ΕΝΩΣΗ ΔΙΑΚΙΝΗΤΩΝ
ΕΜΠΟΡΩΝ ΟΙΝΩΝ & ΠΟΤΩΝ

ΕΔΕΟΠ ΑΘΗΝΩΝ

ΠΛΗΡΩΜΕΝΟ ΤΕΛΟΣ
Ταχ. Γραφείο ΚΕΜΠΑΘ
Αριθμός Άδειας 5278

ΕΤΟΣ 37ο
ΑΡ. ΦΥΛΛΟΥ 442
ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2022
ΚΩΔΙΚΟΣ: 011505

Ζ. Παπαντωνίου 54-58 Αθήνα, Τ.Κ. 11145 Τηλ. 210 8318221
www.edopath.gr e-mail: edeopath@gmail.com

Η νέα ιστοσελίδα της ΕΔΕΟΠ: www.edeop.gr είναι έτοιμη

Συνάδελφοι εγγραφείτε όλοι για να ενισχύσουμε τον κλάδο

Το Διοικητικό Συμβούλιο αποφάσισε την δημιουργία νέας σύγχρονης ιστοσελίδας (portal), όπου θα εγγράφονται τα μέλη μας και θα αποστέλλεται ό,τι νέο υπάρχει (προσφορές,νέα κλπ) στα e-mail τους. Επίσης υπάρχει δυνατότητα να υποβάλλονται ερωτήματα που θα απαντώνται από εντεταλμένο όργανο της ΕΔΕΟΠ.
Ηδη άρχισε να δημοσιεύεται βιβλιοθήκη με τους τρέχοντες τιμοκατάλογους όλων των εταιρειών όπου οι ενδιαφερόμενοι λαμβάνουν γνώση αφού εγγραφούν και λάβουν τους σχετικούς κωδικούς.Η ΕΔΕΟΠ ΑΘΗΝΩΝ επιθυμεί αυτό το site που θα ενημερώνεται καθημερινά να γίνει ένα σύγχρονο εργαλείο της αγοράς για όλους τους συναδέλφους και ήδη το υλοποιεί ταχύτατα.

Για την ενημέρωση των συναδέλφων δημοσιεύουμε την πρόοδο της κατασκευής της ιστοσελίδας ώστε οποιοσδήποτε επιθυμεί να καταθέσει τις απόψεις του να τις αποστείλει στο email: edeopath@gmail.gr

ΑΝΑΚΑΤΑΤΑΞΕΙΣ ΣΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΤΟΥ ΖΥΘΟΥ

Ο Όμιλος 3Ε εισέρχεται από 1ης Ιανουαρίου του 2023 στις πωλήσεις μπίρας

Ο όμιλος Coca Cola 3E απέστειλε προς τους πρατηριούχους επιστολή όπου γνωρίζει στο χονδρεμπόριο ότι εισέρχεται στο χώρο του ζύθου με πολύ γνωστά Brands, δημιουργώντας νέες συνθήκες στην αγορά.
Η επιστολή μεταξύ άλλων αναφέρει τα εξής:
Σε συνέπεια με τη δέσμευσή μας να επενδύουμε συνεχώς και να δημιουργούμε ευκαιρίες ανάπτυξης στην ελληνική αγορά, είμαστε στην ευχάριστη θέση να ανακοινώσουμε την έναρξη της συνεργασίας μας με την AB InBev, τη μεγαλύτερη ζυθοποιία στον κόσμο με ορισμένα από τα πιο δημοφιλή σήματα μπύρας όπως Corona, Stella Artois και Bud. Η συνεργασία μας Θα περιλαμβάνει πωλήσεις, διανομή, trade marketing και ενεργοποίηση της αγοράς σε Ελλάδα και Κύπρο, για όλα τα εμπορικά σήματα που ανήκουν στην AB InBev. Η συμφωνία θα τεθεί σε ισχύ την 1η Ιανουαρίου 2023.
Μέσω της συνεργασίας αυτής, φιλοδοξούμε να δώσουμε περαιτέρω ώθηση στη στρατηγική μας για την

εξυπηρέτηση των αναγκών των καταναλωτών μας 24 ώρες την ημέρα / 7 ημέρες την εβδομάδα, με ένα ισχυρό και απολύτως συμπληρωματικό χαρτοφυλάκιο κορυφαίων εμπορικών σημάτων. Είμαστε βέβαιοι ότι η προσθήκη αυτών των σπουδαίων εμπορικών σημάτων μπύρας στο χαρτοφυλάκιό μας θα δημιουργήσει ελκυστικές προοπτικές και θα ενισχύσει περαιτέρω την αξία που δημιουργούμε μαζί μέσω της συνεργασίας μας.
Δεσμευόμαστε να ενισχύσουμε το αποτύπωμά μας στη χώρα, να προσθέτουμε αξία στους πελάτες, τους καταναλωτές, τους εργαζόμενους και τους προμηθευτές μας, καθώς και να συνεισφέρουμε σταθερά και ουσιαστικά στην εθνική οικονομία και τις τοπικές κοινότητες. Είμαστε βέβαιοι ότι αυτή η συμφωνία θα δημιουργήσει νέες ευκαιρίες για την επέκταση της συνεργασίας μας, εμπλουτίζοντας τις προσφερόμενες επιλογές σε όλες τις κατηγορίες, με σαφώς διαφοροποιημένες μάρκες, που δημιουργούν προστιθέμενη αξία για εσάς και τους πελάτες σας.
Θα Θέλαμε να σας ευχαριστήσουμε για τη συνεργασία μας και ανυπομονούμε να συνεχίσουμε να δημιουργούμε μαζί νέες ευκαιρίες ανάπτυξης.
Το Δ.Σ της ΕΔΕΟΠ Αθηνών ευελπιστεί ότι θα δημιουργηθούν καλύτερες εμπορικές συνθήκες για τα συγκεκριμένα Brands στο χονδρεμπόριο.

Όχι στην αύξηση των ασφαλιστικών εισφορών από 1η Ιανουαρίου 2023

Στη σελίδα 4

Ζητείται συνάδελφος που θα συγγράψει επί πληρωμή, μελέτη για το επάγγελμα του Διακινητή Οίνων-Ποτών

Στη σελίδα 2

Διψήφια ανάπτυξη το 9μηνο για την Ολυμπιακή Ζυθοποιία

ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΖΥΘΟΠΟΙΙΑ Α.Ε.

Στη σελίδα 14

Πρατηριούχε, απέδειξε έμπρακτα ότι σε ενδιαφέρει η πορεία του κλάδου, συσπειρώσου λοιπόν στην ΕΔΕΟΠ Αθηνών για να επιτύχουμε τους στόχους μας

Προϊόντα και πληθωρισμός

Coca-Cola: Διαρκής επένδυση σε προϊόντα χαμηλής ή μηδενικής ζάχαρης

Στο 40% το μερίδιο

Η Coca-Cola συνεχίζει σταθερά την ανάπτυξη προϊόντων χαμηλής ή μηδενικής περιεκτικότητας σε ζάχαρη, με στόχο να δώσει περισσότερες επιλογές με λιγότερες θερμίδες στους καταναλωτές.
Από το 2010 η εταιρεία επενδύει στην ανάπτυξη προϊόντων μειώνοντας τη ζάχαρη και συνεισφέροντας παράλληλα σε ένα πιο υγιεινό διατροφικό περιβάλλον, έχοντας καταφέρει να μειώσει κατά περίπου 24% τις θερμίδες στα αναψυκτικά της μέχρι σήμερα.

Παράλληλα, έχει εισαγάγει 18 νέα ροφήματα με μειωμένη ή μηδενική ζάχαρη και θερμίδες, προσφέροντας τουλάχιστον μια επιλογή χαμηλής ή μηδενικής ζάχαρης για κάθε ένα από τα αναψυκτικά της. Πιο συγκεκριμένα, η Fanta περιέχει πλέον 30% λιγότερη ζάχαρη και η Sprite 67%.

Δέσμευση απέναντι στους καταναλωτές

Η Μαρία Τζελέπη, διευθύντρια Εταιρικών Υποθέσεων, Επικοινωνίας & Βιώσιμης Ανάπτυξης για την The Coca-Cola Company σε Ελλάδα, Κύπρο και Μάλτα, ανέφερε στην «Ημερησία» ότι «σήμερα, περίπου το 40% του όγκου των πωλήσεών μας προέρχεται από ροφήματα με χαμηλή ή μηδενική ζάχαρη και θερμίδες». Σύμφωνα με την κυρία Τζελέπη, αυτό δεν σημαίνει απλά ότι ακολουθεί η εταιρεία μια τάση, αλλά ότι «είναι μια δέσμευση απέναντι στους καταναλωτές μας ότι θα συνεχίσουμε να αναπτύσσουμε προϊόντα που θα κάνουν τη διαφορά, προϊόντα που πέρα από το να προσφέρουν απόλαυση, θα ανταποκρίνονται με τον βέλτιστο δυνατό τρόπο σε έναν πιο υγιεινό διατροφικό τρόπο ζωής».

7 ανασυνθέσεις ροφημάτων

Σημειώνεται ότι, με συνολικά 7 ανασυνθέσεις ροφημάτων έως τώρα, η Coca-Cola διαθέτει ήδη ένα ολοκληρωμένο χαρτοφυλάκιο που ανταποκρίνεται στις σύγχρονες διατροφικές ανάγκες.

Σε αυτό το χαρτοφυλάκιο, εδώ και κάποια χρόνια έχει προστεθεί και η νέα Coca-Cola Χωρίς Ζάχαρη και Χωρίς Καφεΐνη. Σύμφωνα με την εταιρεία, «πρόκειται για ένα καινοτόμο προϊόν, καθώς είναι απαλλαγμένο όχι μόνο από τη ζάχαρη, αλλά και από την καφεΐνη, γεγονός που την καθιστά ιδανική για κατανάλωση όλες τις ώρες της ημέρας, χωρίς συμβιβασμούς. Με την Coca-Cola Zero να έχει κερδίσει έδαφος στις προτιμήσεις των καταναλωτών, η Coca-Cola Χωρίς Ζάχαρη και Χωρίς Καφεΐνη έρχεται να δώσει μια επιπλέον επιλογή σε όσους θέλουν να απολαμβάνουν το αγαπημένο τους αναψυκτικό ακόμα και τις βραδινές ώρες».

Χωρίς... εκπτώσεις σε ποιότητα και γεύση

Από την εταιρεία υπογραμμίζεται, τέλος, ότι «σε μια εποχή που οι καταναλωτές στρέφουν όλο και περισσότερο την προσοχή τους σε πιο υγιεινές διατροφικές συνήθειες, η Coca-Cola συνεχίζει να χτίζει σταθερά και αδιάκοπα ένα χαρτοφυλάκιο προϊόντων που να ανταποκρίνεται στις σύγχρονες καταναλωτικές ανάγκες, χωρίς να κάνει καμία έκπτωση στην ποιότητα και τη μοναδική γευστική εμπειρία που έχει συνδεθεί άρρηκτα με την απόλαυση των παγωμένων αναψυκτικών της, με ναυαρχίδα φυσικά την Coca-Cola».

Ζητείται συνάδελφος που θα συγγράψει επί πληρωμή μελέτη για το επάγγελμα του Διακινητή Οίνων-Ποτών

Αγαπητοί συνάδελφοι,
Υπάρχει μια ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ για την συγγραφή της Γενικής Περιγραφής του περιεχομένου και του σκοπού του Επαγγέλματος του Διακινητή Οίνων και Ποτών.
Με λίγα λόγια Το Ινστιτούτο του Συνδέσμου Ελληνικών Τουριστικών Επιχειρηήσεων (ΙΝΣΕΤΕ) υλοποιεί την Αναάπτυξη-επικαιροποίηση και πιστοποίηση επαγγελματικών περιγραμμάτων μέσα στα οποία είναι και ο κλάδος μας δηλαδή το επάγγελμα του διακινητή οίνων και ποτών.
Το ζητούμενο είναι αν υπάρχει κάποιος συνάδελφος ο οποίος θα μπορούσε να συγγράψει μια μελέτη για το επάγγελμά μας.
Δίνουμε κάποια παραδείγματα που μας έστειλε το Ινστιτούτο:
"Ο διακινητής οίνων ποτών αναλαμβάνει την εμπορία και διακίνηση προϊόντων Οίνου και Ποτών από την επιχείρηση εμπορίας ή αποθήκευσης στα σημεία τελικής πώλησης. Ειδικότερα αυτός που ασκεί το επάγγελμα αναλαμβάνει την παραγγελία και την αγορά των εμπορευμάτων από τους προμηθευτές, παραλαμβάνει και αποθηκεύει τα προϊόντα σε κατάλληλους χώρους τηρώντας τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας και είναι υπεύθυνος για τη διανομή και πώληση των προϊόντων. Θα πρέπει να κατέχει εκτός των άλλων γνώσεις σχετικά με την οργάνωση και διαχείριση της αποθήκης, την επικοινωνία, την υγιεινή και ασφάλεια, και τους κανόνες φόρτωσης και μεταφοράς. Για την άσκηση αυτού του επαγγέλματος δεν υπάρχει εκπαιδευτικό πρόγραμμα θεσμοθετημένο το οποίο να παρέχει τις απαραίτητες για το επάγγελμα γνώσεις, παρά μόνο συναφείς σχολές οι οποίες παρέχουν γνώσεις οι οποίες έμμεσα σχετίζονται με το επάγγελμα. Παρόλα αυτά οι τάσεις για την απασχόληση εμφανίζονται αυξητικές καθώς η κατανάλωση οίνων και ποτών και κατά συνέπεια η διακίνηση αυτών των εμπορευμάτων δημιουργεί αυξημένες ανάγκες σε απασχολούμενο προσωπικό στο επάγγελμα του διακινητή. Η παρούσα μελέτη περιλαμβάνει την αναλυτική περιγραφή του επαγγέλματος σε κύριες Επαγγελματικές Λειτουργίες (ΚΕΛ), οι οποίες αναλύονται σε Επιμέρους Επαγγελματικές Λειτουργίες (ΕΕΛ) και οι οποίες με τη σειρά τους αναλύονται σε Επαγγελματικές Εργασίες (ΕΕ). Ακολούθως αναλύονται οι γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες που θα πρέπει να έχει ο κάτοχος της θέσης εργασίας καθώς επίσης και ενδεικτικοί τρόποι αξιολόγησης αυτών. Τέλος προτείνονται πέντε (5) διαφορετικές διαδρομές απόκτησης των απαραίτητων προσόντων για τη συγκεκριμένη θέση εργασίας."
Οι ενότητες που θα πρέπει να συγγραφούν:

ΕΝΟΤΗΤΑ Α: «ΤΙΤΛΟΣ ΚΑΙ ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ Η/ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ»

ΕΝΟΤΗΤΑ Β: «ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΟΥ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ Η/ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ»

ΕΝΟΤΗΤΑ Γ: «ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΕΣ ΓΝΩΣΕΙΣ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ»

ΕΝΟΤΗΤΑ Δ: «ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΚΤΗΣΗ ΤΩΝ ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΩΝ ΠΡΟΣΟΝΤΩΝ»

ΕΝΟΤΗΤΑ Ε: «ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΩΝ ΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΩΝ ΓΝΩΣΕΩΝ, ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΚΑΙ ΙΚΑΝΟΤΗΤΩΝ»

Οι συνάδελφοι που μπορεί να ενδιαφέρονται να αναλάβουν το έργο επί πληρωμή μπορούν να επικοινωνήσουν με την ΕΔΕΟΠ Αθήνας Δευτέρα,Τετάρτη και Πέμπτη 09.00-14.30 στα τηλέφωνα 210-8312351 και 210-8318221 ή εναλλακτικά στο www.edeop.gr

ΤΟ Δ.Σ. ΤΗΣ ΕΔΕΟΠ ΑΘΗΝΩΝ

ΒΥΤΙΝΙΩΤΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ	210-9702018	ΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΑΝΩΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΔΑΜΙΑΝΟΣ	210-8043465	ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ
ΔΑΝΙΗΛ ΣΠΥΡΟΣ	210-4934757	ΓΕΝ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ
ΖΑΜΠΟΥΡΑΣ ΧΑΡΗΣ	210-2465788	ΤΑΜΙΑΣ
ΔΕΡΜΙΤΖΑΚΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ	210-5779896	ΜΕΛΟΣ
ΚΑΡΑΜΗΝΑΣ ΜΙΧΑΗΛ	210-8818953	ΜΕΛΟΣ
ΝΤΑΜΠΑΡΑΚΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ	210-2772005	ΜΕΛΟΣ

Εφημερίδα
ΕΔΕΟΠ
Μηνιαίο δημοσιογραφικό όργανο της
ΕΝΩΣΗΣ ΔΙΑΚΙΝΗΤΩΝ ΕΜΠΟΡΩΝ ΟΙΝΩΝ-ΠΟΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ

Ιδιοκτήτης
ΕΔΕΟΠ ΑΘΗΝΩΝ
Οδός Ζ. Παπαντωνίου 54-58, 11145 Αθήνα
Τηλ. 210-8318221, 210-8312351
www.edeopath.gr
e-mail: edeopath@gmail.gr
ΚΩΔΙΚΟΣ: 1505

Εκδότης
ΒΥΤΙΝΙΩΤΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
210-9702018

Επιμέλεια Έκδοσης - Εκτύπωση
ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΔΕΣΜΟΣ
Ε. Γιάνναρη 5, 11853
210-3468268

INDIAN
Tonic Water
Schweppes
17|83

ΕΤΟΙΜΑΣΟΥ ΓΙΑ
ΜΙΑ ΤΕΛΕΙΑ ΒΡΑΔΙΑ
ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

Schweppes

www.schweppes.gr

(C)2022 European Refreshments. SCHWEPPES is a registered trade mark of European Refreshments. Πρόταση σερβιρίσματος.

Ασφαλιστικά – Δάνεια

Όχι στην αύξηση των ασφαλιστικών εισφορών από 1η Ιανουαρίου 2023

Αναγκαία νέα ρύθμιση οφειλών σε έως 120 δόσεις

Το «πάγωμα» της αύξησης των ασφαλιστικών εισφορών για 1,2 εκατομμύρια μη μισθωτούς, τουλάχιστον για το 2023, ζητάει η διοίκηση του Βιοτεχνικού Επιμελητηρίου Αθήνας, με επιστολή της στον υπουργό Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων, Κωστή Χατζηδάκη.

Σύμφωνα με τον Πρόεδρο του Επιμελητηρίου Παύλο Ραβάνη, οι μικρομεσαίοι επιχειρηματίες δεν μπορούν - ενόψει ενός ιδιαίτερα δύσκολου χειμώνα και υπό την δαμόκλειο σπάθη νέων λουκέτων λόγω της εκτόξευσης του λειτουργικού κόστους των επιχειρήσεών τους ως αποτέλεσμα της ενεργειακής κρίσης - να επωμιστούν και την αύξηση των ασφαλιστικών τους εισφορών.

Πρόσφατη έρευνα του Β.Ε.Α που αξιολόγησε τα τιμολόγια ενέργειας των μελών του, ανέδειξε ότι το κόστος για τη χρήση φυσικού αερίου, έχει αυξηθεί κατά 300%, της ΔΕΗ κατά 200%, ενώ για την χρήση πρώτων υλών, οι αυξήσεις στην καλύτερη περίπτωση ξεπερνούν το 50 και φτάνουν το 100%.

Είναι απαραίτητο, να υπάρξει νομοθετική παρέμβαση, ώστε να μην ενεργοποιηθεί ο υπάρχων νόμος που προβλέπει αύξηση των ασφαλιστικών εισφορών από την 1η Ιανουαρίου 2023, με βάση το δείκτη τιμών καταναλωτή, όπως θα διαμορφωθεί το 2022, ή εναλλακτικά, να μπει η αύξηση, μόνο στο τμήμα των εισφορών, που αφορά το τελικό ύψος της σύνταξης των ασφαλισμένων.

Σύμφωνα με το πλέον ρεαλιστικό σενάριο, που θέλει τον πληθωρισμό να κλείνει σε ετήσια βάση κοντά στο 9%, βάσει και των προβλέψεων της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, η πρώτη ασφαλιστική κατηγορία των 210 ευρώ σήμερα για κύρια ασφάλιση και υγεία, θα διαμορφωθεί κοντά στα 230 ευρώ, ενώ η 6η και υψηλότερη θα ανέλθει στα 616 ευρώ, από 566 που είναι σήμερα.

Με τα δεδομένα της οικονομίας και τις προβλέψεις της νομοθεσίας, οι αυξήσεις ασφαλιστικών εισφορών για τους ελεύθερους επαγγελματίες και επιστήμονες για το 2023, είναι από 226,8 έως 611,28 ευρώ ετησίως (αντίστοιχα από 18,9 έως 50,94 ευρώ το μήνα), ανάλογα με την ασφαλιστική κατηγορία τους, σε περίπτωση που οι εισφορές αυξηθούν 9%. Μάλιστα, θα αυξηθούν και οι εισφορές για επικουρική ασφάλιση και εφάπαξ.

Η αύξηση των εισφορών, θα μπορούσε να καταβληθεί από τους μικρομεσαίους ελεύθερους επαγγελματίες και αυτοαπασχολούμενους, μόνο σε περίπτωση που υπήρχε ανάπτυξη. Όσοι επιχειρηματίες κατάφεραν να επιβιώσουν μετά την οικονομική κρίση και την πανδημία, κινδυνεύουν να βάλουν λουκέτο, λόγω των υπέρογκων λογαριασμών ενέργειας. Είναι αδύνατον να επιβαρυνθούν και με την επιπλέον καταβολή ασφαλιστικών εισφορών. Δυστυχώς, θα δημιουργηθεί μια νέα γενιά ληξιπρόθεσμων ασφαλιστικών οφειλών και χιλιάδες μικρομεσαίοι θα βρεθούν αντιμέτωποι με αναγκαστικά μέτρα είσπραξης και κατασχέσεις από το Κέντρο Είσπραξης Ασφαλιστικών Οφειλών.

Στο πλαίσιο αυτό, ζητείται η εκ νέου ενεργοποίηση των 120 δόσεων, ή κάποιας άλλης μορφής ρύθμιση ληξιπρόθεσμων οφειλών, για τη μη δημιουργία νέων ληξιπρόθεσμων. Χιλιάδες μικρομεσαίοι, χρωστούν ήδη και δεν μπορούν να αποπληρώσουν τις ασφαλιστικές τους εισφορές, με αποτέλεσμα να μην μπορούν να πάρουν την σύνταξή τους. Σύμφωνα με τα στοιχεία του ΚΕΑΟ, που δημοσιεύθηκαν, το τελευταίο τρίμηνο, αυξήθηκαν κατά 2 δις ευρώ.

Η κατάσταση στην αγορά, το αυξημένο λειτουργικό κόστος των επαγγελματιών και η συρρίκνωση του διαθέσιμου εισοδήματος, καθιστούν την αύξηση των εισφορών, πρακτικά ανεφάρμοστη. Αυτό που χρειάζεται αυτή τη στιγμή η αγορά, είναι μείωση και όχι αύξηση ασφαλιστικών εισφορών, σε συνδυασμό με μία σειρά από μέτρα ουσιαστικής στήριξης μικρομεσαίων επιχειρήσεων και επαγγελματιών, έναντι της ενεργειακής ακρίβειας.

Πως θα διαμορφωθεί το ύψος των εισφορών για κύρια ασφάλιση σε περίπτωση αύξησής τους 9%

Για την 1η κατηγορία από 210 ευρώ θα φτάσει τα 228,9 ευρώ.
Για την 2η κατηγορία από 252 ευρώ θα φτάσει τα 274,68 ευρώ.
Για την 3η κατηγορία από 302 ευρώ θα φτάσει τα 329,18 ευρώ.
Για την 4η κατηγορία από 363 ευρώ θα φτάσει τα 395,67 ευρώ.
Για την 5η κατηγορία από 435 ευρώ θα φτάσει τα 474,15 ευρώ.
Για την 6η κατηγορία από 566 ευρώ θα φτάσει τα 616,94 ευρώ.

Η ειδική κατηγορία για τους νέους ασφαλισμένους για έως και 5 έτη
Από 126 σήμερα μετά από τυχόν αύξηση θα φτάσει τα 137,34 ευρώ.

Αύξηση εισφορών για επικούρηση και εφάπαξ
Σε περίπτωση που μεταβληθούν οι ασφαλιστικές εισφορές, η αύξηση θα συμπαρασύρει και τις εισφορές επικούρησης και εφάπαξ, για περίπου έναν στους επτά μη μισθωτούς που έχουν αντίστοιχες καλύψεις. Υπενθυμίζεται ότι την 1η Ιουνίου 2022, μειώθηκαν οι εισφορές για επικουρική ασφάλιση κατά 0,5 ποσοστιαία μονάδα. Πρακτικά, αυτό είχε ως αποτέλεσμα οι εισφορές μη μισθωτών που έχουν υποχρέωση επικουρικής ασφάλισης να μειωθούν κατά 7,14% από τις αρχές Ιουνίου.

Πως θα διαμορφωθεί το ύψος των εισφορών για επικουρική ασφάλιση σε περίπτωση αύξησής τους 9%
Για την 1η κατηγορία από 39 ευρώ θα φτάσει τα 42,51 ευρώ.
Για την 2η κατηγορία από 47 ευρώ θα φτάσει τα 51,23 ευρώ.
Για την 3η κατηγορία από 56 ευρώ θα φτάσει τα 61 ευρώ.
Πως θα διαμορφωθεί το ύψος των εισφορών για εφάπαξ
Για την 1η κατηγορία από 26 ευρώ θα φτάσει τα 28,34 ευρώ.
Για την 2η κατηγορία από 31 ευρώ θα φτάσει τα 33,79 ευρώ.
Για την 3η κατηγορία από 37 ευρώ θα φτάσει τα 40,33 ευρώ.

Νέα επιτόκια δανείων και επικείμενες αυξήσεις

Στο «εκρηκτικό» κοκτέιλ του υψηλού πληθωρισμού και της ενεργειακής κρίσης προστίθεται μια ακόμα αύξηση των επιτοκίων της Ευρωπαϊκής Κεντρικής Τράπεζας κατά 75 μονάδες βάσης όπως όλα δείχνουν, κάνοντας ακόμα πιο υψηλό το κόστος χρήματος. Και έπεται συνέχεια...
Το euribor 3μήνου από το 1,5% αναμένεται να «σκαρφαλώσει» κοντά στο 2,5% στο τέλος του 2022 και σε πάνω από 3% την επόμενη χρονιά.

Σε ό,τι αφορά τους καταθέτες οι αποδόσεις των προθεσμιακών είναι σχεδόν μηδενικές (το μέσο επιτόκιο στην Ελλάδα διαμορφώνεται στο 0,11%, έναντι 0,35% στην ευρωζώνη).

Ντόμινο επιπτώσεων
Σε πρόσφατη έκθεσή της η Ευρωπαϊκή Τραπεζική Αρχή (ΕΒΑ) περιέγραψε το ντόμινο επιπτώσεων που μπορεί να δημιουργηθεί λόγω του υψηλού πληθωρισμού και των αυξανόμενων επιτοκίων των στεγαστικών δανείων, πανευρωπαϊκά. Επιπτώσεις που θα είναι εντονότερες αν υπάρξει αύξηση της ανεργίας.
Μεγαλύτερο κίνδυνο σε ό,τι αφορά την ικανότητα αποπληρωμής έχουν οι υπερχρεωμένοι δανειολήπτες και όσοι είναι χαμηλού εισοδήματος, που θα δουν αύξηση των επιτοκίων χωρίς αύξηση των εισοδημάτων τους. Ταυτόχρονα τα υψηλότερα επιτόκια και κόστος ζωής μειώνουν τη δανειοληπτική ικανότητα των νοικοκυριών σε νέα στεγαστικά δάνεια.
Δανειολήπτες με κυμαινόμενο επιτόκιο
Οι δανειολήπτες κυμαινόμενου επιτοκίου έχουν βγάλει τα κομπιουτεράκια ώστε να υπολογίσουν την νέα επιβάρυνση, κυρίως των στεγαστικών δανείων, καθώς το κόστος της στέγης είναι αυτό που καίει τα ελληνικά νοικοκυριά.
Αλώβητες από τις αυξήσεις των επιτοκίων δεν βγαίνουν φυσικά ούτε οι επιχειρήσεις καθώς και αυτές θα δουν αυξήσεις στις δόσεις των δανείων τους. Σήμερα τα κυμαινόμενα επιτόκια των στεγαστικών διαμορφώνονται στη ζώνη 2,5%-3% συν euribor 3μήνου.

Παράλληλα επιστρέφει το «πέναλτι» πρόωρης αποπληρωμής δανείων σταθερού επιτοκίου, το οποίο καθορίζεται από μια σειρά παραμέτρων.
Ενδεικτικά, σε υφιστάμενο δάνειο με κυμαινόμενο επιτόκιο (συνήθως Euribor+spread) 100.000 ευρώ με ονομαστικό επιτόκιο 3,0%, διάρκειας 15 ετών, η μηνιαία δόση υπολογίζεται σε 696,37 ευρώ. Όταν το επιτόκιο διαμορφωθεί στο 3,75%, η μηνιαία δόση αυξάνεται στα 733,19 ευρώ και στα 745,72 ευρώ αν το επιτόκιο διαμορφωθεί στο 4%.

Με επιτόκιο 4,25% η μηνιαία δόση είναι περίπου 758 ευρώ (+62 ευρώ) και στα 771 ευρώ αν το επιτόκιο «σκαρφαλώσει» στο 4,5% (+75 ευρώ). Ανάλογες είναι οι επιβαρύνσεις για δάνειο ίδιου ποσού και επιτοκίου αλλά 20ετούς διάρκειας, η δόση του οποίου διαμορφώνεται στα 560 ευρώ όταν το επιτόκιο είναι 3% και μπορεί να φτάσει τα 640 με επιτόκιο 4,5%.

Σε κάθε περίπτωση, σημασία έχει πόσο ώριμο είναι το κάθε δάνειο, δηλαδή πότε εκταμιεύθηκε και πόσο χρόνια υπολείπονται για την αποπληρωμή του.

Ετσι, η δόση ενός δανείου 100.000 ευρώ, διάρκειας 30 ετών, θα αυξηθεί κατά 38 ευρώ και θα διαμορφωθεί στα 501 ευρώ αν χορηγήθηκε το 2010 και το επιτόκιο αυξηθεί από 3,75% στο 4,75%. Αντίστοιχα για το ίδιο ακριβώς δάνειο, που χορηγήθηκε το 2017, η δόση θα αυξηθεί κατά 58 ευρώ, στα 521 ευρώ, από 463,12 ευρώ.

Τους δικούς τους υπολογισμούς κάνουν και εκείνοι που λόγω της έκρηξης των ενοικίων παραμένουν ακόμα προσανατολισμένοι στην αγορά κατοικίας και πριν η ΕΚΤ αποφασίσει περαιτέρω αύξηση των επιτοκίων, το πρώτο τρίμηνο του 2023.

Είναι χαρακτηριστικό ότι στο πρώτο 8μηνο του έτους οι αιτήσεις για στεγαστικά δάνεια αυξήθηκαν στις 34.000, έναντι 30.000 το αντίστοιχο διάστημα του 2021.

EST. 1873
Heineken®
BREWED WITH PASSION FOR QUALITY
HEINEKEN LAGER BEER
DIPLOME D'HONNEUR
EST.
AMSTERDAM EN 1883
1873
Heineken®
MEDAILLE D'OR PARIS 1875
GRAND PRIX PARIS 1889
HORS CONCOURS MEMBRE DU JURY PARIS 1900
PREMIUM QUALITY
ORIGINAL RECIPE WITH HEINEKEN A YEAST
enjoy responsibly
Απολαύστε υπεύθυνα

Real Estate

Σε εξέχουσα θέση θα βρεθούν οι πολυτελείς εξοχικές κατοικίες στην Ελλάδα

Η Ελλάδα ως αγορά έχει πλέον μπει για τα καλά στον χάρτη των πολυτελών εξοχικών» είναι το ξεκάθαρο μήνυμα που στέλνουν στελέχη της συγκεκριμένης αγοράς, επισημαίνοντας ότι η χώρα μας κερδίζει το ενδιαφέρον όλο και περισσότερων ανθρώπων υψηλής οικονομικής επιφάνειας.

Πώς εξελίσσεται φέτος η ζήτηση πολυτελών εξοχικών κατοικιών;

Σάββας Σαββαΐδης: Είναι αλήθεια ότι το 2022 έδωσε αρκετά ρεκόρ στο πιο υψηλό κομμάτι της αγοράς των πολυτελών κατοικιών, με συναλλαγές που αποτελούν έμπρακτη απόδειξη ότι η χώρα έχει μπει –και με τις δικές μας προσπάθειες– για τα καλά στο «ραντάρ» των Ultra High Net Worth Individuals. Ενδεικτικά αναφέρω, προκειμένου να έχετε εικόνα, ότι φέτος κλείσαμε στη Σύρο συναλλαγή που άγγιξε τα 3,7 εκατ. ευρώ, στη Λευκάδα συναλλαγές 4,1 και 5,4 εκατ. ευρώ, ενώ στη Μύκονο πραγματοποιήσαμε τη μεγαλύτερη ιστορικά συναλλαγή μεμονωμένης κατοικίας στην Ελλάδα, που ξεπέρασε τα 23 εκατ. ευρώ. Ανεξάρτητα από τα επίπεδα ωστόσο των τιμών, προκειμένου να έχουμε την πλήρη εικόνα της αγοράς –ειδικά στο κομμάτι στο οποίο απευθυνόμαστε ως Greece Sotheby's International Realty–, είναι σημαντικό να περιμένουμε και το ποσοστό μετατροπής του αγοραστικού ενδιαφέροντος σε πραγματικές αγοραπωλησίες, διαδικασία η οποία εξακολουθεί να καταγράφεται μέχρι και το τέλος του τρίτου τριμήνου. Σίγουρα, οι πρώτες ενδείξεις δείχνουν μια στάση αναμονής από τους αγοραστές, ωστόσο προκειμένου να δώσουμε σαφή εικόνα, θα πρέπει να έχουμε τα μεγέθη.

Γιάννης Πλουμής: Η φετινή χρόνια εξελίσσεται ως μία από τις πιο δυναμικές στη ζήτηση πολυτελών εξοχικών κατοικιών. Η Μύκονος και το Πόρτο Χέλι οδηγούν τις τιμές και τον όγκο αγοραπωλησιών, αλλά και νησιά όπως η Πάρος, η Αντίπαρος και η Μήλος στις Κυκλάδες, η Κέρκυρα και η Κεφαλονιά στο Ιόνιο, η Πάτμος στα Δωδεκάνησα και οι Σπέτσες στον Σαρωνικό αποτελούν πόλους έλξης για αγοραστές υψηλού οικονομικού προφίλ.

Γιώργος Πετράς: Φέτος η ζήτηση κινήθηκε έντονα ανοδικά. Η Ελλάδα βρίσκεται στις πρώτες προτιμήσεις των ξένων αναφορικά με την απόκτηση εξοχικής/δεύτερης κατοικίας. Μόνο συγκριτικά με πέρυσι καταγράψαμε αύξηση του αγοραστικού ενδιαφέροντος κατά 200%. Ειδικά στα νησιά του Νότιου Αιγαίου παρατηρούμε αύξηση αγοραπωλησιών της τάξεως του 70-80%. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα η ζήτηση να φέρει και αύξηση κατά περίπου 10% στις τιμές των ακινήτων. Το ενδιαφέρον είναι ιδιαίτερα έντονο σε Πάρο, Ρόδο, Πάτμο, Σύμη, Μύκονο, Τήνο και σε επιλεγμένες περιοχές της Πελοποννήσου.

Ποιο είναι το προφίλ των ενδιαφερόμενων αγοραστών;

Σάββας Σαββαΐδης: Με δεδομένο το επίπεδο των αγοραστών στους οποίους απευθυνόμαστε, θα σας έλεγα ότι δεν τίθεται θέμα προφίλ με τις κλασικές παραμέτρους που εξετάζει κανείς, όπως η ηλικία, η εθνικότητα, το επαγγελματικό background, κ.λπ. Το κυριότερο στην αγορά μας είναι το ποσοστό των αγοραστών που προέρχεται από το upper segment των Ultra High Net Worth Individuals και εδώ μπορώ να σας διαβεβαιώσω ότι ο οίκος μας έχει δει ουσιαστική διαφορά. Πλέον μπορούμε να πούμε με σιγουριά ότι το ποσοστό των multimillionaires και billionaires που «κοιτούν» Ελλάδα είναι ιδιαίτερα υψηλό.

Γιάννης Πλουμής: Οι αγοραστές προέρχονται κυρίως από τις χώρες της ΕΕ, την Ελβετία, το Ηνωμένο Βασίλειο αλλά και από τα Εμιράτα, το Ισραήλ, τον Λίβανο, την Τουρκία, την Αίγυπτο και την Ινδία. Υπάρχει και μια ιδιαίτερη κατηγορία αγοραστών οι οποίοι προτιμούν νησιά όπως η Ιθάκη και η Σχοινούσα, τα οποία είναι μακριά από τον θόρυβο του διεθνούς τζετ σετ και στα οποία βρίσκει καταφύγιο η κατηγορία των πολυδισεκατομμυριούχων, οι οποίοι δεν παίζουν το παιχνίδι του «see and be seen». Ωστόσο, οι Ρώσοι και οι Ουκρανοί δεν υπάρχουν φέτος στη λίστα των εν δυνάμει αγοραστών μας.

Γιώργος Πετράς: Το 80-85% των αγοραστών πολυτελών εξοχικών κατοικιών αφορά ξένους. Οι περισσότεροι από αυτούς προέρχονται από γερμανόφωνες χώρες, δηλαδή Γερμανία, Αυστρία και Ελβετία. Ακολουθούν αγοραστές από τη Μ. Βρετανία, τη Γαλλία και την Ιταλία, ενώ φέτος είδαμε και αύξηση στο ποσοστό από τις ΗΠΑ, ενδεχομένως και εξαιτίας της διαμόρφωσης της ισοτιμίας δολαρίου/ευρώ, η οποία είχε ως αποτέλεσμα να αυξηθεί η αγοραστική τους δύναμη. Διακρίνουμε διάφορες κατηγορίες ανθρώπων, αλλά μία από τις πιο δυναμικές αφορά σε συνταξιούχους που επιθυμούν να μετακινηθούν σε μια χώρα με πιο ήπιο κλίμα, καλές υποδομές και ευκολία μετάβασης από και προς τη χώρα καταγωγής τους. Πολλοί επίσης ενδιαφέρονται να συνδυάσουν εργασία και αναψυχή, μέσω της διαμονής σε κατοικίες σε κάποιο νησί.

Η Ελλάδα εχει μπει για τα καλα στον χαρτη των πολυτελων εξοχικων.

Η βίλα Magna Grecia στην Κέρκυρα διαθέτει έντεκα υπνοδωμάτια και θέα στο Ιόνιο.

Για ποιους λόγους πιστεύετε ότι η Ελλάδα μπορεί να αποτελέσει κυρίαρχο πόλο έλξης αγοραστών πολυτελών κατοικιών στο μέλλον;

Σάββας Σαββαΐδης: Έχοντας βιώσει από κοντά τη δυναμική του προορισμού, μπορώ να σας βεβαιώσω ότι η Ελλάδα έχει όλα τα εχέγγυα να αποτελέσει πρωταγωνιστή της επόμενης δεκαετίας του luxury real estate. Η αυθεντικότητα, η φυσική ομορφιά, το κλίμα αλλά και η γεωγραφική της θέση είναι κοινά αποδεκτό ότι την καθιστούν ιδανική επιλογή για αγοραστές υψηλού επιπέδου. Αυτό που θα κάνει την ουσιαστική διαφορά για τη μελλοντική εξέλιξη της αγοράς είναι το να βρεθούν τα ακίνητα υψηλών προδιαγραφών μπροστά στα κατάλληλα «μάτια», δηλαδή μπροστά σε εκείνα τα κοινά τα οποία είναι διατεθειμένα να αναγνωρίσουν.

ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΚΑΤΟΧΥΡΩΣΩ ΤΟ ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΜΟΥ ΣΗΜΑ

Το εμπορικό σήμα είναι η «ταυτότητα» των υπηρεσιών και των προϊόντων σας και μπορεί να αποτελείται από οποιαδήποτε σημεία αρκεί να φέρει διακριτική δύναμη, να μπορεί, δηλαδή, να διακρίνει τα προϊόντα και τις υπηρεσίες σας από τα προϊόντα και τις υπηρεσίες άλλων επιχειρήσεων.
Η σύνδεση του εμπορικού σας σήματος με την ποιότητα στο μυαλό των καταναλωτών και η άμεση συνειρμική παραπομπή αυτών στα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της επιχείρησής σας, που τη διακρίνουν από τις ανταγωνιστικές και σας δίνουν προβάδισμα στην αγορά, αποτελεί το άλφα και το ωμέγα για την εδραίωση, την προώθηση, την επέκταση και, εντέλει, την επιτυχία της επιχείρησής σας.

Το εμπορικό σήμα μιας επιχείρησης φέρει αυτοτελή αξία, αντανακλά την υπεραξία της επιχείρησης, είναι το πολυτιμότερο άυλο περιουσιακό της αγαθό και, πολλές φορές, αξίζει περισσότερο από οποιοδήποτε άλλο στοιχείο της επιχείρησης, πάγιο ή μη.

Εάν παίρνετε στα σοβαρά την επιχείρησή σας, καθώς και τον χρόνο και την ενέργεια που αφιερώνετε στην ανάπτυξή της, απαιτείται να προχωρήσετε στην κατοχύρωση του εμπορικού σας σήματος, προκειμένου να είστε σε θέση να απολαύετε της προστασίας που του παρέχει ο νόμος και να μη βρεθείτε προ εκπλήξεων βλέποντας ανταγωνιστές σας να οικειοποιούνται τη φήμη και την πελατεία που με κόπο χτίζετε, αλλά και προκειμένου να του προσδώσετε μεγαλύτερη αξία και να είστε σε θέση να εκμεταλλευτείτε οικονομικά το περιουσιακό σας αγαθό, παρέχοντας, λόγου χάρη, άδειες χρήσης σήματος, στήνοντας δίκτυα franchise κ.ο.κ. Το εξειδικευμένο δικηγορικό γραφείο εμπορικών σημάτων OA | YOUR TRADEMARK είναι στη διάθεσή σας, πάντα σε ετοιμότητα για να προστατεύσει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο τα συμφέροντά σας, να σας παράσχει συμβουλές ανάλογα με τις ιδιαίτερες ανάγκες της επιχείρησής σας και να λύσει κάθε απορία σας με γνώση, υπευθυνότητα και διαφάνεια.

Ολίνα Ανδρουτσοπούλου
Ιδρύτρια & Γενική Διευθύντρια |
Νομική Σύμβουλος – Δικηγόρος LLM |
Εξειδικευμένη Σύμβουλος IP

6936973490 : info@oayourtrademark.gr
2130441430 : www.oayourtrademark.gr

Η ΜΠΙΡΑ
ΟΠΩΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ

Άρωμα και γεύση που κλείνουν μέσα τους όλα τα μυστικά της τέχνης της ζυθοποιίας.
Είναι η αυθεντική καστανόξανθη Pilsener και η δροσιστική ξανθιά Lager με καταγωγή από την Αταλάντη, δυο μπίρες, η μία καλύτερη από την άλλη.

εζα. Η μπίρα όπως πρέπει να είναι.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΖΥΘΟΠΟΙΙΑ ΑΤΑΛΑΝΤΗΣ

Απολαύστε υπεύθυνα

Ενημέρωση

Ηλιακοί θερμοσίφωνες: Πότε θα ανοίξει η πλατφόρμα για την επιδότηση έως 1.000 ευρώ

Σε μία ανάλογη λογική με αυτή του «Αλλάζω Συσκευή» θα προχωρήσει το νέο πρόγραμμα που σχεδιάζεται από το Υπουργείο Περιβάλλοντος και Ενέργειας για την αντικατάσταση του παλαιού τύπου ηλεκτρικών θερμοσιφώνων με σύγχρονους ηλιακούς.

Το νέο πρόγραμμα επιδοτήσεων, το οποίο θα κυμαίνεται από 800 έως 1.000 ευρώ, θα χρηματοδοτηθεί από το repowerEU, ενώ σύμφωνα με τις εξαγγελίες της Κυβέρνησης, αναμένεται να ξεκινήσει μέχρι τέλος του 2022.

Το πιθανότερο ενδεχόμενο είναι οι επιδοτήσεις να δοθούν με συγκεκριμένα κριτήρια – εισοδηματικά και κοινωνικά – ανάλογα με εκείνα που διαμορφώθηκαν στην επιδότηση των ηλεκτρικών συσκευών, με τους ενδιαφερόμενους να πρέπει να υποβάλλουν αίτηση σε ειδική ηλεκτρονική πλατφόρμα του gov.gr.

Αξίζει να θυμίσουμε ότι στο πρόγραμμα επιδότησης ηλεκτρικών συσκευών, δικαιούχοι ήταν τα φυσικά πρόσωπα, τα οποία έχουν γεννηθεί στην Ελλάδα μετά το 2005, με ΑΦΜ και κωδικούς Taxisnet και υπέβαλαν φορολογική δήλωση για το 2020.

Κάθε ενδιαφερόμενος υπέβαλε μία αίτηση για μία και μόνο κατοικία, η οποία είτε είναι η κύρια είτε η δευτερεύουσα (ιδιόκτητη, ενοικιασμένη ή παραχωρημένη) και με ενεργή παροχή ηλεκτρικού ρεύματος.

Όπως είχε αναφέρει πριν από λίγες ημέρες ο υπουργός Ενέργειας και Περιβάλλοντος, Κώστας Σκρέκας στην τηλεόραση του ΟΡΕΝ, στόχος είναι «έως το τέλος του χρόνου να ανοίξει η πλατφόρμα των αιτήσεων για την αντικατάσταση και νέα εγκατάσταση ηλιακών θερμοσιφώνων».

Ο υπουργός Ενέργειας και Περιβάλλοντος τόνισε ακόμη ότι στόχος είναι έως το τέλος του έτους να ανοίξει και η πλατφόρμα για τα φωτοβολταϊκά στις στέγες, ενώ έρχεται και το «Εξοικονομώ» για τις επιχειρήσεις, προοδηγός του οποίου θα δημοσιευθεί τις επόμενες δύο εβδομάδες.

Γιατί το πετρέλαιο θα παραμείνει στα ύψη

Το τελευταίο διάστημα οι τιμές του πετρελαίου μένουν σταθερά πάνω από τα 120 δολάρια το βαρέλι, στα υψηλότερα επίπεδα από την έναρξη του πολέμου στην Ουκρανία. Και τα σενάρια είναι άκρως δυσοίωνα. Όσοι δεν βλέπουν εκτίναξη στα 150 ή ακόμη και τα 180 δολάρια το βαρέλι, θεωρούν δεδομενο ότι οι τιμές θα παραμείνουν για μεγάλο διάστημα τουλάχιστον στα σημερινά επίπεδα, κρατώντας έτσι τον πληθωρισμό στα ύψη, αλλά και υπονομεύοντας την ανάπτυξη.

Οι ειδικοί στηρίζουν την εκτίμησή τους για ακριβό πετρέλαιο διαρκείας σε τρεις παράγοντες:

• Η απόφαση της Ευρώπης να γυρίσει την πλάτη στο ρωσικό αργό.

Την περασμένη Παρασκευή υιοθετήθηκε και επισήμως στην ΕΕ η πρόταση για εμπάργκο στο ρωσικό πλαίσιο, στο πλαίσιο του 6ου πακέτου κυρώσεων. Οι περισσότερες χώρες της Ένωσης έχουν τώρα στη διάθεσή τους για σταδιακό τερματισμό των εισαγωγών ρωσικού αργού και 8 μήνες για να σταματήσουν τις εισαγωγές άλλων πετρελαιοειδών. Οι κυβερνήσεις λαμβάνουν μία σειρά από μέτρα για να ελαφρύνουν τα βάρη για τα νοικοκυριά και τις επιχειρήσεις, με επιδοτήσεις ή παρεμβάσεις στην αντλία, αλλά δεν μπορούν να επηρεάσουν τις τιμές στις διεθνείς αγορές.

• Ανεπαρκείς εναλλακτικές Πέρυσι η Ρωσία κάλυπτε το 14% της παγκόσμιας προσφοράς πετρελαίου σύμφωνα με τη Διεθνή Υπηρεσία Ενέργειας. Ήδη οι κυρώσεις έχουν αποσύρει 1 εκατ. βαρέλια ρωσικού πετρελαίου ημερησίως από την παγκόσμια αγορά. Η ποσότητα αυτή μπορεί να φτάσει τα 3 εκατ. βαρέλια ημερησίως μέσα στους επόμενους μήνες. Ο ΟΠΕΚ και οι σύμμαχοί του συμφώνησαν να ρίξουν επιπλέον 648.000 βαρέλια ημερησίως στην αγορά τον Ιούλιο και τον Αύγουστο.

• Ισχυρή παγκόσμια ζήτηση Επί μήνες τα δρακόντια lockdown σε Σαγκάη, Πεκίνο και άλλες μεγάλες κινεζικές πόλεις έκαμπταν τη ζήτηση από τον μεγαλύτερο εισαγωγέα πετρελαίου στον πλανήτη, την Κίνα. Αλλά τα lockdown σταδιακά χαλαρώνουν και τα αυστηρά μέτρα δύσκολα θα επιστρέψουν, καθώς η κινεζική κυβέρνηση έχει αντιληφθεί πως αυτά της στοιχίζουν ακριβά σε όρους ανάπτυξης.

Θεωρείται σχεδόν δεδομένο πως η Κίνα θα αυξήσει τις εισαγωγές αργού. Δεν αποκλείεται να στραφεί για αγορές στη Ρωσία, αφού το ρωσικό αργό διαπραγματεύεται σε τιμή χαμηλότερη κατά 34 δολάρια το βαρέλι σε σχέση με το υψηλότερης ποιότητας μπρεντ.

Στο ζενίθ οι τιμές των ποτών στο ναδίρ τα τρόφιμα

Θετικά σε αξία στο 1,3%, έκλεισε το 2021 το οργανωμένο λιανεμπόριο τροφίμων (καταστήματα τροφίμων άνω των 100 τ.μ., Ηπειρωτική Ελλάδα και Κρήτη, εξαιρούμενων των νησιών). Σύμφωνα με τα στοιχεία της εταιρείας NielsenIQ τα ταχέως κινούμενα καταναλωτικά αγαθά (FMCGs) στο σύνολό τους παρουσιάζουν σχετικά πιο μετριοπαθή τάση, στο 0,7%, πολύ κοντά στην εκτίμηση που είχε κάνει η NielsenIQ στις αρχές της χρονιάς.

Όσον αφορά στις επιμέρους κατηγορίες των ταχυκίνητων καταναλωτικών

προϊόντων, τα τρόφιμα και ποτά είναι η μοναδική μεγάλη κατηγορία, που παρουσίασε θετική τάση της τάξεως του 1,6%, ενώ οι κατηγορίες που αφορούν στα προϊόντα προσωπικής περιποίησης, καθώς και στα προϊόντα οικιακής χρήσης σημείωσαν μείωση στις πωλήσεις τους σε αξία κατά 1,7% και 2,4% αντίστοιχα.

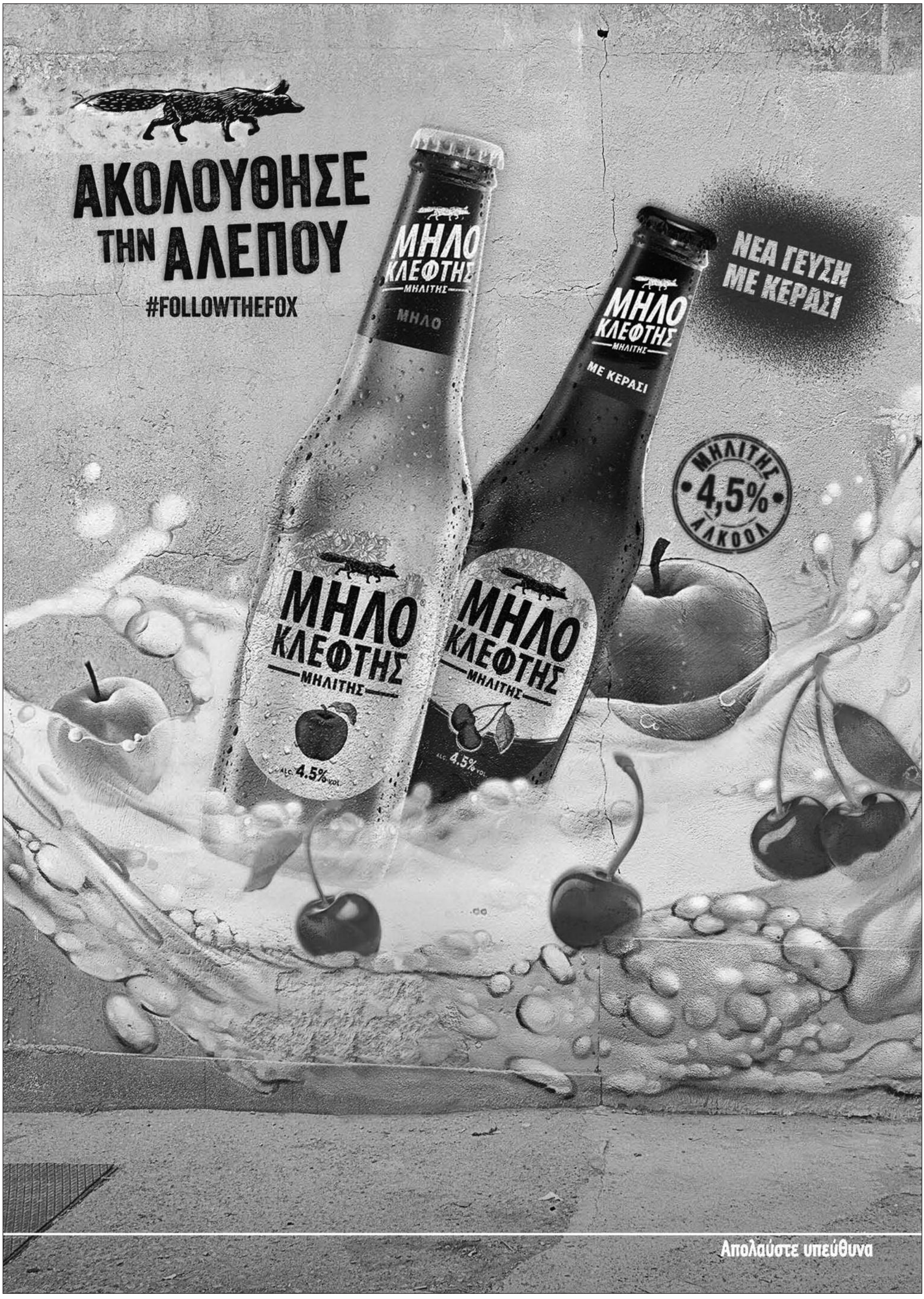
Το σύνολο των κατηγοριών bazaar (ένδυση, ηλεκτρικές συσκευές, βιβλία, εργαλεία, είδη κήπου, είδη αυτοκινήτου, οικιακός εξοπλισμός κλπ.) εμφάνισε την πιο θετική, διψήφια τάση στο 14,9%. Αντίστοιχα, τα φρέσκα και επί ζυγίω προϊόντα αναπτύχθηκαν οριακά θετικά με 0,3%.

Όσον αφορά στις διαφορετικές τυπολογίες καταστημάτων οι μεγάλες αίθουσες άνω των 2.500τ.μ. (hypermarkets) συνέχισαν και το 2021 να παρουσιάζουν την μεγαλύτερη αύξηση της τάξεως του 8,1% στις πωλήσεις τους. Σε ρυθμό ανάπτυξης, αν και αρκετά πιο συγκρατημένο,ακολούθησαν οι μικρότερες αίθουσες, έως 400 τ.μ., στο 1,5%, γεγονός που σημαίνει ότι οι αγοραστές επιλέγουν και τα μικρότερα καταστήματα για την ευκολία τους, αλλά και τα καθημερινά τους ψώνια.

Αναφορικά με τις γεωγραφικές περιοχές, παρουσίασαν θετικές τάσεις –με πιο υψηλή αυτή της Πελοποννήσου στο 4,5% – με εξαίρεση την Αττική, η οποία κινήθηκε πτωτικά στο 0,4%.

Σε επίπεδο κατηγοριών, στα τρόφιμα και ποτά, αρκετές από τις κατηγορίες αλκοολούχων ποτών παρουσίασαν ιδιαίτερα υψηλούς ρυθμούς ανάπτυξης σε σχέση με πέρυσι (βότκα 18,4%, ρούμι 16,5%, ουίσκι 13,3%), ενώ επίσης πολύ υψηλά ποσοστά αύξησης των πωλήσεών τους παρουσίασαν, μεταξύ άλλων, κατηγορίες όπως τα φυτικά ροφήματα (20,9%), καθώς και τα κατεψυγμένα λαχανικά (16,5%).

Όσον αφορά στις κατηγορίες προσωπικής υγιεινής και περιποίησης, οι δύο κατηγορίες που σημείωσαν τις πιο αρνητικές τάσεις στις πωλήσεις τους το 2021 είναι τα αντισηπτικά (37,9%) καθώς και τα σαπούνια για το πλύσιμο των χεριών (17,7%), γεγονός που οφείλεται εν μέρει και στην εξορθολογίκευση της χρήσης τους, σε σχέση με το 2020. Επίσης, έντονα αρνητική ήταν η τάση των καθαριστικών σπιτιού (13,9%), καθώς και της κατηγορίας των χλωρινών (12,6%).



Απολαύστε υπεύθυνα

Επιχειρήσεις και Τεχνολογία

Coca-Cola Τρία Έψιλον:

Τι απαντά για το βαρύ πρόστιμο 10,34 εκατ. ευρώ από την ΕπΑντ

Η Coca-Cola Τρία Έψιλον διαφωνεί απόλυτα με την απόφασή της Επιτροπής Ανταγωνισμού, η οποία προβλέπει επιβολή προστίμου συνολικού ύψους 10.342.773 ευρώ και όπως αναφέρει θα προσφύγει στη δικαιοσύνη.

Υπενθυμίζεται ότι η ανεξάρτητη Αρχή επεσήμανε στην απόφασή της ότι η εταιρεία χρησιμοποίησε ποικίλες πρακτικές για εκτοπισμό συγκεκριμένων ανταγωνιστών της.

Η ανακοίνωση της Coca-Cola Τρία Έψιλον

Αναφορικά με τη σημερινή ανακοίνωση της Επιτροπής Ανταγωνισμού για την υπ'αριθμ *762/2021 απόφαση που μόλις επιδόθηκε στην εταιρεία μας, δηλώνουμε ότι:

Σεβόμαστε πλήρως τον θεσμικό ρόλο της Επιτροπής, ωστόσο διαφωνούμε απόλυτα με την απόφαση αυτή και θα την προσβάλουμε σθεναρά, προσφεύγοντας στη Δικαιοσύνη. Η εμπορική πολιτική της εταιρείας μας είναι απόλυτα σύμφωνη με τους κανόνες του Δικαίου του Ανταγωνισμού. Η απόφαση της Επιτροπής στηρίχτηκε σε και γενικεύει μεμονωμένες επικοινωνίες και αποσπασματικές δηλώσεις σε συγκεκριμένες γεωγραφικές περιοχές, που αντιστοιχούν σε απειροελάχιστο ποσοστό της αγοράς.

Στην Coca-Cola Τρία Έψιλον η πιστή τήρηση των κανόνων του Δικαίου του Ανταγωνισμού, ο σεβασμός προς όλες τις εταιρείες της αγοράς, καθώς και προς πελάτες και καταναλωτές αποτελούν πάγια πολιτική μας, διέπουν τον τρόπο με τον οποίο διεξάγουμε όλες τις εμπορικές μας δραστηριότητες και αποτελούν αντικείμενο συστηματικής εκπαίδευσης που λαμβάνουν οι εργαζόμενοί μας σε τακτική βάση.

Ο όμιλος έχει εκφράσει ήδη τη δυσσαρέσκεια του για την απόφαση και αναμένεται να προσφύγει στη δικαιοσύνη για να δικαιωθεί.

Coca-Cola Τρία Έψιλον:

Νέα στελέχη στη διοικητική ομάδα

Τρία νέα στελέχη υποδέχεται στη διοικητική της ομάδα η Coca-Cola Τρία Έψιλον. Σύμφωνα με σχετική ανακοίνωση, πρόκειται για υψηλόβαθμα στελέχη με πολυετή εμπειρία στον τομέα τους που έχουν αναπτυχθεί και εξελιχθεί σε διαφορετικές θέσεις μέσα στον Όμιλο Coca-Cola HBC, στην Ελλάδα και στο εξωτερικό, στο πλαίσιο της συνολικής στρατηγικής της εταιρείας να παρέχει σταθερά στους ανθρώπους της σημαντικές ευκαιρίες επαγγελματικής εξέλιξης σε ένα διεθνές και συμπεριληπτικό περιβάλλον.

Πιο αναλυτικά, η Αγγελική Φωτοπούλου ανέλαβε διευθύντρια Legal & Security για Ελλάδα και Κύπρο με ισχύ από την 1η Οκτωβρίου. Η Α. Φωτοπούλου διαδέχεται στον ρόλο αυτό την Ειρήνη Κεφαλογιάννη, η οποία αναλαμβάνει καθήκοντα Head of Competition Law & Sustainability για τον Όμιλο Coca-Cola HBC. Η Α. Φωτοπούλου κατείχε τα τελευταία 5 χρόνια τον ρόλο της Senior Legal Counsel στην εταιρεία. Εντάχθηκε στην ομάδα της Coca-Cola Τρία Έψιλον το 2016 με πολυετή εμπειρία σε θέματα νομοθεσιών που διέπουν την επιχειρηματική δραστηριότητα της εταιρείας, έχοντας προηγουμένως εργαστεί επί 15 έτη ως νομική σύμβουλος σε μεγάλες πολυεθνικές εταιρείες και δικηγορικά γραφεία.

Διευθυντής Εφοδιαστικής Αλυσίδας για Ελλάδα και Κύπρο ανέλαβε ο Γιώργος Χαντουμάκος από 1η Σεπτεμβρίου. Ο Γ. Χαντουμάκος διαδέχεται στη θέση αυτή τη Σουζάνα Ραρή, η οποία αναλαμβάνει καθήκοντα Group Asset Care Manager στον Όμιλο Coca-Cola HBC. Ο Γ. Χαντουμάκος κατείχε τη θέση του διευθυντή Εφοδιαστικής Αλυσίδας για την Coca-Cola HBC στη Νιγηρία καταφέρνοντας να αναδιαμορφώσει ολοκληρωτικά την οργανωτική δομή, την αποτελεσματικότητα και την ευελιξία της εφοδιαστικής αλυσίδας. Ξεκίνησε τη διαδρομή του στην Coca-Cola HBC το 2011 ως Energy Project Manager, εστιάζοντας σε έργα αειφόρου ανάπτυξης και κυκλικής οικονομίας, ενώ το 2013 ανέλαβε τον ρόλο του Regional Engineering Manager και ήταν υπεύθυνος για τις επενδύσεις της εταιρείας στην Ιταλία, Ελβετία, Τσεχία, Σλοβακία, Αυστρία, Ουγγαρία και Ιρλανδία. Στη Νιγηρία μετακινήθηκε το 2017 ως Manufacturing Director για να εξελιχθεί το 2019 σε διευθυντή Εφοδιαστικής Αλυσίδας.

Η Sonja Todorova ανέλαβε από 1η Σεπτεμβρίου καθήκοντα διευθύντριας Μάρκετινγκ για Ελλάδα και Κύπρο, προερχόμενη από τον ρόλο της ComEx & Marketing Manager για την Coca-Cola HBC στη Ρωσία. Η S. Todorova διαδέχεται στον ρόλο αυτό τη Σόνια Δήμογλη η οποία ανέλαβε γενική διευθύντρια της Coca-Cola στην Ουγγαρία. Η S. Todorova θα ηγηθεί της στρατηγικής marketing των προϊόντων της Coca-Cola Τρία Έψιλον με στόχο να συμβάλει στην περαιτέρω ενδυνάμωση του 24/7 οράματος της εταιρείας και να επιταχύνει την ανάπτυξη στο κανάλι του HoReCa. Η S. Todorova ξεκίνησε την καριέρα της στον Όμιλο Coca-Cola HBC το 2001 ως Sales Analyst. Έχοντας διαγράψει μια διαδρομή 20 χρόνων στο σύστημα της Coca-Cola έχει αποκτήσει σημαντική εμπειρία σε θέματα consumer και operations marketing μέσα από σημαντικούς ρόλους σε διαφορετικές αγορές.

Η Μαρία Αναργύρου-Νίκολιτς, γενική διευθύντρια της Coca-Cola Τρία Έψιλον για Ελλάδα και Κύπρο δήλωσε: «Καλωσορίζουμε στη διοικητική μας ομάδα την Αγγελική, τον Γιώργο και τη Sonja. Η πορεία και η εξέλιξή τους μέσα στην Coca-Cola Hellenic τα προηγούμενα χρόνια δείχνει τη συνέπεια του οργανισμού μας στο να αναπτύσσει το ταλέντο των ανθρώπων μας, ώστε να διακρίνονται σε υψηλόβαθμες θέσεις. Η εμπειρία που έχουν κερδίσει από την πορεία τους σε διάφορες χώρες και από διαφορετικές θέσεις πλουτίζει τον οργανισμό μας και δίνει ώθηση στον στόχο μας να εξελίσσουμε τον οργανισμό μας, επιταχύνοντας την ανάπτυξη».

Όποιος πρατηριούχος είναι έξω από την ΕΔΕΟΠ ΑΘΗΝΩΝ, αποδυναμώνει την κοινή προσπάθεια

Φυσικό Μεταλλικό Νερό
Βίκος®
Ζαγοροχώρια

Vikos
VikosOfficial

www.water.gr

Βίκος®
Φυσικά Μεταλλικά Αναψυκτικά

Τα μόνα με
Φυσικό Μεταλλικό Νερό.

Ενέργεια

Η Energean: ψάχνει για φυσικό αέριο στο «block 2»

Μετά την προ δύο ετών συμφωνία Αθήνας – Ρώμης για την υφαλοκρηπίδα των δύο χωρών, ξεκινούν σεισμικές έρευνες στο θαλάσσιο «block 2» – Ιόνιο Πέλαγος – για τον εντοπισμό πιθανών στόχων υδρογονανθράκων.

Τα δικαιώματα έρευνας κι εκμετάλλευσης έχουν μισθωθεί από την κοινοπραξία «Energean – Helleniq Energy (Ελληνικά Πετρέλαια)» με την πρώτη εταιρεία να είναι και ο operator καθώς κατέχει ποσοστό 75%. Οι σεισμικές έρευνες είναι τρισδιάστατες, και υπενθυμίζεται πως οι επενδυτές προχώρησαν στη απευθείας πρόσκτησης 3D δεδομένων, αντικαθιστώντας εκείνη των δισδιάστατων προκειμένου να επιταχύνουν την εξερεύνηση της παραχώρησης.

Οι έρευνες, όπως εξηγούν αρμόδιες πηγές στον ΟΤ, κατέστησαν εφικτές μετά την προ δύο ετών συμφωνία ανάμεσα στην Ελλάδα και την Ιταλία για τον ορισμό των θαλάσσιων ζωνών.
Μέτρα περιβαλλοντικής προστασίας
Για τις σεισμικές του Ramform Hyperion, έχει εκδώσει σχετική NAVTEX η υδρογραφική υπηρεσία του Πολεμικού Ναυτικού, και οι έρευνες θα γίνουν πολύ μακριά από τη στεριά και συγκεκριμένα στα όρια της υφαλοκρηπίδας με την Ιταλία. Η Energean, ως operator έχει μεριμνήσει για τη λήψη όλων των αναγκαίων μέτρων περιβαλλοντικής και κοινωνικής προστασίας. Έτσι, και όπως αναφέρουν πληροφορίες, στη διαδικασία μετέχουν τρεις παρατηρητές Θαλάσσια Ζωής (Maine Mammals Observers), δύο καταγραφείς της έντασης του ήχου της έρευνας, σύνδεσμοι με τους αλιείς και τις τοπικές αρχές, ενώ η όλη διαδικασία θα παρακολουθείται από το Λιμενικό Σώμα.

Πρόκειται για την έκτη σεισμική έρευνα που πραγματοποιείται στην Ελλάδα τα τελευταία επτά χρόνια. Είχαν προηγηθεί το 2015 οι σεισμικές στον Πρίνο, το 2016 στον Πατραϊκό Κόλπο, στα Ιωάννινα το 2018-2019 και φέτος την περασμένη Άνοιξη στα blocks του Ιονίου και του Κυπαρισσιακού – block ΒΔ Πελοπόννησος.

Ο στρατηγικός σχεδιασμός
Αξίζει να σημειωθεί πως οι έρευνες για τον εντοπισμό πιθανών κοιτασμάτων φυσικού αερίου στις ελληνικές παραχωρήσεις ξεκίνησαν εκ νέου μετά την κυβερνητική απόφαση του περασμένου Απριλίου για την αξιοποίηση του πλούτου των υδρογονανθράκων στη χώρα μας. Ο ίδιος ο πρωθυπουργός Κυριάκος Μητσοτάκης είχε στείλει ξεκάθαρο μήνυμα στήριξης στην προσπάθεια αυτή με αποτέλεσμα η Ελληνική Διαχειριστική Εταιρεία Υδρογονανθράκων και Ενεργειακών Πόρων (ΕΔΕΥΕΠ) σε συνεργασία με τους επενδυτές να συμφωνήσουν σε έναν οδικό χάρτη για τα επόμενα βήματα των ερευνών.

Στο πλαίσιο αυτών των αποφάσεων την περασμένη Άνοιξη η Helleniq Energy με ειδικό σεισμογραφικό σκάφος ερεύνησε τις παραχωρήσεις του Κυπαρισσιακού κόλπου και του Ιονίου. Τους επόμενους μήνες αναμένονται και τα αποτελέσματα της επεξεργασίας των δεδομένων για την ύπαρξη πιθανών στόχων φυσικού αερίου.

Δύο μεγάλα deals για τη ΔΕΗ

Ένα ασυνήθιστο ρόλο στα 70 και πλέον έτη της λειτουργίας της αποκτά η ΔΕΗ: Εκείνον του πραγματικά μεγάλου επιχειρηματικού παίκτη που αξιοποιεί επενδυτικές ευκαιρίες, όπως οι εξαγορές και η συμμετοχή με πλειοψηφικό πακέτο μετοχών σε στρατηγικής σημασίας ενεργειακά projects.

Το success story του management του προέδρου και διευθύνοντος συμβούλου Γιώργου Στάσση που κατάφερε να γυρίσει την επιχείρηση από το χείλος του οικονομικού γκρεμού στη θετική και βιώσιμη λειτουργική κερδοφορία αλλά και η κυβερνητική απόφαση να μειωθεί η συμμετοχή του δημοσίου στο μετοχικό κεφάλαιο με την είσοδο funds, επιτρέπει στη ΔΕΗ να πρωταγωνιστήσει στο νέο διαμορφούμενο τοπίο της ενέργειας.

Έχοντας στη διάθεση της μία γραμμή πυρός… 1,350 δις. ευρώ από την αύξηση του μετοχικού κεφαλαίου του περσινού Φθινοπώρου κινείται σε επενδυτικές τοποθετήσεις με το βλέμμα στη μεταβατική περίοδο προς την πράσινη ενέργεια.

Στη Βουλγαρία και τη Ρουμανία
Πιο συγκεκριμένα και όπως αναφέρουν πληροφορίες, εν μέσω της πρωτόγνωρους ενεργειακής κρίσης και των αναγκών για εξασφάλιση εναλλακτικών πηγών ενέργειας για λόγους επάρκειας και χαμηλότερου κόστους, η ελληνική εταιρεία βρίσκεται εδώ και πάνω από ένα χρόνο στα Βαλκάνια έχοντας βάλει στο στόχαστρο την εξαγορά ενεργειακής εταιρείας.

Η ΔΕΗ φαίνεται να έχει βάλει στο μικροσκόπιο τουλάχιστον πέντε με έξι εταιρείες ηλεκτρισμού αλλά και εταιρείες με χαρτοφυλάκια ΑΠΕ. Αυτές βρίσκονται στις αγορές της Βουλγαρίας και της Ρουμανίας και μεταξύ άλλων πρόκειται και για θυγατρικές μεγάλων ευρωπαϊκών πολυεθνικών ομίλων. Οι ίδιοι πληροφορίες, σημειώνουν πως τίποτα δεν έχει ακόμα κλείσει και κανένα MoU δεν έχει υπογραφεί. «Είναι σε εξέλιξη συζητήσεις και αξιολόγηση των οικονομικών μεγεθών των συγκεκριμένων επιχειρήσεων προκειμένου η διοίκηση της ΔΕΗ να καταλήξει στο αν και σε ποια από αυτές θα απευθύνει πρόταση εξαγοράς».

Εξελίξεις επί των συγκεκριμένων κινήσεων δεν αποκλείονται μέχρι τέλος του χρόνου, ενώ η ΔΕΗ επιδιώκει την απόκτηση τουλάχιστον πλειοψηφικού πακέτου μετοχών βουλγαρικής ή ρουμανικής εταιρείας. «Οι δύο αγορές έχουν καλές επενδυτικές ευκαιρίες, ενώ οι υποψήφιες προς εξαγορά εταιρείες βρίσκονται και σε στρατηγικό σημείο», συμπληρώνουν πηγές του ΟΤ εξηγώντας: «Η ΔΕΗ θέλει να βρεθεί στο νέο μεγάλο ενεργειακό διάδρομο από Ελλάδα προς Βαλκάνια μέχρι και Κεντρική Ευρώπη αλλά ακόμα και Ουκρανία, θεωρώντας πως έχει να κερδίσει προς όφελος των μετόχων της υπεραξίες. Οι μεγάλες ηλεκτρικές διασυνδέσεις που σχεδιάζονται, ο εφοδιασμός των γειτονικών της χώρας περιοχών με LNG αλλά και τα μεγάλα περιθώρια ανάπτυξης έργων ΑΠΕ στα Βαλκάνια είναι οι κύριοι λόγοι που θέλουν τη δημόσια εταιρεία να τοποθετηθεί».

Το deal στην εγχώρια αγορά
Πολύ πιο σύντομα, όμως, σε σχέση με την επενδυτική κίνηση στα Βαλκάνια αναμένεται το επιχειρηματικό deal της ΔΕΗ στην εγχώρια αγορά.

Πιο αποδοτικό το ενεργειακό της χαρτοφυλάκιο και αφετέρου θα επιδιώξει να καρπωθεί οφέλη για τους μετόχους της με τις εξαγωγές ηλεκτρικής ενέργειας προς τις βαλκανικές χώρες.

Το Δ.Σ. της ΕΔΕΟΠ Αθηνών μάχεται για την βιωσιμότητα του κλάδου

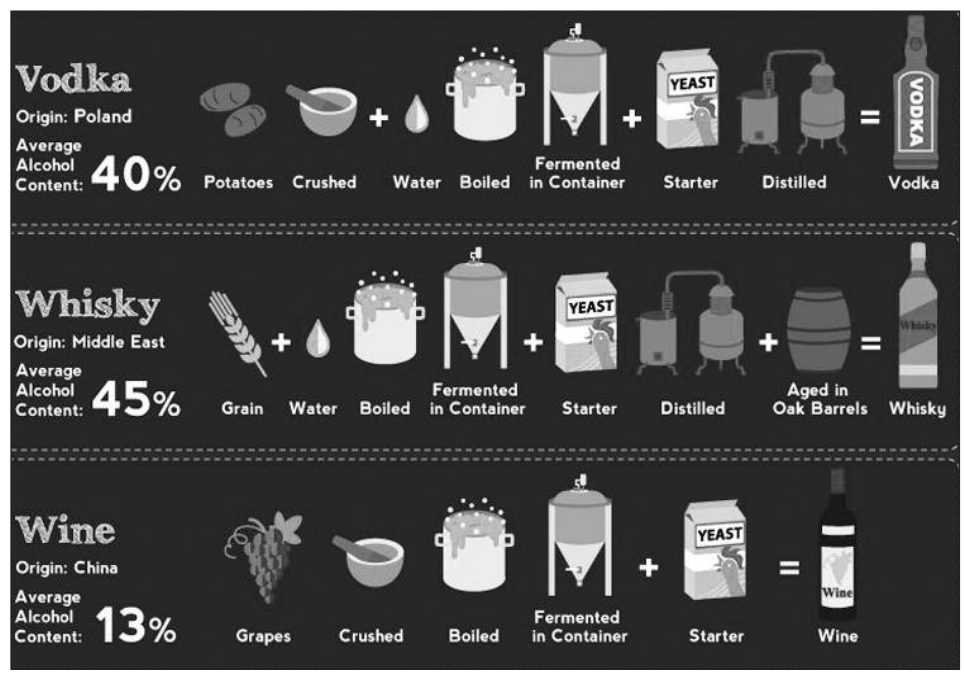
Ο αλκοολισμός είναι μια χρόνια ασθένεια που χαρακτηρίζεται από την υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ και την ενασχόληση με το αλκοόλ.

Για έναν χημικό, το "οινόπνευμα" είναι μια οργανική ένωση που περιλαμβάνει άνθρακα, υδρογόνο και οξυγόνο συνδεδεμένα σε μια συγκεκριμένη διάταξη - για παράδειγμα, αιθανόλη (C2H6O). Για τον μέσο άνθρωπο, ωστόσο, το «οινόπνευμα» είναι συντομογραφία για αλκοολούχα ποτά όπως κρασί, μπύρα, ουίσκι, βότκα, τεκίλα και άλλα παρόμοια. Τα αλκοολούχα ποτά αποτελούν βασικό στοιχείο σχεδόν κάθε πολιτισμού στη Γη, εκτός από εκείνους των οποίων η θρησκεία περιορίζει την κατανάλωση αλκοόλ.

Το αλκοόλ παράγεται με μια διαδικασία που ονομάζεται ζύμωση, κατά την οποία νερό και δημητριακά, λαχανικά ή φρούτα αναμειγνύονται με ζύμες ή βακτήρια, τα οποία καταναλώνουν τα σάκχαρα στα τρόφιμα για να παράγουν αιθανόλη και διοξείδιο του άνθρακα. Η μπύρα και το κρασί είναι αλκοόλες που έχουν υποστεί ζύμωση. Οι «σκληρές αλκοόλες» όπως το ουίσκι, που ονομάζονται επίσης «αλκοολούχα ποτά» ή «λικέρ», περνούν από μια πρόσθετη διαδικασία απόσταξης που αφαιρεί μέρος του νερού, αφήνοντας υψηλότερη συγκέντρωση αλκοόλης και περισσότερη γεύση.

Στις Ηνωμένες Πολιτείες, ένα «ποτό» έχει 0,6 ουγγιές καθαρού αλκοόλ. Αυτό αντιστοιχεί στην ποσότητα αλκοόλ που συνήθως περιέχεται στα ακόλουθα δημοφιλή ποτά:

12 ουγγιές (ένα κουτί) μπύρα
8 ουγγιές λικέρ βύνης
5 ουγγιές (ένα μέσο ποτήρι) κρασί
1,5 ουγγιά (ένα σφηνάκι) αποσταγμένου αλκοολούχου οινοπνεύματος ή οινοπνευματωδών ποτών 80 (40% περιεκτικότητα σε αλκοόλ)



Οι 10 κορυφαίες χώρες με την υψηλότερη κατανάλωση αλκοόλ το 2019 (σε λίτρα καθαρού αλκοόλ κατά κεφαλήν):

Τσεχία - 14.26
Λετονία - 13.19
Μολδαβία - 12,85
Γερμανία - 12,79
Λιθουανία - 12,78
Ιρλανδία - 12.75
Ισπανία - 12,67
Ουγκάντα - 12.48
Βουλγαρία - 12.46
Λουξεμβούργο - 12.45

Οι 10 κορυφαίες χώρες με τη χαμηλότερη κατανάλωση αλκοόλ το 2019 (σε λίτρα καθαρού αλκοόλ κατά κεφαλήν):

Σομαλία, Μπαγκλαντές, Κουβέιτ, Μαυριτανία, Σαουδική Αραβία (ισοπαλία 5 κατευθύνσεων) - 0,00
Αφγανιστάν - 0,013
Λιβύη - 0,027
Υεμένη - 0,034
Αίγυπτος - 0,14
Αραβική Δημοκρατία της Συρίας - 0,19
Μπουτάν - 0,21
Ινδονησία - 0,22
Πακιστάν - 0,31
Τζιμπουτί - 0,36

Οι άντρες ή οι γυναίκες πίνουν περισσότερο;

Στις περισσότερες χώρες, οι άνδρες πίνουν τουλάχιστον τρεις φορές περισσότερο αλκοόλ, κατά μέσο όρο, από τις γυναίκες. Για παράδειγμα, ο συνδυασμένος μέσος όρος της Τσεχίας είναι 14,6 λίτρα, αλλά ο μέσος όρος ανά φύλο είναι 6,9 λίτρα για τις γυναίκες και 22,0 λίτρα για τους άνδρες (και τα δύο είναι παγκόσμια υψηλά). Σε ορισμένες χώρες, η διαφορά είναι ακόμη μεγαλύτερη. Στο Τουρκμενιστάν, για παράδειγμα, οι άνδρες πίνουν 5,26 λίτρα/έτος, περισσότερο από πέντε φορές περισσότερο από τις γυναίκες (1,03 λίτρα/έτος).

Εδώ είναι οι 10 χώρες με τη μεγαλύτερη κατανάλωση αλκοόλ:

Λετονία - 13,19 λίτρα/έτος
Μολδαβία - 12,85 λίτρα/έτος
Γερμανία - 12,79 λίτρα/έτος
Λιθουανία - 12,78 λίτρα/έτος
Ιρλανδία - 12,75 λίτρα/έτος
Ισπανία - 12,67 λίτρα/έτος
Ουγκάντα - 12,48 λίτρα/έτος
Βουλγαρία - 12,46 λίτρα/έτος
Λουξεμβούργο - 12,45 λίτρα/έτος
Ρουμανία - 12,34 λίτρα/έτος

Η κατανάλωση αλκοόλ ανά τον κόσμο

Το αλκοόλ ρυθμίζεται από νόμους που καθορίζουν μια ελάχιστη ηλικία κατανάλωσης αλκοόλ (συνήθως 18 ή 21)

Απέπλευσε από Οδησσό το πρώτο πλοίο με Ουκρανικό καλαμπόκι

Το πρώτο πλοίο που μεταφέρει πάνω από 26.000 τόνους Ουκρανικά σιτηρά και συγκεκριμένα καλαμπόκι, ξεκίνησε το πρωί της Δευτέρας, από το λιμάνι της Οδησσού, με προορισμό το Λίβανο, σύμφωνα με σχετική ενημέρωση του υπουργείου Άμυνας της Τουρκίας. Το καλαμπόκι θα κατευθυνθεί στον Λίβανο, που βιώνει μια από τις μεγαλύτερες οικονομικές και επισιτιστικές κρίσεις των τελευταίων 150 χρόνων, μετά την έκρηξη του 2020 στο κεντρικό λιμάνι της Βηρυτού που κατέστρεψε την πρωτεύουσα, μεταδίδουν τα διεθνή ειδησεο γραφικά δίκτυα.

Πάνω από 1 δις δολάρια στα ταμεία του Κιέβου

«Σήμερα η Ουκρανία, μαζί με τους εταίρους, κάνει ένα ακόμη βήμα προς την πρόληψη της πείνας στον κόσμο», δήλωσε ο Αλεξάντερ Κουμπράκοφ, ο Ουκρανός υπουργός Υποδομών με τις ελπίδες για πρόληψη της επισιτιστικής κρίσης σε όλο τον κόσμο να αναπτερώνονται εάν συνεχιστούν οι εξαγωγές σιτηρών από την Ουκρανία και τους επόμενους μήνες. Την ίδια στιγμή το άνοιγμα των λιμανιών θα φέρει πάνω από 1 δισ. δολάρια σε έσοδα στην Ουκρανία από συνάλλαγμα δίνοντας μια ώθηση στην κατεστραμμένη οικονομία της χώρας και μια ώθηση στον αγροτικό τομέα για την παραγωγή του επόμενου έτους, κατέληξε ο Κουμπράκοφ.

Ο ΟΗΕ χαιρέτισε την αναχώρηση του πλοίου

Ο επικεφαλής του ΟΗΕ Αντόνιο Γκουτέρες «χαιρετίζει θερμά» τη σημερινή αναχώρηση του πρώτου πλοίου με ουκρανικά σιτηρά στο πλαίσιο ενός σχεδίου που έχει στόχο την άρση του Ρωσικού θαλάσσιου αποκλεισμού, δήλωσε ένας εκπρόσωπος.
«Ο γενικός γραμματέας ελπίζει ότι αυτό θα είναι το πρώτο από πολλά εμπορικά πλοία βάσει της συμφωνίας που υπογράφηκε και ότι αυτό θα φέρει τη σταθερότητα και την αρωγή που είναι απαραίτητες για την παγκόσμια επισιτιστική ασφάλεια, ιδιαίτερα στα πιο εύθραυστα ανθρωπιστικά πλαίσια», αναφέρεται σε ανακοίνωση του ΟΗΕ. Το πρώτο πλοίο με σιτηρά, το οποίο αναχώρησε από την Ουκρανία στο πλαίσιο μιας συμφωνίας ασφαλούς διέλευσης, θα αγκυροβολήσει στα ανοικτά της Κωνσταντινούπολης αύριο, Τρίτη, γύρω στις 15:00 (ώρα Ελλάδας) για μια κοινή επιθεώρηση, δήλωσε τη Δευτέρα ο Τούρκος υπουργός Άμυνας Χουλουσί Ακάρ. Ο Ακάρ έκανε τη δήλωση αυτή σε συνέντευξή του στο κρατικό Τουρκικό πρακτορείο ειδήσεων Anadolu αφού το πλοίο Razoni με σημαία της Σιέρα Λεόνε, που είναι φορτωμένο αραβόσιτο, αναχώρησε από το Ουκρανικό λιμάνι της Οδησσού για το Λίβανο. Στο πλαίσιο της συμφωνίας, ένα Κοινό Κέντρο Συντονισμού δημιουργήθηκε στην Κωνσταντινούπολη με προσωπικό των Ηνωμένων Εθνών, της Ρωσίας, της Ουκρανίας και της Τουρκίας.

Ο Ουκρανός υπουργός Εξωτερικών Ντμίτρο Κουλέμπα δήλωσε από την πλευρά του πως η σημερινή επανάληψη των εξαγωγών ουκρανικών σιτηρών, για πρώτη φορά μετά τη ρωσική εισβολή το Φεβρουάριο, ειναι «μια ανακούφιση για τον κόσμο». ***«Ημέρα ανακούφισης για τον κόσμο, ιδιαίτερα για τους φίλους μας της Μέσης Ανατολής, της Ασίας και της Αφρικής,*** καθώς τα πρώτα ουκρανικά δημητριακά αναχωρούν από την Οδησσό έπειτα από μήνες ρωσικού αποκλεισμού. Η Ουκρανία ήταν ανέκαθεν και θα παραμείνει ένας αξιόπιστος εταίρος, αν η Ρωσία σεβαστεί το τμήμα της συμφωνίας που της αναλογεί», έγραψε ο υπουργός στο Twitter.

Συνεργαζόμενες εταιρείες

Διψήφια ανάπτυξη το 9μηνο για την Ολυμπιακή Ζυθοποιία

Ζυθοποιία. Μετά την περσινή αύξηση του τζίρου κατά περίπου 30%, το φετινό εννεάμηνο «έτρεχε» επίσης με διψήφιους ρυθμούς για την εταιρεία.

Οπως αναφέρει ο Managing Director της Ολυμπιακής Ζυθοποιίας, Dejan Beko, «με το κλείσιμο του 9μήνου, η εταιρεία μας συνολικά κινήθηκε με μια αύξηση της τάξεως του 10% σε σχέση με πέρυσι, ανάπτυξη που κυρίως ήρθε από το κανάλι της εστίασης και τον τουρισμό, ενώ το κανάλι του σούπερ μάρκετ (Modern Trade) συνεχίζει να σημειώνει μια γενική πτώση. Και αυτό γιατί, σε αντίθεση με πέρυσι, η λειτουργία της HoReCa φέτος ήταν συνεχής, ενώ, παράλληλα, έχουν γίνει σημαντικές ανατιμήσεις που έχουν επηρεάσει σημαντικά το καλάθι των νοικοκυριών και την κατηγορία».

Οι καλές επιδόσεις του τουρισμού:

Από την άλλη πλευρά, ο κ. Beko υπογραμμίζει ότι «το κανάλι του On Trade αναπτύσσεται για δεύτερη συνεχή χρονιά -μετά τις μεγάλες απώλειες του 2020- πλησιάζοντας τόσο τους όγκους, όσο και το μερίδιο που είχε διαχρονικά στην κατηγορία. Η κατανάλωση ενισχύθηκε, τόσο από την έντονη ανάγκη των Ελλήνων για έξοδο και κοινωνικοποίηση μετά την πανδημία, όσο βέβαια και από τις πολύ καλές επιδόσεις του τουρισμού, και μάλιστα όχι μόνο σε κλασικούς τουριστικούς προορισμούς, αλλά και σε μεγάλα αστικά κέντρα».

Θυμίζουμε ότι, βάσει των πιο πρόσφατων επίσημων στοιχείων, για τις αεροπορικές και οδικές αφίξεις, έως και το τέλος Ιουλίου, τη χώρα μας έχουν επισκεφθεί 14,5 εκατ. τουρίστες, αριθμός που συνεπάγεται με περίπου 8,8 εκατ. περισσότερους επισκέπτες σε σχέση με πέρσι.

Η πρόβλεψη ως προς τον τουρισμό για το κλείσιμο της χρονιάς είναι αρκετά αισιόδοξη, εκτιμώντας ότι θα φτάσουμε συνολικά τα 26 εκατ. επισκέπτες, σημειώνοντας αύξηση της τάξεως του 79% σε σχέση με πέρυσι. Ωστόσο, ακόμη και αυτό το αισιόδοξο σενάριο υπολείπεται κατά 15% περίπου σε σχέση με τις επιδόσεις του 2019.

Οι προοπτικές για το σύνολο του 2022

Αναφορικά με τις προοπτικές για το σύνολο του 2022, ο επικεφαλής της Ολυμπιακής Ζυθοποιίας σημειώνει πως «η γενική εικόνα και οι τάσεις των καναλιών δεν αναμένεται να αλλάξουν σημαντικά έως το τέλος του έτους, λαμβάνοντας υπόψη ότι έχουμε ήδη διανύσει και την κύρια περίοδο κατανάλωσης για την κατηγορία μας, η οποία χαρακτηρίζεται από υψηλή εποχικότητα».

«Ωστόσο, για το τελευταίο τρίμηνο αναμένουμε πιθανή πτώση της κατανάλωσης, κυρίως λόγω πληθωρισμού και των υψηλών τιμών της ενέργειας, που θα επηρεάσουν το διαθέσιμο οικογενειακό εισόδημα. Για την αγορά μας, δεν παύει να ήταν μια καλή χρονιά, εκτιμώντας ότι θα κλείσει με υψηλό μονοψήφιο ποσοστό σε σχέση με πέρυσι, ενώ ευελπιστούμε ότι η εταιρεία μας θα κινηθεί ακόμη καλύτερα».

Νέα λανσαρίσματα:

Σχετικά με τα πλάνα της εταιρείας σε προϊοντικό επίπεδο, ο κ. Beko ανέφερε ότι «στόχος μας είναι η ενίσχυση όλων των κατηγοριών των προϊόντων του χαρτοφυλακίου μας, ενώ βρισκόμαστε ήδη σε διαδικασία διερεύνησης νέων λανσαρισμάτων. Παράλληλα, είμαστε διαρκώς σε εγρήγορση, παρακολουθώντας όλες τις εξελίξεις της αγοράς και των ευρύτερων προϊοντικών κατηγοριών».

Τι οδήγησε σε αύξηση 30% του τζίρου πέρυσι:

Αναφορικά με την προηγούμενη χρονιά σημειώνεται ότι ο συνολικός όγκος πωλήσεων της Ολυμπιακής Ζυθοποιίας κατέγραψε αύξηση 24%, συμπεριλαμβανομένων των πωλήσεων προς το εξωτερικό, ενώ ο όγκος πωλήσεων που αφορά την εγχώρια αγορά αυξήθηκε κατά 19% (κυρίως λόγω της ανόδου στο on trade κανάλι), ποσοστό αντίστοιχο με τη συνολική άνοδο της εγχώριας αγοράς ζύθου. Σημαντική ήταν και η αύξηση του όγκου πωλήσεων κατά 36% όσον αφορά τις εξαγωγές.

Αντίστοιχα, η αξία του κύκλου εργασιών αυξήθηκε κατά 29,5% σε σχέση με το 2020, χάρη κυρίως στην επαναλειτουργία του καναλιού της κρύας αγοράς, που αφορά κυρίως την εστίαση, σε συνδυασμό με λιγότερους περιορισμούς λόγω Covid-19 και τις καλές επιδόσεις της τουριστικής κίνησης.

Αντίστοιχα, επηρεάστηκαν θετικά και οι καθαρές πωλήσεις της εταιρείας, που ανήλθαν σε €96 εκατ., αυξημένες κατά 34%, καθώς ο ειδικός φόρος κατανάλωσης μειώθηκε από 35% σε 32% περίπου. Παράλληλα, η εταιρεία επέστρεψε στην κερδοφορία μετά το ζημιογόνο «διάλειμμα» του 2020 ελέω Covid-19.

Πού έδωσε έμφαση:

Το 2021 η εταιρεία εστίασε στην περαιτέρω εδραίωση των προϊόντων του χαρτοφυλακίου της στην εγχώρια αγορά, με έμφαση στις κατηγορίες της μπύρας και της μπύρας χωρίς αλκοόλ, καθώς και σε επενδύσεις που αφορούν στην παραγωγική διαδικασία των προϊόντων της και στη βελτιστοποίηση των υπηρεσιών της προς τους πελάτες και συνεργάτες της.

Κατά την προηγούμενη χρονιά η εταιρεία προχώρησε σε επενδύσεις ύψους €6,3 εκατ., που αφορούσαν εξοπλισμό για τον συνεχή εκσυγχρονισμό των παραγωγικών της μονάδων, τεχνολογικό εξοπλισμό και αυτοματοποίηση των συστημάτων της, καθώς και εξοπλισμό σε υγεία και ασφάλεια σε όλες τις εγκαταστάσεις της.

Ανατιμήσεις σε καφέ και ζάχαρη στην Ευρώπη

Μια καθημερινή ρουτίνα, ο πρωινός καφές, μπορεί να μετατραπεί σε... πολυτέλεια, λόγω των συνεχών ανατιμήσεων στο δημοφιλές προϊόν. Σύμφωνα με τη Eurostat, τα στοιχεία για τον Αύγουστο του 2022 δείχνουν ότι η τιμή του καφέ στην ΕΕ ήταν κατά μέσο όρο 16,9% υψηλότερη από τον Αύγουστο του 2021, (τότε ήταν κατά μέσο όρο 0,5% υψηλότερη από τον Αύγουστο του 2020). Από τον Οκτώβριο του 2021, ο ετήσιος πληθωρισμός ήταν σε άνοδο, επισημαίνει η Eurostat.

Για όσους πίνουν τον καφέ τους με γάλα ή/και ζάχαρη, η αγαπημένη πρωινή τελετουργία τους στοιχίζει ακόμη πιο ακριβά, καθώς οι τιμές και αυτών των προϊόντων αυξήθηκαν ακόμη περισσότερο τον τελευταίο χρόνο. Η τιμή του φρέσκου πλήρους γάλακτος αυξήθηκε κατά μέσο όρο 24,3% (Αύγουστος 2021-Αύγουστος 2022), ενώ για το φρέσκο γάλα με χαμηλά λιπαρά αυξήθηκε κατά 22,2% την ίδια περίοδο.

Τον Αύγουστο του 2022, ο ετήσιος πληθωρισμός της ζάχαρης ήταν +33,4%, από +0,8% τον Αύγουστο του 2021.

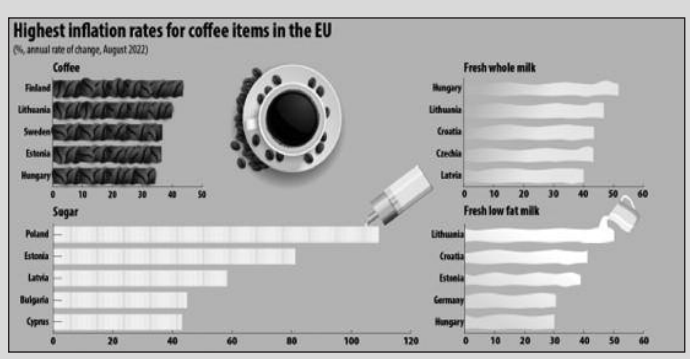
Η ζάχαρη αυξήθηκε κατά 109,2% στην Πολωνία

Τα στοιχεία δείχνουν ότι και τα τέσσερα είδη ανατιμήθηκαν σε όλα τα κράτη μέλη της ΕΕ, εκτός από τη Μάλτα, η οποία δεν ανέφερε καμία αλλαγή στην τιμή του φρέσκου γάλακτος χαμηλών λιπαρών.

Αναφορικά με τις μεγαλύτερες αυξήσεις στον ετήσιο πληθωρισμό για κάθε προϊόν, στη Λιθουανία και την Εσθονία σημειώθηκαν οι υψηλότερες για τρία από τα τέσσερα προϊόντα: καφέ και φρέσκο γάλα χαμηλών λιπαρών και για τις δύο χώρες, φρέσκο πλήρες γάλα (+45,8%) για τη Λιθουανία και ζάχαρη (+81,2%) για την Εσθονία.

Ο μεγαλύτερος ετήσιος πληθωρισμός τον Αύγουστο του 2022 αναφέρθηκε για τη ζάχαρη, με αξιοσημείωτη άνοδο στην Πολωνία, με άνοδο 109,2%, ακολουθούμενη από την Εσθονία (+81,2%), τη Λετονία (+58,3%), τη Βουλγαρία (+44,9%) και την Κύπρο (+43,2%)).

Όσον αφορά τον καφέ, η ***Φινλανδία*** κατέγραψε τον υψηλότερο ετήσιο πληθωρισμό με +43,6% τον Αύγουστο του 2022, ακολουθούμενη από τη Λιθουανία (+39,9%), τη Σουηδία (+36,7%), την Εσθονία (+36,4%) και την Ουγγαρία (+34,3%).



Οι λάτρεις του γάλακτος στην ***Ουγγαρία***, τη Λιθουανία και την ***Κροατία*** είδαν σημαντικές αυξήσεις στις τιμές τόσο στο πλήρες γάλα όσο και στο γάλα με χαμηλά λιπαρά. Οι υψηλότερες ετήσιες αυξήσεις στις τιμές του πλήρους λιπαρού γάλακτος μεταξύ των κρατών μελών της ΕΕ τον Αύγουστο του 2022 καταγράφηκαν στην Ουγγαρία (+51,7%), τη Λιθουανία (+46,8%), την Κροατία (+43,5%), την Τσεχία (+43,3%) και τη Λετονία (+40,1%), και για γάλα χαμηλών λιπαρών στη Λιθουανία (+50,2%), στην Κροατία (+41,2%), στην Εσθονία (+38,9%), στη Γερμανία (+30,6%) και στην Ουγγαρία (+30,1%).

Ελλάδα

Την ίδια περίοδο, στην Ελλάδα η τιμή του καφέ αυξήθηκε 13,3%, η ζάχαρη 27%, το γάλα με χαμηλά λιπαρά 16,7% και το πλήρες γάλα 17,9%.

ΥΓΕΙΑ

Μεσογειακή διατροφή

ένα δώρο της φύσης στον άνθρωπο

Μεσογειακή Διατροφή: οφέλη

Πολυάριθμες μελέτες έχουν εστιάσει στη Μεσογειακή Διατροφή και τα οφέλη στην υγεία, αλλά και τη μακροζωία, αναδεικνύοντας έτσι το πλεονέκτημα από την υιοθέτησή της.

Συγκεκριμένα, έχει φανεί πως τα άτομα που συμμορφώνονται με αυτό παρουσιάζουν σημαντικά μικρότερη θνησιμότητα γενικά, αλλά και ειδικότερα όσον αφορά τον κίνδυνο θανάτου από καρδιαγγειακή νόσο.

Επιπλέον, πολλές μελέτες έχουν δείξει πως υπάρχει μικρότερος κίνδυνος να εμφανίσει κανείς:

σακχαρώδη διαβήτη τύπου ΙΙ
καρδιαγγειακή νόσο
αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο
ρευματοειδή αρθρίτιδα
νόσο του Parkinson
κατάθλιψη
νόσο Alzheimer
γεροντική άνοια

Ισχυρή είναι η σύνδεση της συμμόρφωσης με τη μεσογειακή διατροφή και με την παχυσαρκία, τόσο των ενηλίκων όσο και των ανηλίκων. Πρόσφατη δημοσίευση συνέδεσε τον διαρκώς αυξανόμενο επιπολασμό παιδικής παχυσαρκίας στην Ελλάδα με την ανεπαρκή τήρηση του μεσογειακού διατροφικού προτύπου από τα παιδιά σήμερα.

Ο λόγος που επηρεάζει και συνδέεται με τόσες πολλές και διαφορετικές κλινικές καταστάσεις, οφείλεται στα τρόφιμα που περιλαμβάνει και κυρίως

στη συχνότητα κατανάλωσής τους.

Μερικά από τα βασικά στοιχεία που ανέδειξαν την αξία της μεσογειακής διατροφής για την υγεία του ανθρώπου είναι:

η υψηλή σύσταση των τροφίμων σε φυτικές ίνες (διαλυτές και αδιάλυτες)
η χαμηλή πρόσληψη ραφιναρισμένων προϊόντων
η υψηλή κατανάλωση πολυακόρεστων και μονοακόρεστων λιπαρών οξέων (από ψάρια, ελαιόλαδο και ξηρούς καρπούς) έναντι κορεσμένων
οι αντιοξειδωτικές ουσίες (πολυφαινόλες, φλαβονοειδή), καθώς και το πλήθος βιταμινών και ιχνοστοιχείων που λαμβάνονται από τα διάφορα φρούτα, λαχανικά, μπαχαρικά και βότανα.

Έχει φανεί, μάλιστα, πως το όφελος των μεμονωμένων παραπάνω συστατικών ενισχύεται στα πλαίσια μιας ισορροπημένης διατροφής, όπως η μεσογειακή, καθώς παρουσιάζεται συνεργιστική δράση μεταξύ αυτών.

Μεσογειακή διατροφή για απώλεια βάρους

Η Μεσογειακή Διατροφή έχει αναγνωριστεί πολλάκις ως η πιο αποτελεσματική, μεταξύ πολλών άλλων, όσον αφορά την πρόληψη ασθενειών που σχετίζονται με την παχυσαρκία.

Συγκεκριμένα, πλήθος ερευνών έχει

αποδείξει πως η τήρησή της σχετίζεται με μικρότερο κίνδυνο ανάπτυξης παχυσαρκίας, καθώς και με τη διατήρηση υγιούς σωματικού βάρους.

Σε άτομα με υπερβάλλον βάρος έχει φανεί πως η αλλαγή από έναν ανθυγιεινό τρόπο διατροφής στην υιοθέτηση της Μεσογειακής Διατροφής, σχετίζεται με απώλεια βάρους και περιφέρειας μέσης, ιδιαίτερα όταν συνδυάζεται με τακτική άσκηση και ελαφρώς υποθερμιδική διατροφή.

Τα παραπάνω θετικά ευρήματα αφορούν όλες τις ηλικιακές ομάδες και των δύο φύλων, καθώς και τις γυναίκες κατά την εγκυμοσύνη και το θηλασμό, όπου ο κίνδυνος για παχυσαρκία είναι αυξημένος.

Καρδιά

Το ευεργετικό αποτέλεσμα της υιοθέτησης του μεσογειακού τρόπου διατροφής στην υγεία της καρδιάς, ήταν ανάμεσα στα πρώτα οφέλη που διαπιστώθηκαν και μελετήθηκαν, μετέπειτα, ευρέως.

Συγκεκριμένα, η μεσογειακή δίαιτα φαίνεται πως προστατεύει την καρδιαγγειακή λειτουργία, μειώνοντας τον κίνδυνο εμφάνισης στεφανιαίας νόσου, επιβραδύνοντας την εξέλιξη της αρτηριοσκλήρυνσης και προστατεύοντας σημαντικά από έμφραγμα του μυοκαρδίου.

Φαίνεται πως τα τρόφιμα και τα περιεχόμενα συστατικά που χαρακτηρίζουν τη μεσογειακή διατροφή, διατηρούν την αρτηριακή πίεση και τη γλυκόζη του αίματος σε επιθυμητά επίπεδα, ενώ συμβάλλουν και στη διατήρηση ενός ιδανικού λιπιδαιμικού προφίλ: υψηλή HDL χοληστερόλη και χαμηλά επίπεδα LDL χοληστερόλης και τριγλυκεριδίων.

Σακχαρώδης διαβήτης

Το μεσογειακό πρότυπο διατροφής φαίνεται πως συμβάλλει στη διατήρηση υγιών επιπέδων γλυκόζης στο αίμα και στη μείωση του κινδύνου εμφάνισης σακχαρώδη διαβήτη τύπου 2.
Συγκεκριμένα, έχει φανεί πως βελτιώνει τον γλυκαιμικό έλεγχο, μειώνοντας τη γλυκόζη νηστείας και την αντίσταση στην ινσουλίνη.
Σημαντικό ρόλο σε αυτή την ευεργετική δράση, διαδραματίζει η τακτική κατανάλωση τροφίμων με υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες (σιτηρά ολικής, φρούτα, λαχανικά, όσπρια), καθώς και τα καλά λιπαρά που βελτιώνουν το γλυκαιμικό και λιπιδαιμικό προφίλ.

Υγεία

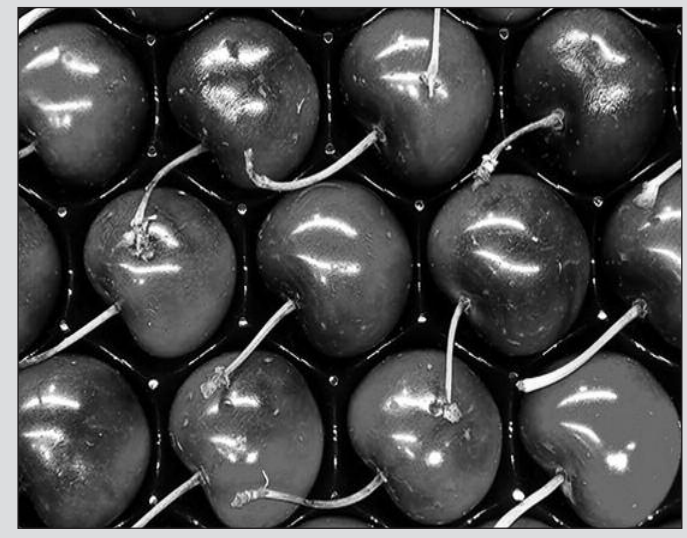
Κεράσι: ένα από τα πιο ισχυρά, φυσικά αντιφλεγμονώδη

Αυτό το δροσερό και νόστιμο ανοιξιάτικο φρούτο, προσφέρει σημαντικά οφέλη στην υγεία μας, καθώς διαθέτει ποικιλία θρεπτικών συστατικών, βιταμινών και ιχνοστοιχείων που συμβάλλουν στην εύρυθμη λειτουργία του οργανισμού, αλλά και στην πρόληψη και θεραπεία πολλών νοσημάτων.

Το κόκκινο χρώμα του κερασιού, οφείλεται στην χρωστική ουσία ανθοκυάνη, ένα διατροφικό αντιοξειδωτικό που παίζει προληπτικό και θεραπευτικό ρόλο σε πλήθος ασθενειών, καταπολεμώντας τις ελεύθερες ρίζες. Επίσης, το φρούτο αυτό είναι πλούσιο σε βιταμίνη Α, πολλές βιταμίνες της οικογένειας Β και της βιταμίνης C καθώς και φολικό οξύ, νιασίνη και ριβοφλαβίνη. Τέλος, τα κεράσια περιέχουν μικρές ποσότητες σιδήρου, μαγνησίου, καλίου και πρωτεϊνών.

Τα διατροφικά τους οφέλη

- **Βοηθούν την πέψη** Όταν τρώμε κεράσια, γίνεται μεγαλύτερη παραγωγή και έκκριση πεπτικών ουσιών, οι οποίες είναι ευεργετικές για τη λειτουργία του πεπτικού μας συστήματος.



- **Αντιοξειδωτικά οφέλη** Τα κεράσια περιέχουν υψηλά επίπεδα αντιοξειδωτικών και όλοι γνωρίζουμε ότι τα τρόφιμα με μεγάλη περιεκτικότητα σε αντιοξειδωτικά είναι ιδιαίτερα ωφέλιμα για την υγεία μας, κυρίως για την καρδιά μας και το καρδιαγγειακό σύστημα.

- **Αποτοξίνωση**
Τα κεράσια περιέχουν θρεπτικές ουσίες που έχουν ιδιότητες καθαρισμού και οι επιστήμονες έχουν επιβεβαιώσει ότι βοηθούν το συκώτι και τα νεφρά μας να απαλλαγούν από την τοξικότητα και τα βοηθά να λειτουργούν καλύτερα.

- **Αντιφλεγμονώδης δράση**
Οι επιστήμονες έχουν αποδείξει τη σχέση μεταξύ αρθρίτιδας, ουρικής αρθρίτιδας και των κερασιών. Συγκεκριμένα, έχει παρατηρηθεί ότι οι ασθενείς, οι οποίοι κατανάλωναν μεγάλες ποσότητες κερασιών τακτικά, ανέφεραν μείωση του πόνου της αρθρίτιδας και της ουρικής αρθρίτιδας. Τα προβλήματα αυτά εμφανίζονται γενικά λόγω υπερβολικής παραγωγής ουρικού οξέος. Έτσι, όταν καταναλώνονται σε μεγάλες ποσότητες και τακτικά, τα κεράσια μπορεί να βοηθήσουν στον έλεγχο της υπερβολικής παραγωγή ουρικού οξέος στο αίμα.

- **Βελτιώνουν το ανοσοποιητικό και το καρδιαγγειακό σύστημα**
Τα κεράσια περιέχουν μια ουσία που ονομάζεται μελατονίνη, η οποία είναι απαραίτητη για το ανοσοποιητικό μας σύστημα και βοηθά στη διατήρηση ενός υγιούς ύπνου, αλλά και υγιούς καρδιαγγειακού συστήματος.

- **Επιβραδύνουν τη διαδικασία της γήρανσης**
Η μελατονίνη που βρίσκεται στα κεράσια, επιβραδύνει τη διαδικασία γήρανσης. Δώστε λάμψη και φρεσκάδα στο πρόσωπό σας τρώγοντας κεράσια!

- **Αντικαρκινικές ιδιότητες**
Τα κεράσια είναι πλούσια σε Βήτα Καροτίνη (βιταμίνη Α), η οποία βοηθά στην καταπολέμηση των καρκινικών κυττάρων στα όργανα και τους αδένες.

- **Απώλεια βάρους**
Τα κεράσια είναι πλούσια σε φυτοστερόλες, που αποτελούν φυσικά συστατικά των φυτών και δεν αποδίδουν ενέργεια, άρα δεν συνεισφέρουν στη θερμιδική πρόσληψη του οργανισμού.
Πολλές έρευνες έχουν δείξει ότι οι άνθρωποι που καταναλώνουν τακτικά κεράσια, δεν έχουν περιττά κιλά και έχουν μειώσει τους κινδύνους που σχετίζονται με ασθένειες της καρδιάς. Σε μια σχετική μελέτη, τα άτομα που έτρωγαν περισσότερα κεράσια, παρουσίασαν χαμηλότερο συνολικό βάρος σώματος, μειωμένο κοιλιακό λίπος και μειωμένη χοληστερόλη.

- **Ανακούφιση του πόνου**
Τα κεράσια βοηθούν στη μείωση του πόνου των μυών και των αρθρώσεων, μετά την άσκηση, συμβάλλοντας στην ταχεία αποκατάσταση των μυών. Μια μελέτη απέδειξε επίσης ότι η τακτική κατανάλωση χυμού κερασιών, μειώνει την αϋπνία σε ενήλικες μεγαλύτερης ηλικίας.

Πηγή: https://www.clickatlife.gr/your-life/story/14818

Από τον χώρο των εταιρειών

Ολοκληρώθηκε το πρόγραμμα «Νερό για το Αύριο»

Της Αθηναϊκής Ζυθοποιίας

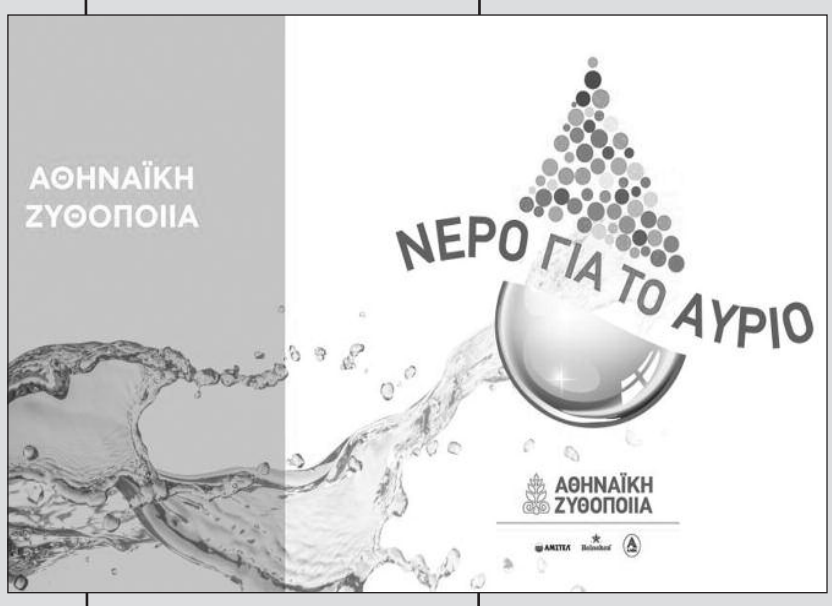
Αθήνα, 04 Οκτωβρίου 2022 – Με στόχο την ανάδειξη λύσεων για την ορθή διαχείριση των υδατικών πόρων της χώρας και τη γενικότερη ευαισθητοποίηση του κοινού σχετικά με τη βιώσιμη χρήση του νερού, η Αθηναϊκή Ζυθοποιία υλοποίησε την πρωτοβουλία «Νερό για το Αύριο» στη Θεσσαλία, το πλέον ελλειμματικό υδατικό διαμέρισμα στον ελλαδικό χώρο σήμερα.

Στο πρόγραμμα, διάρκειας ενός έτους, συμμετείχαν περισσότεροι από 20 ακαδημαϊκοί, επιστήμονες, εκπρόσωποι της Πολιτείας, της Τοπικής Αυτοδιοίκησης και της κοινωνίας των πολιτών, φορείς για το περιβάλλον και παραγωγοί. Το πρόγραμμα διεξήχθη με διαφάνεια, καλλιέργησε σε μεγάλο βαθμό την κουλτούρα της συνεργασίας μεταξύ πολλών εμπλεκόμενων φορέων και ανέδειξε τον βέλτιστο τρόπο διεξαγωγής πρωτοβουλιών, που αφορούν σε ζητήματα κοινωνικής και περιβαλλοντικής ευθύνης. Ύστερα από συστηματικές συζητήσεις, 14 ενημερωτικές συναντήσεις και εκπόνηση τμηματικών εκθέσεων, προέκυψαν χρήσιμα συμπεράσματα αφενός για τη διαχείριση, αφετέρου για τη διατήρηση των υδάτινων και αρδευτικών πόρων στη Θεσσαλία, τα οποία και στάλθηκαν στους αρμόδιους φορείς.

Η υδατική ασφάλεια της Θεσσαλίας επιδεινώνεται μέρα με τη μέρα, καθώς είναι ορατή η δυσκολία συγκέντρωσης αποθεμάτων νερού πέρα των αναγκαίων ποσοτήτων για την κάλυψη των τρεχουσών αναγκών. Το πρόβλημα, που έχει πολυπαραγοντικά αίτια, επιτείνεται και από την κλιματική αλλαγή που επηρεάζει τον κύκλο του νερού. Η λειψυδρία θα έχει σαφείς επιπτώσεις τόσο στην καθημερινότητα των κατοίκων, όσο και στην αγροτική παραγωγή και ως εκ τούτου, η θωράκιση του υδατικού οικοσυστήματος θεωρείται μείζονος σημασίας.

Η Αθηναϊκή Ζυθοποιία αποδίδει ιδιαίτερη σημασία στην προστασία των οικοσυστημάτων της Θεσσαλίας, καθώς στην περιοχή υλοποιείται μεγάλο μέρος του Προγράμματος Συμβολαιακής Καλλιέργειας Κριθαριού, μέσω του οποίου συνεργάζεται με περίπου 800 Θεσσαλούς παραγωγούς που καλλιεργούν 35.000 στρέμματα γης με βυνοποιήσιμο κριθάρι, για να αξιοποιηθεί στην εγχώρια παραγωγή των προϊόντων της εταιρείας. Η συνεισφορά της Αθηναϊκής Ζυθοποιίας στην ανάπτυξη των τοπικών κοινωνιών με πρόσημα την αλληλεγγύη, το θετικό περιβαλλοντικό αποτύπωμα και την κοινωνική συνοχή αποδεικνύεται από μια σειρά πρωτοβουλιών, μεταξύ των οποίων είναι η συμβολή στην προστασία των υδατικών αποθεμάτων της Θεσσαλίας, αλλά και το ολοκληρωμένο πλάνο υποστήριξης της Βόρειας Εύβοιας μετά τις καταστροφικές πυρκαγιές του 2021.

Επιστημονική υπεύθυνη του Προγράμματος «Νερό για το Αύριο» είναι η καθηγήτρια και Διευθύντρια του Ερευνητικού Εργαστηρίου ReSEES του Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών και (Καθ.) του Τεχνικού Πανεπιστημίου της Δανίας, Πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιστημονικής Ένωσης Οικονομολόγων Περιβάλλοντος και Φυσικών Πόρων (EAERE), κυρία Φοίβη Κουντούρη, η οποία δήλωσε σχετικά: «Το πρόγραμμα «Νερό για το Αύριο» της Αθηναϊκής Ζυθοποιίας στοχεύει στην προληπτική και βιώσιμη διαχείριση των σπάνιων υδάτινων πόρων της Περιφέρειας Λεκανοπεδίου Θεσσαλίας (Στερεά Ελλάδα). Επικεντρώνεται στην ολιστική αξιολόγηση των προβλημάτων της περιοχής και στα διδάγματα που αντλήθηκαν από τις προηγούμενες διαχειριστικές πρωτοβουλίες.
Ο κ. Γιάννης Γεωργακέλλος, Διευθυντής Επικοινωνίας και Εταιρικών Σχέσεων της Αθηναϊκής Ζυθοποιίας σημείωσε: «Στην Αθηναϊκή Ζυθοποιία επενδύουμε συστηματικά στο περιβάλλον, τον άνθρωπο, τις τοπικές κοινωνίες και τις αμοιβαία επωφελείς συνεργασίες για να παράγουμε ένα καλύτερο αύριο. Το πρόγραμμα Νερό για το Αύριο, μια πρωτοποριακή πρωτοβουλία για την ανάδειξη της επιτακτικής ανάγκης για ορθολογική διαχείριση των υδατικών πόρων στη χώρα μας, όχι μόνο προώθησε τη βιώσιμη ανάπτυξη μέσα από τον συν–σχεδιασμό λύσεων για το συγκεκριμένο ζήτημα, αλλά καλλιέργησε και την κουλτούρα της συνεργασίας μεταξύ των εμπλεκόμενων φορέων. Και αυτός ήταν ο αρχικός μας στόχος, καθώς για τη μετάβαση σε ένα νέο αειφόρο μοντέλο διαχείρισης του νερού, η ενεργή συμμετοχή όλων είναι η πιο σημαντική προϋπόθεση. Εμείς, στην Αθηναϊκή Ζυθοποιία θα συνεχίσουμε να δημιουργούμε προγράμματα που βασίζονται στις συνέργειες και υποστηρίζουν τη βιωσιμότητα και την υγιή ανάπτυξη των τοπικών κοινωνιών».



Το «Νερό για το Αύριο» είναι ένα πρόγραμμα το οποίο εντάσσεται στη στρατηγική βιώσιμης ανάπτυξης της Αθηναϊκής Ζυθοποιίας με στόχο ένα καλύτερο αύριο για το περιβάλλον, την κοινωνία και την οικονομία. Η Αθηναϊκή Ζυθοποιία υπογραμμίζει την ανάγκη προστασίας των αποθεμάτων νερού, αναγνωρίζει την αξία του αγαθού, το οποίο αποτελεί και βασική πρώτη ύλη παραγωγής της μπίρας και υποστηρίζει τη μετάβαση σε ένα νέο αειφόρο μοντέλο διαχείρισής του. Η ορθή χρήση του νερού αποτελεί προτεραιότητα για την Αθηναϊκή Ζυθοποιία, η οποία έχει μειώσει την κατανάλωσή του κατά 20% την τελευταία δεκαετία και έχει θέσει ήδη σε εφαρμογή προγράμματα διαχείρισης υγρών αποβλήτων σε όλα της τα εργοστάσια στην Ελλάδα. Μένοντας πιστή στη δέσμευσή της να συνεισφέρει σε ένα βιώσιμο μέλλον, συμμετέχει σε πανευρωπαϊκά προγράμματα για την επαναχρησιμοποίηση νερού από τις παραγωγικές της εγκαταστάσεις – όπως για παράδειγμα το πρόγραμμα AccelWater.

Σχετικά με την Αθηναϊκή Ζυθοποιία:

Η Αθηναϊκή Ζυθοποιία Α.Ε. είναι η μεγαλύτερη εταιρεία παραγωγής και εμπορίας μπίρας στην Ελλάδα, με ενεργή παρουσία στη χώρα για περισσότερα από 55 χρόνια. Ιδρύθηκε το 1963 από μια ομάδα Ελλήνων επιχειρηματιών και σήμερα αποτελεί μέλος του Ομίλου HEINEKEN N.V. Παράγει στην Ελλάδα τις μπίρες 'Αμστελ, 'Αμστελ Dark, Άμστελ Radler, Άμστελ Free, Άμστελ Free Lemon, 'Αμστελ KARGO IPA, Heineken, ΑΛΦΑ, ΑΛΦΑ Strong, ΑΛΦΑ Weiss, ΑΛΦΑ Χωρίς, Fischer, ΜΑΜΟΣ (με παραχώρηση άδειας χρήσης σήματος από την οικογένεια Μάμου), ΝΥΜΦΗ και Buckler από 100% ελληνικό κριθάρι, όπως και τις δύο μάρκες μηλίτη ΜΗΛΟΚΛΕΦΤΗ και Strongbow στο εργοστάσιό της στην Πάτρα, με ελληνικές πρώτες ύλες. Παράλληλα, στο χαρτοφυλάκιό της ανήκει και το φυσικό μεταλλικό νερό ΙΟΛΗ, ενώ εισάγει γνωστές μάρκες μπίρας μεταξύ των οποίων οι: Sol, Mc Farland, Erdinger, Murphy's, Duvel, Lagunitas. Από την 1η Απριλίου 2021, ανέλαβε και ως επίσημος διανομέας των προϊόντων της Bacardi για την Ελλάδα. Διαθέτει 3 μονάδες σε Αθήνα, Θεσσαλονίκη και Πάτρα και 2 ιδιόκτητα βυνοποιεία σε Θεσσαλονίκη και Πάτρα καθώς και μια μονάδα εμφιάλωσης του Φυσικού Μεταλλικού Νερού ΙΟΛΗ στη Λαμία.

Από το 2008 πραγματοποιεί το πρώτο και μεγαλύτερο Πρόγραμμα Συμβολαιακής Καλλιέργειας Κριθαριού μέσω του οποίου προμηθεύεται ελληνικό κριθάρι για την κάλυψη του 100% των αναγκών για την παραγωγή των προϊόντων της. Οι ελληνικές πρώτες ύλες σε συνδυασμό, με τα σύγχρονα ζυθοποιεία και τα 2 ιδιόκτητα βυνοποιεία, δημιουργούν μια πλήρως καθετοποιημένη ελληνική διαδρομή για τα προϊόντα της Αθηναϊκής Ζυθοποιίας.

Παράλληλα με την επιχειρηματική της ανάπτυξη, η εταιρεία έχει επενδύσει στον εκσυγχρονισμό της παραγωγικής διαδικασίας, στην υιοθέτηση μιας ολοκληρωμένης περιβαλλοντικής πολιτικής, τη διαμόρφωση ενός ασφαλούς και δίκαιου εργασιακού περιβάλλοντος, την ενημέρωση των καταναλωτών για την υπεύθυνη κατανάλωση αλκοόλ και την κοινωνική προσφορά, πάντα με την έμπρακτη συμβολή των εργαζομένων της, με διαφάνεια και λογοδοσία.

Η Αθηναϊκή Ζυθοποιία διαθέτει από την TÜV AUSTRIA HELLAS ISO 9001:2015 για την ποιότητα των προϊόντων, FSSC 22000: Version 5.1 για την ασφάλεια των προϊόντων, ISO 14001:2015 για την προστασία του περιβάλλοντος και ISO 45000 για την ασφάλεια και υγεία του προσωπικού.

Επίσης, η εταιρεία διακρίθηκε το 2022 με το Gold Award του Εθνικού Δείκτη Εταιρικής Ευθύνης (CR Index) ενώ έχει κατακτήσει και πολυάριθμες βραβεύσεις για την υπεύθυνη επιχειρηματικότητα που έχει επιδείξει, τη σταθερή επίδοσή της στη βιώσιμη ανάπτυξη και τη μέριμνα για την κοινωνία και το περιβάλλον. Η Αθηναϊκή Ζυθοποιία έχει βραβευτεί επανειλημμένα για το εργασιακό της περιβάλλον, ενώ το 2020 υπέγραψε τη Χάρτα Διαφορετικότητας, πιστή στη φιλοσοφία της για ίσες ευκαιρίες και δυνατότητες εξέλιξης στον εργασιακό τομέα.

Πρατηριούχε, απέδειξε έμπρακτα ότι σε ενδιαφέρει η πορεία του κλάδου, συσπειρώσου λοιπόνστην ΕΔΕΟΠ Αθηνών για να επιτύχουμε τους στόχους μας