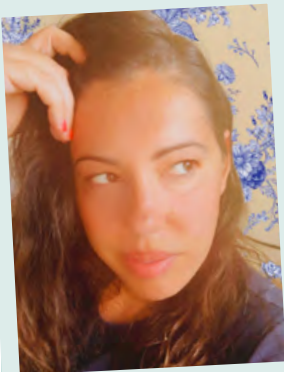


SAY *yes* to the **press**



Η ΑΘΗΝΑ ΧΤΙΖΕΙ...  
ΤΟ ΝΕΟ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΟ!

# Good morning SayYessers!



## Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα αγαπημένοι **SayYessers!!!**

Άλλη μία εβδομάδα έφτασε στο τέλος της και ελπίζω να την απολαύσατε... Μία καινούρια ξεκινάει και ίσως είναι η πιο αγαπησιάρικη Δευτέρα απ' όλες αυτή που έρχεται!!!

Η 14η Φεβρουαρίου είναι μια μέρα που είναι γεμάτη προσδοκίες. Στόχος είναι να περάσετε μια διασκεδαστική, ρομαντική μέρα γεμάτη καρδούλες, λουλούδια και σοκολατάκια. Αλλά αν τα πράγματα δεν πάνε όπως τα σχεδιάζετε, μπορεί να αισθάνεστε μόνοι και λυπημένοι την Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου.

Σύμφωνα με έρευνες η θλίψη για την Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου πηγάζει από τη σύγκριση. Μπορεί να συγκρίνετε την κατάστασή σας με τους γύρω σας ή με τα φαινομενικά τέλεια ζευγάρια στα social media. Η παγίδα είναι να κοιτάτε φωτογραφίες σας που είστε μόνοι σας και να τις συγκρίνετε με φίλους και συνεργάτες που έχουν σύντροφο. Και ξαφνικά φαίνεται όλοι να διασκεδάζουν... εκτός από εσάς.

Λάθος! Προφανώς και σου έχω **Sparkling Room** από σήμερα για να μη σε πιάσει απροετοίμαστο η Δευτέρα.

Η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου μπορεί να είναι επώδυνη για όσους έχουν χωρίσει γιατί πρακτικά η γιορτή αυτή ξυπνάει μνήμες από πληγές που δεν έχουν επουλωθεί ακόμα και σε κάνει να αισθάνεσαι χειρότερα από άλλες μέρες του χρόνου. Όμως από προσωπική εμπειρία και μόνο θα πω πως αυτοί που είμαστε δεσμευμένοι μάλλον δε δίνουμε και τόση σημασία στη συγκεκριμένη γιορτή.

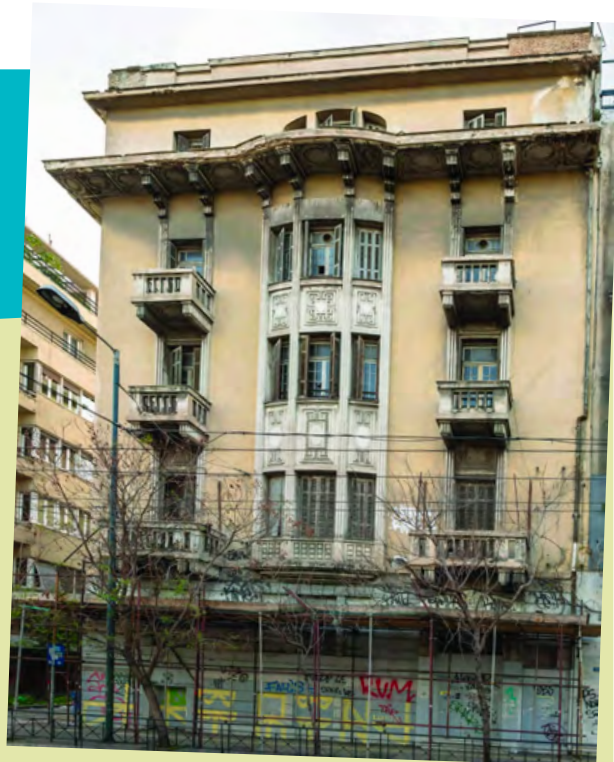
**Tip of the Day:** Το νόημα της ζωής κατά τον Νίτσε, ήταν να ζούμε τη ζωή μας με τέτοιο τρόπο, ώστε να θέλουμε να ξαναζούμε ακριβώς την ίδια ζωή αιώνια... Βρες το δικό σου νόημα στη ζωή και αν σε στενοχωρεί που είσαι μόνος σου ή που είσαι με ένα σύντροφο και εξακολουθείς να νιώθεις μόνος σου, σου έχω νέα! Η ζωή είναι δική σου, βγες έξω και απόλαυσέ την... Και ναι, μοναξιά είναι να έχεις πολλά να δώσεις αλλά κανέναν να τα μοιραστείς, όμως τίποτα δεν είναι οριστικό και δεν κρατάει για πάντα... ούτε η μοναξιά σου αλλά ούτε και οι σχέσεις όλων όσων θα γιορτάσουν τη Δευτέρα...

Κλαίρη Στυλιαρά  
Chief of SayYessers  
[claire@sayyescomm.gr](mailto:claire@sayyescomm.gr)

# Η Αθήνα χτίζει... το νέο της πρόσωπο!

**Η Αθήνα αλλάζει... Σταδιακά χτίζει μια εικόνα πιο σύγχρονη που την είχε -και την είχαμε- ανάγκη. Σε αυτό το πλαίσιο πολλά ιστορικά κτίρια που παρέμεναν για χρόνια αναξιοποίητα θα μεταμορφωθούν!**

Πατησίων 61 και Σκαραμαγκά βρίσκεται το σπίτι της Μαρίας Κάλλας. Εκεί έζησε από το 1937 έως το 1945. Το 2018 ο ΕΦΚΑ μίσθωσε μακροχρόνια το ακίνητο στην αστική μη κερδοσκοπική εταιρεία για την «Ακαδημία Λυρικής Τέχνης MariaCallas», η οποία δρομολογεί σειρά παρεμβάσεων. Τα σχέδια περιλαμβάνουν τη μετατροπή του κτιρίου σε χώρο παιδείας της λυρικής τέχνης.



Το κτίριο του Μινιόν, συνολικής επιφάνειας 21.000 τ.μ. επιτέλους θα αξιοποιηθεί. Σύμφωνα με πληροφορίες, το Μινιόν θα μετατραπεί σε κτίριο μικτής χρήσης, δηλαδή σε γραφεία, με εκμετάλλευση των εμπορικών χώρων και εστιατόρια.

Ο εμβληματικός Πύργος του Πειραιά, ύψους 84 μέτρων και δομημένης επιφάνειας της τάξεως των 34.623 τ.μ., έχει ήδη ξεκινήσει να ανακατασκευάζεται. Μέσα στο πρώτο εξάμηνο του 2023 υπολογίζεται ότι θα είναι το πιο πράσινο κτίριο της Ελλάδας!



Το κτίριο του INTEAL που βρίσκεται στην Πανεπιστημίου 46, με συνολική επιφάνεια 10.247 τ.μ. κατασκευάστηκε

στα τέλη του 19ου αιώνα από τον Ερρίκο Σλήμαν. Πρόκειται να μεταμορφωθεί σε πολυτελές ξενοδοχείο. Επίσης, για το πρώην Δημόσιο Καπνεργασταίο (Λένορμαν 218) θα καταρτιστεί αναλυτικός οδικός χάρτης ενεργειών προετοιμασίας, ωρίμανσης και διασφάλισης της χρηματοδότησης του έργου στο πλαίσιο του ΕΣΠΑ 2021-2027.

Άλλα κτίρια που θα πάρουν νέα μορφή και θα δώσουν ζωή στην πόλη είναι το διατηρητέο κτίριο που βρίσκεται στη Σωκράτους 53 και Ζήνωνος, ο κινηματογράφος ΑΕΛΛΩ (Πατησίων 140), το κεντρικό κατάστημα της εμπορικής αλυσίδας Φωκάς στη Σταδίου και το νεοκλασικό διατηρητέο ακίνητο στη Φιλελλήνων 9 και Ξενοφώντος που αναμένεται να γίνει η νέα έδρα του Οικονομικού Επιμελητηρίου Ελλάδας.

# Claire's Sparkling Room

**Αγίου Βαλεντίνου! Αρκουδάκια, σοκολατάκια, καρδούλες και φιλάκια... Ναι οκ, όμως τι πρέπει να κάνετε την Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου εάν είστε μπακούρια και νιώθετε λυπημένοι;**

## 1) Βγάλε τον εαυτό σου ραντεβού

Σήμερα προσπάθησε να κάνεις πράγματα για σένα που σου φέρνουν χαρά. Αν σου αρέσει να διαβάζεις, κάνε μια βόλτα σε ένα βιβλιοπωλείο και αγόρασε ένα καινούργιο βιβλίο που ανυπομονείς να επιστρέψεις σπίτι για να το διαβάσεις. Αν έχεις ζωάκι πήγαινε μία μεγάλη βόλτα στο πάρκο. Αν νιώθεις άβολα να πας μόνος σου για φαγητό, παράγγειλε το αγαπημένο σου πιάτο στο σπίτι και κακόμαθε τον εαυτό σου! Μπορεί να σου ακούγεται παράξενο στην αρχή, όμως θα νιώσεις ενισχυμένο το αίσθημα της αυτοεκτίμησης, αυτοπεποίθησης και ευτυχίας εάν έστω για μία μέρα κακομάθεις τον εαυτό σου.

## 2) Μοίρασε αγάπη

Αντί να εύχεσαι να είχες έναν σύντροφο, βρες κάποιον άλλο για να περάσεις χρόνο μαζί του. Η σημερινή μέρα είναι μια γιορτή αγάπης και δεν χρειάζεται να είναι πάντα ρομαντική ή ερωτική! Είναι μία καλή αφορμή να δεις την οικογένειά σου, να κάνεις παρέα με το φίλο σου ή να βγείτε έξω με

συναδέλφους. Είναι μια μέρα για να γιορτάσεις κάτι θετικό, ανεξάρτητα από την κατάσταση σου αν είσαι single ή όχι.

## 3) Κουνήσου!!!

Εάν αισθάνεσαι κολλημένος με κάποιο πρώην ή λυπημένος, κάνε κάτι ώστε να αλλάξει η ενέργεια σου. Ασκήσεις όπως η γιόγκα ή η βόλτα μπορούν να ηρεμήσουν το σώμα σου, όταν κατακλύζεται από συναισθήματα

## 4) Ονόμασε αυτό που νιώθεις

Είναι οκ να είσαι λυπημένος. Αλλά αν θέλεις να το ξεπεράσεις, τότε δοκίμασε να δώσεις όνομα σε αυτό που νιώθεις. Όλοι οι άνθρωποι βιώνουν πόνο, μοναξιά, απώλεια κ.λπ. Η αναγνώριση του πόνου μας υπενθυμίζει ότι δεν είμαστε μόνοι. Το να ονομάζουμε την αιτία που μας προκαλεί πόνο μας δίνει τη δυνατότητα να τον αντιμετωπίσουμε ευθέως. Επικεντρώσου σε αυτό που μπορεί να σε κάνει να νιώσεις καλύτερα και, στη συνέχεια, αναζητήσε το.



### 5) Νέες συνήθειες

Αν έβγαινες για την Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου με το ταίρι σου όμως φέτος είσαι ελεύθερος, μην στεναχωριέσαι – απλώς δημιούργησε μια νέα παράδοση. Πέρασε τη μέρα σου με ένα φίλο και κράτα το μυαλό σου μακριά από καρδούλες και ζαχαρωτά. Βγες έξω για ποτό, πήγαινε σινεμά, στο λούνα παρκ, σε ένα μουσείο ...κάνε ό,τι σε ευχαριστεί.

### 6) ZOOM

Εάν δεν μπορείτε να συναντηθείτε προσωπικά με φίλους, σκεφτείτε να δημιουργήσετε μια εκδήλωση στο Zoom. Φορέστε τα καλά σας, πιείτε κρασί, μοιραστείτε γέλια και απολαύστε το βράδυ. Αυτή η συντροφικότητα θα σας βοηθήσει να νιώσετε καλύτερα.

### 7) Θετική στάση

Σκέψου τη θετική πλευρά του να είσαι single την ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου. Και αν δεν μπορείς να κάνεις ευχάριστες σκέψεις τότε απλά αγνόησέ το! Προσποίησου ότι είναι ακριβώς όπως κάθε άλλη μέρα. Όταν όλα τα άλλα αποτύχουν, πέρασε τη μέρα σου όπως θα κάνατε οποιαδήποτε άλλη Δευτέρα του χρόνου. Πήγαινε στη δουλειά, στο γυμναστήριο, παρακολούθησε την αγαπημένη σου εκπομπή - ή οτιδήποτε άλλο μπορείς να κάνεις ένα τυπικό βράδυ Δευτέρας.

Πριν το καταλάβεις, η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου θα τελειώσει.



## Ένωση δυνάμεων TÜV AUSTRIA Hellas και ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟΥ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΧΡΩΜΑΤΟΣ (IoCT)

**iNSTITUTE**  
of Coating Technologies

**TÜV**  
AUSTRIA

Η TÜV AUSTRIA Hellas ξεκινά τη συνεργασία της με το Ινστιτούτο Τεχνολογιών Χρώματος (IoCT) που αποτελεί τον μοναδικό φορέα εκπαίδευσης και κατάρτισης στον κλάδο των χρωμάτων για την Ελλάδα. Το Ινστιτούτο παρέχει εκπαίδευση σε επαγγελματίες βαφείς, επιθεωρητές βαφής, στελέχη χρωματοβιομηχανιών, προσωπικό χρωματοπωλείων ή άμεσα εμπλεκόμενων στον κλάδο των χρωμάτων όπως αρχιτέκτονες και μηχανικούς. Οι επαγγελματίες βαφείς έχουν πλέον τη δυνατότητα να πιστοποιήσουν τα επαγγελματικά προσόντα τους με το διαπιστευμένο, σύμφωνα με το Διεθνές Πρότυπο ISO/IEC 17024, σχήμα πιστοποίησης «Τεχνίτης Βαφέας». Το σχήμα αυτό έρχεται να καλύψει το κενό που υπάρχει στη βιομηχανία χρωμάτων και στον κατασκευαστικό κλάδο, σχετικά με το ποιοτικό επίπεδο προσόντων που απαιτείται να διαθέτουν οι επαγγελματίες βαφείς, προκειμένου να εκτελούν με τεχνική αρτιότητα την προετοιμασία και βαφή οποιουδήποτε υποστρώματος, για λόγους προστασίας, υγιεινής και αισθητικής, και ταυτόχρονα να ξεχωρίζουν στην αγορά εργασίας. Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση των εξετάσεων πιστοποίησης που διοργανώνονται από την TÜV AUSTRIA Hellas, σε συνεργασία με αξιόλογα και έμπειρα υψηλόβαθμα στελέχη βιομηχανιών παραγωγής χρωμάτων, οι πιστοποιημένοι «Τεχνίτες Βαφείς» διαθέτουν πλέον αντικειμενική απόδειξη των προσόντων τους, μέσα από μια διεθνή αναγνωρισμένη και αποδεκτή διαδικασία που αποτελεί πρόσθετο εφόδιο για την επαγγελματική εξέλιξη τους. Η TÜV AUSTRIA Hellas, γνωρίζει καλά πως ο δρόμος της ανάκαμψης του κλάδου των κατασκευών και της βιομηχανίας χρωμάτων περνάει πρώτα από τη συνεχή εκπαίδευση και αναβάθμιση των προσόντων των επαγγελματιών καθώς και από την έγκυρη, αξιόπιστη και αντικειμενική αξιολόγηση τους. Η TÜV AUSTRIA Hellas στέκεται στο πλευρό των ικανών επαγγελματιών που δεν φοβούνται να αξιολογηθούν και οι οποίοι συμβάλλουν στην ανάπτυξη της υγιούς και ποιοτικής επιχειρηματικότητας.

**Η πιο ψηλή αγελάδα  
στον κόσμο!**

SAY *yes* & get  
impressed



Έχει ύψος δύο μέτρα και ζυγίζει κάτι λιγότερο από 1500 κιλά. Τη λένε Knickers και η μοναδικότητα της συγκεκριμένης αγελάδας, ράτσας Holstein Friesian, την οδήγησε σε μία φάρμα στο Περθ της Αυστραλίας. Ο αγρότης Geoff Pearson, που είχε αγοράσει το ζώο έναντι του ποσού των 400 δολαρίων Αυστραλίας (256 ευρώ) για να λειτουργήσει ως αρχηγός στο κοπάδι του, δεν κατάφερε να κρατήσει την Knickers λόγω του μεγέθους της. Έτσι κέρδισε την ελευθερία της και φυσικά έγινε διάσημη, καθώς είναι η πιο πολυφωτογραφημένη αγελάδα.

# Φτιάχνοντας εικόνες με κύριο συστατικό τον ήχο...



**Αγαπάει το ραδιόφωνο σχεδόν από όταν γεννήθηκε... ίσως και να γεννήθηκε γι' αυτό! Μπήκε δυναμικά στη ζωή του όταν ήταν τεσσάρων ετών και στα 14 έγινε... ραδιοπειρατής! Εδώ και πολλά χρόνια ο Τηλέμαχος Σαντοριναίος δεν είναι απλώς ένας ραδιοφωνικός παραγωγός... είναι η αγαπημένη φωνή του ραδιοφώνου! Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ραδιοφώνου, που γιορτάζεται στις 13 Φεβρουαρίου, παραχώρησε συνέντευξη στο Say Yes to the Press.**



## Ήθελες πάντα να ασχοληθείς με το ραδιόφωνο; Πώς προέκυψε η σχέση σου μαζί του;

Το ραδιόφωνο έγινε ο απόλυτος σύντροφός μου όταν ήμουν τεσσάρων ετών. Η προγιαγιά μου χάρισε ένα τρανζιστοράκι με επένδυση απο δέρμα (ακόμη έχω στο μυαλό μου αυτή την ιδιαίτερη μυρωδιά του) το οποίο δούλευε με μπαταρίες, μεγάλη υπόθεση για την εποχή εκείνη. Ήταν ανοικτό όλη ημέρα και το βράδυ κοιμόμουν με αυτό ακούγοντας την εκπομπή «Καληνύχτα κ. Έντισον», μουσική και τραγούδια.

## Θυμάσαι την πρώτη σου μέρα στο ραδιόφωνο, την πρώτη σου εκπομπή;

Στα 14 μου περίπου ένας φίλος μεγαλύτερος σε ηλικία μου είπε αν θέλω να έρθω στο σπίτι του γιατί σχεδίαζε κάτι μεγάλο που θα μου άρεσε σίγουρα. Πήγα εκεί και αντίκρισα έναν αυτοσχέδιο πομπό, έναν μίκτη ήχου, ένα πικ απ και ένα μικρόφωνο, αυτό το τελευταίο έμελλε να γίνει η δεύτερη φύση μου. Το ίδιο εκείνο απόγευμα μνήθηκα στα ερτζιανά ως ραδιοπειρατής και ήξερα ότι κάποια στιγμή αυτό που μου άρεσε τόσο να κάνω θα γινόταν πραγματικότητα. Από το 1991 περίπου ως σήμερα δεν περνάει ημέρα, που να μην ακούω ραδιόφωνο ή να μην είμαι πίσω από το μικρόφωνο ενός ραδιοσταθμού.

## Ζούμε στην εποχή της εικόνας. Ωστόσο το ραδιόφωνο υπάρχει ακόμα δυναμικά στη ζωή μας. Ποια είναι η μαγική δύναμή του; Γιατί πιστεύεις ότι οι άνθρωποι αγαπάνε τόσο το ραδιόφωνο;

Γιατί είναι άμεσο, γιατί σε ταξιδεύει, σου δίνει την ευκαιρία να φτιάξεις εικόνες με κύριο συστατικό τον ήχο. Δεν είναι μαγικό όλο αυτό; Σίγουρα όσοι βλέπουν τηλεόραση είναι περισσότεροι, αλλά δεν είναι τόσο «δεμένοι» οι τηλεθεατές, όσο οι ακροατές του ραδιοφώνου, με το μέσο και τους ανθρώπους του. Αυτό γίνεται επειδή οι άνθρωποι του ραδιοφώνου εμπνέουν περισσότερη εμπιστοσύνη, γίνονται η καθημερινή παρέα καθώς θέλω να πιστεύω ότι οι περισσότεροι, βγάζουν τον πραγματικό τους εαυτό χωρίς να εμφανίζουν μια επιτηδευμένη όσο και επίπλαστη εικόνα. Είναι πρόσωπα και προσωπικότητες χωρίς μακιγιάζ και φώτα, είναι λόγος είναι μουσική και μπορεί να αγγίξουν την ψυχή σου.

Τα λόγια είναι οι άνεμοι της ψυχής, έλεγε ο Πυθαγόρας, ενώ για τον Jean Sibelius η μουσική αρχίζει εκεί που σταματούν οι δυνατότητες της γλώσσας.



## Τσικνοπέμπτη με Μπύρα... ή Kaiser;

Τσικνοπέμπτη χωρίς Kaiser δε γίνεται, γι' αυτό η Νο1 μπύρα Pilsner στην Ελλάδα, για 2 η συνεχή χρονιά, σας καλεί να συμμετάσχετε στον απόλυτο BBQ διαγωνισμό και να κερδίσετε μοναδικά δώρα, που θα σας... αναδείξουν σε master του grilling!

Απολαύστε την αγαπημένη σας Kaiser, βρείτε τον 9ψήφιο κωδικό LOT σε οποιαδήποτε συσκευασία φιάλης ή κουτιού, καταχωρήστε τον στο [www.kaiserbbq.gr](http://www.kaiserbbq.gr) και γίνετε ένας από τους 100 τυχερούς που θα κερδίσουν μοναδικά δώρα ψησίματος. Συγκεκριμένα, 10 ψησταριές υγραερίου Weber Spirit II E-310 GBS, 30 ποδιές Kaiser και 60 κιβώτια Kai-

ser, περιμένουν να απογειώσουν το τραπέζι της κάθε Τσικνοπέμπτης και όχι μόνο! Ο διαγωνισμός διαρκεί από την Πέμπτη 27 Ιανουαρίου έως και την Κυριακή 27 Φεβρουαρίου. Και μην ξεχνάτε – όσες περισσότερες συμμετοχές έχετε συγκεντρώσει, τόσες περισσότερες πιθανότητες έχετε να είστε ένας από τους μεγάλους νικητές! Μείνετε συντονισμένοι στο [www.kaiserbbq.gr](http://www.kaiserbbq.gr) αλλά και στα social media της Kaiser τη Δευτέρα 28 Φεβρουαρίου για την ανακοίνωση των νικητών του διαγωνισμού.

Η Kaiser, ξεχωρίζοντας για την υψηλή ποιότητα και τη μοναδική γεύση της, γίνεται και φέτος «πρεσβευτής» της Τσικνοπέμπτης, φέροντας την τέχνη του ψησίματος σε κάθε σπίτι! Γιατί ο καλός ψήστης χρειάζεται και τα κατάλληλα εργαλεία... Πάρε μέρος στον διαγωνισμό και γίνε εσύ ο επόμενος Master της Τσικνοπέμπτης!



Μπύρα ή Kaiser;

Adrianos Vasilopoulos

## Το αίμα του δράκου: Ένα από τα πιο παράξενα δέντρα του κόσμου

SAY *yes* & get impressed



Το δέντρο *Dracaena cinnabari*, που είναι γνωστό ως το Αίμα του Δράκου λόγω του κόκκινου χρώματος των υγρών που τρέχουν αν κάποιος σκίσει τον φλοιό του, είναι από τα πιο σπάνια δέντρα στον κόσμο. Φύεται στο νησί Socotra, στην Υεμένη και τα κλαδιά του έχουν καταφέρει να εξελιχθούν με τέτοιο τρόπο ώστε να εγκλωβίζουν την απαραίτητη για το φυτό υγρασία.



## Νέα έρευνα της Adecco - Ο μισθός παραμένει το σημαντικότερο κριτήριο παρακίνησης στην αίτηση για αναζήτηση νέας εργασίας



THE ADECCO GROUP

Στην έρευνα του Ομίλου Adecco “Exploring Workers Professional Aspirations” που πραγματοποιήθηκε τον Ιανουάριο του 2022 συμμετείχαν πάνω από 1.300 εργαζόμενοι και 155 εταιρείες σε 16 χώρες, απαντώντας σε ερωτήματα σχετικά με τις προσδοκίες των αιτούντων για εργασία, με στόχο να διαπιστωθεί εάν οι εταιρείες αξιολογούν σωστά τις προσδοκίες των εργαζομένων και το αντίστροφο.



Και οι δύο φαίνεται να συμφωνούν ως προς τα βασικά κριτήρια που παρακινούν τους εργαζόμενους να υποβάλουν αίτηση για αναζήτηση νέας εργασίας. Ο μισθός είναι το βασικό κριτήριο, ενώ ακολουθούν το κλίμα/ ατμόσφαιρα στον χώρο εργασίας και οι ευκαιρίες για επαγγελματική εξέλιξη και ανέλιξη. Ωστόσο, οι εταιρείες φαίνεται πως τείνουν να υπερεκτιμούν τη σημασία του μισθού – το 72% των εταιρειών αναφέρει τον μισθό ως τον κύριο παράγοντα πρόσληψης, σε αντίθεση με τους εργαζόμενους όπου μόνο το 53% τον θεωρούν τον πιο σημαντικό παράγοντα. Οι εταιρείες, επίσης, δίνουν αρκετή αξία στη φήμη τους μιας και πιστεύουν ότι η εργασία σε έναν γνωστό εργοδότη είναι ο 7ος σημαντικότερος παράγοντας, ενώ οι ίδιοι οι εργαζόμενοι τον κατατάσσουν σε σημαντικότητα στη 16η θέση.

### Οι εργαζόμενοι θέλουν ευελιξία

Ο Covid έχει κάνει τους εργαζόμενους να επιζητούν ευελιξία ως προς τον τρόπο που δουλεύουν, ειδικά όσον αφορά το ωράριο και το μέρος που θα εργαστούν. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα στο Ηνωμένο Βασίλειο, τη Γερμανία και τις ΗΠΑ, όπου το 22% των εργαζομένων δήλωσαν ότι προτιμούν την επιλογή να εργάζονται με πλήρη απασχόληση στο σπίτι (σε σύγκριση με τον παγκόσμιο μέσο όρο του 9%). Επιπλέον εύρημα είναι ότι η ευελιξία είναι σημαντικότερη για τις γυναίκες, αναμενόμενο σύμφωνα και με προηγούμενες έρευνες του Ομίλου.

### Η περιοχή και η ηλικία διαφοροποιούν τις προτιμήσεις των εργαζομένων

Οι εργαζόμενοι σε Γαλλία και Βέλγιο είχαν μεγαλύτερες πιθανότητες να δώσουν προτεραιότητα στον μισθό, ενώ οι εργαζόμενοι στην Ιταλία και την Ινδία δίνουν σχετικά

μεγαλύτερο βάρος στην εξέλιξη και την πρόοδο όσον αφορά την επαγγελματική τους σταδιοδρομία. Οι εργαζόμενοι που ανήκουν στις GenZ και GenY είναι πιο πιθανό να επηρεαστούν από τον μισθό, ενώ οι παλαιότερες γενιές εστιάζουν περισσότερο στο περιεχόμενο της εργασίας, στην εργασιακή ατμόσφαιρα και κλίμα. Οι εργαζόμενοι στη Λατινική Αμερική και την Ισπανία τείνουν να προτιμούν περισσότερο τη συνεργατική από την ατομική εργασία, αν και οι εταιρείες πιστεύουν ότι αυτή η προτίμηση ισχύει σε ένα ευρύτερο πλαίσιο.

### Οι εταιρείες θα πρέπει να επανεξετάσουν την στρατηγική τους

Όταν ρωτήθηκαν οι εργοδότες για το στίλ ηγεσίας που εφαρμόζεται στην εταιρεία τους, η πλειοψηφία απάντησε ότι εφαρμόζουν μια στρατηγική όπου δίνει έμφαση στην επίτευξη των στόχων. Ωστόσο, όταν ρωτήθηκαν οι εργαζόμενοι για το ποιο στίλ ηγεσίας προτιμούν, 1 στους 4 δήλωσε πως προτιμά τους «χαρισματικούς ηγέτες» που εστιάζουν στο όραμα ενώ ακολουθεί η απάντηση που δείχνει την προτίμηση των εργαζομένων στους ηγέτες που δίνουν προτεραιότητα στην ευημερία των εργαζομένων τους. Σχετικά με την προσέγγιση για τη στρατηγική εταιρικής κοινωνικής ευθύνης, η έρευνα ανέδειξε μια γεωγραφική διαίρεση σε σχέση με το τι επιθυμούν οι εργαζόμενοι από τον εργοδότη τους. Οι εργαζόμενοι στις αγγλοσαξονικές χώρες επικεντρώνονται περισσότερο στην ευθύνη, τη διαφάνεια και τα ηθικά πρότυπα, ενώ στην ηπειρωτική Ευρώπη μεγαλύτερη προτεραιότητα δίνεται στη διαφορετικότητα, την ένταξη και την κοινωνική δικαιοσύνη.

### Η διαδικασία πρόσληψης γίνεται ψηφιακή και οι υποψήφιοι ανταποκρίνονται

Η έρευνα αποκάλυψε μια τελευταία σημαντική αναντιστοιχία στις προσδοκίες των εργοδοτών και εργαζομένων όσον αφορά τη διαδικασία πρόσληψης που γίνεται πλέον με ψηφιακά μέσα. Οι υποψήφιοι φαίνονται να είναι έτοιμοι για να υιοθετήσουν τη μετάβαση στον ψηφιακό κόσμο και να κινούνται πιο γρήγορα από τις εταιρείες. Συγκεκριμένα, έδειξε ότι το 35% των εργαζομένων (49% της Gen Z) θα ήταν ευχαριστημένοι με μια διαδικτυακή διαδικασία πρόσληψης, ενώ οι εργοδότες απάντησαν αντίστοιχα σε ποσοστό 9%. Αντίστοιχη ήταν η απάντηση των εργαζομένων στο να αξιολογηθούν οι δεξιότητές τους κατά τη διάρκεια της διαδικασίας πρόσληψης μέσα από ένα διαδικτυακό κουίζ, καθώς είναι πιο ανοιχτοί σε σύγκριση με αυτό που θα περίμεναν οι εργοδότες.

## Perfect Match: Φέτος του Αγίου Βαλεντίνου, όλα τα ωραία πάνε πακέτο στο Public!

«Είσαι το ποντίκι στο laptop μου», λένε φέτος οι ερωτευμένοι με αφορμή την ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου, παίρνοντας έμπνευση από την τεράστια γκάμα προϊόντων τεχνολογίας και ψυχαγωγίας που προσφέρει το Public.

Ποιος είπε, άλλωστε, ότι στην εποχή της τεχνολογίας δεν υπάρχει ρομαντισμός; Για την πιο τρυφερή ημερομηνία της χρονιάς, το Public φέρνει κοντά προϊόντα που είναι φτιαγμένα το ένα για το άλλο, βοηθώντας τα να βρουν το "Perfect Match" τους και προτρέποντάς μας να μοιραστούμε τα συναισθήματά μας με τα πιο αγαπημένα μας πρόσωπα. Μέσα από υπέροχες φράσεις που δηλώνουν αφοσίωση, ο #1 προορισμός για δώρα αναδεικνύει ζευγάρια προϊόντων που αλληλοσυμπληρώνονται, προσφέροντας έξυπνες ιδέες δώρων, αλλά και τον πιο fun τρόπο να πει κανείς «σ' αγαπώ»!

# VALENTINE'S Day

Χιλιάδες δώρα που θα αγαπηθούν πολύ!

## Βρες το δώρο που θα κάνεις την ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου μέσα από τις δεκάδες προσφορές της HUAWEI!

Η ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου πλησιάζει και ένας από τους καλύτερους τρόπους για να φροντίσετε εσάς και τους αγαπημένους σας είναι να κάνετε άνετη την καθημερινότητα όλων. Τα πιο σύγχρονα gadget, που προσφέρουν άνεση και τεχνολογική υπεροχή, τα βρίσκετε στη HUAWEI! Γι' αυτό τον λόγο, η εταιρία έχει δημιουργήσει τις καλύτερες προσφορές για όσους επιθυμούν να συνδυάσουν την

ημέρα του έρωτα με ένα δώρο τεχνολογίας. Για να ανακαλύψετε όλες τις προσφορές, περιηγηθείτε στο ηλεκτρονικό HUAWEI Store <https://www.huaweistore.gr/el/> θα βρείτε δώρα για εκείνη, αλλά και για εκείνον! Με την εγγραφή σας στο newsletter, θα κερδίσετε δωροεπιταγή της τάξεως των 20 ευρώ για την επόμενη αγορά σας, καθώς επίσης και αποστολή χωρίς χρέωση των μεταφορικών και τη δυνατότητα εξόφλησης με άτοκες δόσεις. Είτε έχετε σύντροφο είτε όχι, είτε απολαμβάνετε την ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου είτε απλά το διασκεδάσετε, με αυτά τα HUAWEI προϊόντα και με αυτές τις HUAWEI προσφορές είναι η σωστή στιγμή να κακομάθετε εσάς και όσους αγαπάτε.



### OPEN FOR SPECIAL VALENTINE'S OFFERS

#OPENFORMORELOVE

#### HUAWEI FreeBuds Lipstick

ΑΠΟΚΤΗΣΕ ΤΟ

ΜΕ ΔΩΡΟ ΤΟ HUAWEI WATCH FIT



consumer.huawei.com/gr

\* Η προσφορά ισχύει έως 2/2/2022 και αφορά όλους τους αποστέλλοντες τα ερωτηματολόγια του προέχοντος μήνα για να διαλέξουν από 2000 και άνω.

## Πώς να παραμείνει η σχέση ερωτική... μέσα στον γάμο

Την Κυριακή, 13 Φεβρουαρίου, γιορτάζουμε την Παγκόσμια Ημέρα Γάμου, το γνωρίζατε; Η Ίρις Κρέμερ, Συμβουλευτική Ψυχολόγος/Σεξολόγος, αναλύει το πώς μπορούμε να διατηρήσουμε ζωντανή τη σχέση με τον σύντροφό μας στο πλαίσιο του γάμου.



συζήτηση που στην πραγματικότητα δεν τους αφορά και που καλό θα είναι καθένας από τους δύο συντρόφους να μην επιτρέπει την πρόσβαση αυτή στους συγγενείς τους, ακόμα και όταν υπάρχουν παιδιά.

**Ο γάμος παραμένει μια ερωτική σχέση στην οποία εφόσον υπάρχει αγάπη οι βασικοί πυλώνες αυτής δεν πρέπει να παραγκωνίζονται:**

αλληλοσεβασμός, αλληλοεκτίμηση, ειλικρίνεια και διαφάνεια, αλληλοαποδοχή. Αγαπώ

τον σύντροφό μου, αγαπώ και τον εαυτό μου και οφείλω να ισορροπήσω αυτά τα δύο μέσα στη σχέση, στον γάμο, ώστε να είμαστε και οι δύο καλά. Μην ξεχνάτε να εκφράζεστε αλλά και να ακούτε τον σύντροφό σας ενεργά.

Στον γάμο πολλά ζευγάρια κατά μία έννοια ξεχνιούνται, χαλαρώνουν και παγιδεύονται στη συνθήκη της μονιμότητας που χρωματίζεται από την έννοια γάμος. Η σχέση παραμένει ένας ζωντανός οργανισμός που θέλει φροντίδα, χρόνο και προσοχή. Μην εγκαταλείπετε τη σχέση επειδή ζείτε μαζί.

Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι ο γάμος δεν αναιρεί, ούτε καταργεί τη σχέση. Πολλοί άνθρωποι όταν παντρεύονται νιώθουν ότι έφτασαν στο τέλος της διαδρομής και ότι αυτή ήταν η μεγαλύτερη επίτευξη της μέχρι τώρα σχέσης τους με τον σύντροφό τους.

**Ο γάμος είναι μία κοινωνική συμφωνία μεταξύ δύο ανθρώπων.** Δεν είναι ο γάμος που θα έπρεπε να τους ενώνει αλλά η ήδη υπάρχουσα σχέση τους που τους ωθεί στο να ενωθούν και με πολλούς άλλους τρόπους ενώπιον Θεού και ανθρώπου και νόμου θα προσθέσω εγώ. Μια γιορτή αγάπης θα πω εγώ που αντιθέτως σηματοδοτεί την έναρξη μιας καινούριας περιόδου για το ζευγάρι που επιθυμεί και ονειρεύεται να μείνει σε αυτή τη σχέση για το υπόλοιπο της ζωής τους. Ο γάμος δεν προεξοφλεί την ευτυχία και την ισορροπία. Πολλές φορές μπορεί να δούμε να συμβαίνει το αντίθετο όταν σε μια νέα τέτοια συνθήκη οι συγγενείς (γονείς, αδέρφια, ευρύτερη οικογένεια) αισθάνονται ότι αυτομάτως αποκτούν περισσότερα δικαιώματα πάνω σε αυτή τη σχέση, πάνω στη ζωή του ζευγαριού, φέρνοντας συχνά-πυκνά την άποψή τους σε μια

**Συνεχίστε να παρέχετε στη σχέση ουσιαστικές κοινές στιγμές επικοινωνίας** με τον σύντροφο, ταξίδια, εκδρομές, βόλτες με φίλους αλλά και μόνοι σας. Στιγμές ξεκούρασης στο σπίτι. Μην ξεχνάτε να βγαίνετε ραντεβού και να φλερτάρτε, ακόμα κι αν είναι ένα ρομαντικό δείπνο στην τραπεζαρία του σπιτιού σας με κεριά ή ό,τι άλλο εσάς σας ευχαριστεί σαν ατμόσφαιρα ως κάτι διαφορετικό από την ρουτίνα της καθημερινότητας. Γιορτάστε τη σχέση σας και μην την αφήνετε να χαθεί στην καθημερινότητα. Γίνετε σύζυγοι αλλά δεν παύσατε να είστε εραστές!

## Η Sonos σας βοηθά να συντονιστείτε στα συναισθήματά σας την ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου

Βαλεντίνου

Είτε θέλετε να γιορτάσετε την ημέρα του Αγίου με τον αγαπημένο σας, τους φίλους σας, είτε να μην την γιορτάσετε καθόλου φέτος, η Sonos είναι εδώ για να φτιάξει την ατμόσφαιρα. Απολαύστε αυτή την ξεχωριστή στιγμή με playlists και υπέροχη μουσική για κάθε γούστο, στο σπίτι ή σε εξωτερικό χώρο, με τη Sonos. Η Sonos προσφέρει μία σειρά προϊόντων όπως το One SL, το Roam και το Beam, που διευκολύνουν τη δημιουργία της τέλει ατμόσφαιρας V-day στο σπίτι ή σε εξωτερικούς χώρους. Η Sonos θέλει να μας συγχρονίσει με ένα ηχείο ή ένα soundbar για να μας βοηθήσει να γιορτάσουμε – από τα πρώτα ραντεβού, τις παλιές αγάπες, μέχρι όλες τις σημαντικές μορφές αγάπης για τον εαυτό μας (βραδινή έξοδος ή Netflix). Για εκείνους που δεν ξέρουν τί διάθεση θα έχουν, ευτυχώς η Sonos είναι ένα multi-room σύστημα. Παίξτε διαφορετική μουσική σε κάθε δωμάτιο για να νιώθετε καλά όλη μέρα και όλη νύχτα.



## Η LG θέτει νέα πρότυπα με δυνατότητα αναβαθμίσεων στις οικιακές συσκευές, προσφέροντας περισσότερα και διαχρονικά οφέλη



Η LG Electronics έρχεται να αλλάξει τα δεδομένα στη χρήση οικιακών συσκευών, με την επιλογή αναβάθμισής τους που προσαρμόζεται στον μοναδικό και μεταβαλλόμενο τρόπο ζωής των πελατών. Στο πλαίσιο του concept “Evolving Appliances for You” οι συσκευές της LG θα λαμβάνουν αναβαθμίσεις, και θα έχουν τη δυνατότητα να ενσωματώνουν νέες λειτουργίες που αναπτύσσονται με την πάροδο του χρόνου βάσει του μοτίβου χρήσης. Η δυνατότητα των αναβαθμίσεων θα επιτρέπει την προσθήκη μιας νέας λειτουργίας σε μια υπάρχουσα συσκευή μέσω νέου software, νέου hardware ή και των δύο. Για παράδειγμα, σε περίπτωση που οι χρήστες αποκτήσουν ένα κατοικίδιο στο σπίτι μπορούν να βελτιώσουν την απόδοση του ιονιστή LG PuriCare, μέσω της αναβάθμισης της συσκευής με το Pet Care Filter για να φιλτράρει πιο διεξοδικά τα χνούδια των κατοικίδιων ζώων από τον αέρα. Επίσης, τα στεγνωτήρια LG που λαμβάνουν αναβαθμίσεις μπορούν να ενισχυθούν με νέα αξεσουάρ και software, το οποίο θα μπορεί ο χρήστης να «κατεβάσει» από την εφαρμογή LG ThinQ, λαμβάνοντας υπόψη του το διαφορετικό κλίμα ή διαφορετικούς τύπους υφασμάτων.

## Το Δορυφορικό Κέντρο του Ομίλου ΟΤΕ στη Νεμέα επέλεξε η KSAT για εγκατάσταση του πρώτου optical gateway για εμπορικούς σκοπούς

Το Κέντρο Δορυφορικών Επικοινωνιών του Ομίλου ΟΤΕ στη Νεμέα επέλεξε η Kongsberg Satellite Services (KSAT), κορυφαίος πάροχος δορυφορικών υπηρεσιών και γεωσκόπησης, ώστε να εγκαταστήσει την πρώτη στο είδος της υποδομή με κεραία που συλλέγει δεδομένα από δορυφόρους (Optical Gateway) μέσω οπτικού σήματος (λείζερ), για εμπορικούς σκοπούς. Μέσα από αυτή την state-of-the-art υποδομή, η KSAT θα διαθέτει δεδομένα και φωτογραφίες της γης σε οργανισμούς παγκόσμιου βεληνεκούς που ασχολούνται με τη διαχείριση και παρακολούθηση περιβαλλοντικών δεδομένων.

Για τις ανάγκες του έργου, ο Όμιλος ΟΤΕ εγκατέστησε και ενσωμάτωσε τον εξειδικευμένο εξοπλισμό της KSAT στο Δορυφορικό Κέντρο στη Νεμέα. Διαθέτοντας τελευταίας τεχνολογίας δορυφορικές υποδομές και υψηλή τεχνογνωσία, ο Όμιλος ΟΤΕ έχει αναλάβει την παροχή υπηρεσιών infrastructure-as-a-service, τη διασύνδεση μεταξύ δορυφόρων και εδάφους, καθώς και 24x7 λειτουργική υποστήριξη της υπηρεσίας από ειδικά εκπαιδευμένο προσωπικό. Η χρήση οπτικού σήματος αντί ραδιοσυχνότητας, επιτρέπει τη συλλογή μεγαλύτερου όγκου δεδομένων από το διάστημα μέσω λείζερ, σε κάθε πέρασμα του δορυφόρου. Καθώς οι δορυφορικές επικοινωνίες προϋποθέτουν καλές καιρικές συνθήκες, χωρίς σύννεφα, για την επικοινωνία γης-δορυφόρου, η περιοχή της Νεμέας αποτελεί ιδανική επιλογή, με τις πιθανότητες καθαρού ουρανού να φτάνουν το 95% τους καλοκαιρινούς μήνες.

### ΔΟΡΥΦΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΜΕΑΣ: Συνεργάτης της KSAT για συλλογή περιβαλλοντικών δεδομένων της Γης από το διάστημα

Το πρώτο optical gateway (με χρήση λείζερ) στον κόσμο για εμπορικούς σκοπούς

#### ΟΜΙΛΟΣ ΟΤΕ:

- Εγκατάσταση & ενσωμάτωση εξειδικευμένου εξοπλισμού στη Νεμέα
- 24/7 υποστήριξη

Όμιλος ΟΤΕ: Συνεργάτης επιλογής για κορυφαίες εταιρείες στον τομέα των δορυφορικών υπηρεσιών

ΝΕΜΕΑ & ΘΕΡΜΟΠΥΛΕΣ ΣΤΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΕΡΑ ΔΟΡΥΦΟΡΙΚΑ ΚΕΝΤΡΑ ΤΗΣ ΕΥΡΩΠΗΣ



## Οι ταινίες Tenet και Friends: The Reunion και η ζωντανή μετάδοση αγώνων, στην πρώτη θέση προτίμησης των επιβατών της Emirates



Το θρίλερ επιστημονικής φαντασίας Tenet και η ταινία Cruella συγκέντρωσαν τις περισσότερες προβολές, ενώ η ταινία Friends: The Reunion πήρε την πρωτιά στα τηλεοπτικά προγράμματα που προβλήθηκαν εν πτήση το 2021, σύμφωνα με τα στοιχεία της Emirates.

Η μεγαλύτερη αεροπορική εταιρεία στον κόσμο διαθέτει περισσότερα από 4.500 κανάλια στο ice (Information Communication Entertainment), το πολυβραβευμένο σύστημα ψυχαγωγίας.

Παραμένοντας συνδεδεμένοι σε ένα από τα Wi-Fi πακέτα της πτήσης, οι επιβάτες μπορούν να παρακολουθούν τις τελευταίες ταινίες και τηλεοπτικές σειρές, να ακούν μουσική και podcast, να παρακολουθούν την πορεία της πτήσης τους, να απολαμβάνουν τη θέα από τις εξωτερικές κάμερες του αεροσκάφους, να ενημερώνονται άμεσα για τις ειδήσεις και να παρακολουθούν σε ζωντανή μετάδοση αθλητικούς αγώνες.

Η Emirates ανανεώνει συνεχώς το περιεχόμενο του συστήματος ψυχαγωγίας ice, προσθέτοντας κάθε μήνα εκατοντάδες ταινίες, τηλεοπτικές εκπομπές, podcast και μουσικά κανάλια στην εκτενή της συλλογή.

**ΤΟ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟ ΠΑΙΔΙ**  
ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ  
ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΟΥ ΓΟΝΕΪΚΟΥ ΡΟΛΟΥ  
ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΤΗΝ ΤΑΞΗ

WEBINAR ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ  
ΜΕ ΑΦΟΡΜΗ ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ  
ΤΗΣ MARINA FAILLIOT-LALOUC  
«ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟ.  
ΠΩΣ ΝΑ ΤΟ ΒΟΗΘΗΣΩ;»

ΤΕΤΑΡΤΗ  
16 / 2 / 2022  
ΣΤΙΣ 7 ΤΟ ΒΡΑΔΥ

ΠΑΤΗΣΤΕ ΕΔΩ  
ΓΙΑ ΠΕΡΥΣΣΟΤΕΡΕΣ  
ΛΕΠΤΟΜΕΡΕΙΕΣ

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ **Ταλκ** ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

## Βοηθώντας το διαφορετικό παιδί: Webinar για γονείς



Με αφορμή αυτόν τον πολύ χρήσιμο και πρακτικό εικονογραφημένο οδηγό της γαλλίδας ψυχολόγου και παιδαγωγού [Marina Failliot-Laloux](#), οι εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ και το Ταλκ [www.talcmag.gr](#) σας προσκαλούν σε μια διαδικτυακή συζήτηση για την κατανόηση των διαφορετικών παιδιών και την ενίσχυση των ενήλικων

που εμπλέκονται στη φροντίδα και την εκπαίδευσή τους, ώστε να μπορέσουν να τα βοηθήσουν να εξελιχθούν νοητικά, σωματικά και συναισθηματικά. Το Webinar θα πραγματοποιηθεί δωρεάν μέσω της πλατφόρμας ZOOM την Τετάρτη 16 Φεβρουαρίου 2022, στις 7 το βράδυ. Για να παρακολουθήσετε, συνδεθείτε πατώντας [εδώ](#).

Θα συζητηθούν καλές πρακτικές και ιδέες για την αξιοποίηση του βιβλίου “Το παιδί μου είναι διαφορετικό. Πώς να το βοηθήσω;”, ώστε το διαφορετικό παιδί σας:

- να ελέγχει το σώμα του... για να μην κουράζεται από την υπερδιέγερση και την υπεραισθησία,
- να διαχειρίζεται τα συναισθήματά του... για να μάθει να τα εκφράζει, να μην έχει εκρήξεις θυμού, να μην αγχώνεται, να μην αποσύρεται,
- να ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις της καθημερινότητας... χωρίς πίεση και υπερβολική αυστηρότητα,
- να συμμετέχει σε οικογενειακές εκδηλώσεις και εξόδους... χωρίς να κουράζεται και να προκαλεί εντάσεις,
- να ανακαλύψει τις ξεχωριστές δυνατότητές του και να τις αξιοποιήσει... για να διατηρήσει τη ζωτικότητα και τη δημιουργικότητά του.

## Το Hard Rock Cafe® Athens γιορτάζει τον μεγαλύτερο ποδοσφαιρικό αγώνα της Αμερικής με το νέο 'Big Game' tailgate menu



Το Hard Rock Cafe® Athens προσκαλεί τους επισκέπτες να ζήσουν την απόλυτη εμπειρία ενός tailgate party από την άνεση του ειδικά διαμορφωμένου χώρου που θα έχει δημιουργηθεί για την συγκεκριμένη ημέρα στο café. Το ειδικό 'Big Game' menu θα είναι διαθέσιμο στις 13 Φεβρουαρίου καθ' όλη τη διάρκεια της ημέρας. Έτοιμο να υποδεχτεί την έναρξη του τελικού του Super Bowl, του πιο φαντασμαγορικού ποδοσφαιρικού αγώνα της Αμερικής.

Το 'Big Game' μενού υπάρχει σε δυο εκδοχές: 'Big Game' tailgate menu που προσαρμόζεται σε παρέες δύο μέχρι τεσσάρων ατόμων, ενώ υπάρχει και το 'Big Game' bundle menu για μεγαλύτερες παρέες έξι έως 10 ατόμων.

Από τα κλασικά Buffalo Wings μέχρι signature sliders, όπως τα χορταστικά classic nachos και όχι μόνο, οι φίλοι και οι οικογένειες θα θέλουν να επευφημήσουν και να ζητωκραυγάσουν για την ομάδα τους (ή απλώς να ακολουθήσουν το ρεύμα) στο Hard Rock Cafe Athens. Το μενού περιορισμένου χρόνου, Big Game menu, θα είναι διαθέσιμο μόνο για μία ημέρα, επομένως οι επισκέπτες θα μπορούν να το απολαύσουν όσο ακόμα προλαβαίνουν!





## Inner Vision Photography

Αναπτύσσω σημαίνει ξεδιπλώνω, ξετυλίγω, φανερώνω, δίνω στα πράγματα τη δυνατότητα να αποκαλυφθούν. Αυτού του είδους την προσωπική ανάπτυξη προτείνει το Inner Vision Photography της Αγγελικής Καστρινέλλη και μας μαθαίνει, μέσα από 12 πρωτότυπα workshops που συνδυάζουν τις αρχές της τέχνης της φωτογραφίας με τις τεχνικές της Art Therapy, πώς να ερχόμαστε σε επαφή με τη δημιουργικότητά μας, πώς να δίνουμε μορφή στις εικόνες του εσωτερικού μας κόσμου, πώς να συνδέουμε το καλλιτεχνικό μας έργο με τη μοναδικότητα και το προσωπικό μας βίωμα.

Κι επειδή η δημιουργικότητα δεν επιτυγχάνεται μέσω της νόησης, αλλά με το ένστικτο του παιχνιδιού, θα επιλέξουμε συνεπιβάτες σε αυτό το ταξίδι, την ελαφρότητα και το χιούμορ μαζί με τη βιωματική γνώση και το ομαδικό πνεύμα. Το Inner Vision Photography απευθύνεται σε όσους θέλουν να εμπλουτίσουν το φωτογραφικό τους βίωμα και σε όσους θέλουν να ξεκινήσουν την παρατήρηση του εσωτερικού και του εξωτερικού κόσμου μέσα από τον φακό. Από τις εκδόσεις ΔΙΑΝΟΙΑ.

## Φοβογλώσσα / Phoboglossa

ΝΙΚΟΛΑΣ ΠΡΕΒΕΛΑΚΗΣ  
ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ ΤΣΙΤΣΑΝΟΥΔΗ-ΜΑΛΛΙΔΗ

## ΦΟΒΟΓΛΩΣΣΑ PHOBOGLOSSA

ΔΙΓΛΩΣΣΗ ΕΚΔΟΣΗ



Στην ελληνοαγγλική αυτή έκδοση οι συγγραφείς επιχειρούν μία δοκιμή διαλόγου ιδεών, ο οποίος, μολονότι είναι τυπωμένος στο χαρτί, δείχνει να μην έχει τελειώσει, αλλά παραμένει «ανοιχτός» όσο «ανοιχτές» συντηρούνται οι αβέβαιες και ρευστές πραγματικότητες της εποχής μας. Κεντρικός άξονας της «συζήτησης» είναι ο σύγχρονος φόβος (ως ψυχολογικό φαινόμενο αλλά και ως μέσο εξουσιασμού), μια έννοια την οποία, ωστόσο, οι συγγραφείς αποφεύγουν να οριοθετήσουν, πόσω μάλλον να στεγανοποιήσουν, επιλέγοντας όρους όπως κύκλοι ή κύματα φόβου. Τα κείμενα των συγγραφέων «συνομιλούν» μεταξύ τους από διαφορετικές γνωστικές αφετηρίες και αντανακλούν ελεύθερα φιλοσοφικές και πολιτικές απόψεις, αλλά και γλωσσολογικές. Οι συγγραφείς παρατηρούν ότι τα τελευταία χρόνια η πολιτική συνδέεται συχνά με όρους κρίσεων και φόβου, με παραδείγματα την τρομοκρατία, την οικολογική και οικονομική κρίση και εσχάτως την πανδημία. Η ζωή έχει αναχθεί σε υπέρτατη αξία και αυτό αναβαθμίζει τον φόβο σε κυρίαρχο συστατικό της πολιτικής. Παρατηρούν ότι, όσο πιο ασφαλής γίνεται ο κόσμος, τόσο παγιώνεται ο εθισμός στον φόβο. Από τις εκδόσεις ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ.

quote of the day

SCIENCE IS NOT A BOY'S GAME,  
IT'S NOT A GIRL'S GAME.  
IT'S EVERYONE'S GAME.  
Nichelle Nichols

Γιορτάζουν!

11/2

Βλάσης, Βλασία, Θεοδώρα,  
Αυγή, Αυγούλα

12/2

Μελέτης, Μελετία,  
Πλωτίνος, Πλωτίνη,

13/2

Πρίσκυλλα, Πρισίλλα,  
Μαρτινιανός, Χλόη

tip of the day

“  
We must believe  
that we're gifted for  
something and  
that this thing must  
be attained.  
”

Marie Curie

11 Φεβρουαρίου

- > Ευρωπαϊκή Ημέρα του 112
- > Διεθνής Ημέρα Γυναίκων και Κοριτσιών στην Επιστήμη
- > Παγκόσμια Ημέρα των Ασθενών
- > National Make A Friend Day

12 Φεβρουαρίου

- > Ημέρα της Ερυθράς Χειρός
- > Global Movie Day

13 Φεβρουαρίου

- > Παγκόσμια Ημέρα του Γάμου
- > Παγκόσμια Ημέρα Ραδιοφώνου
- > Διεθνής Ημέρα Προφυλακτικού