

# Αιτίες που προκαλούν πυρετό. Αντιπυρετικά βότανα. Τι δεν κάνει να τρώμε

του Ξενοφώντα Τσούκαλη, M.D., [medlabnews.gr](http://medlabnews.gr)

Ο πυρετός είναι όταν η θερμοκρασία του σώματος είναι μεγαλύτερη από το κανονικό. Τα όρια φυσιολογικής θερμοκρασίας, έχουν θεσπισθεί με βάση το σημείο του σώματος στο οποίο μετράται η θερμοκρασία του.

Έτσι για μέτρηση της θερμοκρασίας στην κοιλότητα της μασχάλης, η φυσιολογική θερμοκρασία ορίζεται στο εύρος μεταξύ των 36,2 C – 36,9 C. Για μέτρηση στο ορθό, η θερμοκρασία κυμαίνεται από 36,1 C το πρωί έως 37,4 C αργά το απόγευμα. Στη στοματική κοιλότητα κυμαίνεται από 35,9 C – 37,2 C. Στα παιδιά, η θερμοκρασία πάνω από 38.C υποδηλώνει πυρετό. Η θερμοκρασία μπορεί να κυμαίνεται κατά τη διάρκεια της ημέρας. Δεν αποτελεί πάντοτε ένδειξη σοβαρής ασθένειας. Ο πυρετός πρέπει να φθάσει τους 42.C για να προκαλέσει βλάβη. Αυτό είναι πολύ σπάνιο.



Η ρύθμιση της θερμοκρασίας του σώματος, γίνεται από το κεντρικό νευρικό σύστημα. Για την ακρίβεια στον υποθάλαμο (τμήμα του εγκεφάλου), ευρίσκεται το αντίστοιχο κέντρο. Κατά την εμφάνιση πυρετού, το θερμορρυθμιστικό κέντρο διεγείρεται μεταφέροντας προς τα άνω τα επίπεδα θερμοκρασίας του σώματος. Η διέγερση του κέντρου σχετίζεται με την κυκλοφορία στο αίμα, ειδικών ουσιών, γνωστών ως πυρετογόνα. Αυτά απελευθερώνονται πρωτίστως από μικρόβια, ιούς και προϊόντα καταστροφής ιστών.



**Τι προκαλεί πυρετό;** Ο πυρετός δεν είναι αρρώστια, είναι σύμπτωμα (όπως, για παράδειγμα, ο βήχας) που οφείλεται σε πολλά αίτια.

## **Ποιες είναι οι αιτίες του πυρετού;**

- Λοιμώδεις νόσοι (ιογενείς και μικροβιακές λοιμώξεις όπως γρίπη, πνευμονία, γαστρεντερίτιδα, λοιμώδης μονοπυρήνωση κ.α.) Ορισμένοι τύποι λοιμώξεων που οδηγούν σε πυρετό περιλαμβάνουν:- ιογενή (που προκαλείται από έναν ιό) – περίπου εννέα στα δέκα παιδιά με πυρετό θα έχουν μια ιογενή ασθένεια, όπως το κρύωμα, τη γρίπη ή τη γαστρεντερίτιδα- βακτηριακή (προκαλείται από βακτήρια) – όπως ορισμένες λοιμώξεις του

αυτιού, η πνευμονία ή λοιμώξεις των ούρων. • Ασθένειες του ανοσοποιητικού συστήματος (ρευματοειδής αρθρίτιδα, αγγειίτιδες, συστηματικός ερυθηματώδης λύκος, νόσος του Still κ.α. ) • Κακοήθεια (κυρίως λέμφωμα, λευχαιμίες) Φάρμακα και χρήση ουσιών (παραισθησιογόνα, δηλητηρίαση με κοκαΐνη, οπιούχα) • Θρομβοεμβολικές νόσοι (πνευμονική εμβολή, εν τω βάθει φλεβοθρόμβωση, έμφραγμα) • Καταστροφή ιστών (εγχειρήσεις, ραβδομύλυση) • Ηλιακό έγκαυμα



Ορισμένα άτομα δεν αντιλαμβάνονται την ύπαρξη πυρετού ή καταβάλλονται λίγο από την παρουσία του. Όμως σε άλλους, ο πυρετός γίνεται ιδιαίτερα αντιληπτός και μάλιστα μπορεί ενδεχομένως να συνοδεύεται και από κάποια από τα **ακόλουθα συμπτώματα**:

- Κακουχία
- Καταβολή των δυνάμεων
- Λάμποντες οφθαλμοί («γυαλιστερά μάτια»)

- Ταχυκαρδία
- Ταχύπνοια (γρήγορη αναπνοή)
- Ζεστή επιδερμίδα• Κρύα άκρα
- Στεγνή γλώσσα και καλυμένη με λευκωπό επίχρισμα
- Ξηρά χείλη
- Δίψα
- Κεφαλαλγία
- Ναυτία
- Μυαλγίες
- Ρίγος
- Φρίκια (ρίγη μαζί με δριμύ αίσθημα ψύχους)
- Ελάττωση της ποσότητας των αποβαλλομένων ούρων
- Σκούρα ούρα (αύξηση της πυκνότητάς τους)**Η εκτίμηση του**

**πυρετού πρέπει να γίνεται πάντα με τη χρήση θερμομέτρου και όχι με την αίσθηση της αφής.**

**Πρέπει να γνωρίζετε για τον πυρετό** Η θερμοκρασία του παιδιού σας θα ανεβοκατεβαίνει περίπου κάθε τέσσερις ώρες. Αυτό αποτελεί τη φυσική μέθοδο του σώματος για την καταπολέμηση μιας μόλυνσης. Αντιπυρετικά φάρμακα μπορεί να μην έχουν καμία συνέπεια στη θερμοκρασία του παιδιού σας ή μειώνουν τη θερμοκρασία μόνο για μικρό χρονικό διάστημα. Αυτό είναι φυσιολογικό και δεν πρέπει να προκαλέσει ανησυχία.

Δεν υπάρχουν στοιχεία που να δείχνουν ότι ο πυρετός ακόμα και όταν φτάσει τους 41οC προκαλεί εγκεφαλικές βλάβες. Κάποιες περιπτώσεις εγκεφαλοπάθειας οφείλονται στις συγκεκριμένες λοιμώξεις, των οποίων ένα από τα συμπτώματα είναι και ο πυρετός. Δεν είναι όμως ο πυρετός αυτός που προκαλεί την εγκεφαλοπάθεια.

## **Τα μέτρα ανακούφισης σε περίπτωση πυρετού, περιλαμβάνουν:**

- Χορήγηση αντιπυρετικών. Ενδείκνυται σε πυρετό άνω των 38.5 C.
- Αποφεύγεται ο βαρύς ρουχισμός.
- Η θερμοκρασία του χώρου πρέπει να διατηρείται σε φυσιολογικά επίπεδα.
- Συστήνεται η λήψη υγρών, κυρίως νερού και τσαγιού, προς αποφυγή της αφυδάτωσης.
- Δροσερά επιθέματα (κομπρέσες) πάνω στο μέτωπο και στους βουβώνες, είναι υποβοηθητικά.
- Το χλιαρό λουτρό (θερμοκρασία του ύδατος είναι μόλις ανεκτή από τον ασθενή) είναι αποτελεσματικό. Η διάρκειά του οφείλει να είναι τουλάχιστον 15 – 20 λεπτά.
- Σε εμφάνιση ρίγους (τρέμουλο) το λουτρό αναβάλλεται. Στην περίπτωση αυτή συστήνεται η παραμονή του ασθενούς στο κρεβάτι και το σκέπασμα του με κουβέρτα.
- Αν παρατηρείται εξάνθημα οπουδήποτε στο σώμα, ή έμετοι, ή το παιδί εμφανίζει κακοδιαθεσία, θα πρέπει να εξετάζεται άμεσα

από παιδίατρο.— Ομοίως στους ενήλικες, πυρετός που μετά την αρχική αντιμετώπιση σε επίπεδο Α΄βοηθειών εξακολουθεί να επιμένει, οφείλει ο πάσχων να καταφεύγει σε ιατρική εξέταση.—

Πυρετός που έχει μετρηθεί στην μασχαλιαία κοιλότητα και έχει ευρεθεί άνω των 41,5 C, είναι δυνητικά επικίνδυνος και απαιτεί την άμεση εξέταση του πάσχοντα από ιατρό και την ενδεχόμενη μεταφορά του σε νοσοκομείο.

Αν ο πυρετός δεν υποχωρεί μετά από 1-2 εικοσιτετράωρα, τότε ο ασθενής πρέπει να απευθυνθεί στον οικογενειακό του ιατρό ή σε τμήμα επειγόντων περιστατικών. Ανάλογα με την αιτία του πυρετού θα ζητηθούν διαγνωστικές εξετάσεις και θα ξεκινήσει κατάλληλη αγωγή (αντιβιοτικά, στοχευμένη θεραπεία κ.α).

## **Τι δεν πρέπει να φάτε αν έχετε πυρετό;**

. Ανθυγιεινά φαγητά: Τα φαγητά που δεν έχουν βιταμίνες θα καταπονήσουν τον οργανισμό σας ακόμα περισσότερο και θα καταρρακώσουν το ανοσοποιητικό σας σύστημα. Έτσι δεν πρέπει να σας περνά ούτε σαν ιδέα από το μυαλό το έτοιμο- γρήγορο φαγητό. . Σοκολάτα και γενικότερα γλυκά: Έρευνες που έχουν επιστήμονες έχουν αποδείξει ότι η σοκολάτα και γενικότερα οι τροφές που περιέχουν ζάχαρη μπορούν να αυξήσουν τον πυρετό αλλά και την διάρκεια του. . Αλκοόλ: Το αλκοόλ σε αυτή την περίπτωση είναι απαγορευτικό! Ειδικά αν πίνετε αντιπυρετικά μπορεί να δημιουργήσει αλλεργική αντίδραση στον οργανισμό σας ή απλά να μειώσει την δράση τους. . Κόκκινο κρέας: Για τις δύσκολες μέρες του πυρετού καλό θα ήταν να προτιμήσετε πιο ελαφριές τροφές και όχι τροφές, όπως, το κόκκινο κρέας που είναι δύσκολες στην πέψη.

**Natural Herbal Powder Formula  
For  
Fever, Coldness Caused by Common Cold or Influenza**



## **Τα αντιπυρετικά βότανα**

Ορισμένα ροφήματα βοτάνων βοηθούν στη ρύθμιση της θερμοκρασίας του σώματος. Για την προετοιμασία των ροφημάτων, βράζετε το νερό και, στη συνέχεια, ρίχνετε μέσα για 3-4 λεπτά ένα κουταλάκι από το βότανο. Σουρώνετε και πίνετε. Φροντίστε να μην υπερβείτε τα τρία ροφήματα την ημέρα.

## **Αποτελεσματικά αντιπυρετικά βότανα είναι τα εξής:**

το φασκόμηλο, το καγιέν, η ασκληπιάδα, τα άνθη σαμπούκου, η φλούδα και τα φύλλα της ιτιάς, η λομπέλια, η σμεουριά, η αχίλλεια, το τήλιο, το θυμάρι, η αγγελική, η καλέντουλα, το φλισκούνη και η κιγχόνη.

– Για βήχα και καταρροή προτιμήστε τα άνθη σαμπούκου- Για πονοκέφαλο και λαιμό προτιμήστε θυμάρι- Για μειωμένη όρεξη και φλεγμονές επιλέξτε αχίλλεια- Αν τέλος ο πυρετός προέρχεται από

ένα κοινό κρυολόγημα επιλέξτε καγιέν ή αγγελική

**Θυμάρι:** Το θυμάρι έχει αντιφλεγμονώδεις και αντιπυρετικές ιδιότητες. Επίσης, διευκολύνει την αναπνευστική λειτουργία. Βοηθά να πέσει ο πυρετός, κυρίως όταν αυτός παρουσιάζεται σε συνδυασμό με πονοκέφαλο, βήχα και πονόλαιμο.

**Σαμπούκος:** Τα άνθη του σαμπούκου είναι ευεργετικά για τον πυρετό που εκδηλώνεται μετά από ένα κρυολόγημα με βήχα και καταρροή. Ο σαμπούκος έχει την ιδιότητα να προκαλεί εφίδρωση, γεγονός που βοηθά στη μείωση της υψηλής θερμοκρασίας του σώματος. Επίσης, τονώνει την άμυνα του οργανισμού και βοηθά στην απόχρεμψη.

**Ιτιά (ιτιά):** Η φλούδα και τα φύλλα της ιτιάς χρησιμοποιούνταν από την αρχαιότητα για τις θεραπευτικές τους δράσεις. Περιέχουν σαλικυλικό οξύ, δηλαδή είναι σαν την ασπιρίνη σε μικρές δόσεις. Θεωρούνται αποτελεσματικά αντιπυρετικά, κυρίως όταν ο πυρετός συνοδεύεται από πόνους σε όλο το σώμα (στα κόκαλα και τους μυς).

**Μέντα:** Βοηθά ως αντιπυρετικό, κυρίως όταν ο πυρετός εκδηλώνεται σε συνδυασμό με άλλα συμπτώματα, όπως η ναυτία, οι δερματικοί ερεθισμοί και ο πονοκέφαλος. Έχει την ιδιότητα να «δροσίζει» τον οργανισμό, γεγονός που βοηθά στην πτώση του πυρετού. Πρέπει, όμως, να ξέρετε ότι η μέντα απαγορεύεται εάν κάνετε ομοιοπαθητική, επειδή παρεμποδίζει τη δράση των ομοιοπαθητικών φαρμάκων.

**Αχίλλεια (ή αχίλλειος):** Τα φύλλα αυτού του βοτάνου ενισχύουν το ανοσοποιητικό σύστημα, καταπολεμούν τις φλεγμονές και εξισορροπούν το μεταβολισμό. Η αχίλλεια συστήνεται όταν ο



πυρετός συνοδεύεται από γενικότερη κακοδιαθεσία, μειωμένη όρεξη, δυσπεψία και καούρες.

**ΠΡΟΣΟΧΗ**– Ο πυρετός θέλει ανάπαυση, κατανάλωση πολλών υγρών, καλό αερισμό των χώρων που κινούνται οι ασθενείς, καθώς και παραμονή στο σπίτι για τουλάχιστον ένα με δύο εικοσιτετράωρα μετά την υποχώρηση του πυρετού.- Ένα άτομο με πυρετό, πρέπει να έχει περιορισμένη επαφή με το περιβάλλον του, και κυρίως ηλικιωμένους, εγκύους και μικρά παιδιά. Όποιος φροντίζει για τον ασθενή με πυρετό, πρέπει να πλένει συχνά τα χέρια του με ζεστό νερό και σαπούνι ή με τα ειδικά αντισηπτικά σκευάσματα.

Πηγή: <https://medlabgr.blogspot.com/2016/02/herbs-fever.html#ixzz6CuLJDAzT>

---

## **ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΑΝΑΚΑΛΥΨΑΝ ΜΙΑ ΝΕΑ ΚΟΛΛΗΤΙΚΗ ΑΡΡΩΣΤΙΑ... (ΑΡΚΑΣ) 03/02/2020**

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΑΝΑΚΑΛΥΨΑΝ ΜΙΑ ΝΕΑ ΚΟΛΛΗΤΙΚΗ ΑΡΡΩΣΤΙΑ...



ΠΗΓΗ: <https://www.facebook.com/352589524877216/photos/a.352594344876734/1827412244061596/?type=3&theater>

**ΚΑΛΗΜΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΑΡΚΑ**

03/02/2020

ΚΑΛΗΜΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΑΡΚΑ 03/02/2020



ΚΑΛΗΜΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΑΡΚΑ

ΠΗΓΗ: <https://www.facebook.com/352589524877216/photos/a.352594344876734/1827618994040921/?type=3&theater>

---

# Δάνεια ελληνικών τραπεζών θα καλύψουν εξ ολοκλήρου το έργο του Ελληνικού

## Δάνεια ελληνικών τραπεζών θα καλύψουν εξ ολοκλήρου το έργο του Ελληνικού

Μόνο ως μέγα σκάνδαλο του αιώνα μπορεί να χαρακτηριστεί η συμφωνία που ανακοίνωσε η [Lamda Development](#) του Λάτση με τις τράπεζες Eurobank και Πειραιώς.

Με βάση αυτή τη συμφωνία, το πολυδιαφημισμένο έργο του Ελληνικού θα χρηματοδοτηθεί εξ ολοκλήρου για την κατασκευή του από **κοινοπρακτικά δάνεια** της Eurobank και της Πειραιώς, ύψους **1,2 δισ.** ευρώ. Μάλιστα, ως εγγύηση των δανείων, κατά πρωτοφανή τρόπο, θα τεθεί το ίδιο το έργο και τα κέρδη του!

Με δυο λόγια, ο ίδιος ο ελληνικός λαός με τις καταθέσεις του, πολλές εκ των οποίων είναι και δεσμευμένες, θα χρηματοδοτήσει το έργο του Ελληνικού, στεγνώνοντας ακόμα περισσότερο τη ρευστότητα στην ελληνική οικονομία, σε μία περίοδο όπου οι στρόφιγγες δανειοδότησης των τραπεζών παραμένουν σχεδόν ερμητικά κλειστές.

Στη συνέχεια παραθέτουμε ρεπορτάζ από τις ανακοινώσεις της ίδιας της Lamda Development, οι οποίες χρήζουν διερεύνησης.

Τη **συμφωνία** με τις τράπεζες **Eurobank** και **Πειραιώς** για **κοινοπρακτικά δάνεια** συνολικής αξίας περίπου **1,2 δισ. ευρώ** ανακοίνωσε η **Lamda Development**. Ο τραπεζικός δανεισμός αφορά, μεταξύ άλλων, τη **χρηματοδότηση** των εργασιών της πρώτης πενταετίας στο **Ελληνικό**.

Συγκεκριμένα, η Lamda Development S.A.στην ανακοίνωσή της ενημερώνει ότι στις 27 Ιανουαρίου υπέγραψε με τις «**Τράπεζα Eurobank Ergasias A.E.**» και «**Τράπεζα Πειραιώς A.E.**» τους βασικούς **επιχειρηματικούς όρους** κοινοπρακτικού τραπεζικού **δανεισμού** προς την **εταιρεία** ή/και **θυγατρικές** του ομίλου της Lamda Development με σκοπό τη **χρηματοδότηση** του έργου του **Ελληνικού**, συνολικού ύψους έως **879 εκατ. ευρώ** πλέον κοινοπρακτικού τραπεζικού δανεισμού ύψους έως **303 εκατ. ευρώ** για κάλυψη **ΦΠΑ δαπανών** του έργου.

Συγκεκριμένα, ο εν λόγω τραπεζικός δανεισμός αφορά στα **κάτωθι**:

(α) τη **χρηματοδότηση** των εργασιών της πρώτης πενταετίας του Έργου του **Ελληνικού** (Φάση Α), που θα περιλαμβάνει κυρίως την ενίσχυση της **παραλιακής ζώνης**, την ανάπτυξη **συγκροτημάτων κατοικιών**, **εμπορικών χρήσεων** και των σχετικών υποδομών, ύψους έως **546 εκατ. ευρώ** (επιπλέον ποσού έως 231 εκατ. ευρώ για τη χρηματοδότηση του ΦΠΑ) και διάρκειας έως 10 ετών

(β) τη **χρηματοδότηση** για την ανάπτυξη **δύο εμπορικών κέντρων** (Malls) στη **Λ. Βουλιαγμένης** και εντός της μαρίνας **Αγ. Κοσμά**, ύψους έως **237 εκατ. ευρώ** και **96 εκατ. ευρώ** αντίστοιχα

(επιπλέον ποσών έως **53 εκατ. ευρώ** και 19 εκατ. ευρώ για τη χρηματοδότηση του **ΦΠΑ**), διάρκειας έως 11 ετών.

Επιπρόσθετα, θα εκδοθούν δύο **εγγυητικές επιστολές** έως **495 εκατ. ευρώ**, εκ των οποίων η μία ύψους έως **345 εκατ. ευρώ** θα παραδοθεί στο **ΤΑΙΠΕΔ** ως **κάλυψη** για το πιστούμενο τίμημα **αγοραπωλησίας** των μετοχών της **ΕΛΛΗΝΙΚΟ Α.Ε.**, βάσει των οριζομένων στην από 14.11.2014 Σύμβαση Αγοραπωλησίας Μετοχών (η Σύμβαση) και η **άλλη** ύψους **150 εκατ. ευρώ**, θα εκδοθεί προς εξασφάλιση της εκπλήρωσης **υποχρεώσεων** της εταιρείας στο πλαίσιο των ως άνω χρηματοδοτήσεων.

Το **επιτόκιο** θα είναι **κυμαινόμενο** και το προβλεπόμενο **περιθώριο** θα είναι σύμφωνα με τους όρους της αγοράς. Στο πλαίσιο των ως άνω χρηματοδοτήσεων, προβλέπεται η παροχή **εξασφαλιστικών δικαιωμάτων**, τα οποία είναι συνήθη σε τέτοιου είδους χρηματοδοτήσεις (project finance) όπως **ενδεικτικά**, η σύσταση **υποθήκης** σε ή/και η κατά περίπτωση **ενεχυρίαση** των δικαιωμάτων επιφανείας τμήματος των **ακινήτων** της **ΕΛΛΗΝΙΚΟ Α.Ε.**, τα οποία σχεδιάζεται να αναπτυχθούν, η **ενεχυρίαση** των **μετοχών** του **εκδότη** του δανείου, η **ενεχυρίαση** μέρους των **απαιτήσεων** και πηγών **εσόδων** από την εκμετάλλευση του Έργου, καθώς και των **απαιτήσεων** από τη **Σύμβαση**.

Περαιτέρω, αναφορικά με τη **χρηματοδότηση** των **έργων** της πρώτης πενταετίας, οι ως άνω όροι προβλέπουν συγκεκριμένο **μηχανισμό** χρήσης των προσόδων από **πωλήσεις περιουσιακών στοιχείων** και, μεταξύ άλλων, χρήση μέρους αυτών για τη χρηματοδότηση του προϋπολογισμού του Έργου.

## ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΕ ΠΑΝΤΟΥ – ΔΙΑΔΩΣΕ ΤΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

ΣΕ ΣΧΟΛΙΑ Η ΑΝΑΡΤΗΣΕΙΣ ΑΛΛΩΝ BLOG Η SITES & ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ facebook

ΠΗΓΗ: <https://www.e-synews.gr/wp/2020/02/02/daneaia-ellinikon-trapezon-tha-kalypsoyn-ex-olokliroy-to/>

---

# Χωριστές φορολογικές δηλώσεις συζύγων – Όλα όσα πρέπει να γνωρίζετε

## Χωριστές φορολογικές δηλώσεις συζύγων – Όλα όσα πρέπει να γνωρίζετε

Έναν οδηγό με 20 συχνές ερωτήσεις – απαντήσεις σχετικά με την υποβολή ξεχωριστών φορολογικών δηλώσεων από συζύγους για τα εισοδήματα του 2019 έχει αναρτήσει στην ιστοσελίδα της η ΑΑΔΕ, καθώς άνοιξε την εφαρμογή για τη γνωστοποίηση υποβολής χωριστών δηλώσεων έως τις 28 Φεβρουαρίου 2020.

## **Αναλυτικά:**

1. Πώς μπορώ να γνωστοποιήσω την επιλογή μου να υποβάλω χωριστή δήλωση φορολογίας εισοδήματος;

Η γνωστοποίηση γίνεται μέσω ειδικής ηλεκτρονικής εφαρμογής στον διαδικτυακό τόπο [www.aade.gr](http://www.aade.gr), στον σύνδεσμο: <https://www.aade.gr/polites/eisodima/gnostopoiisi-horistis-dilosis> είτε από εσάς με τους δικούς σας κωδικούς πρόσβασης είτε, από ειδικά για το σκοπό αυτό εξουσιοδοτημένο λογιστή – φοροτεχνικό, με τους προσωπικούς του κωδικούς πρόσβασης.

2. Αν κανείς από τους συζύγους δεν γνωστοποιήσει την επιλογή υποβολής χωριστής δήλωσης φορολογίας εισοδήματος μέχρι τις 28 Φεβρουαρίου 2020, τι θα συμβεί;

Στην περίπτωση αυτή οι σύζυγοι θα υποβάλουν κοινή δήλωση για το φορολογικό έτος 2019.

3. Στις περιπτώσεις κοινής δήλωσης Φ.Ε. συζύγων, θα γίνεται συμψηφισμός φόρου μεταξύ συζύγων και βεβαίωση στο όνομα του συζύγου;

Όχι, θα γίνεται χωριστή βεβαίωση φόρου και δεν θα γίνεται συμψηφισμός χρεωστικού και πιστωτικού ποσού μεταξύ των συζύγων.

4. Επηρεάζεται η χορήγηση επιδομάτων στις χωριστές δηλώσεις συζύγων;



Όχι, δεν επηρεάζεται η χορήγηση των επιδομάτων από την υποβολή χωριστών δηλώσεων Φ.Ε. από τους συζύγους.

5. Είναι απαραίτητο να υποβάλλονται χωριστές δηλώσεις Φ.Ε. συζύγων που έχουν διαφορετική φορολογική κατοικία;

Όχι, δεν είναι απαραίτητη η υποβολή χωριστών δηλώσεων Φ.Ε. διότι προβλέπεται ήδη χωριστή φορολογική αντιμετώπιση στις κοινές δηλώσεις συζύγων που έχουν διαφορετική φορολογική κατοικία.

6. Πώς δηλώνεται στο Ε1 η κύρια κατοικία στις περιπτώσεις χωριστών δηλώσεων;

Η κύρια κατοικία δηλώνεται στον πίνακα 5 του εντύπου Ε1 στους αντίστοιχους κωδικούς κύριας κατοικίας. Ο κάθε σύζυγος συμπληρώνει το ποσοστό ιδιοκτησίας του σε περίπτωση ιδιόκτητης κατοικίας, το ποσοστό του ως μισθωτής σε περίπτωση μισθωμένης κατοικίας και το ποσοστό της δωρεάν παραχώρησης, αντίστοιχα.

7. Στις περιπτώσεις χωριστών δηλώσεων Φ.Ε. πώς δηλώνεται στο Ε1 η κύρια κατοικία όταν ένας εκ των δύο συζύγων δεν διαθέτει καθόλου ποσοστό συνιδιοκτησίας ή χρήσης;

Ο σύζυγος που δεν διαθέτει καθόλου ποσοστό συνιδιοκτησίας ή χρήσης, συμπληρώνει στον πίνακα 6 την ένδειξη «συνοίκηση με σύζυγο». Ο άλλος σύζυγος δεν συμπληρώνει καμία ένδειξη.

8. Πώς αναγράφονται τα τέκνα ως εξαρτώμενα μέλη του φορολογούμενου στις χωριστές δηλώσεις Φ.Ε.;

Τα τέκνα που προέρχονται από κοινό γάμο καθώς και τα αναγνωρισμένα τέκνα δηλώνονται ως εξαρτώμενα μέλη και από τους δύο συζύγους.

9. Ποιος δηλώνει το εισόδημα ανήλικου τέκνου που προέρχεται από τον κοινό γάμο στις χωριστές δηλώσεις Φ.Ε. όταν αυτό δεν έχει υποχρέωση υποβολής δήλωσης Φ.Ε.;

Το εισόδημα του ανηλικού τέκνου που δεν φορολογείται στο όνομα του τέκνου, προστίθεται στα εισοδήματα του γονέα που έχει το μεγαλύτερο εισόδημα και δηλώνεται μόνο από αυτόν τον γονέα.

10. Ποιος βαρύνεται με τα τεκμήρια διαβίωσης και απόκτησης στις χωριστές δηλώσεις Φ.Ε. συζύγων;

Στις χωριστές δηλώσεις Φ.Ε. συζύγων δεν υφίσταται η έννοια του οικογενειακού εισοδήματος για την κάλυψη των επιμέρους τεκμηρίων καθενός εκ των συζύγων, καθώς τα τεκμήρια διαβίωσης και απόκτησης βαρύνουν τον κάθε σύζυγο ατομικά.

Όσον αφορά τη δυνατότητα κάλυψης τεκμηρίων με ανάλωση κεφαλαίου, δεν μπορεί να γίνει επίκληση εισοδημάτων από τη χωριστή δήλωση του άλλου συζύγου.

11. Στις χωριστές δηλώσεις Φ.Ε. υπάρχει δυνατότητα μεταφοράς υπολειπόμενου ποσού αποδείξεων από τον ένα σύζυγο στον άλλο;

Όχι, δεν υπάρχει αυτή η δυνατότητα.

12. Ποια είναι η προθεσμία γνωστοποίησης της επιλογής για χωριστή δήλωση Φ.Ε. συζύγων;

Η καταληκτική ημερομηνία είναι η 28η Φεβρουαρίου κάθε έτους.

13. Μετά τις 28 Φεβρουαρίου η επιλογή για χωριστή δήλωση Φ.Ε. μπορεί να ανακληθεί;

Όχι, δεν ανακαλείται για το έτος στο οποίο αφορά.

14. Ποιος από τους δύο συζύγους μπορεί να γνωστοποιήσει την επιλογή για χωριστή δήλωση Φ.Ε.;

Οποιοσδήποτε από τους δύο συζύγους ή και οι δύο.

15. Πρέπει η γνωστοποίηση της επιλογής για υποβολή χωριστής δήλωσης Φ.Ε. να γίνεται κάθε έτος μέχρι την 28η Φεβρουαρίου;

Ναι, θα πρέπει να επικαιροποιείται κάθε έτος από τουλάχιστον έναν εκ των δύο συζύγων μέχρι την προθεσμία αυτή, διαφορετικά θα υποβάλλεται κοινή δήλωση.

16. Πρόκειται να τελέσω γάμο τον Μάρτιο του 2020 (μετά την καταληκτική ημερομηνία υποβολής της γνωστοποίησης).

Μπορώ να υποβάλω χωριστή δήλωση Φ.Ε. για το φορολογικό έτος 2019;

Ναι. Ειδικά για αυτές τις περιπτώσεις η εφαρμογή θα μείνει ανοιχτή ως την καταληκτική ημερομηνία υποβολής της εμπρόθεσμης δήλωσης φορολογίας εισοδήματος.

17. Πρόκειται να τελέσω γάμο τον Φεβρουάριο 2020 και θα δηλώσω το γάμο στο μητρώο της Δ.Ο.Υ. μετά τις 28 Φεβρουαρίου 2020.

Μπορώ να υποβάλω χωριστή δήλωση Φ.Ε. για το φορολογικό έτος 2019;

Ναι. Ειδικά για αυτές τις περιπτώσεις η εφαρμογή θα μείνει ανοιχτή ως την καταληκτική ημερομηνία υποβολής της εμπρόθεσμης δήλωσης φορολογίας εισοδήματος.

18. Πόσες φορές μπορώ να αλλάξω την επιλογή δήλωσης χωριστών δηλώσεων Φ.Ε. στην περίπτωση που τελέσω γάμο μετά τις 28 Φεβρουαρίου 2020;

Η δήλωση γίνεται άπαξ ανά έτος.

19. Εισέρχονται στην εφαρμογή των χωριστών δηλώσεων Φ.Ε. τα μέρη συμφώνου συμβίωσης;

Όχι, δεν εισέρχονται στην εφαρμογή των χωριστών δηλώσεων καθόσον εκ του νόμου τους έχει δοθεί εξ αρχής η δυνατότητα για υποβολή κοινών ή χωριστών δηλώσεων.

20. Πρέπει και οι δύο σύζυγοι να διαθέτουν δικούς τους κωδικούς πρόσβασης προκειμένου να υποβάλλουν χωριστές δηλώσεις Φ.Ε.;

Ναι, η σύζυγος που δεν έχει μέχρι τώρα κωδικούς πρόσβασης, οφείλει να αποκτήσει προκειμένου και αυτή να μπορέσει να

υποβάλει τη δική της δήλωση.



## **ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΕ ΠΑΝΤΟΥ – ΔΙΑΔΩΣΕ ΤΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ**

**ΣΕ ΣΧΟΛΙΑ Η ΑΝΑΡΤΗΣΕΙΣ ΑΛΛΩΝ BLOG Η SITES & ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ facebook**

ΠΗΓΗ: <https://www.e-synews.gr/wp/2020/02/03/choristes-forologikes-diloseis-syzygon/>

---

# **Στην Ελλάδα εκπαιδεύεσαι μόνο για να περνάς τις εξετάσεις, όχι για να μάθεις**

**Είναι φοβερό αυτό που συμβαίνει με τα εξεταστικά συστήματα στην Ελλάδα. Όλων των ειδών. Είτε εξετάζεσαι για να πάρεις δίπλωμα οδήγησης, είτε για να πάρεις το Lower, είτε για να μπεις στο Πανεπιστήμιο κ.λπ.**

[themamagers.gr](http://themamagers.gr) Γράφει ο Φώντας Τρούσας

Όλα έχουν μια βασική αρχή. Όχι το πώς να μάθεις, αλλά να μάθεις μόνον εκείνα τα «μισά» που θα σου χρειαστούν για να περάσεις τις εξετάσεις. Η μάθηση δεν είναι το ζητούμενο. Το ζητούμενο είναι ο προσανατολισμός προς μια κατεύθυνση. Να εξασκηθείς στα τερτίπια των συστημάτων, ώστε να τη βγάλεις καθαρή. Ειδικά με τη δοκιμασία των «πανελλαδικά εξεταζόμενων μαθημάτων», που βασανίζει τους μαθητές της Τρίτης Λυκείου και τις οικογένειές τους, το πράγμα έχει ξεφύγει εντελώς, τείνοντας ν' αποκτήσει χαρακτηριστικά αληθινής ανοησίας... Τουλάχιστον...

Πάνε πολλά χρόνια από τότε που έδωσα εξετάσεις για να πάρω δίπλωμα οδήγησης. Τα θυμάμαι τώρα και γελάω με τα... άγχη του καιρού εκείνου. Η φωνή του δασκάλου ηχεί ακόμη στ' αυτιά μου... Πρόσεξε στο παρκάρισμα να μην «καβαλήσει» η ρόδα το πεζοδρόμιο, γιατί «κόπηκες»!

Κι εδώ διδάσκεσαι... συστήματα πλοήγησης, για να ανταπεξέλθεις στις εξετάσεις μιας ξένης γλώσσας. Όλα είναι «κουτάκια». Και φυσικά ξένη γλώσσα δεν μαθαίνεις. Το φαινόμενο είχε (και έχει) και αστείες πλευρές.

Στις συγκεκριμένες εξετάσεις μπορεί να παίρνεις δίπλωμα... ζογκλέρ ας πούμε, αλλά στην πράξη δεν ξέρεις να οδηγείς. Εξετάζεσαι για να... μη σου σβήσει η μηχανή πάνω από μια φορά, να μην καβαλήσεις πεζοδρόμιο, να μην απέχεις από το κράσπεδο περισσότερο από 35 εκατοστά (βγάζεις πασέτο και μετράς...), να μπεις και να βγεις από το χώρο στάθμευσης με τέσσερις το πολύ κινήσεις (γιατί αν βγεις με πέντε κάτι τρέχει στα γύφτικα), και άλλα τέτοια ουτιδανά, τα οποία έχουν από ελάχιστη έως ανύπαρκτη σχέση με αυτό που λέμε «οδήγηση». Φυσικά, το δίπλωμα το παίρνεις, αλλά μαθαίνεις να οδηγάς μετά απ' αυτό... πολλές φορές και με εγκληματικά επακόλουθα.

Κάτι παρόμοιο συμβαίνει και με τις εξετάσεις για τα Lower, Proficiency και τ' ανάλογα. Κι εδώ διδάσκεσαι... συστήματα πλοήγησης, για να ανταπεξέλθεις στις εξετάσεις μιας ξένης γλώσσας. Όλα είναι «κουτάκια». Και φυσικά ξένη γλώσσα δεν μαθαίνεις. Το φαινόμενο είχε (και έχει) και αστείες πλευρές.

Αν και ξέραμε, λοιπόν, εκείνα τ' αγγλικά που έπρεπε να ξέρουμε, εκείνα που διδαχθήκαμε τέλος πάντων, τα τού Κέμπριτζ ή του Μίσιγκαν, μας ρίχνανε στ' αυτιά οι φίλοι μας το καλοκαίρι στο νησί, που μάθαιναν τα... σωστά αγγλικά στις παραλίες και τις ντίσκο. Καθότι το ζήτημα δεν ήταν να μιλάς σαν... ακαδημαϊκός ψευτολόγος, αλλά απλώς να μιλάς...

Έχουμε μετά τις [Πανελλήνιες](#) – τις εξετάσεις των... πανελλαδικά εξεταζόμενων μαθημάτων της Γ Τάξης του Λυκείου, όπως τις λέμε σήμερα, που διεξάγονται αυτές τις μέρες. Το Υπουργείο... Πολιτισμού, [Παιδείας](#) και Θρησκευμάτων ανακοινώνει μέσω ΦΕΚ την ύλη των εξετάσεων. Εδώ πέφτει πολύ γέλιο. Ή και κλάμα – αναλόγως πώς θα το δει κανείς...

Η ύλη της Φυσικής αφορά στις ταλαντώσεις, στα κύματα, στη δυναμική των ρευστών, στη μηχανική του στερεού σώματος και στην κρούση. Αυτά τα ολίγα. Από την εξεταστέα ύλη της Φυσικής της Γ Λυκείου απουσιάζουν: ο ηλεκτρισμός, η θερμότητα και η θερμοδυναμική, η οπτική, η ατομική / πυρηνική φυσική και άλλα πολλά! Και αν η θερμοδυναμική είναι από τα «δύσκολα» κεφάλαια, από τα οποία πρέπει να... προφυλαχτούν οι μαθητές μας, τότε τι να πει κανείς για τον ηλεκτρισμό, που είναι ένα διαχρονικά ακρογωνιαίο κεφάλαιο για την κατανόηση των πιο εφαρμοστικών φυσικών νόμων;

Οι εξεταζόμενοι μαθητές θα μπουν στο πανεπιστήμιο και πρακτικά δεν θα έχουν εξεταστεί ούτε στο νόμο του Ωμ! Μιλάμε για

γελοιοότητες.

Τα ίδια φαιδρά παρατηρούνται και στην ύλη των Μαθηματικών. Πασαλείβεται η ακρογωνιαία σημασία του «ορίου», ενώ απουσιάζουν παντελώς οι σημαντικότερες «ακολουθίες»! Να μη μιλήσω για μιγαδικούς αριθμούς, θεωρία αριθμών, αλγεβρικές δομές και τα ρέστα (που κάποτε, όλα αυτά, υπήρχαν στις σχετικές εξετάσεις). Η θεωρία των Μαθηματικών, που είναι το άλφα και το ωμέγα της μαθηματικής επιστήμης (για να καταλάβεις λίγο πώς λειτουργεί το πράγμα δηλαδή) είναι εξοβελισμένη από την ύλη του Λυκείου, προς χάριν των... τυφλοσούρτηδων. Τα παιδιά μαθαίνουν να παπαγαλίζουν ακόμη και στα Μαθηματικά! Συζητούμε, πια, για την απόλυτη κατάντια.

Είσαι 17-18 χρονών, πετάς ένα κάρο ώρες από τη ζωή σου σε σχολεία και φροντιστήρια, η οικογένειά σου τροφοδοτεί με ζεστό χρήμα την παραπαιδεία σε τόσο δύσκολες εποχές προκειμένου να μπεις σε μια «καλή» σχολή, ένα ολόκληρο σύστημα αυταπάτης, που ξέρει μόνο να σε χαϊδεύει, να σε αλλοιώνει και να σε τιμωρεί την πιο κρίσιμη στιγμή, έχει στηθεί πάνω στην πλάτη σου από τότε που πρωτοπάτησες στο σχολείο, κι εσύ, αυτή την ώρα που παίζονται, υποτίθεται, τα πάντα για τη μελλοντική ζωή σου, τους κάνεις το χατίρι... αρρωσταίνεις, παθαίνεις κρίσεις άγχους, παίρνεις χάπια και άλλα τινά βοηθήματα για να μπορέσεις να ανταποκριθείς σ' ένα σχέδιο (από το οποίο «τρώνε» πολλοί), που εξ αρχής είναι φτιαγμένο για να σε υποτιμά και να σε φτύνει.

Μπορείς να κάνεις κάτι για να το αλλάξεις; Αν μπορείς κάνε το...

Κόκκινο Βιβλιαράκι των Μαθητών

Υπάρχουν πολλά σχολεία που πιστεύουν ότι οι εξετάσεις είναι



ένα μέσο για να υπολογίζονται οι γνώσεις σας και το επίπεδό σας. Αυτό είναι λάθος! Ποτέ ένας διαγωνισμός δεν μπορεί να καθορίσει τι ξέρετε.

Στους διαγωνισμούς παρουσιάζεται μια πλαστή εικόνα του τι είσαστε σε θέση να κάνετε. Κι αυτό γιατί δεν εργαζόσαστε μέσα στις ίδιες συνθήκες, που εργαζόσαστε κανονικά. Οι εξετάσεις δείχνουν μόνο και μόνο αυτά που έχετε μάθει απ' έξω κι αυτά που σας έχουν βάλει στο κεφάλι σας. Σπάνια, όμως, δείχνουν αν μπορείτε να σκεφτείτε και να βρείτε μόνοι σας τη λύση ενός προβλήματος.

Στα σχολεία όπου υπάρχουν αδιάκοπα διαγωνισμοί η ποιότητα της εκπαίδευσης και της μάθησης μειώνεται σημαντικά. Οι καθηγητές στην ουσία δεν διδάσκουν μια ύλη, αλλά το πώς να περνάει κανείς στους διαγωνισμούς.

Οι εξετάσεις θα μπορούσαν να γίνονται με διαφορετικό τρόπο. Θα μπορούσαν οι μαθητές να φέρνουν μαζί τους βιβλία και σημειώσεις. Το διαγώνισμα θα μπορούσε κάλλιστα να γίνεται σε μια βιβλιοθήκη, όπου θα μπορείτε να συμβουλευτείτε όποιο βιβλίο σας χρειάζεται. Στις προφορικές εξετάσεις θα μπορούσε ο καθηγητής να σας δώσει όλο το χρόνο για να ετοιμάσετε την απάντησή σας.

Αν πιστεύετε ότι το σύστημα των διαγωνισμών είναι κακό, πρέπει να αγωνιστείτε για την κατάργησή του. Αν τα διαβήματα που θα κάνετε δε φέρουν κανένα αποτέλεσμα, μπορείτε να καταφύγετε στην απεργία των διαγωνισμών ή στις λευκές κόλλες. Προσέξτε όμως! Αυτό δε μπορεί να γίνει μόνο από μερικούς μαθητές. Πρέπει να είναι αποφασισμένοι οι μαθητές μιας τάξης ή ενός σχολείου ή ακόμα κι οι μαθητές των σχολείων μιας ολόκληρης πόλης».

Από το θρυλικό «Κόκκινο Βιβλιαράκι των Μαθητών» [Βέργος, Αθήνα 1/1975] των Bo Dan Andersen, Søren Hansen και Jesper Jensen

Διαβάστε περισσότερα: [Στην Ελλάδα εκπαιδεύσαι μόνο για να περνάς τις εξετάσεις, όχι για να μάθεις – iPaidia.gr](http://www.ipaidia.gr)

ΠΗΓΗ: <https://www.ipaidia.gr/paidagogika-themata/stin-ellada-ek-paideuesai-mono-gia-na-pernas-tis-eksetaseis-oxi-gia-na-matheis?fbclid=IwAR1YaBDtXpF7Z1KX8wbJFqh9117ETXvhnmMJHzrcuJ-K6fd4hLxdsG0B4I>

---

# **ΠΡΟΚΛΗΣΗ ΓΙΑ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣΗ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΡΑΦΗΝΑΣ-ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ ΤΗΝ ΤΡΙΤΗ 04/02/2020**

ΠΡΟΚΛΗΣΗ ΓΙΑ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣΗ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ  
ΡΑΦΗΝΑΣ-ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ

ΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΡΑΦΗΝΑΣ-ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ ΣΥΝΕΔΡΙΑΖΕΙ  
ΤΗΝ ΤΡΙΤΗ 04/02/2020 ΜΕ ΤΑ ΚΑΤΩΘΙ ΘΕΜΑΤΑ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΔΙΑΤΑΞΗΣ :

[Download](#)

ΠΗΓΗ: EASTRUNNER.GR

---

**ΠΑΡΑΔΙΔΕΤΑΙ ΤΗΝ ΤΕΤΑΡΤΗ**

# **05/02/2020 ΤΟ ΓΗΠΕΔΟ “Π.ΣΚΟΥΦΟΣ”ΣΤΗΝ ΑΘΛΟΥΜΕΝΗ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΡΑΦΗΝΑΣ**

ΠΑΡΑΔΙΔΕΤΑΙ ΤΗΝ ΤΕΤΑΡΤΗ 05/02/2020 ΤΟ ΓΗΠΕΔΟ “Π.ΣΚΟΥΦΟΣ”.

ΤΟ ΓΗΠΕΔΟ “Π.ΣΚΟΥΦΟΣ ΑΦΟΥ ΑΝΑΝΕΩΘΗΚΕ Ο ΧΛΟΟΤΑΠΗΤΑΣ ΤΟΥ ΚΑΙ  
ΥΣΤΕΡΑ ΑΠΟ ΟΡΙΣΜΕΝΟΥΣ ΜΗΝΕΣ ΑΠΟΚΛΙΣΗ ΑΠΟ ΤΑ ΧΡΟΝΟΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΑ  
ΠΕΡΑΙΩΣΗΣ ΤΟΥ ΕΡΓΟΥ ΤΗΣ ΑΛΛΑΓΗΣ ΤΟΥ ΤΑΠΗΤΑ ΕΠΙΤΕΛΟΥΣ  
ΠΑΡΑΔΙΔΕΤΑΙ ΠΡΟΣ ΧΡΗΣΗ ΣΕ ΟΣΟΥΣ ΑΘΛΟΥΝΤΑΙ ΣΕ ΑΥΤΟ ΣΤΟ ΔΗΜΟ  
ΡΑΦΗΝΑΣ-ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ.

ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΣΑΣ ΠΑΡΑΘΕΤΟΥΜΕ ΤΟ ΣΧΕΤΙΚΟ ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ  
ΡΑΦΗΝΑΣ-ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ:

[Download](#)

ΠΗΓΗ: EASTRUNNER.GR