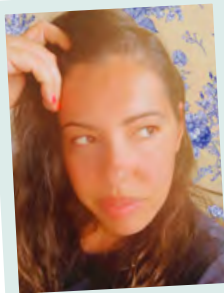


SAY *yes* to the **press**

ΑΚΟΛΟΥΘΩΝΤΑΣ
ΤΟΝ ΔΡΟΜΟ
ΤΟΥ ΧΡΥΣΟΥ



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα αγαπημένοι **SayYessers!!!**

Δεν ξέρω για σας εγώ πάντως τις ωραίες παιδικές ταινίες και ειδικά αυτές που προβάλλονται στη μεγάλη οθόνη τις κυνηγάω με μανία! Λοιπόν η Disney έκανε και πάλι το θαύμα της και ονομάζεται “**Encanto, ένας κόσμος μαγικός**”. Και ήταν πραγματικά μαγική ταινία!!!

Πρωταγωνίστρια είναι η μικρή Maribel που ανήκει σε μία κάπως ξεχωριστή, μάλλον μαγική οικογένεια που ζει κρυμμένη στα βουνά της Κολομβίας, τους Madrigal. Οι Madrigal λοιπόν, με τη βοήθεια της φλόγας ενός μαγικού κεριού και του μαγεμένου σπιτιού τους την Casita, ζουν ευτυχισμένοι σε ένα φανταστικό μέρος το Encanto.

Κάθε παιδί της οικογένειας, γύρω στην ηλικία των 5 ετών, μέσα από μία εορταστική τελετή μαθαίνει ποιο είναι το δικό του χάρισμα. Το κάθε παιδί ανεβαίνει τη μαγική σκάλα και μία μαγεμένη πόρτα εμφανίζεται μπροστά του που του αποκαλύπτει το χάρισμα που διαθέτει. Όταν ήρθε η ώρα της Maribel η πόρτα αυτή εξαφανίστηκε και όλοι υπέθεσαν πως η μικρούλα δεν είχε κανένα χάρισμα. Αυτό έκανε τη γιαγιά της Abuela, αρχηγό της οικογένειας, να την αντιμετωπίζει δυστυχώς με καχυποψία και απογοήτευση, αφού ήταν η μόνη χωρίς χάρισμα και δεν κατάφερε να κάνει την οικογένειά της περηφανή. Όμως όταν τα πράγματα δεν πηγαίνουν καλά, τότε η μαγεία που κρύβει μέσα μας ο καθένας έρχεται στην επιφάνεια και σώζει την κατάσταση.

Γιατί όπως όλοι γνωρίζουμε και όπως συνηθίζουμε να λέμε μέσα από αυτή τη στήλη, κάθε άνθρωπος έχει τη δική του μαγεία και το δικό του χάρισμα, απλά πρέπει να του δοθεί η κατάλληλη ευκαιρία να το ανακαλύψει... Αυτό έκανε και η μικρή Maribel, το δικό της χάρισμα στο τέλος ήταν η μοναδική ελπίδα σωτηρίας για εκείνη και την οικογένειά της...



Υπέροχη ταινία, με απίθανα ζωηρά χρώματα, καλογραμμένοι διάλογοι, γρήγορη εναλλαγή συναισθημάτων και τραγούδια που σε ξεσηκώνουν. Αν και ήταν μεγαλούτσικη για παιδική, 109 λεπτά, η ώρα πέρασε χωρίς να το καταλάβεις και όταν τελείωσε ήθελες και άλλο.

Tip of the Day: Πάρε χαρτομάντηλα, εγώ μία συγκίνηση την πέρασα εκεί προς το τέλος. Και δεν ήμουν η μόνη fyi ! Μπορείς να δεις το trailer [εδώ](#)

Κλαίρη Στυλιारा
Chief of SayYessers
claire@sayyescomm.gr

Ακολουθώντας τον δρόμο του Χρυσού

Η Ελλάδα τα επόμενα χρόνια θα βρεθεί ανάμεσα στους κορυφαίους παραγωγούς χρυσού στην Ευρώπη.

Hellas
GOLD

Η εισαγωγή νέων τεχνολογιών και η κατάλληλη εκπαίδευση του προσωπικού αποτελούν τα πρώτα βήματα για την έναρξη της εμπορικής παραγωγής στο παγκόσμια κλάση μεταλλείο των Σκουριών, όπως και για την εξυγίανση των μεταλλείων της Ολυμπιάδας και των Μαύρων Πετρών, λαμβάνοντας υπόψη τους όρους Βιώσιμης Ανάπτυξης. Μετά την κύρωση της νέας Επενδυτικής Συμφωνίας μεταξύ της Ελληνικός Χρυσός και της κυβέρνησης, η μετατροπή της χώρας μας σε σημαντικό παραγωγό χρυσού στην Ευρώπη ξεκίνησε.

Ο στρατηγικός οδικός χάρτης

Σύμφωνα με ανακοίνωση της Ελληνικός Χρυσός “πρωταρχικός στόχος του στρατηγικού σχεδίου είναι ο μετασχηματισμός των Μεταλλείων Κασσάνδρας σε μια αποτελεσματική, υγιή και κερδοφόρο επιχείρηση, με ενισχυμένες θέσεις εργασίας, όρους Βιώσιμης Ανάπτυξης και προοπτικές μακροπρόθεσμης ευημερίας των κοινοτήτων της ΒΑ Χαλκιδικής”. Εκτιμάται ότι οι πρώτες θετικές επιδράσεις αναφορικά με την τοπική απασχόληση και ανάπτυξη θα αρχίσουν να διαφαίνονται ήδη από τις αρχές του 2022. Συγκεκριμένα, στο Μεταλλείο των Σκουριών πρόκειται να επενδυθούν €1,2 δισ.

Σχετικά με το **μεταλλείο της Ολυμπιάδας**, η Ελληνικός Χρυσός θα ενισχύσει την ασφάλεια, την ψηφιοποίηση και την παραγωγικότητά του, ενώ το **μεταλλείο των Μαύρων Πετρών** θα περιέλθει σε Φάση Γεωλογικής Έρευνας, για να διαπιστωθεί αν διαθέτει βιώσιμα αποθέματα, οπότε οι εργασίες θα σταματήσουν προσωρινά.

Η εγκατάσταση συστήματος 4G και εξελιγμένων εφαρμογών που αποσκοπούν σε μεγαλύτερη ασφάλεια και σε βελτίωση της διαχείρισης νερού και ενέργειας, θα οδηγήσει σε εκσυγχρονισμό του μεταλλείου της Ολυμπιάδας.

Επιπρόσθετα, θα δημιουργηθεί πρότυπο **Κέντρο Τεχνικής Κατάρτισης & Εκπαίδευσης στο Στρατώνι**, όπου το εργατικό δυναμικό θα εκπαιδεύεται σε νέες δεξιότητες, ώστε να είναι προετοιμασμένο για όλες τις νέες τεχνολογίες που θα εφαρμόζονται στις Σκουριές.

Το όφελος για τη ΒΑ Χαλκιδική

Σύμφωνα με εκτιμήσεις η υλοποίηση του στρατηγικού οδικού χάρτη θα οδηγήσει στη δημιουργία 3.000 θέσεων εργασίας καθ’ όλη τη διάρκεια της αναπτυξιακής πορείας, ενώ ακόμα 1.000 θέσεις εργασίας θα προστεθούν κατά το πρώτο έτος των κατασκευαστικών έργων στις Σκουριές.



Συμμετοχή Μελών ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ στην επιτυχημένη Ημέρα Καριέρας του ΟΑΕΔ

Το Σάββατο 20 Νοεμβρίου 12 Μέλη της πρωτοβουλίας ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ συμμετείχαν στην Ημέρα Καριέρας του ΟΑΕΔ στην Αθήνα, που σημείωσε μεγάλη επιτυχία, αφού η προσέλευση των υποψηφίων ξεπέρασε τα 2.000 άτομα.

Ειδικότερα, οι εταιρίες-Μέλη που συμμετείχαν ήταν οι Agrino, ΧΗΤΟΣ-ΖΑΓΟΡΙ, Ζυμαρικά ΗΛΙΟΣ, Ευβοϊκή Ζύμη, SKAG, Μανδρέκας, Μύλοι Δάκου, Μύλοι Θράκης, Μέλι Αττική, Οικογένεια Στεργίου, SABO, SEPTONA και ο φορέας πιστοποίησης των Μελών, η EURO-CERT. Οι ιδιοκτήτες, οι υπεύθυνοι και τα στελέχη των τμημάτων Προσωπικού των εταιριών-Μελών της ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ είχαν την ευκαιρία να συνομιλήσουν με υποψήφιους όλων των ηλικιών, που στοχευμένα επισκέπτονταν τα stands των εταιριών με βάση τις ανοιχτές θέσεις εργασίας, που είχαν επικοινωνηθεί στον ΟΑΕΔ. Η πρωτοβουλία ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ στηρίζει τις σημαντικές δράσεις που διοργανώνει ο ΟΑΕΔ, όπως οι Ημέρες Καριέρας, οι οποίες λειτουργούν ως ένα εργαλείο αποτελεσματικής σύζευξης προσφοράς-ζήτησης της ελληνικής αγοράς, οπότε με τον τρόπο αυτό συμβάλλει στην εθνική προσπάθεια για τη μείωση της ανεργίας στη χώρα, βρισκόμενη σταθερά στο πλευρό του πολίτη.

Ημέρα Καριέρας



ΕΔΡΑ
ΠΑΡΑΓΩΓΗ
ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ
ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Tech News

«Σεισμικότητα» από το Γεωδυναμικό Ινστιτούτο



Seismicity – N.O.A.

NOC NOAA Tools

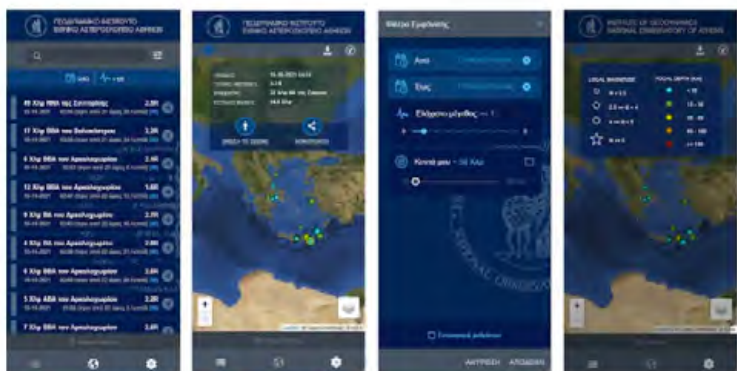
★★★★★ 47

PEGI 3

This app is available for some of your devices

Add to Wishlist

Install



Μια νέα εφαρμογή για κινητά τηλέφωνα με την ονομασία «ΣΕΙΣΜΙΚΟΤΗΤΑ – Ε.Α.Α» παρουσίασε το Γεωδυναμικό Ινστιτούτο του Εθνικού Αστεροσκοπείου Αθηνών με σκοπό την έγκαιρη και αξιόπιστη ενημέρωση των πολιτών για τα σεισμική δραστηριότητα στον ελλαδικό χώρο. Χάρη στη συμμετοχική δράση των χρηστών, η εφαρμογή προβάλλει μια συνολική εικόνα του μεγέθους και των επιπτώσεων ενός σεισμού.

Κύρια χαρακτηριστικά της εφαρμογής είναι:

- ✓ Ενημέρωση για σεισμικά γεγονότα σε πραγματικό χρόνο.
- ✓ Δυνατότητα προβολής των σεισμικών γεγονότων σε χάρτη και παρατήρηση της γεωγραφικής τους θέσης.
- ✓ Εξατομικευμένη προβολή συμβάντων (μέγεθος σεισμού, ημερομηνία, απόσταση από τη θέση του χρήστη).
- ✓ Δυνατότητα διαμοιρασμού σεισμικών γεγονότων μέσω email κ.α.
- ✓ Λειτουργία «ένιωσα ένα σεισμό» όπου οι χρήστες καταχωρούν τις εμπειρίες τους αλλά και προβάλλεται η περιοχή που έχει γίνει αισθητός ένας σεισμός, σύμφωνα με καταχωρήσεις των χρηστών.

Μπορείτε να κατεβάσετε την εφαρμογή σε συσκευές Android μέσω του Google Play και σε συσκευές iOS μέσω του Apple Store.



Γιώργος Τσολκάς,
Sous Chef @Akti
Restaurant του
Ομίλου Margi Hotel

Πικάντικο κοτόπουλο με λαχανικά και γιαούρτι

**Σήμερα σας προτείνουμε να φτιάξετε
ένα πικάντικο γεύμα!**

Υλικά:

500 γρ. μπούτι κοτόπουλο
1 κρεμμύδι λευκό
1 σκελίδα σκόρδο
3 τμχ πολύχρωμες πιπεριές
1 τσίλι πιπεριά
2 τμχ φρέσκο κρεμμύδι
1 κ.γ. κάρυ
1 κ.γ. κόλιανδρος τριμμένος
1 κ.γ. πάπρικα καπνιστή
1 κ.σ. πελτέ τομάτας
Ζωμός κοτόπουλο
150 γρ. γιαούρτι
Κόλιανδρος φρέσκος

Πώς γίνεται:

- Σωτάρουμε το κοτόπουλο με τα μπαχαρικά και το αφαιρούμε.
- Ύστερα προσθέτουμε τα λαχανικά και τον πελτέ και ξανά το κοτόπουλο.
- Σβήνουμε με τον ζωμό κοτόπουλο και μαγειρεύουμε μέχρι να μαλακώσει.
- Σε μια μπασίνα βάζουμε το γιαούρτι και ρίχνουμε σιγά σιγά τον ζωμό από το φαγητό και μετά τα ενσωματώνουμε.
- Σημαντικό είναι να μην έχει πάρα πολύ ζωμό το φαγητό για να δέσουμε με το γιαούρτι.
- Ρίχνουμε τα φύλλα κόλιανδρου και τα φρέσκα κρεμμύδια κομμένα σε λεπτές φέτες από επάνω.
- Σερβίρουμε με αρωματικό ρύζι basmati και αραβικές πίτες.



Η HELL ENERGY επεκτείνει το portfolio της με βιταμινούχα ροφήματα

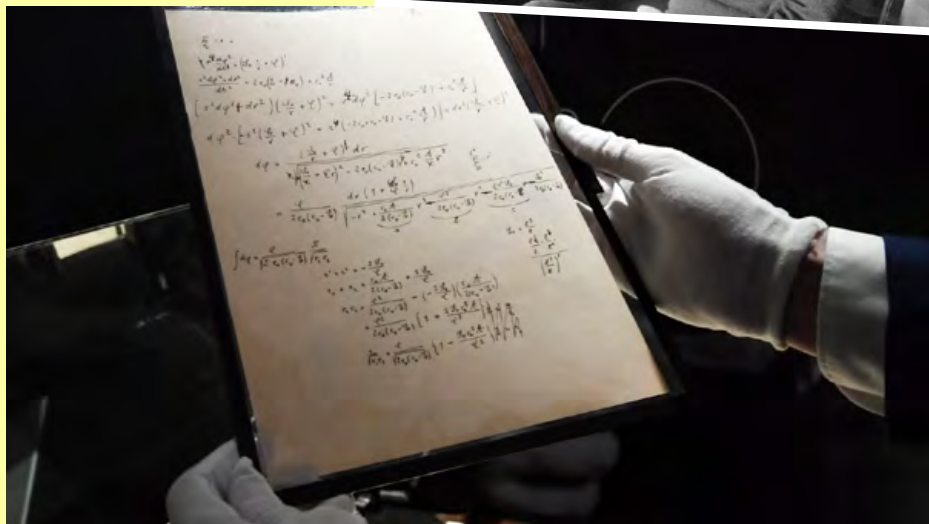
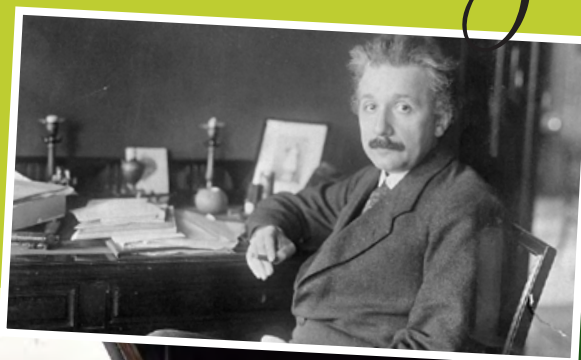
Η HELL ENERGY εντάσσει στο portfolio της τα βιταμινούχα ροφήματα DeLaVie και Fizzy από τη Swiss Laboratory. Τα προϊόντα της Swiss Laboratory είναι πλέον διαθέσιμα στην ελληνική αγορά, αλλά και σε περισσότερες από 10 χώρες.

Τα νέα βιταμινούχα προϊόντα της HELL, ξεχωρίζουν για το ελβετικό εκχύλισμα βοτάνων υψηλής ποιότητας που περιέχουν, την ξεχωριστή γεύση τους, ενώ παράλληλα η κατανάλωσή τους είναι πολύ πιο ευχάριστη από αυτή των βιταμινών που διατίθενται σε μορφή χαπιού. Τα Swiss Laboratory χωρίζονται σε δύο κατηγορίες, τα DeLaVie που δεν περιέχουν ανθρακικό και τα ανθρακούχα Fizzy, δίνοντας έτσι την επιλογή στον καταναλωτή να διαλέξει σύμφωνα με τις προτιμήσεις του. Επιπλέον, βασικό συστατικό των Swiss Laboratory, αποτελεί το εκχύλισμα βοτάνων υψηλής ποιότητας της ελβετικής φυσικής βιοτεχνίας DIXA, η οποία μετρά 104 χρόνια ιστορίας. Το εκχύλισμα παρασκευάζεται με απόλυτη προσοχή και έχει ως βάση τα βότανα χρένου, περγαμόντου και μέντας που προέρχονται από τις ελβετικές Άλπεις. Τα ροφήματα δεν περιέχουν συντηρητικά και είναι πλούσια σε βιταμίνες και μέταλλα.



SAY *yes* & get impressed

Χειρόγραφο του Αϊνστάιν πωλήθηκε έναντι 11,6 εκατ. ευρώ!



Ένα χειρόγραφο του Άλμπερτ Αϊνστάιν, στο οποίο προετοίμαζε τη γενική του θεωρία της σχετικότητας, πουλήθηκε σε δημοπρασία έναντι ποσού ρεκόρ 11,6 εκατομμυρίων ευρώ στο Παρίσι.

Τα προηγούμενα ρεκόρ για ένα χειρόγραφο του Αϊνστάιν ήταν 2,4 εκατομμύρια ευρώ το 2018 για μια επιστολή για τον Θεό, και 1,39 εκατ. ευρώ το 2017 στην Ιερουσαλήμ για μια επιστολή που αναφερόταν στο μυστικό της ευτυχίας.

Σε αντίθεση με τα προηγούμενα χειρόγραφα που είχαν πουληθεί, το τωρινό είναι έγγραφο επιστημονικής εργασίας, και σε αυτό συνεπάγεται η σπανιότητά του.

Ειδικότερα, πρόκειται για ιδιόχειρο χειρόγραφο 54 σελίδων γραμμένο το 1913 και το 1914 στη Ζυρίχη (Ελβετία) από τον γερμανικής καταγωγής φυσικό και τον συνεργάτη του και έμπιστο φίλο του Μισέλ Μπέσο.

Christmas DIY!

Τα Χριστούγεννα πλησιάζουν και όλο και περισσότερα σπίτια φοράνε τα γιορτινά τους! Δείτε μία εύκολη αλλά εντυπωσιακή κατασκευή που μας προτείνουν οι ειδικοί του Stars for Europe.

Vintage βάση για κέικ σε παστέλ αποχρώσεις

Πολύχρωμες παστέλ αποχρώσεις, vintage style και DIY - τρεις τάσεις διακόσμησης ενώνονται σε αυτή την όμορφη βάση για κέικ. Αυτή η πρωτότυπη ιδέα, με παστέλ πιάτα και ποτήρια, είναι εύκολη και γρήγορη στην προετοιμασία και θα κλέψει τις εντυπώσεις.

Θα χρειαστείτε τρία πιάτα διαφορετικών μεγεθών (π.χ. πιάτο φαγητού, πιάτο γλυκού και πιατάκι καφέ), διακοσμητικά ποτήρια, ένα μικρό γυάλινο βάζο, ανθεκτική κόλλα για όλες τις χρήσεις, πολύχρωμα μίνι αλεξανδρινά και μικρά μεταλλικά δοχεία ως γλαστράκια.

Βήμα προς βήμα!

Βήμα 1: Αρχικά αποφασίστε αν τα ποτήρια θα μπουν ανάμεσα στα πιάτα με τη βάση ή το άνοιγμα στραμμένο προς τα πάνω. Στη συνέχεια κολλήστε τα πιάτα και τα ποτήρια μαζί ένα-ένα. Εφαρμόστε την κόλλα στη βάση ή το χείλος του γυαλιού και πιέστε πάνω στην επιφάνεια του πιάτου μέχρι να στεγνώσει τελείως η κόλλα. Θα χρειαστείτε τρία πιάτα και δύο ποτήρια για μία βάση τριών επιπέδων.

Βήμα 2: Προσθέστε τα πολύχρωμα μίνι αλεξανδρινά στα μεταλλικά δοχεία και τοποθετήστε τα στη βάση που έχετε φτιάξει. Σημαντικό: Θα χρειαστεί να περιμένετε μέχρι να στεγνώσει τελείως η κόλλα.

Βήμα 3: Τέλος, ως τελική πινελιά, κολλήστε ένα μίνι γυάλινο βάζο στο πάνω πιάτο, γεμίστε το με νερό και τοποθετήστε μέσα ένα κομμένο αλεξανδρινό. Έτοιμο!



1



2



3

Press Room

Beauty & Fashion edition

DISNEY PRINCESS Sisterlove: Αδελφική αγάπη από essence & CATRICE

Επιστροφή στα παιδικά μας χρόνια:

Η νέα συλλογή Sisterlove της essence και της CATRICE, η Disney Princess Limited Edition, γιορτάζει τις πριγκίπισσες της Disney και τα θετικά τους χαρακτηριστικά με το σύνθημα "Courage To Be Kind".

Γιατί αγαπάμε τόσο πολύ τις πριγκίπισσες της Disney - Ariel, Jasmine, Pocahontas, Belle, Mulan και Rapunzel; Γιατί πάντα ήξεραν ένα πράγμα: το να είσαι καλός και φιλικός είναι το νέο trend! Σίγουρες και θαρραλέες από τη μια, ευγενικές και ζεστές από την άλλη - το ίδιο ισχύει και για τις δικές μας ηρωίδες. Εμπνεύμαστε από τις πριγκιπικές τους ιδιότητες και δημιουργούμε το απόλυτο statement look με τα προϊόντα ματιών και προσώπου, τα πινέλα και τα balm για τα χείλη της σειράς Disney Princess!



Η μεγαλύτερη κρουαζιέρα του κόσμου: 274 ημέρες στη θάλασσα, 150 προορισμοί

SAY *yes* & get impressed

Η εταιρία Royal Caribbean προσφέρει μια κρουαζιέρα 274 ημερών σε όσους βέβαια είναι διατεθειμένοι να πληρώσουν από 50 έως 95.000 ευρώ για να γυρίσουν και τις επτά ηπείρους! Οι ταξιδιώτες θα επισκεφτούν συνολικά 150 μέρη.

Σύμφωνα με την εταιρία, το κρουαζιερόπλοιο Serenade of the Seas θα αναχωρήσει τον Δεκέμβριο του 2023 από το Μαϊάμι και θα επιστρέψει τον Σεπτέμβριο του 2024.

Οι επιβάτες θα βρεθούν σε 65 χώρες και θα έχουν την ευκαιρία να δουν μνημεία όπως το Μάτσου Πίτσου, το Σινικό Τείχος, το Ταζ Μαχάλ, το Κολοσσαίο, το Ρίο ντε Τζανέιρο, τους καταρράκτες Ιγκουασού, τις Πυραμίδες της Γκίζας κ.α. Η Αθήνα είναι ένας από τους 150 προορισμούς.

Ο στόχος της Royal Caribbean Cruise Line είναι «να ζήσουν όλοι οι επιβάτες μας μια υπέροχη και πολύ διαφορετική περιπέτεια σε ένα άκρως επικό τουριστικό πακέτο». Το συγκεκριμένο ταξίδι άλλωστε ονομάστηκε «Η απόλυτη παγκόσμια κρουαζιέρα».





Ερευνα: Πώς επηρεάζει η vegan διατροφή την ανάπτυξη των παιδιών

Τα παιδιά που ακολουθούν vegan διατροφή είναι λίγο πιο κοντά και με πιο αδύναμα οστά, σύμφωνα με νέα μελέτη. Συγκεκριμένα, οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι τα παιδιά ηλικίας πέντε έως 10 ετών που ακολουθούσαν φυτικές διατροφές ήταν κατά μέσο όρο τρία εκατοστά πιο κοντά από εκείνα που η διατροφή τους περιλάμβανε και κρέας. Επιπλέον, τα οστά τους ήταν μικρότερα και λιγότερο δυνατά.

Η μελέτη από ερευνητές του Ινστιτούτου Παιδικής Υγείας Great Ormond Street του Πανεπιστημιακού Κολεγίου του Λονδίνου αναφέρει ότι οι γονείς θα πρέπει να γνωρίζουν τους κινδύνους των χορτοφαγικών διατροφών και ότι τα παιδιά που τις ακολουθούν θα πρέπει να λαμβάνουν συμπληρώματα βιταμίνης B12 και D, προκειμένου να μειώσουν τις ενδεχόμενες μακροχρόνιες συνέπειες που έχει για την υγεία η vegan διατροφή κατά την ανάπτυξή τους.



Τι είναι τα φυτοκεραμίδια και πώς ωφελούν την επιδερμίδα

Όσο χειμωνιάζει και οι θερμοκρασίες πέφτουν, η επιδερμίδα αφυδατώνεται πιο εύκολα. Τα κεραμίδια είναι λιπίδια που βρίσκονται στο δέρμα μας και συμβάλλουν στη δημιουργία του δερματικού φραγμού, προστατεύοντας από την ξηρότητα και την αφυδάτωση. Ειδικότερα, βρίσκονται κυρίως στην κεράτινη στιβάδα της επιδερμίδας και βοηθούν στη διατήρηση της υγρασίας. Τα κεραμίδια ενεργοποιούν τη φυσική ανανέωση του δέρματος.

Μπορούμε να ενισχύσουμε την προστασία της επιδερμίδας μας με φυτοκεραμίδια, που είναι βιοδραστικά και θρέφουν το δέρμα.

Σύμφωνα με μελέτες τα φυτοκεραμίδια προσφέρουν σημαντική ενυδάτωση και προλαμβάνουν την ξηρότητα, ενώ συνεισφέρουν στην ανάπλαση του δέρματος. Βοηθούν ιδιαίτερα το ευαίσθητο και ερεθισμένο δέρμα, που έχει χαμηλό ποσοστό κεραμιδίων, να ανακτήσει τη λάμψη του και να βελτιώσει σημαντικά την όψη του.



Επίσημος χορηγός της ΠΑΕ Κηφισιά η Βιομηχανία Ζυμαρικών ΗΛΙΟΣ

Η ΠΑΕ Κηφισιά ανακοινώνει τη χορηγική της συνεργασία με τη Βιομηχανία Ζυμαρικών ΗΛΙΟΣ για την αγωνιστική σεζόν 2021-2022.

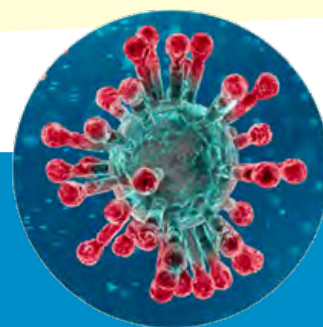
Η Βιομηχανία Ζυμαρικών ΗΛΙΟΣ ιδρύθηκε το 1932 και θεωρείται μια από τις κορυφαίες και πιο σύγχρονες ευρωπαϊκές εταιρίες ζυμαρικών. Για περισσότερα από 90 χρόνια αποδεικνύει καθημερινά ότι έχει την καινοτομία στο DNA της. Παράγει υψηλής ποιότητας, καινοτόμα ζυμαρικά με υψηλή θρεπτική αξία που καλύπτουν τις σύγχρονες και αυξημένες ανάγκες, όπως αυτές που έχουν οι αθλητές.

Η ΗΛΙΟΣ μέσα από την Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη, αλληλεπιδρά με το περιβάλλον και την κοινωνία. Με υψηλή προτεραιότητα στη στήριξη του τοπικού αθλητισμού και στην ανάδειξη των ταλέντων των νέων ανθρώπων, υποστηρίζει ένθερμα τις αγωνιστικές προσπάθειες των παικτών της ΠΑΕ Κηφισιά, που σημειώνει ανοδική πορεία και διεκδικεί περισσότερες αξιώσεις και νικηφόρα αποτελέσματα.



Health News

Πειραματική τσίχλα μειώνει τον κορονοϊό στο σάλιο



Πειραματική τσίχλα η οποία περιέχει μια πρωτεΐνη που «παγιδεύει» σε μεγάλο βαθμό τα σωματίδια του κορονοϊού, μπορεί να περιορίσει το φορτίο του ιού στο σάλιο και να βοηθήσει στον περιορισμό της μετάδοσής του, κυρίως όταν ένας φορέας του ιού μιλάει ή βήχει, σύμφωνα με αμερικανούς επιστήμονες.

Οι ερευνητές του Πανεπιστημίου της Πενσιλβάνια, με επικεφαλής τον καθηγητή Χένρι Ντάνιελ, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο ιατρικό περιοδικό "Molecular Therapy" πραγματοποίησαν εργαστηριακά πειράματα με δείγματα σάλιου και ρινοφάρυγγα από ανθρώπους μολυσμένους από τον κορονοϊό.

Οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι «η τσίχλα με τις

πρωτεΐνες που παγιδεύουν τον ιό, προσφέρει μια γενική φθηνή στρατηγική για την προστασία των ασθενών από τις περισσότερες στοματικές ιικές επαναλοιμώξεις μέσω της μείωσης του ιικού φορτίου ή της ελαχιστοποίησης της μετάδοσής του σε άλλους».



LIFE EL-BIOS: Το πρώτο εθνικό σύστημα πληροφοριών για τη βιοποικιλότητα στην Ελλάδα

Το LIFE EL-BIOS θα αποτελέσει το πρώτο εθνικό σύστημα πληροφοριών σχετικά με τη βιοποικιλότητα για τη χώρα μας.

Υπάρχουν πολλά δεδομένα για τη βιοποικιλότητα στην Ελλάδα αλλά τα δεδομένα αυτά συλλέγονται ως επί το πλείστον από διάφορους φορείς και μπορεί να είναι άγνωστα ή απρόσιτα.

Τώρα όμως, το Πράσινο Ταμείο της Ελλάδας θα σχεδιάσει και θα αναπτύξει ένα κεντρικό σύστημα πληροφοριών για τη βιοποικιλότητα, το "EL BIOS", που θα το διαχειρίζεται ο Οργανισμός Φυσικού Περιβάλλοντος και Κλιματικής Αλλαγής (ΟΦΥΠΕΚΑ).

Το "EL BIOS" θα ενοποιήσει τα σύνολα δεδομένων που υπάρχουν και θα συγκεντρώσει πληροφορίες για τις τάσεις, τις απειλές, τις καινοτόμες τεχνικές κ.α. Ακόμα, το Πράσινο Ταμείο θα εισαγάγει τεχνικές για την παρακολούθηση των οικοτόπων και των οικοσυστημάτων στην Ελλάδα, όπως γεωσκόπηση, τηλεπισκόπηση και ασύρματους αισθητήρες.

Αυτό που θα προκύψει και θεωρείται υψίστης σημασίας είναι η βελτίωση της ικανότητας της Ελλάδας να διατηρεί αποτελεσματικά τη βιοποικιλότητα, γεγονός που θα οδηγήσει στην ενίσχυση της προστασίας της φύσης.

Ο συνολικός προϋπολογισμός του έργου ανέρχεται σε περίπου 2,571 εκατ. ευρώ, από τα οποία το 1,354 εκατ. προέρχεται από ευρωπαϊκούς πόρους.



DogPhone: Ο σκύλος σας μπορεί να σας καλεί στο τηλέφωνο!

SAY *yes* & get impressed



Ο σκύλος σας πλέον μπορεί να έχει το δικό του τηλέφωνο και να σας καλεί όταν εκείνος νομίζει! Το DogPhone είναι ένα πρωτοποριακό gadget που βασίζεται στην ιδέα της Ilvena Hirskyj-Douglas, η οποία είναι ερευνήτρια στο Πανεπιστήμιο της Γλασκώβης.

Με τη βοήθεια ερευνητών από το Πανεπιστήμιο Aalto στη Φινλανδία, η Hirskyj-Douglas δημιούργησε το DogPhone που είναι ένας αισθητήρας κρυμμένος μέσα σε μια μπάλα που ενεργοποιεί μια βιντεοκλήση από έναν υπολογιστή, κάθε φορά που κινείται.

Ο Ζακ, το 10χρονο μαύρο λαμπραντόρ της ερευνήτριας, αποτέλεσε έμπνευση στην ανάπτυξη αυτής της συσκευής επικοινωνίας.

να αναπτυχθεί περισσότερη τεχνολογία για σκύλους στην αγορά καθώς η υπάρχουσα έχει σχεδιαστεί σύμφωνα με τα ανθρώπινα πρότυπα. Δείτε το σχετικό βίντεο [εδώ](#).

Η ερευνήτρια πιστεύει ότι χρειάζεται

Η Amgen Hellas απέκτησε την πιστοποίηση του Great Place to Work

Η Amgen Hellas ανακοινώνει ότι απέκτησε την πιστοποίηση του Great Place to Work®, (CERTIFIED by Great Place to Work®) μετά από μια μεθοδική και διεξοδική αξιολόγηση η οποία πραγματοποιήθηκε από τον οργανισμό Great Place to Work® Hellas.

Η πιστοποίηση αυτή βασίζεται κατά κύριο λόγο, στην ανώνυμη και εμπιστευτική αξιολόγηση την οποία πραγματοποιούν οι εργαζόμενοι της εταιρείας σχετικά με το εργασιακό τους περιβάλλον.

«Η Amgen Hellas, είναι μια εταιρεία που επιδιώκει να βρίσκεται καθημερινά στο πλευρό των ανθρώπων της, αναγνωρίζοντας ότι αυτοί αποτελούν το πολυτιμότερο κεφάλαιο που διαθέτει.

Επιδίωξή μας, αποτελεί η δημιουργία ενός εργασιακού περιβάλλοντος στο οποίο να αποδεικνύεται έμπρακτα η προσήλωσή μας σε πρακτικές που προάγουν την εταιρική μας κουλτούρα, με κυρίαρχες αξίες την εμπιστοσύνη και τον σεβασμό. Η πιστοποίηση του Great Place to Work, αποτελεί για εμάς μια επιβεβαίωση ότι κινούμαστε προς την σωστή κατεύθυνση και είμαστε ιδιαίτερα περήφανοι για αυτό», δήλωσε η Εύη Μωραϊτή, HR Lead της Amgen Hellas.

The Amgen logo is displayed in white, bold, uppercase letters on a blue rectangular background. The word "AMGEN" is followed by a registered trademark symbol (®).

Ο κάκτος των Χριστουγέννων

SAY *yes* & get impressed



Αν σας αρέσουν οι κάκτοι, μπορείτε να στολίσετε έναν για τα Χριστούγεννα! Όχι όμως οποιονδήποτε κάκτο, αλλά τον κάκτο των Χριστουγέννων.

Ονομάστηκε έτσι επειδή λόγω της έλλειψης πεύκων και ελάτων σε πολλά μέρη του πλανήτη, όπως η Αφρική, η Αυστραλία και η Λατινική Αμερική, στολίζουν το συγκεκριμένο φυτό.

Η άλλη ονομασία του φυτού είναι "Υπομονή". Επίσης, ο συγκεκριμένος κάκτος ανθίζει την περίοδο των Χριστουγέννων.

Χρειάζεται αρκετό φως και χώμα με καλή στράγγιση, ενώ δεν αντέχει στις χαμηλές θερμοκρασίες και στον παγωμένο άνεμο.

Bruised: Παγκόσμια επιτυχία η νέα παραγωγή του Hercules Film Fund

Στο πλευρό του πρώτου σκηνοθετικού ντεμπούτου της πολυβραβευμένης και με Όσκαρ ηθοποιού Halle Berry, οι παραγωγοί Πάρις Κασιδόκωστας -Λάτσης και Τέρυ Ντούγκας μέσω του Hercules Film Fund.

Η ταινία «Bruised» έκανε παγκόσμια πρεμιέρα στο Διεθνές Φεστιβάλ Κινηματογράφου του Τορόντο τον Σεπτέμβριο 2020 και στις 24 Νοεμβρίου 2021 άρχισε η προβολή της από το Netflix. Το νέο εγχείρημα των ελλήνων παραγωγών αποτελεί την πρώτη επιλογή των συνδρομητών της πλατφόρμας σε πολλές χώρες του κόσμου ενώ εμφανίζεται και στο ΤΟΠ 10 της Ελλάδας. Αυτή η δραματική ταινία σκηνοθετείται από την ηθοποιό Halle Berry σε σενάριο της Michelle Rosenfarb.

Παραγωγοί της ταινίας είναι Paris Kassidokostas-Latsis, Terry Dugas, Guymon Casady, Brad Feinstein, Linda Gottlieb, Gillian Hormel, Basil Iwanyk και Erica Lee.



Kids' Room

Ο μαγεμένος κήπος

Όλοι ήθελαν να μπουν στον μαγεμένο κήπο, όμως έπρεπε πρώτα να περάσουν μια δοκιμασία. Τι χρειαζόταν για να τα καταφέρουν; Έπρεπε να είναι γενναίοι; Να είναι αδίστακτοι και τολμηροί; Να είναι δυνατοί πολεμιστές; Ή μήπως χρειαζόταν, απλά, λίγη καλοσύνη;

Πριν από πολλά χρόνια, βαθιά μέσα σε ένα μεγάλο δάσος ζούσε ένας σοφός γέρο - μάγος. Ζούσε σε ένα μικρό πέτρινο καλύβι και γύρω του είχε φτάξει έναν όμορφο κήπο. Ο κήπος αυτός όμως, καθώς ήταν μαγεμένος, δεν έμοιαζε με κανέναν άλλο!

Από τη σειρά: Μικρές Καληνύχτες. Για παιδιά μικρά με μεγάλη φαντασία και για νέους γονείς με πολλή όρεξη! Ιστορίες που διαβάζονται μέσα σε δέκα λεπτά!

Από τις εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ.



Οι Abba Mania έρχονται στο Christmas Theater

Την Τετάρτη 8 Δεκεμβρίου 2021 στις 21:00, στο Christmas Theater θα γίνει ένα πάρτι αφιερωμένο στους Abba!

Η κορυφαία παραγωγή Abba Mania, που αναβιώνει με τον πιο πιστό τρόπο τη δύναμη και την ομορφιά της μουσικής των Abba, καθώς και την εκρηκτική σκηνική τους ενέργεια, παρουσιάζεται από το 1999 συνεχώς σε όλο τον κόσμο. Με πάνω από 3 εκατομμύρια θεατές σε πάνω από 30 χώρες συνεχίζει τις περιοδείες και έρχεται στην Αθήνα για μια ακόμα φορά στο Christmas Theater.

Η παράσταση αναπαράγει τον ήχο των Abba πάντα με σεβασμό. Η Abba Mania δεν είναι μόνο για όσους αγάπησαν τα τραγούδια των Abba αλλά και για τους νέους που δεν είχαν την ευκαιρία να τους δουν ζωντανά αλλά τα ξέρουν και τα τραγουδούν.

Ανάμεσα στα τραγούδια που θα θυμηθούμε και θα χορέψουμε είναι το «Dancing Queen», το «Waterloo», το «Mamma Mia», το «The Winner Takes It All», το «Super Trouper», το «Fernando», το «Take A Chance On Me» και πολλά άλλα που συνεχίζουν να μας κάνουν να χορεύουμε.



Κύκλος διαλέξεων της Ελληνικής Εταιρείας Ενδυμασιολογίας για το 2021



ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΗ ΡΑΠΤΙΚΗ

Στον τελευταίο κύκλο διαλέξεων της Ελληνικής Εταιρείας Ενδυμασιολογίας για το 2021 διοργανώνεται αφιέρωμα στη ραπτική, με δυο διαλέξεις και μια συνάντηση στο πλαίσιο της σειράς «Συνομιλώντας». Η ραπτική είναι αρχαιότερη τέχνη από την υφαντική, αφού οι πρώτες απόπειρες δημιουργίας ρούχων έγιναν από δέρματα, γούνες και φλοιούς. Αποτελούσε κυρίως γυναικεία ασχολία και θεωρούνταν βασικό στοιχείο της γυναικείας αρετής, συμβατό με τις οικιακές και εργασιακές αναζητήσεις της ιδανικής γυναίκας. Οι άντρες που ασχολούνταν με την τέχνη έραβαν ανδρικά και γυναικεία ενδύματα υψηλότερης ποιότητας και αισθητικής. Η κατασκευή ρούχων ήταν μακρά και επίπονη εργασία, ενώ συχνά υπήρχε δυσκολία στην εξεύρεση των κατάλληλων υλικών.

Επανάσταση στην τέχνη έφερε η εφεύρεση της χειροκίνητης ραπτομηχανής, η οποία στα μέσα του 19ου



© Δημόσια Κεντρική Βιβλιοθήκη Βέροιας

αι. βοήθησε στη μαζική παραγωγή ειδών ένδυσης και έκανε τα ρούχα πιο προσιτά στο κοινό, ενώ μπορούσε να χρησιμοποιηθεί και στο σπίτι. Τον 20ό αιώνα οι ραπτομηχανές έγιναν πιο προσιτές και έτσι αποτέλεσαν αναπόσπαστο κομμάτι της προίκας κάθε γυναίκας μέχρι τη δεκαετία του 1970. Οι διαλέξεις θα πραγματοποιηθούν διαδικτυακά, μέσω της πλατφόρμας ZOOM.

Για περισσότερες πληροφορίες www.pli.gr

Μια εξαιρετική διερεύνηση που ανατρέπει τις θεμελιώδεις παραδοχές μας για τη σημασία της εργασίας.
Yuval Noah Harari, συγγραφέας

ΕΡΓΑΣΙΑ

Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΠΩΣ ΠΕΡΝΑΜΕ ΤΟΝ ΧΡΟΝΟ ΜΑΣ

Μετάφραση: Λίσα Εκκεκάκη
James Suzman

ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

Εργασία - Η ιστορία του πώς περνάμε τον χρόνο μας

Μια ανατρεπτική καταγραφή της ιστορίας του ανθρώπινου είδους με άξονα την εργασία, από τις απαρχές της ζωής στη Γη μέχρι και το όλο και πιο αυτοματοποιημένο παρόν.

Η εργασία καθορίζει την ταυτότητά μας, το κοινωνικό μας στάτους, το πώς, πού και με ποιον περνάμε τον περισσότερο χρόνο μας. Είναι όμως η τόσο εντατική εργασία απότοκο της γενετικής μας κληρονομιάς; Αν εμείς ζούμε για να δουλεύουμε και δουλεύουμε για να ζούμε, συνέβαινε το ίδιο με τους προγόνους μας της Εποχής του Λίθου; Πώς έφτασε η εργασία να γίνει η κεντρική οργανωτική αρχή των κοινωνιών μας; Πώς μεταμόρφωσε το σώμα, το περιβάλλον, τις αξίες μας;

Ο διακεκριμένος ανθρωπολόγος James Suzman απαντάει στα παραπάνω ερωτήματα, καταγράφοντας διαχρονικά την εξέλιξη της εργασίας. Αξιοποιεί γνώσεις από την ανθρωπολογία, την αρχαιολογία, την εξελικτική βιολογία, τη ζωολογία, τη φυσική και τα οικονομικά, για να καταδείξει ότι κατά το 95% της ιστορίας τους οι άνθρωποι εργάζονταν πολύ λιγότερο και είχαν πολύ διαφορετικές αντιλήψεις για την εργασία απ' ό,τι εμείς σήμερα. Από τις εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ.

Limitless

NEW YORK TIMES BESTSELLER

Αυτό το βιβλίο θα σας ανοίξει δρόμους που ούτε καν είχατε φανταστεί - ΝΟΒΑΚ ΤΖΟΚΟΒΙΤΣ, #1 τενίστας στον κόσμο

LIMITLESS

ΑΝΑΒΑΘΜΙΣΤΕ ΤΟΝ ΕΓΚΕΦΑΛΟ ΣΑΣ, ΜΑΘΕΤΕ ΤΑ ΠΑΝΤΑ ΓΡΗΓΟΡΟΤΕΡΑ ΚΑΙ ΞΕΚΛΕΙΔΩΣΤΕ ΜΙΑ ΕΚΠΛΗΚΤΙΚΗ ΖΩΗ



JIM KWIK



Επί περισσότερα από είκοσι πέντε χρόνια, ο διεθνώς αναγνωρισμένος ειδικός στη βελτίωση απόδοσης του εγκεφάλου Τζιμ Κουίκ συνεργάζεται στενά με κορυφαίους ηθοποιούς, αθλητές, διευθύνοντες συμβούλους και πολύ πετυχημένους ανθρώπους σε όλους τους τομείς, προκειμένου αυτοί να απελευθερώσουν τις πραγματικές τους δυνάμεις. Σε αυτό το ρηξικέλευθο βιβλίο αποκαλύπτει τις βασισμένες στην επιστήμη πρακτικές του και τις ευρέως δοκιμασμένες τεχνικές που χρησιμοποιούν διακεκριμένες προσωπικότητες του κόσμου για να επιταχύνουν τη διαδικασία μάθησης και να πετύχουν σπουδαία αποτελέσματα.

Στην καρδιά αυτού του βιβλίου φωλιάζει ένα μυστικό: όταν μάθετε πώς να μαθαίνετε, μπορείτε να αποδεσμευτείτε από περιοριστικές απόψεις, να φτάσετε σε νέα επίπεδα επιτυχίας, και να ζήσετε μια πραγματικά εξαιρετική ζωή. Αυτό το βιβλίο είναι ένας πρακτικός, εύκολος και δοκιμασμένος οδηγός για να απελευθερώσετε τις δικές σας απεριόριστες δυνάμεις. Από τις εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ.

quote of the day

I TAKE THE INVASION OF MY PERSONAL SPACE VERY SERIOUSLY
Kid Rock

Σήμερα
γιορτάζουν!
Ανδρέας, Ανδρικός,
Ανδριάννα, Ανδρούλα

30 Νοεμβρίου

- › Ημέρα Μνήμης για όλα τα Θύματα του Χημικού Πολέμου
- › Παγκόσμια Ημέρα Αγοραστικής Αποχής
- › International Computer Security Day
- › Giving Tuesday-Friendship
- › National Personal Space Day
- › St. Andrew's Day
- › National Mason Jar Day

tip of the day

Awesmome Life Tip:

Sometimes you just need to be alone, that's okay. It doesn't mean anything's wrong with you, or even that anything's wrong in your life. Sometimes you need to create the space to soul search, recover, think rest and just be. You don't have to apologize for needing or taking this space, it's part of what makes you a happy, healthy person.