

Συμβαίνουν

Τραγωδία στη Θεσσαλονίκη: Α-γάλη σκύλων κατασπάραξε 65χρονο

Ο 65χρονος που στις 6 Μαρτίου εδέχθηκε, όπως απεδείχθη, θανατηφόρα επίθεση στη Θεσσαλονίκη και συγκεκριμένα στην περιοχή Ελαιόρεμα Πυλαίας, από αγέλη αδέσποτων σκύλων, τελικά άφησε την τελευταία του πνοή στο Ιπποκράτειο νοσοκομείο Θεσσαλονίκης.

Παρά τις προσπάθειες των γιατρών, όλο αυτό το διάστημα που νοσηλεύονταν με τραύματα σε διάφορα σημεία του σώματος, στη Μονάδα Εντατικής Θεραπείας του νοσοκομείου δεν κατάφερε ο άτυχος άνδρας να κρατηθεί στη ζωή κι εξέπνευσε.

Η εισαγγελέας Θεσσαλονίκης, κ.Γ. Χατζηπαρασίδου, παρήγγειλε τη διενέργεια προκαταρκτικής εξέτασης, για τις συνθήκες κάτω από τις οποίες δέχθηκε την επίθεση ο 65χρονος και για τον καταλογισμό ενδεχόμενων ποινικών ευθυνών για το αποτρόπαιο περιστατικό!

-Κωνσταντίνα Ντέλλου-

ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ



Η efimerisdiakirixeon.gr είναι πιστοποιημένο Μέλος, ως ηλεκτρονικό μέσο ενημέρωσης, της Πλατφόρμας e-media της Γενικής Γραμματείας Ενημέρωσης και Επικοινωνίας.

-ΕΦΕΤ-

ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΑ ΤΡΟΦΙΜΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΓΙΑ ΤΑ ΨΩΝΙΑ

Ο ΕΦΕΤ έδωσε χρήσιμες συμβουλές και οδηγίες σε καταναλωτές και επιχειρήσεις για τον κορονοϊό.

Ο συγκεκριμένος ιός είναι ευαίσθητος στις θερμοκρασίες μαγειρέματος και θερμική επεξεργασία στους 63°C για 4 λεπτά μειώνει τη μόλυνση ενός προϊόντος διατροφής. Ο ΕΦΕΤ ξεκαθαρίζει, με όλους τους τρόπους, ότι ο κοροναϊός δεν μεταδίδεται μέσω τροφίμων, ούτε και από το πεπτικό σύστημα.

Ο ΕΦΕΤ καλεί τους καταναλωτές να είναι πολύ προσεκτικοί με την υγιεινή, ενώ σημειώνει πως αν κάποιος έχει μολυνθεί από τον ιό, μπορεί να μολύνει τα τρόφιμα κατά την προετοιμασία τους, αν τα πιάσει με βρώμικα χέρια ή αν τα εκθέσει σε μολυσματικά σταγονίδια όταν βήχει ή φτερνίζεται.

Τι γνωρίζουμε μέχρι στιγμής για τη νόσο COVID-19 του αναπνευστικού συστήματος, που σχετίζεται με τον νέο ιό SARS-CoV-2;

Σύμφωνα με όσα γνωρίζουμε μέχρι στιγμής, η νέα νόσος του αναπνευστικού συστήματος COVID-19 οφείλεται σε μόλυνση από ένα νέο τύπο κοροναϊού, του SARS-CoV-2. Οι τρόποι μετάδοσης της COVID-19 σχετίζεται στενά με αυτόν άλλων γνωστών κοροναϊών. Οι διαφορετικοί τύποι κοροναϊών συνήθως προκαλούν συμβατικά κρυολογήματα στους ανθρώπους. Επιπλέον άλλοι κοροναϊοί, όπως οι κοροναϊοί SARS και MERS έχουν εμφανιστεί στο παρελθόν και έχουν οδηγήσει σε σοβαρά αναπνευστικά προβλήματα.

Τα κύρια όργανα-στόχοι του κοροναϊού στον άνθρωπο είναι τα όργανα του αναπνευστικού συστήματος. Η πιο σημαντική μέθοδος μετάδοσης είναι η “μόλυνση με σταγονίδια”, με την οποία οι κοροναϊοί μεταφέρονται από ανθρώπους ή ζώα στον αέρα μέσω σταγονιδίων και στη συνέχεια εισπνέονται. Επίσης, παθογόνα που βρίσκονται στα χέρια μπορούν να εισέλθουν μέσω του βλεννογόνου της μύτης, του στόματος ή των ματιών, και να οδηγήσουν σε μόλυνση.

Υπάρχουν άλλοι πιθανοί τρόποι μετάδοσης;

Επί του παρόντος δεν υπάρχουν περιπτώσεις οι οποίες να έχουν δείξει ότι άνθρωποι έχουν μολυνθεί με τον νέο τύπο κοροναϊού με άλλο τρόπο, όπως μέσω της κατανάλωσης μολυσμένων τροφίμων ή μέσω επαφής με μολυσμένα αντικείμενα. Δεν υπάρχουν επίσης γνωστές αναφορές για άλλους κοροναϊούς σχετικά με λοιμώξεις που να οφείλονται σε τρόφιμα ή σε επαφή με στεγνές επιφάνειες.

Η μετάδοση μέσω επιφανειών που πρόσφατα μολύνθηκαν με ιούς είναι παρόλα αυτά δυνατή, μέσω μολύνσεων με την αφή. Ωστόσο, αυτό είναι πιθανό να συμβεί μόνο σε σύντομο χρονικό διάστημα μετά τη μόλυνση από άτομο που νοσεί, λόγω της σχετικά χαμηλής σταθερότητας των κοροναϊών στο περιβάλλον.



ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΕ ΣΕΛ. 3

ΔΙΕΘΝΗ ΓΕΓΟΝΟΤΑ...

του Νίκου Οικονομάκη

ΕΦΘΑΣΕ ΣΤΟΥΣ 1228 Ο ΑΡΙΘΜΟΣ ΤΩΝ ΝΕΚΡΩΝ ΣΤΗΝ ΜΕΓΑΛΗ ΒΡΕΤΑΝΙΑ

Στη Μεγάλη Βρετανία έχουν πεθάνει άτομα που είχαν διαγνωστεί θετικοί στον κορονοϊό και ο αριθμός αυξήθηκε φθάνοντας τους 1.228, σύμφωνα με στοιχεία που δημοσιοποιήθηκαν και πραγματοποιήθηκε αύξηση κατά 209 νεκρούς. Το προηγούμενο 24ωρο οι θάνατοι είχαν αυξηθεί κατά 260.

Ο Βρετανός πρωθυπουργός, Μπόρις Τζόνσον, ο οποίος βρέθηκε θετικός στον ιό, με επιστολή του προς κάθε βρετανικό νοικοκυριό, προειδοποιεί ότι η κρίση του κορωνοϊού θα επιδεινωθεί. Στην επιστολή του, αναφέρει: «Εξ αρχής προσπαθήσαμε να λάβουμε τα σωστά μέτρα τη επιστημονικές και ιατρικές συστάσεις ορίζουν ότι αυτό πρέπει να κάνουμε». «Είναι σημαντικό για εμένα να είμαι ειλικρινής μαζί σας: γνωρίζουμε ότι τα πράγματα θα χειροτερέψουν πριν βελτιωθούν». «Αλλά κάνουμε όλες τις σωστές προετοιμασίες και όσο πιο αυστηρά τηρούμε τους κανόνες, τόσο λιγότερες ζωές θα χαθούν και τόσο συντομότερα η ζωή θα μπορέσει να επιστρέψει στους κανονικούς της ρυθμούς».

Ειδικοί εκτιμούν ότι ο αριθμός των κρουσμάτων και των θανάτων θα συνεχίζει να αυξάνεται τις επόμενες δύο εβδομάδες, πριν αρχίσουν να αποδίδουν τα μέτρα κοινωνικής αποστασιοποίησης και περιορισμού των καθημερινών δραστηριοτήτων, σημειώνει το BBC.

“ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΩΝ” 1946 - 2020:

Η εφημερίδα που για 73 χρόνια έχει καταστεί συνώνυμη με τις διακηρύξεις, συνεχίζει παράλληλα να «γράφει» ιστορία στον ευρύτερο χώρο της καθημερινής οικονομικής ενημέρωσης καθώς και της ευρύτερης ενημέρωσης μέσω άρθρων, σχολίων, αναλύσεων και ευθυμογραφημάτων, προσηλωμένη πάντα στους κανόνες της πρέπουσας δημοσιογραφικής δεοντολογίας.

ΟΛΕΣ ΟΙ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΙΣ

ΠΑΡΟΧΗ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ

ΔΗΜΟΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ – ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗΣ

ΔΙΕΝΕΡΓΕΙΑΣ ΣΥΝΟΠΤΙΚΟΥ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΘΕΣΗ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΤΗΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ ΔΡΑΣΕΩΝ ΓΙΑ ΤΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΒΙΩΜΑΤΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΔΕΙΞΗ ΤΗΣ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΤΗΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗ ΤΟΥΣ ΣΕ ΘΕΜΑΤΑ ΟΔΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΜΕ ΚΡΙΤΗΡΙΟ ΑΝΑΘΕΣΗΣ ΤΗΝ ΠΛΕΟΝ ΣΥΜΦΕΡΟΥΣΑ ΑΠΟ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΑΠΟΨΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΠΟΥ ΘΑ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΤΕΙ ΒΑΣΗ ΒΕΛΤΙΣΤΗΣ ΣΧΕΣΗΣ ΤΙΜΗΣΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΣΤΟ ΣΥΝΟΛΟ ΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ: € 74.400,00 (συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α. 24%)

Το Ν.Π.Ι.Δ. με την επωνυμία «ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΔΗΜΟΥ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ» (η «Επιχείρηση»)

ΑΝΑΚΟΙΝΩΝΕΙ

Τη διενέργεια ΣΥΝΟΠΤΙΚΟΥ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ με τίτλο «Έξοδα δράσεων δημιουργίας βιωματικού πάρκου για παιδιά για την ανάδειξη της σημαντικότητας της κυκλοφοριακής αγωγής και την ευαισθητοποίηση τους σε θέματα οδικής ασφάλειας», με σφραγισμένες προσφορές και με κριτήριο κατακύρωσης την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά βάσει βέλτιστης σχέσης τιμής – ποιότητας, στο σύνολο των υπηρεσιών, προϋπολογισμού € 74.400,00 (συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α. 24%) σύμφωνα με την υπ' αριθ. 21/2020 τεχνική μελέτη της Επιχείρησης.

Ο διαγωνισμός θα διενεργηθεί στα γραφεία της έδρας της Επιχείρησης, οδός Βασ. Σοφίας αριθ. 9 & Δημ. Μόσχα (2ος όροφος), από την αρμόδια Επιτροπή Διενέργειας Διαγωνισμών και Αξιολόγησης Προσφορών, μετά το πέρας δέκα (10) ημερών από την επομένη της δημοσίευσης της παρούσας διακήρυξης στο πρόγραμμα «Κ.Η.Μ.ΔΗ.Σ.», ήτοι την 24-03-2020 ημέρα Τρίτη από τις 11:00 π.μ. μέχρι τις 11:30 π.μ. (καταληκτική ημέρα και ώρα λήξης συλλογής προσφορών), εκτός και αν η υποβολή των προσφορών συνεχίζεται χωρίς διακοπή και μετά το πέρας της ώρας αυτής.

Εάν ο διαγωνισμός δεν καταστεί δυνατόν να διεξαχθεί την παραπάνω αναφερόμενη ημερομηνία θα επαναληφθεί την επόμενη εργάσιμη ημέρα και την ίδια ώρα.

Οι προσφορές μπορεί να υποβληθούν και ταχυδρομικά. Προσφορές με τηλεομοιοτυπία (Fax) ή e-mail δεν θα γίνονται δεκτές, εν όψει διασφάλισης συνθηκών ισότιμου συναγωνισμού (αποφυγή διαρροής πληροφοριών). Οι εκπρόθεσμες προσφορές επιστρέφονται χωρίς να αποσφραγιστούν.

Για πληροφορίες ως προς τη διαδικασία, τα δικαιολογητικά συμμετοχής και την παραλαβή της αναλυτικής διακήρυξης, με τα συνοδευτικά παραρτήματα αυτής, οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να απευθύνονται στα γραφεία της Επιχείρησης καθημερινά τις εργάσιμες ημέρες και ώρες από 09:30 π.μ. έως 16:00 μ.μ. (τηλέφωνα επικοινωνίας: 210- 8056314-315 & 213-2038200-203).

Η παρούσα θα αναρτηθεί στο Διαδίκτυο, στο πρόγραμμα «ΔΙΑΥΓΕΙΑ» και η αναλυτική διακήρυξη θα καταχωρηθεί στο Κεντρικό Ηλεκτρονικό Μητρώο Δημοσίων Συμβάσεων «Κ.Η.Μ.ΔΗ.Σ.», κατά τα προβλεπόμενα στην Υ.Α. 57654/22-05-2017 (Φ.Ε.Κ. 1781/τ. Β'23-05-2017).

Επίσης, η παρούσα θα δημοσιευτεί και σε μία τουλάχιστον εβδομαδιαία ή ημερήσια εφημερίδα τοπική ή της έδρας του νομού, σύμφωνα με το άρθρο 18 του Ν. 4469/2017.

ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ

Ο Δήμος Αμαρουσίου

Προκηρύσσει ανοικτό κάτω των ορίων δημόσιο ηλεκτρονικό διαγωνισμό για την προμήθεια με τίτλο: «ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ ΕΙΔΩΝ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ», συνολικού προϋπολογισμού 89.595,08 € (συμπεριλαμβανομένου Φ.Π.Α.), και με κριτήριο ανάθεσης την πλέον συμφέρουσα από οικονομική άποψη προσφορά αποκλειστικά βάσει της τιμής (χαμηλότερη τιμή), για το σύνολο της προμήθειας. Τα στοιχεία των τεχνικών προδιαγραφών των προς προμήθεια προϊόντων περιλαμβάνονται στην υπ' αριθμ. 47/2020 μελέτη της Διεύθυνσης Περιβάλλοντος & Ποιότητας Ζωής – Τμήματος Περιβαλλοντικού Σχεδιασμού.

Ο διαγωνισμός (με αύξοντα αριθμό συστήματος 85914) θα πραγματοποιηθεί με χρήση της πλατφόρμας του Εθνικού Συστήματος Ηλεκτρονικών Δημοσίων Συμβάσεων (Ε.Σ.Η.ΔΗ.Σ.) μέσω της διαδικτυακής πύλης www.promitheus.gov.gr του συστήματος. Η καταληκτική ημερομηνία υποβολής προσφορών είναι η Παρασκευή 27η ΜΑΡΤΙΟΥ 2020 Ωρα 15:00 μ.μ. Μετά την παρέλευση της παραπάνω καταληκτικής ημερομηνίας και ώρας δεν υπάρχει η δυνατότητα υποβολής προσφοράς στο Σύστημα.

Η ηλεκτρονική αποσφράγιση των προσφορών γίνεται τέσσερις (4) εργάσιμες ημέρες μετά την καταληκτική ημερομηνία υποβολής των προσφορών, την Πέμπτη 02 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2020 και ώρα 11:00 π.μ.

Πληροφορίες σχετικά με το διαγωνισμό, απαιτούμενα δικαιολογητικά, τεχνικές προδιαγραφές κ.λ.π. παρέχονται κατά τις εργάσιμες ημέρες και ώρες από το Τμήμα Προμηθειών.

Το πλήρες τεύχος της διακήρυξης θα αναρτηθεί στη διαδικτυακή πύλη του Ε.Σ.Η.ΔΗ.Σ.

www.promitheus.gov.gr και στην ιστοσελίδα του ΔΗΜΟΥ www.maroussi.gr.

Κάθε προσφορά συνοδεύεται από εγγυητική επιστολή συμμετοχής για ποσό που θα καλύπτει το 2 % της εκτιμώμενης αξίας (μη συνυπολογιζόμενων των δικαιωμάτων προαίρεσης και παράτασης της σύμβασης), μη συμπεριλαμβανόμενου Φ.Π.Α..

Για το σύνολο του ενδεικτικού προϋπολογισμού, ύψους 72.254,10 € χωρίς το Φ.Π.Α., η εγγύηση συμμετοχής είναι 1.445,08 €.

Η εγγύηση συμμετοχής πρέπει να ισχύει τουλάχιστον για τριάντα (30) ημέρες μετά

τη λήξη του χρόνου ισχύος της προσφοράς που καθορίζουν τα έγγραφα της σύμβασης, άλλως η προσφορά απορρίπτεται. Η αναθέτουσα αρχή μπορεί, πριν τη λήξη της προσφοράς, να ζητά από τον προσφέροντα να παρατείνει, πριν τη λήξη τους, τη διάρκεια ισχύος της προσφοράς και της εγγύησης συμμετοχής.

Η διάρκεια ισχύος της προσφοράς θα είναι εκατόν ογδόντα (180) ημέρες μετά την καταληκτική ημερομηνία υποβολής προσφορών και δύναται να παραταθεί πριν από τη λήξη της,

κατ' ανώτατο όριο για χρονικό διάστημα ίσο με το ήμισυ του ανωτέρω χρονικού διαστήματος, ήτοι κατά ενενήντα (90) ημέρες. Προσφορά που ορίζει μικρότερο χρόνο ισχύος απορρίπτεται ως απαράδεκτη.

Τα έγγραφα της σύμβασης έχουν συνταχθεί στην ελληνική γλώσσα. Τυχόν ενστάσεις ή προδικαστικές προσφυγές υποβάλλονται στην ελληνική γλώσσα.

Οι προσφορές και τα περιλαμβανόμενα σε αυτές στοιχεία συντάσσονται στην ελληνική γλώσσα ή συνοδεύονται από επίσημη μετάφρασή τους στην ελληνική γλώσσα.

Τα αποδεικτικά έγγραφα συντάσσονται στην ελληνική γλώσσα ή συνοδεύονται από επίσημη μετάφρασή τους στην ελληνική γλώσσα. Στα αλλοδαπά δημόσια έγγραφα και δικαιολογητικά εφαρμόζεται η Συνθήκη της Χάγης της 5.10.1961, που κυρώθηκε με το ν. 1497/1984 (Α'188).

Ενημερωτικά και τεχνικά φυλλάδια και άλλα έντυπα -εταιρικά ή μη- με ειδικό τεχνικό περιεχόμενο μπορούν να υποβάλλονται στην αγγλική γλώσσα, χωρίς να συνοδεύονται από μετάφραση στην ελληνική.

Η διάρκεια της σύμβασης ορίζεται σε τέσσερις μήνες από την υπογραφή της.

Σε περίπτωση μη ολοκλήρωσης του οικονομικού αντικείμενου κατά την παραπάνω διάρκεια, ο Δήμος δύναται να επεκτείνει την χρονική διάρκεια της σύμβασης μέχρι την ολοκλήρωση του οικονομικού αντικείμενου και για χρονικό διάστημα όχι μεγαλύτερο από το αρχικό συμβατικό χρόνο, είτε με πρωτοβουλία της αναθέτουσας αρχής, είτε από αίτημα του προμηθευτή πριν από τη λήξη του συμβατικού χρόνου. Η επέκταση (παράταση) αυτή θα γίνει ύστερα από συμφωνία των δύο μερών, χωρίς να σημειωθεί υπέρβαση του σχετικού ποσού και χωρίς περαιτέρω τροποποίηση του συμβατικού αντικείμενου, μετά τη σχετική έγκριση του αρμόδιου οργάνου.

ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΩΝ ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ

-ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΗΣ: 1946-

• ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ - ΕΚΔΟΤΗΣ: Χρήστος - Χαράλαμπος Μάλλιος

• ΔΙΟΙΚΗΣΗ - ΣΥΝΤΑΞΗ: Υψηλάντου 18 - Γαλάτσι - Τ.Κ.: 111 46 - Τηλ.: 210- 2130664 Fax: 213 - 0423038

• ΔΙΕΚΠΕΡΑΙΩΣΗ: Τηλ.:210 - 2130664. Fax: 213 - 0423038

e-mail.: info@efimerisdiakirixeon.gr

site: www.efimerisdiakirixeon.gr

• ΨΗΦΙΑΚΗ ΕΚΤΥΠΩΣΗ: PRINT CENTER - Τράλλων 145Α - Γαλάτσι - Τ.Κ. 111 46 - Τηλ.: 210- 2922129 - Fax.: 210-2922117 - E-mail: foto_cor@otenet.gr.

Η "Εφημερίς Διακηρύξεων"

είναι μέλος της Ένωσης Ανταποκριτών Ελληνικού Τύπου Εξωτερικού

- Χειρόγραφα και επιστολές προς την Εφημερίδα δεν επιστρέφονται

ΣΥΝΑΡΟΜΕΣ

Ετήσιες

Ιδιώτες: 80 € internet – 95 € έντυπη.
Εταιρίες: 90 € internet – 105 € έντυπη.
Οργανισμοί – Τράπεζες: 100 € internet – 115 € έντυπη.

Εξάμηνες

Ιδιώτες: 45 € internet – 60 € έντυπη.
Εταιρίες: 55 € internet – 70 € έντυπη.
Οργανισμοί – Τράπεζες: 65 € internet – 80 € έντυπη.

Οι ανωτέρω τιμές επιβαρύνονται με 6.5% Φ.Π.Α.

ΟΛΕΣ ΟΙ ΔΙΑΚΗΡΥΞΕΙΣ

ΕΙΔΗΣΗ

ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΑΠΟ ΣΕΛ. 1

Πώς μπορούμε να προστατευθούμε από τη μόλυνση με τον ιό μέσω των τροφίμων και άλλων προϊόντων;

Με τα έως τώρα δεδομένα ο ιός δεν μεταδίδεται στον άνθρωπο μέσω μολυσμένων τροφίμων, όμως πρέπει να τηρούνται οι γενικοί κανόνες καθημερινής υγιεινής, όπως το συχνό πλύσιμο των χεριών με σαπούνι, καθώς και κανόνες υγιεινής κατά το χειρισμό των τροφίμων. Δεδομένου ότι οι ιοί είναι ευαίσθητοι στη θερμότητα, ο κίνδυνος μόλυνσης μπορεί επίσης να μειωθεί περαιτέρω με τη θέρμανση των τροφίμων.

Μπορεί ο νέος τύπος SARS-CoV-2 να μεταδοθεί μέσω πιάτων και μαχαιροπήρουνων σε κυλίκια ή άλλα μέρη μαζικής εστίασης;

Οι κοροναϊοί μπορούν γενικά να επιμολύνουν τα μαχαιροπήρουνα ή τα πιάτα, όπως προφανώς και άλλες επιφάνειες, μέσω φταρνίσματος ή βήχα από προσβεβλημένο άτομο άμεσα πάνω τους, και μπορούν να επιβιώσουν σε αυτές τις στέρεες επιφάνειες για κάποιο χρονικό διάστημα. Μία επιδερμική μόλυνση θεωρητικά θα μπορούσε να είναι δυνατή εάν ο ιός μεταδοθεί μέσω μαχαιροπήρουνων ή των χεριών στο βλεννογόνο του στόματος, του λαιμού ή των ματιών. Ωστόσο, δεν έχει γίνει γνωστή καμία μόλυνση με SARS-CoV-2 μέσω αυτής της οδού μετάδοσης και επομένως μετάδοση μέσω αυτής της οδού θεωρείται έως τώρα αδύνατη.

Γίνεται ο ιός ανενεργός με το πλύσιμο στο χέρι ή με το πλυντήριο πιάτων;

Όπως όλοι οι εγκαυδιδωμένοι ιοί στους οποίους το γενετικό υλικό επικαλύπτεται από ένα στρώμα λίπους, έτσι και οι κοροναϊοί είναι ευαίσθητοι σε ουσίες που διαλύουν το λίπος, όπως οι αλκοόλες ή οι επιφανειοδραστικοί παράγοντες, που περιέχονται σε σαπούνια και απορρυπαντικά πιάτων. Οι ουσίες αυτές θεωρείται ότι μπορούν να βλάψουν την επιφάνεια του ιού και να καταστήσουν τον ιό ανενεργό. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα, εάν τα πιάτα πλένονται και στεγνώνουν σε πλυντήριο πιάτων σε θερμοκρασία 60°C ή υψηλότερη. Απαιτούνται ειδικά προληπτικά μέτρα όσον αφορά στα πιάτα ή στα μαχαιροπήρουνα στις εγκαταστάσεις φροντίδας των ηλικιωμένων;

Όλα τα συνήθη μέτρα και οι κανόνες συμπεριφοράς, για την προστασία από νοροϊούς ή ιούς της γρίπης στις εγκαταστάσεις φροντίδας ηλικιωμένων, βοηθούν κατά της μετάδοσης της COVID-19.

Μπορείτε να μολυνθείτε από τον SARS-CoV-2, μέσω μολυσμένων κατεψυγμένων τροφίμων;

Μέχρι στιγμής δεν υπάρχουν ενδείξεις μόλυνσης μέσω της κατανάλωσης τροφίμων, συμπεριλαμβανομένων των κατεψυγμένων τροφίμων. Σε κάθε περίπτωση πρέπει να λαμβάνεται υπόψη η συμμόρφωση με τους γενικούς κανόνες υγιεινής, κατά την προετοιμασία των τροφίμων.

Πώς μπορώ να προστατευθώ όταν πηγαίνω στο σουπερμάρκετ;

Ένας βασικός τρόπος για να απο-

φευχθεί η εξάπλωση του ιού είναι να τηρηθεί απόσταση των 2 μέτρων μακριά από άλλους ανθρώπους. Γενικά, ο κοροναϊός μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο, μέσω σταγονιδίων από μολυσμένα άτομα που φτερνίζονται, βήχουν ή εκπνέουν.

Μια τέτοια “κοινωνική αποστασιοποίηση” αποτελεί την κύρια στρατηγική, σε οποιαδήποτε κατάσταση εκτός του σπιτιού.

Άλλες ιδέες:

Πηγαίνετε για ψώνια όταν δεν υπάρχει πολλή κίνηση.

Πάρτε αντισηπτικό μαζί σας. Χρησιμοποιήστε το για να σκουπίσετε τα χέρια σας και το καλάθι, πριν και μετά το κατάστημα. Χρησιμοποιήστε μια πιστωτική ή χρεωστική κάρτα. Επίσης, χρησιμοποιήστε το δικό σας στυλό για να υπογράψετε τις αποδείξεις. Μόλις γυρίσετε σπίτι, πλύνετε σχολαστικά τα χέρια σας και τις επιφάνειες της κουζίνας που χρησιμοποιήσατε.

Τα προϊόντα με βάση το κρέας επιμολύνονται από τον κοροναϊό;

Δεν υπάρχουν αναφορές για ανθρώπινες ασθένειες που υποδηλώνουν ότι η COVID-19 μπορεί να μεταδοθεί από τρόφιμα ή συσκευασίες τροφίμων. Ωστόσο, είναι πάντα σημαντικό να ακολουθείτε καλές πρακτικές υγιεινής (δηλαδή να πλένετε συχνά τα χέρια και τις επιφάνειες, να ξεχωρίζετε το νοπό κρέας από άλλα τρόφιμα, να μαγειρεύετε στη σωστή θερμοκρασία και να ψύχετε γρήγορα τα τρόφιμα) κατά το χειρισμό ή την προετοιμασία των τροφίμων.

Πρέπει να καταναλώνω φρούτα και λαχανικά;

Η απλή απάντηση είναι ΝΑΙ. Δεν υπάρχουν μέχρι τώρα στοιχεία που να υποδηλώνουν ότι ο άνθρωπος μπορεί να νοσήσει από την κατανάλωση φρούτων και λαχανικών, παρόλο που ο ιός μπορεί να βρεθεί σε αυτά αν έχει επιμολυνθεί από άτομο που νοσεί. Επομένως, αυτό που προτείνεται να κάνετε είναι να τηρείτε τους στοιχειώδεις κανόνες υγιεινής.

Αν κάποιος θέλει να είναι πιο σχολαστικός;

Επειδή ο SARS-CoV-2 προέρχεται από μια οικογένεια ιών που πιθανότατα απενεργοποιείται με το σαπούνι και χλιαρό νερό, το πλύσιμο των φρούτων και των λαχανικών σας με σαπούνι και νερό πρέπει να εξαλείψει κάθε ζωντανό ιό. Όπως όμως έχει ήδη επισημανθεί, δεν έχει παρατηρηθεί μετάδοση της νόσου, μέσω της κατανάλωσης τροφίμων, συμπεριλαμβανομένων και των φρούτων και των λαχανικών.

Πλένω και τις συσκευασίες;

Θα μπορούσατε να χρησιμοποιήσετε σαπούνι πιάτων σε πλαστικό, γυαλί και μέταλλο. Μετάδοση του ιού, μέσω αυτής της οδού δεν έχει παρατηρηθεί. Αν αυτό δεν είναι πρακτικό, πλύνετε καλά τα χέρια σας, αφού βγάλετε όλη τη συσκευασία, συμπεριλαμβανομένων των χαρτοκιβωτίων και των περιεκτών. Τέλος, πλύνετε τα χέρια σας, τον πάγκο και άλλες επιφάνειες που έχετε αγγίξει. Κάνετε αυτό, αφού έχετε αποθηκεύσει

κατάλληλα τα τρόφιμα.

Μπορώ να ενισχύσω το ανοσοποιητικό μου σύστημα μέσω της διατροφής μου;

Με απλά λόγια, δεν μπορείτε να «ενισχύσετε» το ανοσοποιητικό σας σύστημα, μέσω της διατροφής και κανένα συγκεκριμένο τρόφιμο ή συμπλήρωμα διατροφής δεν θα σας εμποδίσει να μολυνθείτε από τον SARS-CoV-2 ή να αντιμετωπίσετε τον ιό εάν νοσήσετε. Η καλή πρακτική υγιεινής παραμένει το καλύτερο μέσο αποφυγής μόλυνσης. Μέχρι σήμερα, η Ευρωπαϊκή Αρχή για την Ασφάλεια των Τροφίμων δεν έχει εγκρίνει κανένα ισχυρισμό υγείας, για τρόφιμο ή συστατικό τροφίμου, που να φέρει την επισήμανση ότι προστατεύει από τη μόλυνση. Υπάρχουν πολλά θρεπτικά συστατικά που εμπλέκονται στην κανονική λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος, έτσι ώστε να ενθαρρύνουμε τη διατήρηση μιας ισορροπημένης διατροφής, για να υποστηρίξουμε την ανοσοποιητική λειτουργία (περιλαμβάνουν χαλκό, φυλλικό οξύ, σίδηρο, σελήνιο, ψευδάργυρο και βιταμίνες Α, Β6, Β12, C και D). Δεν συνιστούμε κανένα τρόφιμο σε σχέση με το άλλο, αλλά ενθαρρύνουμε την κατανάλωση ποικιλίας τροφίμων, για να διατηρήσουμε μια ισορροπημένη διατροφή.

Ερωτήσεις από τους επιχειρηματίες

Ένας εργαζόμενος στη μονάδα επεξεργασίας τροφίμων / αγρόκτημα είναι θετικός στον SARS-CoV-2. Ποια μέτρα πρέπει να λάβω για να διασφαλίσω ότι τα τρόφιμα που παράγω είναι ασφαλή;

Οι κορονοϊοί θεωρείται γενικά ότι μεταδίδονται από άτομο σε άτομο, μέσω σταγονιδίων του αναπνευστικού συστήματος. Επί του παρόντος, δεν υπάρχουν στοιχεία που να υποστηρίζουν τη μετάδοση του SARS-CoV-2 από τα τρόφιμα. Σε αντίθεση με τους λοιμογόνους γαστρεντερικούς ιούς, όπως ο νευροϊός και η ηπατίτιδα Α που συχνά προκαλούν λοίμωξη στον άνθρωπο από τα μολυσμένα τρόφιμα, ο SARS-CoV-2, είναι ένας ιός που προκαλεί κυρίως αναπνευστικά προβλήματα. Η έκθεση σε τρόφιμα σε αυτόν τον ιό δεν είναι γνωστή ως οδός μετάδοσης. Ενώ η πρωταρχική ευθύνη σε αυτή την περίπτωση είναι να ληφθούν τα κατάλληλα μέτρα για την προστασία άλλων εργαζομένων και ατόμων που ενδέχεται να έρχονται σε επαφή με τον άρρωστο εργαζόμενο, οι εγκαταστάσεις θα πρέπει να διπλασιάσουν τις προσπάθειές τους καθαρισμού και αποχέτευσης, για τον έλεγχο τυχόν κινδύνων, που ενδεχομένως σχετίζονται με τους εργαζόμενους.

Πρέπει να ανακληθούν τα τρόφιμα, που παρήχθησαν στην εγκατάσταση, κατά τη διάρκεια που ο εργαζόμενος ενδεχομένως μετέδωσε τον ιό, ενώ εργαζόταν;

Δεν αναμένεται ότι τα τρόφιμα χρειάζεται να ανακληθούν ή να αποσυρθούν από την αγορά λόγω του SARS-CoV-2, καθώς επί του παρόντος, δεν υπάρχουν στοιχεία που να υποστηρίζουν ότι η μετάδοση του SARS-CoV-2 σχετίζεται με τα τρόφιμα ή τη συσκευασία των τροφίμων.

Εάν ένας εργαζόμενος στην εγκατάσταση επεξεργασίας τροφίμων έχει βρεθεί θετικός στον SARS-CoV-2 πρέπει να κλείσει η εγκατάσταση; Εάν ναι, για πόσο χρονικό διάστημα;

Αυτές οι αποφάσεις δεν βασίζονται στην ασφάλεια των τροφίμων, αλλά στον κίνδυνο για τη δημόσια υγεία, λόγω μετάδοσης του ιού από άτομο σε άτομο.

Σε σχέση με τον SARS-CoV-2, πώς μπορεί να γίνει η διαχείριση μπουφέ αυτοεξυπηρέτησης (self-service) όπως π.χ. salad bars στη λιανική πώληση;

Δεν υπάρχουν στοιχεία που να υποστηρίζουν ότι η μετάδοση του SARS-CoV-2 σχετίζεται με τα τρόφιμα ή τη συσκευασία των τροφίμων. Υπάρχει η πιθανότητα κάποιος να μπορεί να μολυνθεί από τον SARS-CoV-2 αγγίζοντας μια επιφάνεια ή ένα αντικείμενο που έχει τον ιό πάνω του και στη συνέχεια αγγίζοντας το στόμα, τη μύτη ή τα μάτια του, αλλά αυτό δεν θεωρείται ο κύριος τρόπος μετάδοσης του ιού. Ο κορονοϊός μεταδίδεται κυρίως από το ένα άτομο στο άλλο μέσω σταγονιδίων που εισπνέονται. Ωστόσο, είναι πάντα σημαντικό να ακολουθούνται τα 4 βασικά βήματα για την ασφάλεια των τροφίμων – καθαρισμός, διαχωρισμός, μαγείρεμα και ψύξη – για να αποτραπουν τροφικές δηλητηριάσεις. Ως πρόσθετη προφύλαξη για την αποφυγή της μετάδοσης του SARS-CoV-2 μέσω επαφής με μολυσμένη επιφάνεια, συνιστάται η συχνή πλύση και απολύμανση όλων των επιφανειών και σκευών που έρχονται σε επαφή με τρόφιμα. Οι εργαζόμενοι στην εστίαση πρέπει επίσης να πλένουν συχνά τα χέρια τους και να αλλάζουν γάντια, πριν και μετά την προετοιμασία των τροφίμων, συμπεριλαμβανομένων του συχνού καθαρισμού και απολύμανσης των πάγκων προετοιμασίας και των περιεκτών. Οι καταναλωτές πρέπει να πλένουν τα χέρια τους μετά τη χρήση των σκευών σερβιρίσματος και να μην πιάνουν το πρόσωπό τους με τα χέρια τους.

(Newsroom)

ΧΡΗΣΤΟΣ ΓΕΩΡ. ΠΑΠΑΝΔΡΙΑΝΟΣ



•ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ
•ΜΕΤΑΚΟΜΙΣΕΙΣ

ΥΔΡΑΥΛΙΚΗ ΠΟΡΤΑ

ΚΡΕΜΟΥ 50 ΚΑΛΛΙΘΕΑ - ΤΗΛ.: 210.95.21.005 - ΚΙΝ.: 693.68.50.576

Η ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ ΟΔΗΓΕΙ ΚΑΙ ΣΤΙΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ

Ο ΠΑΛΜΟΣ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ

Κοίταξε Σοφία, με το που μου γράφεις ότι σου αρέσει η μουστάρδα, για μένα είσαι τελειωμένη... Δεν είναι σικ μια σωστή κυρία να της αρέσει η μουστάρδα! Έτσι είναι γίδα Σοφία! • Ρε γομάρι Τάκη, πως είναι δυνατόν ρε αρχιμαλθάκα να νομίζεις ότι είσαι γοητευτικός με αυτά τα μυαλά που κουβαλάς ρε γελοίες; • Συνεχίζω να σας κάνω παρά, κάτι δεν πάει καλά με τον υπολογιστή μου, συνεχίζω όμως να πληκτρολογώ και στο τέλος θα φωνάξω ένα φίλο μου που ξέρει από χειρισμό για να μου πει τι στο διάβολο συμβαίνει με αυτή τη μαλθακία που μου βγαίνει στην οθόνη και δε ξέρω γιατί βγαίνει, αλλά και τι σημαίνει που να με πάρει και να με σηκώσει... • Αντρέααααα, τον κουβά ρε μαλθάκα! • Την είδα πριν από λίγο και ήταν όντως κάτι καταπληκτικό και δε ξέρω το πότε θα τη ξαναδώ... • Αλλά τι με νοιάζει; • Σιγά τα ωά... • Λάκη, μόλις σήμερα έμαθα ότι πέθανε ο Γιάννης ο κουρέας... Είχα πολλά χρόνια να δω τον μακαρίτη... Κρίμα... Τι να κάνουμε φίλοι μου αγαπημένοι, έτσι είναι η πόρνη η ζωή η παλιοκαργιόλα! • Λοιπόν αυτά είχα να σας πω για σήμερα, έχει αρχίσει και με χτυπάει το δόντι μου, να δεις που αύριο που έχω ραντεβού θα με πονάει και μ' αυτά και μ' αυτά σας αφήνω έως το επόμενο. Φιλάκια!



-Ο Παλμογράφος-

δημοσιογραφικό πολύπλευρο

Αρθρίτιδα στο χέρι Περιγραφή

Οι αρθρώσεις της άκρας χειρός προσβάλλονται συνήθως πρώτες σε περίπτωση ρευματοειδούς αρθρίτιδας, προκαλώντας πόνο και αγκύλωση, καθώς καταστρέφεται ο αρθρικός χόνδρος και αυξάνεται η τριβή κατά την κίνηση. Ωστόσο οι αρθριτικές παθήσεις στο χέρι εμφανίζονται και χωρίς την παρουσία ρευματοειδούς αρθρίτιδας, με επικρατέστερη την αρθρίτιδα γύρω από το τραπεζοειδές οστό, το οποίο βρίσκεται στη βάση του αντίχειρα. Είναι μια πάθηση η οποία εμφανίζεται κυρίως σε γυναίκες άνω των 50, με πόνο και αδυναμία κίνησης του αντίχειρα και η ακτινολογική επιβεβαιώνει τη διάγνωση.

Η συνήθης προτεινόμενη θεραπεία είναι η ακινητοποίηση, η οποία βελτιώνει προσωρινά τα συμπτώματα, καθώς και η έγχυση κορτιζόνης ενδοαρθρικά, που βελτιώνει το πόνο για περίπου 3-6 μήνες. Ωστόσο η θεραπεία αυτής της πάθησης είναι χειρουργική. Τα καλύτερα αποτελέσματα επιτυγχάνονται με την πλαστική αποκατάσταση της άρθρωσης με τη χρήση τενόντων του καρπού, ώστε να μην περιορίζεται η κινητικότητα του αντίχειρα. Το χειρουργείο αυτό γίνεται με γενική ή με στελεχειαία νάρκωση του χεριού και η αποθεραπεία διαρκεί 3-4 εβδομάδες.

Άλλες αρθριτικές παθήσεις του χεριού είναι αυτές του καρπού, οι οποίες εμφανίζονται κυρίως μετά από κατάγματα του σκαφοειδούς ή από ρήξεις συνδέσμων του καρπού. Σε αυτές τις περιπτώσεις προηγείται αρθροσκοπική διερεύνηση του καρπού, προκειμένου να διαπιστωθεί η ακριβής βλάβη και στη συνέχεια ακολουθεί είτε απλή απονεύρωση του καρπού, προκειμένου να μειωθεί ο πόνος, είτε χειρουργική αποκατάσταση της άρθρωσης, με τη μορφή μερικής αρθρόδεσης, ολικής αρθρόδεσης είτε αρθροπλαστικής.

Μια άλλη μορφή αρθρίτιδας είναι αυτή που εμφανίζεται στα δάκτυλα, ως αποτέλεσμα ρευματοειδούς αρθρίτιδας, είτε μετά από τραυματισμούς στο επίπεδο της άρθρωσης. Εδώ προτείνεται ανάλογα με την άρθρωση, το βαθμό αλλίωσής της, το δάκτυλο και τις δραστηριότητες του ατόμου είτε αρθρόδεση, είτε πλαστική αποκατάσταση, με χρήση αυτόλογων ή ξένων υλικών, όπως προθέσεις σιλικόνης.

(dpapaioannou.gr)

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΚΙ ΑΛΛΑ...

του Γιώργου Μάλλιου



-Από τη Δευτέρα για πρώτη φορά οι άνεργοι θα μπορούν ηλεκτρονικά να εγγράφονται στο μητρώο του ΟΑΕΔ για να αποκτούν δελτίο ανεργίας και να υποβάλλουν αίτηση για την τακτική επιδότηση ανεργίας. Οι εγγραφές στο μητρώο για έκδοση δελτίου ανεργίας και οι αιτήσεις για το επίδομα ανεργίας αποτελούν περίπου τα 2/3 του συνολικού αριθμού επισκέψεων στα 118 Κέντρα Προώθησης Απασχόλησης (ΚΠΑ2) και είναι οι μόνες υπηρεσίες για τις οποίες οι πολίτες μπορούν να κλείσουν ραντεβού από τις 16 Μαρτίου και μετά. Δεν υπάρχει πλέον κανένας λόγος προσέλευσης στα ΚΠΑ2 με ραντεβού, καθώς όλες οι υπηρεσίες του Οργανισμού παρέχονται ηλεκτρονικά.

• Σε παράταση του μέτρου των κλειστών καταστημάτων, λόγω του κοροναϊού, προχωρά η κυβέρνηση. Σύμφωνα με νέα Κοινή Υπουργική Απόφαση το κλείσιμο των καταστημάτων θα παραταθεί μέχρι τις 11 Απριλίου, σε 66 κλάδους της οικονομίας, λόγω κοροναϊού.

• Στα καίρια ζητήματα που απασχολούν εργαζόμενους και επιχειρήσεις αυτήν την δύσκολη για την οικονομία περίοδο αναφέρθηκε ο υπουργός Εργασίας Γιάννης Βρούτσης, μιλώντας στο ΜΕΓΑ. Όπως είπε «η κυβέρνηση και το υπουργείο Εργασίας κινήθηκαν με πρωτοφανή ταχύτητα και αυτό που συντελέστηκε στην Ελλάδα δεν έχει γίνει πουθενά στην Ευρώπη. Και για αυτό πρέπει να είμαστε υπερήφανοι. • Το υπουργείο Οικονομικών, θέλοντας να διευκολύνει τους πολίτες ηλικίας μεγαλύτερης των 70 ετών ή με

ποσοστό αναπηρίας 80% και άνω, τους δίνει τη δυνατότητα να καταβάλουν τις φορολογικές υποχρεώσεις τους, οι οποίες λήγουν την 31η Μαρτίου 2020, μέχρι και την Παρασκευή 10 Απριλίου 2020.

• Να τους χαμογελάσει η τύχη απόψε το βράδυ εύχονται οι παίκτες του ΤΖΟΚΕΡ, που έχουν τη δυνατότητα να συμπληρώνουν τα δελτία τους από το σπίτι, χρησιμοποιώντας το κινητό τους τηλέφωνο, το tablet ή τον υπολογιστή. Μετά το διπλό τζακ ποτ της περασμένης Πέμπτης, το δημοφιλές παιχνίδι του ΟΠΑΠ αναμένεται να μοιράσει 2.850.000 ευρώ στους νικητές της πρώτης κατηγορίας.

• Αυξάνεται στα 50 ευρώ από 25 που ισχύει σήμερα, το όριο των ανεπαφών συναλλαγών με κάρτα (contactless) χωρίς τη χρήση PIN με απόφαση της Ελληνικής Ένωσης Τραπεζών. Το μέτρο θα ισχύει από αύριο Δευτέρα 30 Μάρτη και θα ισχύει έως την 31η Μάη. Η αύξηση του ορίου, θα έχει ως αποτέλεσμα πάνω από το 80% των συναλλαγών σε καταστήματα τροφίμων, πρατήρια καυσίμων και φαρμακεία να γίνεται χωρίς την πληκτρολόγηση του PIN από τον κάτοχο της χρεωστικής, πιστωτικής και προπληρωμένης κάρτας. Με τον τρόπο αυτό ελαχιστοποιείται σημαντικά η φυσική επαφή των κατόχων καρτών με το πληκτρολόγιο του POS.

ΧΡΗΣΙΜΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ: Ένωση Καταναλωτών «Η ποιότητα της Ζωής» 210-3304444 • Άμεση Επέμβαση Λιμενικού Σώματος 108 • Τουριστική Αστυνομία 1571 • Γιατροί Χωρίς Σύνορα 210-5200500 • Κέντρο Ελέγχου & Πρόληψης Νοσημάτων 210-5212000 • Εθνικό Κέντρο Κοινωνικής Αλληλεγγύης 197 • Πυροσβεστική Υπηρεσία 199 • Συντονιστικό Κέντρο Αντιμετώπισης Πυρκαγιών Δασών 1591 • Εφημερεύοντα Νοσοκομεία • Φαρμακεία 14944 • Εθνικό Κέντρο Δηλητηριάσεων 210-7793777 • Κοινωνική Βοήθεια 197 • Ανοικτή Συμβουλευτική Γραμμή για το AIDS 210-7222222 • Ένωση Καταναλωτών «Η Ποιότητα της Ζωής» 2310257776 • Δίκτυο Μεταφοράς (ΑμΕΑ) 2310509013 • Άμεση Δράση Αστυνομίας 100 • ΟΑΣΑ (Δρομολόγια, Διαδρομές, Εισιτήρια) 11185 • Κέντρο Εξυπηρέτησης Πολιτών (ΚΕΠ) 1500 • Κέντρο Βλαβών ΔΕΗ Αθηνών 10503 • Κέντρο Βλαβών ΔΕΗ Πειραιώς 10504 • Κέντρο Βλαβών ΔΕΗ Περιφέρειας 1050