



Μάθημα 1<sup>ο</sup>:

Το μήλο είναι  
ουσιαστικό....

...για την υγεία των παιδιών.



Καλή Σχολική Χρονιά



ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΖΑΓΟΡΑΣ ΠΗΛΙΟΥ  
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΠΑΡΑΓΩΓΩΝ



[www.zagorin.gr](http://www.zagorin.gr)

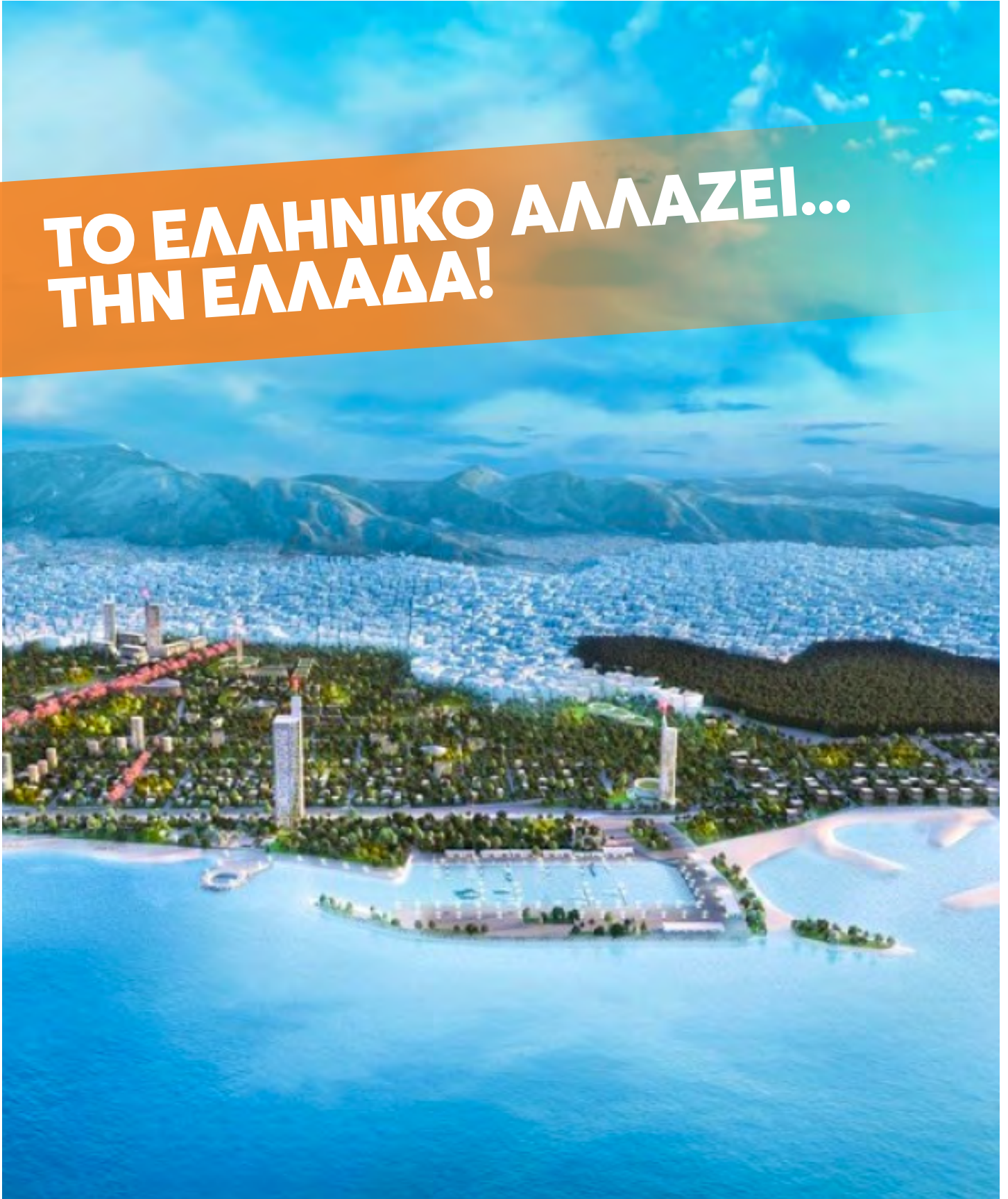
    ZagorinApple

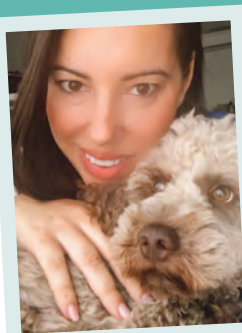


ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΗ ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ ΠΟΥ ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΕΙΤΑΙ ΜΕ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΗΣ Ε.Ε.

SAY *yes* to the **press**

**ΤΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΑΛΛΑΖΕΙ...  
ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ!**





## Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα αγαπημένοι μου **SayYessers** και καλή εβδομάδα!!!

Σήμερα θα σας πω για τη θεωρία του κήπου. Φανταστείτε το εξής: πριν από πολλά χρόνια, όταν γεννηθήκατε, σας έδωσαν ένα μικρό κομμάτι κήπου για να καλλιεργήσετε ό,τι θέλετε. Καθώς μεγαλώνετε, οι γονείς, οι κηδεμόνες ή οι φροντιστές σας φρόντιζαν αυτό το κομμάτι του κήπου μέχρι που μια μέρα, όταν μεγάλωσες αρκετά, σου παρέδωσαν την ευθύνη αυτού στην όποια κατάσταση τον άφησαν. Δεν είχατε καμία επιλογή για το τι καλλιεργούσαν, πώς το φρόντιζαν, τι είδους νερό ή λίπασμα χρησιμοποιούσαν και αν χρησιμοποιούσαν καθόλου. Στο τέλος, όταν σου δόθηκε αυτός ο κήπος, είχες την επιλογή είτε να συνεχίσεις με το δικό τους τρόπο “καλλιέργειας” ή να τα “ξεριζώσεις” όλα και να ξεκινήσεις από την αρχή. Ο καθένας από μας έχει έναν κήπο, και πραγματικά, ο κήπος κάθε ατόμου είναι απλώς ένα μικρό μέρος ενός ευρύτερου χωραφιού - του κήπου του κόσμου.

Αυτός ο μικρός κήπος είσαι εσύ. Είναι η γενική σου ευημερία, η υγεία, η ευτυχία πνευματικά, σωματικά, διανοητικά και συναισθηματικά.

Όταν ήμασταν μικροί, η φροντίδα αυτών των τομέων της ευημερίας μας ήταν δουλειά εκείνων που ήταν επιφορτισμένοι με τη φροντίδα μας. Κάτω από τις καλύτερες συνθήκες, αυτά τα άτομα θα φρόντιζαν τον κήπο μας με τη μέγιστη προσοχή, καθοδηγώντας και διδάσκοντάς μας πώς να φροντίζουμε τον κήπο μας, έτσι ώστε - όταν μεγαλώσουμε να αναλάβουμε μόνοι μας τη φροντίδα του.

Υπάρχουν δύο ειδών “αρχικοί φροντιστές κήπων”. Με απλά λόγια είναι αυτοί που έκαναν καλή δουλειά και αυτοί που δεν έκαναν.

Αυτοί που έκαναν καλή δουλειά σου άφησαν έναν κήπο γεμάτο ανθισμένες καλλιέργειες, ηλιόλουστους ουραμούς και όμορφα χαμόγελα και όταν ανέλαβες είχες την ευθύνη απλά να θερίσεις τον νόστιμο καρπό της σκληρής δουλειάς τους.

Αυτοί που δεν ήταν επαρκείς όμως, όταν τελικά σου δόθηκε η δικαιοδοσία πάνω στον κήπο σου, έμεινες με ένα στεγνό και ραγισμένο κομμάτι χώματος, το απόθεμα νερού σου ήταν μολυσμένο, ο ουρανός σου ήταν συννεφιασμένος, και τα φυτά σου -όποιοι σπόροι κι αν αποφάσισαν οι κηδεμόνες σου να σου φυτέψουν- ήταν ετοιμοθάνατοι ή ήδη νεκροί καρποί, ή ίσως ακόμη και δηλητηριώδεις καθώς ανθούσαν εις βάρος όλων των άλλων καλλιεργειών. Τώρα έχετε μείνει με σπασμένα εργαλεία χωρίς να γνωρίζετε πώς να τα χρησιμοποιήσετε και αναμένεται να φροντίσετε τον κήπο σας μόνοι σας.

Και τι κάνεις με αυτό;

**Tip of the Day:** Tip δε θα το έλεγα καθώς είναι η προσωπική μου άποψη. ΜΠΟΥΡΛΟΤΟ! Τα διαλύεις όλα και αρχίζεις από την αρχή. Πρέπει να αναπτύξεις το δικό σου Garden Theory. Ένα σύστημα αυτοφροντίδας και προσωπικής ανάπτυξης στο οποίο θα αντιμετωπίζεις τον εαυτό σου και την ευημερία σου σαν να είναι ένας κήπος που πρέπει να καλλιεργηθεί, που χρειάζεται τακτική φροντίδα και αγάπη. Όταν καταφέρεις να τα κάνεις αυτά τότε θα έχεις κατακτήσει την τέχνη να γίνεσαι συνεχώς η καλύτερη εκδοχή του εαυτού σου.

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

# Το Ελληνικό αλλάζει... την Ελλάδα!

**Το Ελληνικό ολοένα και αλλάζει, αναβαθμίζεται και γίνεται πόλος έλξης για επενδύσεις.**



Η ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ ανακοίνωσε την υπογραφή σύμβασης για την παραχώρηση έκτασης στο Ελληνικό προκειμένου να αναπτυχθεί τουριστικό θέρετρο με καζίνο. Ειδικότερα, η σχετική ανακοίνωση αναφέρει μεταξύ άλλων ότι: “την 09.09.2022 υπεγράφη μεταξύ της θυγατρικής της εταιρείας ΕΚΑΖ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ Α.Ε. και της εταιρείας ΕΛΛΗΝΙΚΟ Μ.Α.Ε. (100% θυγατρική της LAMDA DEVELOPMENT S.A.) η Σύμβαση Ακινήτου για την παραχώρηση στην ΕΚΑΖ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ έκτασης στο Ελληνικό, στην οποία η ΕΚΑΖ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ έχει αναλάβει να αναπτύξει Ολοκληρωμένο Τουριστικό Θέρετρο με Καζίνο [“Integrated Resort Casino” (IRC)]. Η διάρκεια της Σύμβασης Ακινήτου είναι 30 χρόνια”.

Επιπλέον, προβλέπεται πως ο χώρος θα φιλοξενεί ένα ξενοδοχείο πέντε αστέρων, συνεδριακό και εκθεσιακό κέντρο και χώρο συνάθροισης κοινού για αθλητικές ή/και πολιτιστικές εκδηλώσεις και καζίνο. Η ανάπτυξη του IRC εκτιμάται ότι θα έχει ολοκληρωθεί μέσα σε τρία χρόνια από την έναρξη των σχετικών εργασιών.

## Πιο κοντά στο ψηλότερο κτίριο της Ελλάδας

Το Riviera Tower, το ψηλότερο κτίριο της χώρας θα είναι γεγονός! Έχοντας ως δεδομένο ότι εκδόθηκε η οικοδομική άδεια του Riviera Tower, ο εμβληματικός

Πύργος που θα αναερθεί θα αναβαθμίσει το Παράκτιο Μέτωπο του Ελληνικού.

Η οικοδομική άδεια του υψηλότερου κτιρίου στην Ελλάδα (200 μέτρα) ήταν μια διαδικασία ιδιαίτερα πολύπλοκη, καθώς απαιτήθηκε μεγάλος αριθμός ειδικότερων εγκρίσεων και χρειάστηκαν παραπάνω από 1.900 σχέδια. Στη διαδικασία αυτή συμμετείχαν το Υπουργείο Περιβάλλοντος και Ενέργειας και η Γενική Γραμματεία Χωρικού Σχεδιασμού και Αστικού Περιβάλλοντος, το Υπουργείο Ανάπτυξης, το Γραφείο Ελληνικού, η Διεύθυνση Αρχιτεκτονικής, Οικοδομικών Κανονισμών και Αδειοδοτήσεων (ΔΑΟΚΑ), το ΚΕΣΑ, το Τεχνικό Επιμελητήριο Ελλάδας, το Υπουργείο Κλιματικής Κρίσης και Πολιτικής Προστασίας με το Αρχηγείο Πυροσβεστικού Σώματος, το Υπουργείο Υποδομών και Μεταφορών και η Γενική Γραμματεία Υποδομών, η Υπηρεσία Πολιτικής Αεροπορίας και η ΔΕΔΔΗΕ.

## Ήξερες ότι...

Το έργο του Ελληνικού αποτελεί τη μεγαλύτερη αστική ανάπτυξη στην Ευρώπη, η οποία έχει σχεδιαστεί, ώστε να προσθέσει σημαντικές νέες επενδύσεις και χρήσεις στους τομείς του τουρισμού, του πολιτισμού, της επιχειρηματικότητας, της καινοτομίας και του περιβάλλοντος.

# Η βασίλισσα έφυγε... Και τώρα;

**Η Βασίλισσα Ελισάβετ Β' για 70 ολόκληρα χρόνια ήταν η απόλυτη κυρίαρχος του βρετανικού θρόνου. Τώρα ο γιος της Κάρολος, στα 73 του χρόνια, θα πάρει τη θέση της και εκείνη θα περάσει στην ιστορία... Ένα νέο κεφάλαιο ξεκινά!**

Η μακροβιότερη διάδοχος που πέρασε ποτέ από το Μπάκιγχαμ μας αποχαιρέτησε όχι από το Λονδίνο αλλά από το Κάστρο Μπαλμόραλ στη Σκωτία. Εκεί, λίγες μέρες πριν, είχε διορίσει την 15η πρωθυπουργό της Βρετανίας, Λιζ Τρας. Η βασίλισσα έφυγε από τη ζωή έχοντας δίπλα της τα αγαπημένα της πρόσωπα που έσπευσαν στη Σκωτία μόλις η υγεία της επιδεινώθηκε.

## Γεννημένη βασίλισσα!

Η Ελισάβετ μοιάζει να γεννήθηκε για να γίνει βασίλισσα! Ήταν η τύχη, η μοίρα... πάντως η ζωή της μοιάζει με παραμύθι που με κάποιο μαγικό τρόπο ξεπήδησε από τις ιλουστρασιόν σελίδες του και έγινε πραγματικότητα.

Γεννήθηκε στις 21 Απριλίου του 1926 και ήταν το πρώτο παιδί του πρίγκιπα Αλβέρτου, δευτερότοκου γιου του Βασιλιά της Αγγλίας και της συζύγου του, Ελισάβετ. Την ονόμασαν



Ελισάβετ - Αλεξάνδρα - Μαρία. Στην οικογένειά της τη φώναζαν Λίλιμπετ. Η κόρη του Χάρι και disέγγονή της ονομάζεται Λίλιμπετ - Νταϊάνα... Με την αδερφή της Μαργαρίτα ήταν πολύ αγαπημένες.

## Ελισάβετ, η ανιψιά του Εδουάρδου

Η Ελισάβετ δεν αναμενόταν να ανέβει στον βασιλικό θρόνο, δεδομένου ότι μετά τον παππού της, τον βασιλιά της Αγγλίας, τη σκυτάλη θα έπαιρνε ο θείος της Εδουάρδος, πρίγκιπας της Ουαλίας.

Ωστόσο ο θείος της απαρνήθηκε τον θρόνο για να ακολουθήσει τη γυναίκα που αγαπούσε και δεν ήταν αποδεκτή λόγω των δύο διαζυγίων της. Έτσι, ο πατέρας της Ελισάβετ μετονομάστηκε Γεώργιος ΣΤ' και η πριγκίπισσα Ελισάβετ έγινε δεύτερη στη διαδοχή του αγγλικού θρόνου!

Στις 20 Νοεμβρίου του 1947 η Ελισάβετ παντρεύτηκε τον αγαπημένο της Φίλιππο στο Αββαείο του Ουέστμινστερ, απέκτησαν τέσσερα παιδιά και έμειναν μαζί για περισσότερα από 70 χρόνια!



## Από τον πατέρα στην κόρη...

Ο Βασιλιάς Γεώργιος ΣΤ' αντιμετώπιζε προβλήματα υγείας και το 1951 επιδεινώθηκε η κατάσταση του με αποτέλεσμα η διάδοχος του θρόνου, δηλαδή η Ελισάβετ, να τον αντικαθιστά σε δημόσιες εκδηλώσεις. Στις 6 Φεβρουαρίου του 1952 ο βασιλιάς απεβίωσε. Η Ελισάβετ επέστρεψε εσπευσμένα από την περιοδεία της στην Κένυα και ανακηρύχθηκε βασίλισσα. Από τότε η επίσημη κατοικία της ήταν ανάκτορα του Μπάκιγχαμ!



## Ο βασιλιάς Κάρολος

Ο Κάρολος έγινε διάδοχος του θρόνου το 1952, σε ηλικία μόλις 3 ετών, όταν η μητέρα του Ελισάβετ ανέβηκε στον βρετανικό θρόνο. Είναι ο μακροβιότερος διάδοχος θρόνου στην ιστορία της μοναρχίας! Είναι επίσης ο γηραιότερος μονάρχης που αναλαμβάνει καθήκοντα στη Βρετανία.



## Ήξερες ότι...

- Η μακροβιότερη βασίλισσα του πλανήτη το περσινό καλοκαίρι γιόρτασε το πλατινένιο Ιωβηλαίο, κάτι που δεν είχε γίνει ποτέ πριν στο Ηνωμένο Βασίλειο.
- Όταν η Ελισάβετ συμπλήρωσε επίσημα 70 χρόνια στο θρόνο σε επίσημη ανακοίνωσή της είχε αναφέρει πως η Καμίλα, δούκισσα της Κορνουάλης, θα πάρει τον τίτλο της (συζύγου) βασίλισσας όταν ο Κάρολος γίνει βασιλιάς.
- Η Ελισάβετ ερωτεύτηκε σε ηλικία 13 ετών, το 1934, τον μετέπειτα σύζυγο της, Φίλιππο. Τέσσερα χρόνια μετά τον συνάντησε ξανά και ξεκίνησαν να αλληλογραφούν για επτά χρόνια.





## Ποιος είναι ο Κάρολος;

Ο Κάρολος ανατράφηκε για να γίνει κάποτε βασιλιάς. Γεννήθηκε στο Μπάκιγχαμ στις 14 Νοεμβρίου 1948.

Όπως πολλά άλλα μέλη της βασιλικής οικογένειας, εντάχθηκε στις ένοπλες δυνάμεις, αρχικά στη Βασιλική Πολεμική Αεροπορία και στη συνέχεια στο Ναυτικό έως το 1976. Το 1981 παντρεύτηκε

την Νταϊάνα και απέκτησαν τον Ουίλιαμ και τον Χάρι, ενώ το 1996 εκδόθηκε το διαζυγίο τους... Ιδιαίτερα δημοφιλής δεν ήταν ποτέ, σε αντίθεση με τη μητέρα του και την πρώτη σύζυγό του, Νταϊάνα. Το 2005 παντρεύτηκε τον έρωτα της ζωής του, την Καμίλα. Διατηρούσε πάντα χαμηλό προφίλ,

έχει γράψει ένα παιδικό βιβλίο, με τίτλο “Ο γέρος του Λοχνάγκαρ”, είναι φιλότεχνος, φυσιολάτρης, ευγενικός και αφοσιωμένος στο καθήκον.

Η στέψη του Βασιλιά Κάρολου του Γ', όπως είναι ο επίσημος τίτλος του, δεν αναμένεται να πραγματοποιηθεί σύντομα. 70 χρόνια διήρκεσε η βασιλεία της μητέρας του... 70 χρόνια πέρασαν για να ανέβει ο ίδιος στον θρόνο...



## Αγοραστική Εμπειρία από την Barilla Hellas: Μία δράση που μας αφορά όλους!

Η ομάδα εθελοντών "Armonia" των εργαζομένων της εταιρείας Barilla Hellas, πραγματοποίησε για μια ακόμα χρονιά την ξεχωριστή δράση «Αγοραστική Εμπειρία για Όλους» σε συνεργασία με τον φορέα BlackLight και την σύμπραξη της TÜV AUSTRIA Hellas, σε καταστήματα της αλυσίδας σουπερμάρκετ AB Βασιλόπουλος.

Τα βιωματικά σεμινάρια της δράσης Αγοραστική Εμπειρία για Όλους έχουν ως στόχο την βελτιστοποίηση της εξυπηρέτησης των πελατών που αντιμετωπίζουν οπτική ή κινητική αναπηρία μέσα στα καταστήματα της AB Βασιλόπουλος. Ο φορέας Black Light, που πραγματοποιεί τις αντίστοιχες εκπαιδεύσεις, σχεδιάζει και υλοποιεί υπηρεσίες οι οποίες εκπαιδούν τις επιχειρήσεις και τον γενικό πληθυσμό, προάγοντας ταυτόχρονα την ποιότητα ζωής, κοινωνικοποίησης και εύρεσης εργασίας σε ανθρώπους με αναπηρία με έμφαση στην αναπηρία όρασης. Οι εθελοντές εργαζόμενοι της Barilla Hellas κατέχουν ρόλο συνεκπαιδευτών και λειτουργούν επικουρικά κι υποστηρικτικά δίπλα στο εξειδικευμένο προσωπικό της Blacklight.

Μέσα από αυτά τα διαδραστικά σεμινάρια, οι εργαζόμενοι της αλυσίδας σουπερμάρκετ εκπαιδεύονται σε καλές πρακτικές, ώστε να εξυπηρετούν τους συναθρώπους μας και να μετατρέπουν την εμπειρία των αγορών τους στο κατάστημα σε μια ευχάριστη και αποδοτική διαδικασία. Η επικύρωση της ισχύος της εν λόγω ενέργειας έρχεται μέσα από την αξιολόγηση και πιστοποίησή της από τον κορυφαίο οργανισμό Πιστοποιήσεων και Επιθεωρήσεων στην Ελλάδα, TÜV AUSTRIA Hellas.



Αγοραστική  
εμπειρία για



## Ανοιχτές οι αιτήσεις για το νέο κύκλο Incubation του Orange Grove

### 2022 AUT INCUBATION ROUND

WANT TO TURN YOUR IDEA INTO A SUCCESSFUL BUSINESS?



[www.orangegrove.eu](http://www.orangegrove.eu)

Μέχρι τις 18 Σεπτεμβρίου 2022 θα παραμείνει ανοιχτή η πρόσκληση υποβολής αιτήσεων για το Incubation πρόγραμμα 2022-23 του Orange Grove, μιας πρωτοβουλίας της Ολλανδικής Πρεσβείας στην Ελλάδα, προσκαλώντας άτομα ή ομάδες που έχουν μια καινοτόμα επιχειρηματική ιδέα, νεοσύστατες επιχειρήσεις ή/και υφιστάμενες καινοτόμες ΜμΕ να γίνουν μέρος ενός δυναμικού οικοσυστήματος καινοτόμου επιχειρηματικότητας.

Το πρόγραμμα επώασης του Orange Grove απευθύνεται σε όσους θέλουν να μετατρέψουν την επιχειρηματική τους ιδέα σε μια νεοφυή επιχείρηση ή σε καινοτόμες ΜμΕ που επιθυμούν να αναπτυχθούν περαιτέρω. Οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να επωφεληθούν και από σημαντικές εκπτώσεις που προσφέρουν οι partners του Orange Grove.

Το πρόγραμμα Incubation του Orange Grove θα ξεκινήσει το Νοέμβριο και θα ολοκληρωθεί τον Ιούνιο του 2023. Το διάστημα αυτό θα πραγματοποιηθούν διαδραστικά εργαστήρια για την ανάπτυξη καινοτόμων επιχειρηματικών δεξιοτήτων, προσαρμοσμένα workshops για την ανάπτυξη εξειδικευμένων δεξιοτήτων, σύμφωνα με τις ανάγκες

των startups, 1:1 sessions με μέντορες, coaches και ειδικούς, καθώς και σημαντικές ευκαιρίες δικτύωσης μέσα από meet-ups, ad-hoc συναντήσεις και στοχευμένες δράσεις.

Το πρόγραμμα επιχειρηματικής κατάρτισης θα πραγματοποιηθεί απομακρυσμένα μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας του Orange Grove, προσφέροντας την ευκαιρία σε ενδιαφερόμενους από ολόκληρη την Ελλάδα και το εξωτερικό να λάβουν μέρος. Για την υποβολή αιτήσεων επισκεφτείτε το [www.orangegrove.eu/apply/](http://www.orangegrove.eu/apply/)



# Πώς αγοράζουν σχολική τσάντα οι γονείς στην Ελλάδα

Ξέρετε με ποια κριτήρια επιλέγουν σχολική τσάντα οι γονείς στην Ελλάδα;



Το Βιβλιοπωλείο Τετράγωνο, η μοναδική επιχείρηση πανελλαδικά που προσφέρει γραπτή εγγύηση σχολικής τσάντας από το 2019, πραγματοποίησε [την πρώτη έρευνα για σχολικές τσάντες στην Ελλάδα](#). Η έρευνα αφορούσε στο πώς επιλέγουν σχολική τσάντα για τα παιδιά τους οι γονείς στη χώρα μας και συμμετείχαν συνολικά 1.281 μαμάδες και μπαμπάδες.

## Το πρώτο πράγμα που προσέχουν

Το πρώτο χαρακτηριστικό που προσέχουν οι γονείς σε μία σχολική τσάντα πριν εξετάσουν τα λοιπά χαρακτηριστικά της είναι το κατά πόσο διαθέτει ανατομική πλάτη και ιμάντες. Η τιμή το τρίτο πιο σημαντικό κριτήριο.

- Συνολικά τα χαρακτηριστικά που εξετάζει ο γονέας κατά την επιλογή σχολικού σακιδίου είναι:



- Ανατομική Πλάτη και ιμάντες (86%)
- Χωρητικότητα & θήκες της τσάντας (83%)
- Η τιμή (67%)
- Το σχέδιο/design της σχολικής τσάντας (40%)
- Η μάρκα/brand (21%)
- Τα brands που ξεχώρισαν στην προτίμηση του γονέα είναι τα εξής:
  - POLO
  - EASTPAK
  - NIKE
  - SANTORO
- Το 96% των ερωτηθέντων γονέων έδειξε προτίμηση προς τουλάχιστον μία μάρκα (brand) σχολικής τσάντας ενώ το 4% δήλωσε ότι δεν τον ενδιαφέρει αν το σακίδιο είναι no name.
- 55% των γονέων δήλωσαν ότι τους έχει “χαλάσει” η σχολική τσάντα τουλάχιστον μία φορά (σκίσιμο ή άλλη βλάβη/φθορά).



## Μεθοδολογία Έρευνας:

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε μέσω διαδικτυακού ερωτηματολογίου στον ιστότοπο του βιβλιοπωλείου (tetragonobookstores.gr) από τις 25 Ιουνίου 2022 έως τις 19 Αυγούστου 2022 και συμμετείχαν συνολικά 1.281 γονείς που κατοικούν στην Ελλάδα.

Βρείτε το σχετικό infographic με τα στατιστικά της έρευνας [εδώ](#).



**Ο Αποστόλης Λιανός, eCommerce & Marketing Manager & 2ης Γενιάς Βιβλιοπώλης, δήλωσε στο Say Yes to the Press:**

«Τα αποτελέσματα της έρευνας υπογράμμισαν, ξεκάθαρα νομίζουμε, ότι παρά τις πολύ δύσκολες εποχές που διανύουμε, το πρώτο μέλημα του γονέα παραμένει η προστασία και η άνεση του παιδιού, καθιστώντας τα ανατομικά χαρακτηριστικά και τη χωρητικότητα της τσάντας ως τα πιο σημαντικά κριτήρια κατά την επιλογή μιας σχολικής τσάντας. Η τιμή σαφώς και παίζει σημαντικό ρόλο, ωστόσο, αποτυπώθηκε αυτό που λίγο-πολύ ακούγαμε και συνεχίζουμε να ακούμε κάθε απόγευμα στα... απολαυστικά “πηγαδάκια” μας με τους γονείς: όσο μεγάλη και αν είναι η επιβάρυνση στον οικογενειακό προϋπολογισμό, ο γονέας στην Ελλάδα προτιμά να στερηθεί κάποια πράγματα ώστε να εξασφαλίσει καλύτερα, ασφαλέστερα και ποιοτικότερα σχολικά είδη για το παιδί του».

## Το 5ο επεισόδιο με πρωταγωνιστή το trap είδωλο Trannos αποκαλύπτει τα μυστικά της επιτυχίας του



Το πέμπτο επεισόδιο του premium ντοκιμαντέρ reality, SUPER INFLUENCER, έρχεται στην πλατφόρμα ANT1+ από τις 9 Σεπτεμβρίου με πρωταγωνιστή έναν από τους πιο επιτυχημένους trappers της γενιάς του, τον Tranno ή αλλιώς Χρήστο Βασιλόπουλο.

Τα τραγούδια του σκοράρουν εκατομμύρια views στο YouTube και οι εμφανίσεις του είναι sold out σε όλη την Ελλάδα. Στο επεισόδιο βλέπουμε τον Tranno στην καθημερινότητά του χωρίς «φίλτρα», τη διαδρομή προς την τεράστια επιτυχία μέσω της μουσικής, αλλά και την αντισυμβατική του προσωπικότητα. Μιλά στην κάμερα με ωμή ειλικρίνεια, χαρακτηριστικό που τον φέρνει συχνά στο προσκήνιο, προκαλώντας το ενδιαφέρον και τις αντιδράσεις των fans του, και όχι

μόνο. Για πρώτη φορά, ο ίδιος, η οικογένειά του και οι φίλοι του μιλούν δημόσια για τα προσωπικά του βιώματα, τα εμπόδια που έχει συναντήσει, τις επεισοδιακές του εμφανίσεις σε διάφορα events και το πώς τον έχει επηρεάσει η γειτονιά που μεγάλωσε.

Ένα επεισόδιο που συνθέτει το παζλ του καλλιτέχνη, του influencer, της trap personas Trannos και είναι διαθέσιμο αποκλειστικά στη streaming πλατφόρμα ANT1+, κάνοντας εγγραφή στο antennaplus.gr με 14 ημέρες δωρεάν δοκιμή.

## Market Trends

### Home Sweet Home: Ο κορυφαίος διαγωνισμός της ZeniΘ συνεχίζεται με ένα ακόμα σπίτι

Η ZeniΘ συνεχίζει για δεύτερη χρονιά το Home Sweet Home, τον μεγαλύτερο διαγωνισμό που έχει γίνει ποτέ στον ελληνικό ενεργειακό κλάδο και προσφέρει ένα ακόμα νέο ενεργειακό σπίτι και πολλά πλούσια δώρα.

Τον περασμένο Μάρτιο πραγματοποιήθηκε, στο κεντρικό κατάστημα της ZeniΘ στην Αθήνα, η κλήρωση για την πρώτη φάση του διαγωνισμού. Τυχερή νικήτρια αναδείχθηκε η Ελπινίκη Βασιλοπούλου, η οποία επέλεξε το σπίτι που κέρδισε να είναι στη Λάρισα. Η κλήρωση μεταδόθηκε μέσω Facebook live από τη σελίδα της εταιρείας, με οικοδεσπότες τους πρωταγωνιστές της καμπάνιας Δημήτρη Μακαλιά και Αντιγόνη Ψυχράμη ενώ παρόντες ήταν ο CEO της εταιρείας Fulvio Siotto αλλά και ο Εμπορικός Διευθυντής της ZeniΘ Μάνος Εξαρχουλάκος. Παράλληλα, 280 επιπλέον τυχεροί κέρδισαν πλούσια δώρα στις μηνιαίες κληρώσεις.

Η ZeniΘ παραμένοντας πιστή στη δέσμευσή της να βρίσκεται δίπλα στους καταναλωτές, προσφέροντάς τους το καλύτερο δυνατό, μέσω των πρωτοπόρων υπηρεσιών και δράσεών της, συνεχίζει και φέτος τον διαγωνισμό Home Sweet Home. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλοι, πελάτες ή μη της ZeniΘ ενώ οι συμμετέχοντες που δεν κέρδισαν έως τώρα, εξακολουθούν να έχουν πιθανότητα, καθώς ο διαγωνισμός θα διεξαχθεί μέχρι τέλος του έτους για να προσφέρει ένα δεύτερο ολοκαίνουριο σπίτι στην περιοχή που θα επιλέξει ο νικητής αλλά και πολλά πλούσια δώρα κάθε μήνα!

Για να λάβετε μέρος στο διαγωνισμό μπείτε [εδώ](#).



# Το Twitter & η ρητορική μίσους σχετίζονται με τη... θερμοκρασία

Γνωρίζατε ότι οι ακραίες θερμοκρασίες έχουν σχέση με την επιθετική συμπεριφορά και τη ρητορική μίσους που βρίσκει γόνιμο έδαφος στο Twitter;



## Πότε αυξάνονται τα μηνύματα μίσους

Οι ερευνητές του Ινστιτούτου Ερευνών του Πότσταμ για τις Κλιματικές Επιπτώσεις, με επικεφαλής την Λεονί Βεντς, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό "The Lancet Planetary Health", ανέλυσαν περισσότερα από τέσσερα δισεκατομμύρια tweets κατά την περίοδο 2014-2020. Συσχετίζοντας με τη βοήθεια τεχνητής νοημοσύνης το περιεχόμενό τους με μετεωρολογικά στοιχεία, διαπίστωσαν ότι τα μηνύματα μίσους και επιθετικότητας εμφανίζουν αυξητική τάση όταν η θερμοκρασία διαφέρει πολύ από τα συνήθη επίπεδα.

«Οι άνθρωποι τείνουν να εμφανίζουν πιο επιθετική online συμπεριφορά όταν ο καιρός είναι είτε πολύ κρύος είτε πολύ ζεστός. Το να γίνεται κάποιος στόχος ενός λόγου μίσους στο διαδίκτυο, συνιστά σοβαρή απειλή για την ψυχική υγεία του. Η ψυχολογική βιβλιογραφία μας λέει ότι το διαδικτυακό μίσος μπορεί να επιδεινώσει τις διαταραχές ψυχικής υγείας, ιδίως στους νέους ανθρώπους και στις περιθωριοποιημένες ομάδες» τόνισε η ερευνήτρια Ανίκα Στεχεμέσερ.

## Παίζει ρόλο η οικονομική ευμάρεια;

«Ακόμη και στις περιοχές υψηλού εισοδήματος όπου οι άνθρωποι μπορούν να έχουν κλιματιστικά και άλλες επιλογές για την αντιμετώπιση της ζέστης, παρατηρούμε μια αύξηση στον λόγο μίσους στις ακραία ζεστές μέρες» υπογράμμισε ο καθηγητής Άντερς Λέβερμαν του Ινστιτούτου του Πότσταμ και του Πανεπιστημίου Κολούμπια της Νέας Υόρκης.





## «Αναστοχασμοί για μια Βιώσιμη Κοινωνία της Ευημερίας» Παρουσίαση στον ΙΑΝΟ

Την Πέμπτη 15 Σεπτεμβρίου στις 18:00 η Αλυσίδα Πολιτισμού ΙΑΝΟΣ, οι Εκδόσεις Παπαζήση, το Πανεπιστήμιο Αιγαίου και το Ίδρυμα Μεσογειακών Μελετών διοργανώνουν παρουσίαση του βιβλίου του Στέργιου Μπαμπανάση με τίτλο «Αναστοχασμοί για μια Βιώσιμη Κοινωνία της Ευημερίας».

Για το βιβλίο θα μιλήσουν οι:

Θεόδωρος Π. Λιανός, Ομότιμος Καθηγητής Πολιτικής Οικονομίας, πρώην Πρύτανης ΟΠΑ

Ναπολέον Μαραβέγιας, Καθηγητής Πανεπιστημίου Αθηνών, τ. Υπουργός

Αριστέιδης Μπαλτάς, Ομότιμος Καθηγητής, τ. Υπουργός Παιδείας

Συντονίζει ο Σωτήρης Ντάλης, Αναπληρωτής Καθηγητής του Πανεπιστημίου Αιγαίου.

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στον ΙΑΝΟ της Αθήνας, Σταδίου 24 και θα προβάλλεται

ζωντανά στο κανάλι Youtube και στη σελίδα Facebook του ΙΑΝΟΥ.

Link εκδήλωσης: <https://bit.ly/3OtDPyw>

## Athens Coffee Festival 2022: It's festival time!



Είστε έτοιμοι να ανακαλύψετε τον μαγικό κόσμο του καφέ; Πού; Μα φυσικά στη μεγαλύτερη γιορτή του καφέ στην πόλη... Το Athens Coffee Festival!

Από τις 24 έως τις 26 Σεπτεμβρίου χιλιάδες επαγγελματίες του κλάδου της καφεστίασης, home baristas αλλά και λάτρεις του καφέ δίνουν ραντεβού στο Athens Coffee Festival, στη μεγαλύτερη γιορτή του καφέ στην πόλη.

Στην Τεχνόπολη στο Γκάζι θα γνωρίσετε από κοντά 200 κορυφαία brands, θα δοκιμάσετε σπάνια blends, θα χορέψετε με τα συγκροτήματα 48 Ώρες και The Wedding Singers και θα κερδίσετε πλούσια δώρα στους διαγωνισμούς.

Μέγας Χορηγός του φεστιβάλ είναι για ακόμα μια χρονιά το NOYNOY BARISTA'S GOLD.

**Ανακαλύψτε τα πάντα για τον καφέ**

Είτε είσαι επαγγελματίας της καφεστίασης, έμπειρος barista, home barista ή απλά και ένας coffee aficionado που σου αρέσει ο ποιοτικός καφές και θες συνεχώς να εξιτάρεις τον ουρανίσκο σου με μοναδικές και ιδιαίτερες ποικιλίες καφέ τότε το Athens Coffee Festival θα γίνει ο αγαπημένος σου προορισμός αφού μπορείς να ανακαλύψεις μία μεγάλη ποικιλία από:

- > Espresso blends, μονοποικιλιακούς καφέδες, καφέδες σε κάψουλες ή rods, ελληνικούς καφέδες, ποικιλίες πράσινου καφέ.
- > Μηχανές espresso, μύλους άλεσης, μπλέντερ, μίξερ, brew bars & συστήματα εκχύλισης, αξεσουάρ σερβιρίσματος και αναλώσιμα.
- > Ποικιλία από φυσικά αναψυκτικά, τσάι, χυμούς, σοκολάτα.

[Δείτε τους εκθέτες του ACF 2022 >>](#)

Τζένη Μωραΐτη • Αγγελική Μαγκλάρα

# ΠΑΙΖΩ ΚΑΙ ΜΑΘΑΙΝΩ ΝΑ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΝΟΜΑΙ

Δραστηριότητες  
για την  
ανάπτυξη δεξιοτήτων

- Κατανόηση οδηγιών
- Διαχείριση συναισθημάτων
- Έλεγχος του σώματος
- Συγκέντρωση προσοχής
- Οργάνωση του χώρου και του χρόνου



ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

## Παίζω και μαθαίνω να συγκεντρώνομαι

Δραστηριότητες για την ανάπτυξη δεξιοτήτων (για παιδιά 3-6 ετών).

Η διάσπαση προσοχής, που μπορεί να συνοδεύεται από υπερκινητικότητα, παρορμητισμό, απροσεξία, συναισθηματικές εξάρσεις, δυσχεραίνει τη διαδικασία σκέψης και μάθησης, ενώ δυσκολεύει το παιδί στην προσπάθειά του να ανταποκριθεί με επιτυχία στις καθημερινές του υποχρεώσεις. Η πρώιμη παρέμβαση, στην προσχολική δηλαδή ηλικία, έχει διαπιστωθεί ότι μπορεί να λειτουργήσει διορθωτικά και να περιορίσει τις ανεπιθύμητες συμπεριφορές.

Με βάση αυτή την επιδίωξη, στο βιβλίο περιλαμβάνονται στοχευμένες δραστηριότητες και παιχνίδια, διαβαθμισμένης δυσκολίας, για να αναπτύξει το παιδί βασικές δεξιότητες που ενισχύουν τη συγκέντρωσή του, την αυτονομία του και το διευκολύνουν στην καθημερινότητά του. Συγκεκριμένα, ακολουθώντας τον Πώς και Τι, τον βοηθό της προσοχής, το παιδί μαθαίνει:

- να κατανοεί και να ακολουθεί οδηγίες,
- να αναγνωρίζει και να διαχειρίζεται τα συναισθήματά του,
- να ελέγχει τις σωματικές του κινήσεις και τα αντανακλαστικά του,
- να συγκρατεί πληροφορίες και να ολοκληρώνει τις εργασίες του,
- να οργάνωνει τον χώρο και τον χρόνο του και να γίνεται πιο υπεύθυνο.

Χρήσιμο εργαλείο για γονείς, παιδαγωγούς και επαγγελματίες ειδικής αγωγής. Από τις εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ.

## Γίνε αστέρι στη γραφή



Χαρά Κατσαρή  
Γίνε αστέρι  
στη γραφή

για παιδιά 4+

Εκδοστικός Οίκος Ηέηη Λαοίδου

MINΩΑΣ

Το βιβλίο περιέχει δημιουργικές δραστηριότητες που θα βοηθήσουν τα παιδιά: Να εξασκήσουν τον συντονισμό ματιού-χεριού. Να βελτιώσουν τη λεπτή κινητικότητά τους με τις προγραμματικές ασκήσεις. Να γνωρίσουν τα γράμματα και τη θέση τους στον λόγο, ώστε να περάσουν ομαλά στη γραφή. Από τις εκδόσεις ΜΙΝΩΑΣ.



Λίλι Γκράχαμ



# Η ΓΕΡΜΑΝΙΔΑ

ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ

Μετάφραση: Νοέλα Ελιασά

Από τη συγγραφέα του ιστορικού μυθιστορήματος  
Το παιδί του Λουσβίτς,  
που βασίζεται σε πραγματικά γεγονότα.

## Η Γερμανίδα

Η συγκλονιστική ιστορία επιβίωσης δύο εφήβων σε μια από τις πιο σκοτεινές περιόδους της ανθρωπότητας, που όλοι οφείλουμε να θυμόμαστε.

Εμπνευσμένο από τη σπουδαία αληθινή ιστορία της Λέσχης Ραπτικής Έλσινορ, το κωδικό όνομα μιας ομάδας ανθρώπων που έσωσαν τη ζωή περίπου 700-1.400 Δανών, βοηθώντας τους να δραπετεύσουν από την κατεχόμενη Δανία και να γλιτώσουν από βέβαιο θάνατο ή μεταφορά στα στρατόπεδα συγκέντρωσης των ναζί, δημιουργώντας ένα δίκτυο που τους μετέφερε με ασφάλεια από τον στενό πορθμό Όρεσουντ στην ουδέτερη Σουηδία. Από τις εκδόσεις ΜΙΝΩΑΣ.

## Ημιζωές (τόμος Β')



Ο περιστρεφόμενος φάρος του περιπολικού στέλνει μπλε και κόκκινες λάμπες μέσα από τα παράθυρα. Μπλε και σκοτάδι... Κόκκινο και σκοτάδι... Σφίγγει το περίστροφο στο χέρι του. Ο δείκτης του χαϊδεύει τη σκανδάλη και μετρά σιωπηρά μέχρι το τρία. Η Μελίσσα Ρέντγουελ είναι νεκρή. Στο υπόγειο του σπιτιού της, η αστυνομία εντοπίζει το κατακρουρημένο σώμα ενός άγνωστου άντρα. Ο γιος της ψυχολόγου, ο Ζακ, βρισκόταν στον τόπο του εγκλήματος μα τώρα αγνοείται. Τι έχει συμβεί; Τέσσερις ημέρες μεσολαβούν από την τραγική εκείνη νύχτα. Ορκισμένος να φτάσει στην αλήθεια, ο εγκληματολόγος Άλαν Ράσελ δε θα επιτρέψει τίποτα να μπει εμπόδιο στον δρόμο του. Ωστόσο, το κακό επαγρυπνεί στο Βέλβερ Ρόου. Ο δολοφόνος κυκλοφορεί ακόμη ελεύθερος. Η κοινωνία αποδομείται, με τον Εθνικό Αστερισμό να κηρύττει πόλεμο στην κοινότητα των μαύρων του Μούτσερς Πόιντ. Κι όλα αυτά υπό την απειλή μιας άγριας καταιγίδας, που πλησιάζει και θα σαρώσει τα πάντα στο πέρασμά της. Ο κόσμος των Ημιζωών έχει μόλις αρχίσει να ξεδιπλώνεται. Κι όσα γνωρίζατε ήταν μονάχα η αρχή...

Από τις εκδόσεις Υδροπλάνο.

## quote of the day

“INSTRUCTION DOES MUCH, BUT  
ENCOURAGEMENT EVERYTHING.”  
Johann Wolfgang von Goethe



## tip of the day

“  
Nothing is  
impossible. The  
word itself says  
‘I’M POSSIBLE!’

AUDREY HEPBURN

## 12 Σεπτεμβρίου

- › Ημέρα Δράσης για την Ημικρανία
- › Ημέρα του ΟΗΕ για την Συνεργασία των Χωρών του Νότου
- › Day of the Programmer
- › National Chocolate Milkshake Day
- › National Day of Encouragement