

SAY *yes* to the **press**



**ΤΑ ΤΑΤΤΟΟΣ
ΜΠΗΚΑΝ ΣΤΗ
ΝΕΑ ΕΠΟΧΗ!**



Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλή χρονιά αγαπημένοι μου **SayYessers!!!**

Θα ξεκινήσω αισιόδοξα αυτό το πρώτο editorial της χρονιάς και θα σου πω να χαμογελάς!

Να χαμογελάς περισσότερο. Να χαμογελάς μέσα από την ψυχή σου. Να χαμογελάς ακόμα και αν δεν υπάρχει κανένας γύρω σου, να βλέπει το χαμόγελό σου.

Το χαμόγελο είναι μία σύσπαση των μυών του προσώπου μας που οφείλεται στην ευχαρίστηση της στιγμής. Οπότε θα μου πεις, μα γίνεται να χαμογελάω μόνος μου στα καλά καθούμενα; Γίνεται θα σου πω και έχω και πολλούς λόγους για να σε πείσω.

Το πρωί ξύπνησες και είσαι καλά, μπορείς να σηκωθείς, να φας πρωινό, να πας στη δουλειά σου και να κάνεις πράγματα που σου αρέσουν. Δεν είναι λόγος αυτός για να χαμογελάς κάθε πρωί που ξυπνάς; Είναι!

Έχεις ανθρώπους γύρω σου που σε αγαπάνε, έχεις φίλους, οικογένεια, σύντροφο, δεν είναι αρκετό για να το σκέφτεσαι και να χαμογελάς; Είναι!

Βγάζεις τα δικά σου χρήματα, εξελίσσεσαι στη δουλειά σου, κάνεις σεμινάρια, μαθαίνεις μία ξένη γλώσσα, πας ένα ταξίδι, αγοράζεις κάτι που σου αρέσει. Δεν είναι αρκετά όλα αυτά για να σε κάνουν να χαμογελάς; Είναι!

Παίρνεις το αυτοκίνητό σου, το ποδήλατο σου, το τρένο, το καράβι και μπορείς να πας μία εκδρομή, μπορείς να περάσεις μία μέρα στη θάλασσα, να πας για φαγητό σε ένα ωραίο εστιατόριο, να πας σινεμά, θέατρο και να κάνεις ό,τι σε ευχαριστεί και αυτό δεν είναι αρκετό για να σε κάνει να χαμογελάσεις; Είναι!

Tip of the Day: Τίποτα δεν είναι δεδομένο και τίποτα δεν κρατάει για πάντα. Ζήσε την κάθε σου μέρα, γιατί ένα σήμερα αξίζει όσο δύο αύριο! Να χαμογελάς, για όλα αυτά που έχεις καταφέρει και είσαι τυχερός που σου χαρίστηκε ο χρόνος για να τα απολαύσεις.

Και αν ισχύει πως άλλοι σου λένε να χαμογελάς και άλλοι σε κάνουν, γίνε εσύ αυτός που θα χαμογελάς στον εαυτό σου και στους άλλους πρώτος, γιατί σε όλους αξίζει ένα χαμόγελο για να πάει καλά η μέρα.

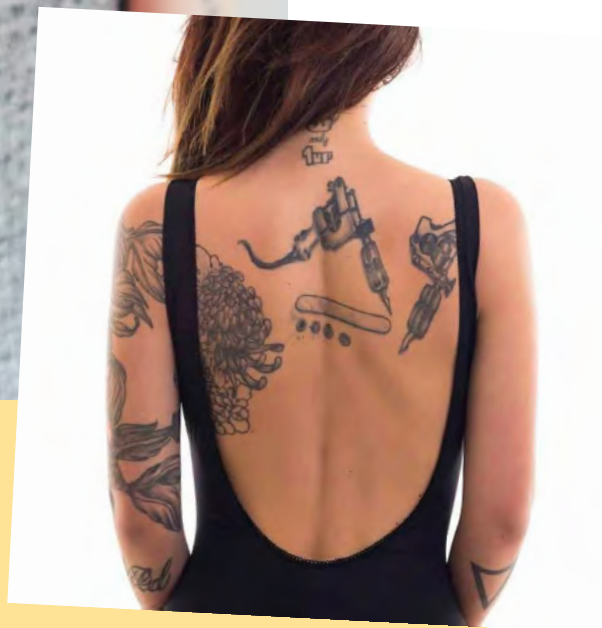
Special Tip of the Day: Ρίξε ένα χαμόγελο και στους εχθρούς σου. Φανατικοί θαυμαστές της ζωής σου είναι και αυτοί...

Κλαίρη Στυλιαρά
Chief of SayYessers
claire@sayyescomm.gr

Τα tattoos μπήκαν στη νέα εποχή!



Σε έναν κόσμο όπου όλα αλλάζουν και η εξέλιξη μοιάζει μονόδρομος για να υπάρξει συνέχεια, τα τατουάζ δεν θα μπορούσαν να... λοξοδρομήσουν.



Έτσι, τον πρώτο μήνα του 2022 τα δεδομένα άλλαξαν! Ήδη όμως από τις 14 Δεκεμβρίου του 2020 η Ευρωπαϊκή Επιτροπή είχε εκδώσει τους νέους κανονισμούς, για τη σύνθεση και την επισήμανση των μελανιών για tattoos και Permanent Makeup που ισχύουν από τις 4 Ιανουαρίου του 2022. Το χρονικό περιθώριο του ενός έτους δόθηκε προκειμένου οι εταιρίες να δημιουργήσουν νέα, ασφαλή προϊόντα.

Σύμφωνα λοιπόν με τους κανονισμούς, χιλιάδες ουσίες κρίθηκαν επικίνδυνες για την υγεία μας γι' αυτό και απαγορεύτηκαν. Μία από αυτές είναι η ισοπροπυλική αλκοόλη, η οποία διασφαλίζει ότι το ιξώδες του μελανιού μπορεί να μειωθεί, ενώ αποτρέπει το άφρισμα. Η συγκεκριμένη ουσία υπάρχει στις περισσότερες χρωστικές της αγοράς, που σημαίνει ότι η σύνθεση των μελανιών θα πρέπει να αλλάξει.

Στα μελάνια που χρησιμοποιούνταν έως τώρα πολλές ουσίες αξιολογήθηκαν ως καρκινογόνες, μεταλλαξιογόνες, τοξικές για την αναπαραγωγή ουσίες (CMR), ερεθιστικές για το δέρμα, διαβρωτικές ή βλαβερές για τα μάτια.

Με γνώμονα την ασφάλεια

Ο Mark Blaine, expert στο European Chemicals Agency (ECHA), που ήταν μεταξύ αυτών που αποφάσισαν για τα νέα μέτρα, επεσήμανε ότι η πρόθεση του νέου κανονισμού είναι να προσφέρει μεγαλύτερη ασφάλεια «με την αποφυγή

δυσμενών επιπτώσεων στο δέρμα και άλλων επιπτώσεων στην υγεία». Αν και προέβλεψε ότι δεν θα υπάρξουν σοβαρές οικονομικές επιπτώσεις στην αλυσίδα εφοδιασμού, οι tattoo artists αναφέρουν πως ήδη αντιμετωπίζουν προβλήματα με προμήθειες.

Ήξερες ότι...

- Στην αρχαία Ελλάδα, όπως και στην Κίνα, tattoos είχαν μόνο οι αιχμάλωτοι, οι εγκληματίες και οι δούλοι. Στις άλλες ασιατικές χώρες ωστόσο τα tattoos ήταν σύμβολα δύναμης.

- Σύμφωνα με το World Atlas περίπου το 23% των ανθρώπων που κάνουν tattoo το μετανιώνουν. Στην Ελλάδα το 35% του πληθυσμού έχει τουλάχιστον ένα tattoo. Οι γυναίκες σε ποσοστό 42% και οι άνδρες σε ποσοστό 29%.

- Η αξία της βιομηχανίας των τατουάζ έχει ξεπεράσει τα 3 δισεκατομμύρια δολάρια.



Claire's Sparkling Room

Εκτός από το προφανές ότι το χαμόγελο είναι μία καμπύλη που μπορεί να ισιώσει τα πάντα, σου έχω 10 ακόμη λόγους που πρέπει να σε κάνουν να χαμογελάς ξανά και ξανά!!!

1 > Το χαμόγελο μας βοηθά να ζήσουμε περισσότερο. Ίσως ο πιο επιτακτικός λόγος για να χαμογελάμε είναι ότι μπορεί να επιμηκύνει τη συνολική διάρκεια της ζωής μας. Μια μελέτη του 2010 διαπίστωσε ότι το γνήσιο, έντονο χαμόγελο συνδέεται με μεγαλύτερη διάρκεια ζωής και πως οι ευτυχισμένοι άνθρωποι φαίνεται να απολαμβάνουν καλύτερη υγεία και μακροζωία.

2 > Το χαμόγελο ανακουφίζει από το άγχος. Το άγχος μπορεί να διαποτίσει όχι μόνο τις στιγμές μας αλλά ακόμα και ολόκληρη την ύπαρξή μας! Το χαμόγελο όχι μόνο βοηθά στο να μας αποτρέψει από το να φαινόμαστε κουρασμένοι, ταλαιπωρημένοι και καταβεβλημένοι, αλλά μπορεί πραγματικά να βοηθήσει στη μείωση του άγχους.

Είτε το πιστεύετε είτε όχι, το χαμόγελο μπορεί να μειώσει το άγχος ακόμα κι αν είναι επιτηδευμένο. Όταν είστε αγχωμένοι, φροντίστε να χαμογελάτε. Εσείς και οι γύρω σας θα καρπωθούν τα οφέλη.

3 > Το χαμόγελο ανεβάζει τη διάθεση. Την επόμενη φορά που θα νιώθετε απογοητευμένοι, δοκιμάστε να χαμογελάσετε. Υπάρχει μεγάλη πιθανότητα η διάθεσή σας να αλλάξει προς το καλύτερο. Η φυσική πράξη του χαμόγελου ενεργοποιεί μονοπάτια στον εγκέφαλό μας που επηρεάζουν τη συναισθηματική μας κατάσταση – που σημαίνει ότι υιοθετώντας μια χαρούμενη έκφραση προσώπου, μπορούμε να «ξεγελάσουμε» το μυαλό σας ώστε να εισέλθει σε μια κατάσταση ευτυχίας.

Ένα απλό χαμόγελο μπορεί να προκαλέσει την απελευθέρωση νευροπεπτιδίων που βελτιώνουν τη νευρική επικοινωνία μας, καθώς και νευροδιαβιβαστών όπως η ντοπαμίνη και η σεροτονίνη, που μπορούν να τονώσουν τη διάθεσή μας. Σκεφτείτε το χαμόγελό μας σαν ένα φυσικό αντικαταθλιπτικό.

4 > Το χαμόγελο είναι μεταδοτικό. Πόσες φορές έχετε ακούσει ότι ένα χαμόγελο έχει τη δύναμη να φωτίσει το δωμάτιο; Αν και είναι σίγουρα ένα όμορφο συναίσθημα, φέρει έναν υπαινιγμό αλήθειας. Το χαμόγελο όχι μόνο έχει την ικανότητα να ανεβάξει τη διάθεσή μας, αλλά μπορεί επίσης να αλλάξει τη διάθεση των άλλων προς το καλύτερο.

Ο εγκέφαλός μας αυτόματα παρατηρεί και ερμηνεύει τις εκφράσεις του προσώπου άλλων ανθρώπων -και μερικές φορές, μπορεί ακόμη και να τις μιμηθούμε. Αυτό σημαίνει ότι μπορεί να εντοπίσουμε το χαμόγελο κάποιου άλλου και ασυναίσθητα να χαμογελάσουμε και οι ίδιοι. Οπότε να είναι και επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι τα χαμόγελα είναι μεταδοτικά.

5 > Το χαμόγελο ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα. Το χαμόγελο μπορεί επίσης να ενισχύσει τη συνολική υγεία μας βοηθώντας το ανοσοποιητικό μας σύστημα να λειτουργεί πιο αποτελεσματικά. Λέγεται πως όταν χαμογελάμε, η λειτουργία του ανοσοποιητικού βελτιώνεται επειδή είμαστε πιο χαλαροί χάρη στην απελευθέρωση νευροδιαβιβαστών.



6 > Το χαμόγελο μπορεί να μειώσει την αρτηριακή πίεση. Το χαμόγελο μπορεί να έχει ευεργετική επίδραση στην αρτηριακή μας πίεση. Το γέλιο φαίνεται συγκεκριμένα να μειώνει την αρτηριακή πίεση, αφού προκαλεί αρχική αύξηση στον καρδιακό ρυθμό και στην αναπνοή. Μπορείτε να δοκιμάσετε να το δοκιμάσετε μόνοι σας, εάν έχετε ένα πιεσόμετρο στο σπίτι. Καθίστε για λίγα λεπτά και κάντε μια μέτρηση. Στη συνέχεια, χαμογελάστε για ένα λεπτό και κάντε άλλη μια μέτρηση ενώ ακόμα χαμογελάτε. Παρατηρείτε διαφορά;

7 > Το χαμόγελο μειώνει τον πόνο. Μελέτες έχουν δείξει ότι το χαμόγελο απελευθερώνει ενδορφίνες, άλλα φυσικά παυσίπονα και σεροτονίνη. Μαζί, αυτές οι χημικές ουσίες του εγκεφάλου μας κάνουν να νιώθουμε καλά από την κορυφή μέχρι τα νύχια. Όχι μόνο ανεβάζουν τη διάθεσή μας, αλλά επίσης χαλαρώνουν το σώμα μας και μειώνουν τον σωματικό πόνο. Το χαμόγελο είναι ένα φυσικό φάρμακο.

8 > Το χαμόγελο σε κάνει ελκυστικό. Μας ελκύουν φυσικά οι άνθρωποι που χαμογελούν. Ενώ οι πιο σοβαρές ή αρνητικές εκφράσεις μας, όπως συνοφρυώματα, κατσούφικα πρόσωπα και γκριμάτσες λειτουργούν με τον αντίθετο τρόπο, απομακρύνοντας τους ανθρώπους καθώς το χαμόγελο θεωρείται πιο ελκυστικό –και οι άλλοι μπορεί ακόμη και να υποθέσουν ότι έχουμε πιο θετικά χαρακτηριστικά προσωπικότητας αν χαμογελάμε.

Όχι μόνο το χαμόγελο μπορεί να μας κάνει πιο ελκυστικούς, αλλά μπορεί επίσης να μας κάνει να φαινόμαστε και πιο νέοι. Επομένως, απλώς δοκιμάστε να χαμογελάτε κατά τη διάρκεια της ημέρας –θα φανείτε νεότεροι και θα αισθάνεστε καλύτερα.

9 > Το χαμόγελο υποδηλώνει επιτυχία. Έρευνες έχουν δείξει ότι οι άνθρωποι που χαμογελούν τακτικά δείχνουν πιο σίγουροι, είναι πιο πιθανό να προαχθούν και είναι πιο πιθανό να τους προσεγγίσουν. Προσπαθήστε να χαμογελάτε σε συναντήσεις και επαγγελματικά ραντεβού. Μπορεί να διαπιστώσετε ότι οι άνθρωποι αντιδρούν σε εσάς διαφορετικά.

10 > Το χαμόγελο μας βοηθά να παραμείνουμε θετικοί.

Δοκιμάστε αυτό το τεστ: Χαμογελάστε. Τώρα προσπαθήστε να σκεφτείτε κάτι αρνητικό χωρίς να χάσετε το χαμόγελο. Είναι δύσκολο, έτσι δεν είναι; Ανεξάρτητα από το αν το χαμόγελό μας είναι γνήσιο ή όχι, εξακολουθεί να στέλνει το μήνυμα ότι “Η ζωή είναι ωραία!” στον εγκέφαλό μας και, τελικά, στο υπόλοιπο σώμα μας.

**Χαμογέλα λοιπόν,
να τρομάξουν
οι φόβοι σου!!!**



Smile



Η μαγεία της φύσης είναι ικανή να σταματήσει τον χρόνο και να μας ταξιδέψει σε μέρη που μοιάζουν να βγήκαν από σελίδες παραμυθιού. Στο Πλανητέρο η πραγματικότητα είναι ονειρική...

Πλανητέρο: Απόδραση σε ένα μαγευτικό πλατανόδασος!

Πήρε το όνομά του από τον μυθικό Πλανήτερο, έναν γαιοκτήμονα της περιοχής που πίστευε ότι μια λάμια κρατούσε τα νερά του ποταμού και γι' αυτό τα χωράφια του ξεραίνονταν. Ένα βράδυ πήγε να τη συναντήσει και κατάφερε να απελευθερώσει τα νερά!

Το χωριό βρίσκεται 25 χιλιόμετρα από τα Καλάβρυτα και είναι χτισμένο σε υψόμετρο 700 μέτρων. Περιπατώντας στο πλατανόδασος του Πλανητέρου νιώθεις ότι ξαφνικά μπορεί να εμφανιστεί μπροστά σου μία νεράιδα ή ένα ξωτικό... Τα υπεραιώνobia πλατάνια συναντούν τις πηγές του Αροάνιου ποταμού και συνθέτουν ένα μοναδικό σκηνικό.

Ο ήχος του νερού, το κελίδισμα των πουλιών και το θρόισμα των φύλλων είναι η μουσική της φύσης που σε ηρεμεί και ταυτόχρονα σε προκαλεί να αφεθείς. Οι εικόνες παραπέμπουν περισσότερο σε έναν φανταστικό

κόσμο, που αν και άγνωστος μοιάζει φιλόξενος!

Η παλέτα των χρωμάτων πλημμυρίζει αρμονία... Τα χρυσοκίτρινα πεσμένα φύλλα, οι αποχρώσεις του πράσινου και το γαλάζιο στα κρυστάλλινα νερά του ποταμού συνωμοτούν για να επικρατήσει η γαλήνη!

Δείτε το βίντεο του [Travel Diary](#) [εδώ](#).



Το Πλανητέρο είναι ένας φυσικός θησαυρός. Το πλατανόδασος μαζί με τις πηγές του Αροάνιου αποτελούν προστατευόμενη περιοχή του δικτύου Natura 2000 «Όρος Χελμός και ύδατα Στυγός». Στο Πλανητέρο εκτρέφονται πέστροφες, που είναι και η οπesiaλιτέ της περιοχής.

Taste the colors of health



Ο Γιάννης Εμμανουιλίδης, Chief Operating Officer - Founder της Argo Smoothies 'N' Recipes μας μίλησε για την πορεία της εταιρίας που διαθέτει 100% φυσικά smoothies σε υπέροχες γεύσεις.

Μιλήστε μας για τη φιλοσοφία της εταιρίας και την γκάμα των προϊόντων της.

Η Argo Smoothies ιδρύθηκε το 2017 με σκοπό να προσφέρει στον τομέα HO.RE.CA. ένα καινοτόμο, υγιεινό ρόφημα για μεγάλους και μικρούς, εστιάζοντας για αρχή στην αγορά της δυτικής Ελλάδας με έδρα την όμορφη Πρέβεζα.

Η ανταπόκριση του κοινού ήταν τόσο μεγάλη που σε σύντομο χρονικό διάστημα η εταιρία ανέπτυξε ένα μεγάλο δίκτυο αντιπροσώπων σε όλη την Ελλάδα κρατώντας συγχρόνως τον χαρακτήρα της οικογενειακής επιχείρησης με γνώμονα πάντα την άριστη ποιότητα, την εξαιρετική εξυπηρέτηση των αναγκών της αγοράς αλλά και τις άριστες προσωπικές σχέσεις με τους συνεργάτες της.

Η συγκεκριμένη φιλοσοφία έκανε την Argo Smoothies να είναι ένα από τα πιο αναγνωρίσιμα brands στον τομέα που δραστηριοποιείται κερδίζοντας την εμπιστοσύνη ευχαριστημένων πελατών που αναζητούν τα προϊόντα της παντού αλλά και ικανοποιημένων επαγγελματιών που είδαν να προστίθεται στην γκάμα τους ένα προϊόν που δίνει προστιθέμενη αξία στην επιχείρησή τους.

Θα μας δώσετε κάποια tips για το τέλειο smoothie;

Στη σύγχρονη εποχή που οι ρυθμοί της ζωής μας είναι πολύ αυξημένοι προσπαθούμε να έχουμε μικρά διαλείμματα που θα μας δώσουν ενέργεια. Είναι ωστόσο σωστότερο αυτά τα διαλείμματα να συνδυάζονται με υψηλής διατροφικής αξίας γεύματα που θα μας τόνωσουν.

Μια πολύ καλή ιδέα λοιπόν είναι να απολαύσουμε ένα smoothie. Ένα γεύμα σε ποτήρι, ένα γεύμα γρήγορο και θρεπτικό με όλες τις βιταμίνες, τα μέταλλα και τα

ιχνοστοιχεία που το κάνουν όχι μόνο απολαυστικό αλλά και απίστευτα θρεπτικό για τον οργανισμό μας. Ένα ρόφημα που μπορεί να λειτουργήσει ως σνακ αλλά και ως κυρίως γεύμα, αναλόγως με τι θα το εφοδιάσουμε.

Στην Argo Smoothies δίνουμε μεγάλη προτεραιότητα στον συνδυασμό των φρούτων που εμπεριέχονται στις συνταγές μας έτσι ώστε όχι μόνο να είναι θρεπτικές για τον οργανισμό μας αλλά και να έχουν την τέλεια γεύση. Έτσι πετυχαίνουμε εκτός από ένα αποτέλεσμα υψηλής διατροφικής αξίας, ένα απολαυστικό, τέλειο στη γεύση ρόφημα για όλες τις ώρες της ημέρας τόσο για τους μεγάλους όσο και για τα παιδιά μας.

Η Argo Smoothies είναι ο No. 1 προμηθευτής IQF (Individually Quick Frozen) Smoothies στην Ελλάδα. Ποιοι είναι οι επόμενοι στόχοι της εταιρίας;

Συνεχίζοντας δυναμικά την ανάπτυξη της η Argo Smoothies, παρά τις δυσκολίες που αντιμετωπίζει η αγορά και η εφοδιαστική αλυσίδα λόγω της πανδημίας, ανέπτυξε ένα δίκτυο προμηθευτών για το 2022 διαλέγοντας μόνο την ανώτερη ποιότητα φρούτων που παράγονται στην παγκόσμια αγορά, καθώς και ένα πανευρωπαϊκό δίκτυο πιστοποιημένων μεταφορέων για την ταχύτερη προμήθεια και παράδοση των προϊόντων σε κάθε γωνιά της Ελλάδας.

Οι στόχοι της εταιρίας για την επόμενη πενταετία είναι η ανάπτυξη μεγάλων αγορών του εξωτερικού αλλά και η κάλυψη στο 100% της αγοράς στην Ελλάδα επενδύοντας σε πιστοποιημένες εγκαταστάσεις αποθήκευσης φρούτων σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη, προκειμένου να αντιμετωπίσει τις συνέπειες της πανδημίας σε όλα τα επίπεδα εφοδιάζοντας με τον σωστό τρόπο τα προϊόντα της παντού.

Ο Όμιλος ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΑ στήριξε το έργο του Κάνε-Μια-Ευχή Ελλάδος

Make-A-Wish®
Κάνε-Μια-Ευχή Ελλάδος



Ο Όμιλος ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΑ, πιστός στο όραμά του να προσφέρει ένα καλύτερο μέλλον στη νέα γενιά, στήριξε αυτά τα Χριστούγεννα το έργο του Οργανισμού Κάνε-Μια-Ευχή Ελλάδος (Make-A-Wish). Μέσω αυτής της πρωτοβουλίας, διέθεσε σε όλα τα παιδιά των Νηπιαγωγείων και Δημοτικών Σχολείων των Δήμων Ασπροπύργου, Ελευσίνας, Μάνδρας, Μεγαρέων και Δέλτα Θεσσαλονίκης, 12.500 «Αστέρια της Ευχής», υποστηρίζοντας έτσι τον Οργανισμό για να εκπληρώσει τις ευχές των παιδιών με σοβαρές ασθένειες.

Αξίζει να σημειωθεί ότι κάθε αστέρι είχε μία μοναδική αξία, καθώς βοήθησε να εκπληρωθούν οι ευχές έξι παιδιών του Κάνε-Μια-Ευχή Ελλάδος, που διαμένουν στις περιοχές του Θριάσιου και στη Θεσσαλονίκη και πάσχουν από πολύ σοβαρές ασθένειες. Ταυτόχρονα, η ενέργεια αυτή συνέβαλε στο να κατανοήσουν και να καλλιεργήσουν οι μαθητές αξίες όπως η αλληλεγγύη και η ανιδιοτελής προσφορά.

Αυτά τα Χριστούγεννα, εκπληρώθηκαν οι ευχές των παρακάτω δυνατών παιδιών του Οργανισμού:

- Νεκταρία, 6 ετών, Θριάσιο: Εύχομαι να πάω στην Disneyland στο Παρίσι.
- Ανδρέας, 11 ετών, Δυτική Αττική: Εύχομαι να αποκτήσω έναν υπολογιστή gaming.
- Δημήτρης, 15 ετών, Δυτική Αττική: Εύχομαι να αποκτήσω ένα κουτάβι.
- Πολυτίμη, 16 ετών, Θεσσαλονίκη: Εύχομαι να πάω στο χωριό του Άη Βασίλη, στο Ροβανιέμι, τα Χριστούγεννα
- Νεφέλη, 7 ετών, Θεσσαλονίκη: Εύχομαι να αποκτήσω ένα δεντρόσπιτο-κάστρο
- Κωνσταντίνος, 16 ετών, Θεσσαλονίκη: Εύχομαι να συναντήσω τον αγαπημένο μου τραγουδιστή.

Green News

Στη Θεσσαλονίκη ανακυκλώνουν τα φυσικά χριστουγεννιάτικα δέντρα



Ένα πρόγραμμα συλλογής των φυσικών χριστουγεννιάτικων δέντρων ξεκίνησε ο δήμος Θεσσαλονίκης με στόχο την εναλλακτική αξιοποίηση των φυσικών δέντρων μετά την περίοδο των Χριστουγέννων για να μην καταλήξουν στον ΧΥΤΑ της Μαυροράχης.

Έτσι, ο δήμος Θεσσαλονίκης απευθύνει κάλεσμα στους πολίτες να μην αποθέτουν τα δέντρα στους συμβατικούς κάδους απορριμμάτων αλλά στις ειδικές ανοιχτές σκάφες που βρίσκονται τοποθετημένες στα εξής τρία σημεία: στο Δημαρχείο Θεσσαλονίκης (στην πίσω πλευρά του κτιρίου), στο Πολιτιστικό Κέντρο της Τούμπας επί της οδού Κλεάνθους και στην πλατεία Αρχαίας Αγοράς, πάνω από το άγαλμα του Βενιζέλου, στην οδό Φιλίππου.

Σχεδόν 5 στους 10 γονείς χρησιμοποιούν εφαρμογές γονικού ελέγχου



Οι γονείς σήμερα ανησυχούν όλο και περισσότερο για την ψηφιακή συμπεριφορά των παιδιών τους. Μια νέα παγκόσμια έρευνα διερευνά τον ρόλο των υγιών ψηφιακών συνθηθειών στην οικογένεια, καθώς και την επίδραση της συμπεριφοράς των γονέων στα παιδιά και αντίστροφα.

δίνουν σε ένα παιδί ένα gadget, οι γονείς θέλουν να βεβαιωθούν ότι τα παιδιά τους θα είναι ασφαλή στο διαδίκτυο.

Γι' αυτό η πλειονότητα των γονέων προσπαθεί να παρακολουθεί τη

διαδικτυακή δραστηριότητα των παιδιών.

Τι ψάχνουν οι γονείς

Η πλειονότητα των γονιών επιδιώκει να ελέγξει τα βίντεο που παρακολουθούν τα παιδιά (60%), τους ιστότοπους που επισκέπτονται (56%) και τα παιχνίδια που παίζουν (52%). Επιπλέον, το 49% των ερωτηθέντων θέλει να περιορίσει τον χρόνο που περνούν τα παιδιά στο διαδίκτυο και τις συσκευές τους κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Παρακολουθώντας τη διαδικτυακή δραστηριότητα των παιδιών, πάνω από τα μισούς γονείς συζητούν για υγιείς ψηφιακές συνήθειες (55%), χρησιμοποιούν εφαρμογές γονικού ελέγχου (48%) και ένα επιπλέον 45% ελέγχει το ιστορικό περιήγησής τους. Ωστόσο, σχεδόν το ένα τέταρτο των ερωτηθέντων (23%) εμπιστεύονται τα παιδιά τους και δεν τα ελέγχουν με κανέναν τρόπο.

Σύμφωνα με την έρευνα, που ανατέθηκε από την Kaspersky, οι περισσότεροι γονείς όχι μόνο ανησυχούν για την ψηφιακή συμπεριφορά των παιδιών τους, αλλά θέλουν να τη διαχειρίζονται και να την παρακολουθούν. Σχεδόν οι μισοί από τους ερωτηθέντες (48%) χρησιμοποιούν εφαρμογές γονικού ελέγχου και το 45% ελέγχει τακτικά το ιστορικό των παιδιών στο Διαδίκτυο.

Επιπλέον, το 51% των γονέων αναφέρει ότι τα παιδιά τους χρησιμοποιούν ψηφιακές συσκευές υπό την επίβλεψη είτε του ενός γονέα (42%) είτε ενός μέλους της οικογένειας (9%).

Στόχος η ασφάλεια των παιδιών

Με δεδομένο ότι τα σύγχρονα παιδιά είναι πολύ πιο προηγμένα τεχνολογικά από μικρή ηλικία σε σύγκριση με τις προηγούμενες γενιές, οι γονείς αντιλαμβάνονται ότι πρέπει να είναι σε επαγρύπνηση αναφορικά με τους κινδύνους που ελλοχεύουν. Τα παιδιά από πολύ μικρή ηλικία έχουν πρόσβαση σε gadget και αποκτούν πρακτική εμπειρία, όπως επιβεβαιώθηκε από την πρόσφατη έρευνα της Kaspersky. Και παρόλο που δεν γνωρίζουν όλους τους κανόνες της ασφαλούς διαδικτυακής συμπεριφοράς, σταδιακά τους διδάσκονται από τους γονείς τους. Έτσι, όταν

NAVS Blue Hackathon 2022: Διαγωνισμός επιχειρηματικών σχεδίων για νέους με σημαντικά έπαθλα

Το πρόγραμμα και οι όροι του διαγωνισμού NAVS Blue Hackathon αναδιαμορφώθηκαν, λαμβάνοντας υπόψη όχι μόνον τις πρόσφατες εξελίξεις ευρείας μετάδοσης της μετάλλαξης Ο αλλά και τις δωρεές για τη βράβευση των καλύτερων προσπαθειών. Έτσι, το NAVS Blue Hackathon 2022 θα λάβει χώρα υβριδικά και θα ολοκληρωθεί εντός ενός ευρύτερου χρονοδιαγράμματος (Ιανουάριος-Μάρτιος 2022). Οι τρεις καλύτερες ιδέες θα λάβουν:

Α' Βραβείο 1000 Ευρώ

Β' Βραβείο 600 Ευρώ

Γ' Βραβείο 400 Ευρώ

Οι διακρίσεις είναι αφιερωμένες στη μνήμη της Εύας Στεφανιδάκη και του Ιωάννη Τσαμουργέλλη, που αποτελούσαν δραστήρια μέλη της Κοινότητας του Πανεπιστημίου Αιγαίου και πρωτεργάτες του NAVS Blue Hackathon. Σημειώνεται ότι τα χρηματικά έπαθλα αποτελούν ιδιωτική δωρεά των αποφοίτων του ΤΝΕΥ Χ. Καρατζάνου, Θ. Βιτσούνη και Π. Παφλιώτη.

Παράλληλα, στους τρεις βραβευθέντες θα προσφερθούν υπηρεσίες εκκόλαψης (incubation) από την ομάδα έργου του ΝΑΥΣ.

Η δράση πραγματοποιείται στο πλαίσιο υλοποίησης του Έργου ΝΑΥΣ -Ανάδειξη και υλικοτεχνική τεκμηρίωση της ελληνικής ναυπηγικής παράδοσης και ναυτικής ιστορίας - Οι ναυμαχίες Ναυαρίνου και Σαλαμίνας (<https://e-navs.eu/>).



NAVS
www.e-navs.eu

Το πρώτο αυτοκίνητο που αλλάζει χρώματα!

SAY *yes* & get **impressed**



Το ηλεκτροκίνητο iX Flow της BMW, το οποίο δεν σχεδιάζεται να βγει στην παραγωγή, χάρη στην τεχνολογία της «ηλεκτρονικής μελάνης» αλλάζει χρώμα από άσπρο σε γκρι, είτε ομοιόμορφα είτε σε γεωμετρικά σχέδια! Το αυτοκίνητο έχει εντυπωσιάσει τους επισκέπτες της έκθεσης τεχνολογίας CES στο Λος Άντζελες.

Ο οδηγός έχει τη δυνατότητα χρησιμοποιώντας ένα application να επιλέγει χρώμα, ακόμα και για τα τάσια των τροχών του αυτοκινήτου! Το iX Flow δεν είναι βαμμένο αλλά καλυμμένο με μια επιστρώση παρόμοια με αυτή που χρησιμοποιείται σε συσκευές ανάγνωσης ηλεκτρονικών βιβλίων.

Στην επιφάνεια του αυτοκινήτου υπάρχουν εκατομμύρια μικροσκοπικές κάψουλες μέσα στις οποίες βρίσκονται άσπρες χρωστικές με αρνητικό ηλεκτρικό φορτίο και γκριζες χρωστικές με θετικό. Η εφαρμογή ηλεκτρικής τάσης φέρνει στην επιφάνεια τη μία χρωστική ή την άλλη και δημιουργεί έτσι τόνους του γκριζου. Όταν η αλλαγή ολοκληρωθεί, το σύστημα διατηρεί το χρώμα χωρίς να καταναλώνει ενέργεια.

Δείτε το βίντεο [εδώ!](#)

Δύο έλληνες ιππείς στους 200 καλύτερους!



Με τους καλύτερους οiwονούς για την Ελληνική Ιππασία ξεκίνησε το 2022, καθώς για πρώτη φορά στην ιστορία της δύο έλληνες ιππείς βρίσκονται στους 200 καλύτερους της πιο πρόσφατης παγκόσμιας κατάταξης αθλητών της FEI (31.12.2021).

Η Ιόλη Μυτιληναίου βρίσκεται στην 157 η θέση και ο Άγγελος Τουλούπης στην 187 η θέση. Πρόκειται για μία μεγάλη επιτυχία των δύο ελλήνων αθλητών, που δίνει σε όλους μας ελπίδα και κίνητρο για νέες μεγάλες διεθνείς επιτυχίες τόσο στη σειρά των αγώνων Longines EEF Series 2022, όσο και στο μεγάλο στόχο του καλοκαιριού, το Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Υπερπήδησης Εμποδίων τον Αύγουστο στη Δανία.

«Mini Jam Arcade»: Δύο εκπαιδευτικοί online διαγωνισμοί με απροσδόκητη ανταπόκριση!



Όταν η δυναμική ομάδα του UTech Lab του Ιδρύματος Ευγενίδου ξεκίνησε τον σχεδιασμό του διαγωνισμού Mini Jam Arcade, δεν περίμενε ότι πάνω από 30 ομάδες θα εμφανίζονταν από το...πουθενά και θα διεκδικούσαν μία από τις 10 θέσεις που είχε στη διάθεσή της.

Κάπως έτσι ο ένας διαγωνισμός απέκτησε δίδυμο αδελφό και δύο Mini Jam arcades πραγματοποιήθηκαν με απίστευτη επιτυχία:

- Πραγματοποιήθηκαν δύο διαγωνισμοί σε λίγο περισσότερο από 1 μήνα.
- Συμμετείχαν 26 ομάδες από όλη την Ελλάδα και περισσότεροι από 80 διαγωνιζόμενοι που ξεπέρασαν τον εαυτό τους.
- Οι συμμετέχοντες/ουσες είχαν στην διάθεσή τους 1 εβδομάδα για να ετοιμάσουν και να παραδώσουν το δικό τους Arcade παιχνίδι.

Δείτε [εδώ](#) τους νικητές!

info

Το Mini Jam Arcade είναι ο online εκπαιδευτικός διαγωνισμός που σχεδίασε και υλοποίησε το UTech Lab του Ιδρύματος Ευγενίδου. Από τους συμμετέχοντες ζητήθηκε να δημιουργήσουν το δικό τους παιχνίδι Arcade, βασισμένο σε ένα συγκεκριμένο θέμα, το οποίο ανακοινώθηκε την πρώτη ημέρα του διαγωνισμού. Απευθύνθηκε σε ομάδες νέων 12-18 ετών, με φρέσκες ιδέες, όρεξη για δουλειά και διάθεση να αποκτήσουν γνώσεις και «εμπειρίες» από τον κόσμο της τεχνολογίας.



Κλάψτε... είναι πολλά τα οφέλη!

Σύμφωνα με την Αμερικανική Ακαδημία Οφθαλμολογίας υπάρχουν τρία είδη δακρύων: Τα βασικά δάκρυα, τα οποία είναι συνεχώς στα μάτια μας για να λιπαίνονται, τα αντανακλαστικά δάκρυα που μας προστατεύουν από ερεθιστικούς παράγοντες όπως σκόνη και τα συναισθηματικά δάκρυα που παράγονται από μια αυξημένη συναισθηματική κατάσταση όπως το άγχος. Τα βασικά και τα αντανακλαστικά δάκρυα αποτελούνται κυρίως από νερό. Τα συναισθηματικά δάκρυα όμως, περιέχουν ορμόνες του στρες που το σώμα αποβάλλει με το κλάμα.

Το κλάμα ουσιαστικά αποκαθιστά την ισορροπία. Σύμφωνα με μια μελέτη που δημοσιεύτηκε στο *Frontiers in Psychology*, το παρασυμπαθητικό νευρικό σύστημα ενεργοποιείται και ο εγκέφαλος απελευθερώνει ωκυτοκίνη προκειμένου να μας βοηθήσει να χαλαρώσουμε. Η συγκράτηση των δακρύων εμποδίζει το σώμα να ηρεμήσει και η μακροχρόνια έκθεση στο στρες αποτελεί παράγοντα για προβλήματα όπως οι καρδιακές παθήσεις, η παχυσαρκία και η κατάθλιψη. Οπότε κάθε φορά που θέλουμε να κλάψουμε, πρέπει να αφήνουμε τα δάκρυά μας να κυλήσουν ελεύθερα για να νιώσουμε καλύτερα και για να αποφύγουμε μελλοντικούς κινδύνους για την υγεία μας.

Το πιο ελκυστικό και το πιο απωθητικό χρώμα στα ρούχα μας!



Σίγουρα έχετε ακούσει για το κόκκινο της φωτιάς, το κόκκινο του πάθους και γενικότερα το... φλογερό κόκκινο. Τα παραπάνω δεν είναι μύθος. Αντίθετα όπου υπάρχει καπνός, υπάρχει και φωτιά!

Μια πρωτοποριακή μελέτη από δύο ψυχολόγους του Πανεπιστημίου του Ρότσεστερ αποκαλύπτει ότι στους άνδρες αρέσουν οι γυναίκες που φοράνε κόκκινα. Οι ερευνητές Andrew Elliot και Daniela Niesta ανέλυσαν τις απαντήσεις των ανδρών σε μια σειρά από πέντε μελέτες που αφορούσαν φωτογραφίες γυναικών με κόκκινο ή λευκό φόντο και με μπλούζες διαφορετικού χρώματος. Τα αποτελέσματα ήταν τα ίδια σε όλα τα πειράματα. Οι άνδρες επιλέγουν τις γυναίκες με το κόκκινο χρώμα ως πιο ελκυστικές. Επίσης, το κόκκινο είναι ένα "δυναμικό" χρώμα που ενισχύει την αυτοπεποίθηση όποιου το επιλέγει για τα ρούχα του.

Από την άλλη, τόσο στους άνδρες όσο και στους γυναίκες, σύμφωνα με μελέτες, το κίτρινο είναι ένα χρώμα που περισσότερο αποθαρρύνει και απωθεί παρά ενθαρρύνει και έλκει πιθανούς ερωτικούς συντρόφους. Οπότε στο πρώτο ραντεβού καλύτερα να μην επιλέγετε το κίτρινο. Αφήστε το για λίγο αργότερα!



«IDJKids HD»: Νέο παιδικό κανάλι στη Nova!

Η Nova εμπλουτίζει ακόμα περισσότερο το παιδικό της περιεχόμενο με το νέο κανάλι «IDJKids HD». Το κανάλι απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας έως 5 ετών και συνδυάζει κινούμενα σχέδια, αλλά και άφθονη παιδική μουσική και τραγούδια, ενώ είναι μεταγλωττισμένο στα ελληνικά.

Το πρόγραμμα του καναλιού «IDJKids HD» έχει γνωρίσει ήδη τεράστια επιτυχία, καθώς ξεκίνησε ως κανάλι στο YouTube με περισσότερους από 800.000 συνδρομητές και περισσότερα από 800 εκατομμύρια views. Στη συνέχεια εξελίχθηκε σε ένα δημοφιλές τηλεοπτικό κανάλι με τη δυνατότητα μεταγλώττισης στη γλώσσα της χώρας στην οποία προβάλλεται και περιεχόμενο ειδικά προσαρμοσμένο στις απαιτήσεις των παιδιών, με πολύ περισσότερη μουσική σε σχέση με άλλα παιδικά κανάλια.

Τα παιδιά θα ενθουσιαστούν με το πρόγραμμα του «IDJKids HD» το οποίο αποτελείται από τις παρακάτω ζώνες: «Wake Up Kids!», «It's Cartoon Time», «Let's Play Kids», «Take a Break Kids», «Let's Dance Kids», και «Good Night Kids», ενώ οι εκπομπές του συμπεριλαμβάνουν μερικούς από τους πιο γνωστούς και αγαπημένους χαρακτήρες: «Κοτοπουλάκια», «Χαρούμενη Φάρμα», «Ελέφαντες», «Λόλα και Μίλα» και πολλά μα πάρα πολλά «Παιδικά τραγούδια».

NOVA

Ένας ποντικός στην Αφρική



«Ο παπούς Τορκουάτο αποφάσισε να με κάνει πραγματικό ποντικό... Με έστειλε λοιπόν στην Αφρική για ένα ταξίδι σούπερ περιπετειώδες, από την έρημο Σαχάρα μέχρι του καταρράκτες της Βικτώρια! Η πιο μεγάλη συγκίνηση όμως ήταν ότι απέκτησα πολλούς φίλους. Σκουίτ!».

Η σειρά Ξεκαρδιστικές Ιστορίες του Τζερόνιμο Στίλτον απευθύνεται σε παιδιά από 7 ως 12 ετών και είναι μοναδική! Είναι η σειρά που απολαμβάνουν τα παιδιά γιατί έχει χιούμορ, δράση, και πολλές ανατροπές. Είναι η σειρά που εμπιστεύονται γονείς και εκπαιδευτικοί γιατί μεταδίδει διαχρονικές ηθικές αξίες. Ο αναγνώστης ταυτίζεται με τον Τζερόνιμο,

που αντιμετωπίζει τις δυσκολίες της καθημερινής ζωής με χιούμορ και

αισιοδοξία. Τα βιβλία του Τζερόνιμο Στίλτον έχουν μεταφραστεί σε 51 γλώσσες και έχουν πουλήσει 175 εκατομμύρια αντίτυπα παγκοσμίως. Από τις εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ.



Ρεμπέτικο με ωραία παρέα!



Ο Γιώργος Νταλάρας με το Ρεμπέτικο και με Ωραία Παρέα έρχεται τη νέα χρονιά στο Christmas Theater!

Μετά τις θριαμβευτικές περιοδείες του σε Ευρώπη, Αμερική και Καναδά, το Σάββατο, 15 Ιανουαρίου, ο Γιώργος Νταλάρας μαζί με τον Γιάννη Διονυσίου, τον Βασίλη Κορακάκη, την Κατερίνα Παπαδοπούλου και την Ασπασία Στρατηγού θα μας ταξιδέψουν στο ρεμπέτικο.

Ο Γιώργος Νταλάρας έχει δηλώσει ότι: «Το ρεμπέτικο είναι το πιο επαναστατικό και το πιο ζωντανό

είδος της μουσικής μας. Θεωρώ ότι ποτέ δεν ήταν και ποτέ δε θα γίνει μουσειακό ή γραφικό. Θα συγκινεί και θα εμπνέει πάντα, τους πιο αξιόλογους, ταλαντούχους και ευαίσθητους ανθρώπους κάθε γενιάς. Τους μουσικούς, συνθέτες και τραγουδιστές, που στην ουσία είναι η μεγάλη ελπίδα του ελληνικού τραγουδιού. Κάθε φορά που καταπιάνομαι με αυτό το τραγούδι, όσο βαθιά κι αν είναι ριζωμένο μέσα μου μουσικά, ανακαλύπτω ακόμη άγνωστα πράγματα, στους μουσικούς δρόμους, στις ερμηνείες, στον δυναμισμό και στην ιδιαιτερότητα με την οποία οι σίχοι αποτυπώνουν συναισθήματα και γεγονότα, συμβάλλοντας αποφασιστικά σε αυτήν την τοιχογραφία της συλλογικής κοινωνικής συνείδησης και του ήθους του αυθεντικού λαϊκού τραγουδιού...».

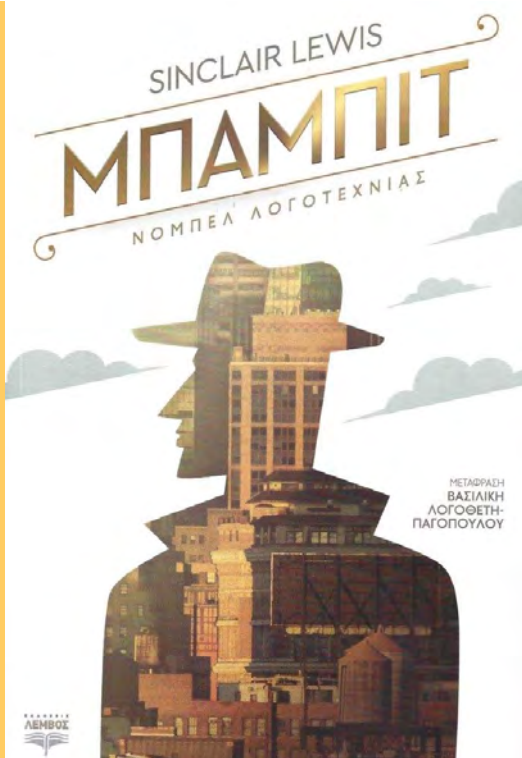
“Cavewoman” στο Γυάλινο Μουσικό Θέατρο



Μετά από πολλές αναβολές η Cavewoman έρχεται πανέτοιμη στο Γυάλινο Μουσικό Θέατρο από την Δευτέρα 10 Ιανουαρίου 2022 για άφθονο γέλιο. Στον ρόλο της Cavewoman, η Κατερίνα Ζαρίφη.

Ο ξεκαρδιστικός μονόλογος «Cavewoman» της Έμμα Πίρσον παρουσιάζεται στο Γυάλινο Μουσικό Θέατρο από τις 10 Ιανουαρίου 2022 κάθε Δευτέρα & Τρίτη στις 19:00, σε σκηνοθεσία Δημήτρη Μυλωνά και παραγωγή του Από Μηχανής Θεάτρου.

Το Γυάλινο Μουσικό Θέατρο μέχρι νεοτέρας θα λειτουργήσει αμιγώς ως χώρος υποδοχής πολιτών που έχουν εμβολιαστεί πλήρως και με τις δύο δόσεις του εμβολίου κατά του Covid 19 ή έχουν νοσήσει εντός του τελευταίου εξαμήνου. Κατά την είσοδο των θεατών στο χώρο θα γίνεται έλεγχος των απαραίτητων πιστοποιητικών, όπως αυτός θα οριστεί από την κυβέρνηση.



“Μπάμπιτ” του νομπελίστα συγγραφέα Σίνκλαιρ Λιούις

Ο Σίνκλαιρ Λιούις υπήρξε ο πρώτος Αμερικανός συγγραφέας που τιμήθηκε με το βραβείο Νόμπελ Λογοτεχνίας το 1930 και το μυθιστόρημά του «Μπάμπιτ» υπήρξε ένας από τους κύριους λόγους απονομής του βραβείου.

Ο «Μπάμπιτ» είναι μια παρωδία της αμερικανικής κουλτούρας. Ο κεντρικός ήρωας είναι ο μεσήλικας Ρεπουμπλικανός μεσίτης ακινήτων Τζορτζ Φ. Μπάμπιτ, υπερήφανο μέλος του Εμπορικού Επιμελητηρίου, της Αθλητικής Λέσχης, της Λέσχης των Μπούστερ και της Λέσχης Προστασίας της Άλλης. Περιπλανιέται στον κόσμο του, τον κόσμο της Ζένιθ, παραπαίοντας από επιχειρηματικές συζητήσεις σε ενδοοικογενειακές προστριβές, από τυχοδιώκτες ευαγγελιστές ιεροκήρυκες σε υπερβολικά φιλικούς επισκοπελιανούς ιερείς, από διαλέξεις γκουρού της Νέας Σκέψης στη στήριξη φλογερών σοσιαλιστών, από απεργίες εργαζομένων σε ραντεβού με ελαφρά κοριτσόπουλα, από τον σκοτεινό κόσμο του λαθρεμπορίου της ποτοαπαγόρευσης σε εύθυμα αστικά πάρτι.

Το όνομα «Μπάμπιτ» μπήκε στο λεξιλόγιο της εποχής για να δηλώσει τον «υλιστή, ματαιόδοξο, εφησυχασμένο πολίτη –κυρίως επιχειρηματία– που συμμορφώνεται με τα πρότυπα του κοινωνικού συνόλου».

Ένα βιβλίο-τροφή για σκέψη. Μια αριστοτεχνική σάτιρα για την υποκρισία και τον κομφορμισμό, τον υλισμό και την παγκοσμιοποίηση. Πολλοί από μας θα αναγνωρίσουν τον «Μπάμπιτ» άλλοτε στον καθρέφτη τους και άλλοτε στο πρόσωπο του ανθρώπου της διπλανής πόρτας. Από τις εκδόσεις ΛΕΜΒΟΣ.

Ο δόκτωρ Ψ ανάμεσα στους άλλους

ΣΩΤΗΡΗΣ ΠΑΣΤΑΚΑΣ

ο δόκτωρ

Ψ

ανάμεσα

στους

άλλους



Συνηθισμένος να θέτει σε εφαρμογή την ενσυναίσθηση (empathy) στη σχέση με τους ασθενείς του, βάζοντας τον εαυτό του στη θέση τους συνεχώς (μια άσκηση που τον έκαψε ως ψυχίατρο), ο δόκτωρ Ψ νιώθει την ασυνείδητη ανάγκη να δει τον ίδιο μέσα από τα μάτια των άλλων.

Ένας ψυχίατρος που αποφεύγει την παρέα των συναδέλφων του (τους οποίους ωστόσο παρατηρεί αμείλικτα και καταγράφει τα τικ και τις συμπεριφορές τους) και προτιμά τη φιλία με μουσικούς, ζωγράφους, ποιητές, ηθοποιούς, πρεζάκια, φυλακόβιους και θεότρελους. Ένας ψυχίατρος που γράφει ποιήματα μας μιλάει με χιούμορ και αυτοσαρκασμό για τα μείζονα ψυχιατρικά θέματα: την απώλεια, τον έρωτα, τη φιλία, το σεξ, το αλκοόλ, τα ναρκωτικά, την ευτυχία, τον χρόνο, την αυτογνωσία, και συνταγογραφεί ανύπαρκτα φάρμακα. Ο αναγνώστης θα ανακαλύψει μόνος του αυτό που γνώριζε ήδη από τον τίτλο: τον ψεύτη και τον ψυχίατρο δόκτορα Ψ στη διαρκή προσπάθεια για αυτογνωσία. Γιατί 2.500 χρόνια ψυχιατρικής προσπαθούν να απαντήσουν στο σωκρατικό ζητούμενο, αυτό το «γνώθι σαυτόν», που παραμένει άλυτο. Από τις εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ.

quote of the day

I LIVE AND LOVE IN GOD'S
PECULIAR LIGHT
Michelangelo
Happy Peculiar People Day!



tip of the day



10 Ιανουαρίου

- > World Hindi Day
- > Peculiar People Day
- > Bittersweet Chocolate Day
- > Cut Your Energy Costs Day
- > Oysters Rockefeller Day
- > Save The Eagles Day
- > Clean Off Your Desk Day