

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

NEEA

ΤΑ ΕΛΛΗΝΟΚΑΝΑΔΙΚΑ

Les Nouvelles Grecques Canadiennes
The Greek Canadian News

PANIER DU FERMIER
FRUITS ET LÉGUMES

Our weekly customers save **up to \$1,700 per year**

Only **\$40**
A value of **\$70+**

16 TO 20 VARIETIES
MIXED BASKET
FRUITS & VEGGIES

(514) **244-9885**
panierdufermier@gmail.com
panierdufermier.ca



newsfirst
MULTIMEDIA

Vol. 20-09

6 ΜΑΡΤΙΟΥ 2026 / MARCH 6, 2026

450 978-9999

www.tanea.ca

info@newsfirst.ca

ΣΕΛΙΔΑ 3



Τίτλοι τέλους στην κόντρα Κυβέρνησης – Πανεπιστημίων

McGill & Concordia δε συνεχίζουν τη νομική διαμάχη για τα διδάκτρα



ΣΕΛΙΔΑ 7

Καναδάς: Συμφωνία με Ινδία για Ελεύθερο Εμπόριο

ΣΕΛΙΔΑ 8



ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΥΠΟΤΡΟΦΙΩΝ

Στηρίζει για 37 χρόνια τους Έλληνες Φοιτητές του Κεμπέκ

ΣΕΛΙΔΕΣ 4, 14-15



ΠΟΛΕΜΟΣ ΣΤΗ ΜΕΣΗ ΑΝΑΤΟΛΗ

Σε κάθε περίπτωση... ΧΑΜΕΝΟ ΤΟ ΙΡΑΝ

- Ποιες οι επιπτώσεις στην Οικονομία
- Από «μποξέρ» οι ΗΠΑ μετατρέπονται σε «μαχητές δρόμου»

ΣΕΛΙΔΑ 13



Ψηφίζουν οι Απόδημοι Έλληνες!

Από τις επόμενες εθνικές εκλογές

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

EXCELLENT SERVICE | EXCEPTIONAL RESULTS

PROTECTION ROYALE

ROYAL LEPAGE

HUMANIA CENTRE

AGENCE IMMOBILIÈRE 450.682.2121

FREE EVALUATION WITH NO OBLIGATION

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





SAMSUNG
Galaxy S25 Ultra
Galaxy AI

GET THE **GALAXY S25 ULTRA** on a 5G+ Ultimate Plan

from

\$15 /mo.

Full Price:

\$2320

After bill credit with financing and a 5G+ Ultimate plan for 24 months with eligible trade-in and phone returned.
\$80 Setup Service Fee may apply.

 **ROGERS** Authorized Dealer

Visit planetemobile.ca to see all current offers

MONTREAL

2100, Marcel-Laurin Blvd.
Ville St-Laurent | 514-856-1884

9012, l'Acadie Blvd.
514-387-9999

Place Alexis-Nihon
1500, Atwater St | 514-939-5552

Complexe Desjardins
175 René-Lévesque Blvd. West
514-669-1880

7600 Boul Viau, Unit 331
(514) 376-6667

NORTH SHORE

Centre Laval
1600, boul. Le Corbusier | 450-978-1081

Galeries Terrebonne
1185, boul. Moody | 450-964-8403

SOUTH SHORE

Chateaugay Regional Centre
200, d'Anjou Blvd. | 450-692-5136

Centre Valleyfield
50, Dufferin | 450-373-0519

LANAUDIERE

Galeries Joliette
1075 Firestone Blvd.
Joliette | 450-760-3000

OUTAOUAIS

Les Galeries de Hull
320, St-Joseph blvd | 819-205-1390



Offer subject to change without notice. A Setup Service Fee of \$80 applies to setup your device and related services. Shipping fee (\$25) may apply. Taxes extra. Samsung Galaxy S25 Ultra 256GB: 0% APR, \$0 down OAC with 24 mo. financing agreement, eligible mobile plan and Save & Return (S&R). S&R Amount (\$384) will be deducted from full device price (\$2320) before calculating 24 equal monthly payments (\$80.67 mo.). \$55.67/mo. credit will be applied to account for 24 mos. Device must be returned in good working condition within 24 mos. (failure to do so will result in S&R Amount becoming due). Cancellation of financing or mobile plan or downgrading your plan results in outstanding financing balance and S&R Amount becoming due and loss of \$55.67/mo. credit. \$240 credit available on Samsung Galaxy S23 Ultra 128GB trade-in or \$240 down payment. Offer not valid at all locations. Rogers & Design and related brand names and logos are trademarks of Rogers Communications Inc. or an affiliate used under license. © 2025 Rogers Communications.



McGill και Concordia αποσύρονται από τη νομική μάχη για τα διδάκτρα

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

Σε μια εξέλιξη με βαθιές συνέπειες για το εκπαιδευτικό τοπίο του Καναδά, δύο από τα μεγαλύτερα αγγλόφωνα πανεπιστήμια του Κεμπέκ, το Πανεπιστήμιο McGill και το Πανεπιστήμιο Concordia, ανακοίνωσαν στα τέλη Φεβρουαρίου του 2026 ότι δε θα συνεχίσουν τη νομική τους διαμάχη εναντίον της κυβέρνησης της επαρχίας του Κεμπέκ, σχετικά με την αύξηση των διδάκτρων για φοιτητές από άλλες επαρχίες.

Αυτή η απόφαση έρχεται μετά από μια μακρά και επίπονη δικαστική και πολιτική αντιπαράθεση, η οποία είχε προκαλέσει έντονες αντιδράσεις στην πανεπιστημιακή κοινότητα και στην ευρύτερη κοινωνία του Κεμπέκ και του Καναδά.

ΤΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΤΟΥ ΖΗΤΗΜΑΤΟΣ

Το ζήτημα ξεκίνησε το 2023, όταν η επαρχιακή κυβέρνηση του Κεμπέκ, υπό την ηγεσία του κόμματος Coalition Avenir Québécois (CAQ), αποφάσισε να αυξήσει τα διδάκτρα για φοιτητές που προέρχονται από άλλες επαρχίες του Καναδά και επιλέγουν να σπουδάσουν σε αγγλόφωνα πανεπιστήμια του Κεμπέκ.

Η αύξηση αυτή ήταν περίπου 33%, δηλαδή από περίπου 9.000 CAD σε περίπου 12.000 CAD ετησίως, με σκοπό –όπως υποστήριξε η κυβέρνηση– να διασφαλιστεί ότι οι φορολογούμενοι του Κεμπέκ δε θα επιδοτούν υπερβολικά τις σπουδές μη κατοίκων της επαρχίας.

Αμέσως η απόφαση αυτή προκάλεσε αντιδράσεις, ιδίως στην αγγλόφωνη κοινότητα του Μόντρεαλ και των πανεπιστημίων McGill και Concordia, τα οποία δήλωσαν ότι η αύξηση αυτή ήταν διάκριση, αδικαιολόγητη και... αντίθετη με τα συμφέροντα των ιδρυμάτων και των φοιτητών τους.

Η ΔΙΚΑΣΤΙΚΗ ΔΙΑΜΑΧΗ

Τον Απρίλιο του 2025, ο Ανώτατος Δικαστής Éric Dufour έκρινε ότι η αύξηση των διδάκτρων ήταν «παράλογη και μη δικαιολογημένη από πειστικά δεδομένα» και ακύρωσε την απόφαση, κρίνοντας ότι η κυβέρνηση δεν είχε παράσχει επαρκή στοιχεία για να υποστηρίξει την πολιτική της.

Ωστόσο, η κυβέρνηση έλαβε εντολή να διατηρήσει την αύξηση για εννέα μήνες και να αναθεωρήσει το σχετικό πλαίσιο πολιτικής της.

Παρά το γεγονός ότι η δικαστική απόφαση κρίθηκε θετική για τα πανεπιστήμια, η κυβέρνηση του Κεμπέκ επέλεξε τελικά να διατηρήσει την αύξηση διδάκτρων, δημοσιεύοντας στη συνέχεια μια αναθεωρημένη δικαιολόγηση για την επιλογή αυτή, επικαλούμενη τη δημοσιονομική ανάγκη και την πρόθεση να προστατεύσει τους κατοίκους του Κεμπέκ από υπερβολική επιβάρυνση μέσω των διδάκτρων.

Η ΑΠΟΦΑΣΗ ΤΩΝ MCGILL ΚΑΙ CONCORDIA ΝΑ ΕΓΚΑΤΑΛΕΙΨΟΥΝ ΤΙΣ ΝΟΜΙΚΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ

Στις 27 Φεβρουαρίου 2026, και τα δύο πανεπιστήμια επιβεβαίωσαν ότι δε θα συνεχίσουν το νομικό τους αγώνα.

Το Πανεπιστήμιο Concordia ανακοίνωσε μέσω γραπτής επικοινωνίας, ότι η απόφαση αυτή οφείλεται εν μέρει στη δυσχερή οικονομική κατάσταση που αντιμετωπίζει, με τον οργανισμό να βρίσκεται αντιμετώπιος με ένα έλλειμμα περίπου 84 εκατομμυρίων CAD.

Τα νομικά έξοδα και η πτώση των εγγραφών, μετά την ανακοίνωση και την εφαρμογή της αύξησης, έχουν επιβαρύνει σημαντικά τους οικονομικούς πόρους του ιδρύματος, καθιστώντας δυσβάσταχτη τη συνέχιση των δικαστικών ενεργειών.

Το Πανεπιστήμιο McGill, από την πλευρά του, ανέφερε ότι παρά το γεγονός ότι δεν πιστεύει ότι η απάντηση της κυβέρνησης του Κεμπέκ σέβεται την απόφαση του Ανώτατου Δικαστηρίου του 2025, θα ήταν αντιπαραγωγικό να συνεχίσει τη νομική διαμάχη.

Η διοίκηση του McGill δήλωσε, ότι η συνέχιση της υπόθεσης θα μπορούσε να υπονομεύσει τους στόχους του ιδρύματος για ενίσχυση των δεσμών με την τοπική κοινωνία και την ανάπτυξη συνεργασιών που συμβάλλουν στη συνολική ευημερία της κοινωνίας του Κεμπέκ.

Και οι δύο πανεπιστημιακές αρχές δήλωσαν ότι, παρά την εγκατάλειψη της νομικής πρόκλησης, θα συνεχίσουν να συνεργάζονται με την κυβέρνηση του Κεμπέκ, με στόχο τη διασφάλιση ενός σταθερού και προβλέψιμου περιβάλλοντος στην ανώτατη εκπαίδευση, με διαφάνεια στις πολιτικές και εξασφάλιση οικονομικής βοήθειας για τους φοιτητές.

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΓΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΤΗ ΦΟΙΤΗΤΙΚΗ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ

Τα στοιχεία που έχουν συγκεντρωθεί από την κοινότητα του McGill δείχνουν, ότι η αύξηση των διδάκτρων είχε άμεση επίπτωση στις εγγραφές φοιτητών από άλλες επαρχίες, με σημαντική πτώση συμμετοχής νέων υποψηφίων.

Σύμφωνα με αναφορές, οι εγγραφές από άλλες επαρχίες γνώρισαν πτώση κατά περίπου 20% στο McGill και έως 27% στο Concordia, μετά την εφαρμογή της αύξησης, γεγονός που ενδέχεται να επηρεάσει όχι μόνο τα οικονομικά των ιδρυμάτων αλλά και τη διαθεσιμότητα ταλέντου στην περιοχή.

Παράλληλα, οι διοικήσεις και των δύο πανεπιστημίων έχουν ανακοινώσει τη συνέχιση και ενίσχυση της υποστήριξης των μητρικών τους κοινοτήτων, μέσω προγραμμάτων υποτροφιών και οικονομικής βοήθειας, ώστε να αντισταθμιστούν εν μέρει οι αυξήσεις που επιβάλλονται στους φοιτητές από άλλες επαρχίες.

ΜΙΑ ΕΥΡΥΤΕΡΗ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΓΙΑ ΤΗ ΓΛΩΣΣΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ

Η απόφαση για αύξηση των διδάκτρων εντάσσεται σε μια ευρύτερη πολιτική συζήτηση στο Κεμπέκ σχετικά με τη θέση της γαλλικής γλώσσας και την ισορροπία μεταξύ αγγλόφωνων και γαλλόφωνων πληθυσμών εντός της επαρχίας. Η κυβέρνηση του Κεμπέκ, στην προσπάθειά της να ενισχύσει τη γαλλική κουλτούρα και να

διασφαλίσει ότι οι δημόσιοι πόροι εξυπηρετούν πρωτίστως τους κατοίκους και τη γαλλική εκπαίδευση, έχει υιοθετήσει νομοθετικά μέτρα που έχουν προκαλέσει κρίσεις και αντιπαραθέσεις.

Αν και η τρέχουσα ειδησεογραφία επικεντρώνεται στην οικονομική και νομική διάσταση, πολλές από τις συζητήσεις στα αμφιθέατρα και στα πολιτικά φόρουμ αφορούν τη γλωσσική ισορροπία, τις διακρίσεις και τη φήμη της ανώτατης εκπαίδευσης του Κεμπέκ σε εθνικό επίπεδο.

Η απόφαση των Πανεπιστημίων McGill και Concordia να εγκαταλείψουν το νομικό τους αγώνα ενάντια στην αύξηση των διδάκτρων από την κυβέρνηση του Κεμπέκ, αποτελεί σημαντικό σταθμό στην πρόσφατη πορεία της ανώτατης εκπαίδευσης στην επαρχία.

Παρά το γεγονός ότι η απόφαση του Ανώτατου Δικαστηρίου το 2025 είχε δώσει μια προσωρινή νίκη στους αγωγούς, η αναθεώρηση της πολιτικής από την κυβέρνηση και οι οικονομικοί περιορισμοί των ιδρυμάτων οδήγησαν σε μια στρατηγική αναδίπλωση, με στόχο τη διασφάλιση της μακροπρόθεσμης βιωσιμότητας και της συνεργασίας μεταξύ των φορέων.

Η εξέλιξη αυτή αφήνει ανοικτό το ερώτημα για το πώς θα εξελιχθεί η ανώτατη εκπαίδευση στο Κεμπέκ και αν θα υπάρξουν περαιτέρω πολιτικές αλλαγές, που θα επηρεάσουν το ρόλο των φοιτητών από άλλες επαρχίες και την ευρύτερη κοινωνική σύγκλιση εντός της επαρχίας.

Ποιος φροντίζει το σπίτι σας στην Αθήνα;

Διαρροές, υγρασία, διαρρήξεις, καιρικά φαινόμενα - τα μικρά προβλήματα γίνονται ακριβά όταν κανείς δεν είναι εκεί.

Στη Home Watch Athens προσφέρουμε:

- Μηνιαίους ελέγχους
- Πληρωμή λογαριασμών
- Συντήρηση
- Καθαρισμό πριν την άφιξή σας

Επικοινωνήστε με τον κ. Γιάννη Ζήση
+30 697 4159 588
(WhatsApp / Viber / iMessage)
yanis@homewatchathens.com
homewatchathens.com

★★★★★
Μας εμπιστεύονται Έλληνες σε Καναδά, ΗΠΑ, Αυστραλία

HOME WATCH ATHENS

JOYEUSE
Saint-Valentin
HAPPY
Valentine's
DAY

EMMANUELLA LAMBROPOULOS
DÉPUTÉE FÉDÉRALE DE | MP FOR SAINT-LAURENT

À votre disposition - At your service

Emmanuella.Lambropoulos@parl.gc.ca | Emmanuella.Lambropoulos
102-750 Boul. Marcel-Laurin | @MPLambropoulos
(514) 335-6655 | emmanuelalambropoulos.jl@parl.ca

Εσείς τι λέτε;

του Μιχάλη Τελλίδη



ΙΡΑΝ: Η δίνη του πολέμου και ο Καναδάς

Ο πόλεμος που ξέσπασε στο Ιράν δεν είναι απλώς άλλη μια περιφερειακή σύρραξη· είναι μια γεωπολιτική «βόμβα» που απειλεί να αλλάξει το χάρτη της Μέσης Ανατολής.

Με τις στρατιωτικές επιχειρήσεις να κλιμακώνονται, η παγκόσμια κοινότητα παρακολουθεί με κομμένη την ανάσα, μία σύγκρουση που εμπλέκει πυρηνικές φιλοδοξίες, στρατηγικά περάσματα και το μέλλον εκατομμυρίων ανθρώπων.

Η είδηση του πολέμου αποτελεί μια πραγματικότητα, που αγγίζει άμεσα την κοινωνία μας. Γιατί όμως μας αφορά τόσο έντονα;

Ο Καναδάς φιλοξενεί μία από τις μεγαλύτερες και πιο δραστηριες ιρανικές κοινότητες παγκοσμίως. Ο πόλεμος στο Ιράν μεταφράζεται σε αγωνία για την τύχη συγγενών, σε πορείες διαμαρτυρίας και σε ένα βαθύ διχασμό για το μέλλον της πατρίδας τους. Η τοπική μας κοινωνία καλείται να γίνει το στήριγμα για χιλιάδες συμπολίτες μας, που βλέπουν τη χώρα τους να φλέγεται.

Η επίσημη θέση του Καναδά παραμένει προσηλωμένη στην ανθρωπιστική υποστήριξη και τη διπλωματία. Παρά τις τεταμένες σχέσεις, η χώρα μας παραδοσιακά προσπαθεί να ανοίξει διαύλους για την αποστολή ιατροφαρμακευτικού υλικού και την προσαρμογή των κοινοτικών οργανώσεων που συγκεντρώνουν πόρους, αποδεικνύοντας ότι η αλληλεγγύη δε γνωρίζει σύνορα, ακόμα και όταν οι πολιτικές ηγεσίες βρίσκονται σε πλήρη ρήξη.

Το Ιράν αποτελεί παραδοσιακά ένα πεδίο έντονου πληροφοριακού πολέμου. Σήμερα, μέσω των ειδησεογραφικών πρακτορείων, γινόμαστε μάρτυρες μιας καταιγίδας πληροφοριών.

Τα ΜΜΕ δίνουν φωνή στους πολίτες του Ιράν, επιτρέποντάς μας να δούμε την αλήθεια πέρα από την κρατική προπαγάνδα. Ταυτόχρονα, οι αλγόριθμοι συχνά αναπαράγουν βίντεο και ειδήσεις αμφίβολου εγκυρότητας, που μπορούν να προκαλέσουν φανατισμό και ένταση, ακόμα και ανάμεσα σε εμάς εδώ στον Καναδά.

Η ανάγκη για κριτική σκέψη είναι πιο επιτακτική από ποτέ.

Γιατί όμως τώρα; Η σύγκρουση στο Ιράν υποκινείται από ένα συνδυασμό παραγόντων. Τον έλεγχο των πηγών ενέργειας, τη γεωπολιτική κυριαρχία στον Περσικό Κόλπο και την επιβίωση καθεστώτων.

Συχνά, ο πόλεμος παρουσιάζεται ως «αναγκαίο κακό» ή θρησκευτικό καθήκον, ενώ στην πραγματικότητα εξυπηρετεί τις επιδιώξεις των λίγων που κερδίζουν από την αστάθεια.

Μπορεί ίσως κάποιος να αναρωτηθούν: Είναι οι πόλεμοι, όπως αυτός στο Ιράν, ο τρόπος της φύσης να ελέγξει τον υπερπληθυσμό;

Η απάντηση ίσως κρύβεται στην ίδια την εμπειρία μας. Αν ο πόλεμος ήταν αναπόφευκτος για την επιβίωση του είδους, δε θα μπορούσαμε να ζούμε ειρηνικά εδώ, μοιραζόμενοι πόρους και ευκαιρίες. Ο πόλεμος στο Ιράν, σε καμία περίπτωση δεν είναι «πρόνοια της φύσης», είναι η αποτυχία των ανθρώπων να βρουν κοινό έδαφος και να διαχειριστούν δίκαια τον πλούτο της γης.

Εμείς ως Καναδοί πολίτες, παρακολουθούμε τις εξελίξεις στο Ιράν με σεβασμό στην ανθρώπινη ζωή. Η ευθύνη μας είναι να στηρίξουμε την ανθρωπιστική προσπάθεια και να διατηρήσουμε την ψυχραιμία μας απέναντι στην παραπληροφόρηση.

Ο πόλεμος μπορεί να είναι μακριά, αλλά η δίνη του είναι ήδη εδώ...

Εσείς τι λέτε;
Μιχάλης Τελλίδης
mtellides@gmail.com

Σύρραξη στη Μέση Ανατολή: Μονά-ζυγά χαμένο το Ιράν

Κίνα και Ρωσία στηρίζουν την Τεχεράνη μόνο ρητορικά και με ευχολόγια, η Ε.Ε. παρατηρεί ουδέτερη, ενώ ο τακτικιστής Ερντογάν αναζητά ρόλο και οφέλη

Σε μία από τις πιο επικίνδυνες φάσεις των τελευταίων δεκαετιών βρίσκεται εδώ και μερικές ημέρες το γεωπολιτικό –και πλέον πολεμικό– μέτωπο του Μεσανατολικού, μετά από τα συντονισμένα πλήγματα που εξαπέλυσαν ΗΠΑ και Ισραήλ κατά του Ιράν.

Όπως ήταν αναμενόμενο, τον καταγισμό των στρατιωτικών πυρών ακολούθησε ένας καταγισμός πληροφοριών και ειδήσεων, που από τη μία στιγμή στην άλλη τροποποιούν τη ροή των εξελίξεων.

Είναι ενδεικτικό, ότι από την εξουδετέρωση του ανώτατου θρησκευτικού ηγέτη του Ιράν, Αλί Χαμενεΐ, και το άγνωστο προς ώρας τοπίο της διαδοχής του, οι Πέρσες έχουν εξαπολύσει σειρά αεροπορικών αντιποίνων στις μεγάλες πόλεις κρατών του Κόλπου, όπως το Ντουμπάι και το Άμπου Ντάμπι στα Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα, στην Ντόχα του Κατάρ, στο Κουβέιτ, ακόμη και στην Κύπρο, όπου στόχος έγιναν οι βρετανικές βάσεις (Δευτέρα 2/3).

Γίνεται εύκολα αντιληπτό, ότι η κατάσταση στην ιστορικά εύφλεκτη περιοχή έχει αποκτήσει χαρακτηριστικά ευρείας πολεμικής σύγκρουσης με περιφερειακές διαστάσεις, γεγονός που καθιστά επιπόλαιο κάθε ανάλυση-πρόβλεψη για την επόμενη ημέρα του Ιράν, της Μέσης Ανατολής αλλά και του κόσμου ολόκληρου.

Δεν είναι, ωστόσο, καθόλου δύσκολες, αντιθέτως είναι πολύ αποκαλυπτικές οι διαπιστώσεις, για το πώς έχουν κινηθεί μέχρι στιγμής τα πιόνια στη σκακιέρα της περιοχής, με... μονά-ζυγά χαμένη την Τεχεράνη.

Δεν είναι μόνο η απώλεια του Χαμενεΐ που διασαλεύει τη μέχρι προχθές απόλυτη ηγεμονία του θεοκρατικού καθεστώτος της Περσίας.

Δεν είναι καν η διαφορά ισχύος ανάμεσα στις πολεμικές μηχανές του Ιράν έναντι αυτών του Ισραήλ και των ΗΠΑ. Είναι κυρίως, ότι οι δύο ισχυρότεροι σύμμαχοι του Ιράν, η Κίνα και η Ρωσία, στηρίζουν την Τεχεράνη μόνο ρητορικά και με ευχολόγια περί τερματισμού των στρατιωτικών ενεργειών των ΗΠΑ και του Ισραήλ εναντίον του Ιράν.

Απόδειξη ότι το μεσημέρι της Δευτέρας (2/3), το Κρεμλίνο απέκλεισε το ενδεχόμενο η ομάδα των BRICS (σ.σ. Βραζιλία, Ρωσία, Ινδία, Κίνα, Νότια Αφρική, Αίγυπτος, Αιθιοπία, Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα, Σαουδική Αραβία αλλά και... Ιράν!!!) να βοηθήσει την Ισλαμική Δημοκρατία στη σύγκρουσή της με τις Ηνωμένες Πολιτείες και το Ισραήλ.

Μια από τα ίδια έχει... λαμβάνειν το Ιράν σε επίπεδο βοήθειας και από την Ινδία, που διατηρώντας ανοιχτούς διαύλους με την Τεχεράνη και με την Ουάσιγκτον αποφεύγει να ταχτεί κάθεται υπέρ της μίας ή της άλλης πλευράς, δεδομένου ότι η πολιτική ηγεσία της πολυπληθέστερης χώρας του κόσμου «καίγεται» πρωτίστως για την ενεργειακή ασφάλειά της και μετά για όλα τα υπόλοιπα.

Η μόνη ινδική παρέμβαση είναι η τηλεφωνική συνομιλία που είχε ο Ινδός πρωθυπουργός Ναρέντρα Μόντι με τον πρωθυπουργό του Ισραήλ, Μπενιαμίν Νετανιάχου, εκφράζοντάς του την ανάγκη να υπάρξει το ταχύτερο τερματισμός των εχθροπραξιών.

Όσο για την Ευρωπαϊκή Ένωση, η γραμμή του ακολουθείται είναι η πεπατημένη στρατηγική της ουδετερότητας, που δε θέλει μεν να ταυτιστεί με στρατιωτική αλλαγή καθεστώτος στο Ιράν, ούτε όμως θέλει να διακινδυνεύσει να τραυματίσει κι άλλο τις ήδη ευαίσθητες σχέσεις της με τις ΗΠΑ του απρόβλεπτου Τραμπ.

ΣΤΟΥΛΤΑΝΟΣ ΣΤΟΝ... ΤΑΚΤΙΚΙΣΜΟ!

Τελευταίος, αλλά όχι έσχατος σε σημασία παίκτης, αυτού του ντόμινο των εξελίξεων στη Μέση Ανατολή, είναι η Τουρκία. Έχοντας το Ιράν ως ανατολικό σύνορο της χώρας του, ο Ρετζέπ Ταγίπ Ερντογάν παίζει για ακόμη μία φορά το χαρτί που ξέρει όσο λίγοι: τον τακτικισμό.

Πιο συγκεκριμένα, σε μία από τις πρώτες δηλώσεις του για τις επιθέσεις κατά του Ιράν από τις ΗΠΑ και το Ισραήλ, ο πρόεδρος της Τουρκίας είπε ότι παρακολουθεί με λύπη και έντονη ανησυχία τα γεγονότα, σημειώνοντας ότι η χώρα του εργάζεται «για την επικράτηση της ειρήνης, της σταθερότητας και της ασφάλειας στην περιοχή και στον ισλαμικό κόσμο».

Δεν παρέλειψε βεβαίως ο «Σουλτάνος» να... καρφώσει το Ισραήλ, λέγοντας ότι η σύγκρουση ξεκίνησε «με τις προκλήσεις του Μπενιαμίν Νετανιάχου», κι αυτό ενώ η τουρκική προεδρία κατέστησε δημόσια σαφές ότι «δεν επιτρέπει τη χρήση των αεροπορικών, χερσαίων ή ναυτικών στοιχείων της, συμπεριλαμβανομένου του εναέριου χώρου της για επιχειρησιακούς σκοπούς, σε οποιαδήποτε σύγκρουση ή πόλεμο στον οποίο δεν συμμετέχει, με τρόπο που θα ευνοούσε οποιαδήποτε πλευρά».

Το κερασάκι στην τούρτα; Η έμμεση επιβεβαίωση δια χειλέων Ερντογάν, ότι η Τουρκία επιδιώκει να παίξει το ρόλο του διαμεσολαβητή και σε αυτή τη γεωπολιτική ανακατωσούρα, προσδοκώντας οφέλη όπως:

► **Να μην πληγεί ενεργειακά, δεδομένου ότι το Ιράν προμηθεύει την Τουρκία με μεγάλες ποσότητες φυσικού αερίου.**

► **Να μην αναγκαστεί να «φορτωθεί» νέα μεταναστευτικά καρβάνι ξεριζωμένων Ιρανών.**

► **Να μην «αναστηθεί» το Κουρδικό ζήτημα, δεδομένου ότι οι Κούρδοι στο Ιράν αποτελούν μια σημαντική εθνοτική μειονότητα που αριθμεί περίπου 9-10 εκατομμύρια άτομα (7-10% του πληθυσμού) και οι οποίοι είναι κυρίως συγκεντρωμένοι σε όμορες με την Τουρκία περιοχές.**

► **Να πουλήσει «εκδούλευση» στην Ουάσιγκτον, την οποία χρειάζεται όχι μόνο για τους εξοπλισμούς της (βλ. F-35) αλλά και για την ευόδωση των αναθεωρητικών σχεδίων της στην Ανατολική Μεσόγειο και στο Αιγαίο.**

Δεν πρέπει άλλωστε ουδείς να ξεχνάει –ειδικά η Ελλάδα και η Κύπρος– ότι η επιστροφή του παγκόσμιου status quo στη «διπλωματία των κανονοφόρων» ευνοεί τους αναθεωρητές που, ενδιφέρονται για την ειρήνη και την ασφάλεια μόνο στο... μιλητό.

ΠΗΓΗ: Η ΑΠΩΗ [ΙΑΡΟΠΣΙ.GR]

NEA

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. Γκιούσμας • George S. Guzman

Γενικός Διευθυντής / General Director:

Γεώργιος Μπακογιάννης • George Bakoyannis

Διευθυντής Διαφήμισης / Advertising Director:

Γεώργιος Στυλ. Γκιούσμας • 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 Ηλιάς
Μιχάλης Τελλίδης • Michael Tellides
Martin C. Barry

Μακέτα / Layout: Media-Trek

Διανομή / Distribution: MediaTrek-Canada Post

Εκτύπωση / Printing: TC. TRANSCONTINENTAL

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

National Representatives:

RS RÉSEAU SÉLECT
PARTENAIRE PUBLICITAIRE
info@reseausselect.ca



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





Canada's #1 prepaid mobile provider.

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



Στη σκιά της γέννησης, η ψυχική υγεία των γονέων στο προσκήνιο

Του Δημήτρη Ηλία

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

Νέα έρευνα στο Κεμπέκ καταγράφει υψηλά ποσοστά μοναξιάς, άγχους και καταθλιπτικών συμπτωμάτων, τα πρώτα χρόνια μετά τη γέννηση ενός παιδιού. Οι ειδικοί μιλούν για «καθολική ευαλωτότητα» και ζητούν συστηματική ενημέρωση για τις διαθέσιμες δομές στήριξης.

Η γέννηση ενός παιδιού συχνά περιγράφεται ως μία από τις πιο ευτυχισμένες στιγμές στη ζωή μιας οικογένειας. Ωστόσο, νέα στοιχεία από το Réseau des centres de ressources périnatales du Québec, σκιαγραφούν μια πολύ πιο σύνθετη πραγματικότητα για χιλιάδες γονείς στο Κεμπέκ.

Σύμφωνα με διαδικτυακή έρευνα που πραγματοποιήθηκε το Δεκέμβριο 2025 και τον Ιανουάριο 2026 σε 515 γονείς παιδιών κάτω των τεσσάρων ετών, ένας στους δύο γονείς δηλώνει ότι αισθάνθηκε μόνος ή ψυχικά εάλωτος μετά τη γέννηση του παιδιού του. Ακόμη πιο ανησυχητικό είναι το εύρημα ότι ένας στους τρεις ανέφερε καταθλιπτικά συμπτώματα ή άγχος τόσο έντονο, ώστε να επηρεάζει την καθημερινή του λειτουργικότητα μέσα στα δύο πρώτα χρόνια από τη γέννηση.

«Είναι τεράστιο», σχολιάζει η Marie-Claude Dufour, γενική διευθύντρια του δικτύου. «Μία γέννηση δεν εξελίσσεται πάντα όπως την είχαμε φανταστεί. Οι μεταβάσεις στην προσωπική ταυτότητα, στη σχέση του ζευγαριού, η έλλειψη ύπνου, όλα αυτά αποτελούν μεγάλες προκλήσεις. Γι' αυτό μιλάμε για καθολική ευαλωτότητα».

ΘΕΤΙΚΗ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ, ΔΥΣΚΟΛΗ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ

Ένα από τα πιο ενδιαφέροντα ευρήματα της έρευνας είναι η έντονη αντίθεση ανάμεσα στην εμπειρία της εγκυμοσύνης και στην περίοδο που ακολουθεί τη γέννηση. Η μεγάλη πλειονότητα μητέρων και πατέρων αξιολόγησε θετικά την εγκυμοσύνη και τον τοκετό. Ωστόσο, μετά τον ερχομό του βρέφους, η ψυχική τους υγεία παρουσίασε αισθητή πτώση.

Κατά την κ. Dufour, η μεταβολή αυτή συνδέεται, μεταξύ άλλων, με το γεγονός ότι η περίοδος της εγκυμοσύνης συνοδεύεται από εντατική ιατρική παρακολούθηση και υποστήριξη, η οποία μειώνεται σημαντικά μετά τον τοκετό. «Προετοιμάζουμε σχετικά λίγο τους ανθρώπους για το τι σημαίνει να γίνουν γονείς», επισημαίνει. Όπως τονίζει η ίδια, η μετάβαση είναι

απότομη: «Από τη μια μέρα στην άλλη, έχεις ένα νεογέννητο που εξαρτάται 100% από εσένα για να τραφεί, να πλυθεί, να κοιμηθεί. Είναι εξαιρετικά απαιτητικό».

Παράλληλα, τα μεταγεννητικά ιατρικά ραντεβού εστιάζουν κυρίως στη σωματική υγεία του βρέφους και της μητέρας. «Πολλοί επαγγελματίες υγείας είναι λιγότερο άνετοι να θέσουν ερωτήσεις στους γονείς σχετικά με την ψυχική τους υγεία», υπογραμμίζει η κ. Dufour.

Η ΨΥΧΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ ΚΑΙ Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ

Η επιστημονική βιβλιογραφία έχει καταδείξει, ότι η ψυχική κατάσταση των γονέων επηρεάζει άμεσα την ανάπτυξη των παιδιών, ιδίως στα πρώτα χρόνια ζωής. Το εύρημα αυτό καθιστά ακόμη πιο κρίσιμη την έγκαιρη αναγνώριση και υποστήριξη των γονέων που βιώνουν δυσκολίες.

Η έρευνα του δικτύου επιβεβαιώνει, ότι η ευαλωτότητα δεν περιορίζεται σε οικογένειες χαμηλού εισοδήματος ή σε όσους βρίσκονται σε επισφαλή κατάσταση. Αντίθετα, αφορά γονείς από όλα τα κοινωνικο-οικονομικά στρώματα. Η «καθολική ευαλωτότητα», όπως τη χαρακτηρίζει η κ. Dufour, αναδεικνύει ότι η γονεϊκή μετάβαση αποτελεί περίοδο υψηλού ρίσκου, ανεξαρτήτως προφίλ.

ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ, ΑΛΛΑ ΛΙΓΟΙ ΤΙΣ ΑΞΙΟΠΟΙΟΥΝ

Σε όλο το Κεμπέκ λειτουργούν κοινοτικοί οργανισμοί που προσφέρουν στήριξη σε οικογένειες: κατ' οίκον βοήθεια, τηλεφωνική υποστήριξη, ομάδες γονέων, εκπαιδευτικά σεμινάρια, συμβουλευτική για το θηλασμό και άλλες υπηρεσίες. Παρ' όλα αυτά, μόνο το 12% των γονέων που συμμετείχαν στην έρευνα δήλωσε ότι έκανε χρήση αυτών των πόρων.

Ακόμη πιο ανησυχητικό είναι ότι το 30% των ερωτηθέντων ανέφερε, ότι είτε δεν εντόπισε τις υπηρεσίες που χρειαζόταν είτε δεν κατάφερε να αποκτήσει πρόσβαση σε αυτές, παρότι είχε ανάγκη.

Η κ. Dufour εκτιμά, ότι η συστηματική ενημέρωση των γονέων σε κρίσιμα σημεία, κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης,

στο μαιευτήριο ή στα μεταγεννητικά ραντεβού, θα μπορούσε να βελτιώσει σημαντικά την κατάσταση. «Αν μιλούσαμε συστηματικά στους γονείς για τις διαθέσιμες δομές, αυτό θα ήταν πολύ βοηθητικό», σημειώνει.

Ο ΔΙΣΤΑΓΜΟΣ ΝΑ ΖΗΤΗΘΕΙ ΒΟΗΘΕΙΑ

Ένας ακόμη παράγοντας που αναδεικνύεται είναι η καθυστέρηση στην αναζήτηση βοήθειας. Πολλοί γονείς θεωρούν, λανθασμένα, ότι οι κοινοτικές υπηρεσίες δεν απευθύνονται σε αυτούς ή φοβούνται ότι θα στερήσουν τη θέση από κάποιον «πιο αναγκαίο».

«Συχνά, οι γονείς περιμένουν πριν ζητήσουν βοήθεια. Πιστεύουν, εσφαλμένα, ότι οι οργανισμοί δεν απευθύνονται σε αυτούς. Φοβούνται μήπως πάρουν τη θέση κάποιου άλλου», επισημαίνει η κ. Dufour.

Σε αρκετές περιπτώσεις, η επαφή με τέτοιες δομές γίνεται στο δεύτερο ή τρίτο παιδί, όταν οι γονείς πλέον αναγνωρίζουν την αξία της υποστήριξης. «Μας λένε τότε ότι θα μπορούσε να είχε αλλάξει πολλά αν το γνώριζαν νωρίτερα», αναφέρει.

ΠΡΟΛΗΨΗ ΑΝΤΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Οι ειδικοί τονίζουν, ότι δεν έχουν όλες οι οικογένειες ανάγκη εντατικής παρέμβασης, ενώ ορισμένες περιπτώσεις απαιτούν ιατρική και ψυχιατρική φροντίδα. Ωστόσο, για πολλούς νέους γονείς, η απλή συμμετοχή σε έναν κοινοτικό οργανισμό μπορεί να ελαφρύνει την καθημερινότητα και, σε ορισμένες περιπτώσεις, να προλάβει την εκδήλωση σοβαρότερων διαταραχών.

«Οι κοινοτικές υπηρεσίες είναι για όλους τους γονείς», υπογραμμίζει η κ. Dufour. «Και μπορούν να κάνουν μικρά θαύματα».

Τα δεδομένα της έρευνας επαναφέρουν στο προσκήνιο ένα ζήτημα, που συχνά παραμένει στη σκιά της χαράς της γέννησης: την ψυχική υγεία των γονέων. Σε μια κοινωνία που επενδύει σημαντικούς πόρους στην περιγεννητική φροντίδα, η ενίσχυση της μεταγεννητικής υποστήριξης και η αποστιγματοποίηση της ψυχικής δυσκολίας, φαίνεται να αποτελούν κρίσιμα επόμενα βήματα.



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



Κάρνει από το Μουμπάι: «Φυσικός εταίρος» η Ινδία, στόχος συμφωνία ελεύθερου εμπορίου έως το τέλος του έτους

Του Δημήτρη Ηλία

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

Με σαφές μήνυμα επανεκκίνησης των διμερών σχέσεων, ο πρωθυπουργός του Καναδά Mark Carney χαρακτήρισε την Ινδία «φυσικό εταίρο» και δήλωσε ότι οι δύο χώρες μπορούν να καταλήξουν σε πλήρη συμφωνία ελεύθερου εμπορίου έως το τέλος του 2026, ενδεχομένως με υπογραφή στο περιθώριο της Συνόδου Κορυφής των G20 στο Μαϊάμι το Δεκέμβριο.

Μιλώντας στο Canada-India Growth and Investment Forum, στο ιστορικό ξενοδοχείο Taj Mahal Palace στο Μουμπάι, ο Καναδός πρωθυπουργός υποστήριξε ότι Οτάβα και Νέο Δελχί βρίσκονται πλέον στην τελική ευθεία για μια «συνολική οικονομική εταιρική σχέση», πολύ ευρύτερη από τις επιμέρους κλαδικές συμφωνίες που είχαν επιδιωχθεί στο παρελθόν.

ΑΠΟ ΤΙΣ ΕΠΙΜΕΡΟΥΣ ΡΥΘΜΙΣΕΙΣ ΣΕ ΠΛΗΡΗ ΣΥΜΦΩΝΙΑ

Στο παρελθόν, οι διαπραγματεύσεις Καναδά και Ινδίας επικεντρώνονταν σε επιμέρους τομείς και προνομιακούς δασμολογικούς όρους για συγκεκριμένα προϊόντα. Αυτή τη φορά, ωστόσο, ο Καναδάς και ο Ινδός πρωθυπουργός Narendra Modi επιδιώκουν μια πλήρη συμφωνία ελεύθερου εμπορίου, με φόντο τις αναταράξεις που προκαλεί ο εμπορικός πόλεμος των Ηνωμένων Πολιτειών υπό τον πρόεδρο Donald Trump.

Όπως τόνισε ο Κάρνει, η διεθνής σκηνή εισέρχεται σε μια «πιο ασταθή εποχή», με ρήγματα στις παραδοσιακές συμμαχίες και στις εμπορικές ροές, γεγονός που καθιστά τη σύσφιξη των σχέσεων Κανα-

δά και Ινδίας όχι απλώς επιθυμητή αλλά αναγκαία.

«Ο Καναδάς και η Ινδία είναι φυσικοί εταίροι», ανέφερε χαρακτηριστικά, επισημαίνοντας ότι το υφιστάμενο επίπεδο οικονομικής συνεργασίας «υπολείπεται κατά πολύ των πραγματικών δυνατοτήτων των δύο χωρών».

ΥΠΟΓΡΑΦΕΣ ΣΤΟ ΝΕΟ ΔΕΛΧΙ ΚΑΙ ΠΥΡΗΝΙΚΗ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ

Ο Κάρνει αναμένεται να συναντηθεί κατ'ιδίαν με τον Μόντι στο Νέο Δελχί, όπου, σύμφωνα με κυβερνητικούς αξιωματούχους, θα υπογραφούν σειρά μνημονίων συνεργασίας. Μεταξύ αυτών, περιλαμβάνεται πιθανή συμφωνία για την προμήθεια μεγάλων ποσοτήτων ουρανίου από τον Καναδά, προκειμένου να καλυφθούν οι αυξανόμενες ενεργειακές ανάγκες του ινδικού πυρηνικού τομέα. Ανώτερος κυβερνητικός αξιωματούχος ανέφερε, ότι ο Κάρνει προσέρχεται στη συνάντηση με προκαθορισμένη ατζέντα προτεραιοτήτων, χωρίς να αποκλείεται η επίτευξη και απρόβλεπτων συμφωνιών, κατά το πρότυπο πρόσφατων διεθνών επαφών.

ΕΠΑΝΕΚΚΙΝΗΣΗ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΚΡΙΣΗ ΤΡΟΥΝΤΟ

Η νέα αυτή προσέγγιση έρχεται μετά από μια περίοδο έντασης στις διμερείς σχέσεις, η οποία κορυφώθηκε, όταν ο πρώην πρωθυπουργός Justin Trudeau κατηγορήσε δημόσια ινδικούς πράκτορες για εμπλοκή στη δολοφονία του Σιχ ακτιβιστή Hardeep Singh Nijjar στον Καναδά, ισχυρισμούς που η ινδική κυβέρνηση αρνείται.

Η υπόθεση προκάλεσε διπλωματικές απελάσεις και αμοιβαίες κατηγορίες για ξένη παρέμβαση. Ο Κάρνει, ωστόσο, δήλωσε ότι η επίσκεψή του «σηματοδοτεί

το τέλος μιας δύσκολης περιόδου και, κυρίως, την αρχή μιας νέας, πιο φιλόδοξης συνεργασίας μεταξύ δύο σίγουρων και συμπληρωματικών εθνών».

ΕΠΕΝΔΥΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΑ

Στο Μουμπάι, ο Καναδός πρωθυπουργός είχε συνάντηση με τον πρόεδρο της Tata Sons, του μεγαλύτερου επιχειρηματικού ομίλου της Ινδίας, με δραστηριότητες στην αυτοκινητοβιομηχανία, τη χαλυβουργία, την ενέργεια και άλλους τομείς, συμπεριλαμβανομένων επενδύσεων στον Καναδά.

Η καναδική κυβέρνηση δίνει ιδιαίτερη έμφαση στην προσέλκυση άμεσων ξένων επενδύσεων. Σύμφωνα με στοιχεία που δημοσιοποιήθηκαν την περασμένη εβδομάδα, οι εισροές ξένων κεφαλαίων το 2025 έφθασαν στο υψηλότερο επίπεδο από το 2007, ένδειξη ότι η Οτάβα επιδιώκει ενεργά τη διαφοροποίηση των οικονομικών της εταιριών.

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ, ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΚΑΙ «ΙΣΟΡΡΟΠΗΜΕΝΗ ΣΧΕΣΗ»

Παράλληλα, υπεγράφη συμφωνία-πλαίσιο μεταξύ της Universities Canada και 13 ινδικών πανεπιστημίων, με στόχο τη διεύρυνση της συνεργασίας σε έρευνα, ανταλλαγές φοιτητών και δημιουργία υβριδικών πανεπιστημιακών δομών.

Ο πρόεδρος της Universities Canada, Gabriel Miller, αναγνώρισε ότι τα τελευταία χρόνια η μαζική εισροή Ινδών φοιτητών σε ορισμένα αμφιλεγόμενα ιδρύματα στον Καναδά δημιούργησε αρνητικές εντυπώσεις στον ινδικό Τύπο. Όπως υπογράμμισε, ο Καναδάς οφείλει να δώσει έμφαση στην ποιότητα και όχι στον όγκο της διεθνούς εκπαίδευσης, διασφαλί-

ζοντας μια πιο «ισορροπημένη σχέση», όπου και οι Καναδοί φοιτητές και ερευνητές θα ωφελούνται από τη συνεργασία με την Ινδία, ιδίως σε τομείς τεχνολογίας και τεχνητής νοημοσύνης.

ΤΟ ΑΓΚΑΘΙ ΤΗΣ ΞΕΝΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ

Παρά το κλίμα αισιοδοξίας, σοβαρά ζητήματα παραμένουν ανοιχτά. Η καναδική κυβέρνηση δέχεται πιέσεις να διευκρινίσει, εάν θεωρεί ότι η Ινδία συνεχίζει να εμπλέκεται σε πράξεις ξένης παρέμβασης ή διασυννοριακής καταστολής.

Η υπουργός Εξωτερικών Anita Anand, μιλώντας σε δημοσιογράφους στο Μουμπάι, τόνισε ότι ο Καναδάς λαμβάνει «εξαιρετικά σοβαρά» κάθε ζήτημα ξένης παρέμβασης και ότι «καμία χώρα δεν έχει ασυλία όταν πρόκειται για τη δημόσια ασφάλεια στο εσωτερικό μας». Απέφυγε, ωστόσο, να απαντήσει ευθέως, εάν η Ινδία εξακολουθεί να εμπλέκεται σε τέτοιες ενέργειες. Εκπρόσωποι της κοινότητας των Σιχ στον Καναδά έχουν εκφράσει ανησυχίες, ότι η επίσκεψη Κάρνει μπορεί να εκληφθεί ως κίνηση κατευνασμού, ενόψει της συνεχιζόμενης έρευνας για τη δολοφονία του Nijjar.

Ο ίδιος ο Κάρνει, πάντως, επέλεξε να εστιάσει στο μέλλον. «Για να υπάρξει πρόοδος, πρέπει να καθόμαστε στο ίδιο τραπέζι», δήλωσε η Ανάντ, συνοψίζοντας τη νέα προσέγγιση της Οτάβα.

Με φόντο τις γεωπολιτικές ανακατατάξεις και την αναζήτηση νέων εμπορικών συμμαχιών, η πιθανή συμφωνία ελεύθερου εμπορίου Καναδά-Ινδίας θα μπορούσε να αποτελέσει μία από τις σημαντικότερες διπλωματικές και οικονομικές εξελίξεις της χρονιάς, εφόσον οι διαπραγματεύσεις ολοκληρωθούν εντός του χρονοδιαγράμματος που έθεσε ο Κάρνει.

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.

MLS: 14952293



Chomedey: Enjoy the best of both worlds in this stylish two-bedroom, open-concept condo. Located in the heart of the action, this home features a beautiful kitchen designed for both daily life and hosting. Commuting is a breeze with immediate access to major highways and a location just minutes from the Lachapelle Bridge. Best of all, you'll never hunt for a spot with two dedicated parking spaces (one garage, one exterior).

MLS: 23852845



FOR RENT

Ste-Dorothee: Experience ultimate convenience in this bright and airy two-bedroom apartment. Located in the vibrant heart of Ste-Dorothee, you're just steps away from shopping, schools, and public transit. Effortless highway access makes commuting a breeze. This must-see unit features windows that flood the space with natural light and includes an exterior parking spot. Easy to visit!

MLS: 13838743



OPEN HOUSE Sunday, March 8 — 2-4 PM
Condo — 4035 Boul. Levesque #6
MLS 23852845



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

EXCELLENT SERVICE | EXCEPTIONAL RESULTS



ROYAL LEPAGE
HUMANIA CENTRE
AGENCE IMMOBILIÈRE 450.682.2121

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΥΠΟΤΡΟΦΙΩΝ

37 χρόνια προσφοράς στην Ελληνική Φοιτητική Νεολαία του Κεμπέκ

Του Αντώνη Μπότσια
antonis@newsfirst.ca

Για 37^η συνεχή χρονιά, το Ελληνικό Ίδρυμα Υποτροφιών αφιέρωσε την Παρασκευή 27 Φεβρουαρίου 2026, ειδική βραδιά για την τελετή απονομής υποτροφιών, στη φοιτητική νεολαία της Ελληνικής Ομογένειας του Κεμπέκ.

Επιβράβευσε, με αντικειμενικά ακαδημαϊκά κριτήρια, τους νέους επιστήμονες της Ελληνοκαναδικής παροικίας, που άριστευσαν στις σπουδές τους το φετινό ακαδημαϊκό έτος.

Πρόκειται για τους νέους επιστήμονες, τους αυριανούς πρωτοπόρους στον επιστημονικό, ακαδημαϊκό και επαγγελματικό χώρο, οι οποίοι θα μας εκπροσωπούν σαν ηγήτορες της κοινωνίας του αύριο και θα είναι επάξιοι συνεχιστές της Ελληνικής κληρονομιάς.

Ο Πρόεδρος του Ιδρύματος, Δρ. Γιάννης Χατζηνικολάου, συνεχάρη θερμά όλους – ελληνικής και μη καταγωγής – φοιτητές της Επαρχίας μας, ευχόμενος πρόοδο και επιτυχίες.

ΤΟ ΜΗΝΥΜΑ ΤΟΥ ΠΡΟΕΔΡΟΥ

Γαληνοί φίλοι του Ελληνικού Ιδρύματος Υποτροφιών.

Μιά ακόμα χρονιά πέρασε, που συμπληρώνει 36 χρόνια ζωής και πορείας του ιδρύματος μας. Με πολύ ενθουσιασμό αρχίσαμε την τέταρτη δεκαετία της ιστορίας του ιδρύματος μας, μια και το διοικητικό μας Συμβούλιο, εμπλουτισμένο με παλιά και νέα δραστήρια μέλη, συνεχίζει ακμαία τις προσπάθειες του για ακόμα ψηλότερους στόχους.

ΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ

Μέχρι σήμερα, συμπεριλαμβάνοντας και τη φετινή χρονιά, έχουν δοθεί 297 υποτροφίες σε 133 αγόρια και 164 κορίτσια, που ανέρχεται στο συνολικό ποσό των 504.100 \$. Η πλήρης απογραφή των εισφορών στο Ίδρυμα, από το 1988 μέχρι σήμερα, ανέρχεται στο ποσό των 849.428,93 \$.

Φοιτητές και φοιτήτριες από 87 διαφορετικές σχολές και τμήματα ή τομείς, έχουν λάβει μέχρι σήμερα υποτροφίες.

Η ποικιλία των ειδικοτήτων είναι συναρπαστική. Αυτός ο μικρός «στρατός» των φοιτητών και φοιτητριών, μαζί μ' αυτούς που θα ακολουθήσουν τα επόμενα χρόνια, ασφαλώς αποτελεί την πιο ελπιδοφόρα εμπροσθοφυλακή, το πιο επίλεκτο σώμα του μέλλοντος του ελληνοισμού, την

υγιέστερη μερίδα της ελληνοκαναδικής νεολαίας.

Επιβραβεύοντας τους, προωθούμε άμεσα την υγιή άμιλλα, την αριστεία, τα γράμματα, τις τέχνες, τις επιστήμες, την πρόοδο και έμεσα τον πολιτισμό, την κοιλτούρα, τις αξίες που έθρεψαν την παράδοσή μας.

Όμως, παράλληλα με το σώμα των επίλεκτων αυτών υποτρόφων μας, από την αρχή κινείται και δραστηριοποιείται μαζί τους ένα άλλο μεγαλύτερο σώμα συμβούλων, καθηγητών, ακαδημαϊκών, δωρητών, αρωγών και συμπαραστανών, που συμμερίζονται, οργανώνουν, βοηθούν στην πορεία αυτή, στην κίνηση προς τα εμπρός.

Μας γεμίζει χαρά να βλέπουμε παλιούς υποτρόφους να γίνονται μέλη του Συμβουλίου μας, μέλη της Ακαδημαϊκής Επιτροπής, δωρητές, ενισχυτές του Ιδρύματος, να πέρνουν θέσεις, βραβεία και αξιώματα στη σύγχρονη κοινωνία.

Πολλοί από αυτούς να θυμούνται με νοσταλγία, ότι κάποτε το Ίδρυμα τους βράβευσε, τους συμπαραστάθηκε και οφείλουν και αυτοί να κάνουν το ίδιο στις μελλοντικές γενιές. Ο σημερινός μας ταμίας, είναι δύο φορές υπότροφος του Ιδρύματος, η βουλευτίνα κ. Εμμανουέλλα Λαμπροπούλου ήταν υπότροφος του ιδρύματος και ο κ. Χρήστος Σύρος, τώως υπουργός και βουλευτής, ένα από τα ιδρυτικά μέλη του Ιδρύματος, επίσης ο κ. Πάρης Αρνόπουλος, από τα ιδρυτικά μέλη του Ιδρύματος, έγινε και ο μεγάλος μας Ευεργέτης!

ΤΟ ΠΑΡΟΝ

Ας έρθουμε τώρα στο παρόν. Τη φετινή επίσης χρονιά, θεσπίστηκαν ακόμα τρεις καινούργιες υποτροφίες. Μία της οικογένειας Νικολάου Αμπατζόγλου, μία της Φιλοπτώχου Αδελφότητος της Ορθόδοξου Εκκλησίας της Αγίας Μαρκέλλας και η τρίτη της οικογένειας Αλέσιας Σταυρούλας Καριδόγιαννη. Επίσης, υπόσχεση μάς δόθηκε για ακόμα τρεις υποτροφίες, για την επόμενη ακαδημαϊκή χρονιά.

Από την πλευρά μας, η υπόσχεση μας ήταν να προσπαθήσουμε να δημιουργήσουμε την κατάλληλη υποδομή για ηλεκτρονική αποστολή των αιτήσεων των υποψηφίων και της επιλογής τους από την ακαδημαϊκή επιτροπή, που έχει σχεδόν πλήρως πραγματοποιηθεί.

Το γεγονός ότι οι αριθμοί των φοιτητών και φοιτητριών Ελληνικής καταγωγής γεμίζουν τα Πανεπιστήμια, μας δίνει ιδιαίτερη χαρά, ώστε να καταβάλουμε περισ-

σότερες προσπάθειες να αυξήσουμε τις υποτροφίες και τον αριθμό των υποτρόφων κάθε χρόνο και συγχρόνως να αυξήσουμε την πνευματική παρουσία και ακτινοβολία του ιδρύματος στην ευρύτερη παροικία.

Τη φετινή χρονιά, όπως όλοι γνωρίζετε, θα γιορτάσουμε τα 120 χρόνια από την ίδρυση της Ελληνικής Κοινότητας Μείζονος Μόντρεαλ, με ποικιλία εκδηλώσεων.

Το Ίδρυμα μας ευελπιστεί και προσπαθεί με τις δικές του δυνάμεις, αυτή τη μικρή φλόγα, που μπορεί να ζεσταίνει τις καρδιές όλου του κόσμου, να την περάσει και στις επόμενες γενιές εδώ στο Μόντρεαλ.

Σας ευχαριστώ πολύ.

Ο Πρόεδρος του Ιδρύματος Δρ. Γιάννης Χατζηνικολάου

Ακολουθεί η λίστα με τα ονόματα των φοιτητών που έλαβαν τις υποτροφίες και η Ακαδημαϊκή Επιτροπή:

ΥΠΟΤΡΟΦΙΕΣ 2025–2026 BOURSES D'ÉTUDES • SCHOLARSHIP AWARDS

- ✓ **Christina ALACCHI**
Department of Psychology,
McGill University
Sam and Mary Haralambakis Family
- ✓ **Layla ASSADZADEH**
Department of Medicine,
Université de Montréal
Hellenic Medical Association of Quebec,
Medical Resident
- ✓ **Peter NIKOLETOPOULOS**
Department of Medicine,
McGill University
Hellenic Medical Association of Quebec,
Dr. Peter Varvarikos Scholarship
- ✓ **Helen APESOS**
Department of Arts & Sciences,
Concordia University
Pink in the City – Vourtzoumis Family
- ✓ **Polychronia ARETAKIS**
Department of Music, McGill University
Hellenic Community of Greater Montreal
- ✓ **Elena DAKKA**
Department of Literature,
Université de Montréal
Vasileios Tsiolis Foundation
- ✓ **Anthony GEORGAROS**
Department of History & Classics,
McGill University
The Socrates Educational Foundation
- ✓ **Fotini MICHALAKIS**
Department of Rehabilitation,

- McGill University
Paris Arnopoulos Family
- ✓ **Alexia KATSIGIANNIS**
Faculty of Liberal Arts and Classics,
McGill University
Constantina N. Frangouli Family
- ✓ **Alexandra ALIFERIS**
Department of Mental Health,
McGill University
In memoriam of the late
Eleni Paleocosta-Sayig
- ✓ **Aristea THEODOSSIADES**
Department of Athletic Therapy,
Concordia University
Lazaros Kalipolitis Family
- ✓ **Vanessa VASSALOS**
Department of Kinesiology,
McGill University
Sona Lakhoyan Olivier,
MNA Chomedey-Laval
- ✓ **Georgia ZAROUHLIOTIS**
Department of Occupational Therapy,
Université de Montréal
Ladies Philoptochos of St-Markella
Orthodox Church
- ✓ **Panagiota PAPAVASILIOU**
Department of Dentistry,
Université de Montréal
Hellenic Medical Association of Quebec,
Medicine, Pharmacy, Dentistry
- ✓ **Iraklis TSOUDIS**
Department of Mechanical Engineering,
Concordia University
Family Nikolaos Abatzoglou
- ✓ **Camille ZINOPOULOS**
Department of Psychology, Université de
Laval
Family Alesia Stavroula Karidogianni

ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ 2025–2026 COMITÉ ACADÉMIQUE • ACADEMIC COMMITTEE

- ➔ Dr Nicolas ABATZOGLOU, Ph.D.
Professor, Department of Chemical
Engineering
Université de Sherbrooke
- ➔ Dr Stavroula CHRISTOPOULOS, MD.
Assistant Professor, Department of
Medicine
McGill University
- ➔ Dr George DEMOPOULOS, Ph.D.
Professor, Department of Mining
and Metallurgical Engineering
McGill University
- ➔ Dr Theodore STATHOPOULOS, Ph.D.
Professor, Department of Building,
Civil and Environmental Engineering
Concordia University

CJLV
1570 AM
Ράδιο Ακρίτες
Του Μόντρεαλ

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



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



Η Επιτροπή Μελών της ΕΚΜΜ παρουσιάζει

Μεταρρυθμίσεις του ελληνικού κληρονομικού δικαίου

*Με τον Παναγιώτη Αλέξανδρο Ροζάκη
Δικηγόρος παρ' Αρείω Πάγω
Αθήνα-Τορόντο*



Μάθετε για τις προτεινόμενες και τις πρόσφατες αλλαγές στη διαδικασία κληρονομικής διαδοχής στην Ελλάδα και για το πώς να διαχειριστείτε/πλοηγηθείτε σε αυτή τη διαδικασία στον Καναδά.

Πέμπτη, 12 Μαρτίου 2026
στις 6:00 μ.μ., στο Château Royal
3500 Bd du Souvenir, Λαβάλ

*Δωρεάν είσοδος για τα μέλη της ΕΚΜΜ
Εγγραφή μέλους στην είσοδο
RSVP μέσω ZEFFY
Περιορισμένες θέσεις*





ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΓΗΡΙΑΤΡΟΥΣ

7 σημάδια ότι γερνάτε καλά

Οι γιατροί αποκαλύπτουν τι αναζητούν όταν εξετάζουν τη μακροζωία ενός ασθενούς και πώς μπορείτε να υιοθετήσετε τις συμπεριφορές για τον εαυτό σας

Α' ΜΕΡΟΣ

Από την Τζίλιαν Γουίλσον

© huffpost.com

Όσον αφορά τη γήρανση, υπάρχουν πολλοί παράγοντες που σας βοηθούν να ζήσετε μια ολοκληρωμένη, υγιή ζωή - αυτοί που ξεπερνούν την άσκηση και την κατανάλωση των λαχανικών σας (αν και αυτό είναι επίσης μέρος του).

«Η καλή γήρανση, κατά τη γνώμη μου, αποτελείται από τρία διαφορετικά συστατικά», δήλωσε η Δρ Parul Goyal, γηριάτρος στο Vanderbilt Health στο Νάσβιλ των ΗΠΑ. «Αυτές οι κατηγορίες είναι η σωματική υγεία, η συναισθηματική σύνδεση και η ψυχική υποστήριξη», είπε η Goyal.

Αυτά τα στοιχεία συνδυάζονται για να σας βοηθήσουν να ζήσετε μια ζωή που είναι ικανοποιητική, ζωντανή και υγιή.

Οι γιατροί λένε ότι υπάρχουν πολλές συμπεριφορές που συμβάλλουν στη σωματική, συναισθηματική και ψυχική σας υγεία καθώς μεγαλώνετε και μερικά σαφή σημάδια ότι φροντίζετε τον εαυτό σας με αυτούς τους τρόπους. Παρακάτω, οι γηριάτροι μοιράζονται τους δείκτες ότι κάποιος γερνάει καλά, μαζί με μια μικρή συμβουλή.

ΑΦΙΕΡΩΝΕΤΕ ΧΡΟΝΟ ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΘΕΤΕ ΝΕΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ

Όσο μεγαλώνουμε, τόσο λιγότερες πιθανότητες έχουμε να απορροφήσουμε νέες πληροφορίες. Πολλοί από εμάς είμαστε πολύ μακριά από το σχολείο ή τη δουλειά. Οι ευκαιρίες για μάθηση είναι περιορισμένες εάν δεν αναζητηθούν αυτές οι ευκαιρίες. «Εξετάζουμε επίσης τη γνωστική τους υγεία σε αυτό... φροντίζοντας να παραμένουν ψυχικά δυνατοί, να χρησιμοποιούν το μυαλό τους, να συμμετέχουν σε ασκήσεις για να τονώσουν το μυαλό τους, πράγμα που σημαίνει ότι μαθαίνουν σαν μια νέα δεξιότητα», είπε η Goyal.

Ενθαρρύνει τους ασθενείς της να μάθουν κάτι νέο, είτε πρόκειται για ένα νέο παιχνίδι, άσκηση, γλώσσα ή μουσικό όργανο. «Αυτό θα βοηθήσει στο σχηματισμό νέων μονοπατιών στον εγκέφαλο,

ώστε να μπορούν να συνεχίσουν να παραμένουν γνωστικά δυνατοί», είπε.

ΕΙΣΤΕ ΕΙΛΙΚΡΙΝΕΙΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΣΑΣ

«Συχνά οι άνθρωποι δε γερνούν καλά, επειδή δεν είναι εκ των προτέρων γνωστό ποιες είναι οι ανάγκες τους», δήλωσε η Robyn Golden, αναπληρώτρια αντιπρόεδρος κοινωνικής εργασίας και κοινοτικής υγείας στο Ιατρικό Κέντρο του Πανεπιστημίου Rush στο Σικάγο. «Πώς μπορούμε να κάνουμε τους ανθρώπους να πουν: «Αυτό χρειάζομαι, νιώθω μοναξιά, χρειάζομαι κάποιον να βγω μαζί του ένα βράδυ».

Ο αχαλίνωτος ηλικιακός ρατσισμός διευκολύνει τους ανθρώπους να αισθάνονται βάρος ή αόρατοι, είτε η Golden, κάτι που μπορεί να ενθαρρύνει τη σιωπηλή ταλαιπωρία. Αλλά είναι σημαντικό να πιέσετε ενάντια σε αυτό και να ενημερώσετε τους ανθρώπους όταν περνάτε δύσκολα. Έτσι, αν είστε κάποιος που μπορεί να μοιραστεί τις σκέψεις και τις ανάγκες σας με την οικογένεια και τους φίλους σας, αυτό είναι ένα καλό σημάδι. Επιπλέον, εάν παλεύετε με την κατάθλιψη και το άγχος, είναι σημαντικό να ενημερώσετε το γιατρό σας. Υπάρχει συχνά μια ψευδής πεποίθηση ότι το άγχος ή η κατάθλιψη μετά από μια ορισμένη ηλικία είναι πιο «φυσιολογικά», αλλά η Golden είπε ότι αυτό δεν είναι αλήθεια.

«Η κατάθλιψη μπορεί να αντιμετωπιστεί σε οποιαδήποτε ηλικία, και όχι μόνο με φαρμακευτική αγωγή, με συμβουλευτική, με ομαδικές παρεμβάσεις, όπως και αν το πείτε. Έτσι, νομίζω ότι αυτό είναι μέρος του πώς γερνάς καλά, να είσαι ανοιχτός στο να μπορείς να πεις: «Αυτός είμαι, αυτό χρειάζομαι», εξήγησε η Golden.

ΕΧΕΤΕ ΜΙΑ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ

Η μοναξιά και η απομόνωση είναι ένα μεγάλο πρόβλημα, τόσο πολύ που ο γενικός χειρουργός των Ηνωμένων Πολιτειών

κέρυξε επιδημία απομόνωσης και μοναξιάς σε όλη τη χώρα. «Όπως γνωρίζετε, με την πανδημία του COVID αυτό έχει γίνει πολύ σημαντικό. Υπήρχε μεγάλη κοινωνική απομόνωση μεταξύ των γηριατρικών ασθενών μας, επειδή ήταν περιορισμένοι στα σπίτια τους», είπε η Goyal.

Για να καταπολεμήσετε τα συναισθηματικά μοναξιάς και απομόνωσης, είναι σημαντικό να ενισχύσετε τις κοινωνικές σας σχέσεις, είτε πρόκειται για φίλους, οικογένεια, εκκλησιαστική ομάδα ή την κοινότητά σας, είπε.

Δεν υπάρχει ούτε ένας σωστός τρόπος για να συνδεθείτε με την κοινότητά σας. Η Golden είπε ότι αυτό θα μπορούσε να μοιάζει με οτιδήποτε, από τον εθελοντισμό σε μια τοπική τράπεζα τροφίμων μέχρι τη βοήθεια ενός παιδιού της γειτονιάς να μάθει να διαβάζει.

Η κοινωνικοποίηση μπορεί επίσης να βοηθήσει την υγεία του εγκεφάλου σας, είπε η Δρ Lee Lindquist, επικεφαλής γηριατρικής στο Northwestern Medicine στο Σικάγο. «Σκεφτόμαστε τον εγκέφαλο ως μυ, οπότε αν κάθεται σε ένα δωμάτιο με τέσσερις τοίχους όλη μέρα και δε μιλάς σε κανέναν, σχεδόν ζεις σε οίκο ευγηρίας... ο εγκέφαλός σας θα πάει σε αδράνεια, επειδή δε λαμβάνει καμία διέγερση», είπε η Lindquist.

Η κοινωνικοποίηση, είτε πρόκειται για συνομιλία με ανθρώπους αυτοπροσώπως είτε στο τηλέφωνο, αλληλεπίδραση με ανθρώπους στο Zoom ή συμμετοχή σε μια λέσχη βιβλίου, είναι ένας τρόπος να ασκήσετε τον εγκέφαλό σας και να τον κάνετε πιο δυνατό, είπε η Lindquist.

ΔΙΝΕΤΕ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΣΑΣ ΥΓΕΙΑ

Η κατανάλωση θρεπτικών τροφών και η άσκηση είναι σημαντικά σε όλη σας τη ζωή, ακόμη και όταν φτάσετε σε μεγαλύτερη ηλικία. Η Goyal είπε, ότι μιλά με τους ασθενείς της για την υγιεινή διατροφή που είναι πλούσια σε φρούτα και λαχανικά και μια διατροφή που ευθυγραμμίζεται με ένα συνδυασμό μεσογειακής διατροφής και δίαιτας DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension).

Σύμφωνα με την Goyal, η δίαιτα DASH είναι «μια δίαιτα χαμηλή σε νάτριο που συνιστάται σε άτομα που έχουν υψηλή αρτηριακή πίεση».

Η μεσογειακή διατροφή είναι ένα καλά μελετημένο πρόγραμμα γευμάτων, που είναι γεμάτο δημητριακά ολικής αλέσεως, υγιή λίπη, άπαχο κρέας και φυτικές τροφές. Η κατανάλωση αρκετού νερού είναι επίσης μέρος αυτού, είπε η Goyal. Και, πέρα από το τι τρώτε και πίνετε, είναι σημαντικό να διατηρείτε και τον εαυτό σας σε φυσική κατάσταση.

«Θέλω οι άνθρωποι να συνεχίσουν να κινούνται, να ασκούνται. Εάν δεν έχετε κινηθεί εδώ και πολύ καιρό ή κάθιστε για μεγάλο χρονικό διάστημα, μερικές φορές είναι χρήσιμο να ζητήσετε από τους γιατρούς σας μια εντολή φυσικοθεραπείας για να σας βοηθήσουν με το βάδισμα και την ισορροπία σας», είπε η Lindquist.

Σημείωσε ότι πολλοί από εμάς μπορεί να φοβόμαστε να μετακινηθούμε καθώς μεγαλώνουμε λόγω του φόβου της πτώσης, αλλά η άσκηση - είτε περπατάτε είτε συμμετέχετε σε ένα μάθημα ται τσιμπορεί να σας βοηθήσει με τον κίνδυνο πτώσης. «Γιατί αυτό που συμβαίνει είναι ότι αν επιλέξουμε να μην περπατήσουμε ή να μην κινηθούμε, τότε σε θέτει σε μεγαλύτερο κίνδυνο να πέσεις. Οπότε είναι σχεδόν σαν ένα catch-22», πρόσθεσε η Lindquist.

Όταν ασκείστε, η Goyal είπε ότι είναι επίσης σημαντικό να εργάζεστε για τη μυϊκή σας δύναμη, καθώς η μυϊκή μάζα χάνεται καθώς μεγαλώνετε. Η άρση βαρών, το pilates, η γιόγκα και το tai chi μπορούν όλα να είναι μέρος μιας καλής ρουτίνας άσκησης μυϊκής ανάπτυξης, είπε η Goyal. Επιπλέον, η καρδιαγγειακή φυσική κατάσταση - όπως το περπάτημα, η ποδηλασία, το κολύμπι και το τρέξιμο - είναι σημαντικά για την υγεία της καρδιάς σας.

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 η χωρίς ραντεβού
- Ορθοπεδικά είδη, βιταμίνες, καλλυντικά (Lise watie, Biotherma), κολώνιες
- Δωρεάν διανομή
- Μεταφορά του φακέλου σας από οποιοδήποτε άλλο φαρμακείο. Επίσης αλλάζετε 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

Παπασταύρου για σύμβαση με Chevron: Από πύλη LNG σε παραγωγό φυσικού αερίου η Ελλάδα

Όσα απάντησε για την κριτική Σαμαρά και οι αιτιάσεις της αντιπολίτευσης για την πιθανότητα εκχώρησης κυριαρχικών δικαιωμάτων

Στην πρόθεση της κυβέρνησης να μετατραπεί η Ελλάδα, από βασικός ενεργειακός κόμβος σε παραγωγός φυσικού αερίου, αναφέρθηκε στη συνεδρίαση της επιτροπής Παραγωγής και Εμπορίου της Βουλής, ο Σταύρος Παπασταύρου [φωτ.].

Παρουσιάζοντας τις συμβάσεις υδρογονανθράκων με τη Chevron στην αρμόδια επιτροπή, ο υπουργός Ενέργειας και Περιβάλλοντος υπογράμμισε πως, η χώρα, «από ενεργειακός κόμβος βάζει τα θεμέλια με τις συμφωνίες της Chevron και της Εκxon για παραγωγή φυσικού αερίου. Αυτή η προοπτική δεν μπορεί να προεξοφληθεί καθώς στηρίζεται στο να είναι εμπλεκόμενα εκμεταλλεύσιμα τα κοιτάσματα. Όπως δεν μπορεί να προεξοφληθεί έτσι δεν μπορεί να υποτιμηθεί. Ότι γίναμε αξιόπιστος ενεργειακός κόμβος δεν ήταν αυτονόητη εξέλιξη. Η κυβέρνηση επένδυσε σε αυτό με υποδομές. Αυτές οι υποδομές μας επέτρεψαν να μετατρέψουμε την γεωγραφική μας θέση μας σε γεωπολιτικό πλεονέκτημα. Η χώρα μας μετατράπηκε σε κεντρική πύλη εισόδου του αμερικανικού υδρογονανθράκων φυσικού αερίου και πλέον επιδιώκουμε να γίνουμε παραγωγός φυσικού αερίου».

Ο κ. Παπασταύρου, μάλιστα, σημείωσε πως είναι στόχος της κυβέρνησης να επισπευθούν οι διαδικασίες, ώστε μέσα στους επόμενους 12 μήνες, στις αρχές του 2027, να πραγματοποιηθεί η πρώτη ερευνητική γεώτρηση στο Ιόνιο.

«Αυτό είναι εθνική επιτυχία που ξεκί-

νησε με ενέργειες του Γιάννη Μανιάτη», υπογράμμισε και, κάνοντας μία αναδρομή, αναγνώρισε πως για προσπάθεια που συνεχίστηκε και από τις κυβερνήσεις Παπανδρέου και Σαμαρά – Βενιζέλου που, το 2014, είχαν προχωρήσει σε σχετικές προκηρύξεις. «Τώρα είναι η ώρα η διαχρονική προσπάθεια με διαφορετικές κυβερνήσεις να φτάσει στο σημείο της εξερεύνησης», επισήμανε ο υπουργός.

«Αυτή η διαδικασία μας οδηγεί στην παραγωγή αν τα κοιτάσματα είναι εμπλεκόμενα εκμεταλλεύσιμα. Δεν λέει κανείς ότι θα γίνουμε Νορβηγία ή Κατάρ, όμως είναι πλούτος πατρίδας μας και οφείλουμε να διερευνήσουμε αν θα τον εκμεταλλευτούμε», υποστήριξε ο κ. Παπασταύρου και, στη συνέχεια, σχολίασε την πρόσφατη κριτική που άσκησε στην κυβέρνηση ο πρώην πρωθυπουργός, Αντώνης Σαμαράς, σχετικά με τις συμβάσεις, και συγκεκριμένα όσα είπε για τη ρήτρα που προστέθηκε στη συμφωνία με τη Chevron και αμφισβητεί κυριαρχικά δικαιώματα της χώρας.

Η ΑΠΑΝΤΗΣΗ ΣΤΗΝ ΚΡΙΤΙΚΗ ΣΑΜΑΡΑ

«Μια ιδιωτική συμφωνία δεν εκχωρεί», είπε ο κ. Παπασταύρου ο οποίος, στη συνέχεια, πρόσθεσε πως, «η συμβατική πρόβλεψη ακόμα και ακραίων περιπτώσεων είναι νομική πρακτική, που αφορά την προστασία και κατανομή ευθύνης σε οποιοδήποτε αποζημιωτικό δικαίωμα μπορεί να έχει κάποιος. Δε συνιστά απο-

δοχή ή αναγνώριση αυτών των περιπτώσεων. Η μέση γραμμή μεταξύ Ν. Κρήτης και Λιβύης αν αυτή η μέση γραμμή μετακινηθεί συμπαράσχει το πλευρικό. Αυτό είναι και τίποτε άλλο. Όπως όταν κάναμε τη συζήτηση στο νομοσχέδιο για το CCS και με ρωτήσατε για τον ΑΔΜΗΕ και σας είπα ότι δεν πρόκειται να απεμπολήσουμε τη θέση του κράτους στις υποδομές, με τον ίδιο τρόπο σας λέω ότι το πλευρικό έχει να κάνει με οποιοδήποτε μετακίνηση του Νοτίου».

ΟΙ ΘΕΣΕΙΣ ΤΗΣ ΑΝΤΙΠΟΛΙΤΕΥΣΗΣ

Από πλευράς του ΠΑΣΟΚ, ο εισηγητής, Φρέντυ Παρασύρης, τόνισε πως, οι – έκτασης περίπου 1.200 σελίδων – συμβάσεις αποτελούν και πολιτικό, εκτός από τεχνικό, ζήτημα, καθώς είναι άμεσα συνδεδεμένες με την ενεργειακή στρατηγική της χώρας και τις γεωπολιτικές εξελίξεις.

Ο κ. Παρασύρης σημείωσε πως, το ΠΑΣΟΚ, επί της αρχής είναι θετικό, διατήρησε, ωστόσο, τις επιφυλάξεις του για επιμέρους σημεία της συμφωνίας, και ιδιαίτερα για το άρθρο 30 που, όπως είπε, δυνητικά δημιουργεί περιθώριο να επηρεαστούν τα κυριαρχικά δικαιώματα, αφού προβλέπει τη δυνατότητα αλλαγής πλευρικών ορίων.

«Να καταλάβουμε το ζήτημα των νότιων ορίων με πολλή ανοχή και εις χάριν μιας υπόθεσης εργασίας, το ανοιχτό παράθυρο για την αλλαγή των πλευρικών ορίων γιατί χρειάζεται, Από τους χάρτες



αντιλαμβάνομαστε ότι τα πλευρικά αυτά όρια πέφτουν πάνω στο απαράδεκτο τουρκολιβικό σύμφωνο και στην ΑΟΖ με την Αίγυπτο. Αφήνετε, δηλαδή, παράθυρο εκχώρησης κυριαρχικών δικαιωμάτων και εξ ανατολών; Θέλω να πιστεύω πως όχι. Αλλά με πραγματική αγωνία αναμένω τις απαντήσεις σας κ. υπουργέ», υπογράμμισε ο εισηγητής του ΠΑΣΟΚ.

Το ίδιο ζήτημα για το εν λόγω άρθρο έθεσε από τον ΣΥΡΙΖΑ και ο Μίλτος Ζαμπάρας, ο οποίος διερωτήθηκε εάν αυτό εντάχθηκε στις συμβάσεις μετά από απαίτηση της Chevron.

Ο ειδικός αγορητής του ΣΥΡΙΖΑ επισήμανε πως, το άρθρο 30, εξυπηρετεί κυρίως τα συμφέροντα του μισθωτή.

Ότι δεν τίθεται θέμα εκχώρησης εθνικών δικαιωμάτων ισχυρίστηκε ο εισηγητής της ΝΔ, Δημήτρης Μαρκόπουλος, ο οποίος χαρακτήρισε τη συμφωνία – που θα έρθει προς ψήφιση στην Ολομέλεια της Βουλής την Πέμπτη 12/3) – σημαντική για την ενεργειακή και διπλωματική στρατηγική της χώρας.

Πηγή: ΕΘΝΟΣ



PROFESSIONAL AUTO BODY REPAIR & PAINTING

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



514 476-4565

1385, Boul. des Laurentides,
Local 103 Vimont, Laval

A2 AUTO

ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ ΤΑ ΠΑΡΑΞΕΝΑ



Η αόρατη ζωή κάτω από τη Γη και τα μικρόβια που μπορεί να περιμένουν εκατομμύρια χρόνια για να ξυπνήσουν

Πώς μπορεί ένας οργανισμός να εξελιχθεί ώστε να σταματά να αναπτύσσεται για χιλιάδες χρόνια

Κάτω από την επιφάνεια της Γης εκτείνεται ένα βασίλειο μικροσκοπικής ζωής που παραμένει σε μεγάλο βαθμό ανεξερεύνητο. Τα λεγόμενα «ενδογήινα» (intraterrestrials) είναι μικρο-οργανισμοί που ζουν βαθιά μέσα στο γήινο φλοιό και επιβιώνουν σε μερικές από τις πιο ακραίες συνθήκες του πλανήτη.

Οι επιστήμονες αναζητούν αυτά τα μικρόβια, προσπαθώντας να κατανοήσουν πώς μπορούν να επιβιώνουν για εκατοντάδες χιλιάδες ή ακόμη και εκατομμύρια χρόνια σε κατάσταση αδράνειας — και τι ακριβώς περιμένουν για να «ξυπνήσουν».

Στο βιβλίο «Intraterrestrials: Discovering the Strangest Life on Earth» (Princeton University Press, 2025), η Κάρεν Γ. Λόντ, μικροβιακή βιογεωχημικός στο Πανεπιστήμιο της Νότιας Καλιφόρνιας Dornsife, εξετάζει το πώς μπορεί να λειτουργεί η εξέλιξη σε οργανισμούς που σταματούν να αναπτύσσονται για τεράστια χρονικά διαστήματα. Το βιβλίο βρίσκεται στη βραχεία λίστα για το βραβείο Pen/E.O. Wilson Literary Science Writing Award.

ΕΞΕΛΙΞΗ ΧΩΡΙΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗ;

Πώς μπορεί ένας οργανισμός να εξελιχθεί, ώστε να σταματά να αναπτύσσεται για χιλιάδες χρόνια; Πρόσφατες μελέτες δείχνουν, ότι μικρόβια θαμμένα βαθιά σε ιζημάτα του ωκεάνιου πυθμένα ίσως κάνουν ακριβώς αυτό.

Οι οργανισμοί αυτοί, που ζουν μέσα στο φλοιό της Γης σε όλο τον πλανήτη, ενδέχεται να μην επηρεάζονται από καθημερινούς ή εποχικούς κύκλους — είναι τόσο βαθιά θαμμένοι που δεν αντιλαμβάνονται καν το φως του ήλιου.

Αντίθετα, ίσως «αντιλαμβάνονται» πιο αργούς γεωλογικούς ρυθμούς: το άνοιγμα και το κλείσιμο ωκεάνιων λεκανών λόγω της τεκτονικής των πλακών, τη δημιουργία και βύθιση νησιωτικών αλυσίδων ή τις νέες ροές ρευστών που προκαλούνται από ρωγμές στο φλοιό της Γης.

Στη βιολογία που διδάσκεται παραδοσιακά, τέτοια γεγονότα θεωρούνται εξελικτικοί παράγοντες για είδη — όχι για μεμονωμένα άτομα.

Για παράδειγμα, τα σπίνια του Δαρβίνου ανέπτυξαν διαφορετικά σχήματα ράμφους, λόγω απομόνωσης σε νησιά, με συγκεκριμένους σπόρους.

Η εξέλιξη αυτή συνέβη σε επίπεδο γενεαλογικής γραμμής και όχι σε μεμονωμένο πτηνό.

Ωστόσο, είναι γνωστό ότι και τα άτομα μπορούν να προσαρμόζονται σε περιβαλλοντικούς ρυθμούς, όπως η αλλαγή του χρώματος της γούνας της αρκτικής αλεπούς (Vulpes lagopus) με τις εποχές.

Η ιδέα όμως, ότι ένας οργανισμός θα «προέβλεπε» γεγονότα σε βάθος δεκάδων χιλιάδων ετών, φαίνεται παράλογη για τα ζώα. Δε θα είχε νόημα να υποθέσει κανείς, ότι ένα πτηνό θα εξελισσόταν για να κολυμπά, επειδή το νησί του θα βυθιζόταν σε 100.000 χρόνια.

Για τα ενδογήινα μικρόβια, ωστόσο, τα πράγματα ίσως είναι διαφορετικά.

Ένα άτομο που ζει για ένα εκατομμύριο χρόνια θα μπορούσε να έχει εξελικτική «προδιάθεση» να βασίζεται σε εξαιρετικά αργές διεργασίες, όπως η καθίζηση ενός νησιού, με τον ίδιο τρόπο που οι άνθρωποι περιμένουν την αυγή.

Ίσως χρειάζεται να επαναπροσδιοριστεί τι θεωρείται εξελικτικό ερέθισμα.

ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΥΠΑΡΞΕΙ ΔΑΡΒΙΝΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΧΩΡΙΣ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗ;

Το γεγονός ότι ζωντανά κύτταρα μπορούν να παραμένουν για τεράστια χρονικά διαστήματα σε κατάσταση μη ανάπτυξης, θέτει δύο βασικά ερωτήματα:

Μπορεί ένα μικρόβιο να είναι εξελικτικά προσαρμοσμένο, ώστε να αποφεύγει τη διαίρεση για χιλιάδες χρόνια;

Και, αν ναι, πώς λειτουργεί η φυσική επιλογή σε έναν οργανισμό που φαινομενικά δεν παράγει απογόνους;

Σύμφωνα με τη θεωρία του Δαρβίνου, η φυσική επιλογή προϋποθέτει αναπαραγωγή.

Κατά τη διαδικασία αυτή εμφανίζονται μεταλλάξεις και οι ευνοϊκές μεταλλάξεις επικρατούν.

Όμως πώς μπορεί να υπάρξει εξέλιξη σε πληθυσμούς που δεν αναπαράγονται;

Ένα μοντέλο που βοηθά στην κατανόηση, είναι η εποχική αδράνεια.

Οργανισμοί που παραμένουν ανενεργοί το χειμώνα έχουν πλεονέκτημα όταν οι συνθήκες γίνουν ευνοϊκές την άνοιξη, μεταβιβάζοντας τα γονίδια τους σε μεγαλύτερο πληθυσμό. Πρόκειται για κλασική Δαρβινική φυσική επιλογή.

Αν επεκτείνουμε αυτό το μοντέλο σε αδράνεια χιλιάδων ετών σε θαλάσσια ιζημάτα, πρέπει να αναζητήσουμε ποιο γεγονός θα μπορούσε να «ξυπνήσει» αυτά τα μικρόβια σε βάθος εκατοντάδων μέτρων κάτω από το φλοιό.

Η ΖΩΗ ΣΕ ΓΕΩΛΟΓΙΚΟΥΣ ΧΡΟΝΟΥΣ

Οι κύκλοι των εποχών είναι υπερβολικά γρήγοροι γι' αυτά τα μικρόβια.

Μόνο οι γεωλογικές διεργασίες έχουν τον κατάλληλο ρυθμό: βυθίσεις νησιών,

πλημμύρες, ξηρασίες, κατολισθήσεις, σεισμοί, τσουνάμι ή ηφαιστειακές εκρήξεις.

Τέτοια γεγονότα μπορούν να μετακινήσουν ιζημάτα και να εκθέσουν τα μικρόβια σε νέες πηγές τροφής έπειτα από εκατοντάδες χιλιάδες χρόνια.

Ακόμη πιο αργές διεργασίες, όπως οι παγετωνικοί κύκλοι ή η μετακίνηση των τεκτονικών πλακών, θα μπορούσαν να αποτελούν τα «σήματα αφύπνισης».

Καθώς νέος ωκεάνιος φλοιός δημιουργείται στις μεσοωκεάνιες ράχες και ο παλιότερος ωθείται προς τις ηπείρους, τα ιζημάτα —μαζί με τα ενδογήινα μικρόβια— ενδέχεται να βυθίζονται ή να ανυψώνονται ξανά μέσω ρηγμάτων και σεισμικών διεργασιών.

Σε αυτό το σενάριο, τα μικρόβια που ανασύρονται με γεωτρήσεις και φαίνονται αδρανή ίσως περιμένουν υπομονετικά την εξαιρετικά αργή μετακίνηση των πλακών για να επιστρέψουν σε ανώτερα στρώματα ιζημάτων, όπου η τροφή είναι πιο άφθονη και μπορούν να ξαναρχίσουν την ανάπτυξη.

Το εξελικτικό «αντάλλαγμα» της παραμονής για εκατομμύρια χρόνια σε βαθιά ιζημάτα θα ήταν η επιστροφή σε πιο ευνοϊκές συνθήκες, όπου τα άτομα με τις καλύτερες προσαρμογές στην παρατεταμένη αδράνεια θα αποκτούσαν πλεονέκτημα ανάπτυξης και θα μετέδιδαν τα γονίδια τους στις επόμενες γενιές.

Όπως θέτει η Λόντ το ερώτημα: μήπως η επανεμφάνιση στην επιφάνεια των ιζημάτων αποτελεί για τα ενδογήινα μικρόβια το ισοδύναμο του καλοκαιριού;

© ΠΡΩΤΟ ΘΕΜΑ

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



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

www.lanvac.com

LANVAC SURVEILLANCE

40 YEARS ANS

INCORPORATED BURGLARY FIRE FINANCIAL Shared Certificate Listing

Ψήφος Αποδήμων: Η δυνατότητα επιστολικής ψήφου για τους Έλληνες του εξωτερικού θα ισχύει από τις ερχόμενες εθνικές εκλογές



Κατά πλειοψηφία ψηφίσθηκε, μετά από ονομαστική ψηφοφορία, σύμφωνα με τη συνταγματική διάταξη, το νομοσχέδιο του Υπουργείου Εσωτερικών για τον «Ορισμό εκλογικής περιφέρειας Απόδημου Ελληνισμού – Διευκόλυνση άσκησης εκλογικού δικαιώματος εκλογέων εκτός επικράτειας μέσω επιστολικής ψήφου για τις βουλευτικές εκλογές» από την Ολομέλεια.

Οι διατάξεις που αφορούν την παροχή και τη δυνατότητα επιστολικής ψήφου για τους διαμένοντες εκτός της επικράτειας, συγκέντρωσαν περισσότερες από 200 θετικές ψήφους και θα ισχύσουν από τις ερχόμενες εθνικές εκλογές.

Αντίθετα, οι διατάξεις που αφορούν τη δημιουργία της εκλογικής περιφέρειας Απόδημου Ελληνισμού, δε συγκέντρωσαν την πλειοψηφία των 2/3 απαιτούμενων ψήφων. Αυτό σημαίνει ότι δε θα ισχύσουν κατά τις ερχόμενες εθνικές εκλογές, ούτε και εάν υπάρξουν επαναληπτικές (με λίστες υποψηφίων), αλλά σε εκείνες που θα διεξαχθούν και πάλι με σταυρό προτίμησης.

ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΛΙΒΑΝΙΟΣ: «ΕΜΠΙΣΤΕΥΤΕΙΤΕ ΤΟΝ ΚΑΘΕ ΕΛΛΗΝΑ ΠΟΥ ΖΕΙ ΣΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ»

«Η επιστολική ψήφος μπορεί να λειτουργήσει με ασφάλεια, με αξιοπιστία και ενισχύει τη συμμετοχή. Η περιφέρεια Αποδήμων εξασφαλίζει την αυθεντική εκπροσώπηση και τη γνήσια διακριτή φωνή των Ελλήνων του εξωτερικού στη Βουλή», τόνισε ο υπουργός Εσωτερικών, Θεόδωρος Λιβάνιος [φωτ. πάνω], κλείνοντας τη διήμερη συζήτηση του νομοσχεδίου για τον «Ορισμό εκλογικής περιφέρειας Απόδημου Ελληνισμού – Διευκόλυνση άσκησης εκλογικού δικαιώματος εκλογέων εκτός επικράτειας μέσω επιστολικής ψήφου για τις βουλευτικές εκλογές» στην Ολομέλεια.

Ο υπουργός, κάνοντας μια αναδρομή, είπε ότι κλείνει μια εκκρεμότητα που απορρέει για την ψήφο των Αποδήμων από το Σύνταγμα του 1975, αλλά ποτέ, για διάφορους λόγους, δεν υπήρξε ο εκτελεστικός νόμος.

Για τις νομοθετικές προσπάθειες που έγιναν όλα αυτά τα χρόνια, ο κ. Λιβάνιος είπε πως έγιναν πολλές διαδοχικές προσπάθειες, αλλά πλέον οι καιροί είναι ώριμοι για να κάνουμε αυτό το βήμα και

για το εκλέγειν και για το εκλέγεσθαι των Ελλήνων που ζουν στο εξωτερικό.

Ο κ. Λιβάνιος απευθυνόμενος στην Αντιπολίτευση είπε «δε σας ζητώ να εμπιστευτείτε την Κυβέρνηση, δεν είναι αυτός ο ρόλος σας και ο ελληνικός λαός δε σας το ζητάει. Σας ζητάμε, όμως, να εμπιστευτείτε τον κάθε Έλληνα που ζει στο εξωτερικό, είτε είναι διασποράς ή της μετανάστευσης μετά την κρίση. Ψηφίστε και την επιστολική ψήφο και την Περιφέρεια Αποδήμων και να μην αφήσετε αυτή να δημιουργηθεί μετά το 2031».

Ο υπουργός επισήμανε, ότι με τις τεχνολογικές εξελίξεις που έχουν υιοθετηθεί της μετάδοσης των αποτελεσμάτων έχουν γίνει σημαντικά βήματα. Διευκρίνισε ότι τα αποτελέσματα των εκλογών δεν τα βγάζει το Υπουργείο Εσωτερικών, αλλά τα Πρωτοδικεία της χώρας.

Η εταιρεία που χρησιμοποιείται και είναι η ίδια εδώ και πολλά χρόνια, αυτό που κάνει είναι να μεταδίδει το βράδυ των εκλογών τα αποτελέσματα για την ενημέρωση των πολιτών, δε βγάζει κανένα αποτέλεσμα.

Για την απογραφή του ελληνισμού της Ομογένειας ανέφερε πως αυτή δεν είναι εφικτή, αλλά με τις αιτήσεις θα έχουμε μια τάξη μεγέθους.

Αναφορικά με το όριο προεκλογικών δαπανών είπε ότι ακριβώς αυτό τίθεται για να μην έχουμε εκατομμυριούχους υποψήφιους και ανέρχεται στο τριπλάσιο επειδή είναι εύλογο.

Για το σταυρό προτίμησης που προτείνεται, παρατήρησε πως αυτό αποτελεί εγγύση λογοδοσίας και μέριμνα του Απόδημου Βουλευτή που θα εκλεγεί να προωθήσει τα αιτήματά τους μέσα στη Βουλή των Ελλήνων, όχι το αντίθετο.

Ο κ. Λιβάνιος σημείωσε, ότι με τις νομοθετικές βελτιώσεις που έγιναν ικανοποιήθηκαν οι παρατηρήσεις που έγιναν από το Συνήγορο του Πολίτη και θα υπάρξει μέριμνα διασφάλισης και για τον εναλλακτικό τρόπο εγγραφής στους καταλόγους, καθώς δε θέλουμε να αποκλειστούν εκείνοι που δεν έχουν κωδικούς taxisnet γιατί αυτό θα επαναφέρει τα προβλήματα των ορίων που υπήρχαν.

Ο υπουργός Εσωτερικών είπε ότι η διαφορά με το 2024 όταν έγιναν οι αλλαγές της επιστολικής ψήφου στις ευρωεκλογές, είναι ότι «τώρα έχουμε εφαρμοστικά αποτελέσματα, καθώς όλοι διαπιστώσαμε πως λειτουργήσει».

Η εμπειρία μας έδειξε ότι η επιστολική ψήφος μπορεί να λειτουργήσει με ασφάλεια, με αξιοπιστία και ενισχύει τη συμμετοχή».

ΠΗΓΗ: ΑΠΕ - ΜΠΕ



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 8 Μαρτίου

7:30 το πρωί και 9:30 το βράδυ

ΕΠΑΝΑΛΗΨΕΙΣ

Δευτέρα 9 Μαρτίου: 9:30 το πρωί

Τρίτη 10 Μαρτίου: 8:30 το πρωί

Τετάρτη 11 Μαρτίου: 5:30 το πρωί

Πέμπτη 12 Μαρτίου: 7:30 το πρωί

Παρασκευή 13 Μαρτίου: 8:30 το πρωί

Σάββατο 14 Μαρτίου: 4:30 το απόγευμα

Κυριακή 15 Μαρτίου: 3:30 το πρωί

Αυτή την εβδομάδα

Οι φορολογικές αλλαγές το 2026
με τον ορκωτό λογιστή Ανδρέα Αλευρά



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



Πόσο θα πλήξει τη διεθνή οικονομία ο πόλεμος στη Μέση Ανατολή

Γράφει ο Σταύρος Μαλαγκονιάρης*
© slpress.gr

Η εκτίναξη των τιμών της ενέργειας, λόγω της σύγκρουσης στη Μέση Ανατολή, ενισχύει τις ανησυχίες για τον παγκόσμιο πληθωρισμό, ενώ οικονομικοί παράγοντες αρχίζουν να... ιχνηλατούν τις επιπτώσεις στην ελληνική οικονομία από το συνεχιζόμενο πόλεμο. Η μεγάλη άνοδος των τιμών του πετρελαίου εμφανίστηκε, όπως αναμενόταν, από τη Δευτέρα (2/3) και συνεχίστηκε την Τρίτη (3/3), με αποτέλεσμα τα συμβόλαια μελλοντικής εκπλήρωσης του πετρελαίου Brent να «κλείνουν» σε περισσότερα από 80 δολάρια το βαρέλι, καταγράφοντας αύξηση της τάξης του 10% από την Παρασκευή 27/2.

Την ίδια ώρα, αναλυτές εκτιμούν ότι η τιμή μπορεί να φτάσει ακόμη και τα 100 δολάρια το βαρέλι, αν συνεχιστεί ο πόλεμος στη Μέση Ανατολή. Παράλληλα, αύξηση κατά 30% καταγράφεται στις τιμές του φυσικού αερίου (LNG), καθώς, έπειτα από ιρανικές επιθέσεις με μη επανδρωμένα αεροσκάφη, η QatarEnergy υποχρεώθηκε να σταματήσει την παραγωγή στις εγκαταστάσεις στις πόλεις Ras Laffan και το Mesaieed.

Να σημειωθεί ότι και στη γειτονική Σαουδική Αραβία, η Aramco έκλεισε προσωρινά το μεγάλο διυλιστήριο πετρελαίου της στη Ρας Τανούρα, αφού χτυπήθηκε από drone. Παράγοντες της αγοράς ενέργειας χαρακτηρίζουν αυτό που συνέβη στο Κατάρ ως «σεισμικό γεγονός» καθώς αυτές οι μονάδες αποτελούν την καρδιά της υποδομής LNG της χώρας, από την οποία μόνο το 2025 εξήχθησαν σε διάφορα κράτη, ειδικά στην Ασία, αλλά και στην Ευρώπη, **σχεδόν 81 εκατομμύρια μετρικούς τόνους LNG, που αντιστοιχεί στο 20% των συνολικών ποσοτήτων φυσικού αερίου που εξήχθησαν παγκοσμίως.**

Αξιοσημείωτο είναι, ότι ακόμα δεν είναι σαφές πόσο καιρό θα χρειαστεί η QatarEnergy για να επανεκκινήσει τις δύο σημαντικές μονάδες. Ένας άλλος παράγοντας, που θα επηρεάσει δυσμενώς τις τιμές της ενέργειας, είναι και το μεταφορικό κόστος, καθώς οι ναύλοι των πλοίων αυξάνονται αλματωδώς, προς όφελος των ναυτιλιακών εταιρειών, αλλά με επιβάρυνση των καταναλωτών.

Σύμφωνα με ναυτιλιακά site τη Δευτέρα (2/3) λόγω της μεγάλης αναστάτωσης που έχει προκληθεί στον Περσικό κόλπο με τις επιθέσεις εναντίον πλοίων και τις απειλές για νέες, ο ναύλος για πολύ μεγάλο δεξαμενόπλοιο (VLCC) για ταξίδι από τη Μέση Ανατολή προς την Κίνα, **κοστολογήθηκε**

στα 423.700 δολάρια την ημέρα, αυξημένος κατά 205.600 δολάρια (!) σε σχέση με την προηγούμενη ημέρα. Ναυλομεσίτες προειδοποίησαν, ότι θα είναι δύσκολο να κλειστούν συμφωνίες σε αυτά τα επίπεδα.

Επίσης, με αυξήσεις της τάξης του 20% εμφανίζονται οι ναύλοι για τα πλοία μεταφοράς φυσικού αερίου, ενώ αντίθετα τα πλοία μεταφοράς εμπορευματοκιβωτίων και χύδην φορτίων (bulk carriers), που έχουν περιορισμένες διελεύσεις από τα Στενά του Ορμούζ, δεν παρουσιάζουν ακόμα μεγάλες διακυμάνσεις.

Ωστόσο, καθώς φαίνεται ότι οι μεγάλοι αντ-ασφαλιστικοί οργανισμοί, τα P&I Clubs προειδοποιούν ότι θα σταματήσουν την κάλυψη κινδύνου πολέμου για πλοία που εισέρχονται στον Περσικό Κόλπο μετά τις 5 Μαρτίου, εκτιμάται πως πολλά πλοία θα αλλάξουν δρομολόγιο και θα πλεύσουν μέσω του Ακρωτηρίου της Καλής Ελπίδας, με αντίστοιχη αύξηση του μεταφορικού κόστους.

Η ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΣΤΟΝ ΠΕΡΣΙΚΟ ΚΟΛΠΟ

Σύμφωνα με στοιχεία της Clarksons Research το βράδυ της Δευτέρας 2 Μαρτίου, παρέμεναν στον Κόλπο 3.200 πλοία, που αντιστοιχεί στο 4% της παγκόσμιας χωρητικότητας, συμπεριλαμβανομένων 112 δεξαμενόπλοιοι αργού πετρελαίου (μαζούτ) και 114 πλοίων μεταφοράς εμπορευματοκιβωτίων. Περίπου 500 πλοία περιμένουν στα ανοικτά των ακτών των Ηνωμένων Αραβικών Εμιράτων και του Ομάν.

Σε ό,τι αφορά την παρουσία της ελληνικής ναυτιλίας στην περιοχή, ο υπουργός Ναυτιλίας, Βασίλης Κικίλιας, γνωστοποίησε τη Δευτέρα 2 Μαρτίου, ότι δέκα πλοία ελληνικής σημαίας βρίσκονται εντός του Περσικού Κόλπου και πέντε εκτός αυτού, ενώ συνολικά περίπου 325 πλοία που συνδέονται με την Ελλάδα, αλλά είναι υπό ξένη σημαία, βρίσκονται στην ευρύτερη περιοχή. Διευκρίνισε ότι στα δέκα ελληνικά πλοία επιβαίνουν 85 Έλληνες ναυτικοί, οι οποίοι είναι καλά και υπάρχει συνεχής επικοινωνία μαζί τους.

«Ο πόλεμος αυτός, πέραν της αυτονόητης βαρβαρότητας, έχει ως άμεση συνέπεια το κλείσιμο των Στενών του Ορμούζ και τον εγκλωβισμό πολλών πλοίων στον Περσικό Κόλπο. Πλοία ελληνικά και ελληνόκτητα στα οποία υπηρετούν εκατοντάδες Έλληνες και αλλοδαποί Ναυτικοί και των οποίων βρίσκεται σε κίνδυνο η ζωή και η σωματική ακεραιότητα, όπως και

κάθε Ναυτεργάτη σε οποιοδήποτε πλοίο στην περιοχή», αναφέρει σε ανακοίνωσή της η Πανελλήνια Ναυτική Ομοσπονδία (ΠΝΟ).

Η ΠΝΟ κάλεσε «τα Υπουργεία Ναυτιλίας, Εξωτερικών και όλοι οι αρμόδιοι Φορείς να ενεργήσουν άμεσα για την ασφάλεια, απεμπλοκή και την παλινόστηση των πλοίων». Επίσης, ζήτησε: «Να οριστεί πάραυτα ως Εμπόλεμη Ζώνη η ευρύτερη περιοχή του Περσικού, της Ερυθράς, της Αραβικής Θάλασσας» και «να υλοποιούνται άμεσα τα αιτήματα παλινόστησης των Ναυτικών με ευθύνη και δαπάνη των πλοιοκτητών, για όσους ναυτικούς δεν επιθυμούν να συνεχίσουν να υπηρετούν στα πλοία που διέρχονται από τις παραπάνω περιοχές».

Μήνυμα για την κατάσταση στα στενά του Ορμούζ έκανε και ο γενικός γραμματέας του Διεθνούς Ναυτιλιακού Οργανισμού (ΙΜΟ) Αραένιο Ντομίνγκεζ, υπογραμμίζοντας, μεταξύ άλλων πως «παρακολουθώ στενά την κατάσταση και προτρέπω όλες τις ναυτιλιακές εταιρείες να επιδεικνύουν τη μέγιστη προσοχή. Όπου είναι δυνατόν, τα πλοία θα πρέπει να αποφεύγουν τη διέλευση από την πληγείσα περιοχή μέχρι να βελτιωθούν οι συνθήκες».

ΜΕΣΗ ΑΝΑΤΟΛΗ: ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Το ΕΒΕΠ σε μια ανάλυση για τις επιπτώσεις από τον πόλεμο στη Μέση Ανατολή εκφράζει την εκτίμηση ότι «ενδέχεται να δημιουργήσει, στην παγκόσμια οικονομία, κλυδωνισμούς, μειώνοντας το παγκόσμιο ΑΕΠ από -0,2% έως και -1%, αυξάνοντας τον πληθωρισμό +1% και επιβραδύνοντας τις επενδύσεις προς αποφυγή ρίσκου».

«Το βασικό ζητούμενο για το μέγεθος των επιπτώσεων είναι, για άλλη μια φορά, η διάρκεια και η διασπορά της πολεμικής σύρραξης», αναφέρει.

Ειδικά, για την Ελλάδα σημειώνει, ότι «οι επιπτώσεις είναι έμμεσες και άμεσες, με τις σημαντικότερες να εστιάζονται σε πέντε βασικούς τομείς: **τη ναυτιλία, το εμπόριο, το ενεργειακό κόστος, τον τουρισμό και τη γεωπολιτική σταθερότητα της Ανατολικής Μεσογείου.**

Σύμφωνα με το Εμπορικό και Βιομηχανικό Επιμελητήριο Πειραιά:

«**Η χώρα μας ενδέχεται να θεωρηθεί «γειτονική ζώνη αστάθειας», ιδίως από επισκέπτες τρίτων χωρών, όπως οι ΗΠΑ και η Ασία, με πιθανές ακυρώσεις πακέτων κρουαζιέρων σε Ελλάδα-Τουρ-**

κία-Ισραήλ-Αίγυπτο και, μάλιστα, να επιβαρύνουν, ενόψει των διακοπών του Πάσχα, την τουριστική εικόνα μας.

«**Τις πιθανές επιπτώσεις από τη νέα σύρραξη και τη διαταραχή των εμπορευματικών ροών θα βιώσουν και πάλι τα λιμάνια της Ανατολικής Μεσογείου και ιδιαίτερα το λιμάνι του Πειραιά το οποίο έχει απωλέσει μεγάλο μέρος της εμπορευματικής κίνησής του από την κατάσταση στην Ερυθρά Θάλασσα. Η νέα σύρραξη εξανεμίζει τις ελπίδες των Μεσογειακών λιμένων για μια ειρηνική περίοδο ανάκαμψης, καθώς μεγάλες εταιρίες διακίνησης εμπορευματοκιβωτίων, διαβλέποντας την κατάσταση, θα «ανακρούσουν πρύμναν» σε σχεδιασμούς διέλευσης από το Σουέζ.**

«**Η άνοδος των τιμών πετρελαίου και φυσικού αερίου, ως απότοκο της αντίδρασης των αγορών θα επιβαρύνει άμεσα τις οδικές, ακτοπλοϊκές και αεροπορικές μεταφορές, το κόστος παραγωγής και τις τιμές ηλεκτρικής ενέργειας, ενισχύοντας τις πληθωριστικές πιέσεις, ιδίως σε τρόφιμα και ενέργεια.**

Ο πρόεδρος του ΕΒΕΠ Βασίλης Κορκίδης, σε δήλωσή του υποστήριξε, ότι «Η Ελλάδα, προς το παρόν, επηρεάζεται περισσότερο έμμεσα, και όχι άμεσα, από τις στρατιωτικές επιχειρήσεις».

«Στο απευκτέο σενάριο διάρκειας του πολέμου, όμως, οι συνθήκες θα αλλάξουν. Ο τουρισμός μας θα επηρεαστεί, αφού πρόκειται για ευαίσθητο τομέα στην αντίληψη ασφάλειας. Η ενέργεια θα είναι ο μεγαλύτερος οικονομικός αποδέκτης, λόγω της εξάρτησης από εισαγωγές. Η ναυτιλία θα δει αύξηση κόστους, από ανακατευθύνσεις και καθυστερήσεις που θα μετακυλίσει στα ναύλα, ενώ το εμπόριο και η εφοδιαστική αλυσίδα θα διαταραχθούν από τις συνθήκες ασφάλειας στις θαλάσσιες μεταφορές εμπορευμάτων μέσω Σουέζ. Ευελπιστούμε πως οι επιπτώσεις θα είναι βραχυπρόθεσμες και ευχόμαστε τις επόμενες μέρες να επικρατήσει η ειρήνη», κατέληξε ο ίδιος.

***Ο Σταύρος Μαλαγκονιάρης είναι επαγγελματίας δημοσιογράφος, εξειδικευμένος στο ναυτιλιακό ρεπορτάζ. Γεννήθηκε στην Αθήνα. Από το 1982 εργάστηκε σε πολλές εφημερίδες (Αυριανή, Ελεύθερος Τύπος, Έθνος κ.α.). Παράλληλα, έχει συνεργαστεί με ναυτιλιακά περιοδικά, όπως ο «Εφοπιστής» και το «Αργώ». Από το 2014 μέχρι σήμερα συνεργάζεται με την «Εφημερίδα των Συντακτών», γράφοντας ιστορικά θέματα.**

Πλήρη ασφαλιστικά στοιχεία

ΓΛΥΤΩΣΤΕ ΧΡΗΜΑΤΑ

Τυπώστε τις επιταγές σας σ'εμάς με σιγουριά
ΖΗΤΗΣΤΕ ΤΟΝ ΓΙΩΡΓΟ ΓΚΙΟΥΣΜΑ

Τυπώνουμε
όλα τα είδη
Επιταγές
Επιχειρήσεων
Καναδά
ΗΠΑ

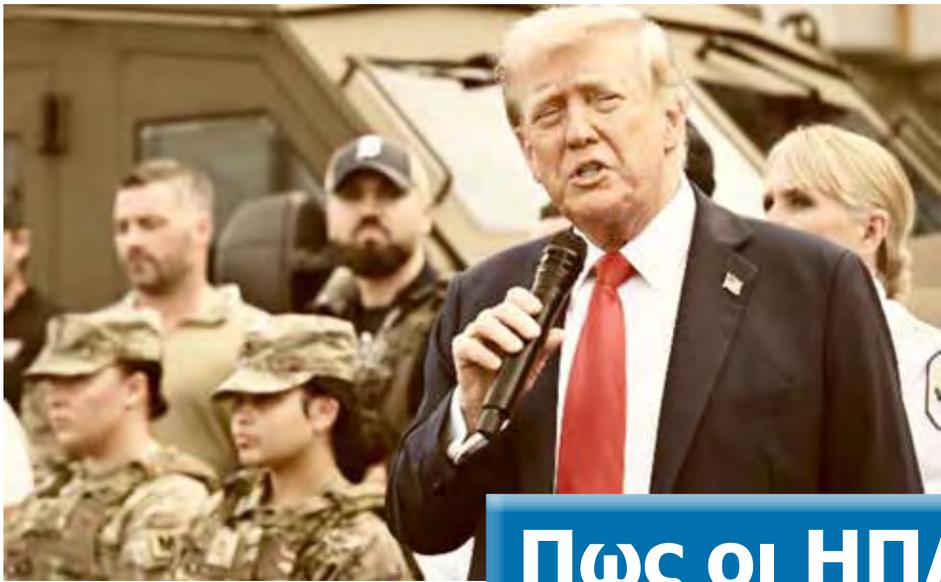
200	για	\$84
400	για	\$134
1000	για	\$204

MEDIA-TREK®

Communications - Promotions - Marketing

mediatrek.ca

450-978-0070 | info@mediatrek.ca



Πως οι ΗΠΑ μετατρέπονται από μποξέρ σε μαχητές δρόμου!

Γράφει ο Κώστας Γρίβας*
© slpress.gr

Το ουσιαστικότερο ερώτημα που τίθεται, δεν είναι απλώς αν οι ΗΠΑ επιδίωξαν να σταματήσουν το πυρηνικό πρόγραμμα του Ιράν. Είναι αν αυτό ήταν πράγματι ο κεντρικός και αποκλειστικός στόχος τους. Η επίθεση και η αποδόμηση της διπλωματίας μοιάζει ως η αρχή ενός νέου αμερικανικού δόγματος εφαρμογής στρατιωτικής ισχύος, που παραπέμπει σε street fighter.

Οι διαπραγματεύσεις βρίσκονταν σε εξέλιξη όταν εκδηλώθηκε η αμερικανική – ισραηλινή επίθεση. Δεν είχε καταστεί σαφές ότι η διπλωματική οδός είχε εξαντληθεί, ούτε ότι το Ιράν δε θα μπορούσε, υπό πίεση και ανταλλάγματα, να αποδεχθεί ένα αυστηρό καθεστώς επιτήρησης και περιορισμών. Εάν πράγματι η οριστική και αμετάκλητη παύση του πυρηνικού προγράμματος ήταν το ζητούμενο, τότε θα ανέμενε κανείς μια διαφορετική στρατηγική και όχι συμπεριφορά street fighter.

Σε ένα ευρύτερο γεωπολιτικό πλαίσιο, προκαλεί εντύπωση ότι δεν επιχειρήθηκε – τουλάχιστον εμφανώς – μια συντονισμένη στρατηγική περικύκλωσης του Ιράν από τις υπόλοιπες πυρηνικές δυνάμεις, κυρίως τη Ρωσία και την Κίνα. Συχνά υιοθετείται η απλουστευτική άποψη, ότι Μόσχα και Πεκίνο είναι σύμμαχοι της Τεχεράνης και άρα θα τη στήριζαν άνευ όρων. Μια τέτοια προσέγγιση, όμως, αγνοεί την πολυπλοκότητα των διεθνών σχέσεων και τη λογική του πυρηνικού ολιγοπωλίου.

Οι ΗΠΑ, η Ρωσία και η Κίνα συγκροτούν τον πυρήνα της παγκόσμιας πυρηνικής ιεραρχίας. Η ισχύς τους δεν είναι μόνο ποσοτική, αλλά και θεσμική – κανονιστική. Μια πυρηνικοποίηση του Ιράν θα εγκυμονούσε σοβαρό κίνδυνο πυρηνικού πληθωρισμού. Η Σαουδική Αραβία, η οποία εδώ και δεκαετίες έχει αποκτήσει από την Κίνα βαλλιστικούς πυραύλους υψηλών επιδόσεων και διατηρεί στενές σχέσεις με το Πακιστάν, θα δεχόταν ισχυρότατη πίεση να αποκτήσει πυρηνική δυνατότητα.

Η Τουρκία περιμένει εναγωνίως αυτήν την ευκαιρία, ενώ η Αίγυπτος και ενδεχομένως άλλες περιφερειακές δυνάμεις θα

επανεξέταζαν τις στρατηγικές τους επιλογές. Στην Ασία, η Ιαπωνία και η Νότια Κορέα θα μπορούσαν να κινηθούν προς ανάλογη κατεύθυνση. Ένα τέτοιο σενάριο δεν εξυπηρετεί ούτε τα μακροπρόθεσμα κινεζικά συμφέροντα, ούτε τη ρωσική στρατηγική αυτοαντίληψη ως πυρηνικής υπερδύναμης.

Ένα πληθωριστικό πυρηνικό σύστημα θα απομείωνε την αποκλειστικότητα της ισχύος τους και στην περίπτωση της Κίνας θα απομείωνε δραματικά τις ικανότητες υλοποίησης περιφερειακής ηγεμονίας. Στη δε περίπτωση της Ρωσίας, είναι πολύ πιθανό ότι θα ενεργοποιούσε σκέψεις για πυρηνικοποίηση της Ευρώπης, στερώντας τη Μόσχα από έναν αποφασιστικό παράγοντα άσκησης πιέσεων στη Δυτική Ευρώπη.

ΗΠΑ: ΑΠΟ ΜΠΟΞΕΡ STREET FIGHTER

Υπό αυτή τη λογική, θα μπορούσε να είχε διαμορφωθεί ένας άτυπος συνασπισμός των μεγάλων πυρηνικών δυνάμεων με στόχο την άσκηση συνδυασμένης πίεσης προς το Ιράν. Από τη μία θα είχαμε προσφορά εγγυήσεων ασφαλείας και οικονομικών ανταλλαγμάτων και από την άλλη, σαφείς και αξιόπιστες απειλές συνεπειών. Μια τέτοια προσέγγιση θα επέτρεπε στην Τεχεράνη να συναινέσει χωρίς να εμφανιστεί ως ηττημένη, ενώ ταυτόχρονα θα ενίσχυε τη διεθνή νομιμοποίηση ενδεχόμενης αυστηρότερης δράσης σε περίπτωση άρνησης. Ωστόσο, δε φαίνεται να επιχειρήθηκε σοβαρά μια τέτοια στρατηγική.

Το γεγονός αυτό μας επιτρέπει να υποθέσουμε, ότι η αμερικανική στόχευση ενδέχεται να υπερέβαινε το πρόβλημα του ιρανικού πυρηνικού προγράμματος καθαυτό. Ενδεχομένως βρισκόμαστε ενώπιον μιας ευρύτερης μεταβολής στη φιλο-

σοφία χρήσης της αμερικανικής στρατιωτικής ισχύος. Μιας μετάβασης από το μοντέλο της κανονιστικής ηγεμονίας – όπου η ισχύς υποτίθεται ότι ασκείται εντός πλαισίου θεσμών, πρωτοκόλλων και προβλεψιμότητας – σε ένα μοντέλο πιο απρόβλεπτης και αποδεσμευμένης ισχύος.

Η ταυτόχρονη διεξαγωγή διαπραγματεύσεων και στρατιωτικών ενεργειών, η στοχοποίηση ηγεσιών εν μέσω διπλωματικών διεργασιών και η κατεδάφιση άγραφων κανόνων, δημιουργούν την εικόνα μιας δύναμης που δεν αυτοπεριορίζεται. Από «μποξέρ» που αγωνίζεται με συγκεκριμένους κανόνες, η υπερδύναμη εμφανίζεται σαν street fighter που χρησιμοποιεί κάθε

μέσο, ακόμη και βρώμικο. Η απρόβλεπτη συμπεριφορά μπορεί πράγματι να λειτουργεί ως πολλαπλασιαστής: Αυξάνει το κόστος στρατηγικού σχεδιασμού του αντιπάλου και ενισχύει την ψυχολογική πίεση.

Ωστόσο, αυτή η στρατηγική έχει σοβαρές παρενέργειες. Η ισχύς των ΗΠΑ δε βασίστηκε ιστορικά μόνο στη στρατιωτική τους υπεροχή, αλλά και στην αξιοπιστία τους ως πωλύνα ενός διεθνούς κανονιστικού πλαισίου. Η αποδόμηση της διπλωματικής παράδοσης – εν προκειμένω της αρχής ότι δεν πλήττουμε τον αντίπαλο ενώ διαπραγματευόμαστε μαζί του – διαβρώνει την εμπιστοσύνη. Σε ένα πυρηνικό περιβάλλον, η εμπιστοσύνη δεν είναι ηθική κατηγορία, είναι μηχανισμός σταθερότητας.

Ο ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΤΗΣ ΑΠΡΟΒΛΕΠΤΗΣ ΙΣΧΥΟΣ

Η εμπειρία της επίθεσης στο καθεστώς Καντάφι στη Λιβύη στο παρελθόν, λειτούργησε ήδη ως αρνητικό προηγούμενο. Η Λιβύη είχε εγκαταλείψει το πρόγραμμα όπλων μαζικής καταστροφής για να επανενταχθεί στη διεθνή κοινότητα, αλλά κατέρρευσε έπειτα από δυτική στρατιωτική επέμβαση.

Αντιθέτως, η Βόρεια Κορέα, έχοντας αποκτήσει πυρηνικά όπλα, απέφυγε παρόμοια μοίρα. Το μήνυμα που εισέπραξαν πολλοί διεθνείς δρώντες, μεταξύ των οποίων και το Ιράν, ήταν σαφές: Η πυρηνική αποτροπή αποτελεί εγγύηση επιβίωσης. Είτε αυτή η ανάγνωση είναι πλήρως ακριβής είτε όχι, η αντίληψη έχει στρατηγικό βάρος.

Η αξιοπιστία στις διεθνείς σχέσεις έχει δύο όψεις. Είναι η αξιοπιστία της απειλής και η αξιοπιστία της δέσμευσης. Όταν ενισχύεται υπέρμετρα η πρώτη, η δεύτερη μπορεί να υπονομευθεί.

Εάν οι δρώντες στο διεθνές σύστημα καταλήξουν στο συμπέρασμα ότι οι κανόνες μπορούν να ανασταλούν κατά το δοκούν, τότε κάθε διαπραγμάτευση καθίσταται παιχνίδι παγίδευσης. Σε έναν κόσμο με πυρηνικά όπλα, η αυξημένη καχυποψία συνεπάγεται μικρότερα περιθώρια απόφασης και υψηλότερο κίνδυνο παρερμηνείας.

Το πρόβλημα, συνεπώς, δεν είναι μόνο ιρανικό. Είναι συστημικό. Αν η διεθνής τάξη μεταβεί από κανονιστική ηγεμονία σε καθεστώς απρόβλεπτης ισχύος, τότε αυξάνεται η ρευστότητα και μαζί της αυξάνεται και η επικινδυνότητα. Οι κανόνες δεν είναι απλώς ρομαντικά κατάλοιπα

ενός παρελθόντος, είναι εργαλεία διαχείρισης κινδύνου. Ακόμη και οι ισχυροί έχουν συμφέρον να λειτουργούν εντός προβλέψιμου πλαισίου.

Το κρίσιμο ερώτημα είναι, αν η σημερινή στάση των ΗΠΑ συνιστά παροδική τακτική αναπροσαρμογή ή βαθύτερη μεταβολή στρατηγικής κουλτούρας.

Εάν πρόκειται για το δεύτερο, τότε εισερχόμαστε σε περίοδο αυξημένης αστάθειας. Η απελευθέρωση από τους κανόνες μπορεί να προσφέρει βραχυπρόθεσμα πλεονεκτήματα, αλλά μακροπρόθεσμα ενδέχεται να διαβρώσει το ίδιο το θεμέλιο της αμερικανικής ηγεμονίας.

Σε έναν κόσμο όπου τα πυρηνικά όπλα συνυπάρχουν με τη διάβρωση των πρωτοκόλλων, η ανάγκη επαναβεβαίωσης κανόνων δεν αποτελεί ηθική πολυτέλεια, αλλά στρατηγική αναγκαιότητα.

Το ζητούμενο δεν είναι απλώς να αποτραπεί η απόκτηση πυρηνικών όπλων από το Ιράν, αλλά να διατηρηθεί μια διεθνής τάξη, όπου η ισχύς συνυπάρχει με την προβλεψιμότητα.

Διότι όταν το παιχνίδι της ισχύος παύει να διέπεται από κανόνες, το ρίσκο δεν κατανέμεται ισομερώς, διαχέεται ανεξέλεγκτα. Και σε ένα πυρηνικό σύστημα, η ανεξέλεγκτη διάχυση ρίσκου είναι το πιο επικίνδυνο σενάριο από όλα.

*Ο Κωνσταντίνος Γρίβας είναι καθηγητής Γεωπολιτικής και Σύγχρονων Στρατιωτικών Τεχνολογιών, διευθυντής του Τομέα Θεωρίας και Ανάλυσης Πολέμου στην Στρατιωτική Σχολή Ευελπίδων. Διδάσκει επίσης Γεωγραφία της Ασφάλειας στην ευρύτερη Μέση Ανατολή στο Τμήμα Τουρκικών και Σύγχρονων Ασιατικών Σπουδών του Πανεπιστημίου Αθηνών.

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

www.panierdufermier.ca | panierdufermier@gmail.com

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

@panierdufermier

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

Ντέμι Μουρ: Το τολμηρό καρέ του Δημήτρη Γιαννέτου και το leather look στο σόου του οίκου Gucci

Η 63χρονη Ντέμι Μουρ (Demi Moore) έκανε την έκπληξη στην Εβδομάδα Μόδας του Μιλάνου, υιοθετώντας ένα τολμηρό νέο χτένισμα. Αποχωρίστηκε τα μακριά, σκούρα μαλλιά που είχε για χρόνια, επιλέγοντας ένα μοντέρνο wet look καρέ.

Σύμφωνα με το People, η σtar του «Substance» έκλεψε τις εντυπώσεις στην επίδειξη μόδας του οίκου Gucci για τη σεζόν Φθινόπωρο/Χειμώνας 2026, που πραγματοποιήθηκε στο Palazzo Delle Scintille.

Η νέα της εμφάνιση (φωτ.) φέρει την υπογραφή του διάσημου Έλληνα hairstylist Δημήτρη Γιαννέτου, ο οποίος μοιράστηκε στιγμιότυπα στον προσωπικό του λογαριασμό στο Instagram, συστήνοντας το νέο look ως «Demi-tris BoB».

«Ήθελα να δώσω στην Ντέμι μια ιδιαίτερα δυναμική και πρωτοποριακή εμφάνιση για το σόου του [καλλιτεχνικού διευθυντή της Gucci] Demna. Είναι εμπνευσμένη από τις γραμμές της νέας συλλογής», δήλωσε ο αγαπημένος κομμωτής της ηθοποιού.

«Θεώρησα ότι ένα εντυπωσιακό, κοντό καρέ πάνω από τους ώμους, με αυτή την πολύ λεία, wet υφή, θα συμπλήρωνε ιδανικά το σύνολό της. Είναι μια μεγάλη αλλαγή για την Ντέμι, δεν την έχουμε δει ποτέ ξανά έτσι», συνέχισε ο Δημήτρης Γιαννέτος.

Justin Trudeau: Η συζήτηση με το γιο του για την Katy Perry

Σοβαρεύει όλο και περισσότερο η σχέση του πρώην πρωθυπουργού με την τραγουδίστρια

Για τη σχέση του πατέρα του, Τζάστιν Τρουντό, με την Κέιτι Πέρι, μίλησε δημόσια ο 18χρονος γιος του, Ξαβιέ Τρουντό, δίνοντας μια σπάνια εικόνα από την προσωπική τους καθημερινότητα.

Η μεταξύ τους επικοινωνία: Ο νεαρός, ο οποίος φιλοδοξεί να ακολουθήσει καριέρα στη μουσική βιομηχανία ως ράπερ, αναφέρθηκε στην ποπ σtar κατά τη διάρκεια εμφάνισής του στη διαδικτυακή εκπομπή του G Hobs.

Όπως αποκάλυψε, έχει ήδη γνωρίσει τη σύντροφο του πατέρα του, επιβεβαιώνοντας εμμέσως ότι η σχέση του πρώην πρωθυπουργού του Καναδά με τη διεθνούς φήμης τραγουδίστρια, εξελίσσεται σοβαρά.

«Είναι κουλ. Είναι καλή», ανέφερε χαρακτηριστικά για την Κέιτι Πέρι, τονίζοντας ότι έχουν περάσει χρόνο

μαζί. Μάλιστα, όπως είπε, η μεταξύ τους επικοινωνία δεν περιορίστηκε σε τυπικές συζητήσεις, αλλά επεκάθηκε σε ένα κοινό τους πάθος: τη μουσική. «Έχουμε μιλήσει για ώρες», δήλωσε, διευκρινίζοντας πως η κουβέντα τους επικεντρώθηκε κυρίως στη δική του καλλιτεχνική πορεία. «Μιλήσαμε για τη μουσική μου. Μου έδωσε συμβουλές και μου πρότεινε τα επόμενα βήματα και διάφορα τέτοια πράγματα», αποκάλυψε, δείχνοντας πως η σtar στάθηκε υποστηρικτικά στις φιλοδοξίες του.

Σε ερώτηση σχετικά με το πρόσφατο ταξίδι της τραγουδίστριας στο διάστημα με αποστολή της Blue Origin, ο 18χρονος απάντησε με χιούμορ: «Δε μιλήσαμε γι' αυτό. Πήγε στο φεγγάρι;».

Οι φήμες για το ειδύλλιο ανάμεσα στην Κέιτι Πέρι και τον Τζάστιν Τρου-



ντό ξεκίνησαν περίπου επτά μήνες πριν, λίγο μετά το χωρισμό της τραγουδίστριας από τον επί χρόνια σύντροφό της, Ορλάντο Μπλουμ, με τον οποίο έχει αποκτήσει μία κόρη. Από την πλευρά του, ο πρώην πρωθυπουργός του Καναδά είχε ανακοινώσει το χωρισμό του το 2023, από την επί 18 χρόνια σύζυγό του, Σοφί Γκρεγκουάρ, με την οποία απέκτησε τρία παιδιά.

Αν και αρχικά το ζευγάρι Trudeau-Perry επιχείρησε να κρατήσει τη σχέση του μακριά από τα φώτα της δημοσιότητας, οι πρώτες φωτογραφίες από ρομαντικό δείπνο πυροδότησαν τα σενάρια. Η επιβεβαίωση ήρθε τελικά με κοινή δημόσια εμφάνιση στα γενέθλια της τραγουδίστριας, βάζοντας τέλος στις εικασίες.

© ETHNOS.GR



Η Σοφία Βεργκάρρα ποζάρει τόπλες στα 53 της και είναι πιο σέξι από ποτέ

Η Κολομβιανή ηθοποιός εντυπωσίασε γι' ακόμα μία φορά, επιλέγοντας να κάνει ηλιοθεραπεία

Η Σοφία Βεργκάρρα απολαμβάνει τον ήλιο του Μαϊάμι και δε διστάζει να το μοιραστεί με τους εκατομμύρια followers της.

Η 53χρονη σtar εντυπωσίασε για ακόμη μία φορά, επιλέγοντας να κάνει ηλιοθεραπεία χωρίς το πάνω μέρος του μπικίνι της, φορώντας μόνο ένα αποκαλυπτικό G-string κάτω μέρος.

Οι φωτογραφίες, που ανέβασε στα Instagram Stories της (και στη συνέχεια κατέβηκαν), προκάλεσαν αίσθηση, καθώς η ηθοποιός πόζαρε μπρούμυτα σε ξαπλώστρα, αναδεικνύοντας τη σιλουέτα της. Σε δεύτερο στιγμιότυπο, απαθανάτισε το σώμα της μέσα από αντανάκλαση σε τζάμι, φορώντας μόνο τα γυαλιά ηλίου της.

ΤΟΠΛΕΣ ΧΑΛΑΡΩΣΗ ΚΑΙ THROWBACK ΜΠΙΚΙΝΙ

Λίγες ώρες πριν, η πρωταγωνίστρια της σειράς Modern Family είχε προϋδεάσει για το ταξίδι της στο Μαϊάμι, δημοσιεύοντας throwback φωτογραφίες με αποκαλυπτικά μαγιό.

Σε μία από αυτές, εμφανίστηκε τόπλες, φορώντας μόνο ένα λευκό πλεκτό thong bikini bottom, ποζάροντας με την πλάτη στο φακό. Σε άλλη εικόνα, επέλεξε ένα μπλε, διακοσμημένο με στρας σέτ μπικίνι.



ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΕΣ ΒΡΑΔΙΕΣ ΣΤΟ ΜΑΪΑΜΙ

Η απόδραση δεν περιορίστηκε στις ηλιόλουστες στιγμές στην παραλία. Η Βεργκάρρα μοιράστηκε επίσης στιγμιότυπα από οικογενειακό δείπνο στο δημοφιλές εστιατόριο Pari Steak. Σε μία από τις φωτογραφίες, πόζαρε με κόκκινο δαντελένιο μαχι φόρεμα, αναδεικνύοντας τη θηλυκή της πλευρά. Ακολούθησε βίντεο – που τράβηξε η ανιψιά της Claudia Vergara – στο οποίο η ηθοποιός χορεύει με τη μητέρα της, Margarita, πάνω στο τραπέζι του δείπνου. Σε ανάρτησή της με οικογενειακό πορτρέτο έγραψε: «Miami nights ❤️ con la family. Puro perreo», δηλαδή «Βραδιές στο Μαϊάμι με την οικογένεια», αναφερόμενη στον αισθησιακό χορό που συνδέεται με τη reggaeton μουσική.

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



ΑΛΕΚΑ & ΜΑΓΔΑΛΩ
ΚΟΥΣ-ΚΟΥΣ
 Του Γιώργου Στυλ. Γκιούσμα

ΚΑΛΕ; ΔΕΝ ΤΑΜΑΘΕΣ;

Η παροιμία μας, όπως κάθε γειτονιά, έχει τις δικές της κουτσομπολιές... Στις μέρες μας, χάρις στα κοινωνικά δίκτυα, τα κουτσομπολιά, και οι συκοφαντίες είναι πολύ της «μόδας». Οι «Αλέκα και Μαγδάλω» πρωτοεμφανίστηκαν στην παροιμία μας αρχές του '69 στο περιοδικό «ΝΕΑ ΕΛΛΑΣ», όπου Αρχισυντάκτης ήταν ο Στυλιανός Γκιούσμας, που πίστευε ότι το γέλιο κάνει καλό στη ζωή. Συνέχισαν τα «κουτσομπολιά» τους το 1971, στη μηνιαία εφημερίδα του «Ελληνοκαναδική ΔΡΑΣΗ». Επανήρθαν στα ΕΛΛΗΝΟΚΑΝΑΔΙΚΑ ΝΕΑ το 2017, για να σχολιάσουν ωμά τα πάντα και τους πάντες. Τώρα δεν είναι οι νεοφερμένες κοπέλες του '70. Είναι παντρεμένες με παιδιά. Μία επίσης – η Μαγδάλω – είναι και γιαγιά! Απολαύστε τες λοιπόν.

Κάθε παρομοίωση με υπαρκτά ή ανύπαρκτα πρόσωπα και ονόματα είναι απλώς συμπωματική, και δε φέρνει καμία ευθύνη η διεύθυνση της εφημερίδας και οι συνεργάτες της.

Μ-Καλημέρα Αλέκα, πως είσαι;
 Α-Εξαγριωμένη με τον δικό σου!
 Μ-Τι σου έκανε ο Αγαμέμνων μου και δεν το ξέρω;
 Α-Όχι ο δικός σου... δικός σου, ο άλλος ο δικός σου ο... Τραμπ.
 Μ- Α... αυτός. Πες το χριστιανή μου και με κοψοχόλιασε.
 Α-Νομίζω ότι βιάστηκε να επιτεθεί στο Ιράν. Εκτός αν τον κρατούν στο χέρι το Ισραήλ.
 Μ-Αυτό δεν το ξέρω. Αλλά για μένα καλά έπραξε.
 Α-Δεν αντέχω άλλο να βλέπω τις εικόνες... Για μένα η επίθεση στο Ιράν έχει ανοίξει τον ασκό του Αιόλου. Τέτοιες ενέργειες, για μένα, μόνο κλιμάκωση και αίμα φέρνουν.
 Μ-Το καταλαβαίνω πως σε σοκάρει, Αλέκα. Αλλά οι επιθέσεις ήταν αναγκαίες, για να αποτραπεί κάθε δυνατότητα πυραυλικών εξοπλισμών με πυρηνικές κεφαλές, που θα απειλούσαν τις ΗΠΑ και το Ισραήλ.
 Α-Μα, αυτό είναι το πρόβλημα! Ήδη απαντάνε με πυραύλους σε Ισραήλ, αμερικανικές βάσεις και χώρες του Κόλπου. Το πράγμα έχει απλωθεί σε Λίβανο, Ιράκ, ακόμα και στην Κύπρο. Πού θα σταματήσει αυτό;
 Μ-Σίγουρα είναι επικίνδυνο. Αλλά — και θα το πω ωμά — αν δεν αντιμετωπιστεί μια απειλή έγκαιρα, ίσως γίνει μεγαλύτερη.
 Α-Μην ξεχνάς, τα ίδια παραμύθια μας έλεγαν για τα όπλα του Σαντάμ που τότε δεν υλοποιήθηκαν. Γι αυτό αμφιβάλω και πάλι ότι μας φουρνάρουν παραμύθια. Έπειτα, πόσος άμαχος πληθυσμός πάλι θα πληρώσει με τη ζωή του; Άδικο δεν ήταν ο θάνατος 170 και μαθητριών από λάθος εντοπισμό;
 Μ-Ναι, ήταν τραγωδία. Αλλά φταίει ο λάθος εντοπισμός του συστήματος τεχνητής νοημοσύνης, που εντόπισε το σχολείο ως στρατιωτικό χώρο.
 Α-Κατάλαβα... σε λίγο η ταινία Ο ΕΞΟΛΟΘΡΕΥΤΗΣ θα γίνει πραγματικότητα.
 Μ-Λες;
 Α-Στα σίγουρα.
 Μ-Εγώ πάντως βλέπω άλλη συνέπεια, πιο άμεση την αύξηση των τιμών ενέργειας στο Θεό. Το πετρέλαιο ανέβηκε πάνω από 4-5% μέσα σε μία μέρα, και μιλάνε για πιθανότητα να ξεπεράσει και τα 100 δολάρια το βαρέλι αν συνεχιστεί. Και το φυσικό αέριο επίσης έκανε άλμα.
 Α-Όλα αυτά πάνε στις τσέπες μας.
 Μ-Ε, αυτό είναι αλήθεια... Η κατάσταση στα Στενά του Ορμούζ είναι «ναυτικό μπουτιλιάρισμα». Έως και 150 πλοία είχαν σταματήσει γιατί φοβούνται επιθέσεις.
 Α-Βλέπεις; Ενώ λένε πως η επίθεση ήταν για «ασφάλεια», τελικά όλοι νιώ-

θουν πιο ανασφαλείς — και οικονομικά και γεωπολιτικά. Επίσης οι κεντρικές τράπεζες ήδη φοβούνται νέο κύμα πληθωρισμού, λόγω των ενεργειακών ανατιμήσεων. Ποιος θα πληρώσει το λογαριασμό; Εμείς!
 Μ-Ναι, το άκουσα κι εγώ.
 Α-Άρα... τελικά συμφωνούμε ότι όλο αυτό μόνο κακό κάνει. Εγώ λέω πως η λύση δεν είναι οι επιθέσεις — οι πόλεμοι δεν έλυσαν ποτέ τίποτα.
 Μ-Και εγώ λέω, πως μερικές φορές η αποφυγή μιας μεγαλύτερης σύγκρουσης μπορεί να περνάει μέσα από σκληρές αποφάσεις. Δε σημαίνει ότι μου αρέσει...
 Α-Η «μεγάλη εικόνα», Μάγδα μου, έχει γίνει λογαριασμός της Hydro που δεν ανοίγεται εύκολα.
 Μ-Χα, χα, αυτό δεν μπορώ να το αντικρούσω! Και οι δύο τελικά στο ίδιο ράφι του super market θα κλαίμε...
 Α-Με όλα αυτά στη Μέση Ανατολή, νιώθω ότι το πορτοφόλι μου θα κάνει... αποστολή αυτοκτονίας.
 Μ-Να δεις που το ρεζερβουάρ στο αυτοκίνητο θα γίνει πλέον είδος πολυτελείας!
 Α-Φαίνεται γι αυτό ο κόσμος αγοράζει περισσότερα ηλεκτρικά αυτοκίνητα.
 Μ-Και καλά κάνει.
 Α-Να ξέρεις, ότι αυτός ο πόλεμος θα χτυπήσει όλο το διεθνές εμπόριο. Το φρακάρισμα στα Στενά του Ορμούζ σημαίνει καθυστερήσεις, ακριβότερες μεταφορές, και φυσικά... άλλες αυξήσεις στις τιμές προϊόντων. Με λίγα λόγια, θα πληρώνουμε και αέρα, όχι μόνο πετρέλαιο.
 Α- Δηλαδή, ντόμινο πόλεμος φέρνει ακριβή ενέργεια, ακριβή μεταφορά, ακριβό παντοπωλείο, ακριβότερο στεγαστικό, κλπ.
 Μ-Και όπως πάντα, τα νοικοκυριά με χαμηλότερα εισοδήματα θα... φάνε τη μεγάλη σφαλιάρα.
 Α-Ναι, δυστυχώς...
 Μ-Πάντως, απ' ό,τι λένε, οι οικονομολόγοι ακόμη ελπίζουν ότι μπορεί να μην κρατήσει πολύ αυτή η αναστάτωση. Κάποιοι λένε πως οι αγορές έχουν αντιδράσει μεν, αλλά όχι πανικόβλητα, γιατί θεωρούν ίσως το σοκ προσωρινό.
 Α-Μακάρι, γιατί το πορτοφόλι μου ήδη σκέφτεται... μετανάστευση.
 Μ-Καλέ, και το δικό μου. Εγώ κι αυτό, σε λίγες μέρες, θα πάμε να ζητήσουμε διεθνή προστασία.
 Α-Από πού;
 Μ-Μάλλον άσυλο για να παίρνω και το παραδάκι, όπως όλοι αυτοί που ήρθαν παράνομα στον Καναδά.
 Α-Λοιπόν, ας ευχηθούμε να τελειώσει σύντομα ο πόλεμος.
 Μ-Και να δούμε καλύτερες μέρες. Τα λέμε...

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

35 YEARS

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**

www.sdxtermination.com

VASILIOS
 GREEK DJ | PRODUCER

DJ SERVICES
514 743-8799

ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΑΣ
 FOR ALL YOUR PRIVATE EVENTS

SOCCER MLS
Νέα συντριβή
για το Μόντρεαλ

Πέντε ομάδες (4 στη Δύση και 1 στην Ανατολή) διπλασίασαν τις νίκες τους στη 2η αγωνιστική, ενώ στην Περιφέρεια της Ανατολής 6 ομάδες δεν έχουν ακόμα βαθμό, με το Μόντρεαλ να γνωρίζει 2η συνεχόμενη συντριβή, από το Σικάγο αυτή τη φορά με 3-0!

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

ΣΑΒΒΑΤΟ 28 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2026

CHICAGO-MONTREAL 3-0
NY RED BULLS-NEW ENGLAND 1-0
COLORADO-PORTLAND 2-0
MINNESOTA-FC CINCINNATI 1-0
SALT LAKE-SEATTLE 2-1
SAN JOSE-ATLANTA 2-0
FC DALLAS-NASHVILLE SC 0-0
HOUSTON-LOS ANGELES FC 0-2
KANSAS CITY-COLUMBUS 2-2
VANCOUVER-TORONTO 3-0
LA GALAXY-CHARLOTTE 3-0

ΚΥΡΙΑΚΗ 1 ΜΑΡΤΙΟΥ 2026

PHILADELPHIA-NEW YORK 1-2
ORLANDO-INTER MIAMI 2-4
SAN DIEGO FC-ST. LOUIS CITY 2-0

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

(σε 2 αγώνες)

ΔΥΤΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ

01]	SAN DIEGO FC	6 (7-0)
02]	SAN JOSE	6 (5-0)
03]	LAFC	6 (5-0)
04]	VANCOUVER	6 (4-0)
05]	LA GALAXY	4 (4-1)
06]	FC DALLAS	4 (3-2)
07]	MINNESOTA	4 (3-2)
08]	AUSTIN FC	4 (3-2)
09]	SEATTLE SOUNDERS	3 (3-2)
10]	REAL SALT LAKE	3 (2-2)
11]	COLORADO RAPIDS	3 (2-2)
12]	PORTLAND TIMBERS	3 (3-4)
13]	HOUSTON DYNAMO	3 (2-3)
14]	ST. LOUIS CITY	1 (1-3)
15]	KANSAS CITY	1 (2-5)

ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ

01]	NY RED BULLS	6 (3-1)
02]	NASHVILLE SC	4 (4-1)
03]	NEW YORK CITY	4 (3-2)
04]	CHICAGO FIRE	3 (4-2)
05]	FC CINCINNATI	3 (2-1)
06]	DC UNITED	3 (1-1)
07]	INTER MIAMI	3 (4-5)
08]	COLUMBUS CREW	1 (4-5)
09]	CHARLOTTE	1 (1-4)
10]	PHILADELPHIA UNION	0 (1-3)
11]	ORLANDO CITY	0 (3-6)
12]	TORONTO FC	0 (2-6)
13]	NEW ENGLAND	0 (1-5)
14]	ATLANTA UTD	0 (0-4)
15]	CF MONTREAL	0 (0-8)

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΣΑΒΒΑΤΟ 7 ΜΑΡΤΙΟΥ 2026

02:30PM NEW ENGLAND-HOUSTON
02:30PM NEW YORK CITY-ORLANDO
04:30PM DC UNITED-INTER MIAMI
07:30PM ATLANTA-SALT LAKE
07:30PM CHARLOTTE-AUSTIN FC
07:30PM COLUMBUS-CHICAGO
07:30PM PHILADELPHIA-SAN JOSE
08:30PM NASHVILLE-MINNESOTA
08:30PM KANSAS CITY-SAN DIEGO
08:30PM ST. LOUIS CITY-SEATTLE
09:30PM COLORADO-LA GALAXY
10:30PM LAFC-FC DALLAS
10:30PM PORTLAND-VANCOUVER

ΚΥΡΙΑΚΗ 8 ΜΑΡΤΙΟΥ 2026

04:30PM NY RED BULLS-CF MONTREAL
07:00PM FC CINCINNATI-TORONTO FC

Έντονος προβληματισμός
στη FIFA

Από την κλιμάκωση στη Μέση Ανατολή και τη συμμετοχή του Ιράν στο Μουντιάλ 2026



Τρεις μήνες πριν από την έναρξη του Παγκοσμίου Κυπέλλου του 2026, η στρατιωτική κλιμάκωση μεταξύ Ιράν, Ηνωμένων Πολιτειών και Ισραήλ έχει προκαλέσει έντονο προβληματισμό στη FIFA, δεδομένου ότι η συμμετοχή της εθνικής Ιράν στην κορυφαία διοργάνωση της υψηλίου αποτελεί πλέον ένα σημαντικό γεωπολιτικό αίνιγμα για το παγκόσμιο ποδόσφαιρο.

Εν μέσω των προετοιμασιών για το Παγκόσμιο Κύπελλο του 2026, η FIFA βρίσκεται παγιδευμένη σε μια γεωπολιτική καταιγίδα σπάνιας έντασης. Από τις 28 Δεκεμβρίου 2025, το Ιράν έχει συγκλονιστεί από μια πανεθνική εξέγερση, που πυροδοτήθηκε από την κατάρρευση του νομισματός του και μια βαθιά κοινωνική κρίση. Η καταστολή ήταν πρωτοφανώς βίαιη στις αρχές του τρέχοντος έτους, με περισσότερους από 3.000 θανάτους να έχουν καταγραφεί, σύμφωνα με στοιχεία που δημοσίευσαν οι ίδιες οι ιρανικές αρχές, και σύμφωνα με δυτικές πηγές του ΟΗΕ, πιθανόν πολύ περισσότερους, φτάνοντας έως και τα 30.000 θύματα σε λίγες μόνο ημέρες. Πλήρης διακοπή του διαδικτύου από τις 8 Ιανουαρίου, μαζικές συλλήψεις και πραγματικά πυρά. Η χώρα, της οποίας η εθνική ομάδα έχει προκριθεί στο Παγκόσμιο Κύπελλο, βιώνει μια από τις πιο σκοτεινές περιόδους της πρόσφατης ιστορίας της. Και αυτό που, μόλις πριν από λίγους μήνες, ήταν ένα απλό διπλωματικό αίνιγμα, έγινε, το Φεβρουάριο, μια ανοιχτή διεθνής κρίση.

Στις 28 Φεβρουαρίου 2026, αμερικανικές και ισραηλινές αεροπορικές επιδρομές στην Τεχεράνη και στις πόλεις Ισπαχάν, Καράτζ, Κομ, Ταμπρίζ, Σιράζ, Μπουσέρ, Κερμανσάχ και Ιλάμ, ακολουθούμενες από ιρανικές βαλλιστικές επιθέσεις με πυραύλους στο Κατάρ, στο Μπαχρέν, στα Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα, στο Ιράκ, στο Κουβέιτ και στο Ισραήλ, βύθισαν την περιοχή σε άμεση σύγκρουση.

Η επιχείρηση «Επική Οργή», την οποία ανέλαβε ο Ντόναλντ Τραμπ μαζί με τον Μπενιαμίν Νετανιάχου, στόχευσε επίσημα τις ιρανικές στρατιωτικές δυνατότητες. Λίγες ώρες αργότερα, ο Αμερικανός πρόεδρος ανακοίνωσε ότι ο Ανώτατος Ηγέτης Αλί Χαμενεϊ, μαζί με αρκετούς υψηλόβαθμους αξιωματούχους, διπλωμάτες και στρατηγούς, είχαν σκοτωθεί. Αυτή η πληροφορία αρχικά διαψεύστηκε από την Τεχεράνη, αλλά στη συνέχεια επιβεβαιώθηκε από τα ιρανικά κρατικά μέσα ενημέρωσης αργά το ίδιο βράδυ. Μια «ημέρα πένθους», όπως την περιέγραψαν, που έχει ήδη σημαντικές επιπτώσεις στην περιοχή. Με την εξαφάνιση του νευραλγικού κέντρου του καθεστώτος να επιβεβαιώνεται πλέον,

ολόκληρος ο ιρανικός κρατικός μηχανισμός εισέρχεται σε μια περίοδο αβεβαιότητας, που χαρακτηρίζεται από μια αδιαφανή διαδοχή, τον κίνδυνο εσωτερικού κατακερματισμού και μια στρατιωτική καταστολή. Σε αυτό το πλαίσιο, το να φαντασθεί κανείς την ιρανική εθνική ομάδα να παίζει στα γήπεδα του Λος Άντζελες ή του Σιάτλ σε τρεις μήνες, μοιάζει σχεδόν με φαντασίωση.

Και αυτό, επειδή πρόκειται για την καρδιά του προβλήματος, δεδομένου ότι 78 από τους 104 αγώνες του Παγκοσμίου Κυπέλλου του 2026 θα διεξαχθούν στις Ηνωμένες Πολιτείες. Ωστόσο, το Ιράν παραμένει στον κατάλογο των χωρών που υπόκεινται σε αυστηρούς περιορισμούς εισόδου των ΗΠΑ. Ακόμη και σε «κανονικές» εποχές, η απόκτηση βίζας για τους Ιρανοί πολίτες είναι μια... δοκιμασία. Φήμες είχαν ήδη κυκλοφορήσει πριν από μερικούς μήνες, υπονοώντας ένα πιθανό μπλοκ από την ιρανική αντιπροσωπεία της κλήρωσης των ομίλων. Εν μέσω ανοιχτού πολέμου, με έναν Αμερικανό πρόεδρο να ζητά δημόσια «εξέγερση» του ιρανικού λαού και να ανακοινώνει άμεσα την επιστροφή του Ρεζά Παχλαβί, του μεγαλύτερου γιου του Μοχάμεντ Ρεζά Παχλαβί, του τελευταίου Σάχη του Ιράν που εκθρονίστηκε από την Ισλαμική Επανάσταση το 1979, το ερώτημα ξεπερνά την απλή διοίκηση: πώς να εγγυηθούμε την ασφάλεια μιας ιρανικής εθνικής ομάδας σε αμερικανικό έδαφος; Πώς να διαχειριστούμε τους κινδύνους διαδηλώσεων, διπλωματικών εντάσεων ή ακόμη και επεισοδίων;

Η FIFPRO* έχει ήδη εκφράσει την ανησυχία της για την κράτηση του παίκτη Αμρχουσεϊν Γκαντερζαντέχ στο Ιράν, ένα σημάδι ότι η κρίση επηρεάζει άμεσα τον κόσμο του ποδοσφαίρου. Οι ίδιοι οι παίκτες βρίσκονται σε μια διαμάχη μεταξύ πατριωτισμού, φόβου και αβεβαιότητας, όπως ο επιθετικός του Ολυμπιακού Μεχχίντ Ταρμέι, του οποίου η συμμετοχή στο Παγκόσμιο Κύπελλο απειλείται, επειδή ολοκλήρωσε την υποχρεωτική στρατιωτική του θητεία στο Ιράν πριν από λίγα χρόνια. Υπενθυμίζεται ότι, σύμφωνα με την τελευταία απογραφή, σχεδόν ένα εκατομμύριο Ιρανοί ζουν στις Ηνωμένες Πολιτείες, γεγονός που τους καθιστά τη μεγαλύτερη κοινότητα στον κόσμο εκτός Ιράν.

Στο γήπεδο, το Ιράν κέρδισε τη θέση του στη μεγάλη ποδοσφαιρική γιορτή και πλέον έχει κληρωθεί ν' αντιμετωπίσει το Βέλγιο, την Αίγυπτο και τη Νέα Ζηλανδία, σε τρεις αναμετρήσεις που θα διεξαχθούν στις ΗΠΑ.

*Η FIFPRO (Fédération Internationale des Associations de Footballeurs Professionnels) είναι η παγκόσμια αντιπροσωπευτική οργάνωση για πάνω από 70.000 επαγγελματίες ποδοσφαιριστές. Με έδρα την Ολλανδία και 58+ εθνικές ενώσεις-μέλη, προασπίζει τα εργασιακά δικαιώματά, την υγεία, την ασφάλεια και την καριέρα των παικτών παγκοσμίως, παρέχοντας νομική υποστήριξη και διεκδικώντας καλύτερες συνθήκες εργασίας.

ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΙΑΚΟΠΙΑΝΝΗΣ / © ΑΠΕ-ΜΠΕ

ΣΟΥΠΕΡ ΛΙΓΚ 2
Στη SL1 Ηρακλής
και Καλαμάτα!

Στη Σούπερ Λιγκ 1 θα αγωνίζονται τη νέα περίοδο Ηρακλής και Καλαμάτα, ανεξάρτητα των αποτελεσμάτων των αγωνιστικών που υπολείπονται, μετά το διπλό του Ηρακλή στην Καρδίτσα και την «γκέλα» του Πανιώνιου από τον Ολυμπιακό Β'!

Αναλυτικά τα αποτελέσματα της 3ης αγωνιστικής, η βαθμολογία και το πρόγραμμα έχουν ως εξής:

3η αγωνιστική
Α' ΟΜΙΛΟΣ (ΒΟΡΡΑΣ)

PLAY OFF

ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΚΑΡΔ.-ΗΡΑΚΛΗΣ 0-1
ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ. Β'-ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ 1-1

PLAY OUT

ΚΑΜΠΑΝΙΑΚΟΣ-ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ 1-2
ΝΕΣΤΟΣ ΧΡΥΣ.-ΠΑΟΚ Β' 1-0
ΚΑΒΑΛΑ-ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ 3-0

Β' ΟΜΙΛΟΣ (ΝΟΤΟΣ)

PLAY OFF

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ Β'-ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ 2-1
ΚΑΛΑΜΑΤΑ-ΜΑΡΚΟ 2-0

PLAY OUT

ΧΑΝΙΑ-ΑΙΓΑΛΕΩ 0-0
ΠΑΝΑΡΓΕΙΑΚΟΣ-ΚΑΛΛΙΘΕΑ 0-1
ΕΛΛΑΣ ΣΥΡΟΥ-ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ 1-1

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΠΛΕΪ-ΟΦ
(σε 3 αγώνες)

ΓΚΡΟΥΠ ΠΡΟΒΙΒΑΣΜΟΥ
Α' ΟΜΙΛΟΣ (ΒΟΡΡΑΣ)

ΗΡΑΚΛΗΣ	31 (4-0)
ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ	22 (1-2)
ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ	21 (0-2)
ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠΟΛΗΣ Β'	20 (2-3)

Β' ΟΜΙΛΟΣ (ΝΟΤΟΣ)

ΚΑΛΑΜΑΤΑ	31 (5-2)
ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ	26 (3-2)
ΜΑΡΚΟ	18 (1-3)
ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ Β'	18 (3-5)

ΓΚΡΟΥΠ ΥΠΟΒΙΒΑΣΜΟΥ
Α' ΟΜΙΛΟΣ (ΒΟΡΡΑΣ)

ΠΑΟΚ Β'	18 (6-2)
ΚΑΒΑΛΑ	16 (3-4)
ΝΕΣΤΟΣ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ	16 (6-1)
ΚΑΜΠΑΝΙΑΚΟΣ	10 (1-2)
ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ	8 (2-5)
ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ	6 (3-7)

Β' ΟΜΙΛΟΣ (ΝΟΤΟΣ)

ΕΛΛΑΣ ΣΥΡΟΥ	19 (6-2)
ΚΑΛΛΙΘΕΑ	19 (2-1)
ΑΙΓΑΛΕΩ	13 (1-3)
ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ	12 (2-2)
ΧΑΝΙΑ	10 (2-2)
ΠΑΝΑΡΓΕΙΑΚΟΣ	3 (0-3)

4η αγωνιστική
Α' ΟΜΙΛΟΣ (ΒΟΡΡΑΣ)

PLAY OFF

ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠΟΛΗΣ Β'-ΗΡΑΚΛΗΣ
ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ-ΑΝΑΓ. ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ

PLAY OUT

ΜΑΚΕΔΟΝΙΚΟΣ-ΚΑΒΑΛΑ
ΠΑΟΚ Β'-ΚΑΜΠΑΝΙΑΚΟΣ
ΠΑΣ ΓΙΑΝΝΙΝΑ-ΝΕΣΤΟΣ ΧΡΥΣΟΥΠΟΛΗΣ

Β' ΟΜΙΛΟΣ (ΝΟΤΟΣ)

PLAY OFF

ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ Β'-ΜΑΡΚΟ
ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ-ΚΑΛΑΜΑΤΑ

PLAY OUT

ΑΙΓΑΛΕΩ-ΠΑΝΑΡΓΕΙΑΚΟΣ
ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ-ΧΑΝΙΑ
ΚΑΛΛΙΘΕΑ-ΕΛΛΑΣ ΣΥΡΟΥ



ΣΟΥΠΕΡ ΛΙΓΚ 1

«Φωτιά» στην κορυφή!

Τριπλή ισοβαθμία πριν απ' τη «μάχη» του Ολυμπιακού με τον ΠΑΟΚ ☐ Φαβορί για την 4^η θέση και την είσοδο στα πλέι οφ ο Παναθηναϊκός ☐ Θρίαμβος με το ίδιο σκορ (4-1) για ΠΑΟΚ-Παναθηναϊκό στα εξ αναβολής παιχνίδια τους

Η 23^η αγωνιστική της Stoiximan Super League – αλλά και τα δύο εξ αναβολής παιχνίδια του ΠΑΟΚ και του Παναθηναϊκού – άλλαξαν τις ισοροπίες, βάζοντας παράλληλα «φωτιά» στην κορυφή. Εκεί πλέον έχουμε τριπλή ισοβαθμία (!) με τους ΠΑΟΚ-Ολυμπιακό-ΑΕΚ να συγκατατούν, ενώ ο Παναθηναϊκός με τις τελευταίες συνεχόμενες επιτυχίες του, ξεπέρασε τον Λεβαδειακό και είναι φαβορί για την 4^η θέση.

Ειδικότερα, για την 23^η αγωνιστική, ο Ολυμπιακός πέρασε από τις Σέρρες με 2-1 απέναντι στον Πανσερραϊκό, βρίσκοντας λύσεις στο πρόσωπο του Αγιούμπ Ελ Κααμί. Ο Μαροκινός φορ «χτύπησε» δύο φορές στο δεύτερο ημίχρονο και έδωσε προβάδισμα στους Πειραιώτες, οι οποίοι ωστόσο χρειάστηκε να διαχειριστούν την πίεση μετά τη μείωση του σκορ στο τελευταίο δεκάλεπτο. Το τρίποντο

τους έφερε στους 53 βαθμούς και ισοβαθμους με τον ΠΑΟΚ και την ΑΕΚ στην πρώτη θέση.

Λίγη ώρα αργότερα, η ΑΕΚ είχε την ευκαιρία της να μείνει μόνη πρώτη αλλά την «πέταξε» στα νερά του Παγασητικού... Στο Πανθεσσαλικό, απέναντι στο μαχητικό Βόλο, η Ένωση έζησε ένα πραγματικό θρίλερ. Βρέθηκε με την πλάτη στον τοίχο, όμως στο 90+8' βρήκε τη λύση της ύστατης στιγμής, ισοφαρίζοντας σε 2-2 και σώζοντας ένα βαθμό, που μπορεί να αποδειχθεί καθοριστικός. Οι δύο ομάδες πλέον συνυπάρχουν στην κορυφή, με τους Ερυθρόλευκους να έχουν το προβάδισμα στα κριτήρια ισοβαθμίας. Το πρωτάθλημα όμως έχει δρόμο, καθώς έπονται τα πλέι οφ μετά το τέλος της κανονικής περιόδου.

Ο ΠΑΟΚ έπιασε κορυφή (είναι πρώτος στην ισοβαθμία). Οι δύο νίκες του, αρ-

χικά με 2-0 επί του Αστέρα ΑΚΤΟΡ στην Τούμπα για την 23^η αγωνιστική και στη συνέχεια η εκτός έδρας με την Κηφισιά (1-4) για τη 18^η αγωνιστική τον έφερε πρώτο με 53 βαθμούς και του επιτρέπει να κοιτάζει τη συνέχεια με αξιώσεις.

Στη Λεωφόρο, ο Παναθηναϊκός έκανε το 2Χ2 σε διάστημα 4 ημερών και ξεπέρασε τον Λεβαδειακό. Μετά την ευρωπαϊκή τους επιτυχία με την πρόκριση στους 16 του Ευρωπαϊκού, οι «πράσινοι» επικράτησαν πρώτα με 3-1 του Άρη (23^η αγωνιστική) και στη συνέχεια με 4-1 του ΟΦΗ (σε εξ αναβολής παιχνίδι για την... 1^η αγωνιστική), με συνέπεια να βρεθούν στο +3 από τον Λεβαδειακό, τον οποίο αντιμετωπίζουν την επόμενη αγωνιστική στη Λιβαδειά. Αν κερδίσουν και πάνε στο +6, ουσιαστικά «δένουν» τη θέση τους στην τετράδα των πλέι-οφ.

© ΕΘΝΟΣΠΟΡ

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

23η αγωνιστική
ΟΦΗ-ΛΑΡΙΣΑ 3-0
 3' Φούντας, 56' Σαλσίδο
ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘ.-ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ 1-0
 41' Μπακού
ΚΗΦΙΣΙΑ-ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ 1-0
 13' Πακόρνι
ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ-ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ 1-2
 82' Ντε Μάρκο - 60', 70' Ελ Κααμί
ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ-ΑΕΚ 2-2
 14' Κομπά, 61' πέν. Ουρτάδο - 34' Βάργκα, 90+8' Ρέλβας
ΠΑΟΚ-ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠΟΛΗΣ 2-0
 7' Χατσιδής, 89' Ζίθκοβιτς
ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ-ΑΡΗΣ 3-1
 9' Ερνάντεθ, 65' Ταμπόρδα, 80' Τεττέη - 72' Ράτσιτς

Εξ αναβολής Τετάρτη 4 Μαρτίου 2026
1η αγωνιστική

ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ-ΟΦΗ 4-1
 7' Γεντβάι, 15' Σάντσεζ, 51' Αντίνο, 86' Ζαρουρι - 45+1' Σαλσίδο

18η αγωνιστική
ΚΗΦΙΣΙΑ-ΠΑΟΚ 1-4
 60' Ρουκουνάκης - 32' πέν., 72' πέν. Γερεμέγεφ, 88' Μπάμπα, 90+2' Κωνσταντέλιας

ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ (σε 23 αγώνες)

01] ΠΑΟΚ	53 (48-15)
02] ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ	53 (42-11)
03] ΑΕΚ	53 (43-15)
04] ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ	42 (38-24)
05] ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ	39 (49-30)
06] ΟΦΗ	28 (31-41)
07] ΑΡΗΣ	28 (20-25)
08] ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘ.	27 (24-27)
09] ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ	27 (23-34)
10] ΚΗΦΙΣΙΑ	24 (29-37)
11] ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ	21 (22-37)
12] ΛΑΡΙΣΑ	21 (21-37)
13] ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠΟΛΗΣ	16 (20-37)
14] ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ	12 (15-55)

1-4 PLAYOFF
 5-8 CONFERENCE LEAGUE
 9-14 PLAYOUTS

ΕΠΟΜΕΝΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ (24η)

Σάββατο 7 Μαρτίου 2026

10:00 ΑΡΗΣ-ΑΤΡΟΜΗΤΟΣ ΑΘΗΝΩΝ
 11:00 ΑΕΚ-ΛΑΡΙΣΑ

Κυριακή 8 Μαρτίου 2026

10:00 ΑΣΤΕΡΑΣ ΤΡΙΠ.-ΠΑΝΣΕΡΡΑΪΚΟΣ
 11:00 ΒΟΛΟΣ ΝΠΣ-ΟΦΗ
 13:00 ΛΕΒΑΔΕΙΑΚΟΣ-ΠΑΝΑΘΗΝΑΪΚΟΣ
 15:00 ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ-ΠΑΟΚ

Δευτέρα 9 Μαρτίου 2026

12:00 ΠΑΝΑΙΤΩΛΙΚΟΣ-ΚΗΦΙΣΙΑ

ΓΚΟΛ	ΑΓΩΝΕΣ	ΠΑΙΚΤΗΣ	ΟΜΑΔΑ
15	19	ΕΛ ΚΑΑΜΠΙ	ΟΛΥΜΠ.
13	21	ΓΙΟΒΙΤΣ	ΑΕΚ
10	16	ΤΑΡΕΜΙ	ΟΛΥΜΠ.
9	19	ΣΑΛΣΙΔΟ	ΟΦΗ
9	22	ΠΕΝΤΡΟΖΟ	ΛΕΒΑΔ.

ΜΠΑΣΚΕΤ | ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΚΥΠΕΛΛΟ

Ασύλληπτος Τολιόπουλος οδήγησε την Εθνική στη νίκη επί του Μαυροβουνίου!

Η Ελλάδα ανέβηκε στην πρώτη θέση του ομίλου



αποτελέσματα και στην κορυφή του 2^{ου} προκριματικού ομίλου για το Παγκόσμιο Κύπελλο.

Το αντιπροσωπευτικό συγκρότημα επικράτησε (Δευτέρα 2/3) με 79-65 στην Ποντγκόριτσα για την 4^η αγωνιστική των προκριματικών Μουντομπάσκετ 2027, έχοντας τον Βασίλη Τολιόπουλο... σεληνιασμένο, καθώς τελείωσε τον αγώνα με νταμπλ νταμπλ σε πόντους και ασίστ:

Πέτυχε 27 πόντους με 7/13 τρίποντα (!) και μοίρασε δέκα ασίστ, επίδοση που αποτελεί διπλό ρεκόρ καριέρας με τη φανέλα της Εθνικής. Το σύνολο του Βασίλη Σπανούλη βελτίωσε το ρεκόρ του σε 3-1, ενώ το Μαυροβούνιο υποχώρησε στο 2-2.

ΤΑ ΔΕΚΑΛΕΠΤΑ: 18-22, 35-44, 53-57, 65-79

ΔΙΑΙΤΗΤΕΣ: Σάλις (Λετονία), Μπαλντίνι (Ιταλία), Βελίκοβ (Βουλγαρία)

ΜΑΥΡΟΒΟΥΝΙΟ (Αντρέι Ζάκελι): Ίλιτς 2, Νίνταμ 8 (1), Ιβάνοβιτς 2, Χαντζιμπέγκοβιτς 5, Βούτσελιτς, Γιοβάνοβιτς 10 (2), Ζιβάνοβιτς 2, Νίκολιτς 4, Ντρόμπνιακ 14 (1), Πόποβιτς 5 (1), Ράντονσιτς 13 (3)

ΕΛΛΑΔΑ (Βασίλης Σπανούλης): Λαρεντζάκης 6 (2), Μωραϊτίης 9 (3), Τολιόπουλος 27 (7), Καλαϊτζάκης 6 (1), Χαραλαμπίδης 4, Παπανικολάου 5 (1), Χουγκάζ 5, Αντετοκούνμπο Κ. 8 (2), Μήτογλου 5 (1), Μήτρου Λονγκ 4

© ΕΘΝΟΣΠΟΡ

Alexandros
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





ΤΑ ΝΕΑ ΤΗΣ ΕΚΜΜ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΔΕΛΤΙΟ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΜΕΙΖΟΝΟΣ ΜΟΝΤΡΕΑΛ



Μήνυμα προς Κοινότητες, Σχολεία και Ελληνικούς Οργανισμούς

Η Εθνική Επέτειος της 25ης Μαρτίου σηματοδοτεί την έναρξη του ξεσηκωμού των Ελλήνων κατά της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας. Φέτος, οι απανταχού Έλληνες γιορτάζουν την 205η επέτειο από την έναρξη της Ελληνικής Επανάστασης.

Η Ελληνική Κοινότητα Μείζονος Μοντρεάλ σας προσκαλεί να συμμετάσχετε στις εκδηλώσεις για την 205η επέτειο της Ελληνικής Επανάστασης της 25ης Μαρτίου.

Πρόγραμμα Εκδηλώσεων:

Σάββατο 28 Μαρτίου 2026

- 11:00 π.μ. Κατάθεση Στεφάνων – Μνημείο Αγνώστου Στρατιώτη (1333 Bd. Chomedey, Laval)

- 6:00 μ.μ. Επίσημο Δείπνο – Le Château Royal (\$120 ενήλικες, \$60 παιδιά, κρατήσεις έως 15 Μαρτίου: 514-738-2421, #231) Κυριακή 29 Μαρτίου 2026

- 10:30 π.μ. Δοξολογία – Ι.Ν. Ευαγγελισμού της Θεοτόκου (777 rue Saint-Roch)

- 1:00 μ.μ. Παρέλαση επί της Jean-Talon (συμμετοχή οργανισμών: \$350)

- 6:00 μ.μ. Δεξίωση για την Ομογένεια – Le Château Royal

Πληροφορίες: κ. Ζήσης Φωτόπουλος, 514-576-2090, zfoto@videotron.ca

Σας ευχαριστούμε για τη συμμετοχή σας. Επιτροπή Παρέλασης

Όλοι μαζί στο ετήσιο δείπνο 25ης Μαρτίου της ΕΚΜΜ

Σας προσκαλούμε να τιμήσετε με την παρουσία σας το ετήσιο επετειακό δείπνο της Ελληνικής Κοινότητας Μείζονος Μοντρεάλ για τον εορτασμό της 25ης Μαρτίου.

Η ημέρα αυτή αποτελεί σύμβολο πίστης, ελευθερίας και εθνικής υπερηφάνειας, τιμώντας την έναρξη της Ελληνικής Επανάστασης και τους αγώνες των προγόνων μας. Φέτος, ο εορτασμός έχει ιδιαίτερη σημασία, καθώς σηματοδοτεί και το ιστορικό ορόσημο των 120 χρόνων προσφοράς και παρουσίας της Κοινότητάς μας.

Σας καλούμε να γιορτάσουμε μαζί αυτή τη διπλή επέτειο σε μια ξεχωριστή βραδιά ενότητας και ελληνικής παράδοσης.

Σας περιμένουμε όλους, το Σάββατο, 28 Μαρτίου, στο Chateau Royal, για να τιμήσουμε την ιστορία μας και να γιορτάσουμε το μέλλον μας μαζί!

Για την αγορά των εισιτηρίων σας τηλεφωνήστε στο 514-738-2421 εσωτ. 231. 120\$ ενήλικες | 60\$ παιδιά

Μια βραδιά με τους Εθνοκοτοπικούς Συλλόγους



Στο φιλόξενο μπιστρό Philinos του Χάρυ Δαρμά, η Επετειακή Επιτροπή των 120 χρόνων, με οικοδεσπότες τον πρόεδρο της Ελληνικής Κοινότητας Μείζονος Μοντρεάλ Βασίλη Αγγελόπουλο και την πρόεδρο της Επιτροπής Ιουστίνη Φραγκούλη-Αργύρη, οργάνωσε μια δεξίωση-δείπνο προς τιμήν των Ελληνικών Εθνοκοτοπικών Συλλόγων του Μοντρεάλ.

Παρουσία του Γενικού Προξένου Νίκου Καραλέκα και της κοινοβουλευτικής γραμματέως του υπουργείου Εργασίας Άννυς Κουτράκη, ο πρόεδρος της Ελληνικής Κοινότητας

Μείζονος Μοντρεάλ Βασίλης Αγγελόπουλος παρουσίασε το μακροπρόθεσμο σχέδιο επιβίωσης της Κοινότητας μέσω του προικοδοτικού ταμείου της, καλώντας τους συλλόγους να συμμετάσχουν στην μεγάλη διαχρονική εραρική προσπάθεια.

Θερμές ευχαριστίες στον ιδιοκτήτη του μπιστρό Philinos Χάρη Δαρμά για την ευγενική χορηγία!

Φωτογραφίες Harry Barba

ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΕΛΛΗΝΟΜΑΘΕΙΑΣ

Εγγραφές από 1η Φεβρουαρίου έως 20 Μαρτίου 2026

Η "Ελληνομάθεια" είναι το μοναδικό πιστοποιητικό επάρκειας της ελληνικής γλώσσας που προσφέρεται και αναγνωρίζεται από το ελληνικό κράτος. Θεσμοθετήθηκε το 1998 από το Υπουργείο Παιδείας της Ελλάδας με σκοπό να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις των μαθητών της ελληνικής γλώσσας στην Ελλάδα και το εξωτερικό.

Η Ελληνική Κοινότητα Μείζονος Μοντρεάλ είναι το μόνο επίσημα αναγνωρισμένο - από το Κέντρο Ελληνικής Γλώσσας (ΚΕΓ) - εξεταστικό κέντρο στο Κεμπέκ. Οι ενδιαφερόμενοι και οι μαθητές από όλα τα σχολεία σε όλη την επαρχία, μπορούν να δώσουν τις εξετάσεις, που θα πραγματοποιηθούν στις 19, 20 και 21 Μαΐου 2026,

στο Ελληνικό Κοινοτικό Κέντρο, 5777 Wilderton Avenue, Μόντρεαλ, H3S 2V7. Το κόστος των εξετάσεων για τα επίπεδα A1, A2 και B1 είναι \$150 και για τα επίπεδα B2, Γ1 και Γ2 είναι \$170. Τα εξέταστρα δεν επιστρέφονται.

Οι εγγραφές πραγματοποιούνται μέχρι τις 20 Μαρτίου 2026. Για περισ-

σότερες πληροφορίες, καθώς και για τα βήματα συμπλήρωσης των αιτήσεων εγγραφής και τρόπους πληρωμής, επικοινωνήστε με την υπεύθυνη του εξεταστικού κέντρου του Μοντρεάλ, Ειρήνη Τουρκομανώλη, στο 514-738-2421 εσωτ. 146 ή μέσω e-mail: etourkomanoli@hcgmm.org

Χαρά και γλέντι στον αποκριάτικο χορό του Σχολείου Σωκράτης-Δημοσθένης III



Με μεγάλη χαρά και υπερηφάνεια γιορτάσαμε πριν δύο εβδομάδες μια πανέμορφη και εξαιρετικά επιτυχημένη εκδήλωση Αποκριών, που διοργάνωσε η Επιτροπή Γονέων του Σχολείου Σωκράτης-Δημοσθένης (Παράρτημα III).

Η βραδιά ήταν γεμάτη κέφι, μουσική και χαμόγελα, αποδεικνύοντας για ακόμη μια φορά τη δύναμη της συ-

νεργασίας και της προσφοράς των γονέων και των εκπαιδευτικών μας. Στο πλαίσιο της εκδήλωσης παρουσιάστηκε επιταγή ύψους 90.000\$ από τον Πρόεδρο της ΕΚΜΜ, Βασίλη Αγγελόπουλο, τον Πρόεδρο της Εραρικής Επιτροπής, Γιώργο Τσίτουρα και τον Βασίλη Χριστοδουλόπουλο, Γραμματέα Εκπαίδευσης. Το ποσό αυτό αποτελεί τη συνεισφορά που έχει υποσχεθεί σε όλα τα σχολεία από

το συνολικό ποσό των 450 000\$ που συγκεντρώθηκε κατά τον Ραδιομαραθώνιο του περασμένου Νοεμβρίου.

Θερμά συγχαρητήρια σε όλους όσοι συνέβαλαν στην επιτυχία της διοργάνωσης - στην Επιτροπή Γονέων, στους εθελοντές, στους χορηγούς και σε κάθε οικογένεια που στήριξε αυτή την προσπάθεια. Μαζί μπορούμε να πετυχαίνουμε σπουδαία πράγματα!

LACONIAN BROTHERHOOD OF CANADA

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΜΕΛΩΝ ΣΤΗΝ ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ



Αγαπητά μέλη της **Λακωνικής Αδελφότητας Καναδά** και Λάκωνες συμπατριώτες,

Την Κυριακή 8 Μαρτίου 2026 και ώρα 1:00 μ.μ., στην αίθουσα του Συλλόγου 5833 Park Avenue καλείστε στην Γενική Συνέλευση του Συλλόγου μας.

ΘΕΜΑΤΑ ΓΕΝΙΚΗΣ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗΣ

1. Έναρξη συνεδρίασης
2. Διαπίστωση απαρτίας
3. Προσευχή
4. Εκλογή Προέδρου και Γραμματέα της Γενικής Συνέλευσης
5. Έγκριση ημερήσιας διάταξης
6. Ανάγνωση και έγκριση πρακτικών προηγούμενης Γενικής Συνέλευσης
7. Αναφορά Προέδρου
8. Αναφορά Ταμία
9. Αναφορά Εξελεγκτικής Επιτροπής
10. Αναφορά κτιρίου
11. Αναφορά συνδρομών
12. Εκλογές 2026
13. Νέα θέματα

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

Δικαίωμα ψήφου έχουν τα ενεργά μέλη (όσα έχουν εκπληρώσει τις οικονομικές τους υποχρεώσεις για την τρέχουσα συνδρομή). Τα μέλη που καθυστερούν τη συνδρομή τους μπορούν να την καταβάλλουν κατά την είσοδο τους στη Συνέλευση. Τα νέα μέλη έχουν δικαίωμα ψήφου εφ' όσον έχουν εγγραφεί 30 ημέρες πριν την Συνέλευση (Παρασκευή 6 Φεβρουαρίου 2026).

Από το Δ.Σ. Της Λακωνικής Αδελφότητος Καναδά



ΕΛΛΑΔΑ | ΠΟΛΙΤΙΚΗ

Τα μηνύματα Μητσοτάκη στη Βουλή

Τι είπε για οικονομία, άμυνα και μεταναστευτικό

Σε μία σειρά κινήσεων που ξεδιπλώνονται μετά τις καταγιστικές εξελίξεις στη Μέση Ανατολή αναφέρθηκε την Τετάρτη 4 Μαρτίου από το βήμα της Βουλής, ο πρωθυπουργός Κυριάκος Μητσοτάκης. Ειδικότερα εστίασε σε όσα έχουν δρομολογηθεί σε όλα τα πεδία: από την οικονομία (ανοίγοντας παράθυρο για πρόσθετα μέτρα) μέχρι τη διπλωματία και την άμυνα, και από το μεταναστευτικό μέχρι ζητήματα που έχουν σχέση με την ασφάλεια.

Στην κυβέρνηση παρακολουθούν τα όσα λαμβάνουν χώρα τις τελευταίες ημέρες στη Μέση Ανατολή με ψυχραιμία, χωρίς ωστόσο να υποτιμάται η σοβαρότητα της κατάστασης.

Πρόκειται άλλωστε για πολεμικά γεγονότα μεγάλης έκτασης και μεγάλης έντασης, τα οποία προκαλούν ταυτόχρονα απροσδιόριστες οικονομικές συνέπειες, επιβιβάζοντας την εκτίμηση ότι ο χάρτης των παγκόσμιων γεωπολιτικών συσχετισμών διαρκώς μεταβάλλεται.

Στο Μαξίμου μία σειρά συσκέψεων εί-

να σε εξέλιξη τις τελευταίες ημέρες και έχουν ήδη κλειδώσει οι πρώτες αποφάσεις, ωστόσο πολλά θα κριθούν από τη διάρκεια και την ένταση της κρίσης. Μιλώντας στη Βουλή ο πρωθυπουργός, εστίασε στα εξής θέματα:

1] Στην αποστολή δύο φρεγατών («Κίμων» και «Ψαρά») και τεσσάρων F 16 στην Κύπρο, υπογραμμίζοντας πως είναι αποστολή αμυντική και ειρηνική. «Η Ελλάδα είναι παρούσα με ευθύνη και ισχύ όπου την καλεί το εθνικό καθήκον και θέτει τις αναβαθμισμένες Ένοπλες Δυνάμεις της στην υπηρεσία του οικουμενικού Ελληνισμού» είπε χαρακτηριστικά.

2] Σε μία σειρά κινήσεων που γίνονται στο πεδίο της οικονομίας, με την κυβέρνηση να συζητά και πρόσθετα μέτρα.

3] Στην αυξημένη φρουρήρηση ευαίσθητων στρατιωτικών υποδομών και το ίδιο ισχύει από πλευράς Υπουργείου Προστασίας του Πολίτη σε ό,τι αφορά πιθανούς στόχους συνδεδεμένους με τα αντιμαχόμενα κρά-

4] Σε διαφορετικά σενάρια που εξετάζει το Υπουργείο Μετανάστευσης. «Ξέρουμε καλά ότι τις συρράξεις, δυστυχώς, τις ακολουθούν πάντα και μετακινήσεις πληθυσμών, ροές αμάχων δηλαδή, μέσω όμορων χωρών προς την ασφαλέστερη Δύση» σημείωσε ο Κ. Μητσοτάκης και συμπλήρωσε «θέλω να είμαι σαφής: κάτι τέτοιο προς το παρόν δεν είναι ορατό. Είναι αναγκαίο, όμως, η πατρίδα μας να είναι προετοιμασμένη για κάθε πιθανή εξέλιξη σε όλα τα πεδία».

5] Σε ένα ειδικό σχέδιο – μόλις η ασφάλεια των πτήσεων εξασφαλιστεί και ανοίξουν οι εναέριοι χώροι – για την οργανωμένη επιστροφή όσων το επιθυμούν, με ευθύνη της πολιτείας. Ήδη έχουν γίνει κάποιες επαναπατριsmοί και αντίστοιχες κινήσεις θα γίνουν τις επόμενες μέρες.

ΑΝΟΙΓΕΙ «ΠΑΡΑΘΥΡΟ» ΓΙΑ ΝΕΑ ΜΕΤΡΑ

Στο τραπέζι είναι πρόσθετα μέτρα για τη στήριξη νοικοκυριών και επιχειρήσεων, καθώς οι εξελίξεις στη Μέση Ανατολή επηρεάζουν τη διεθνή οικονομία, τα ευρωπαϊκά ομόλογα, τις τιμές ενέργειας κ.α.

Τα αρμόδια υπουργεία είναι έτοιμα, εφόσον χρειαστεί, να αναπροσαρμόσουν τις κινήσεις τους και ήδη εξετάζονται προληπτικά μέτρα, ώστε να απορροφηθούν κατά το δυνατόν οι όποιες αρνητικές συνέπειες από την κρίση στην οικονομία. Παράλληλα, αν απαιτηθεί, θα ληφθούν ειδικά μέτρα για τον έλεγχο ενδεχόμενων υπερβολικών ανατιμήσεων.

Να σημειωθεί εδώ, πως από την κυβέρνηση τονίζουν, ότι δεν υπάρχει αυτή τη στιγμή κάποια ανησυχία όσον αφορά τον εφοδιασμό. Επισημαίνεται ακόμα πως το διαφοροποιημένο ενεργειακό μείγμα που έχει η χώρα λειτουργεί εξισορροπητικά, ενώ εκτιμάται πως η μικρή ζήτηση (καθώς ο καιρός είναι καλύτερος σε σχέση με το χειμώνα) και οι ανανεώσιμες πηγές θα βοηθήσουν, οι τιμές σε ένα βαθμό να συγκρατηθούν.

Από εκεί και πέρα, αυτό που υπογραμμίζεται από το Μαξίμου είναι πως υπάρχουν τα θεσμικά και τα οικονομικά εργαλεία για να στηριχτεί η κοινωνία.

Με κυβερνητικά στελέχη να λένε χαρακτηριστικά «και γι' αυτό είναι πολύ σημαντική η δημοσιονομική σταθερότητα. Για να έχουμε το δημοσιο-οικονομικό χώρο, αν χρειαστεί, να μπορέσουμε να στηρίξουμε την κοινωνία».

ΤΑ «ΚΑΡΦΙΑ» ΓΙΑ ΤΟΥΣ... ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΑΝΗΣΥΧΟΥΝΤΕΣ

Στο χαρτί της σταθερότητας συνεχίζει να επενδύει η κυβέρνηση και η εκτίμηση στους «γαλάζιους» είναι πως το επιχειρηματικό αυτό βρίσκει όλο και περισσότερα ευήκοα ώτα, σε μια περίοδο διεθνών αναταράξεων.

Στη Βουλή ο πρωθυπουργός έστειλε μηνύματα προς τα κόμματα της αντιπολίτευσης, λέγοντας «είναι καιρός τα μικρά και

τα κομματικά να υποχωρούν, επιτέλους, μπροστά στα μεγάλα και τα εθνικά. Και η αντιπολιτευτική εσωστρέφεια να δώσει τώρα τη θέση της σε μια ευρύτερη οπτική. Και η συναίνεση που ενώνει να επικρατήσει έναντι των συνθημάτων που διχάζουν».

Ιδιαίτερα αιχμηρός ήταν ο Κυριάκος Μητσοτάκης για όσους ασκούν κριτική εκ δεξιών στην εξωτερική πολιτική της κυβέρνησης.

Είναι ενδεικτικό πως για δεύτερη φορά το τελευταίο διάστημα μίλησε για «επαγγελματίες ανησυχούντες», λέγοντας «ας αντιληφθούν, επιτέλους, ότι η εξωτερική και η αμυντική πολιτική δεν ασκείται με ιδεολογικά αλλά ασκείται με εθνικά κριτήρια».

Στη δευτερολογία του ο πρωθυπουργός αναφέρθηκε σε διάφορες φωνές από κόμματα και στελέχη που βρίσκονται στα δεξιά της Νέας Δημοκρατίας, λέγοντας «ήταν οι πρώτοι υπέρμαχοι της ανάγκης η χώρα πάντα να επιστρατεύει την εθνική της ισχύ για να υπερασπίζεται τη δική της κυριαρχία. Διαπίστωσα μία αμηχανία και μία σχετική αφωνία για την πρωτοβουλία αυτή της Ελληνικής Κυβέρνησης».

Μάλιστα σχολίασε με δηκτικό τρόπο «κάποτε είχα χαρακτηρίσει όλους αυτούς «πατριώτες της φακής». Μάλλον ήμουν προσβλητικός για τις φακές, όταν χρησιμοποίησα αυτόν τον όρο».

ΠΩΣ ΔΙΑΒΑΖΕΙ ΤΟ ΜΑΞΙΜΟΥ ΤΙΣ ΓΕΩΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ

«Η θέση της πατρίδας μας είναι σαφής: υποστηρίζουμε την αποκλιμάκωση των ενεργών συγκρούσεων και την επιστροφή της διπλωματίας με σεβασμό στο Διεθνές Δίκαιο, με ιδιαίτερη έμφαση στην ελευθερία και την ασφάλεια της διεθνούς ναυσιπλοΐας» τόνισε ο πρωθυπουργός.

Στην ομιλία του στη Βουλή:

► Σημείωσε πως η επόμενη μέρα στο Ιράν θα πρέπει να εγγυάται την ελευθερία και την αυτοδιάθεση αυτού του λαού, ο οποίος καταπιέζεται εδώ και δεκαετίες. Παράλληλα με τον απόλυτο έλεγχο και του πυρηνικού αλλά και του βαλλιστικού του προγράμματος, ώστε να πάψει το Ιράν να αποτελεί μια διαρκή απειλή για την περιφερειακή και τη διεθνή ειρήνη.

► Υπογράμμισε πως από το Σάββατο 28/2 επικοινωνήσε με ηγέτες χωρών στη Μέση Ανατολή μεταφέροντας το μήνυμα για μία ανάγκη αποκλιμάκωσης και επαναφοράς στο δρόμο της διπλωματίας.

► Αναφέρθηκε στην κατάσταση στο νότιο Λίβανο. Είπε πως «είναι λογικό το Ισραήλ να επιχειρήσει να αντιδράσει σε απρόκλητες επιθέσεις που δέχθηκε από τη Χεζμπολάχ, εξίσου, όμως, αδικαιολόγητη θα ήταν σήμερα μία εκτεταμένη χερσαία επιχείρηση, η οποία ουσιαστικά θα οδηγούσε σε μία ανάφλεξη ενός ακόμα μετώπου στη Μέση Ανατολή, ενισχύοντας ουσιαστικά τη Χεζμπολάχ, δίνοντάς της πρόσθετα επιχειρήματα».

Πηγή είδησης: ΕΘΝΟΣ [Κατερίνα Κοκκαλιάρη]

Laval English-speaking Senior Wellness Centre

SPRING 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



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)

Το τέλος της Λατινοκρατίας και η παρακμή της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας

...συνέχεια από το προηγούμενο

5. ΤΟ ΤΕΛΟΣ ΤΗΣ ΛΑΤΙΝΟΚΡΑΤΙΑΣ

Με την παράδοση του Χάνδακα (σημερινό Ηράκλειο) το 1669 ολοκληρώθηκε η κατάληψη της Κρήτης και αποκαταστάθηκε η γεωγραφική, η πολιτική και η οικονομική ενότητα της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας στην Ανατολή.

Ο κύκλος όμως των βενετοτουρκικών συγκρούσεων θα κλείσει οριστικά με τη Συνθήκη του Πασάροβιτς (1718), όταν οι Βενετοί θα εγκαταλείψουν πλέον οριστικά την Πελοπόννησο. Έκτοτε, η βενετική κυριαρχία στον ελληνικό χώρο περιορίστηκε στα Επτάνησα, τα οποία το 1797 με τη συνθήκη του Καμποφόρμιο περιήλθαν στη Γαλλία. Το 1800 η ρωσοτουρκική συνθήκη της Κωνσταντινούπολης έθεσε τέρμα στη γαλλική κατοχή και δημιούργησε την ημιαυτόνομη Πολιτεία των Επτά Ηνωμένων Νήσων, φόρου υποτελής στο σουλτάνο και με την υποχρέωση να δέχεται ρωσικό στρατό επί του εδάφους της.

Μετά την έναρξη του νέου ρωσοτουρκικού πολέμου (1806) η Τουρκία έχασε κάθε δικαίωμα πάνω στα Επτάνησα, τα οποία όμως με τη συνθήκη του Τίλσιτ (1807) περιήλθαν πάλι υπό γαλλική κυριαρχία. Μετά το 1809 οι Άγγλοι άρχισαν να καταλαμβάνουν το ένα μετά το άλλο τα νησιά του Ιονίου, στο πλαίσιο της επιθετικής τους πολιτικής εναντίον του Ναπολέοντα. Τελικά, με τη Συνθήκη των Παρισίων (Νοέμβριος 1815) ιδρύθηκαν τα Ηνωμένα Κράτη των Ιονίων Νήσων και τέθηκαν υπό την προστασία της Αγγλίας.

6. Η ΠΑΡΑΚΜΗ ΤΗΣ ΟΘΩΜΑΝΙΚΗΣ ΑΥΤΟΚΡΑΤΟΡΙΑΣ

Α. Η ΠΟΡΕΙΑ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΠΑΡΑΚΜΗ

Από το δεύτερο μισό του 17^{ου} αιώνα και ιδίως μετά το θάνατο του Σουλεϊμάν του Μεγαλοπρεπούς (1566) / Φωτ. δεξιά η Οθωμανική Αυτοκρατορία αρχίζει να παρακμάζει, για πολλούς λόγους που συνδέονται άμεσα με τη δομή και την οργάνωσή της.

Ο παραδοσιακός χαρακτήρας του Οθωμανικού Κράτους

Η κάμψη των κατακτήσεων από το δεύτερο μισό του 16^{ου} αιώνα συντέλεσε και

στην αποδυνάμωση του πνεύματος του ιερού πολέμου, που αποτελούσε τον πρωταρχικό λόγο ύπαρξης της αυτοκρατορίας και την πηγή έμπνευσης των μουσουλμάνων μαχητών.

Εξάλλου, η παραδοσιακή αποστροφή των Οθωμανών προς τη δυτική γνώση, παρεμπόδιζε την τεχνική και επιστημονική πρόοδο, ενώ η απροθυμία τους για την εκμάθηση ξένων γλωσσών, τους ανάγκασε να χρησιμοποιούν ως διερμηνείς και διπλωμάτες γλωσσομαθείς χριστιανούς (Δραγομάνοι* ή Δραγουμάνοι), και από τις αρχές του 18^{ου} αιώνα, σχεδόν αποκλειστικά τους Φαναριώτες.

Το πρόβλημα των δημοσίων οικονομικών

Η ανάσχεση της κατακτητικής ορμής και η απώλεια εδαφών από το 17^ο αιώνα, είχαν ως συνέπεια τη μείωση των δημοσίων εσόδων. Παράλληλα, επικράτησε η ανάθεση των δημοσίων αξιωματικών από πλειστηριασμό και ο θεσμός της εκμίσθωσης των δημοσίων προσόδων στον πλειοδότη.

Η πρακτική αυτή, όπως και η καθήλωση της παραγωγικής διαδικασίας σε παραδοσιακές δομές, παρεμπόδισαν την ανάπτυξη της αγροτικής παραγωγής.

Η βιοτεχνία, επίσης, δεν μπόρεσε να εξελιχθεί σε βιομηχανία. Η χρήση από το 16^ο αιώνα των νέων θαλάσσιων δρόμων, μείωσε ή και εκμηδένισε τη σημασία των χερσαίων δρόμων και των λιμανιών της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας για τη με-

ταφορά των αποικιακών προϊόντων από την Ανατολή. Εξάλλου, η εισροή χρυσού και αργύρου από την Αμερική επέφερε υποτίμηση του οθωμανικού νομίσματος.

Τέλος, η άρχουσα οθωμανική τάξη αδιαφόρησε για την οικονομική ανάπτυξη, καθώς είχε αποκλειστικό σχεδόν προσανατολισμό προς το στρατό και τη διοίκηση, και δεν δραστηριοποιήθηκε στον επιχειρηματικό τομέα. Το γεγονός αυτό έδωσε τη δυνατότητα στους υπόδουλους λαούς της Βαλκανικής να αναλάβουν επιχειρηματικές πρωτοβουλίες. Ιδιαίτερα οι Έλληνες, παρουσίασαν κατά το 18^ο αιώνα σημαντική οικονομική και κοινωνική ανάπτυξη.

Η οικονομική διείδυση της Δύσης

Η παραδοσιακή αποχή των Οθωμανών από τη ναυτιλία και το εμπόριο επέτρεψε στις ευρωπαϊκές χώρες να κυριαρχούν εμπορικά στο μεσογειακό χώρο. Την ευκαιρία αυτή εκμεταλλεύτηκαν και οι Έλληνες, οι οποίοι υψώνοντας ξένες σημαίες στα καράβια τους, ανέπτυξαν έντονη δραστηριότητα στον τομέα των θαλάσσιων μεταφορών. Επιπλέον, η ανάγκη συμμαχιών ανάγκασε το Οθωμανικό Κράτος να προβαίνει σε συνεχείς ανανεώσεις των διομολογήσεων, δηλαδή των εμπορικών συμφωνιών με τα ευρωπαϊκά κράτη, πρακτική η οποία κατέληξε σε αποικιακή εκμετάλλευση της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας από τις ανεπτυγμένες ευρωπαϊκές χώρες.

Η εγκατάλειψη της υπαίθρου

Η καταπίεση και η εκμετάλλευση των κατοίκων της υπαίθρου από τα όργανα της επαρχιακής διοίκησης, οι δυσβάστακτοι φόροι, η χαμηλή παραγωγή λόγω μη ανανέωσης των μεθόδων καλλιέργειας, η ανασφάλεια από τη ληστεία, ανάγκασαν τους χωρικούς να εγκαταλείψουν την ύπαιθρο και να καταφεύγουν στις πόλεις ή στο εξωτερικό.

Το φαινόμενο της ερήμωσης ολόκληρων χωριών πήρε τέτοιες διαστάσεις κατά το 18^ο αιώνα, που αποκλήθηκε η μεγάλη φυγή. Την ίδια εποχή αναπτύχθηκε μια τάση χλιδής και κατασπατάλησης του δη-

μόσιου πλούτου σε ποικίλες εορταστικές δραστηριότητες δημόσιου και ιδιωτικού χαρακτήρα.

Η κεντρική διοίκηση: μείωση της εξουσίας του σουλτάνου και αύξηση της δύναμης της Αυλής

Οι περισσότεροι σουλτάνοι μέχρι τον Σουλεϊμάν το Μεγαλοπρεπή (1520-1566) αναδείχθηκαν για την ικανότητα και την ευφυΐα τους, έδειξαν μεγάλο ενδιαφέρον για τις υποθέσεις του κράτους και διηύθυναν προσωπικά τις εκστρατείες.

Μετά τη χαλάρωση όμως της κατακτητικής ορμής, οι σουλτάνοι επιδίδονται στη χλιδή και τον τρυφηλό βίο. Επίσης, από το δεύτερο μισό του 16^{ου} αιώνα άρχισαν να εκτοπίζονται οι προερχόμενοι από το παιδομάζωμα ανώτατοι αξιωματούχοι του περιβάλλοντος του σουλτάνου και να αντικαθίστανται από την οθωμανική αριστοκρατία. Αυτό είχε ως συνέπεια, λόγω του κλειστού χαρακτήρα της τάξης αυτής, τον εκφυλισμό της ηγετικής ομάδας της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας. Έτσι, η εξουσία του σουλτάνου προοδευτικά μειώνεται και υποκαθίσταται από την Αυλή και το μεγάλο βεζίρη*, που είναι επικεφαλής του μεγάλου διβανίου (κρατικού συμβουλίου).

*Δραγομάνος, δραγουμάνος: Διεργμνέας, υψηλό αξίωμα στην κρατική ιεραρχία της Οθωμανικής αυτοκρατορίας. Επειδή οι Μουσουλμάνοι δε μάθαιναν ξένες γλώσσες, τις θέσεις που απαιτούσαν γλωσσομάθεια τις κατείχαν Χριστιανοί, κυρίως Έλληνες. Η πλέον υψηλόβαθμη ήταν αυτή του Μεγάλου Δραγομάνου της Υψηλής Πύλης, που εκτελούσε καθήκοντα παρόμοια με εκείνα του υπουργού Εξωτερικών. Ακολουθούσε σε σπουδαιότητα η θέση του Δραγομάνου του Στόλου της Ασπρης Θάλασσας (Αιγαίου).

*Μεγάλος βεζίρης: Ο ανώτατος ιεραρχικά αξιωματούχος του Οθωμανικού κράτους (αντίστοιχος του σημερινού πρωθυπουργού).

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

ΠΑΡΟΤΙ ΤΗΝ ΕΙΧΕ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΕΙ «ΚΙΝΔΥΝΟ»

Τεχνητή νοημοσύνη της Anthropic χρησιμοποίησε το Πεντάγωνο για την επίθεση στο Ιράν

Σε μια αντιφατική εξέλιξη, μόλις λίγες ώρες μετά την ανακοίνωση του προέδρου των ΗΠΑ, Ντόναλντ Τραμπ, ότι η ομοσπονδιακή κυβέρνηση θα τερματίσει τη χρήση εργαλείων τεχνητής νοημοσύνης της εταιρείας Anthropic, οι αμερικανικές στρατιωτικές δυνάμεις χρησιμοποίησαν την ίδια τεχνολογία στη σημαντική αεροπορική επιδρομή κατά του Ιράν, σύμφωνα με δημοσίευμα της The Wall Street Journal και αναφορές διεθνών μέσων.

Σύμφωνα με πηγές που επικαλείται η εφημερίδα, η αμερικανική Κεντρική Διοίκηση των Ενόπλων Δυνάμεων στη Μέση Ανατολή (U.S. Central Command) χρησιμοποίησε το εργαλείο τεχνητής νοημοσύνης Claude, της τεχνολογικής εταιρείας Anthropic, για ανάλυση πληροφοριών, ταυτοποίηση στόχων και προσομοιώσεις σεναρίων μάχης κατά τη διάρκεια της επιχείρησης στο Ιράν, παρά την κυβερνητική οδηγία για απόσυρση.

Η χρήση του Claude σε τόσο υψηλού επιπέδου στρατιωτικές επιχειρήσεις, που ακολουθεί προηγούμενη αξιοποίησή του σε αποστολή για τη σύλληψη του προέδρου της Βενεζουέλας, Νικολάς Μαδούρο, αναδεικνύει το βάθος ενσωμάτωσης των εργαλείων τεχνητής νοημοσύνης στις αμερικανικές επιχειρη-

σιακές ικανότητες, προκαλώντας παράλληλα ερωτήματα για την πολιτική εφαρμογή τους.

Η διαμάχη μεταξύ της κυβέρνησης των ΗΠΑ και της Anthropic έχει κλιμακωθεί εδώ και μήνες, με το Πεντάγωνο και την εταιρεία να διαφωνούν για το πώς θα πρέπει να χρησιμοποιούνται τα μοντέλα τεχνητής νοημοσύνης σε στρατιωτικά περιβάλλοντα.

Η εταιρεία αρνήθηκε να επιτρέψει πλήρη πρόσβαση στο μοντέλο για μαζικές επιτήρησης πολιτών ή αυτόνομα συστήματα όπλων, οδηγώντας την κυβέρνηση σε σκληρότερη στάση. Σημειώνεται ότι την Παρασκευή 27/2, ο Τραμπ διέταξε όλες τις ομοσπονδιακές υπηρεσίες να σταματήσουν να χρησιμοποιούν τεχνολογία της Anthropic, χαρακτηρίζοντας την εταιρεία «κίνδυνο για την αλυσίδα εφοδιασμού» και καθορίζοντας περίοδο έξι μηνών για σταδιακή απόσυρση.

Η απόφαση αυτή ακολούθησε έντονες διαπραγματεύσεις με το Πεντάγωνο, κατά τις οποίες οι αξιωματούχοι των ΗΠΑ πίεζαν για ευρύτερη στρατιωτική χρήση του Claude χωρίς περιορισμούς.

Η Anthropic, αντιθέτως, επέμεινε στις ηθικές και τεχνικές εγγυήσεις που είχε θέσει, οδηγούμενη τελικά σε ρήξη.

© ΠΡΩΤΟ ΘΕΜΑ

Ο ΔΙΑΔΟΧΟΣ ΤΟΥ ΧΑΜΕΝΕΪ Ηγέτης του Ιράν εξελέγη ο μεγαλύτερος γιος του – Μοτζτάμπα Χοσεΐνι

Παρά το γεγονός ότι τις προηγούμενες ημέρες κυκλοφορούσαν έντονες φήμες πως ήταν και ο ίδιος νεκρός



να έχασαν τη ζωή τους ο πατέρας του και ένας από τους αδελφούς του.

Όπως επισημαίνει το CNN, ο Μοτζτάμπα Χαμενεΐ αποτελούσε επί χρόνια μια ισχυρή προσωπικότητα στο παρασκήνιο της Τεχεράνης.

Η επιρροή του βασίζεται στους εξαιρετικά στενούς δεσμούς που έχει αναπτύξει τόσο με τους Φρουρούς της Επανάστασης όσο και με την παραστρατιωτική οργάνωση Μπασίτζ, γεγονός που τον καθιστά τον εκλεκτό των δυνάμεων ασφαλείας για την επόμενη ημέρα του καθεστώτος.

ΕΚΛΕΓΕΤΑΙ ΑΠΟ ΣΩΜΑ 88 ΚΛΗΡΙΚΩΝ

Η διαδικασία επιλογής του διαδόχου του Αγιατολάχ Αλί Χαμενεΐ ορίζεται ρητά από το Σύνταγμα του Ιράν και εμπίπτει στις αποκλειστικές αρμοδιότητες της Συνέλευσης των Ειδικών (Assembly of Leadership Experts).

Πρόκειται για το ίδιο σώμα, αποτελούμενο από 88 κληρικούς, το οποίο είχε αναδείξει τον Χαμενεΐ στο ύπατο αξίωμα της χώρας το 1989.

Σύμφωνα με το καταστατικό πλαίσιο της Ισλαμικής Δημοκρατίας, η Συνέλευση φέρει τη θεσμική ευθύνη για τον ορισμό του επόμενου Ανώτατου Ηγέτη, διασφαλίζοντας τη συνέχεια της θρησκευτικής και πολιτικής ηγεσίας.

Ο Μοτζτάμπα Χοσεΐνι Χαμενεΐ, πρωτότοκος γιος του δολοφονημένου Αλί Χαμενεΐ, εξελέγη νέος Ανώτατος Ηγέτης του Ιράν, παρά το γεγονός ότι τις προηγούμενες ημέρες κυκλοφορούσαν έντονες φήμες πως ήταν και ο ίδιος νεκρός.

Σύμφωνα με το δίκτυο Iran International, η εκλογή του Ιρανού κληρικού και πολιτικού στην κορυφή της ιεραρχίας της χώρας πραγματοποιήθηκε υπό την έντονη πίεση του Σώματος των Φρουρών της Ισλαμικής Επανάστασης (IRGC).

Η εξέλιξη αυτή βάζει τέλος στη σύγχυση που επικράτησε, όταν ανεπιβεβαίωτες πληροφορίες τον έφεραν ως θύμα της ίδιας επίθεσης στην οποία φέρεται

© ΕΘΝΟΣ

CHROMAMUSIKA studios

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:
newsfirst
CFMB AM 1280
Καλημέρα Πατρίδα

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.

ΙΕΡΑ ΜΝΗΜΟΣΥΝΗ

450.978.9999 • info@newsfirst.ca

ΤΡΙΕΤΕΣ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ



Το Σάββατο 7 Μαρτίου 2026

Στον Ιερό Ναό των Αρχαγγέλων Μιχαήλ και Γαβριήλ
(11801 Avenue Élie-Blanchard, Montreal)
τελείτε Τριετές Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της

**ΕΛΕΝΗ
ΠΕΡΓΑΜΑΛΗΣ**
(από Χρύσαφα Σπάρτης Λακωνίας)

ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΝΘΗΜΕΡΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ



Την Κυριακή 8 Μαρτίου 2026

Στον Ιερό Ναό της Κοιμήσεως της Θεοτόκου
(7700 Avenue de l'Éréc, Montreal)
τελείτε Τεσσαρακονθήμερο Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής του

**ΚΥΡΙΑΚΟΣ
ΚΟΣΜΙΔΗΣ**
(από Δράμα)

ΕΤΗΣΙΟ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ



Το Σάββατο 7 Μαρτίου 2026

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

**ΠΕΛΑΓΙΑΣ
ΤΖΩΡΤΖΗ ΛΑΓΩΝΙΚΟΥ**

ΤΡΙΕΤΕΣ ΜΝΗΜΟΣΥΝΟ



Την Κυριακή 8 Μαρτίου 2026

Στον Ιερό Ναό του Ευαγγελισμού της Θεοτόκου
(777 Rue Saint-Roch Montreal)
τελείτε Τριετές Μνημόσυνο
υπέρ αναπαύσεως της ψυχής της

**ΝΙΚΟΛΕΤΑΣ
ΤΣΩΝΗ**
(από Ζιζάνι Καλαμάτας Μεσσηνίας)

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 Svoourenos

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

ÆTERNA
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



6 ΣΑΝ ΣΗΜΕΡΑ ΜΑΡΤΙΟΥ

1902: Ιδρύεται η Ρεάλ Μαδρίτης από μία ομάδα ποδοσφαιρόφιλων, με επικεφαλής τον Χουάν Παντός.

1910: Οι αγρότες εξεγείρονται στο Κιλελέρ της Θεσσαλίας.

1933: Αποτυχημένο κίνημα του στρατηγού Νικόλαου Πλαστήρα για την επαναφορά του Ελευθέριου Βενιζέλου στην εξουσία.

1964: Ο τελευταίος Βασιλιάς των Ελλήνων, Κωνσταντίνος Β', ανεβαίνει στο θρόνο, μετά το θάνατο του πατέρα του Παύλου.

1991: «Τα Δωδεκάνησα δεν ήταν ελληνικά. Ανήκαν στην Οθωμανική Αυτοκρατορία. Εάν ήμουν στη θέση του Ισμέτ Ινονού [το 1944], θα τα είχα πάρει. Η Τουρκία διέπραξε ιστορικό λάθος σε αυτή την περίπτωση. Θα είχαμε πάρει τα Δωδεκάνησα εάν η τουρκική εξωτερική πολιτική δεν ήταν τόσο ψοφοδεής», δηλώνει ο Τούρκος πρόεδρος, Τουρκοκούν Οζάλ.

1995: Ομόφωνη απόφαση των 15 κρατών της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ότι οι διαπραγματεύσεις για την ένταξη της Κύπρου θα προχωρήσουν, είτε λυθεί, είτε όχι το εσωτερικό πρόβλημα της Μεγαλονήσου, μέσα στο εξάμηνο που θα ακολουθήσει τη Διακυβερνητική Διάσκεψη της Ε.Ε. το 1996.

ΣΟΥΝΤΟΚΟΥ

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

Η ΛΥΣΗ ΣΤΟ ΕΠΟΜΕΝΟ ΦΥΛΛΟ

Η ΛΥΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΦΥΛΛΟΥ

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

ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΒΛΕΨΕΙΣ ΤΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΑΠΟ 9/3/2026 ΕΩΣ 15/3/2026

ΚΡΙΟΣ • Μάρ 21 - Απρ 20

Στις 11 Μαρτίου, ο πλανήτης της τύχης και της επέκτασης, ο Δίας, σταματά την ανάδρομη πορεία του στον Καρκίνο. Αν μια αγοραπωλησία είχε κολλήσει ή αν υπήρχε μια οικογενειακή κόντρα από το τέλος του 2025, τώρα έρχεται η λύση. Η αισιοδοξία επιστρέφει και η διαίσθησή σας γίνεται αλάνθαστη.

ΛΕΩΝ • Ιουλ 23 - Αύγ 22

Στις 6 Μαρτίου η Αφροδίτη εισέρχεται στον τολμηρό Κριό και στις 9 Μαρτίου ο πύρινος Άρης την ακολουθεί. Ο Κριός είναι ζώδιο της φωτιάς όπως εσείς, και θα αναζωπυρώσει το πνεύμα της περιπέτειας και της αισιοδοξίας σας. Ξαφνικά, η εσωστρέφεια δίνει τη θέση της στην έμπνευση.

ΤΑΥΡΟΣ • Απρ 21 - Μάι 21

Προσπάθησε να μην είσαι υπερβολικά αυστηρός με τον εαυτό σου ή τους άλλους· αντίθετα, δες τι αποκαλύπτει αυτή η έκλειψη για τις αληθινές επιθυμίες της καρδιάς σου. Ένα καλλιτεχνικό project ή ένα χόμπι στο οποίο έχεις επενδύσει κόπο, μπορεί επίσης να φτάσει σε ένα ορόσημο τώρα.

ΠΑΡΘΕΝΟΣ • Αύγ 23 - Σέπτ 22

Ίσως είναι η στιγμή που ένα δικό σου project, που φέρει την προσωπική σου σφραγίδα, παίρνει σάρκα και οστά. Ίσως όμως είναι και κάτι πιο εσωτερικό: μια έκρηξη αυτοπεποίθησης που αλλάζει τον τρόπο που περπατάς και μιλάς. Τα δάκρυα που μπορεί να έρθουν δεν είναι αδυναμία· είναι το καθάρισμα της ψυχής.

ΤΟΞΟΤΗΣ • Νοέμ 23 - Δεκ 21

Από τις 10 Μαρτίου και μετά, η ορμή επιστρέφει. Τα σχέδια που είχαν βαλτώσει αποκτούν ξαφνικά ζωή. Η αισιοδοξία σας, αυτό το μοναδικό σας χάρισμα, φουντώνει ξανά σαν φλόγα που τη χτύπησε ο άνεμος. Θα κληθείτε να ξεετάσετε πόσο αφοσιωμένοι είστε στα όνειρά σας.

ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ • Δεκ 22 - Ιαν 20

Στις 8 και 9 Μαρτίου, η Αφροδίτη συναντά τον Κρόνο και τον Ποσειδώνα στον Κριό. Ο Κρόνος ζητά δέσμευση και ρεαλισμό, ενώ ο Ποσειδώνας προσφέρει το όνειρο και τη ρομαντική ουτοπία. Στα αισθηματικά σου, αυτό μεταφράζεται ως η ανάγκη να χτίσεις κάτι που έχει ταυτόχρονα γερά θεμέλια αλλά και ψυχή.

ΔΙΔΥΜΟΙ • Μάι 22 - Ιούν 21

Νιώθετε την ανάγκη να διεκδικήσετε τη θέση που σας αξίζει. Είστε σε κατάσταση «take-charge», έτοιμοι να δείξετε στους ανωτέρους σας την αξία σας και να αναλάβετε ηγετικούς ρόλους. Η ενέργειά σας είναι μεταδοτική και η αποφασιστικότητά σας στα επαγγελματικά χτυπάει κόκκινο.

ΖΥΓΟΣ • Σέπτ 23 - Οκτ 23

Η Αφροδίτη στον Κριό είναι παρορμητική και ειλικρινής. Αν είστε ελεύθεροι, ένα νέο πρόσωπο μπορεί να εμφανιστεί ξαφνικά, προκαλώντας σας να βγείτε από τη ζώνη ασφαλείας σας. Για εσάς που βρίσκεστε σε σχέση, είναι η κατάλληλη στιγμή να ανανεώσετε τη φλόγα με το ταίρι σας.

ΥΔΡΟΧΟΟΣ • Ιαν 21-Φεβ 19

Στις 11 Μαρτίου, ο ευεργέτης Δίας επιστρέφει σε ορθή πορεία στον Καρκίνο, στον τομέα της υγείας και της εργασίας σας. Αν τους τελευταίους μήνες νιώθατε μια στασιμότητα ή μια κούραση, τώρα η ζωτικότητά σας επιστρέφει δριμύτερη.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ • Ιούν 22 - Ιουλ 22

Ο Δίας, ο πλανήτης της τύχης και της επέκτασης, ο οποίος βρίσκεται στο ζώδιό σας (Καρκίνος) από πέρυσι, επιτέλους σταματά την ανάδρομη πορεία του και στρέφεται σε ορθή φορά στις 10 Μαρτίου. Αν από τις γιορτές και μετά νιώθατε ότι τα μεγάλα σας σχέδια είχαν «παγώσει», ετοιμαστείτε για την απόλυτη επιτάχυνση.

ΣΚΟΡΠΙΟΣ • Οκτ 24 - Νοέμ 22

Ο Άρης, ο παραδοσιακός σας κυβερνήτης, βρίσκεται στους Ιχθύς, πυροδοτώντας τον τομέα του πάθους. Η λίμπινο ανεβαίνει, η δημιουργικότητα ξεχειλίζει και εσείς γίνεστε πιο τολμηροί από ποτέ. Στις 14 Μαρτίου, η συνάντηση της Αφροδίτης με τον Ποσειδώνα στους Ιχθύς δημιουργεί ένα σκηνικό απόλυτου ρομαντισμού.

ΙΧΘΥΕΣ • Φεβ 20-Μάρ 20

Αν βρίσκεστε σε μια σοβαρή σχέση, αυτή η έκλειψη αποτελεί το απόλυτο σημείο καμπής. Μπορεί να πάρετε μια κοινή απόφαση ζωής, όπως ένας αρραβώνας ή ένας γάμος, ή να αποφασίσετε να λύσετε οριστικά ένα πρόβλημα που σας ταλαιπωρεί χρόνια.

ΕΙΩ ΓΕΛΑΜΕ

Ο ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΣ

Ήταν καμιά 10ριά άτομα στον Αγ. Πέτρο για να τους στείλει αναλόγως στην Κόλαση ή στον Παράδεισο... Αφού έστειλε σχετικά όλους στην Κόλαση φτάνει και στον τελευταίο τον οποίο τον έστειλε στον Παράδεισο... Πετάγεται ένας και του λέει... «Καλά, τρελός είσαι; Αυτός είναι οδηγός λεωφορείου και περνάει με κόκκινο, δεν υπολογίζει τους πεζούς, τρέχει σαν τρελός, παρανομεί καθημερινά τον ΚΟΚ... κτλ. Και ο Άγιος του απαντάει: «Μπορεί, αλλά είναι ο μόνος από όλους εσάς που στη βάρδιά του κάνει 50 άτομα να κάθουν το σταυρό τους!».

Η ΞΑΝΘΙΑ ΚΑΙ Ο ΠΙΘΗΚΟΣ

Μία ξανθιά βρίσκεται τυχαία στο δρόμο ένα μικρό πίθηκο που φαινόταν χαμένος. Σκέφτηκε να βοηθήσει, αλλά δεν ήξερε τι να κάνει. Λίγο πιο κάτω βρίσκεται έναν αστυνομικό και τον πλησίασε για να ρωτήσει: «Κυρ αστυνόμω, βρήκα αυτόν τον πίθηκο, τι να κάνω;». «Μπορείς να τον πας στο ζωολογικό κήπο», της απαντάει ο αστυνομικός. «Αχ, δίκιο έχετε, αυτό θα κάνω!», του λέει η ξανθιά. Το επόμενο βράδυ, τυχαία, ο αστυνομικός βλέπει την ξανθιά και πάλι μαζί με τον πίθηκο... «Τι έγινε, δεν τον πήγες στο ζωολογικό κήπο;», της λέει αυτός. Και η ξανθιά: «Τον πήγα χτες. Σήμερα λέω να τον πάω... σινεμά!».

Η ΛΙΜΝΗ

Ένας αγρότης είχε ένα πολύ μεγάλο αγρόκτημα με μια ωραία λίμνη στο πίσω μέρος του. Μια μοναχική βραδιά αποφάσισε να πάει μια βόλτα μέχρι τη λίμνη. Καθώς πλησίαζε, κάνοντας το τρίτο τσιγάρο, άκουσε φωνές και γέλια. Όταν έφτασε, είδε πολλά γυμνά νεαρά κορίτσια να παίζουν μέσα στα νερά. Μόλις όμως κατάλαβαν την παρουσία του, πήγαν στα βαθιά για να μη φαινούνται. Ένα από τα κορίτσια του φώναξε: «Δεν πρόκειται να βγούμε αν δεν φύγεις». Και απαντάει κι αυτός: «Ναι, σιγά μην ήρθα για να σας δω να κολυμπάτε γυμνές. Απλά εγώ ήρθα για να ταΐσω τον κροκόδειλο...».

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

Διεθνής Διαφάνεια: Κέρδισε άλλες τρεις θέσεις η Ελλάδα στον πίνακα για την καταπολέμηση φαινομένων διαφθοράς, είναι πλέον 56^η ανάμεσα σε 182 χώρες

Σε διάστημα επτά ετών, η χώρα μας έχει βελτιώσει την κατάταξή της κατά 11 θέσεις
 ■ Το 2010, η Ελλάδα ήταν μόλις 85^η στην κατάταξη ■ Μεγάλη πτώση για την Τουρκία

Βελτίωση της θέσης της Ελλάδας στην καταπολέμηση φαινομένων διαφθοράς, σε περιβάλλον παγκόσμιας διολίσθησης, καταγράφει η Διεθνής Διαφάνεια (Transparency International) στην ετήσια έκθεσή της, που καλύπτει το 2025.

Η Ελλάδα κατατάχθηκε 56^η ανάμεσα στις 182 χώρες που αξιολογήθηκαν, κερδίζοντας τρεις θέσεις σε σχέση με την περσινή μέτρηση, και κατάφερε να βελτιώσει τη βαθμολογία της κατά μία μονάδα, φτάνοντας στο 50 με άριστα το 100.

Σε σχέση με την περίοδο της οικονομικής κρίσης, η πρόοδος που έχει καταγραφεί είναι μεγαλύτερη.

Το 2018 η Ελλάδα είχε υποχωρήσει στους 45 βαθμούς, καταλαμβάνοντας την 67^η θέση παγκοσμίως, που σημαίνει ότι σε διάστημα επταετίας έχει βελτιώσει την κατάταξή της κατά 11 θέσεις.

Το 2010, η Ελλάδα ήταν 85^η στον κατάταξη και είχε βαθμολογηθεί με 3,5 στα 10.

Η άνοδος της Ελλάδας έρχεται σε αντίθεση με τις αρνητικές διεθνείς εξελίξεις, όπως καταγράφονται. Ενδεικτικό είναι πως το 2025 ο παγκόσμιος μέσος όρος υποχώρησε σε χαμηλό δεκαετίας, πέφτοντας στο 42.

Επιδείνωση σημειώθηκε και στην κορυφή, καθώς τέσσερις από τις δέκα πρώτες



χώρες έχασαν βαθμούς σε σχέση με το 2024, πέντε έμειναν στάσιμες και μόνο μία βελτίωσε την επίδοσή της.

Οι αυξανόμενες προκλήσεις στην αντιμετώπιση της διαφθοράς παγκοσμίως καθίστανται σαφείς και από το γεγονός ότι, όπως επισημαίνουν οι συντάκτες της έκθεσης, από το 2012 έως το 2025, 50 χώρες υπέστησαν βαθιά πτώση στη βαθμολογία τους.

Στην κατηγορία αυτή συγκαταλέγεται η Τουρκία, η οποία είχε 49 μονάδες στις 100

πριν από δεκατέσσερα χρόνια, όμως στην έκθεση για το 2025 έλαβε μόλις 31, γεγονός που την τοποθετεί στην 124^η θέση, μαζί με τον Νίγηρα, το Ουζμπεκιστάν και τη Μογγολία.

Στην πρώτη θέση, για όγδοη συνεχόμενη χρονιά, βρίσκεται η Δανία (89/100), δεύτερη έρχεται η Φινλανδία (88/100) και τρίτη η Σιγκαπούρη (84/100).

Ουραγοί είναι χώρες που βιώνουν παρατεταμένη αστάθεια και εσωτερικές συγκρούσεις: το Νότιο Σουδάν (9/100), η Σο-

μαλία (9/100) και η Βενεζουέλα (10/100).

Κυβερνητικά στελέχη παραδέχτηκαν ότι ακόμα απομένει δρόμος έως ότου να επιτευχθούν όλοι οι στόχοι, όμως σημειώνουν, μεταξύ άλλων, τη νομοθέτηση του νέου δικαστικού χάρτη, «που έχει μειώσει στο μισό το χρόνο που απαιτείται για την πρωτοβάθμια έκδοση αποφάσεων», το κτηριακό πρόγραμμα ύψους 550 εκατομμυρίων ευρώ για ανέγερση και αναβάθμιση δικαστικών μεγάρων και την ψηφιοποίηση διαδικασιών.

Τόνισαν, επίσης, την πρόοδο στη νομοθετική διαδικασία, με όλα τα νομοσχέδια να τίθενται σε δημόσια διαβούλευση το 2024 και «την κατάργηση fast track διαδικασιών που οδηγούν σε φαινόμενα κακονομίας».

Ως αποτέλεσμα, την τελευταία τετραετία η Ελλάδα έχει μειώσει τις συστάσεις της Κομισιόν σε 4 από 7 και ήταν ένα από τα 12 κράτη – μέλη που σημείωσαν πρόοδο σε όλες τις συστάσεις στη νεότερη έκθεση.

Στον αντίποδα βέβαια, δεν μπορεί να περάσει απαρατήρητο, παρά τη βελτίωση, ότι σε καλύτερη θέση αυτή τη στιγμή από την Ελλάδα, είναι κράτη όπως η Κόστα Ρίκα (56/100), η Ρουάντα (58/100) και η Μποτσουάνα (58/100).

ΠΗΓΗ: ΑΠΕ-ΜΠΕ

Απ'όλα για όλους

450 978 9999

ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑ / ΒΑΦΕΣ

Εγγυημένη εργασία
 Ειδικευμένο προσωπικό
 Παραχώρηση αυτοκινήτου
 Γρήγορη και άφοβη εξυπηρέτηση

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

PROFESSIONAL AUTO BODY REPAIR & PAINTING

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

514 476-4565

1385, Boul. des Laurentides,
 Local 103 Vimont, Laval

A2 AUTO

DJ - ΜΟΥΣΙΚΗ

DJ MAMACITA

514-800-0666

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 ΕΚΤΙΜΗΣΗ

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

ΜΕΝΤΙΟΥΜ

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

ΚΕΝΤΡΑ 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)



2026

calls for a plan upgrade



40

/mo. ±

for 50 GB



WORLDWIDE COMBO



After Auto-Pay¹, at 4G speeds*, on new activations.

Setup Service Fee (\$80) applies.



Visit mobifone.ca
to see all current offers

Place Forest
10539, Pie-IX Blvd.
514 325-7100

Decarie Square
6900 Decarie, Unit K001
514 739-6838

436, Jean-Talon St West
du Parc Metro
514 272-2355

680, Jarry St East
Jarry Metro
514 490-0099

MONTREAL

Complexe Desjardins
175, René-Lévesque Blvd. West
Place-des-Arts Metro
514 669-1880

Place du Quartier
(Chinatown)
1111, St-Urbain St
Place-des-Arts Metro
514 667-0077

Place Alexis Nihon
1500, Atwater Av.
Atwater Metro
514 939-5552

4257 Boul. St-Laurent
Mont-Royal Metro
514 439-9934

Place Viau
7600, Viau Blvd.
514 376-6667

SOUTH SHORE

Valleyfield Centre
50 Dufferin, Unit 1200
Valleyfield
450 373-0519

Châteauguay Regional Centre
200 d'Anjou Blvd.,
Châteauguay
450 692-7769

NORTH SHORE

Galleries Terrebonne
1185, Moody Blvd.
Terrebonne
450 964-8403

LANAUDIERE

Galleries Joliette
1075 Firestone Blvd.
Joliette
450 760-3000

OUTAOUAIS

Les Galeries de Hull
320, St-Joseph Blvd.
Hull
819 205-1390



EXCLUSIVE DEALER **fido**

GO, GO, GO

Offer subject to change without notice. A Setup Service Fee of \$80 applies to set up your device and related services. Taxes extra. ± Where applicable, additional airtime and data, long distance, roaming, add-ons, provincial 9-1-1 fees and taxes are extra and billed monthly. * Speeds up to 150 Mbps. 1. A \$5/month discount is available on eligible in-market Fido mobile plans to customers who set up Automatic Payments on their account (not retroactive). You must keep Automatic Payments active with an eligible plan to maintain your discount. Discount will end if you move to an ineligible plan or cancel Automatic Payments. ™Fido related names & logos are trademarks used under licence. ©2026 Fido