

Πιστοποιούμε βιολογικά

Η **TÜV AUSTRIA Hellas**, ο κορυφαίος οργανισμός Πιστοποίησης και Επιθεωρήσεων της Ελλάδας, προσφέρει καθοδήγηση για την ολοκληρωμένη εφαρμογή και την πιστοποίηση Προτύπων για ποιοτική Βιολογική Γεωργία και εξασφαλίζει σε υφιστάμενους και νέους αγρότες την ένταξη σε σημαντικές δράσεις επιχορήγησης των καλλιεργειών τους.

Οι προκηρύξεις του **Μέτρου 11** "Βιολογικές καλλιέργειες" του τρέχοντος Προγράμματος Αγροτικής Ανάπτυξης για πρώτη φορά περιλαμβάνουν και τα μελισσοκομικά προϊόντα: **μέλι, γύρη, πρόπολη, κερύ** και η πιστοποίηση της TÜV AUSTRIA Hellas αποτελεί εγγύηση για τη συμπερίληψη στους Δικαιούχους, που απαιτείται να έχουν ενεργή σύμβαση με Φορέα Πιστοποίησης.

Η TÜV AUSTRIA Hellas αποτελεί τον πρώτο διαπιστευμένο Φορέα στην Ελλάδα, σύμφωνα με τον κανονισμό (ΕΕ) 2018/848 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου.

Παρέχονται πιστοποιήσεις για τα Πρότυπα:

- ✓ ISO 9001
- ✓ ISO 14001
- ✓ ISO 45001
- ✓ ISO 22000
- ✓ FSSC 22000
- ✓ HACCP
- ✓ IFS
- ✓ BRS
- ✓ BIO
- ✓ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΠΡΟΣΩΠΩΝ
(Τεχνίτης Μελισσοκομίας)

Δείτε αναλυτικά τα Πρότυπα
και τις προϋποθέσεις πιστοποίησης
στο <https://tuvaustriahellas.gr/>

TÜV
AUSTRIA

TÜV AUSTRIA Hellas

T: +30 210 5220920 | F: +30 210 5203990 | E: info@tuvaustriahellas.gr | www.tuvaustriahellas.gr

SAY *yes* to the **press**



**TÜV AUSTRIA HELLAS:
ΠΙΣΤΟΠΟΙΟΥΜΕ ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ -
ΒΙΟΛΟΓΙΚΗ ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΑ**



Regina

Κουραντίδης Χ. Νικόλαος

Από το 1958
Since 1958

HONEY JAMS SESAME BARS JELLIES

ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ & ΤΥΠΟΠΟΙΗΣΗ

- ΜΕΛΙΟΥ
- ΜΑΡΜΕΛΑΔΑΣ
- ΓΛΥΚΩΝ ΚΟΥΤΑΛΙΟΥ
- & ΣΥΝΑΦΩΝ ΕΙΔΩΝ



www.regina-foods.gr



Regina-Foods Kourantidis



info@regina-foods.gr



Skype id: regina-foods

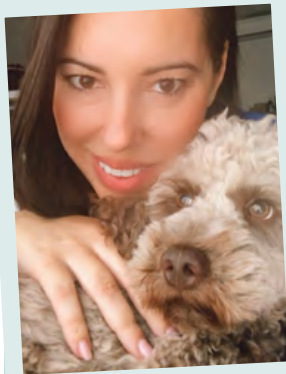


+30 231 070 6481

REGINA ΚΟΥΡΑΝΤΙΔΗΣ Χ. ΝΙΚΟΛΑΟΣ
ΒΙ.Π.Ε. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ, Γ' ΖΩΝΗ, Ο.Τ. 39Α,
Τ.Κ. 570 22 ΣΙΝΔΟΣ, ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
REGINA ΚΟΥΡΑΝΤΙΔΗΣ ΧΡ. ΝΙΚΟΛΑΟΣ
IND. AREA OF THESSALONIKI, Γ' ZONE, 39A BLOCK,
GR-570 22 SINDOS, THESSALONIKI, GREECE



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα σας αγαπημένοι μου **SayYessers!!!**

Σαββατοκύριακο έρχεται και οι περισσότεροι το περιμένουμε πώς και πώς για να ξεκουραστούμε, να περάσουμε περισσότερο χρόνο με αυτούς που αγαπάμε, να πάμε μία βόλτα και γενικά να χαλαρώσουμε. Υπάρχουν βέβαια και αυτοί που Σαββατοκύριακο = δουλειές του σπιτιού. Εντάξει, δεν σου λέω να πας στο άλλο άκρο και να σε φάνε τα ποντίκια από τη βρώμα, όμως να σου υπενθυμίσω πως το Σαββατοκύριακο και γενικά ο ελεύθερος χρόνος μας πρέπει να αξιοποιείται κάνοντας πράγματα που αγαπάμε. Βέβαια, αν μου πεις ότι εσύ αγαπάς το ξεσκόνισμα, τρελαίνεσαι για σκούπισμα, σφουγγάρισμα και σίδερο θα σου πω πάω πάσο και θα σε ρωτήσω το κλασικό, αν πηγαίνεις και σε άλλα σπίτια...

Όλα με μέτρο! Οι δουλειές και ειδικά αυτές του σπιτιού δεν τελειώνουν ποτέ. Βρήκα στο διαδίκτυο ένα κειμενάκι και είναι όλα αυτά που θα ήθελα να σου πω, γι' αυτό και σου το παραθέτω, λίγο πειραγμένο από μένα αλλά σίγουρα είμαστε στο ίδιο μήκος κύματος:

“Θυμήσου ότι η ζωή είναι σύντομη. Δε χρειάζεται να σπαταλάς όλη τη ζωή σου στο κυνήγι της σκόνης. Δε χρειάζεται να χάνεις όλο το Σαββατοκύριακο για να έχεις το σπίτι στην εντέλεια μήπως και έρθει κανείς. **Καθάρισε αν χρειάζεται** αλλά θα ήταν καλύτερα αν άκουγες λίγο μουσική, αν διάβαζες ένα βιβλίο, αν φρόντιζες τα λουλούδια σου, αν έπινες ένα καφέ με τους φίλους σου ή αν σκεφτόσουν τη διαφορά των λέξεων “θέλω” και “πρέπει”. **Καθάρισε αν χρειάζεται** αλλά υπάρχουν τόσες παραλίες, θάλασσες, ποτάμια και βουνά να εξερευνήσεις. **Καθάρισε αν χρειάζεται** αλλά υπάρχει ένας κόσμος εκεί έξω και περιμένει να τον ανακαλύψεις. **Καθάρισε αν χρειάζεται** όμως υπάρχουν τόσα να νιώσεις εκεί έξω... ο ήλιος στο πρόσωπο, ο άνεμος στα μαλλιά, το χιόνι, η βροχή, οι μέρες δε γυρνάνε πίσω. **Καθάρισε αν χρειάζεται** αλλά να θυμάσαι πως οι αναμνήσεις που δημιουργούμε με αυτούς που αγαπάμε, στο τέλος είναι το μόνο που έχει σημασία. **Καθάρισε αν χρειάζεται** αλλά θυμήσου πως το γήρας έρχεται και δε θα είσαι ποτέ ξανά όπως τώρα και αν κάποια στιγμή αποφασίσεις να επαναστατήσεις, ίσως να είναι αργά και να έχεις μετατραπεί εσύ σε σκόνη...”

Tip of the Day: Να αγαπάς τον εαυτό σου τόσο πολύ όσο επιθυμείς διακαώς να αγαπηθείς! Με τον τρόπο που αγαπάς και φροντίζεις τον εαυτό σου, δείχνεις και στους άλλους πώς επιτρέπεις να σου φέρονται. Μάθε στους γύρω σου, να σε αγαπάνε και να σε φροντίζουν στο βαθμό που αγαπάς και φροντίζεις εσύ τον εαυτό σου. Να σε αγαπάς και τότε είσαι ένα βήμα πιο κοντά σε αυτό που λέμε ευτυχία...

Και εντάξει, δε χάθηκε και ο κόσμος, **καθάρισε αν χρειάζεται** το άλλο Σαββατοκύριακο, για αύριο ελπίζω να σε τσίγγλισα λιγάκι ώστε να αλλάξεις σχέδια...

Κλαίρη Στυλιάρη
Chief of SayYessers
claire@sayyescomm.gr

Παγκόσμια Ημέρα Μέλισσας

Σήμερα, 20 Μαΐου, είναι η Παγκόσμια Ημέρα Μέλισσας, η συνεισφορά της οποίας στην ανθρωπότητα είναι καθοριστικής σημασίας! Δεν είναι άλλωστε τυχαίο ότι ο Άλμπερτ Αϊνστάιν είχε πει πως «αν οι μέλισσες εξαφανιστούν, το ανθρώπινο είδος θα εξαφανιστεί μέσα σε τέσσερα χρόνια»...



Πιστοποιούμε Βιολογικά - Βιολογική Μελισσοκομία



Η βιολογική μελισσοκομία είναι ένα σύστημα εκτροφής των μελισσών το οποίο στοχεύει στη μέγιστη εκμετάλλευση της αυτοφυούς μελισσοκομικής κληρίδας, συμβάλλει στη διατήρηση του περιβάλλοντος μέσω της επικονίασης, εφαρμόζει πρακτικές που προάγουν την ευζωία των εκτρεφόμενων μελισσοσμηνών και οδηγεί στην παραγωγή μελισσοκομικών προϊόντων υψηλής ποιότητας απαλλαγμένων από χημικές ουσίες.

• Προϊόντα που μπορούν να διατεθούν ως βιολογικά

Τα μελισσοκομικά προϊόντα που μπορούν να πιστοποιηθούν με αναφορά στον βιολογικό τρόπο παραγωγής, σύμφωνα με τον Καν.848/2018 είναι τα εξής:

- Μέλι
- Γύρη
- Πρόπολη
- Βασιλικός πολτός
- Κερί

• Ειδικές απαιτήσεις των προδιαγραφών βιολογικής γεωργίας για τη μελισσοκομία

1. Προέλευση των μελισσών

Πρέπει να προτιμάται η χρησιμοποίηση του είδους *Apis mellifera* και των τοπικών οικοτύπων του.

Για την ανασύσταση των μελισσιών επιτρέπεται η αντικατάσταση των βασιλισσών και των μελισσοσμηνών με βασίλισσες και σμήνη μη βιολογικής εκτροφής σε ποσοστό 10% ετησίως, υπό τον όρο ότι αυτά θα



τοποθετηθούν σε κυψέλες με κηρήθρες που προέρχονται από μονάδες βιολογικής παραγωγής.

2. Χώροι άσκησης της μελισσοκομίας

Η θέση του μελισσοκομείου πρέπει να είναι τέτοια ώστε:

- να εξασφαλίζει αρκετές πηγές νέκταρος, μελιτώματος και γύρης καθώς και πρόσβαση σε νερό.
- σε ακτίνα 3 χιλιομέτρων από το σημείο εγκατάστασης οι πηγές νέκταρος και γύρης να αποτελούνται κυρίως από **αυτοφυή βλάστηση ή/και βιολογικές καλλιέργειες**.
- να απέχει αρκετή απόσταση από πηγές μη γεωργικής παραγωγής που μπορούν να προκαλέσουν μόλυνση ή /και ρύπανση.
- Οι παραπάνω απαιτήσεις δεν ισχύουν για περιοχές που δεν υπάρχει ανθοφορία ή για περιοχές όπου ξεχειμωνιάζουν τα μελίσσια.

3. Διατροφή των μελισσών

Η διατροφή των μελισσών επιτρέπεται μόνο σε περίπτωση που απειλείται η επιβίωσή τους λόγω κλιματικών συνθηκών. Για τη διατροφή πρέπει να χρησιμοποιείται **βιολογικό μέλι, βιολογική ζάχαρη και βιολογικό σιρόπι ζάχαρης**.

Στο τέλος της παραγωγικής περιόδου πρέπει να διατηρούνται στις κυψέλες επαρκή **αποθέματα μελιού και γύρης** για την επιβίωση των μελισσιών τον χειμώνα.

4. Κυψέλες

Οι κυψέλες πρέπει να κατασκευάζονται από φυσικά υλικά. Επιτρέπεται η φυσική επεξεργασία για την απολύμανση των κυψελών, όπως με ατμό ή γυμνή φλόγα.

5. Πρόληψη ασθενειών και κτηνιατρικές αγωγές

Απαγορεύεται η χρήση **αλλοπαθητικών συνθετικών χημικών κτηνιατρικών φαρμάκων ή αντιβιοτικών** για προληπτική αγωγή. Επιτρέπεται η χρήση μυρμηγκικού οξέος, γαλακτικού οξέος, οξικού οξέος και οξαλικού οξέος καθώς και μενθόλης, θυμόλης, ευκαλυπτόλης ή καμφοράς σε περιπτώσεις βαρροϊκής ακαρίασης (*Varroa destructor*).

6. Μελισσοκομικές πρακτικές

Απαγορεύεται η χρησιμοποίηση κηρηθρών που περιέχουν γόνο για εξαγωγή μελιού, η εξόντωση των μελισσών στις κηρήθρες κατά τη συγκομιδή μελισσοκομικών προϊόντων, η χρησιμοποίηση συνθετικών χημικών απωθητικών κατά τη διάρκεια των ενεργειών συλλογής του μελιού και η κορυφοτομή των φτερών της βασίλισσας.

7. Πιστοποίηση

Για να χαρακτηριστεί ένα μελισσοκομικό προϊόν ως "Βιολογικό" θα πρέπει να τηρηθεί μία ελάχιστη χρονική περίοδος κατά τη διάρκεια της οποίας θα εφαρμόζονται στο μελισσοκομείο οι κανόνες βιολογικής παραγωγής. Αυτή η περίοδος ονομάζεται περίοδος μετατροπής και για τα μελισσοσμήνη διαρκεί 1 έτος. Κάθε Μελισσοκομική επιχείρηση - εκμετάλλευση προκειμένου να μπορεί να διαθέσει τα προϊόντα της στην



αγορά με αναφορά στον Βιολογικό τρόπο Παραγωγής τους, πρέπει να είναι ενταγμένη στο Σύστημα Ελέγχου και Πιστοποίησης Βιολογικής Γεωργίας αναγνωρισμένου φορέα, όπως η **TÜV AUSTRIA** και να διαθέτει Πιστοποιητικό Προϊόντος.

Η TÜV AUSTRIA Hellas αποτελεί τον πρώτο διαπιστευμένο Φορέα στην Ελλάδα, σύμφωνα με τον κανονισμό (ΕΕ) 2018/848 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου, που ελέγχει και πιστοποιεί ήδη, περίπου το 20% των ελληνικών πιστοποιημένων μελισσοκομικών επιχειρήσεων, περί βιολογικής παραγωγής. Οι εξειδικευμένοι συνεργάτες του Τμήματος Πιστοποίησης Βιολογικών Προϊόντων της TÜV AUSTRIA Hellas είναι στη διάθεσή σας για περαιτέρω ενημέρωση και εξυπηρέτηση επί των απαιτήσεων της νομοθεσίας περί βιολογικής παραγωγής.

*Γιώργος Αποστολόπουλος, Γεωπόνος Ζωοτέχνης MSc,
 Επικεφαλής Επιθεωρητής Βιολογικών Προϊόντων
 της TÜV AUSTRIA HELLAS*



Η TÜV AUSTRIA Hellas αποτελεί έναν πολύτιμο συνεργάτη και υποστηρικτή των μελισσοκομικών επιχειρήσεων που ελέγχει και πιστοποιεί, δημιουργώντας σχέσεις εμπιστοσύνης με τους Έλληνες μελισσοκόμους.

« Η ΚΟΙΝ.Σ.ΕΠ. ΜΕΛΙΣΜΑΤΑ είναι πιστοποιημένος βιολογικός παραγωγός/συσκευαστής μελιού και έχει ως σκοπό την παραγωγή υψηλής ποιότητας προϊόντων στο πλαίσιο μίας αντίληψης που αμφισβητεί το σύγχρονο παραγωγικό μοντέλο της μαζικής παραγωγής και αντιπαραβάλλει ένα άλλο που στον πυρήνα του εσωκλείει τη συνεργατικότητα και τον σεβασμό στη φύση και τον άνθρωπο. Διατηρούμε μία μικρής δυναμικότητας μελισσοκομική μονάδα. Ασκούμε νομαδική μελισσοκομία και συλλέγουμε μέλι εφόσον διασφαλίζεται η ύπαρξη αρκετού για την ομαλή διαβίωση των αποικιών, ώστε τα σμήνη να παραμένουν εύρωστα και εν δυνάμει παραγωγικά. Ο αριθμός των μελισσοσμηνών που κρατάμε και ο τρόπος που τα χειριζόμαστε δεν μας επιτρέπουν να παράγουμε μεγάλες ποσότητες μελιού. Ο πυρήνας της φιλοσοφίας μας περικλείει την ιδέα της παραγωγής υψηλής ποιότητας μελιού και λοιπών μελισσοκομικών προϊόντων, φιλοδοξώντας ταυτόχρονα να δημιουργήσουμε μία ειλικρινή σχέση αμοιβαίας εμπιστοσύνης με τους καταναλωτές- πελάτες μας. Το μέλι που παράγουμε και συσκευάζουμε έχει το όνομα Μέλι Ευτυχία και το βρίσκει κανείς σε επιλεγμένα καταστήματα στην Ελλάδα και το εξωτερικό. Περισσότερες πληροφορίες για εμάς μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα μας www.eftychia.bio.

Η TÜV AUSTRIA Hellas με τους ανθρώπους και τις διαδικασίες της πιστοποιεί εδώ και 5 χρόνια τη μελισσοκομική μας πράξη. Για εμάς, μετά από τόσα χρόνια συνεργασίας, αποτελούν πολύτιμους συνεργάτες και αρωγούς στην προσπάθειά μας να γινόμαστε καλύτεροι. Είναι πραγματική τιμή μας που φέρουμε το λογότυπό τους στα βάζα μας. Όραμά μας είναι να υπάρξει μια αλλαγή στον τρόπο που παράγεται η τροφή και καταναλώνεται, ώστε να παύσει να τίθεται σε κίνδυνο η ικανότητα των μελλοντικών γενιών να ικανοποιούν τις δικές τους ανάγκες. Οι μέλισσες και η κοινωνία τους μπορούν να αποτελέσουν τον οδηγό μας σε αυτή την προσπάθεια ως πρότυπο οργάνωσης και αποτελεσματικότητας αλλά και λόγω της σπουδαιότητάς τους για την επικονίαση των φυτών και της εν γένει ευημερίας του φυσικού περιβάλλοντος. »

Γιώργος Μητρακόπουλος
 Μέλι Ευτυχία, www.eftychia.bio





« Η Παγκόσμια Ημέρα Μέλισσας έχει ιδιαίτερη σημασία τώρα που παρατηρούμε ένα κύμα εγκατάλειψης της μελισσοκομίας. Πολλοί μεταπηδούν σε ημιεπαγγελματικό επίπεδο και αυτό θεωρώ πως οφείλεται στην τιμή του μελιού και στην κλιματική αλλαγή. Οι μέλισσες δεν ανταποκρίνονται στους χειρισμούς μας όπως παλαιότερα και κατ' επέκταση η παραγωγή μελιού έχει μειωθεί. Όσοι ασχολούμαστε με τη μελισσοκομία καταλαβαίνουμε καλά τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής και βλέπουμε πεντακάθαρα την εξέλιξη της από χρονιά σε χρονιά.

Η συνεργασία μας με την **TÜV AUSTRIA Hellas** στο κομμάτι της πιστοποίησης τροφίμων είναι πολύ σημαντική, καθώς μας έχει βοηθήσει ουσιαστικά από το 2017. Από φέτος συνεργαζόμαστε και για την πιστοποίηση της βιολογικής μελισσοκομίας. »

Στρατής Ταξείδης

Μελισσοκομικός Συνεταιρισμός Λέσβου, Κέντρο Μελισσοκομίας Β. Αιγαίου

« Μια συνεργασία, μια συνομιλία, ένας ερωτικός χορός ως το θάνατο, ένα συνεχόμενο κάλεσμα, ένα βάσανο μοιρασμένο που μιιά ζητά την αλληλεγγύη και μιιά την εκμετάλλευση.

Κι είναι δύο οι χορευτές, δύο οι πρωταγωνιστές.

Η μέλισσα και το λουλούδι. Το λουλούδι και η μέλισσα. Ερωτευμένοι εμπόλεμοι.

Αυτά που γνωρίζουν οι μέλισσες για τα φυτά, τα έμαθαν και τα εξέλιξαν μέσω ενός κομβικού τρίπτυχου, που συνδυάζει ένστικτο, εμπειρία και επικοινωνία. Όμως, οι μέλισσες δεν αναγνωρίζουν ένα λουλούδι με τον ίδιο τρόπο που συμβαίνει σε εμάς. Για παράδειγμα, όπου εμείς βλέπουμε κόκκινο, αυτές βλέπουν μαύρο.

Τα φυτά, αν μπορούσαν να ξεφύγουν από την ακινησία τους και να φτάσουν στο ταίρι τους, το πιθανότερο είναι πως δεν θα χρειάζονταν τις μέλισσες. Όμως, η ανάγκη τα σπρώχνει να επικαλεστούν το μεσάζοντα. Παρέχουν μάλιστα άφθονη τροφή, νέκταρ και γύρη, ως αμοιβή για τις υπηρεσίες μεταφοράς. Χρώματα και αρώματα θέλγουν τις μέλισσες, οι οποίες προκειμένου να τραφούν, στριμώχνονται στους στήμονες και μέχρι να προσεγγίσουν το κρυμμένο νέκταρ, στο βάθος, έχουν ήδη πασπαλιστεί με την πολύτιμη γύρη. Την οποία θα μεταφέρουν στο επόμενο λουλούδι, κατά την πτήση τους, συντελώντας στο θαύμα της επικονίασης. Της γονιμοποίησης δηλαδή των λουλουδιών. Με τον έξοχο αυτό τρόπο της απίθανης συνεργασίας, τα φυτά δένουν τους καρπούς τους και οι μέλισσες τρέφονται και παράγουν το μέλι τους. Και βγαίνουμε κερδισμένοι κι εμείς, παρατηρητές σοφοί με το στόμα μισάνοιχτο από την απορία.

Φρούτα, ξηροί καρποί, λαχανικά, τσάγια, καφέδες, σοκολάτες, μπαχαρικά είναι λίγα μονάχα από τα δώρα αυτής της αρχέτυπης χορογραφίας.

Και φυσικά, το μέλι.

Το μέλι είναι η αυθεντική ουσία ενός τόπου. Το απόσταγμα σε γεύση, χρώμα και άρωμα. Δεν μπορείς να φας τα κλαδιά, τα φύλλα, τα λουλούδια. Όμως έρχονται οι μέλισσες, αυτοί οι φτερωτοί μεσάζοντες, οι γευστικοί μεταπράτες, και τρυγούν το ελάχιστο βάρος της σταγόνας που εμπεριέχεται στον κάθε τόπο.

Και πλάθοντας την σε μέλι, μας δίνουν την ευκαιρία να γευτούμε ακριβώς αυτό.

Από την επιφάνεια ως το βάθος, οι μέλισσες έρχονται να μας θυμίσουν ότι ο κόσμος μπορεί να είναι και γλυκός.

Η συνεργασία μας με την **TÜV AUSTRIA Hellas** είναι εξαιρετική. Η αξιοπιστία της είναι αδιαμφισβήτητη, καθώς αποτελεί έναν από τους ιστορικότερους πιστοποιητικούς οργανισμούς της Ευρώπης. »

Ανδρέας Ζαφειρόπουλος

<http://www.meli-honeyshop.gr/>



Say... honey!

Παγκόσμια Ημέρα της Μέλισσας λοιπόν σήμερα και σας έχουμε... νόστιμες ιδέες για ένα δημιουργικό Σαββατοκύριακο με πρωταγωνιστή το μέλι! Βάλτε στο παιχνίδι και τα παιδιά και απελευθερώστε τη φαντασία σας...

Στις συνταγές που ακολουθούν το **Πευκόμελο Θάσου Κυψέλη** είναι ο απόλυτος πρωταγωνιστής!

Monkey Bread

Δοκίμασα την παρακάτω συνταγή και σας τη συνιστώ ανεπιφύλακτα!

Θα χρειαστείτε:

- Πευκόμελο Θάσου Κυψέλη
- 60 γρ. βούτυρο
- 250 ml νερό
- 500 γρ. αλεύρι γ.ο.χ.
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 κ.σ. μαγιά ξηρή
- 75 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 1 αβγό

Για την επικάλυψη

- 100 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 60 γρ. βούτυρο, λιωμένο
- 1 κ.γ. κανέλα, σε σκόνη

Πώς γίνεται:

- Ζεσταίνουμε το βούτυρο με το νερό στον φούρνο μικροκυμάτων στα 1000 watt για 1 λεπτό.
- Ανακατεύουμε για 2 λεπτά, το μισό αλεύρι, το αλάτι, τη μαγιά και τη ζάχαρη.
- Προσθέτουμε το μίγμα με το βούτυρο και νερό και χτυπάμε σε χαμηλή ταχύτητα στην αρχή. Στη συνέχεια, προσθέτουμε το αβγό και το υπόλοιπο αλεύρι λίγο - λίγο και χτυπάμε για 5 λεπτά.
- Βάζουμε αλεύρι στον πάγκο μας και κόβουμε μικρά κομμάτια από τη ζύμη και τα κάνουμε μικρά μπαλάκια.
- Σε ένα μπολ ανακατεύουμε τη ζάχαρη με την κανέλα με ένα κουτάλι και σε ένα άλλο μπολ βάζουμε το λιωμένο βούτυρο.
- Περνάμε διαδοχικά τα μπαλάκια από το λιωμένο βούτυρο και στη συνέχεια από το μίγμα της ζάχαρης και της κανέλας.
- Γεμίζουμε μια βουτυρωμένη στρογγυλή φόρμα με τρύπα στη μέση για κέικ με τα μπαλάκια.
- Καλύπτουμε με διάφανη μεμβράνη και αφήνουμε σε ένα ζεστό μέρος μέχρι να διπλασιαστεί.
- Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180° C στον αέρα για 3 περίπου μισή ώρα.
- Μετά από 10 λεπτά περίπου ξεφορμάρουμε.

Για το σερβίρισμα

- Περιχύνουμε με Πευκόμελο Θάσου Κυψέλη και... απολαμβάνουμε!



Regina Foods



Κιουνεφέ πολίτικο

Παράδοση με... μέλι!
Μία εύκολη παραδοσιακή συνταγή που
θα σας γλυκάνει το Σαββατοκύριακο!

Πώς γίνεται:

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 170°C στον αέρα.
- Ανοίγουμε το κανταΐφι με τα δάχτυλα και το αφρατεύουμε πολύ καλά.
- Βουτυρώνουμε ένα ταψάκι.
- Λιώνουμε το βούτυρο σε χαμηλή φωτιά.
- Απλώνουμε το μισό κανταΐφι σε στρώση, στο ταψί.
- Περιχύνουμε με λίγο από το βούτυρο.
- Βάζουμε το τυρί σε μια στρώση πάνω στο κανταΐφι.
- Καλύπτουμε με το υπόλοιπο αφράτο κανταΐφι και πιέζουμε να γίνει συμπαγές και με επίπεδη επιφάνεια.
- Ραντίζουμε με το υπόλοιπο λιωμένο βούτυρο.
- Ψήνουμε για περίπου 40 - 50 λεπτά μέχρι να ροδίσει.

Φτιάχνουμε το σιρόπι

- Βράζουμε σε κατσαρόλα τα υλικά για το σιρόπι για 3 - 4 λεπτά από την ώρα που θα πάρει βράση.
- Βγάζοντας καυτό το κανταΐφι κιουνεφέ από τον φούρνο, το περιχύνουμε με το καυτό σιρόπι.
- Πασπαλίζουμε με ψιλοκομμένα φιστίκια Αιγίνης.

Θα χρειαστείτε:

- 500 γρ. φύλλο κανταΐφι
- 250 γρ. μοτσαρέλα
- 200 γρ. βούτυρο

Για το σιρόπι

- Πευκόμελο Θάσου Κυψέλη (3 - 4 κ.σ.)
- 2 κούπες καστανή ζάχαρη
- 1 κ.σ. νερό

Για το γαρνίρισμα

- Λίγο καβουρδισμένο φυστίκι Αιγίνης



Pancakes με μπανάνα και μέλι

Το τέλειο γλυκό και ένα
πολύ θρεπτικό πρωινό!

Θα χρειαστείτε:

- 1 μπανάνα, κομμένη σε μικρά κομμάτια
- 2 αβγά
- 60 γραμμάρια νιφάδες βρώμης
- 1 κ.γ. Πευκόμελο Θάσου Κυψέλη για το μίγμα και από 1 κ.γ. Πευκόμελο Θάσου Κυψέλη για το σερβίρισμα στο κάθε άτομο

Πώς γίνεται:

- Σε ένα μπολ, ανακατεύουμε με ένα πιρούνι τη βρώμη με το αβγό. Προσθέτουμε την μπανάνα, ψιλοκομμένη και ανακατεύουμε ξανά. Τώρα προσθέτουμε το μέλι. Σε αντικολλητικό τηγάνι, τοποθετούμε κουταλιές από το μίγμα. Η φωτιά πρέπει να είναι μέτρια.
- Ψήνουμε από τη μία μεριά για περίπου 2 λεπτά και από τις δύο πλευρές. Σερβίρουμε σε πιάτα, τη μία τηγανίτα πάνω στην άλλη προσθέτοντας άφθονο Πευκόμελο Θάσου Κυψέλη.



Regina Foods

Πολιτιστικό Summer Camp για παιδιά μονογονεϊκών οικογενειών

Συνολικά 186 μικροί Αθηναίοι δημότες, ηλικίας 4-12 ετών, έχουν τη δυνατότητα να λάβουν μέρος στο «Πολιτιστικό Summer Camp» του Δήμου Αθηναίων -ένα καινοτόμο εκπαιδευτικό πρόγραμμα που ξεκινά τον ερχόμενο Ιούνιο, με τη συμμετοχή εννέα πολιτιστικών φορέων της πόλης. Μέσω της Εταιρείας Ανάπτυξης και Τουριστικής Προβολής του Δήμου Αθηναίων (ΕΑΤΑ), απευθύνεται ανοιχτό κάλεσμα σε μονογονεϊκές οικογένειες που είτε δυσκολεύονται να ανταπεξέλθουν οικονομικά στις ανάγκες της καθημερινότητας, είτε δε διαθέτουν το κατάλληλο υποστηρικτικό περιβάλλον για τη φροντίδα και απασχόληση των παιδιών τους κατά τη θερινή περίοδο που τα σχολεία παραμένουν κλειστά. Κάθε θέση ισοδυναμεί με δύο εβδομάδες δημιουργικής απασχόλησης μέσα στο καλοκαίρι και συγκεκριμένα την περίοδο από 20 Ιουνίου έως 9 Σεπτεμβρίου.

Σε συνεργασία με τους φορείς που συμμετέχουν στο «Summer Camp», ο Δήμος Αθηναίων δίνει τη δυνατότητα στα παιδιά να γνωρίσουν τον πολιτιστικό πλούτο της πόλης με ευφάνταστο και δημιουργικό τρόπο, να ανακαλύψουν νέες δραστηριότητες, να αναπτύξουν την προσωπικότητά τους και να κοινωνικοποιηθούν. Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την πρόσκληση και τα απαραίτητα δικαιολογητικά για την αίτηση θα βρείτε στην ηλεκτρονική σελίδα: <https://athens.opensocialnet.gr/>. Καταληκτική ημερομηνία υποβολής των αιτήσεων – φακέλων συμμετοχής έχει οριστεί η Τρίτη 31-05-22 και ώρα 17.00. Σε περίπτωση δυσκολίας καταχώρησης της αίτησης στο πληροφοριακό σύστημα, θα παρέχονται υπηρεσίες help-desk, τις εργάσιμες ημέρες από 13/5/2022 μέχρι 31/5/2022 και ώρες 10:00 – 17:00, στα τηλέφωνα 210 3312001-3.



Press Room

Food & Beverage edition

Η δροσιά των αναψυκτικών λουξ συνοδεύει το Thessaloniki Street Food Festival



Η Λουξ αποτελεί αποκλειστικό χορηγό αναψυκτικών του Thessaloniki Street Food Festival, το οποίο ξεκίνησε την Παρασκευή 13 Μαΐου και θα είναι «ανοιχτό» για το κοινό για ένα ακόμα τριήμερο, υποδεχόμενο τους επισκέπτες στον προαύλιο χώρο της ΔΕΘ, μέχρι τις 12 το βράδυ. Συγκεκριμένα, το Thessaloniki Street Food Festival διεξάγεται για 5η χρονιά με μεγάλη επιτυχία, ενώ για πρώτη φορά μετατρέπει τη Διεθνή Έκθεση Θεσσαλονίκης, σε τόπο συνάντησης των foodies της χώρας και του εξωτερικού. Η μεγαλύτερη γιορτή φαγητού δρόμου φιλοξενεί περισσότερα από 40 περίπτερα με δελεαστικές Streetfood επιλογές, που συνοδεύονται ιδανικά από τα αναψυκτικά λουξ, όλες τις ώρες της ημέρας. Το κοινό θα έχει την ευκαιρία για αυτό το τριήμερο να επισκεφτεί ένα «γευστικό χωριό» με πολλές και διαφορετικές κουζίνες,

να απολαύσει την εορταστική ατμόσφαιρα της εκδήλωσης και να συνοδεύσει τη βόλτα του με μια λουξ. Η Λουξ στηρίζει τη διοργάνωση του Street Food Festival, που έχει γίνει πλέον θεσμός για την πόλη της Θεσσαλονίκης, χαρίζοντας την απaráμιλλη γεύση των αναψυκτικών της σε food lovers από την Ελλάδα και τον κόσμο.

Παγκόσμια Ημέρα Μέλισσας: Το Beegin έκανε την αρχή... και συνεχίζει!

Έχοντας ήδη κάνει την αρχή, με την αγορά μελισσιών και εξοπλισμού για τους μελισσοκόμους της Βόρειας Εύβοιας, η Endless EC συνεχίζει την υποστήριξη της πρωτοβουλίας Beegin! Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Μέλισσας, η εταιρεία καλεί ενεργά όλους να επισκεφτούν την ιστοσελίδα της πρωτοβουλίας. Μέσα από το beegin.gr, όλοι μπορούν να μάθουν για το μέγεθος της καταστροφής που έπληξε την Βόρεια Εύβοια, το καλοκαίρι του 2021, αλλά και πώς μπορούν, με δύο απλά βήματα να στηρίξουν έμπρακτα την πρωτοβουλία και μέσω αυτής, τους ανθρώπους, τις μέλισσες και τελικά, τη φύση στη Βόρεια Εύβοια. Μέσω της αρχικής δωρεάς της Endless EC, εντοπίστηκαν οι ανάγκες τοπικών παραγωγών σε δύο χωριά της Βόρειας Εύβοιας, στο χωριό Αχλάδι και στο χωριό Παπάδες και δωρίστηκαν συνολικά 171 νέες κυψέλες σε 12 μελισσοκόμους. Κάθε κυψέλη έχει τη δυνατότητα να φιλοξενήσει έως 20.000 μέλισσες και η δωρεά έχει τη δυνατότητα να ενισχύσει τους τοπικούς παραγωγούς αλλά και τα δάση της περιοχής με 3.420.000 μέλισσες.

Επίσης, μέσω της προώθησης και της επικοινωνίας της πρωτοβουλίας, έχει συγκεντρωθεί ένα μέρος του χρηματικού ποσού που θα διατεθεί για την κάλυψη της επόμενης ανάγκης που θα εντοπίσει η Αστική Μη Κερδοσκοπική Εταιρεία «ΔΗΩ». Έτσι, συνεχίζεται το έργο του Beegin, ώστε να καλυφθούν όσο το δυνατόν περισσότερες ανάγκες τοπικών μελισσοκόμων, με τελικό στόχο την ανάκαμψη του περιβάλλοντος. Η εταιρεία καλεί όλους να επισκεφτούν το beegin.gr και να στηρίξει την προσπάθεια αυτή, μέσω του button «Δράσε τώρα!».



Beegin 
Κάνουμε την αρχή!

Green News

ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ ΑΕ: Συνεργασία με OPTILOG και ΔΕΠΑ για τη μείωση του ανθρακικού της αποτυπώματος

Η ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ ΑΕ, που φέτος συμπληρώνει 60 χρόνια παρουσίας στην ελληνική αγορά, προχώρησε σε δυο κομβικές συνεργασίες, με την OPTILOG Advisory Services και τη ΔΕΠΑ Εμπορίας, στο πλαίσιο της στρατηγικής της για τη μείωση του ανθρακικού της αποτυπώματος. Συγκεκριμένα, η ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ συνεργάζεται, ήδη από τις αρχές του 2022, με την OPTILOG Advisory Services για τον υπολογισμό του ανθρακικού αποτυπώματος που προκύπτει από το σύνολο των δραστηριοτήτων της εταιρείας και τη θέσπιση ενός ολοκληρωμένου σχεδίου δράσης για τη σταδιακή μείωσή του. Απώτερος στόχος είναι η πλήρης αντιστάθμιση των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα και η μετατροπή της ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ, σε βάθος δεκαετίας, σε μία ανθρακικά ουδέτερη (carbon neutral) πτηνοτροφική μονάδα.

Επιπρόσθετα, η ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ θέλοντας να ενισχύσει ακόμη περισσότερο την προσπάθεια για τον περιορισμό των αρνητικών επιπτώσεων στο περιβάλλον, προχωρά σε συνεργασία με τη ΔΕΠΑ Εμπορίας έχοντας έναν διπλό στόχο:

- αφενός την αντικατάσταση όλων των αυτοκινήτων και φορτηγών της εταιρείας με οχήματα που κινούνται με φυσικό αέριο
- και αφετέρου την υλοποίηση συντονισμένων ενεργειών για την από κοινού προώθηση του φυσικού αερίου ως εναλλακτικό καύσιμο για επιβατικά και φορτηγά οχήματα.



Τι “επιτρέπει” στους απατεώνες του διαδικτύου να αποφύγουν τον εντοπισμό

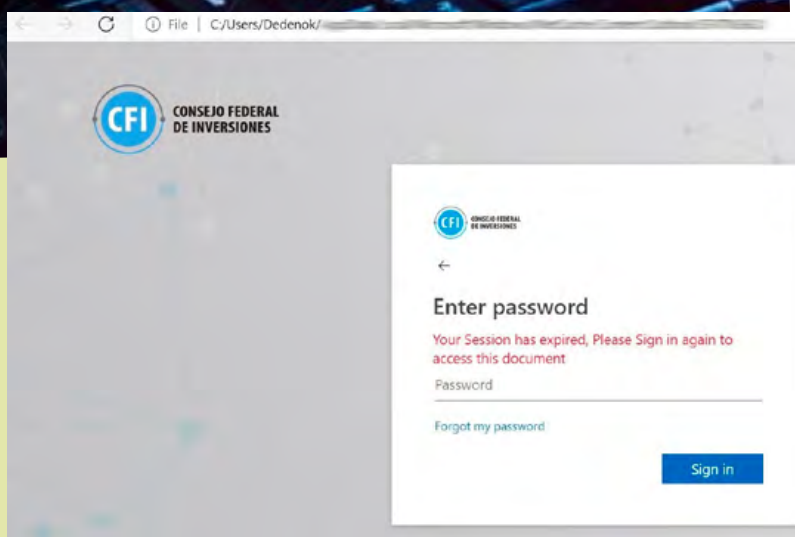
Οι ειδικοί της Kaspersky προειδοποιούν τους χρήστες για τις αυξημένες επιθέσεις μέσω phishing emails που περιέχουν αρχεία HTML.



Από τον Ιανουάριο έως τον Απρίλιο του 2022, οι ερευνητές της Kaspersky απέκλεισαν σχεδόν 2 εκατομμύρια phishing emails που περιείχαν συνημμένα HTML. Η χρήση αρχείων HTML σε μηνύματα phishing είναι ένα από τα πιο πρόσφατα και δημοφιλή κόλπα που χρησιμοποιούν οι απατεώνες. Συνήθως, τέτοιοι σύνδεσμοι εντοπίζονται εύκολα από anti-spam μηχανές ή λογισμικό προστασίας από ιούς, αλλά η χρήση συνημμένων HTML επέτρεψε στους εγκληματίες του κυβερνοχώρου να αποφύγουν τον εντοπισμό.

Πολλοί χρήστες δεν γνωρίζουν καν ότι τα αρχεία στα phishing emails μπορεί να είναι επισφαλής, επομένως ανοίγουν ανυποψίαστοι αυτά τα συνημμένα HTML, τα οποία αποδεικνύονται επικίνδυνα και στοχευμένα «όπλα» που χρησιμοποιούνται από εγκληματίες του κυβερνοχώρου. Οι απατεώνες μπορούν να μορφοποιήσουν συνημμένα HTML για να φαίνονται πανομοιότυπα με τις σελίδες στον επίσημο ιστότοπο μιας εταιρείας. Στοχεύουν στους χρήστες του επίσημου ιστότοπου και αντιγράφουν το στίλ, τις εικόνες, τα σενάρια και άλλα στοιχεία πολυμέσων, χρησιμοποιώντας τα ως δόλωμα για να ξεγελάσουν τα θύματά τους, ώστε να εισάγουν ευαίσθητα δεδομένα στη φόρμα ηλεκτρονικού ψαρέματος.

Ενώ οι λύσεις ασφαλείας μπορούν ήδη να αποκλείουν emails που περιέχουν συνημμένα HTML με κακόβουλα



σενάρια ή συνδέσμους «ψαρέματος» σε απλό κείμενο, οι απατεώνες του κυβερνοχώρου χρησιμοποιούν τώρα διαφορετικές τακτικές για να αποφύγουν τον αποκλεισμό. Για παράδειγμα, οι απατεώνες συχνά παραμορφώνουν τον σύνδεσμο «ψαρέματος» ή ολόκληρο το αρχείο HTML με μπερδεμένο ή garbage code (αυτόματος κώδικας μνήμης). Παρόλο που αυτό το πλαστό και ασυνάρτητο κείμενο δεν εμφανίζεται στην οθόνη του χρήστη, εξακολουθεί να δυσκολεύει τον εντοπισμό των anti-spam μηχανών και, κατά συνέπεια, τον αποκλεισμό του email. Διαβάστε την πλήρη αναφορά σχετικά με τα συνημμένα HTML «ψαρέματος» στο <http://Securelist>.

Το Σκάκι στα σχολεία: Στη Βουλή οι τρεις τρόποι ένταξης στο πρόγραμμα των Δημοτικών Σχολείων

Με Κοινοβουλευτική Αναφορά προς την Υπουργό Παιδείας, ο αν. Τομεάρχης Ανάπτυξης & Επενδύσεων Κ.Ο. ΣΥΡΙΖΑ-ΠΣ, Βουλευτής Ηρακλείου - και πρωταθλητής στο Σκάκι - Χάρης Μαμουλάκης, κατέθεσε την επιστολή της Ελληνικής Σκακιστικής Ομοσπονδίας με την οποία προτείνονται, μεταξύ άλλων, οι τρεις βασικοί τρόποι ένταξης του σκακιού στη διάρκεια του προγράμματος του Δημοτικού Σχολείου. «Η αποδοχή της πρότασής μας, να μπει το Σκάκι στα σχολεία, ήταν μόνο η αρχή» αναφέρει σε δήλωσή του ο Χάρης Μαμουλάκης, τονίζοντας:

«Συνεχίζουμε να παρακολουθούμε την πορεία υλοποίησής της και η κατάθεση των εξειδικευμένων τρόπων ένταξης από την Ελληνική Σκακιστική Ομοσπονδία, αποτελεί το επόμενο βήμα». Με την συγκεκριμένη επιστολή, η Ελληνική Σκακιστική Ομοσπονδία παραθέτει αναλυτικά την παιδαγωγική και διδακτική αξία του σκακιού, τον τρόπο με τον οποίο καλλιεργεί κοινωνικές δεξιότητες και αναλύονται τρεις βασικοί τρόποι ένταξης και αξιοποίησής του στη διάρκεια του προγράμματος του Δημοτικού Σχολείου. Παράλληλα, τονίζεται ότι η πρόταση λαμβάνει υπόψη το Προεδρικό Διάταγμα 79/2017 αλλά και τις τροποποιήσεις μέχρι το Μάρτιο του 2022, ενώ γίνεται αναφορά και στο ποιοι μπορούν να διδάξουν το Σκάκι. Η Ομοσπονδία τέλος, ζητάει συνάντηση με την Υπουργό για την διεξοδική ανάπτυξη των επιμέρους παραμέτρων της πρότασης.



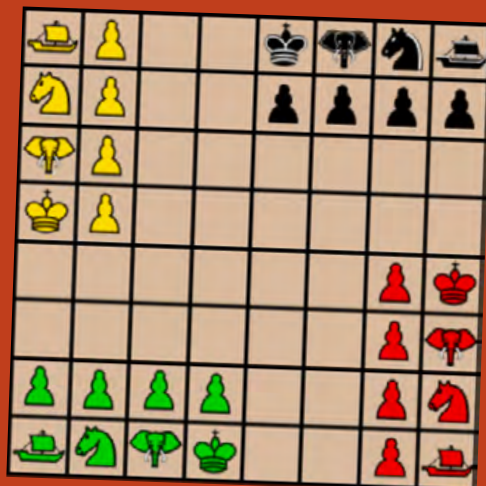
Φωτογραφία από την συμμετοχή του Χάρη Μαμουλάκη στο 1ο Ευρωπαϊκό Κοινοβουλευτικό Τουρνουά Σκακιού που διοργάνωσε το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο.

Ήξερες ότι...

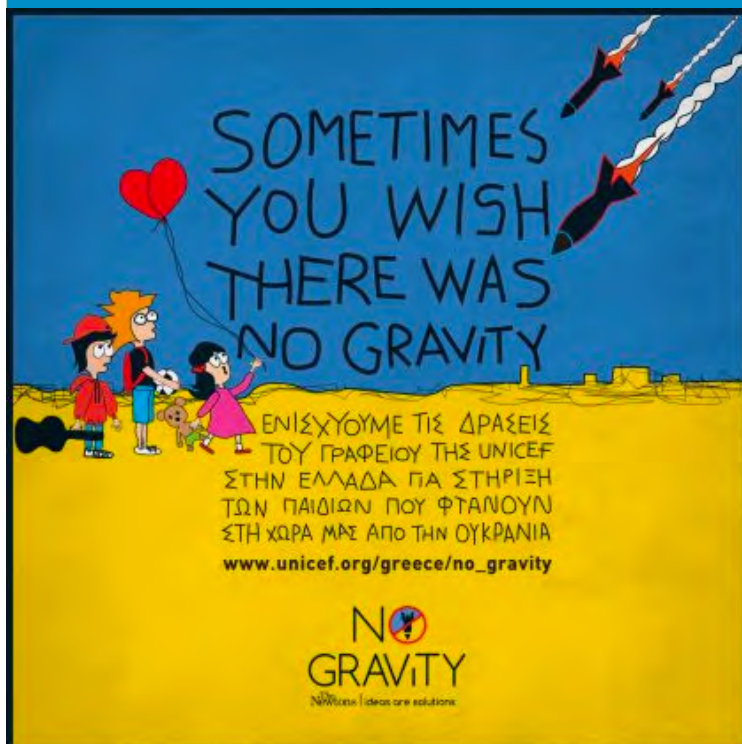
Chaturanga: Άνοιξε τον δρόμο για το σκάκι...



Το σκάκι ξεκίνησε από την Ινδία, ως "chaturanga", που σημαίνει «τέσσερις μονάδες». Ο πρόδρομος σύγχρονου σκακιού είχε τέσσερα μόνο κομμάτια πέραν του βασιλιά (Πιόνι (πεζικό), Ελέφαντας, Ίππος, Άρμα), τα οποία αντικατόπτριζαν τις βασικές μονάδες του ινδικού στρατού της περιόδου. Σε αρχικές εκδοχές του παιχνιδιού, στόχος ήταν κάποιες φορές και η εξόντωση του Βασιλιά. Σύμφωνα με μια θεωρία, μετά την εκστρατεία του Μεγάλου Αλεξάνδρου στην Ινδία, ο σεβασμός με τον οποίο συμπεριφέρθηκε στον ηττημένο βασιλιά Πύρο αποτέλεσε πηγή έμπνευσης... ώστε το παιχνίδι να λήγει με τον εγκλωβισμό του βασιλιά.



Η Gravity The Newtons στηρίζει τη Unicef Ελλάδα στην υποδοχή παιδιών από την Ουκρανία



Η Gravity the Newtons συνεχίζει την πολύ επιτυχημένη δράση της «Sometimes you wish there was no gravity» με στόχο τη στήριξη του γραφείου της Unicef στην Ελλάδα να υποδεχτεί παιδιά από την Ουκρανία και να φροντίσει για την ομαλή ένταξή τους στη χώρα μας. Στη δίνη του πολέμου, στο φόβο που υψώνεται μπροστά μας, στην αβεβαιότητα και την ανασφάλεια οφείλουμε όλοι να στεκόμαστε ένας φάρος φωτεινός σε ένα δύσκολο μονοπάτι που διαβαίνουν παγκόσμιοι συμπολίτες μας. Οφείλουμε να ανοίγουμε τις αγκαλιές μας σε παιδιά που το βλέμμα τους έχει μείνει μετέωρο και να τους φτιάξουμε έναν κόσμο καλύτερο. Έναν κόσμο που να μπορούν να εμπιστευτούν για να ηχήσει ξανά το γέλιο τους, πέρα από χερσαία και υδάτινα σύνορα. Το Γραφείο της UNICEF στην Ελλάδα με το εξειδικευμένο προσωπικό που διαθέτει και την εμπειρία χρόνων, στηρίζει την υποδοχή των παιδιών από την Ουκρανία, την προστασία, την ευημερία και την ένταξη τους στα ελληνικά σχολεία. Μπορούμε όλοι να βοηθήσουμε το έργο της και να γίνουμε αρωγοί της προσπάθειας αυτής. [Επισκεφθείτε τον σύνδεσμο](http://www.unicef.org/greece/no_gravity) και δείτε όλους τους τρόπους που μπορείτε να προσφέρετε τη συμβολή σας στο έργο αυτό.

Press Room

tech edition

Υποδεχτείτε το καλοκαίρι με τα έξυπνα πλυντήρια – στεγνωτήρια της LG



Τώρα που πλησιάζουμε προς το καλοκαίρι, ήρθε η ώρα να ανοίξουμε τα παράθυρα, να φυλάξουμε τη χειμερινή γκαρνταρόμπα και να κάνουμε το σπίτι μας πιο όμορφο.

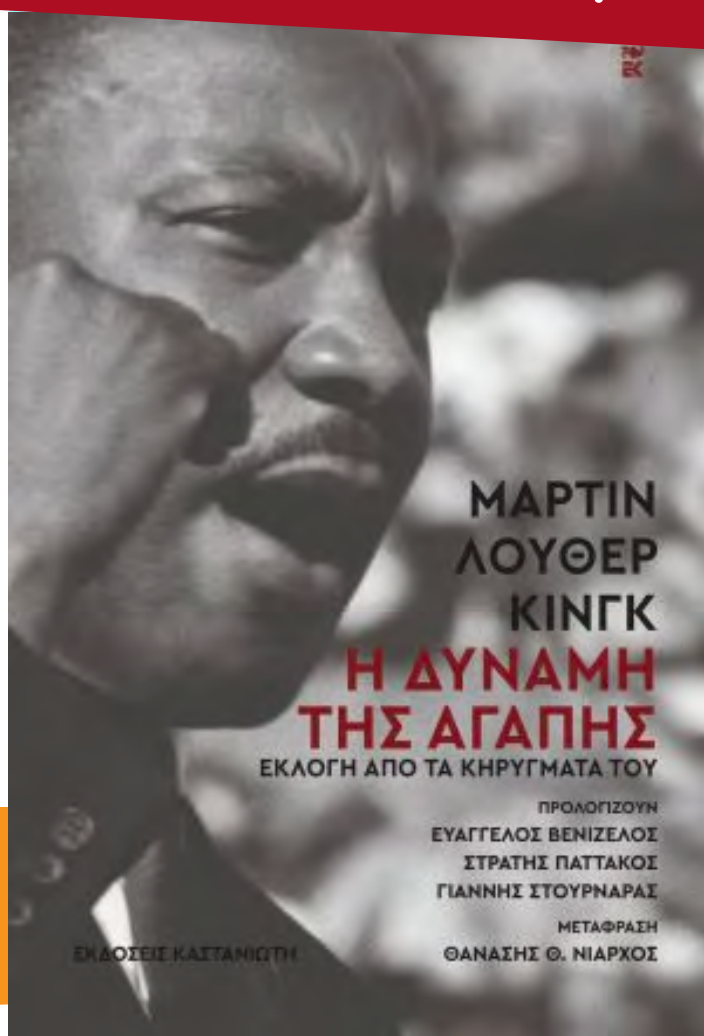
Μπορούμε να ξεκινήσουμε με λίγη βοήθεια από τα έξυπνα πλυντήρια - στεγνωτήρια της LG Electronics (LG). Τα LG πλυντήρια-στεγνωτήρια αποτελούν μια ολοκληρωμένη λύση για την φροντίδα των ρούχων, καθώς η πλύση και το στέγνωμα γίνεται απλά με το πάτημα ενός κουμπιού, εξοικονομώντας χώρο και χρόνο. Ενσωματώνοντας την τεχνολογία TurboWash™ καθαρίζουν τα ρούχα σε λιγότερο χρόνο από τον συμβατικό κύκλο, ενώ με την τεχνολογία Steam™ εξαλείφεται το 99,9% των αλλεργιογόνων, όπως τα ακάρεα σκόνης που μπορούν να προκαλέσουν αλλεργίες ή αναπνευστικά προβλήματα. Επιπλέον, μέσω της λειτουργίας Wrinkle care, μειώνονται οι ζάρες στα υφάσματα για γρηγορότερο και ευκολότερο σιδέρωμα. Τα ποικίλα χαρακτηριστικά των συγκεκριμένων πλυντηρίων-στεγνωτηρίων συμπληρώνονται

από την τεχνολογία AI DD™ που προστατεύει τα ρούχα κατά τη διάρκεια των πλύσεων, ανιχνεύοντας αυτόματα την απαλότητα του υφάσματος και επιλέγοντας τις βέλτιστες κινήσεις. Αυτό προσφέρει υψηλή φροντίδα στα υφάσματα, μειώνοντας ταυτόχρονα τις περιπτώσεις φθοράς τους και αυξάνοντας τη διάρκεια ζωής. Παράλληλα, με την λειτουργία ezDispense™, καθορίζεται αυτόματα η δόση του απορρυπαντικού που απαιτείται για αποτελεσματικό καθαρισμό των ρούχων σας, μειώνοντας τον κίνδυνο παρουσίας υπολειμμάτων απορρυπαντικού μετά το ξέβγαλμα.





**Παρουσίαση βιβλίου:
Τρίτη 24/5 - «Η δύναμη
της αγάπης» του
Μάρτιν Λούθερ Κινγκ**



«Ηλέκτρα» του Ευριπίδη Περιοδεία σε όλη την Ελλάδα

Την ανατρεπτική Ηλέκτρα του Ευριπίδη παρουσιάζουν το καλοκαίρι 2022 οι Θεατρικές Επιχειρήσεις Τάγαρη σε μετάφραση Στρατή Πασχάλη και σκηνοθεσία Γιώργου Λύρα σε περιοδεία σε ολόκληρη την Ελλάδα, με την Μαρία Κίτσου και τον Δημήτρη Γκοτσόπουλο στους ρόλους της Ηλέκτρας και του Ορέστη αντίστοιχα. Στον ρόλο του Παιδαγωγού ο Γιώργος Κωνσταντίνου. Η Ηλέκτρα του Ευριπίδη είναι ένα πρωτοποριακό και αμφιλεγόμενο έργο, γέννημα μιας εποχής όπου όλες οι βεβαιότητες έχουν γίνει αβεβαιότητες. Ο ποιητής δεν διστάζει να παρουσιάσει επί σκηνής τη δική του εκδοχή του μύθου, με τους ήρωές του σε έναν κόσμο ρεαλιστικής καθημερινότητας να θέτουν επιτακτικά ζητήματα πάνω στις έννοιες της εκδίκησης, της δικαιοσύνης, της ηθικής σύγκρουσης, του πάθους. Μια ποιητική εκδοχή του μύθου, μια τραγωδία εκδίκησης αλλά ταυτόχρονα ένα έργο βαθιά, συγκλονιστικά ανθρώπινο. Προπώληση εισιτηρίων: VIVA.GR

Πρεμιέρα 25 Ιουνίου: «Κατράκειο Θέατρο Νίκαιας»

Την Τρίτη 24 Μαΐου 2022 στις 8.30 το βράδυ, οι Εκδόσεις Καστανιώτη παρουσιάζουν στο Ίδρυμα Εικαστικών Τεχνών & Μουσικής Β. & Μ. Θεοχαράκη το βιβλίο του Μάρτιν Λούθερ Κινγκ «Η δύναμη της αγάπης». Τα κηρύγματα του Μάρτιν Λούθερ Κινγκ πηγάζουν από τη βαθιά χριστιανική πίστη, η οποία αποτελεί τον πυρήνα της φιλοσοφίας του. Ο τόμος περιλαμβάνει μία επιλογή των κηρυγμάτων του, που παραμένουν επίκαιρα επειδή είναι διαχρονικά. Για το βιβλίο θα μιλήσουν οι: Νίκη Κεραμέως, υπουργός Παιδείας & Θρησκευμάτων Νίκος Ανδρουλάκης, πρόεδρος ΠΑΣΟΚ-ΚΙΝΑΛ Δημήτρης Λινός, καθηγητής Χειρουργικής ΕΚΠΑ, πρωτοπρεσβύτερος, διευθυντής Χειρουργικής Κλινικής Ομίλου «Υγεία» Γιώργος Χρ. Παπαχρήστος, δημοσιογράφος, σύμβουλος έκδοσης της εφημερίδας «Τα Νέα» Στρατής Παττακός, καρδιοχειρουργός, διευθυντής Καρδιοχειρουργικής Κλινικής Ομίλου «Υγεία». Αποσπάσματα θα διαβάσει ο ηθοποιός Δημήτρης Ήμελλος. Την εκδήλωση θα συντονίσει ο δημοσιογράφος Παύλος Τσίμας.

GEORGI GOSPODINOV

ΕΚΕΙ ΟΠΟΥ ΔΕΝ ΕΙΜΑΣΤΕ

Ανθολόγηση – μετάφραση
ΑΥΓΗ ΛΙΔΑΗ



ΙΚΑΡΟΣ

**Εκεί, όπου
δεν είμαστε**

«Ίσως η πλέον αξιοζήλευτη κατάκτηση της γραφής του Γκεόργκι Γκοσποντίνοφ είναι η άρτια σύσταση μιας προσωπικής μυθολογίας, η οποία αντανακλά το τραύμα, τη μελαγχολία και την ψυχή ενός ολόκληρου λαού. Στον κόσμο του Γκοσποντίνοφ η ανθρώπινη ύπαρξη συνειδητοποιεί ότι η παρουσία μας στη Γη διαβαίνει έναν μονάχα δρόμο: αυτόν της θνητότητας. “Ποιητή που γράφει πεζογραφία” έχουν χαρακτηρίσει τον Βούλγαρο συγγραφέα, και καθόλου τυχαία· το συγγραφικό του σύμπαν είναι άρρηκτα ενιαίο. Η ποίησή του απηχεί τις μυθιστορηματικές αφηγήσεις, και το αντίστροφο: ο πεζός του λόγος πραγματεύεται τα ζητήματα του χρόνου και της μνήμης με τρόπο και ρυθμό ποιητικό. Κατ’ αναλογία –ή κατ’ αντιστροφή– ο αναγνώστης τής ανά χειράς ανθολογίας θα περάσει μέσα από γνώριμα δωμάτια, κρύπτες και λαβυρίνθους, τα οποία επανασυστήνουν τον πεζογραφικό κύκλο του συγγραφέα».

[Απόσπασμα από το σημείωμα της Αυγής Λίλλη]
Από τις εκδόσεις ΙΚΑΡΟΣ.

**Εισαγωγή στη σκέψη
της Παλαιάς Κίνας**



Πρόκειται για μία παράδοση που χάρη στον Κομφούκιο διατηρήθηκε ατόφια από τις πρώτες αρχαίες μνήμες της κινέζικης κουλτούρας μέχρι σχετικά πρόσφατα. Ο συγγραφέας Νίκος Δίτσιος στα γυμνασιακά του χρόνια γοητεύτηκε από τη γνωριμία με την αρχαία Ελλάδα και τον χριστιανισμό. Αποφοίτησε από την Αρχιτεκτονική Σχολή του Μιλάνο. Κατά την παραμονή του στην Ιταλία συμμετείχε σε πρωτοποριακά για την εποχή πολιτικά, κοινωνικά, φιλοσοφικά και άλλα εναλλακτικά κινήματα. Από τις εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ.



quote of the day

I NEED VITAMIN SEA.

Γιορτάζουν!

20/5

Θαλλελαίος, Θαλής, Λυδία,
Λήδα, Λύδα

21/5

Κωνσταντίνος, Κωνσταντίνα,
Ελένη, Ελεάνα, Ελεονόρα

22/5

Αμίλιος, Αμιλία, Κόδρος,
Κόδρα

tip of the day

"THERE'S NEVER AN END
FOR THE SEA."

— SAMUEL BECKETT

20 Μαΐου

- › Παγκόσμια Ημέρα Μέλισσας
- › Ευρωπαϊκή Ημέρα για τη Θάλασσα
- › Παγκόσμια Ημέρα Μετεωρολογίας
- › Διεθνής Ημέρα Κλινικών Μελετών

21 Μαΐου

- › Παγκόσμια Ημέρα Πολιτιστικής Ποικιλομορφίας για τον Διάλογο και την Ανάπτυξη
- › World Whisky Day
- › Ευρωπαϊκή Ημέρα Νατούρα 2000
- › Διεθνής Ημέρα Τσαγιού

22 Μαΐου

- › Παγκόσμια Ημέρα Βιοποικιλότητας
- › Bitcoin Pizza Day