

1. ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΤΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

Μέσο:ΝΑΥΤΕΜΠΟΡΙΚΗ

Ημ. Έκδοσης: ...18/02/2014 Ημ. Αποδελτίωσης: ...18/02/2014

Σελίδα: 14



Ηλεκτρονική ενημέρωση



Δυνατότητα σε όσους έχουν υποβάλει ηλεκτρονικά την **Αίτηση-Δήλωση Α21** για τη χορήγηση του Οικογενειακού Επιδόματος από τον ΟΓΑ (Ενιαίο Επίδομα Στήριξης Τέκνων και Ειδικό Επίδομα Τρίτεκνων και Πολύτεκνων Οικογενειών) να ενημερώνονται ηλεκτρονικά για την πορεία της αίτησής τους δίνει η νέα εφαρμογή που είναι διαθέσιμη στην ιστοσελίδα του **ΟΓΑ**.

2. 45 ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΙ ΣΤΗ ΔΕΗ

Μέσο:ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

Ημ. Έκδοσης: ...18/02/2014 Ημ. Αποδελτίωσης: ...18/02/2014

Σελίδα:24



ΟΚΤΑΜΗΝΕΣ ΣΥΜΒΑΣΕΙΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

45 διοικητικοί στη ΔΕΗ

Ε Απαραίτητα το δίπλωμα ΙΕΚ και η γνώση χειρισμού Η/Υ -
Οι υποψήφιοι καταθέτουν την ειδική αίτηση του ΑΣΕΠ

Εως και τις 20 Φεβρουαρίου υποβάλλονται οι αιτήσεις για τις 45 θέσεις εμπορικού προσωπικού στα καταστήματα πωλήσεων της ΔΕΗ, στην Αττική. Το νέο προσωπικό θα υπογράψει συμβάσεις εργασίας διάρκειας οκτώ μηνών. Δικαίωμα συμμετοχής στον διαγωνισμό έχουν υποψήφιοι ηλικίας από 18 έως 65 ετών. Οι ενδιαφερόμενοι για τις θέσεις των υπαλλήλων γραφείου οφείλουν να

διαθέτουν δίπλωμα ΙΕΚ οποιασδήποτε ειδικότητας του τομέα Χρηματοπιστωτικών - Διοικητικών Υπηρεσιών και καλή γνώση χειρισμού ηλεκτρονικού υπολογιστή στα τρία βασικά αντικείμενα (επεξεργασίας κειμένων, υπολογιστικών φύλλων και υπηρεσιών διαδικτύου).

Όσοι επιθυμούν να διεκδικήσουν διορισμό καλούνται να καταθέσουν την ειδική αίτηση ΑΣΕΠ ΣΟΧ. 3.

Η υποβολή των αιτήσεων και των δικαιολογητικών γίνεται αυτοπροσώπως ή ταχυδρομικά με συστημένη επιστολή στη διεύθυνση: ΔΕΗ, Διεύθυνση Πωλήσεων, Ναυαρίνου 10, Τ.Κ. 10680, Αθήνα, απευθύνοντάς τη στον Τομέα Λειτουργικής Υποστήριξης. Περισσότερες πληροφορίες στα τηλέφωνα επικοινωνίας: 2103673424, 2103673425 και 2103673426.

ΑΝΕΗ ΠΡΟΒΕΣΜΙΑΣ
20/02

ΠΡΟΦΙΛ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ

ΦΟΡΕΑΣ: ΔΕΗ

ΘΕΣΕΙΣ: 45

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ: ΔΕ

ΣΧΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ: Συμβάσεις
οκτώ μηνών

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: Ναυαρίνου 10,
Τ.Κ. 10680, Αθήνα

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ: 2103673424,
2103673425, 2103673426

ΘΕΣΕΙΣ

ΔΕ Υπαλλήλων Γραφείου

45

ΠΡΟΣΟΝΤΑ

Δίπλωμα ΙΕΚ Χρηματοπιστωτικών
και Διοικητικών Υπηρεσιών

Γνώση χειρισμού
ηλεκτρονικού υπολογιστή

Χρόνος ανεργίας

Πολυτεχνική ιδιότητα

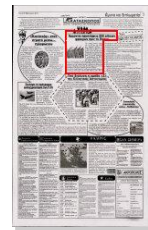
Εμπειρία

3. ΕΡΧΟΝΤΑΙ ΠΡΟΣΛΗΨΕΙΣ 500 ΕΙΔΙΚΩΝ ΦΡΟΥΡΩΝ ΠΡΙΝ ΤΟ ΠΑΣΧΑ

Μέσο: Η ΑΚΡΟΠΟΛΗ

Ημ. Έκδοσης: ...18/02/2014 Ημ. Αποδελτίωσης: ...18/02/2014

Σελίδα:5



Έρχονται προσλήψεις 500 ειδικών φρουρών πριν το Πάσχα



Την τελική (θετική) εισήγηση του ΣτΕ για την αύξηση των οργανικών θέσεων στο Σώμα Ειδικών Φρουρών κατά 500 άτομα αναμένει... η πολιτική ηγεσία του υπουργείου Προστασίας του Πολίτη (πρώην Δημόσιας Τάξης) για να εκδώσει τη σχετική προκήρυξη. Η αναδιάρθρωση της ΕΛ.ΑΣ. προκάλεσε καθυστέρηση ολίγων ημερών στην προετοιμασία του διαγωνισμού. Το χρονοδιάγραμμα προβλέπει δημοσίευση της προκήρυξης έως τα μέσα Μαρτίου και αφού προηγουμένως -και για τυπικούς λόγους- η αύξηση των θέσεων αποτυπωθεί σε Προεδρικό Διάταγμα. Σε κάθε περίπτωση οι νέοι Ειδικοί Φρουροί θα έχουν επιλεγεί πριν από το Πάσχα. Δυνατότητα συμμετοχής στον νέο διαγωνισμό έχουν άνδρες και γυναίκες με απολυτήριο Λυκείου, ΙΕΚ, ΤΕΕ είτε ΑΕΙ - ΤΕΙ. Οι

3. ΕΡΧΟΝΤΑΙ ΠΡΟΣΛΗΨΕΙΣ 500 ΕΙΔΙΚΩΝ ΦΡΟΥΡΩΝ ΠΡΙΝ ΤΟ ΠΑΣΧΑ

Μέσο: Η ΑΚΡΟΠΟΛΗ

Ημ. Έκδοσης: ...18/02/2014 Ημ. Αποδελτίωσης: ...18/02/2014

Σελίδα: 5



Αύριο

ΤΑ ΝΕΑ ΤΟΥ ΜΟΡΙΑ γράφει ο Κολοκοτρώνης

ενδιαφερόμενοι πρέπει απαραίτητως να πληρούν τα κριτήρια της ηλικίας (έως 28 ετών) και του ύψους (1.70 μ.). Ο φάκελος υποψηφιότητας περιλαμβάνει 12 δικαιολογητικά. Αυτά είναι:

- Αίτηση συμμετοχής.
- Επικυρωμένο αντίγραφο δελτίου αστυνομικής ταυτότητας.
- Υπεύθυνη δήλωση του Ν. 1599/86 περί κατοχής προσόντων και προϋποθέσεων.
- Επικυρωμένο αντίγραφο τίτλου σπουδών.
- Επικυρωμένο αντίγραφο πτυχίου ξένης γλώσσας.
- Πιστοποιητικό Στρατολογικής Κατάστασης τύπου Α'.
- Επικυρωμένο φωτ/φο και των δύο όψεων της άδειας οδήγησης.
- Πιστοποιητικό οικογενειακής κατάστασης (τριτεκνία).
- Πιστοποιητικό οικογενειακής κατάστασης.
- Βεβαίωση συλλόγου πολυτέκνων.
- Υπεύθυνη δήλωση για τα παιδιά αστυνομικών που δολοφονήθηκαν ή τραυματίστηκαν.
- Πτυχίο δημοσίου ΙΕΚ «Στελέχους Υπηρεσιών Ασφαλείας».

Η επιλογή θα γίνει με βάση τον βαθμό του απολυτηρίου.

Σε αυτόν θα προστεθεί συγκεκριμένα μοριοδότηση που ροκύπτει από τα κριτήρια: Γνώση ξένης γλώσσας, θητεία ως ΕΠ.ΟΠ., τέκνο αστυνομικού, δίπλωμα οδήγησης, πτυχίο ΙΕΚ στελέχους υπηρεσιών ασφαλείας, πολυτεχνική ιδιότητα. Στη φάση των τελικών διατυπώσεων βρίσκεται η υπουργική απόφαση για την πρόσληψη 1.000 οπλιτών στους τρεις Κλάδους των Ενόπλων Δυνάμεων (ΓΕΣ, ΓΕΝ, ΓΕΑ). Το νέο στελεχιακό δυναμικό θα ενταχθεί στις τάξεις των Ενόπλων Δυνάμεων με τον μισθό του δεκανέα (περίπου 700 ευρώ).

4. 189 ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΙ ΝΟΣΗΛΕΥΤΕΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΤΕΣ ΣΤΗ ΔΕΗ

Μέσο:ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΤΥΠΟΣ

Ημ. Έκδοσης: ...18/02/2014 Ημ. Αποδελτίωσης: ...18/02/2014

Σελίδα:27



ΑΙΤΗΣΕΙΣ

189 διοικητικοί, νοσηλευτές και τεχνίτες στη ΔΕΗ

Η ΔΕΗ ανακοινώνει την πρόσληψη, με σύμβαση εργασίας ιδιωτικού δικαίου ορισμένου χρόνου, συνολικά 189 ατόμων για την κάλυψη εποχικών ή παροδικών αναγκών της. Από την κατανομή των θέσεων προκύπτει ότι θα προσληφθούν: διοικητικοί, νοσηλευτές, μηχανικοί, τεχνίτες, εργάτες κ.ά. Για τις θέσεις των υπαλλήλων γραφείου ζητείται Δίπλωμα Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΙΕΚ) οποιασδήποτε ειδικότητας του τομέα Χρηματοοικονομικών και Διοικητικών Υπηρεσιών (πρώην Οικονομίας και Διοίκησης) ή πτυχίο β' κύκλου σπουδών τεχνικού, επαγγελματικού εκπαιδευτηρίου (ΤΕΕ), ανεξάρτητα από ειδικότητα και γνώση χειρισμού Η/Υ στα

[ΣΟΦΙΑ ΕΜΜΑΝΟΥΙΛΙΔΟΥ]
semmanoiliidou@e-typos.com

αντικείμενα υπολογιστικών φύλλων, υπηρεσιών Διαδικτύου και επεξεργασίας κειμένου. Η επιλογή των υποψηφίων θα γίνει σύμφωνα με τα εξής κριτήρια: χρόνος ανεργίας, πολυτεκνία ή τέκνο πολύτεκνης οικογένειας, τριτεκνία ή τέκνο μονογονεϊκής οικογένειας, βαθμός βασικού τίτλου σπουδών και εμπειρία. Πιο αναλυτικά, στο κριτήριο της εμπειρίας ο υποψήφιος κερδίζει 7 μονάδες ανά μήνα προϋπηρεσίας με ανώτατο όριο τους 60 μήνες. Για παράδειγμα, αν κάποιος έχει 5 μήνες εμπειρίας στο ίδιο αντικείμενο, τότε κερδίζει 35 μόρια.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΚΑΤΑΝΟΜΗΣ ΘΕΣΕΩΝ

Διεύθυνσης Πωλήσεων (αιτήσεις έως 20/2)

ΔΕ Υπάλληλοι Γραφείου	45
Διεύθυνσης Υγείας και Ασφάλειας στην Εργασία (αιτήσεις έως 19/2)	
ΤΕ Νοσηλευτές (Κρήτη)	1
ΤΕ Νοσηλευτές (Κοζάνη)	7
ΔΕ Νοσηλευτές (Κρήτη)	1
ΔΕ Νοσηλευτές (Ρόδος)	1
ΔΕΗ (Νησιά Αιγαίου) (αιτήσεις έως 28/2)	
ΔΕ Μηχανοτεχνιτών ΜΕΚ	24
ΔΕΗ Αχαΐας, Ζακύνθου, Κεφαλονιάς, Ιωαννίνων, Κέρκυρας, Θεσπρωτίας, Αρκαδίας, Αργολίδας, Λακωνίας	
ΔΕ Υπάλληλοι Γραφείου	21
ΔΕΗ Θεσσαλονίκης, Πέλλας, Κυκλίας, Πιερίας, Χαλκιδικής Ξάνθης, Καβάλας, Ροδόπης, Αλεξανδρούπολης	
ΔΕ Υπάλληλοι Γραφείου	41
ΔΕΗ Λάρισας, Φθιώτιδας, Μαγνησίας, Τρικάλων	
ΔΕ Υπάλληλοι Γραφείου	11
Διεύθυνση Λιγνιτικού Κέντρου Μεγαλόπολης	
ΥΕ Εργατών (60 ημερομίσθια)	37

5. ΣΤΗΝ ΤΕΛΙΚΗ ΕΥΘΕΙΑ Ο ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ ΓΙΑ 180 ΤΕΛΩΝΕΙΑΚΟΥ

Μέσο:ΕΘΝΟΣ

Ημ. Έκδοσης: ...18/02/2014 Ημ. Αποδελτίωσης: ...18/02/2014

Σελίδα:25



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ

Στην τελική ευθεία ο διαγωνισμός για 180 τελωνειακούς

ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ υποστελέχωσης που αντιμετωπίζουν τα τελωνεία όλης της χώρας οδήγησαν το υπουργείο Οικονομικών στην υποβολή αιτήματος άμεσης πρόσληψης 180 τελωνειακών υπαλλήλων Πανεπιστημιακής, Τεχνολογικής και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης.

Ο διαγωνισμός των τελωνειακών υπαλλήλων θα γίνει με αντικειμενικά κριτήρια (μόρια) μέσω ΑΣΕΠ, και θα είναι ο δεύτερος μέσα στο έτος που θα αφορά μόνιμο προσωπικό, καθώς ο αντίστοιχος διαγωνισμός για τους 300 περίπου εφοριακούς (επιλαχόντες της προκήρυξης ΙΚ/2013) φαίνεται πως έχει «κολλήσει».

Το αίτημα έχει υποβληθεί από τον γενικό γραμματέα Εσόδων Χάρη Θεοχάρη από τις 2 Ιανουαρίου και πήρε πρόσφατα την έγκριση του υπουργείου Διοικητικής Μεταρρύθμισης και του ΓΛΚ. Οι θέσεις αφορούν 100 υπαλλήλους κατηγορίας ΠΕ Τελωνειακών, 50 κατηγορίας ΤΕ Τελωνειακών και 30 κατηγορίας ΔΕ Τελωνειακών. Σε πρώτη φάση θα προκηρυχθούν οι 160 θέσεις, ενώ οι 20 θέσεις κατηγορίας ΤΕ θα προκηρυχθούν θα ολοκληρωθεί η διαδικασία μεταφοράς κενών οργανικών θέσεων από την ΔΕ στην ΤΕ κατηγορία.

Σύμφωνα με πληροφορίες, οι θέσεις θα κατανεμηθούν στην κεντρική υπηρεσία της Αττικής, αλλά και στον Πειραιά, τη Θεσσαλονίκη, την Πάτρα, τα Ιωάννινα, τον Εβρο, το Κιλκίς, την Καβάλα, τον Βόλο, τη Ρόδο, το Ηράκλειο κ.ά.

Για τους υποψήφιους της Πανεπιστημιακής κατηγορίας απαιτείται η κατοχή πτυχίου ΑΕΙ (κατά προτίμηση Οικονομικής, ή νομικής κατεύθυνσης), ενώ άγνωστο παραμένει αν ζητηθεί και μεταπτυχιακός τίτλος σπουδών σε ορισμένες από τις θέσεις. Οι υποψήφιοι της κατηγορίας ΤΕ Τελωνειακών θα πρέπει να διαθέτουν πτυχίο ή δίπλωμα όλων των Τμημάτων της «Σχολής Διοίκησης και Οικονομίας» των ΤΕΙ, ή το ομώνυμο ή αντίστοιχης ειδικότητας πτυχίο ή δίπλωμα ισότιμων τίτλων σχολών της ημεδαπής ή αλλοδαπής, ενώ για τους ΔΕ Εφοριακούς χρειάζεται δίπλωμα ΙΕΚ οποιασδήποτε ειδικότητας του τομέα Χρηματοπιστωτικών και Διοικητικών Υπηρεσιών (πρώην Οικονομίας και Διοίκησης) ή πτυχίο Α ή Β' κύκλου ΤΕΕ ή απολυτήριο Λυκείου.

Κατηγορίες προστασίας
Ηδη το υπουργείο Εργασίας καθόρισε τον αριθμό των θέσεων για τις υπηρεσίες του υπουργείου Οικονομικών, που πρόκειται να πληρωθούν από άτομα που προστατεύονται από τις διατάξεις του Ν. 2643/1998. Η κατανομή τους ανά κατηγορία έχει ως εξής:

► **Αττικής:** ΠΕ Οικονομικών/Τελωνειακών Ι (ΑΜΕΑ)

► **Αττικής (Πειραιά):** ΠΕ Νομικής Τελωνειακών Ι (πολύτεκνων), ΠΕ Οικονομικών Τελωνειακών Ι (Αναπήρων Πολέμου), ΔΕ Τελωνειακών Ι (Εθνικής Αντίστασης)

► **Εβρου:** ΠΕ Οικονομικών Τελωνειακών Ι (πολύτεκνων), ΤΕ Τελωνειακών Ι (ΑΜΕΑ), ΔΕ Τελωνειακών Ι (τρίτεκνων)

► **Θεσσαλονίκης:** ΠΕ Νομικής Τελωνειακών Ι (Έμμεσης ΑΜΕΑ), ΠΕ Οικονομικών Τελωνειακών Ι (τρίτεκνων), ΔΕ Τελωνειακών Ι (ΑΜΕΑ)

► **Κιλκίς:** ΤΕ Τελωνειακών Ι (τρίτεκνων).

Μέσο:ΤΑ ΝΕΑ

Ημ. Έκδοσης: ...18/02/2014 Ημ. Αποδελτίωσης: ...18/02/2014

Σελίδα:46



ΕΥΡΩΚΙΝΗΣΗ

Φέτος η ΕΠΙΤΥΧΙΑ, του χρόνου η ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Αλλαγές στις Αστυνομικές Σχολές που παρέμειναν στο Μηχανογραφικό

Πολλοί είναι οι υποψήφιοι που ενδιαφέρονται να εισαχθούν στις Στρατιωτικές και Αστυνομικές Σχολές.

Για τις δεύτερες, πρέπει να ξέρουν ότι παρά την αρχική απόφαση, τελικά θα συμπεριληφθούν στο φετινό Μηχανογραφικό Δελτίο (ο αριθμός των εισακτέων θα ανακοινωθεί εν καιρώ), όσοι όμως επιτύχουν δεν θα εισαχθούν φέτος αλλά το ερχόμενο έτος, μαζί με όσους πέτυχαν πέρυσι και επίσης αναμένουν την εισαγωγή. Όσοι πάντως εισαχθούν, μετά την αναβάθμιση των σχολών αυτών, θα μπορούν

Οι υποψήφιοι για το 10% των θέσεων (χωρίς νέα εξέταση) δεν θα υποβάλουν Αίτηση - Δίλωση

στο εξής να παρακολουθούν και μεταπτυχιακά προγράμματα σπουδών μετά την αποφοίτησή τους.

Προκειμένου να δηλωθούν οι Αστυνομικές Σχολές στη φετινή Αίτηση - Δίλωση συμμετοχής στις εξετάσεις, διευκρινίζονται τα εξής:

Δεν θα αποσταλούν καινούργια υποδείγματα της Αίτησης - Δίλωσης. Οι ενδιαφερόμενοι θα εξακολουθούν να υποβάλουν τα υπάρχοντα υποδείγματα, τα οποία είναι αναρτημένα στην ιστοσελίδα του υπουργείου και διατίθενται και στα λύκεια. Σε αυτά τα υποδείγματα δεν υπάρχει η επιλογή «Αστυνομικές Σχολές» για πολίτες, ωστόσο οι διευθυντές των λυκείων πρέπει να ενημερώσουν εκ νέου

τους υποψηφίους ότι τελικά οι Αστυνομικές Σχολές για πολίτες θα υπάρχουν στα Μηχανογραφικά Δελτία ΓΕΛ και ΕΠΑΛ του 2014.

Για την πλήρη ενημέρωσή τους οι υποψήφιοι θα καλούνται να υπογράψουν στη συνημμένη Συγκεντρωτική Κατάσταση Αίτησης - Δίλωσης ότι έλαβαν γνώση της νέας ρύθμισης. Η εν λόγω συγκεντρωτική κατάσταση θα παραμείνει στο λύκειο μαζί με τα αντίγραφα των Αιτήσεων - Διλώσεων μέχρι το τέλος των εξετάσεων.

ΠΡΟΣΟΧΗ. Όσοι υποψήφιοι ήδη υπέβαλαν Αίτηση - Δίλωση θα πρέπει να ενημερωθούν (τηλεφωνικά, αν πρόκειται για αποφοίτους) από τους διευθυντές των λυκείων για τη νέα ρύθμιση, ώστε να προσέλθουν στο λύκειο, να υπογράψουν και αυτοί στη συνημμένη Συγκεντρωτική Κατάσταση Αίτησης - Δίλωσης και αν επιθυμούν να προβούν σε τυχόν διόρθωση της αρχικής τους Αίτησης - Δίλωσης.

Σε όλους τους υποψηφίους πρέπει να επισημαίνεται ότι όσοι πολίτες τελικά επιθυμούν να διεκδικήσουν την εισαγωγή τους σε Αστυνομικές Σχολές, παρότι δεν θα το δηλώσουν τώρα στην Αίτηση - Δίλωση, θα πρέπει παρακολουθώντας την ανάλογη προκήρυξη του υπουργείου Δημόσιας Τάξης και Προστασίας του Πολίτη να υποβάλουν σχετική αίτηση ώστε υποχρεωτικά να περάσουν τις προκαταρκτικές εξετάσεις των Αστυνομικών Σχολών. Αυτή η διαδικασία ισχύει ανέ-

καθεν για όλες τις Στρατιωτικές Σχολές, Αστυνομικές Σχολές ή Σχολές Ακαδημιών Εμπορικού Ναυτικού, ανεξαρτήτως αν οι υποψήφιοι τις είχαν συμπεριλάβει στην Αίτηση - Δίλωση.

Τέλος, οι υποψήφιοι για το 10% των θέσεων (χωρίς νέα εξέταση) δεν θα υποβάλουν Αίτηση - Δίλωση. Εννοείται ότι και αυτοί συμπεριλαμβάνονται στη νέα ρύθμιση.

ΣΤΙΣ ΣΤΡΑΤΙΩΤΙΚΕΣ ΣΧΟΛΕΣ. Η εισαγωγή κάποιου υποψηφίου στις στρατιωτικές σχολές εξαρτάται από μία κύρια βασική διάκριση. Υπάρχουν σχολές όπου την εισαγωγή μπορούν να διεκδικήσουν όλοι οι υποψήφιοι και σχολές στις οποίες τη διεκδικούν μόνο όσοι υπάγονται στις ειδικές κατηγορίες υποψηφίων.

Στο Μηχανογραφικό Δελτίο οι πρώτες διακρίνονται με την υπόδειξη «Γενική Σειρά» ενώ οι υπόλοιπες με τη διάκριση «Ειδική Κατηγορία» (π.χ. πολύτεκνοι, αναπηρίες κ.λπ.). Το ποσοστό που δίνεται σε υποψηφίους που ανήκουν σε κάποια ειδική κατηγορία ανέρχεται το πολύ στο 35% των θέσεων που ανακοινώνουν οι σχολές για τον συνολικό αριθμό εισαγωγής υποψηφίων.

Απαιτείται επίσης σωματομετρική ανάλυση. Οι γυναίκες πρέπει να έχουν ύψος τουλάχιστον 1,60 και οι άνδρες 1,70, ενώ ο Δείκτης Μάζας Σώματος για τους άνδρες πρέπει να βρίσκεται από 19 έως 27 και για τις γυναίκες από 18 έως 25.