

Newsletter 32

Ι Μάρτιος 2016

Περιεχόμενα

Καλωσορίσατε.
Η Remedica ανά το Παγκόσμιο.
Το Αλφαβητάριο
της Φαρμακευτικής.

Οι Άνθρωποι μας.
Περιβαλλοντικά Θέματα.
Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη.
Τα Νέα μας.
Αφιέρωμα.

Καλωσορίσατε

Καλωσορίσατε στο 32^ο τεύχος του Ενημερωτικού μας Δελτίου στο οποίο παρουσιάζουμε τους συνεργάτες μας στη Νιγηρία και το Διευθυντή Αγορών μας.

Έχουμε επίσης ένα αφιέρωμα στην Καθαρά Δευτέρα. Στα Περιβαλλοντικά Θέματα περιγράφουμε το πρόβλημα της ρύπανσης από το διοξείδιο του αζώτου (NO₂) και την αξιοποίηση της ηλιακής θερμικής ενέργειας από την Remedica.

Στο Αλφαβητάριο της Φαρμακευτικής έχουμε το δεύτερο μέρος του άρθρου με την επεξήγηση του όρου «φαρμακοτεχνικές μορφές».

Στο θέμα της Κοινωνικής Ευθύνης έχουμε τις εισφορές μας στα Κοινωνικά Παντοπωλεία και στο Παττίχειο Κέντρο Νεασχόλησης Ενηλίκων, την οικονομική ενίσχυση στο Καραϊσκάκειο Ίδρυμα, την εθελοντική αιμοδοσία από τους εργαζόμενους μας και τη δωρεά φαρμάκων σε Κοινωνικά Ιατρεία.

Στα Νέα μας, κύριο θέμα αποτελεί η απονομή στη Remedica του Βραβείου Εξαγωγών για 8^η φορά, και αναφερόμαστε επίσης στην αφυπηρέτηση δύο συναδέλφων, στη συμμετοχή μας σε ιατρικά συνέδρια και στη μάχη μας εναντίων των πλαστών (ψευδεπίγραφων) φαρμακευτικών προϊόντων και σε 2 διαλέξεις που διενεργήθηκαν στο Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου από τον Υπεύθυνο του Τμήματος Ασφάλειας Φαρμάκων/ Φαρμακοεπαγρύπνησης της εταιρείας μας. ■

Χαράλαμπος Παττίχης
Ανώτατος Εκτελεστικός Διευθυντής
Συγκροτήματος Remedica

Η Remedica ανά το Παγκόσμιο: DONY TRIUMPH NIGERIA LTD, Νιγηρία



Η Ομοσπονδιακή Δημοκρατία της Νιγηρίας, που συνήθως αναφέρεται ως Νιγηρία, είναι μια ομοσπονδιακή συνταγματική δημοκρατία στη

Δυτική Αφρική, που συνορεύει με το Μπενίν στα δυτικά, το Τσαντ και Καμερούν στα ανατολικά, και το Νίγηρα στα βόρεια. Η νότια ακτή της βρίσκεται πάνω στον κόλπο της Γουινέας στον Ατλαντικό Ωκεανό. Αποτελείται από 36 κρατίδια συν την Ομοσπονδιακή Επικράτεια της Πρωτεύουσας, όπου βρίσκεται η πρωτεύουσα, Αμπούτζα. Η Νιγηρία είναι επίσης μια δημοκρατική κοσμική χώρα. Η Νιγηρία, έχει ταξινομηθεί ως μια μικτή οικονομία αναδυόμενης αγοράς και έχει ήδη φτάσει σε κατάσταση κατώτερου μεσαίου εισοδήματος σύμφωνα με την Παγκόσμια Τράπεζα, με αφθονία φυσικών πόρων, καλά ανεπτυγμένο οικονομικό τομέα, νομικό πλαίσιο, επικοινωνίες, μεταφορές και χρηματιστήριο (Χρηματιστήριο Νιγηρίας), που είναι το δεύτερο μεγαλύτερο στην Αφρική. Η Νιγηρία ταξινομήθηκε 30^η στον κόσμο από άποψη ΑΕΠ σε Αγοραστική Αξία (PPP) το 2012.

Η εταιρεία Dony Triumph δεσμεύεται για τη διανομή ποιοτικών και καινοτόμων φαρμακευτικών προϊόντων και υπηρεσιών σε όλα τα μέρη της Νιγηρίας και της Δυτικής Αφρικής. Η εταιρεία εισήγαγε προϊόντα της Remedica στην αγορά της Νιγηρίας το 1998 με ένα φορτίο δισκίων Spirolon® 25 mg. Αργότερα, η εταιρεία επεκτάθηκε σε αντιβιοτικά, αντιδιαβητικά και καρδιολογικά φάρμακα.

Πριν από την εποχή της πολιτικής αυστηρών κανονισμών για τα φάρμακα που επιβλήθηκε από την κυβέρνηση της Νιγηρίας, η Dony Triumph, με τη βοήθεια της Remedica, άρχισε την εγγραφή των Spirolon®, Clarem®, Metformin, Acetazolamide και Epistron®, με το NAFDAC στη Νιγηρία. Η ολοκλήρωση της διαδικασίας αυτής επαναπροσδιόρισε τις λειτουργίες της εταιρείας, όπου ανατέθηκε σε τεχνοκράτες και επαγγελματίες στον τομέα της ιατρικής η εναρμόνιση των δραστηριοτήτων της οντότητας. Επί του παρόντος, η Dony Triumph έχει πενήντα υπαλλήλους με έναν ουσιαστικό αριθμό ανθρώπων μέσα στο τμήμα μάρκετινγκ.

Στην προσπάθειά της για την αριστεία στην κορεσμένη, προκλητική και ανταγωνιστική αγορά φαρμάκου της Νιγηρίας, η Dony Triumph υιοθέτησε τη στρατηγική FORCE (Focus (εστίαση), Optimism (αισιοδοξία), Responsiveness (ανταπόκριση), Customer Oriented (πελατοκεντρική) και Empathy (εμπάθεια)), επιθετικό μάρκετινγκ καθώς και έντονο ενδιαφέρον και σωστή αξιολόγηση των δραστηριοτήτων των ανταγωνιστών με σκοπό τη μετατροπή των αντιλαμβανόμενων απειλών σε ευκαιρίες.

Η εταιρεία, στην προσπάθεια να αποκτήσει ένα καλό μερίδιο αγοράς, δρομολόγησε εγγραφή περαιτέρω προϊόντων της Remedica και σήμερα έχει μια γκάμα από περισσότερα από 30 προϊόντα στην αγορά. Αυτά τα προϊόντα συντελούν τη δεσπόζουσα θέση στην αγορά της Dony Triumph και τη γεωγραφική της εξάπλωση όπου η εταιρεία είναι παρούσα σε όλα τα 36 κράτη συν το ομοσπονδιακό έδαφος της πρωτεύουσας Αμπούτζα. Τα προϊόντα της Remedica είναι διαθέσιμα και πολύ γνωστά στα κρατικά και ομοσπονδιακά ιατρικά ιδρύματα σε όλη τη Νιγηρία.

Η Dony Triumph σίγουρα έχει χαράξει μια ειδική θέση για την ίδια μέσω της ιεράρχησης της ηθικής και την παροχή υψηλής ποιότητας προϊόντων της Remedica, κάτι που της έχει κερδίσει το όνομα του «Απόστολος της ελπίδας» από τους ιατρούς στον τομέα υγείας της Νιγηρίας. Οι προληπτικές στρατηγικές της εταιρείας και η δύναμη των συνεργειών με τη Remedica έχουν διαδραματίσει καθοριστικό ρόλο στην υλοποίηση του θεμελιώδους στόχου της για να γίνει ένας από τους πιο αξιόπιστους προμηθευτές ποιοτικών προϊόντων υγιονομικής περιθάλψης στη Νιγηρία. ■



Το Αλφαβητάριο της Φαρμακευτικής:

Φαρμακοτεχνικές μορφές φαρμάκων-Μέρος δεύτερο

Στην προηγούμενη έκδοση του Ενημερωτικού Δελτίου Remedica παρουσιάστηκε μια σύντομη επισκόπηση των διαφόρων φαρμακοτεχνικών μορφών που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την παράδοση ενός φαρμάκου, έτσι ώστε να ασκήσει την επιδιωκόμενη δράση. Σε αυτό το άρθρο περιγράφονται μερικές από τις φαρμακοτεχνικές μορφές με περισσότερες λεπτομέρειες για να δοθεί κάποια διορατικότητα στο πώς σχεδιάζονται και πετυχαίνουν τους στόχους τους.

Πόσιμα υγρά

Αυτά μπορούν να είναι είτε απλά ή σύνθετα διαλύματα ή εναιωρήματα στερεών σωματιδίων ή διασπορές λιπαρών σταγονιδίων που αναφέρονται ως γαλακτώματα (γιατί μοιάζουν με γάλα). Ο συχνότερα χρησιμοποιούμενος διαλύτης είναι το νερό, αλλά μπορούν να χρησιμοποιηθούν μείγματα άλλων διαλυτών, για παράδειγμα η αιθανόλη (αλκοόλ) συχνά προστίθεται στο νερό για να ενισχύσει τη διαλυτότητα των ελάχιστα διαλυτών ουσιών. Ένας αριθμός εκδόχων (βλέπε Ενημερωτικό Δελτίο Remedica Αρ. 14) μπορούν να προστεθούν προκειμένου να βελτιωθεί η ποιότητα, η σταθερότητα και η γεύση του προϊόντος. Τέτοιες διαδικασίες περιλαμβάνουν τη ρύθμιση, την ύγρανση και την προσθήκη αντιμικροβιακών παραγόντων και άλλων συστατικών όπως χρωστικές, γλυκαντικές και αρωματικές ουσίες. Όταν τα πόσιμα υγρά παρουσιάζονται ως εναιωρήματα εμφανίζεται συχνά η περίπτωση όπου τα σωματίδια αρχίζουν να παρουσιάζουν καθίζηση όσο το προϊόν βρίσκεται σε κατάσταση ηρεμίας αλλά επανα-αιωρούνται εύκολα με λίγη ανακίνηση. Ομοίως, ένα γαλακτώμα που μπορεί να είναι κρεμώδες πρέπει να είναι εξίσου εύκολα σε θέση να ομογενοποιηθεί από τον ασθενή πριν από τη χορήγηση. Κανονικά, αυτά τα προϊόντα συσκευάζονται σε δοχεία πολλαπλών δόσεων και οι ατομικές δόσεις μετρούνται με ένα κλιμακωτό πλαστικό κουτάλι ή κύπελλο που πρέπει να παρέχονται με την τελική συσκευασία. Τα διαλύματα σχεδόν πάντα παρέχονται σε γυάλινα μπουκάλια, γεγονός που από μόνο του αποτελεί πρόκληση δεδομένου ότι αυτά είναι εύθραυστα και πρέπει να συσκευαστούν αναλόγως για την ασφαλή μεταφορά και το βάρος τους συμβάλλει στις δαπάνες διανομής. Επειδή ένα φάρμακο σε διαλυτή μορφή είναι πιο πιθανό να διασπαστεί, πρέπει η φόρμουλα του να είναι τέτοια που να βοηθά στην διατήρηση της σταθερότητας του. Είναι ακριβώς λόγω αυτού του ενδεχόμενου προβλήματος που η φαρμακοτεχνική μορφή ορισμένων φαρμάκων (ιδίως αντιβιοτικών) είναι ξηρή σκόνη στην οποία προστίθεται νερό από τον φαρμακοποιό αμέσως πριν από τη παράδοση



στον ασθενή. Όλα τα πόσιμα υγρά προϊόντα είναι στην ιδανική μορφή για να απορροφηθούν γρήγορα από το στομάχι, επειδή το φάρμακο είναι διαλυμένο όταν καταπίνεται. Εάν η δραστική ουσία έχει πικρή γεύση, τότε θα είναι πολύ αισθητή στον ασθενή και αυτό πρέπει να αντισταθμιστεί με την προσθήκη κατάλληλου γευστικού παράγοντα.

Οφθαλμικές Σταγόνες

Φάρμακα που προορίζονται για τη θεραπεία τοπικών οφθαλμικών προβλημάτων, όπως φλεγμονές ή λοιμώξεις, καθώς και πιο χρόνιων παθήσεων, όπως το γλαύκωμα μπορεί να είναι είτε υδατικά ή λιπαρά διαλύματα ή εναιωρήματα. Η κύρια διαφορά από τα πόσιμα υγρά είναι ότι πρέπει να είναι στείρα και τα έκδοχα που χρησιμοποιούνται πρέπει πάντα να περιορίζονται στο ελάχιστο και να επιλέγονται από εκείνα τα οποία γνωρίζουμε μπορούν να γίνουν ανεκτά από τα μάτια, τα οποία είναι πολύ πιο ευαίσθητα. Εκείνα που συνήθως χρησιμοποιούνται είναι παράγοντες που αλλοιώνουν το ιξώδες, κάτι που έχει επιπτώσεις στη χορήγηση της δόσης μέσω της επίδρασής τους στο μέγεθος των σωματιδίων και παράγοντες διαμόρφωσης του pH που μπορεί να επηρεάσει τόσο τη διαλυτότητα του δραστικού όσο και τη σταθερότητα του προϊόντος. Αν είναι καθόλα δυνατόν, συστήνεται η προσθήκη εκδόχων, τα οποία καθιστούν το διάλυμα ισοτονικό με το πλάσμα του αίματος, γιατί αυτό θα ενισχύσει επίσης την ανεκτικότητα.



Οι οφθαλμικές σταγόνες μπορούν να συσκευάζονται σε δοχεία μιας δόσης ή πολλαπλών δόσεων, αλλά, αν ισχύει το τελευταίο, τότε είναι απαραίτητο να περιλαμβάνεται στη φόρμουλα συντηρητικό (αντι-μικροβιακό παράγοντα). Ο σκοπός του συντηρητικού είναι να διατηρηθεί η στειρότητα του διαλύματος σε όλη τη διάρκεια της κατά-τη-χρήση ζωής του προϊόντος που συμβατικά περιορίζεται σε 7 ημέρες μετά το άνοιγμα. Επιπλέον, στον ασθενή πρέπει να παρέχεται συμβουλή για την ασφαλή χρήση του προϊόντος, ιδίως όταν το δοχείο είναι η παραδοσιακή γυάλινη φιάλη, εξοπλισμένη με ένα σταγονόμετρο. Η επιλογή του σωστού συντηρητικού είναι απαραίτητη, αφού πρέπει να είναι συμβατό με τα άλλα έκδοχα καθώς επίσης και καλά ανεκτό από το μάτι: κάποια συντηρητικά έχουν αποκλειστεί από χρήση σε οφθαλμικές σταγόνες. Όταν χρησιμοποιούνται δοχεία μιας δόσης δεν υπάρχει ανάγκη συμπερίληψης συντηρητικού και, πρόσφατα, έχουν παρουσιαστεί δοχεία πολλαπλών δόσεων χωρίς συντηρητικό όμως αυτά δεν έγιναν αποδεκτά παγκοσμίως.

Η προσθήκη οφθαλμικών σταγόνων από τον ίδιο τον ασθενή είναι μία από τις δυσκολότερες διαδικασίες που οι ασθενείς αναμένεται να είναι σε θέση να κάνουν. Απαιτείται ιδιαίτερη επιδεξιότητα να μπει μια σταγόνα το μάτι ιδιαίτερα όταν είναι σημαντικά μεγαλύτερη από τον όγκο που μπορεί το μάτι να δεχθεί (50 ml σε αντίθεση με 10 ml). Αυτό οδηγεί σε ένα μεγάλο μέρος της δόσης να τρέχει κάτω από τα μάγουλα και ουσιαστικά να πάει χαμένη. Δεδομένου ότι το μάτι έχει ένα πολύ αποτελεσματικό μηχανισμό για την αφαίρεση τυχόν ξένων σωμάτων, τότε, για αποτελεσματική θεραπεία μπορεί να απαιτηθεί δοσολογία τόσο συχνά όσο κάθε 3-4 ώρες. Αυτοί οι δύο

παράγοντες παρουσιάζουν ένα ανυπερέβλητο πρόβλημα για ηλικιωμένους που, παραδόξως, είναι εκείνοι που είναι πιο πιθανό να χρειαστεί να χρησιμοποιήσουν σταγόνες για τα μάτια: η βοήθεια ενός συνεργάτη ή φροντιστή είναι η προφανής, αλλά όχι πάντα η διαθέσιμη λύση στο πρόβλημα. Η εναιώρηση του δραστικού ως σωματίδια στο υγρό όχημα εικάζεται πως είναι μέσο για την παράταση παραμονής στο μάτι, αν και τα αποδεικτικά στοιχεία για τη δραστηριότητα αυτή σε καμία περίπτωση δεν είναι πειστικά.

Ρινικές και ωτικές σταγόνες

Οι αρχές σχεδιασμού της φόρμουλας ρινικών και ωτικών σταγόνων είναι ουσιαστικά παρόμοιες με εκείνες για οφθαλμικές σταγόνες. Η κύρια διαφορά είναι ότι δε χρειάζεται να είναι στείρα και μόνο εκείνα που συσκευάζονται σε δοχεία πολλαπλών δόσεων πρέπει να περιλαμβάνουν αποτελεσματικούς αντι-μικροβιακούς παράγοντες. Ωστόσο, οι ωτικές σταγόνες που χρησιμοποιούνται πριν από χειρουργική επέμβαση ή όταν το αυτί έχει υποστεί ζημιά, πρέπει να είναι στείρα και σε δοχεία μιας δόσης.

Παρεντερικά διαλύματα

Όπως και πριν, υγρά που προορίζονται να χορηγηθούν με ένεση ή έγχυση ορού στο σώμα σχεδιάζονται χρησιμοποιώντας τις βασικές αρχές που περιγράφονται πιο πάνω, αλλά στην περίπτωση αυτή πρέπει να είναι στείρα και να συσκευάζονται σε περιέκτες που είναι διαφανείς έτσι ώστε η παρουσία τυχόν σωματιδίων να μπορεί να ανιχνευθεί με γυμνό μάτι. Αυτοί οι περιέκτες μπορούν να γίνουν από γυαλί ή πλαστικό και συνήθως είναι φιάλες που πρέπει να είναι αρκετά καλά σφραγισμένες για να αποφευχθεί η εισροή μικροβιακών οργανισμών. Για πολλαπλών δόσεων σκευάσματα, η σφραγίδα πρέπει να είναι φτιαγμένη από υλικό που να επιτρέπει την εισχώρηση και απόσυρση υποδερμικής βελόνας χωρίς συμβιβασμό της ακεραιότητάς τους και να επιτρέπουν, έτσι, το περιεχόμενο να μολυνθεί με οποιονδήποτε τρόπο. Για παρασκευάσματα μιας δόσης είναι κοινή πρακτική να χρησιμοποιούνται προ-γεμισμένες σύριγγες, όπου η βελόνα, αν είναι επιθυμητό, μπορεί να είναι αναπόσπαστο μέρος της συσκευής.

Διαλύματα για παρεντερική χρήση πρέπει να παρασκευάζονται σε εγκαταστάσεις που έχουν σχεδιαστεί ειδικά ώστε να εξασφαλίζεται ότι το τελικό προϊόν είναι στείρο: αυτό μπορεί να περιλαμβάνει μια διαδικασία τερματικής αποστείρωσης ή ασηπτικής προετοιμασίας. Το νερό που χρησιμοποιείται για την προετοιμασία παρεντερικών διαλυμάτων πρέπει να είναι στείρο, και το επιτρεπόμενο επίπεδο πυρετογόνων (ουσίες που προέρχονται από την διάσπαση βιολογικών οργανισμών ή κυττάρων και που προκαλούν επίσης άνοδο της θερμοκρασίας του σώματος) να περιορίζεται πολύ αυστηρά. Αν και συντηρητικά μπορούν να συμπεριληφθούν στη φόρμουλα ενέσεων πολλαπλών δόσεων, η χρήση τους σε παρασκευάσματα μιας δόσης περιορίζεται σε εκείνα που δεν μπορούν να αποστειρωθούν στο τελικό στάδιο (τερματική αποστείρωση) και όπου ο όγκος είναι μικρότερος από 15ml. Τα συντηρητικά απαγορεύονται σε κάθε ένεση που θα μπορούσε να έρθει σε επαφή με το εγκεφαλονωτιαίο υγρό όπως στις παραχνοειδείς και επισκληρίδιες εγχύσεις φαρμάκων. Τέλος, όλα τα παρεντερικά προϊόντα θα πρέπει να είναι ισοτονικά με το πλάσμα του αίματος, εκτός αν αυτό είναι ανέφικτο, διότι η εισαγωγή μιας μη-ισοτονικής ένεσης στο αίμα μπορεί να έχει μοιραίες συνέπειες.■



www.lethow.com



www.netdoctor.co.uk

Οι Άνθρωποι μας

Σε αυτό το τεύχος σας παρουσιάζουμε το Διευθυντή Αγορών, κύριο Ιωάννη Μίτσιγκα.



Μετά την ολοκλήρωση των σπουδών του σαν Πολιτικός Μηχανικός στο πανεπιστήμιο του UCL, εργοδοτήθηκε από την εταιρεία Atkins, μια από τις μεγαλύτερες συμβουλευτικές εταιρείες της Ευρώπης. Ακολούθως επέστρεψε στην Κύπρο όπου εργάστηκε για 8 χρόνια στην εταιρεία κατασκευών και ανάπτυξης ακινήτων Cybarco. Ξεκίνησε στην εταιρεία σαν πολιτικός μηχανικός και ένα χρόνο αργότερα προάχθηκε στην θέση του Διευθυντή Αγορών.

Καθώς εργαζόταν, παρακολούθησε μαθήματα στο Πανεπιστήμιο Imperial και πήρε Μεταπτυχιακό Δίπλωμα στη Διοίκηση Επιχειρήσεων (MBA) με ειδίκευση στη Διαχείριση Επενδύσεων και Ρίσκου και αποφοίτησε με άριστα (Distinction).

Από το 2015 είναι Διευθυντής Αγορών στη Remedica. Κατά τη διάρκεια της καριέρας του έχει συμμετάσχει σε διάφορα σεμινάρια και εκθέσεις στο Ντουμπάι, Σαγκάη, Παρίσι, Μαδρίτη, Μιλάνο και Λονδίνο που αφορούσαν κυρίως πρώτες ύλες. ■



www.autoblog.gr

Περιβαλλοντικά θέματα.

Ρύπανση από το διοξείδιο του αζώτου (NO_2)

Σύμφωνα με την Αμερικανική Υπηρεσία Προστασίας Περιβάλλοντος το διοξείδιο του αζώτου (NO_2) συγκαταλέγεται σε μια ομάδα ιδιαίτερα δραστικών αερίων που ονομάζονται οξειδία του αζώτου (NO_x). Το NO_2 είναι ένα ιδιαίτερα δραστικό αέριο με καφετί χρώμα και χαρακτηριστική αποπνικτική οσμή. Όπως αναφέρει το Τμήμα Περιβάλλοντος της Αυστραλίας, παρόλο που το NO_2 εμφανίζεται φυσικά στην ατμόσφαιρα ως υποπροϊόν των φυτών, του εδάφους και του νερού, μόνο το 1% της συνολικής ποσότητας που υπάρχει στις πόλεις, σχηματίζεται από φυσικές διεργασίες.

Σύμφωνα με τον Ευρωπαϊκό Οργανισμό Περιβάλλοντος, η κυριότερη πηγή των οξειδίων του αζώτου είναι η καύση των ορυκτών καυσίμων που χρησιμοποιούνται για την παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας και τις μεταφορές. Η εκπομπή NO_x στην ατμόσφαιρα επιφέρει το φαινόμενο της όξινης απόθεσης (γνωστή και ως όξινη βροχή), κατά την οποία τα σταγονίδια της βροχής είναι πιο όξινα από το κανονικό νερό, με αποτέλεσμα να οξειδώνουν τα υλικά με τα οποία έρχονται σε επαφή. Όπως περιγράφουν οι *Wright* και *Nebel*, η όξινη εναπόθεση οφείλεται κυρίως στο σχηματισμό του νιτρικού οξέος στην ατμόσφαιρα, ως προϊόν της αντιδράσεως των NO_x με ρίζες υδροξυλίου που απαντώνται στην τροπόσφαιρα. Ακολούθως, το νιτρικό οξύ διαλύεται στο νερό που υπάρχει υπό τη μορφή υδρατμών, μεταβάλλοντας την οξύτητά του. Συνεπώς, τα όξινα σταγονίδια πέφτουν στην γη υπό τη μορφή της βροχής προκαλώντας επιπτώσεις στο αστικό και φυσικό περιβάλλον, και ιδιαίτερα σε αρχαία μνημεία και διατηρητέα κτίρια.

Η όξινη απόθεση συμβάλλει επίσης στην υποβάθμιση της υγείας των οικοσυστημάτων διαμέσου του φαινομένου του ευτροφισμού. Με άλλα λόγια, η παρουσία νιτρικών σε υψηλές συγκεντρώσεις ευνοεί τον εκθετικό πολλαπλασιασμό των άλγεων σε υδάτινα σώματα όπως ποτάμια και λίμνες.

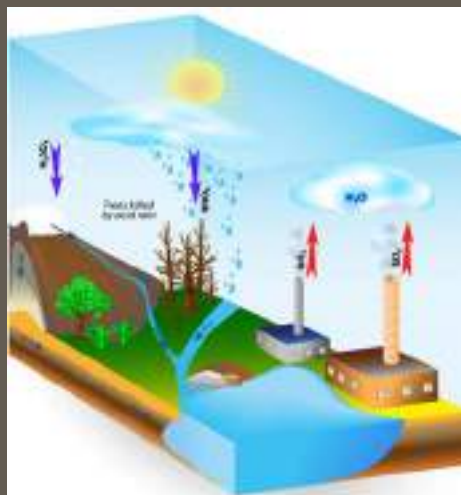
Αυτή η ανισορροπία που δημιουργείται στο οικοσύστημα, οδηγεί τα άλλα έμβια όντα που ζουν στα υδάτινα σώματα σε ασφυξία, αφού η ποσότητα του οξυγόνου που απαιτείται για τη διατήρησή τους καταναλώνεται από τον υπερπληθυσμό των άλγεων.

Επιπροσθέτως, ο Ευρωπαϊκός Οργανισμός Περιβάλλοντος προειδοποιεί ότι οι επιπτώσεις της ρύπανσης με NO_2 απειλεί άμεσα την ανθρώπινη υγεία, καθώς οι υψηλές συγκεντρώσεις του εν λόγω αερίου προκαλεί φλεγμονή του αναπνευστικού συστήματος. Επιπλέον η ρύπανση με NO_2 προκαλεί μέσω χημικών αντιδράσεων με άλλα αέρια, τη δημιουργία δευτεροβάθμιων ρύπων όπως πλήθος αερίων σωματιδίων και τροποσφαιρικού όζοντος, τα οποία είναι τοξικά για την ανθρώπινη υγεία και το περιβάλλον.

Η Ευρωπαϊκή Ένωση έχει θέσει σε εφαρμογή μια σειρά από οδηγίες και πολιτικές που αποσκοπούν στη μείωση των εκπομπών NO_x . Σύμφωνα με τον Ευρωπαϊκό Οργανισμό Περιβάλλοντος, οι εκπομπές οξειδίων του αζώτου από τα οχήματα έχουν ρυθμιστεί από τις αρχές της δεκαετίας του 1990, καθώς έχουν λάβει χώρα βελτιώσεις στην ποιότητα των καυσίμων όπως η βενζίνη και το πετρέλαιο κίνησης. Άλλες αξιοσημείωτες οδηγίες περιλαμβάνουν την οδηγία σχετικά με τις μεγάλες μονάδες καύσης που θέτει περιορισμούς στην NO_x , SO_2 και τη σκόνη από μονάδες καύσης με θερμική ισχύ ίση ή μεγαλύτερη από 50 MW, καθώς και την οδηγία σχετικά με την ολοκληρωμένη πρόληψη και έλεγχο της ρύπανσης η οποία έχει ως στόχο την πρόληψη ή την ελαχιστοποίηση της ρύπανσης στον αέρα, το νερό ή το έδαφος από διάφορες βιομηχανικές πηγές.

Επιπλέον, η ΕΕ στοχεύει στη περαιτέρω μείωση των εκπομπών NO_x μέσω της εφαρμογής της οδηγίας σχετικά ανώτατα εθνικά όρια εκπομπών, η οποία θέτει αυστηρούς στόχους για την επίτευξη της μείωσης των εκπομπών οξειδίων του αζώτου μέχρι το 2020. Για παράδειγμα, η Κύπρος η οποία έχει εκτέμψει 23 χιλιάδες τόνους οξειδίων του αζώτου το 2010, είναι πλέον υποχρεωμένη να μειώσει σχεδόν στο ήμισυ τις εκπομπές της μέχρι το 2020, σε 12 χιλιάδες τόνους.

Παρόλο που η ΕΕ έχει λάβει φιλόδοξα νομοθετικά μέτρα για την αντιμετώπιση της ρύπανσης με NO_2 , εντούτοις απαιτούνται περαιτέρω ενέργειες σε παγκόσμια κλίμακα προκειμένου να αντιμετωπιστεί οριστικά αυτό το κρίσιμο περιβαλλοντικό ζήτημα. ■



Αξιοποίηση της ηλιακής θερμικής ενέργειας στη βιομηχανία:

Το παράδειγμα της Remedica

Σύμφωνα με την έκθεση του Ευρωπαϊκού Παρατηρητή για την Κύπρο (2015), η ηλιακή θερμική ενέργεια παραμένει η ανανεώσιμη πηγή ενέργειας με την μεγαλύτερη συμβολή στο εθνικό ενεργειακό ισοζύγιο. Αυτό επιτυγχάνεται κυρίως μέσω των ηλιακών θερμοσίφωνων, οι οποίοι παρέχουν το 3% της παραγόμενης ηλιακής θερμικής ενέργειας της Ευρωπαϊκής Ένωσης σε ποσοστό του 2012. Το εν λόγω ποσοστό ισοδυναμεί με 63 ktoe το οποίο δηλώνει ότι 63,000 τόνοι πετρελαίου έχουν εξοικονομηθεί λόγω της παραγόμενης από τον ήλιο θερμικής ενέργειας.

Παρ' όλα αυτά, η Remedica έχει προχωρήσει ένα βήμα παραπέρα, με την αξιοποίηση της ηλιακής ενέργειας για την παραγωγή θερμότητας που απαιτείται για βιομηχανικούς σκοπούς, ελαχιστοποιώντας έτσι την καύση ορυκτών καυσίμων. Αυτό έχει επιτευχθεί μέσω της εγκατάστασης ενός συστήματος ηλιακών συλλεκτών, οι οποίοι απορροφούν και μεταφέρουν την ηλιακή ενέργεια που απαιτείται για την θέρμανση του νερού, το οποίο είναι απαραίτητο για τη λειτουργία των συστημάτων θέρμανσης, αερισμού και ψύξης (HVAC). Κατά συνέπεια, το ζεστό νερό παράγεται χωρίς ή με την ελάχιστη δυνατή κατανάλωση ορυκτών καυσίμων, επιτυγχάνοντας έτσι τη δραστική μείωση των περιβαλλοντικών επιπτώσεων της εν λόγω διαδικασίας.

Η ηλιακή ακτινοβολία απορροφάται από το ηλιακό σύστημα που αποτελείται από διακόσιους ηλιακούς συλλέκτες εντός των οποίων υπάρχουν σωλήνες στους οποίους κυκλοφορεί νερό. Ως εκ τούτου, η θερμότητα συσσωρεύεται επί των συλλεκτών, η οποία διαχέεται μέσω του νερού εντός των σωλήνων δρώντας ως μέσο μεταφοράς θερμότητας. Στη συνέχεια το ζεστό νερό διαχέεται σε δεξαμενές αποθήκευσης έως ότου μεταφερθεί στα συστήματα HVAC, όπου το θερμαινόμενο νερό χρησιμοποιείται για τον έλεγχο της υγρασίας εντός των ελεγχόμενων χώρων παραγωγής. Ως εκ τούτου, μόνο ένα ελάχιστο ποσοστό καυσίμου απαιτείται για τη διαδικασία ελέγχου υγρασίας μέσω των συστημάτων HVAC, σε σύγκριση με τη συμβατική διεργασία θέρμανσης νερού.

Εκτιμάται ότι οι διακόσιοι συλλέκτες που εκτίθενται σε μέση ημερήσια ηλιακή ακτινοβολία της Λεμεσού, αναμένεται να παράγουν ενέργεια ισοδύναμη με 470,000 KWh ετησίως. Σε περίπτωση που το εν λόγω ποσοστό ενέργειας παραγόταν από συμβατικά καύσιμα, τότε θα είχαν χρησιμοποιηθεί κατά προσέγγιση 48,500 λίτρα πετρελαίου τα οποία προϋποθέτουν την εκπομπή περίπου 130,000 μετρικών κιλών διοξειδίου του άνθρακα ανά έτος.



greenleavessociety.com



wikipedia.org



Η δραστική μείωση της κατανάλωσης ορυκτών καυσίμων λόγω της αξιοποίησης της ηλιακής ενέργειας, οδηγεί επίσης στη μείωση της εκπομπής επικίνδυνων ατμοσφαιρικών ρύπων, όπως το διοξείδιο του θείου, το μονοξείδιο του άνθρακα και τα αιωρούμενα σωματίδια, συμβάλλοντας έτσι στην αντιμετώπιση της ατμοσφαιρικής ρύπανσης.

Επίσης, η αξιοποίηση της ηλιακής ενέργειας από τη Remedica συμβάλλει επίσης στην επίτευξη των εθνικών στόχων για τη μείωση της ενεργειακής εξάρτησης από τα ορυκτά καύσιμα και την περαιτέρω χρήση των ανανεώσιμων πηγών ενέργειας, όπως αυτοί περιγράφονται από τον Οδικό Χάρτη για τις Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας της Κυπριακής Δημοκρατίας (2015).

Εν κατακλείδι, η αξιοποίηση της ηλιακής ενέργειας για βιομηχανικές διεργασίες από τη Remedica επιδεικνύει ότι τα αειφόρα εγχειρήματα που λαμβάνονται από ιδιωτικούς οργανισμούς δύναται να διαδραματίσουν ζωτικό ρόλο για την αντιμετώπιση των παγκόσμιων και τοπικών περιβαλλοντικών ζητημάτων όπως η κλιματική αλλαγή και η ατμοσφαιρική ρύπανση. Επιπλέον, η Remedica αποτελεί παράδειγμα και για άλλους οργανισμούς όπως ενεργούν εξίσου υπεύθυνα προς την επίτευξη ενός κοινού αειφόρου μέλλοντος. ■

 **Remedica**
FOR A HEALTHIER WORLD



Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη.

Η Remedica νοιάζεται

1) Δωρεές σε Κοινωνικά Παντοπωλεία. (ΦΩΤΟ 1)

Όπως και τα προηγούμενα χρόνια, αντί να διοργανώσει πάρτι προσωπικού, η Remedica έδωσε και φέτος τα χρήματα σε κοινωφελείς σκοπούς συμπεριλαμβανομένων και των κοινωνικών παντοπωλείων στην Κύπρο. Συγκεκριμένα δόθηκε χρηματική βοήθεια στα κοινωνικά παντοπωλεία της Αρχιεπισκοπής (Λευκωσία), των Δήμων Λάρνακας και Λεμεσού, των Μητροπόλεων Πάφου και Κωνσταντίας (Ελεύθερης Αμμοχώστου) και του Ερυθρού Σταυρού.

2) Εισφορά στο Παττίχειο Κέντρο Ενασχόλησης Ενηλίκων.

Όπως κάθε χρόνο η Remedica στήριξε χρηματικά το έργο του Παττίχειου Κέντρου Ενασχόλησης Ενηλίκων, το οποίο είναι μοναδικό στο είδος του στην Κύπρο με πολύχρονη πολύτιμη προσφορά στους πολίτες της τρίτης ηλικίας της Λεμεσού. Ο κύριος σκοπός του κέντρου είναι η ψυχαγωγία, απασχόληση και προσφορά διαφόρων υπηρεσιών προς τα μέλη του, ώστε να γίνουν πιο ενεργοί πολίτες στην κοινωνία.

3) Οικονομική ενίσχυση Remedica στο Καραϊσκάκειο Ίδρυμα. (ΦΩΤΟ 2)

Στο πλαίσιο της κοινωνικής της ευθύνης, η Remedica ενίσχυσε οικονομικά το Καραϊσκάκειο Ίδρυμα με δωρεά €2.000. Το ετήσιο φιλανθρωπικό δείπνο που έγινε στο Προεδρικό Μέγαρο, ήταν υπό την αιγίδα του Προέδρου της Δημοκρατίας κ. Νίκου Αναστασιάδη. Το Καραϊσκάκειο Ίδρυμα είναι ένας φιλανθρωπικός, μη-κερδοσκοπικός οργανισμός που συστάθηκε με σκοπό την οργάνωση μιας τράπεζας δοτών μυελού των οστών για να προσφέρει ελπίδα ζωής σε συνανθρώπους μας.

4) Εθελοντική αιμοδοσία από τους εργαζόμενους. (ΦΩΤΟ 3)

Με το σύνθημα «Γίνε Ήρωας, Δώσε Αίμα» η Remedica διοργάνωσε εθελοντική αιμοδοσία με τη συμμετοχή πέρα των 85 εργαζομένων. Σκοπός της αιμοδοσίας ήταν η ενίσχυση της τράπεζας αίματος του Γενικού Νοσοκομείου Λεμεσού. Επιπλέον, οι 66 εθελοντές έδωσαν δείγμα για την τράπεζα μυελού των οστών του Καραϊσκάκειου Ίδρυματος. Μέσα στο πλαίσιο της προσφοράς στο συνάνθρωπο, η Remedica οργανώνει δύο φορές τον χρόνο αιμοδοσία.

5) Δωρεάν φάρμακα σε Κοινωνικά Ιατρεία. (ΦΩΤΟ 4)

Με γνώμονα την κοινωνική αλληλεγγύη και τη φροντίδα της υγείας των συνανθρώπων μας, η Remedica προχώρησε σε δωρεές φαρμάκων σε κοινωνικά ιατρεία για τις ανάγκες των φτωχών και απόρων ασθενών. Τα κοινωνικά ιατρεία όπως αυτά των Εθελοντών Γιατρών Κύπρου, του Δήμου Λάρνακας και άλλα, παρέχουν δωρεάν υπηρεσίες κυρίως σε άνεργους και χαμηλόμισθους πολίτες, καθώς και ευπαθείς ομάδες ανθρώπων που βρίσκονται σε δύσκολη οικονομική θέση. ■



Pattihis Family Scholarship

for the academic year
2016/17

for the MSc Management degree in the department of
Management Science and Innovation at
University College London (UCL).



 **Remedica**

Τα Νέα μας



1) Η Remedica κέρδισε το βραβείο εξαγωγών για 8^η φορά. (ΦΩΤΟ 1)

Στις 26 Φεβρουαρίου 2016 πραγματοποιήθηκε στο Προεδρικό Μέγαρο η επίσημη τελετή απονομής του Βραβείου Εξαγωγών 2014, όπου η Remedica βραβεύτηκε για 8^η φορά. Ο Πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας κ. Νίκος Αναστασιάδης συγχαίρηκε τους βραβευθέντες επισήμανε ότι *“τα Βραβεία Εξαγωγών αποκτούν κατά την άποψή μου ακόμα μεγαλύτερη σημασία, σηματοδοτώντας ουσιαστικά την απαρχή μιας νέας αναπτυξιακής πορείας για την Κύπρο, σε μια κρίσιμη καμπή των προσπαθειών μας για ανάκαμψη της οικονομίας και εκσυγχρονισμό του κράτους μας.”* Το βραβείο παράλαβε ο Ανώτατος Εκτελεστικός Διευθυντής του Συγκροτήματος Remedica κ. Χαράλαμπος Πατίχης από τον Πρόεδρο της Κυπριακής Δημοκρατίας. Στην τελετή παραβρεθήκαν ο Πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας, ο Υπουργός Ενέργειας, Εμπορίου, Βιομηχανίας και Τουρισμού Γιώργος Λακκοτρύπης, ο Πρόεδρος του ΚΕΒΕ Φειδίας Πηλείδης, ο Πρόεδρος της Επιτροπής Επιλογής του Βραβείου Παναγιώτης Λοϊζίδης, Βουλευτές, Πρέσβεις διαφόρων χωρών αλλά και αρκετοί επιχειρηματίες. Στη συνέχεια οι βραβευθέντες παρακάθησαν σε επίσημο γεύμα που παρέθεσε ο Πρόεδρος της Κυπριακής Δημοκρατίας.



2) Αφυπηρετήσεις συναδέλφων. (ΦΩΤΟ 2, 3)

Αφυπηρετήσαν πρόσφατα οι Ουρανία Ζορπιδίου και η Ελπίδα Ορφανίδου από το Τμήμα Συσκευασίας μετά από προσφορά πάνω των δυο δεκαετιών στη Remedica. Και οι δυο εκφράσαν τις ευχαριστίες τους προς τη Διεύθυνση της εταιρείας και δήλωσαν πολύ ευχαριστημένες με την εργοδότηση τους όλα αυτά τα χρόνια. Τέλος ευχήθηκαν στην εταιρεία και στους συναδέλφους τους ακόμα μεγαλύτερα επιτεύγματα και επιτυχίες.

3) Συμμετοχή σε ιατρικά συνέδρια.

Η ομάδα πωλήσεων της Remedica Κύπρου συμμετείχε σε συνέδρια και ημερίδες όπου οι συμμετέχοντες (ιατροί και άλλοι επαγγελματίες υγείας) είχαν την ευκαιρία να ενημερωθούν για νέα αλλά και υφιστάμενα προϊόντα της εταιρείας.



4) Η Remedica στη μάχη εναντίων των Πλαστών (ψευδεπίγραφων) φαρμακευτικών προϊόντων. (ΦΩΤΟ 4)

Διενεργήθηκε στις 17 Φεβρουαρίου 2016 στις εγκαταστάσεις της φαρμακοβιομηχανίας Remedica Ltd, συνάντηση των φαρμακευτικών φορέων του τόπου με θέμα την εφαρμογή της Ευρωπαϊκής νομοθεσίας 2011/62/EC για τα πλαστά (ψευδεπίγραφα) φαρμακευτικά προϊόντα. Στην συνάντηση συμμετείχαν οι φαρμακευτικές υπηρεσίες του Υπουργείου Υγείας Κύπρου, η Κυπριακή Ένωση Φαρμακευτικών Εταιρειών Έρευνας και Ανάπτυξης (ΚΕΦΕΑ), ο Σύνδεσμος Φαρμακευτικών Εταιρειών Κύπρου (ΣΦΕΚ), ο σύνδεσμος Φαρμακευτικών και Χημικών Βιομηχανιών (PharChem), ο Σύνδεσμος Φαρμακευτικών Παρασκευαστών Κύπρου (Cy.Pha.M.A.) ο Παγκύπριος Φαρμακευτικός Σύλλογος, και οι φαρμακαποθήκες Pharmedlink, Mefal, Marathon Distributors και ΚΕ.ΔΙ.ΦΑ.Π. Από όλους τους



συμμετέχοντες φορείς δηλώθηκε η ετοιμότητα και διάθεση για την άμεση τροχοδρόμηση όλων των διαδικασιών που ορίζει η συγκεκριμένη Ευρωπαϊκή νομοθεσία, προκειμένου στην Κύπρο μέχρι το πρώτο τρίμηνο του 2019 (χρονοδιάγραμμα που ορίζεται από την συγκεκριμένη νομοθεσία), όλα τα συνταγογραφούμενα φαρμακευτικά προϊόντα (και ορισμένα μη συνταγογραφούμενα) να φέρουν στην συσκευασία τους:

α) Ένα επιπρόσθετο κωδικό (2-D barcode), όπου αμέσως με τη σάρωση του από το φαρμακοποίο, θα αναγνωρίζεται αν πρόκειται για αυθεντικό ή πλαστό (ψευδεπίγραφο) φαρμακευτικό προϊόν, β) Ταϊνία γνησιότητας, που θα υποδηλώνει στον ασθενή αν το φαρμακευτικό προϊόν που έλαβε έχει ανοιχθεί ξανά ή όχι. Υπολογίζεται ότι περίπου κάθε χρόνο παραισφρόνουν στην παγκόσμια αγορά, πλαστά (ψευδεπίγραφα) φαρμακευτικά προϊόντα αξίας \$80.000.000.000 (περίπου το 10% της συνολικής παγκόσμιας αγοράς των φαρμακευτικών προϊόντων), με τις επιπτώσεις στους ασθενείς να είναι δυσμενέστερες, αφού μέχρι και θάνατοι έχουν παρατηρηθεί από τη χρήση τους. Η ραγδαία ανάπτυξη και παρείσφρηση των πλαστών φαρμακευτικών προϊόντων στην αγορά διαπιστώνεται και από το Αμερικάνικο Κέντρο για τα φάρμακα και το δημόσιο συμφέρον, όπου σε σχετική μελέτη του κάνει λόγο για διπλασιασμό των πωλήσεων πλαστών (ψευδεπίγραφων) φαρμακευτικών προϊόντων από το 2005 στο 2010. Επίκεντρο παραγωγής πλαστών φαρμακευτικών προϊόντων θεωρούνται η Νιγηρία, η Ινδία και η Κίνα, ενώ μια από τις κυριότερες αιτίες για τη ραγδαία αύξηση των πωλήσεων των πλαστών φαρμακευτικών προϊόντων είναι η αγορά τους μέσω διαδικτύου.

5) Διαλέξεις στο Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου. (ΦΩΤΟ 5)

Στα πλαίσια της συνεργασίας της Remedica με το Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου (ΤΕΠΑΚ), στις 22/02/2016 και 29/02/2016 διενεργήθηκαν 2 διαλέξεις από τον Υπεύθυνο του Τμήματος Ασφάλειας Φαρμάκων/Φαρμακοεπαγρύπνησης της Remedica (κ. Ανδρέα Βασιλείου) σε φοιτητές του μεταπτυχιακού προγράμματος 'Προηγμένη Ογκολογική Νοσηλευτική'. Τα θέματα που αναλύθηκαν ήταν η φαρμακοεπαγρύπνηση και η συμβολή των Επαγγελματιών Υγείας στην ασφάλεια των ασθενών, καθώς και το σοβαρό πρόβλημα των ψευδεπίγραφων φαρμακευτικών προϊόντων. ■



Αφιέρωμα: Καθαρά Δευτέρα

Η Καθαρά Δευτέρα σηματοδοτεί την έναρξη της Σαρακοστής για την Ορθόδοξη Εκκλησία και παράλληλα το τέλος της Απόκριω ή όπως είναι αλλιώς γνωστή και ως Αποκριά. Ονομάστηκε έτσι από τους Χριστιανούς αφού θεωρείται μέρα «καθαρού» για το λόγο ότι με την έναρξη της νηστείας οι πιστοί «καθαρίζονταν», «εξαγνίζονταν» τόσο πνευματικά όσο και σωματικά. Αποτελεί μέρα νηστείας και είναι αργία για τον απανταχού Χριστιανισμό. Η νηστεία διαρκεί 40 ημέρες όσες μέρες διήρκεσε και η νηστεία του Χριστού στην έρημο. Η Καθαρά Δευτέρα γιορτάζεται 48 ημέρες πριν από την Κυριακή του Πάσχα.

Την Καθαρά Δευτέρα συνηθίζεται να καταναλώνουμε τη γνωστή σε όλους μας «λαγάνα» (άζυμο ψωμί που παρασκευάζεται ειδικά για αυτή την ημέρα) και παραπέμπει στα «άζυμα» της Παλαιάς Διαθήκης. Την ημέρα αυτή όλα τα φαγητά είναι «καθαρά». Από αυτό προκύπτει και η φράση που χρησιμοποιείται στην Κύπρο «θα κόψουμε την μούττη της Σαρακοστής». Μερικά από τα εύγεστα εδέσματα τα οποία έχουν πρώτη θέση στο τραπέζι μας, είναι τα λαχανικά και χορταρικά, τα μαγειρευτά φαγητά κάθε είδους, τα μαλάκια, ενώ δε θα μπορούσαν να λείπουν και τα διάφορα ορεκτικά.

Σύμφωνα με το χρονογράφο Χριστάκη Σαββίδη, το έθιμο της Καθαράς Δευτέρας, ή όπως προαναφέρθηκε, ονομάζεται αλλιώς και «κόψιμο της μούττης της Σαρακοστής», είναι ένα από τα πιο όμορφα έθιμα του λαού μας, του οποίου οι ρίζες πηγάζουν από την αρχαία μας μυθολογία. Το έθιμο αυτό έχει δύο όψεις. Η μια αποτελεί την εκδήλωση της αγάπης μας προς τη φύση που με τη βλάστηση ντύνεται στα γιορτινά της και τρέχει ο κόσμος να την χαρεί ολημερίς. Η άλλη όψη είναι η Χριστιανική, όπου η Εκκλησία μας καλεί να ετοιμαστούμε ψυχική τε και σώματι, και με πνευματική κάθαρση, να παρακολουθήσουμε τις λειτουργίες της Μεγάλης Σαρακοστής και να δεχθούμε την Μεγάλη Εβδομάδα των Παθών και την ένδοξη Ανάσταση του Κυρίου. Όπως οι Αρχαίοι Έλληνες γιόρταζαν τον ερχομό της άνοιξης, που συμπήπει με τον

Μάρτη, τον πρώτο μήνα της άνοιξης (που όλοι γιόρταζαν την επάνοδο της Περσεφόνης, θυγατέρας της Δήμητρας – θεάς της γεωργίας, από τον Άδη στη γη, με χορό και τραγούδια), έτσι και σήμερα ο λαός γιορτάζει την Καθαρά Δευτέρα. Αφήνει κατά μέρος τις ανησυχίες και τις σκοτούρες που τον ταλαιπωρούν και τρέχει να απολαύσει τη φύση ντυμένη στα γιορτινά της, να ακούσει τα πιπίσματα των πουλιών, να αναπνεύσει καθαρό αέρα και να ευχαριστήσει το Δημιουργό του σύμπαντος για όλα όσα με αφθονία και αγάπη προσέφερε στο ανθρώπινο είδος.

Η Καθαρά Δευτέρα στην Κύπρο γιορτάζεται κυρίως με εξορμήσεις στους αγρούς και στα βουνά. Οι κατασκηνωτικοί χώροι στις ορεινές περιοχές μέχρι και το Τρόδος κατακλύζονται αυτήν την ημέρα από κόσμο, με χορό τραγούδια και σαρακοστιανά εδέσματα από νωρίς το πρωί μέχρι το βράδυ, προκειμένου να αναβιώσει το πατροπαράδοτο έθιμο της Καθαράς Δευτέρας. Να σημειωθεί ότι ο εορτασμός της Καθαράς Δευτέρας στις εξοχές λέγεται και Κούλουμα. Η ετυμολογία της λέξης έχει λατινική (κολούμνα=κολώνα ή κούμουλους=σωρός, κορυφή) ή αλβανική προέλευση (κόλουμ=καθαρός).

Σε κοινότητες και χωριά προγραμματίζονται εκδηλώσεις με παραδοσιακά παιχνίδια, τα λεγόμενα και παιχνίδια της Καθαράς Δευτέρας, καθώς και διαγωνισμούς και τραγούδια.

Με σύμμαχο τον καλό καιρό ο περισσότερος κόσμος, ενίοτε, περνά την ημέρα του και στο παραλιακό μέτωπο της Κύπρου για το απαραίτητο και αναπόσπαστο συμπλήρωμα της Καθαράς Δευτέρας, το πέταγμα του χαρταετού. Το πέταγμα του χαρταετού, είναι ένα έθιμο μεταγενέστερο. Αποτελεί ένα πραγματικά όμορφο παιχνίδι, ένα γραφικό έθιμο, μια πανδαισία χρωμάτων και σχεδίων στους αιθέρες. Είναι ένα έθιμο που τιμάται από μικρούς και μεγάλους, ίσως για να πετάξουν μακριά κάθε έγνοια του χειμώνα, μια και μπαίνει η άνοιξη, και όλα, τουλάχιστον στη φύση, είναι πιο χαρούμενα λόγω της ανθοφορίας και της βελτίωσης του καιρού. Κατά την επικρατούσα άποψη, οι χαρταετοί

είναι επιπόνηση των Ανατολικών λαών. Σε αυτές τις χώρες, η τέχνη της κατασκευής χαρταετών τελειοποιήθηκε, φτάνοντας στο σημείο να φτιάχνουν «ιπταμένους» δράκους, πουλιά, ψάρια, ζώα. Τους στόλιζαν με ευχές και επιθυμίες, και τις έστελναν με έναν αετό, όσο πιο κοντά μπορούσαν στον θεό.

Στην Κύπρο υπήρχε ανέκαθεν η παράδοση που ήθελε τα παιδιά να κατασκευάζουν τα ίδια το χαρταετό τους με απλά υλικά όπως χαρτί, καλάμι ή λεπτό σπάγγο και εφημερίδες καθώς και περισσεύματα από τις αποκριάτικες κορδέλες.

Αξίζει να αναφέρουμε πως ο χαρταετός στις διάφορες γλώσσες και χώρες ανά το παγκόσμιο αποκτά και διαφορετικές ονομασίες ανάλογα με τη κουλτούρα και τα βιώματα του λαού που τον «πετάει». Στην αγγλική γλώσσα, η λέξη «Kite» αποτελεί το όνομα ενός υπέροχου πουλιού. Στα ιαπωνικά, η λέξη «taco» σημαίνει «χαταπόδι». Προφανώς, οι Ιάπωνες ονόμασαν έτσι το χαρταετό τους για το λόγο ότι μοιάζει με χαταπόδι και επειδή πετά με τη βοήθεια πολλών νημάτων, τα οποία κινούν το συνήθως περίπλοκο σχήμα του. Στα γερμανικά, η λέξη «Drachen» σημαίνει «δράκος» και θεωρείται πως η ονομασία αυτή καθιερώθηκε από τα χρόνια που οι γερμανικοί χαρταετοί αποκτούσαν μορφή άγριων ζώων που εκτόξευαν φωτιά από τα στόματά τους.

Ας αδράξουμε λοιπόν την ευκαιρία και με θετική σκέψη, καθαρό μυαλό και σώμα και με ένα τεράστιο χαμόγελο ας τρέξουμε στην ύπαιθρο να χαρούμε αυτή την ημέρα μακριά από κάθε είδους άγχος, έγνοιες, σκοτούρες. Καλή Σαρακοστή! ■

Πηγές:

<http://el.wikipedia.org>
<http://www.sansimera.gr>
<http://www.saint.gr>
<http://www.iefimerida.gr>
<http://kypriakablog.blogspot.com.cy>
<https://www.schools.ac.cy>
<http://www.kathimerini.com.cy>
<http://78dim-athin.att.sch.gr>



Η εκτύπωση έγινε
σε ανακυκλωμένο χαρτί

Remedica
FOR A HEALTHIER WORLD

Remedica Ltd - Manufacturers of Pharmaceuticals,
Βιομηχ. Περιοχή Λεμεσού,
Ταχ. Κιβ. 51706, CY - 3508 Λεμεσός, Κύπρος, EU
Τηλ. + 357 25553000, Φαξ.+357 25390192
e-mail: info@remedica.com.cy <http://www.remedica.eu>

