

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ημερομηνία: 12 Νοεμβρίου 2014

Ταχύτητα: 120' λ. τ. λ.

Ωρα: 3.45 μ. μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης / Αποστενογράφησης: 3' + 2' / 120'

Κείμενο: (α') 3'

Σημάδια σταθεροποίησης και προοπτικές ανάκαμψης δείχνει η ελληνική οικονομία μήνα με τον μήνα. Τα στοιχεία που έρχονται στο φως για βασικούς δείκτες της οικονομίας δείχνουν πως η ύφεση φθάνει στο τέλος της. Η οικονομία εισέρχεται σε μια νέα φάση η οποία θα φέρει ανάπτυξη και πρόοδο. Βασικά εκτιμάται ότι το τρίτο τρίμηνο του 2014 θα καταγραφεί θετικός ρυθμός ανάπτυξης του Ακαθάριστου Εθνικού Προϊόντος, στέλλοντας το μήνυμα ότι η ύφεση τελειώνει. Οι προβλέψεις δε για το έτος 2015 είναι ακόμα πιο αισιόδοξες με το ρυθμό ανάπτυξης να φθάνει το 3% περίπου.

Ο κλάδος που έχει αναλάβει να δώσει μεγάλη ώθηση στην ελληνική οικονομία είναι ο τουρισμός. Τόσο σε επίπεδο αφίξεων όσο και σε επίπεδο εισπράξεων η Ελλάδα θα πετύχει ρεκόρ όλων των εποχών. Πολύ κοντά στα 22 εκατομμύρια θα βρεθεί, εκτός απροόπτου, ο αριθμός των αφίξεων ξένων τουριστών για τη φετινή σεζόν σύμφωνα με έγκυρες εκτιμήσεις. Στον αντίποδα, απώλειες ενδέχεται να καταγραφούν στις κρουαζιέρες, ενώ η πτώση της κίνησης από τη Ρωσία φαίνεται να είναι ελεγχόμενη.

Από την άλλη κόβει ταχύτητα η πτώση τιμών των κατοικιών. Σύμφωνα με στοιχεία της Τράπεζας της Ελλάδος, κατά το φετινό δεύτερο τρίμηνο η πτώση των τιμών των κατοικιών ήταν κατά 1% περίπου χαμηλότερη από αυτήν του πρώτου τριμήνου.

Ελαφρά μείωση σημείωσε και η ανεργία. Σημαντική μάλιστα είναι η μείωση της ανεργίας που παρουσιάζει το ποσοστό των νέων, ηλικίας 15 έως 24 ετών. Τα στοιχεία όσον αφορά την ανεργία αφορούν τον Αύγουστο μήνα, κατά τον οποίο οι άνεργοι μειώθηκαν σε σχέση με το μήνα Ιούλιο.

Ευχάριστη έκπληξη σημειώθηκε και στην αγορά αυτοκινήτων. Οι νέες άδειες κυκλοφορίας οχημάτων τον μήνα Σεπτέμβριο δείχνουν υψηλές πωλήσεις αυτοκινήτων που παραδοσιακά δεν υπήρχαν. Το 45% περίπου των νέων πωλήσεων των αυτοκινήτων αφορά εταιρικά αυτοκίνητα, καθώς συνήθως τέτοια εποχή οι επιχειρήσεις ανανεώνονται. Βέβαια δεν πρόκειται για πωλήσεις προς τουριστικές επιχειρήσεις, αλλά για πωλήσεις προς εταιρείες που έχουν να κάνουν με άλλους κλάδους. Όπως για παράδειγμα είναι το λιανικό εμπόριο το οποίο και σημείωσε αύξηση. Αύξηση πωλήσεων, τόσο σε τρέχουσες τιμές όσο και σε σταθερές τιμές, κατέγραψαν τον φετινό Ιούλιο οι περισσότερες κατηγορίες των καταστημάτων. Οι μεγαλύτερες πωλήσεις καταγράφηκαν στους κλάδους ένδυσης, υπόδησης και στα βιβλιοπωλεία, ενώ στα τρόφιμα αυξήθηκαν οριακά.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ημερομηνία: 12 Νοεμβρίου 2014

Ταχύτητα: 120' λ. τ. λ.

Ωρα: 3.45 μ. μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης/Αποστενογράφησης: 3' + 2' / 120'

Κείμενο: (β') 2'

Βασικό συμπέρασμα από την τελευταία δημογραφική έρευνα, ήταν το ότι ο πληθυσμός στην Ευρώπη γερνά και ταυτόχρονα το προσδόκιμο ζωής αυξάνεται. Αυτό σημαίνει, σύμφωνα με τον Ευρωπαϊκό Επίτροπο Υγείας, ότι η Ευρωπαϊκή Ένωση θα πρέπει να λάβει όλα τα απαραίτητα μέτρα και να σπρώξει τα κράτη-μέλη να εφαρμόσουν όσα προγράμματα χρειάζεται για αντιμετώπιση των νέων δεδομένων.

Με απλά λόγια, όταν μιλούμε για αύξηση του προσδόκιμου ηλικίας εννοούμε ότι θα υπάρχουν περισσότεροι πολίτες με διάφορα προβλήματα υγείας που δεν θα μπορούν να παραγνωριστούν. Γι' αυτό επιβάλλεται να γίνουν οι απαραίτητες αλλαγές στα συστήματα που υπάρχουν σήμερα και παράλληλα να γίνει πρόβλεψη για τις ανάγκες του μέλλοντος. Ένας τρόπος παρακολούθησης τόσο των αναγκών όσο και των αλλαγών που επέρχονται είναι και η εφαρμογή της ηλεκτρονικής υγείας.

Η ηλεκτρονική υγεία μπορεί να μην είναι πανάκια για όλα τα ζητήματα, είναι όμως ένα πολύ καλό εργαλείο για το σύστημα υγείας. Εξάλλου, η ηλεκτρονική υγεία διευκολύνει και τους ίδιους τους ασθενείς γενικά, ακόμα δηλαδή και όταν αυτοί βρίσκονται εκτός συνόρων. Όσα κράτη έχουν ήδη εφαρμόσει το σύστημα της ηλεκτρονικής υγείας έχουν καταγράψει σημαντικά οφέλη τόσο σε ότι αφορά στην εξοικονόμηση κονδυλίων, όσο και σε ότι αφορά στην εξυπηρέτηση των ασθενών. Άλλωστε υπάρχει και σχετική ευρωπαϊκή οδηγία, ενώ το Σχέδιο Ηλεκτρονικής Υγείας που αφορά τα έτη μέχρι το 2020 δίνει έμφαση στα οφέλη που μπορούν να αποκομίσουν τα κράτη-μέλη εφαρμόζοντας ηλεκτρονικά συστήματα καταγραφής αλλά και παρακολούθησης δεδομένων. Το Σχέδιο μάλιστα δίνει πολλές εισηγήσεις προς όλα τα κράτη-μέλη.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ημερομηνία: 14 Νοεμβρίου 2014

Ταχύτητα: 110 λ. τ. λ.

Ωρα: 3.45 μ. μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης/Αποστενογράφησης: 3' + 2' / 110'

Κείμενο α' (3')

Με γεωμετρική πρόοδο αυξάνεται ο αριθμός των πολιτών που επιλέγουν το διαδίκτυο για να κάνουν τις πληρωμές τους χωρίς ταλαιπωρία. Με γεωμετρική πρόοδο όμως αυξάνονται και οι απάτες από επιτήδειους που επιδιώκουν να αποσπάσουν κωδικούς και χρήματα. Δίνονται οι πιο κάτω συμβουλές τις οποίες αν ακολουθήσετε θα μπορέσετε να κάνετε με ασφάλεια τις συναλλαγές σας:

- Αποφεύγετε να κάνετε τις οικονομικές σας συναλλαγές μέσω διαδικτύου από βιβλιοθήκες και άλλους δημόσιους χώρους στους οποίους έχουν πρόσβαση πολλοί χρήστες στους ίδιους υπολογιστές . Προτιμήστε τον προσωπικό σας υπολογιστή ή κάποιον για τον οποίο είστε βέβαιοι για το επίπεδο ασφάλειας.
- Αλλάζετε συχνά τους κωδικούς σας και πάντα στην περίπτωση που υποψιάζεστε ότι έχουν εκτεθεί.
- Αποφεύγετε να χρησιμοποιείτε ως κωδικό πρόσβασης την ημερομηνία γέννησης, τον αριθμό τηλεφώνου και άλλα προσωπικά σας στοιχεία που μπορεί να βρεθούν και σε άλλα έγγραφα.
- Αποφεύγετε να έχετε τον προσωπικό σας κωδικό πρόσβασης μέσα στο πορτοφόλι ή τη τσάντα σας. Σε περίπτωση απώλειάς τους ή κλοπής τους θα διευκολύνετε πολύ τους δράστες.
- Μην χρησιμοποιείτε τους ίδιους κωδικούς πρόσβασης σε περισσότερες από μια ιστοσελίδες, κάρτα και αλλού.
- Μην δίνετε τον κωδικό πρόσβασης σας σε άλλους και κάτω από οποιεσδήποτε περιστάσεις.
- Αν νομίζετε ότι κάποιος γνωρίζει τον κωδικό σας επικοινωνήστε με την τράπεζά σας.
- Κάνετε αγορές μόνο από γνωστές εταιρείες που παρέχουν εγγυήσεις ασφάλειας. Αν κάνετε συχνά αγορές από το διαδίκτυο, χρησιμοποιείτε μια κάρτα, αποκλειστικά για αυτή τη χρήση. Έτσι, αν πέσετε θύμα απάτης δεν θα χρειαστεί να ακυρώσετε όλες τις κάρτες σας.
- Προστατέψτε τον υπολογιστή σας με κωδικό πρόσβασης προκειμένου να αποτρέψετε την πρόσβαση σε αυτόν μη εξουσιοδοτημένων χρηστών.
- Να ενημερώνετε για τους λογαριασμούς σας και να φροντίζετε για την ασφάλεια των προσωπικών σας στοιχείων και εγγράφων.
- Ελέγχετε τακτικά τους τραπεζικούς σας λογαριασμούς και τους λογαριασμούς των πιστωτικών καρτών σας για οποιαδήποτε ασυνήθιστη συναλλαγή ή ανάληψη και ειδοποιήστε αμέσως την τράπεζα σε περίπτωση που διαπιστώσετε κάποια διαφορά.
- Τέλος, Φροντίστε να καταστρέψετε όσα έγγραφα δεν σας χρειάζονται πια, όπως οι πιστωτικές και τραπεζικές κάρτες που ακυρώνετε, τα αντίγραφα των λογαριασμών σας ακόμα και τις αποδείξεις που παίρνετε από τις Αυτόματες Ταμειακές Μηχανές.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ημερομηνία: 14 Νοεμβρίου 2014

Ταχύτητα: 110 λ. τ. λ.

Ωρα: 3.45 μ. μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης/Αποστενογράφησης: 3' + 2' / 110'

Κείμενο β' (2')

Σε ομιλία του στην ημερίδα για την Πανευρωπαϊκή Εβδομάδα Ηλεκτρονικών Δεξιοτήτων 2014, ο Υπουργός Συγκοινωνιών και Έργων δήλωσε πως η τεχνολογία και οι δεξιότητες που φέρνει μαζί της είναι ένας από τους πιο αποτελεσματικούς τρόπους να αντιμετωπίσουμε τα προβλήματα στη Δημόσια Υπηρεσία. Με τον τρόπο αυτό αυξάνονται και οι πιθανότητες εργοδότησης των ανέργων και ειδικά των νέων.

Η εκστρατεία αυτή, είπε, πραγματοποιείται σε μια εποχή όπου η ανεργία ολοένα και αυξάνεται και μαστίζει κυρίως τις νεαρές ηλικίες.

Στόχος της εκστρατείας, ανέφερε, είναι η ενημέρωση των πολιτών και κυρίως των μαθητών και φοιτητών για τις ευκαιρίες που προσφέρουν οι ηλεκτρονικές δεξιότητες σε όλες τις πτυχές της καθημερινότητας και στην επαγγελματική αποκατάστασή τους.

Παράλληλα, είπε, πως οι ψηφιακές τεχνολογίες και η απόκτηση των αναγκαίων δεξιοτήτων μπορούν να βοηθήσουν στην ομαλή ενσωμάτωση των ευάλωτων συνανθρώπων μας στην κοινωνία και ιδιαίτερα σε ανθρώπους της τρίτης ηλικίας.

Τέλος, είπε, ότι το Υπουργείο στοχεύει στη σύνδεση όλης της Κύπρου με δίκτυα ψηλών ταχυτήτων καθώς και στον ψηφιακό εκσυγχρονισμό της Κυβέρνησης και την παροχή αποτελεσματικών και αποδοτικών δημόσιων ηλεκτρονικών υπηρεσιών.

Στοχεύει, επίσης, στην εκπαίδευση και επιμόρφωση όλων των πολιτών για αντιμετώπιση του ψηφιακού αλφαριθμητισμού, στην προώθηση της χρήσης των τεχνολογιών των πληροφοριών και των επικοινωνιών από τον ιδιωτικό τομέα και στη λήψη μέτρων που θα βοηθήσουν στην πράσινη ανάπτυξη.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ταχύτητα: 100 λ.τ.λ.

Ημερομηνία: 13 Νοεμβρίου 2014

Ωρα: 3.45 μ.μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης/Αποστενογράφησης: 3' + 2' / 100'

Κείμενο α' (3')

Η Ευρωπαϊκή Ένωση πρότεινε πιο φιλόδοξους στόχους ανακύκλωσης σε μια προσπάθεια να μετατρέψει την Ευρώπη σε μια οικονομία μηδενικής σπατάλης, στηρίζοντας έτσι τη βιώσιμη ανάπτυξη.

Με βάση τους νέους στόχους, οι ευρωπαϊκές χώρες θα πρέπει:

- Να απαγορεύσουν την ταφή ανακυκλώσιμων αποβλήτων σε χώρους υγειονομικής ταφής μετά το 2025.
- Να επιτύχουν την ανακύκλωση του 70% των αστικών αποβλήτων και του 80% των απορριμμάτων συσκευασίας έως το 2030 και τέλος
- να μειώσουν επίσης τα θαλάσσια απορρίμματα και τα απορρίμματα τροφίμων.

Τα αναμενόμενα οφέλη είναι:

- Μια οικονομία με μικρότερη περιβαλλοντική επιβάρυνση και πιο χαμηλές εκπομπές διοξειδίου του άνθρακα.
- Μικρότερη ζήτηση για δαπανηρούς και σπάνιους πόρους καθώς και
- δημιουργία χιλιάδων νέων θέσεων εργασίας στον τομέα της διαχείρισης αποβλήτων.

Η ΕΕ επιδιώκει στροφή προς μια «κυκλική» οικονομία στην Ευρώπη, στην οποία η επαναχρησιμοποίηση, η επιδιόρθωση και η ανακύκλωση υλικών θα είναι ο κανόνας αντί της εξόρυξης πρώτων υλών, της χρήση τους μόνο για μια φορά και της απόρριψής τους.

Το 2010, περίπου 400 έως 500 εκατομμύρια τόνοι αποβλήτων που θα μπορούσαν να επαναχρησιμοποιηθούν ή να ανακυκλωθούν στην Ευρώπη κατέληξαν σε χώρους υγειονομικής ταφής ή αποτεφρώθηκαν.

Η μετάβαση προς μια κυκλική οικονομία μπορεί να επιτευχθεί με τα εξής:

- Τον σχεδιασμό προϊόντων που μπορούν πιο εύκολα να επιδιορθωθούν, να βελτιωθούν ή να Ανακυκλωθούν.
- Τη δημιουργία προϊόντων με πιο καλές επιδόσεις, που διαρκούν περισσότερο.
- Τη μείωση της χρήσης υλικών που είναι επικίνδυνα ή δύσκολο να ανακυκλωθούν.
- Την παροχή κινήτρων για μείωση των αποβλήτων και
- τη μετατροπή αποβλήτων σε χρήσιμους πόρους, χάρη σε νέες τεχνικές.

Με τον τρόπο αυτό, οι Ευρωπαίοι πολίτες θα απολαμβάνουν ένα πιο καθαρό και υγιεινό περιβάλλον, καθώς και προϊόντα με μεγαλύτερη διάρκεια ζωής. Οι επιχειρήσεις, επίσης, εκτιμάται ότι θα μειώσουν τις δαπάνες τους κατά 8% του ετήσιου κύκλου εργασιών.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ


Ημερομηνία: 13 Νοεμβρίου 2014


Ταχύτητα: 100 λ.τ.λ.




Ωρα: 3.45 μ.μ.



Διάρκεια Υπαγόρευσης/Αποστενογράφησης: 3' + 2' / 100'


Κείμενο β' (2')



Η Ευρωπαϊκή Υπηρεσία Αεροπλοϊκής Ασφάλειας, ανακοίνωσε ότι οι ηλεκτρονικές συσκευές, όπως τα κινητά τηλέφωνα, δεν αποτελούν κίνδυνο για την ασφάλεια των πτήσεων,  οπότε μπορούν να παραμένουν σε λειτουργία κατά τη διάρκεια των πτήσεων.

Με την ανακοίνωση αυτή ανοίγει ο δρόμος για τις αεροπορικές εταιρείες να επιτρέψουν τη χρήση  των κινητών τηλεφώνων και άλλων συσκευών, εφόσον οι ίδιες έχουν πραγματοποιήσει τις δικές τους αξιολογήσεις ασφαλείας.

Συγκεκριμένα, η υπηρεσία ανακοίνωσε ότι οι  ευρωπαϊκές αεροπορικές εταιρείες, θα πρέπει να περάσουν από μια ειδική διαδικασία αξιολόγησης για να εξασφαλιστεί ότι τα συστήματα των αεροσκαφών τους δεν   επηρεάζονται από τα σήματα που εκπέμπουν οι ηλεκτρονικές συσκευές, προτού ορίσει κάθε μία τους δικούς της κανόνες για τη λειτουργία τους.

Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα μια  καθυστέρηση στην εφαρμογή του νέου μέτρου σε ορισμένες εταιρείες. Αναφέρεται, επίσης, ότι κάθε εταιρεία μπορεί να επιλέξει τη δική της πολιτική χρήσης όσον αφορά στις  φορητές συσκευές.

Η απόφαση αυτή θα οδηγήσει τις περισσότερες, αν όχι όλες, τις αεροπορικές υπηρεσίες να παρέχουν υπηρεσίες διαδικτύου και τηλεπικοινωνιών. 

Έρευνες, ωστόσο, που έχει πραγματοποιήσει αεροπορική εταιρεία, δείχνουν ότι στους πελάτες της δεν αρέσει η ιδέα να μιλούν οι γύρω τους στο τηλέφωνο κατά τη διάρκεια της πτήσης.  

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ταχύτητα: 90 λ.τ.λ.

Ημερομηνία: 12 Νοεμβρίου 2014

Ώρα: 4.00 μ.μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης/Αποστενογράφησης: 3' + 2' / 90'

Κείμενο (α) 3'

Σε χαιρετισμό της, η Υπουργός Εργασίας, εξέφρασε την ικανοποίησή της για τη συμβολή της Αρχής Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού (ΑνΑΔ) στην αντιμετώπιση του μεγάλου προβλήματος της ανεργίας, κυρίως ανάμεσα στους νέους ανθρώπους, πτυχιούχους και απόφοιτους Μέσης εκπαίδευσης.

Σημείωσε ότι, το ανθρώπινό μας δυναμικό είναι ένας από τους βασικούς μοχλούς για αντιμετώπιση των σημερινών δεδομένων. Οι συνθήκες, είπε, απαιτούν συνεχή ανάπτυξη και επαναπροσδιορισμό των προσόντων και των δεξιοτήτων του ανθρώπινου δυναμικού. Τόσο από τις επιχειρήσεις όσο και από τους εργαζομένους ζητείται εγρήγορση και ευελιξία.

Υπό το βάρος της ανεργίας, διαφοροποιούνται και οι σχεδιασμοί της Αρχής Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού ανοίγοντας τα προγράμματα κατάρτισης. Από τον Γενάρη του 2015 μαζί με τους εργαζομένους και οι εγγεγραμμένοι άνεργοι θα μπορούν να συμμετάσχουν σε προγράμματα κατάρτισης. Η Αρχή δρομολογεί την εκπόνηση ενός νέου Σχεδίου Πολυεπιχειρησιακών Προγραμμάτων Κατάρτισης, το οποίο θα καλύπτει ανάγκες επιμόρφωσης σε μεγάλο φάσμα τομέων και επαγγελμάτων, οι οποίες προκύπτουν λόγω ελλείψεων στις γνώσεις και στις δεξιότητές τους.

Όσον αφορά στο άλλο μεγάλο ζήτημα, της πιστοποίησης επαγγελματικών προσόντων, ένα ακόμη έργο, που τρέχει η Αρχή Ανάπτυξης Ανθρώπινου Δυναμικού, φαίνεται να κινείται με χαμηλούς ρυθμούς. Αναφέρεται ότι, κατά το 2013, πολύ μικρός αριθμός εργαζομένων ήταν οι υποψήφιοι οι οποίοι αποτάθηκαν για εξέταση και πιστοποίηση των επαγγελματικών τους προσόντων στους τομείς της ξενοδοχειακής βιομηχανίας, του εμπορίου, της οικοδομικής βιομηχανίας και του εκπαιδευτή επαγγελματικής κατάρτισης. Το χαμηλό ενδιαφέρον των εργαζομένων φαίνεται ότι δεν είναι άσχετο με το γεγονός ότι η πιστοποίηση επαγγελματικών προσόντων δεν είναι υποχρεωτική διά νόμου, αλλά εναπόκειται στην καλή διάθεση του εργαζομένου.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ταχύτητα: 90 λ.τ.λ.

Ημερομηνία: 12 Νοεμβρίου 2014

Ωρα: 4.00 μ.μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης/Αποστενογράφησης: 3' + 2' / 90'

Κείμενο (β) 2'

Αμερικανοί ερευνητές ισχυρίζονται ότι μια ώρα τρέξιμο στο υπαίθρο είναι πολύ πιο υγιεινό από την άρση βαρών στο γυμναστήριο, ή τον διάδρομο γυμναστικής σε κλειστό χώρο. Κατέληξαν δε στο συμπέρασμα ότι η άσκηση σε ανοιχτό περιβάλλον λειτουργεί ευεργετικά, όχι μόνο σε μυϊκό αλλά και σε πνευματικό επίπεδο. Μειώνει επίσης τα επίπεδα άγχους, θυμού και κατάθλιψης.

Ίσως, το πιο σημαντικό στοιχείο της έρευνας είναι το γεγονός ότι αρκετοί άνθρωποι πιστεύουν ότι με την υπαίθρια γυμναστική έχουν πολύ περισσότερες πιθανότητες να συνεχίσουν να γυμνάζονται. Σύντομα δε αναμένεται ότι θα δούμε όλο και περισσότερο κόσμο να κάνει στροφή προς πιο υπαίθριες μορφές άσκησης.

Αυτός μάλλον είναι και ο λόγος που όλο και περισσότερες ευρωπαϊκές πόλεις υιοθετούν τα τελευταία χρόνια μια καινούργια μόδα στον χώρο της γυμναστικής. Τοποθετούν σε πάρκα και πλατείες υπαίθρια γυμναστήρια για τους πολίτες, που πλέον έχουν βαρεθεί την καθημερινή συνήθεια να κλείνονται σε τέσσερις τοίχους και να τρέχουν πάνω σε έναν διάδρομο.

Τα ειδικά αυτά όργανα γυμναστικής είναι πολύ ανθεκτικά και δεν υπάρχει φόβος να χαλάσουν από τις καιρικές συνθήκες. Το πρωτοποριακό αυτό σύστημα, εκτός από πρακτικό, είναι και άκρως οικονομικό, αφού μπορεί να το χρησιμοποιήσει κάποιος εντελώς δωρεάν.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ημερομηνία: 14 Νοεμβρίου 2014

Ταχύτητα: 80' λ. τ. λ.

Ωρα: 4. 00 μ. μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης / Αποστενογράφησης: 3' + 2' / 80'

Κείμενο: (α') 3'

Τα τελευταία πέντε χρόνια πριν από την εκδήλωση της οικονομικής κρίσης, τα στοιχεία της Κεντρικής Τράπεζας κατέγραψαν μια δραματική αύξηση των πιστώσεων προς τα νοικοκυριά. Αυτό συνέβη και αν ακόμα εξαιρέσει κανείς τα δάνεια που αφορούν σκοπούς στέγασης. Η ραγδαία αύξηση των πιστώσεων, μάλιστα, προέκυψε όχι μόνο από αύξηση στα δάνεια που ανήκουν στην κατηγορία των << καταναλωτικών δανείων >> αλλά και στα λεγόμενα << άλλα >> δάνεια. Ο συνδυασμός των δύο δείχνει πως υπήρχε συνεχιζόμενη αύξηση των πιστώσεων για καταναλωτικούς σκοπούς από το 2006 μέχρι και το 2009. Μέσα σε τρία χρόνια δηλαδή, τα δάνεια των νοικοκυριών έφτασαν στο 3%.

Η εικόνα σήμερα παραμένει προβληματική. Ενώ η προσοχή των αναλυτών και των πολιτικών παραμένει στραμμένη προς τα στεγαστικά δάνεια των νοικοκυριών, την ίδια στιγμή το πρόβλημα είναι ακόμα μεγαλύτερο στα καταναλωτικά δάνεια. Η αύξηση του δανεισμού για σκοπούς κατανάλωσης αύξησε και το εμπόριο για ένα μεγάλο χρονικό διάστημα πριν από την κρίση. Μετά την κρίση, η πορεία της κατανάλωσης συνέχισε με την αυξητική της πορεία ενώ το εμπόριο σταδιακά άρχισε να μειώνεται. Τα νοικοκυριά συνέχισαν την κατανάλωσή τους χρησιμοποιώντας τις αποταμιεύσεις τους. Αποτέλεσμα αυτής της εικόνας ήταν η δημιουργία μιας σοβαρής τρύπας στο τραπεζικό σύστημα η οποία αυξάνει τα επιτόκια και συντηρεί την πίεση στη ρευστότητα. Έτσι βλέπουμε και το εμπόριο να μειώνεται λόγω μείωσης των εισαγομένων πρώτων υλών και καταναλωτικών αγαθών.

Ανοδική πορεία μέχρι το 2008 είχε και η απασχόληση στο εμπόριο. Αυτή η άνοδος έφτασε μέσα σε τρία χρόνια πάρα πολύ ψηλά.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ημερομηνία: 14 Νοεμβρίου 2014

Ταχύτητα: 80' λ. τ. λ.

Ωρα: 4.00 μ. μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης/Αποστενογράφησης: 3' + 2' / 80'

Κείμενο: (β') 2'

Ζούμε στην εποχή της υψηλής ανεργίας, της υπερπροσφοράς εργατικών χεριών και του έντονου ανταγωνισμού για την εξασφάλιση μιας θέσης εργασίας τόσο στο Δημόσιο όσο και στον Ιδιωτικό τομέα. Γι' αυτό και η συγγραφή ενός πλήρους Βιογραφικού Σημειώματος που να περιέχει τα προσόντα και τις δεξιότητες ενός υποψηφίου προσλαμβάνει μεγαλύτερη σημασία από ότι είχε προηγουμένως.

Ακριβώς για αυτούς τους λόγους, το Υπουργείο Εργασίας μέσω και του Κέντρου Παραγωγικότητας, διοργανώνει ενημερωτικές συναντήσεις σε όλες τις πόλεις με θέμα το Ευρωπαϊκό Βιογραφικό Σημείωμα. Οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να μάθουν πως να ετοιμάζουν ένα Βιογραφικό Σημείωμα καθώς και μια καλά δομημένη συνοδευτική επιστολή. Αυτά τα δύο έγγραφα αποτελούν τις βάσεις για μια επιτυχημένη συνέντευξη εργασίας, που με τη σειρά της μπορεί να εξασφαλίσει στον υποψήφιο το εισιτήριο για την επιθυμητή θέση εργασίας.

Στις συναντήσεις, που είναι ανοικτές για το κοινό, ειδικοί σύμβουλοι σε θέματα ανθρώπινου δυναμικού δίδουν συμβουλές για το πώς μπορεί να εξευρεθεί μια θέση εργασίας αλλά και πώς να εξασφαλιστεί επιτυχώς.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ημερομηνία: 13 Νοεμβρίου 2014

Ταχύτητα: 70' λ. τ. λ.

Ωρα: 4. 00 μ. μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης / Αποστενογράφησης: 4' / 50'

Αλλάζει ο χάρτης για τον κυπριακό τουρισμό, αφού μετά από μια πενταετία ανάκαμψης η ρωσική αγορά δείχνει με ένα ποσοστό του 3% πτωτική τάση. Αυτό συμβαίνει την ώρα που νέοι και παραδοσιακοί παίκτες από άλλες χώρες όπως η Αγγλία και η Γερμανία μπαίνουν δυναμικά στο προσκήνιο.

Προοπτικές σημειώνονται και από άλλες χώρες, όπως για παράδειγμα από την Πολωνία. Αύξηση επίσης καταγράφουν και χώρες, όπως η Ελβετία, Αυστρία, Βέλγιο και Ολλανδία.

Την ίδια στιγμή, οι τουριστικοί φορείς προσπαθούν να κλείσουν συμφωνίες με τις πιο πάνω χώρες για να αντισταθμίσουν τις απώλειες από την αγορά της Ρωσίας. Ήδη μέχρι στιγμής αναμένεται αύξηση από την αγορά της Αγγλίας, ενώ αύξηση περίπου της τάξης του 5% με 7% αναμένεται να καταγραφεί κατά τη χειμερινή περίοδο από αυτήν την αγορά. Μια μεγάλη χώρα που θα μπορούσε να βοηθήσει στο τουριστικό ρεύμα είναι η Πολωνία. Τα εισοδήματα των Πολωνών έχουν αυξηθεί και έτσι υπάρχει μια δυναμική από την αγορά της Πολωνίας που θα πρέπει να αξιοποιηθεί.

Στόχος της Κύπρου θα πρέπει να είναι η αύξηση του τουρισμού από όλες τις πλευρές του κόσμου. Το κυριότερο δε είναι να αναδειχθεί το κυπριακό προϊόν το οποίο θα λύσει και το πρόβλημα της εποχικότητας. Η Κύπρος θα πρέπει να ξεφύγει από το << ήλιος και θάλασσα >> γιατί έχει και πολλά άλλα πράγματα να προσφέρει. Είναι ένας χώρος ασφαλής και αυτό θα πρέπει να το αναδείξει σωστά. Επίσης θα πρέπει να γίνει στροφή προς τις χώρες από τις οποίες παραδοσιακά η Κύπρος είχε τουρισμό. Για παράδειγμα όπως είναι η Γερμανία και η Αγγλία. Το τουριστικό κυπριακό προϊόν μπορεί να αναδειχθεί πρώτα από όλα με μάθημα στα σχολεία. Δεύτερον, με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Θα πρέπει να σημειωθεί ότι φέτος οι μόνες χώρες που δεν παρουσίασαν μειώσεις στον τουρισμό, αλλά αντιθέτως είχαν και μια αύξηση, ήταν η Κύπρος και η Τουρκία. Η Κύπρος μάλιστα είχε αύξηση τον περασμένο Αύγουστο στον τουρισμό ένα ποσοστό της τάξης του 18%.

ΚΥΒΕΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΕΝΟΓΡΑΦΙΑ

Ημερομηνία: 12 Νοεμβρίου 2014

Ταχύτητα: 60' λ. τ. λ.

Ωρα: 4.15 μ. μ.

Διάρκεια Υπαγόρευσης/Αποστενογράφησης: 4' / 40'

Συνολικά οφέλη δισεκατομμυρίων ευρώ μπορεί να έχουν τα νοικοκυριά και οι επιχειρήσεις στην Ευρωζώνη από την υποχώρηση των τιμών του πετρελαίου. Κάτι τέτοιο, όπως το βλέπουν οι οικονομολόγοι και άλλοι παράγοντες που ασχολούνται με το εμπόριο, θα τονώσει την κατανάλωση στην πραγματική οικονομία.

Η ειρωνεία είναι ότι η μείωση των τιμών ενέργειας αποτελεί ένα επακόλουθο της υποτονικής ανάπτυξης στην Ευρωζώνη αλλά και του ψηλού κινδύνου επιβράδυνσης της παγκόσμιας οικονομίας. Θα μπορούσε όμως να αποτελέσει σανίδι σωτηρίας για την παγκόσμια οικονομία, εφόσον θα περισσεύουν πιο πολλά χρήματα από τα νοικοκυριά και τις επιχειρήσεις για να στηρίξουν την κατανάλωση.

Σχετική έρευνα που έγινε για τη μείωση των τιμών ενέργειας, καταλήγει στο πόρισμα πως μπορεί να γίνει μεγάλη εξοικονόμηση, έως και 80 δισεκατομμυρίων δολαρίων εντός κρατών-μελών της Ευρωπαϊκής ένωσης, λόγω της πτώσης των τιμών πετρελαίου.

Καθώς μάλιστα οι δείκτες του πληθωρισμού μπορεί να υποχωρήσουν περισσότερο στις μεγαλύτερες οικονομίες του κόσμου, η Ευρωζώνη θα αντιμετωπίσει τον κίνδυνο του αποπληθωρισμού. Οι δαπάνες των νοικοκυριών για ενέργεια θα μειωθούν και κατά συνέπεια θα αυξηθεί το διαθέσιμο εισόδημα για κατανάλωση. Θα πρέπει δε να σημειωθεί πως και οι τιμές του πετρελαίου έχουν υποχωρήσει σχεδόν σε κάθε νόμισμα, γεγονός που θα οδηγήσει σε αύξηση της κατανάλωσης.

Αναλυτές αναφέρουν πως η μείωση του πληθωρισμού θα οδηγήσει τις τράπεζες σε χαλάρωση των μέτρων τους σε σχέση με την παροχή δανείων.

Ένας άλλος λόγος μείωσης των τιμών ενέργειας, εκτός της ύφεσης στην παγκόσμια οικονομία, είναι και η εκμετάλλευση κοιτασμάτων πετρελαίου και φυσικού αερίου.