

**ΓΙΑ** κατεδάφιση του κοινωνικού κράτους και του κράτους πρόνοιας κατηγόρησε τη Νέα Δημοκρατία η πρώην αναπληρωτής υπουργός και αναπληρώτρια τομεάρχης Κοινωνικής Αλληλεγγύης του ΣΥΡΙΖΑ – Προοδευτική Συμμαχία Θεανώ Φωτίου, που βρέθηκε στα Γιάννενα και πραγματοποίησε περιοδεία στην Κόνιτσα, ενόψει της επίσκεψης και ομιλίας του Αλέξη Τσίπρα.

ΡΕΠΟΡΤΑΖ  
ΓΕΩΡΓΙΑ ΧΑΛΑΤΣΗ

**Μ**ε στοιχεία για τη μείωση των voucher στους παιδικούς σταθμούς, το επίδομα ενοικίου, το ελάχιστο εγγυημένο εισόδημα αλλά και τα σχολικά γεύματα, η κ. Φωτίου εξέφρασε την ανησυχία της γιατί η κυβέρνηση, σε συνθήκες εκτός μνημονίου, αντί να αυξάνει τις κοινωνικές παροχές, συνεχώς απομειώνει το κοινωνικό κράτος.

«Είμαστε εδώ για να πούμε ότι υπάρχει ελπίδα, υπάρχει πρόγραμμα και πρέπει αυτή η κυβέρνηση να φύγει το δυνατόν συντομότερα, γιατί υπάρχει κίνδυνος να χάσει η Ελλάδα τη τελευταία μεγάλη ευκαιρία του Ταμείου Ανάκαμψης, υπάρχει κίνδυνος να φαγωθούν χρήματα με ημετέρους, σε αλλότριους σκοπούς, και να μην πηγαίνουν εκεί που πρέπει. Είμαστε εδώ για να εξηγήσουμε γιατί υπάρχει άλλος δρόμος από την υγειονομική τραγωδία, από την ανθρωπιστική κρίση που επαπειλείται λόγω της ακρίβειας και της ενεργειακής κρίσης που οξύνεται στην Ελλάδα, γιατί υπάρχει άλλος δρόμος

## ΑΝΗΣΥΧΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΜΕΙΩΣΗ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΚΡΑΤΟΥΣ ΕΞΕΦΡΑΣΕ ΑΠΟ ΤΑ ΓΙΑΝΝΕΝΑ Η Θ. ΦΩΤΙΟΥ «Να φύγει το δυνατόν συντομότερα»



για την υγεία, την παιδεία και την παραγωγική ανασυγκρότηση», τόνισε η κ. Φωτίου κατά τη συνέντευξη που παραχώρησε, πλαισιωμένη από τη βουλευτή Ιωαννίνων και τομεάρχη Παιδείας Μερόπη Τζούφη και τον συντονιστή της Ν.Ε. Ιωαννίνων του κόμματος Σάββα Δημητριάδη.

Με αφορμή την επίσκεψή της στην Κόνιτσα, η κ. Φωτίου εξέφρασε την απογοήτευσή της για το κλείσιμο της δομής προσφύγων που λειτουργούσε στο κτίριο του Κέντρου

Κοινωνικής Πρόνοιας Περιφέρειας Ηπείρου και έκανε λόγο για εγκατάλειψή του, με επιπτώσεις και στην τοπική οικονομία, ενώ στις επαφές με τον δήμαρχο Ν. Εξάρχου συζητήθηκε το κλείσιμο σχολικών μονάδων και η απομάκρυνση υπηρεσιών από την περιοχή. Όπως σημείωσε, το πρόγραμμα του ΣΥΡΙΖΑ για τις ορεινές και απομακρυσμένες περιοχές της ελληνικής περιφέρειας είναι να δοθούν κίνητρα για την επανακατοίκησή τους και να υλοποιηθούν

ειδικά αναπτυξιακά προγράμματα με χρηματοδότηση από ευρωπαϊκούς πόρους και το Ταμείο Ανάκαμψης.

Παράλληλα, με αφορμή και την επίσκεψή της στο Κέντρο Υγείας Κόνιτσας, αναφέρθηκε στο πρόγραμμα του ΣΥΡΙΖΑ για ένα δίκτυο φροντίδας υγείας και πρόνοιας, με τη συνεργασία όλων των εμπλεκόμενων δομών και υπηρεσιών, σε συνδυασμό με την εφαρμογή του ηλεκτρονικού φακέλου του πολίτη και την παροχή δωρεάν υπηρεσιών υγείας και πρόνοιας. «Χωρίς ισχυρό κράτος πρόνοιας δεν μπορούν να εξυπηρετηθούν τα δικαιώματα των πολιτών», ανέφερε μεταξύ άλλων η κ. Φωτίου.

Στην επίσκεψή του κλιμακίου στην Κόνιτσα και τα προβλήματα που διαπιστώθηκαν στους τομείς της υγείας και της παιδείας, αναφέρθηκε η κ. Τζούφη, σημειώνοντας την ανάγκη κινήτρων για την ανάπτυξη της περιοχής, ενώ αναφέρθηκε και σε θετικό παράδειγμα, όπως αυτό της Δημόσιας Βιβλιοθήκης της Κόνιτσας, που προσπαθεί να αναδείξει τον πλούτο της περιοχής, αλλά και να αποτελεί σημείο εκπαίδευσης των παιδιών και καταφυγής των μεγαλύτερων. Επίσης, το κλιμά-

κιο επισκέφθηκε το Δασοαρχείο Κόνιτσας και τη δομή ψυχικά πασχόντων «Νόστος».

Με αφορμή την παρουσία της Θεανούς Φωτίου, ο συντονιστής Σ. Δημητριάδης αναφέρθηκε στο κοινωνικό έργο της κυβέρνησης ΣΥΡΙΖΑ, αλλά και στο ενδιαφέρον του κόμματος και του Αλ. Τσίπρα προσωπικά για την Ήπειρο. «Το ενδιαφέρον για την Ήπειρο και τους ανθρώπους της καταδεικνύεται για ακόμη μία φορά. Άλλωστε τα έργα στην περιοχή της Ηπείρου την περίοδο διακυβέρνησης του ΣΥΡΙΖΑ και μάλιστα σε μνημονιακούς χρόνους δεν μπορούν να αμφισβητηθούν και είναι εμφανή στην καθημερινότητα των πολιτών», σημείωσε, κάνοντας αναφορά στην ολοκλήρωση της Ιόνιας οδού και του λιμανιού Ηγουμενίτσας, στο αεροδρόμιο των Ιωαννίνων, το έργο της αναστήλωσης της γέφυρας Πλάκας, την επέκταση του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου, τις τοπικές μονάδες υγείας, τα νέα πανεπιστημιακά τμήματα και την ενίσχυση της έρευνας. «Σε πλήρη αντίθεση βέβαια με τα δύομιση χρόνια απραξίας της κυβέρνησης Μητσοτάκη και απουσίας σχεδιασμού και ουσιαστικών έργων για την Ήπειρο», όπως τόνισε.

Η εξόρμηση και οι επισκέψεις του κλιμακίου συνεχίστηκαν το απόγευμα στο Κέντρο Υγείας Ιωαννίνων και στη Στέγη Υποστηρίξιμης Διαβίωσης (ΣΥΔ) του Συλλόγου Γονέων, Κηδεμόνων και Φίλων ΑμεΑ Κυψέλη Ιωαννίνων. Σήμερα το πρωί στις 9.30 θα πραγματοποιηθεί επίσκεψη στον Οργανισμό Κοινωνικής Προστασίας – Αλληλεγγύης και Προσχολικής Αγωγής (Ο.Κ.Π.Α.Π.Α.) του δήμου Ιωαννίνων και συνάντηση με τον πρόεδρο και μέλη του Δ.Σ. του οργανισμού.

### Στη Θεσπρωτία την Παρασκευή ο Αλ. Τσίπρας

**Μ**ε επίσκεψη στη Θεσπρωτία θα ολοκληρωθεί η διήμερη περιοδεία του προέδρου του ΣΥΡΙΖΑ – Προοδευτική Συμμαχία Αλέξη Τσίπρα στην Ήπειρο.

Ο αρχηγός της αξιωματικής αντιπολίτευσης θα βρίσκεται στα Γιάννενα από σήμερα το πρωί και θα έχει συναντήσεις με το διοικητικό συμβούλιο του Σωματίου Εστίασης και του Γενικού Αγροτικού Συνεταιρισμού Ιωαννίνων «Ένωση Αγροτών». Στις 7 το απόγευμα θα μιλήσει σε πολιτική εκδήλωση στο ξενοδοχείο Du Lac.

Αύριο Παρασκευή θα μεταβεί στην Ηγουμενίτσα, όπου στις 11 το πρωί θα περιηγηθεί στον πεζόδρομο της πόλης και στη συνέχεια θα συμμετέχει σε σύσκεψη παραγωγικών φορέων στην αίθουσα του δημοτικού συμβουλίου Ηγουμενίτσας. Ακολούθως θα επισκεφθεί τον κάμπο Σαγιάδας-Κεστρίνης-Ραγίου, όπου θα συνομιλήσει με αγρότες της περιοχής.

  
**ΣΑΡΑΛΙΩΤΗΣ**  
Τέντες & Συστήματα Σκίασης  
**Σαραλιώτης Γιώργος**  
Ιωαννίνων 79Α, Ανατολή, Τ.Κ. 45521  
Τηλ - Fax: 26510 43585, e-mail: info@saraliotis.gr

**ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΟΣ ΑΓΩΝ**

Ο Ηπειρωτικός Ζητά νέο με εκπληρωμένες τις στρατιωτικές υποχρεώσεις του για τη **διανομή της εφημερίδας.**

- ▶ Απαραίτητη η κατοχή διπλώματος δίκυκλου.
- ▶ Θα προτιμηθεί κάτοχος δίκυκλου.
- ▶ Μερική απασχόληση, νυχτερινές ώρες, μόνιμη εργασία.

Για πληροφορίες και ραντεβού για τη συνέντευξη, μπορείτε να καλείτε καθημερινά (9:00 – 17:00) στο τηλέφωνο 2651026300.  
Υπεύθυνη: κα Γιώτα Κύρκου.

**ΚΛΑΣΙΚΟ**  
Φροντιστήριο Φιλολογικών Μαθημάτων

Διεύθυνση σπουδών: Γιώργος Δ. Φούκας

Με υπευθυνότητα και σεβασμό στο βαθμιαίο και την προσοχή του

Γρηγορίου Σακκά 13  
Ιωάννινα, 1ος όροφος  
Τ. 26510 35093  
Κ. 6974 042696  
www.gfoukas.gr e-mail: gfoukas@otenet.gr

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ

**Φαινόμενο της σύγχρονης εποχής\***

Το σύνδρομο της επαγγελματικής εξουθένωσης ή κόπωσης περιγράφεται ως μια κατάσταση σωματικής και ψυχικής εξάντλησης που αναπτύσσεται σε άτομα των οποίων η εργασία σχετίζεται με παροχή βοήθειας. Σύμφωνα με τους Maslach και Jackson (1981) δεν εμφανίζεται ξαφνικά ούτε προκαλείται από κάποιο μεμονωμένο περιστατικό υψηλού στρες, αλλά είναι αποτέλεσμα μακροχρόνιου καταπιεσμένου άγχους, που καταβάλει τον εργαζόμενο και του γεννά αισθήματα ανικανότητας και αδυναμίας να ανταπεξέλθει στις πιέσεις του εργασιακού χώρου.

Οι διαστάσεις της επαγγελματικής εξουθένωσης είναι η συναισθηματική εξάντληση, η αποπροσωποποίηση, όπου ο εργαζόμενος εκδηλώνει αρνητική και αγενή συμπεριφορά και η έλλειψη προσωπικής επίτευξης κατά την οποία δεν ανταποκρίνεται αποτελεσματικά στο στρεσογόνο εργασιακό του περιβάλλον (Maslach, 1989).

Οι Edelvich & Brodsky (1980) περιγράφουν τέσσερα στάδια ανάπτυξης της επαγγελματικής εξουθένωσης:

- το στάδιο του «ενθουσιασμού», κατά το οποίο θέτονται πολύ υψηλοί στόχοι που δύσκολα πραγματοποιούνται.
- το στάδιο της «αμφιβολίας και αδράνειας», όπου το άτομο απογοητευμένο αδρανοποιείται ως προς την εργασία του.
- το στάδιο της «απογοήτευσης και ματαίωσης».
- το στάδιο της «απάθειας», όπου το άτομο αποποιείται κάθε ευθύνης και συνεχίζει την εργασία του μόνο για βιοποριστικούς λόγους.

Οι Κόκκινος & Δαβάζογλου (2006) αναφέρουν πως οι αιτίες για την εκδήλωση της επαγγελματικής εξουθένωσης σχετίζονται: α) με τα δημογραφικά στοιχεία, β) με τις εργασιακές συνθήκες, γ) με ατομικούς παράγοντες και δ) με την αλληλεπίδραση των παραπάνω παραμέτρων, ενώ ο Chang (2009) τους κατατάσσει σε ατομικούς παράγοντες, σε οργανωτικούς παράγοντες και σε παράγοντες συναλλαγής.

Οι επιστήμονες προτείνουν λύσεις για την πρόληψη και την αντιμετώπιση του συνδρόμου της επαγγελματικής εξουθένωσης, όπως τον επαναπροσδιορισμό των προσωπικών στόχων και προσδοκιών, τον εντοπισμό στρατηγικών αντιμετώπισης, την ενασχόληση με δραστηριότητες, τη σωστή διατροφή και άσκηση και τον επαρκή ύπνο (Πατσάλης και Παπουτσάκη, 2010).

Το μοντέλο PERMA αναπτύχθηκε από τον Seligman (2011) ως οδηγός με σκοπό να βοηθήσει τα άτομα να βρουν το νόημα της ζωής, την ευτυχία και την ολοκλήρωση, και προσδιορίζεται από πέντε παράγοντες:

- Θετικά συναισθήματα, μέσω των οποίων τα αισθάνονται μεγαλύτερη **ασφάλεια** και είναι **πιο ανοιχτά** στην αναζήτηση νέων εμπειριών.
- Δέσμευση, κατά την οποία το άτομο **απορροφάται** βαθιά στην **εργασία** του.
- Θετικές Σχέσεις, που οδηγούν σε **υψηλότερη παραγωγικότητα** και καλύτερη **διαχείριση του άγχους**.
- Νόημα, που αναφέρεται στην πεποίθηση ενός ατόμου ότι η ζωή του είναι πολύτιμη.
- Ολοκλήρωση, που αφορά στην πραγματοποίηση προόδου έναντι των στόχων που έχουν τεθεί, το αίσθημα της ικανότητας για διεκπεραίωση καθημερινών δραστηριοτήτων και την αίσθηση του επιτεύγματος.

\*Το άρθρο αυτό προέκυψε από εκπαιδευτικούς της Διεύθυνσης Α/βάθμιας Εκπ/σης Θεσπρωτίας που παρακολούθησαν το επιμορφωτικό πρόγραμμα "Burnout Prevention in a school system" στην Πράγα, τον Ιούλιο 2021, στο πλαίσιο του ευρωπαϊκού προγράμματος Erasmus+ KA1.