

Ο ΔΙΟΙΚΗΤΗΣ ΤΗΣ ΑΠΟΘΕΜΑΤΙΚΗΣ ΤΡΑΠΕΖΑΣ ΣΤΟΝ ΚΕΒΙΝ ΡΑΝΤ:

Μήν πανικοβάλεσαι Πρωθυπουργέ!

Ο διοικητής της Αποθεματικής Τράπεζας Αυστραλίας, Γκλεν Στίβενς, έκανε χθες έκκληση στους συμπατριώτες τους να έχουν εμπιστοσύνη στο μέλλον τους, ενώ προειδοποίησε την ομοσπονδιακή κυβέρνηση να μην σπαταλά το δημόσιο χρήμα με την δικαιολογία ότι είναι μέτρα για να τονωθεί η οικονομία.

Στο ίδιο πνεύμα, ο κ. Στίβενς εγκρίνει έλλειμμα στον κυβερνητικό προϋπολογισμό για να οχρωθεί η οικονομία από την παγκόσμια κρίση.

Ενώ περισσότεροι από 400 δήμαρχοι επέστρεφαν στις περιφέρειές του με χρήματα των φορολογουμένων για να το ξοδεύσουν σε πισίνες, δημαρχεία και δημόσιες τουαλέτες, ο κ. Στίβενς είπε ότι η κυβέρνηση είναι τυχερή που βρίσκεται σε θέση να ενισχύσει την οικονομία με αυξημένες δαπάνες.

Ο κ. Στίβενς είπε ακόμη ότι οι Αυστραλοί δεν πρέπει να επιρροάζονται από τις απαισιόδοξες προβλέψεις για την οικονομία.

«Το μεγαλύτερο λάθος μας θα

ήταν να επαληθεύσουμε τις απαισιόδοξες προβλέψεις προκαλώντας αδικαιολόγητη οικονομική ύφεση. Βεβαίως η κατάσταση είναι σοβαρή. Αλλά... μακροπρόθεσμα δεν έχουν χειροτερεύσει οι προοπτικές της εθνικής οικονομίας στο σημείο που προβλέπουν μερικοί γύρω μας. Πρέπει να βαδίσουμε μπροστά με εμπιστοσύνη στις ικανότητές μας και στις ευκαιρίες που προσφέρονται», είπε ο κ. Στίβενς.

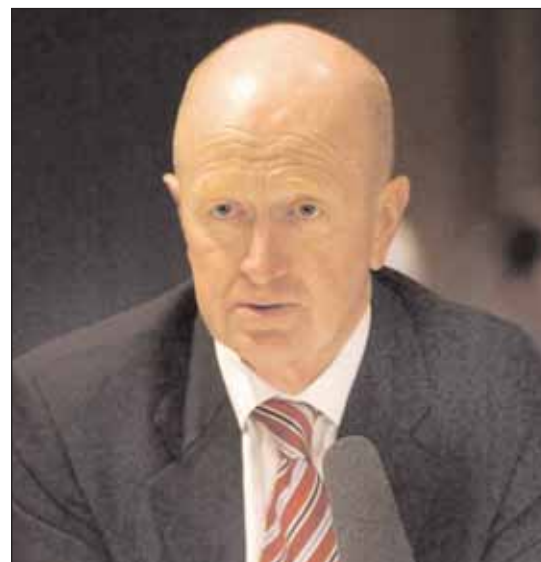
Για να βοηθήσει στην ανύψωση του ηθικού, ο υποδιοικητής της Αποθεματικής Τράπεζας, Μάλκολμ Εντι, πρόβλεψε ότι οι επόμενες στατιστικές θα δείξουν αξιοσημείωτη μείωση στο ποσοστό του πληθωρισμού καθώς οι τιμές της βενζίνης υποχωρούν προς το \$1 το λίτρο. Η κατέρρευση στις τιμές της βενζίνης μειώνουν τις πιέσεις στον πληθωρισμό και κάνουν πιο εύκολο για την κεντρική τράπεζα να μειώσει τα επιτόκια.

Οι αγορές προβλέπουν ότι η Αποθεματική Τράπεζα θα μειώσει τα επιτόκια μεταξύ 0,75% και 1% όταν το συμβούλιό της συνεδριάσει τον ερχόμενο μήνα.

Στο μεταξύ αυξάνονται οι πιέσεις στην ομοσπονδιακή κυβέρνηση για να ανακοινώσει περαιτέρω

δαπάνες εκτός από τα \$10,4 δις που έχει ανακοινώσει για να προληφθεί η οικονομική ύφεση.

ΣΤΗ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ, ο διοικητής της Αποθεματικής Τράπεζας Αυστραλίας, Γκλεν Στίβενς.



ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ

Όσο περισσότερα παίρνετε, τόσο περισσότερα χρειάζεται να χάσετε



Ο τρόπος ζωής μας μπορεί να έχει σημαντική επίδραση στην υγεία και την ευημερία μας.

Η ανθυγιεινή διατροφή και τα ανθυγιεινά ποτά σε συνδυασμό με την ανεπαρκή σωματική δραστηριότητα μπορούν εύκολα να οδηγήσουν σε αυξημένο κίνδυνο χρόνιων παθήσεων όπως ορισμένων καρκίνων, καρδιοπάθειας, και διαβήτη τύπου 2.

Ένας γρήγορος και εύκολος τρόπος αξιολόγησης του κινδύνου που διατρέχετε είναι να μετρήσετε τη μέση σας.

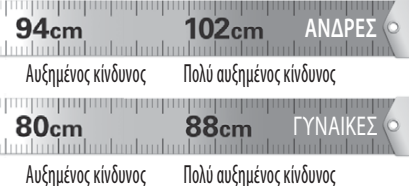
Για τους περισσότερους άνδρες στην κοινότητά μας ο κίνδυνος αυξάνεται σε αναλογία με περίμετρο μέσης πάνω από 94 εκατοστά και 80 εκατοστά για τις γυναίκες.

Τα καλά νέα είναι ότι ποτέ δεν είναι αργά για να επωφεληθείτε από έναν υγιέστερο τρόπο ζωής. Η υγιεινή διατροφή και η σωματική δραστηριότητα κάνουν καλό στην υγεία σας και σε εσάς.

Και όσο πιο σύντομα αρχίσετε, τόσο καλύτερα θα αισθάνεστε.

Αναφέρονται εδώ μερικά απλά μέτρα που μπορείτε να πάρετε:

1. Τρώτε τουλάχιστον 2 μερίδες φρούτων και 5 μερίδες λαχανικών κάθε ημέρα
2. Περιορίζετε τα ανθυγιεινά σνακ και έτοιμα φαγητά στη διατροφή σας
3. Επιλέγετε να πίνετε νερό αντί άλλων ποτών
4. Ασκήσιτε καθημερινά με όσο περισσότερους τρόπους μπορείτε
5. Αποφεύγετε να χρησιμοποιείτε το αυτοκίνητο για σύντομες διαδρομές και αντ' αυτού πηγαίνετε με τα πόδια
6. Ανεβαίνετε τις σκάλες αντί να παίρνετε το ασανσέρ
7. Στοχεύετε σε 30 ή περισσότερα λεπτά σωματικής δραστηριότητας κάθε ημέρα



Για περισσότερες πληροφορίες και για τα μέτρα που μπορείτε να λάβετε προκειμένου να μειώσετε τους κινδύνους για την υγεία σας, επισκεφθείτε το australia.gov.au/MeasureUp σήμερα.

What measures will you take

Australian Better Health Initiative
Μια κοινή πρωτοβουλία της Αυστραλιανής Κυβέρνησης και των Κυβερνήσεων Πολιτειών και Επικρατειών.

Η κα Βάσω Τσουλακάκη θα μιλήσει στην Κοινοτική ομάδα ηλικιωμένων

Η ψυχολόγος κα Βάσω Τσουλακάκη, που φιλοξενείται στο Σίδνεϊ με τον σύζυγό της, κ. Σταμάτη, πρώην αντιδήμαρχο Σάμου, θα δώσει ομιλία με θέμα «Οι σχέσεις γονέων και παιδιών» στην ομάδα ηλικιωμένων της Κοινότητας Dolls Point.

Η διάλεξη θα δοθεί την προσεχή Τρίτη 25 Νοεμβρίου, ώρα 11 το πρωί στο Georges River Sailing Club, Sanomi St., Dolls Point και όλοι είναι ευπρόσδεκτοι.

ΜΕΤΑΚΟΜΙΖΕΤΕ ΣΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ;

Μεταφορές προσωπικών ειδών με πλοίο • Πακετάρισμα και Φόρτωση
• Επιπλέον βάρος για σπουδαστές • Ασφάλειες • Οικιακά σκεύη •
Εμπορικά Φορτία • Αυτοκίνητα • Μοτοσυκλέτες

Ελάτε σε επαφή μαζί μας σήμερα για δωρεάν
κοστολόγηση για τον προορισμό σας.
Μιλάμε τη γλώσσα σας!

Greece - Piraeus	from \$199	1CBM
Greece - Piraeus	from \$389	2CBM
Greece - Piraeus	from \$579	3CBM
Greece - Piraeus	from \$4,199	20' sll. Id.
Greece - Piraeus	from \$6,835	20' sll. Id.

* Prices are quoted from Sydney to port via sea freight uncrated. Conditions apply. Please contact Hellas for more information.

40 Arncliffe Street
Woll Creek NSW 2205

02 8507 1308

www.hellaseurope.com.au

WE HAVE MOVED
BIGGER WAREHOUSE
BETTER PRICES

\$50
OFF YOUR SEA SHIPMENT
this month only when you
mention KOSMOS.
* Conditions Apply.

HELLAS
EUROPE
AUSTRALIA