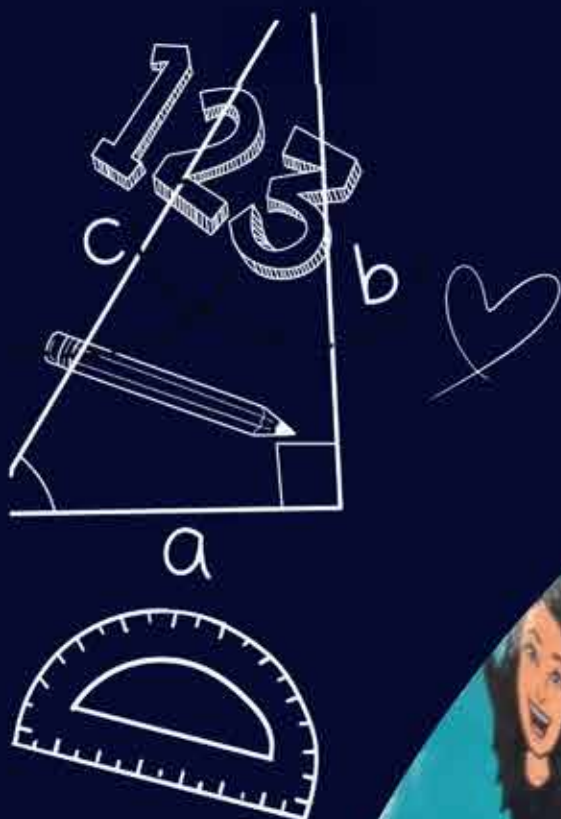
DJ - ΜΟΥΣΙΚΗ

DJ MAMACITA

514-800-0666



ÉCOLE SOCRATES-DÉMOSTHÈNE
Depuis 1909
ACADÉMIK PRIVÉE



JOURNÉE PORTES OUVERTES

9 au 13 février 2026

9 h à 14 h

Sur rendez-vous



Campus II : 5757, ave Wilderton, Montréal Qc H3S 2k8
Campus III : 11, 11e rue, Roxboro Qc H8Y 1K6
Campus IV : 5220, Grande Allée, St-Hubert Qc J3Y 1A1
Campus V : 931, rue Emerson, Laval Qc H7W 3Y5
Campus Démosthène : 1565, boul. St-Martin O., Laval Qc H7S 1N1

RSVP :

CAMPUS II : 514-738-2421 POSTE 144
CAMPUS III : 514-685-1833
CAMPUS IV : 450-656-4832
CAMPUS V : 450-681-5142
CAMPUS DÉMOSTHÈNE : 450-972-1800



SOCDEM.ORG

SOCDEM@HCGM.ORG