


Μαρία Σκουφάλου
Survivor 



12 χρόνια πολεμάμε δίπλα σας τον καρκίνο του μαστού.

Από το 2010 στον Κάμπο Χίου συμμαχούμε με το Άλμα Ζωής, προσφέροντας μέρος από τις πωλήσεις των προϊόντων μας στον αγώνα ενάντια στον καρκίνο του μαστού.

Και αυτόν τον Οκτώβριο, αυτή η προσφορά διπλασιάζεται.

Για τη Μαρία που νίκησε τον καρκίνο, για κάθε γυναίκα που ζει με αυτόν και για όλες τις γυναίκες που έχουν δικαίωμα στην πρόληψη και έγκαιρη διάγνωση, μοιραζόμαστε με χαρά τη σοδειά μας και την αγάπη των καταναλωτών.

**Κάμπος
Χίου**

**άλμα
ζωής**
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΜΕ ΚΑΡΚΙΝΟ ΜΑΣΤΟΥ

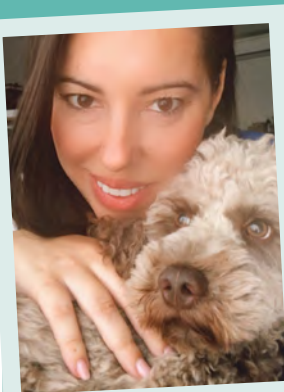
SAY *yes* to the **press**



**ΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ
ΜΕ ΤΟ ΚΑΛΑΘΙ
ΤΟΥ ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΟΥ;**



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα αγαπημένοι μου SayYessers!!!

Δε μιλάμε συχνά μεταξύ μας για νούμερα, γιατί είμαστε πολύ χαρούμενοι άνθρωποι για να ασχολούμαστε με αυτά!!!

Όμως σήμερα είναι μία άλλη μέρα! Σήμερα αγαπημένοι μου SayYessers, εσείς και εμείς σπάσαμε το φράγμα των 10.000 αναγνωστών ημερησίως!!!

Σας ευχαριστούμε πολύ για την εμπιστοσύνη, για την αγάπη και για όλα αυτά τα υπέροχα μηνύματα που μας στέλνετε!!!

Είμαστε εδώ και συνεχίζουμε... με μόνο στόχο να ξεκινάμε τη μέρα μας με χαμόγελο!



Yes... we are No1!

Say Yes... We R The Best!

To **Say Yes ...to the Press** είναι το **No 1**
καθημερινό online μαγαζί στην Ελλάδα!



Πάνω από **10.000*** Unique Clicks per day
σύμφωνα με τα επίσημα στοιχεία του  mailchimp

* Most recent campaign performance (01-30/09/22):
~10.122 ClickUniqueRecipients/day, 1.012 new subscribers, Total Audience 224.844/month



www.sayyestothePress.gr



SUBSCRIBE AND JOIN OUR DREAM TEAM!

Τι γίνεται με το καλάθι του νοικοκυριού;

Στο τέλος Οκτωβρίου θα τεθεί σε εφαρμογή το “καλάθι του νοικοκυριού”, που θα περιλαμβάνει μηδενικές ή ελάχιστες αυξήσεις, θα έχει σήμανση και θα εμπλουτίζεται κάθε 15 ημέρες. Μάλιστα οι βιομηχανίες τροφίμων έχουν δεσμευθεί να συμβάλλουν στην προσπάθεια συγκράτησης των τιμών.

Τι περιλαμβάνει το καλάθι του νοικοκυριού

Το καλάθι του νοικοκυριού θα περιλαμβάνει 51 προϊόντα από 31 κατηγορίες. Στη λίστα θα βρίσκονται: Ρύζι, ψωμί, ζυμαρικά, κρέας, ψάρια, γαλακτοκομικά, έλαια, ροφήματα, είδη καθαρισμού και προσωπικής υγιεινής καθώς και είδη για μωρά.

Το κάθε σούπερ μάρκετ θα ανανεώνει σε εβδομαδιαία βάση ή κάθε 15 μέρες το δικό του καλάθι που θα περιλαμβάνει τις μάρκες που θα κοστίζουν λιγότερο, με σκοπό να λειτουργήσει καλύτερα ο ανταγωνισμός αλλά και να αποφευχθούν ελλείψεις αγαθών.

Τα προϊόντα που... δεν χώρεσαν στο καλάθι

Το καλάθι δεν θα περιλαμβάνει όπως φαίνεται τα παρακάτω: Όσπρια, αλεύρι, βούτυρο, μοσχάρι, νωπά φρούτα, λαχανικά, δημητριακά, βρεφικές κρέμες και μπαχαρικά. Αναφορικά με την απουσία των φρέσκων φρούτων από το καλάθι, ο Γενικός Γραμματέας Εμπορίου και Προστασίας του Καταναλωτή Σωτήρης Αναγνωστόπουλος είπε πως τα συγκεκριμένα προϊόντα οι



καταναλωτές μπορούν να τα προμηθευτούν φθηνότερα στις λαϊκές αγορές.

Δέσμευση του ΣΕΒΤ για εποικοδομητική συνεργασία με τις αλυσίδες σούπερ μάρκετ

Ο Υπουργός Ανάπτυξης & Επενδύσεων, κ. Άδωνις Γεωργιάδης, ο Αναπληρωτής Υπουργός Ανάπτυξης & Επενδύσεων, κ. Νίκος Παπαθανάσης και ο Γενικός Γραμματέας Εμπορίου & Προστασίας του Καταναλωτή, κ. Σωτήρης Αναγνωστόπουλος είχαν τηλεδιάσκεψη με το Διοικητικό Συμβούλιο του Συνδέσμου Ελληνικών Βιομηχανιών Τροφίμων (ΣΕΒΤ).

Μετά τη σύσκεψη ο Υπουργός Ανάπτυξης & Επενδύσεων, κ. Άδωνις Γεωργιάδης δήλωσε μεταξύ άλλων: «Το Υπουργείο Ανάπτυξης & Επενδύσεων ζήτησε από την βιομηχανία τροφίμων να συμμετάσχει στην προσπάθεια για το “καλάθι του νοικοκυριού” με εποικοδομητικό τρόπο έτσι ώστε να “χτίσουμε” ένα καλάθι προϊόντων που θα προσφέρεται στον Έλληνα καταναλωτή στις χαμηλότερες δυνατές τιμές, κάτω από τον πληθωρισμό.

Ο Σύνδεσμος αποδέχτηκε την πρόταση του Υπουργείου, δεσμεύτηκε να ενημερώσει τα μέλη του και να εργαστεί εποικοδομητικά με τις αλυσίδες σούπερ μάρκετ ώστε το καλάθι του νοικοκυριού να έχει επιτυχία και να βοηθήσει σημαντικά στη διαβίωση του ελληνικού νοικοκυριού μέσα σ' αυτές τις πρωτοφανώς δύσκολες συνθήκες».





Ελίνα Δημητριάδου,
Διατροφολόγος



Μήπως η ζυγαριά σου δεν σου λέει την αλήθεια;

Γυμνάζεσαι, τρως υγιεινά, προσπαθείς να χάσεις βάρος, αλλά το νούμερο στην ζυγαριά δεν δείχνει να αλλάζει.



Κι όμως, υπάρχουν περιπτώσεις, όπου το ζύγισμα δεν είναι αντιπροσωπευτικό:

1. Εάν τις προηγούμενες μέρες έχεις φάει τρόφιμα με αρκετό αλάτι, είναι πολύ πιθανό το σώμα σου να έχει κρατήσει παραπάνω





ιδιαίτερα για γλυκές και λιπαρές τροφές, και καθυστερεί τον μεταβολισμό μας.

4. Επίσης, έπειτα από έντονη σωματική άσκηση, οι μυες μας αναζητούν περισσότερη ενέργεια. Κύρια πηγή ενέργειας των μυών είναι το γλυκογόνο. Έτσι, το σώμα μας παράγει περισσότερο γλυκογόνο, το οποίο συγκρατεί και περισσότερο νερό στους μυς. Οι μύες εξοικειώνονται με την άσκηση σε μερικές εβδομάδες-ένα μήνα, χρειάζονται λιγότερο γλυκογόνο, και η κατακράτηση υποχωρεί.

υγρά ως απάντηση στην πρόσληψη νατρίου. Μερικά άτομα μάλιστα κρατούν περισσότερο νερό από άλλους. Η κατάσταση αυτή είναι προσωρινή και μετά από λίγες μέρες θα επέλθει ισορροπία.

2. Εάν περιμένεις περίοδο, το βάρος σου αυξάνεται φυσιολογικά κατά 1,4-2,3 kg! Υπάρχει κατακράτηση υγρών που προκαλεί πρήξιμο, φούσκωμα και κράμπες στο στομάχι, και πιθανό να αισθανθείς σφιχτά και άβολα στα ρούχα σου. Πρόκειται για το προεμμηνορροϊκό σύνδρομο, που βιώνει το 90% γυναικών. Τα συμπτώματα υποχωρούν έπειτα από λίγες ημέρες, οπότε αποφύγετε το ζύγισμα πριν ή κατά την διάρκεια της περιόδου.

3. Σε περιόδους έντονου στρες, επίσης το βάρος μας μπορεί να αυξηθεί καθώς αυξάνεται η ορμόνη κορτιζόλη. Η ορμόνη αυτή αυξάνει την όρεξη,

Θυμηθείτε: η πρόοδός σας δεν καθορίζεται από ένα νούμερο. Κατανοήστε το σώμα σας, πείτε μπράβο στον εαυτό σας για τις αλλαγές που κάνετε στην ζωή σας, και φυσικά μην εγκαταλείπετε την προσπάθεια!



Η Μασούτης κατακτά την πιστοποίηση "Zero Waste To Landfill"



Ακόμη μία αναγνώριση για τη Διαμαντής Μασούτης Α.Ε., στην οποία απονεμήθηκε το πιστοποιητικό Zero Waste To Landfill (ZWTL-EU1) για την αποτελεσματική διαχείριση των αποβλήτων της στο πλαίσιο του μετασχηματισμού της προς ένα βιώσιμο μοντέλο ανάπτυξης.

Η πιστοποίηση «Zero Waste To Landfill (ZWTL-EU1)» αφορά τη διαχείριση των αποβλήτων και συγκεκριμένα, το ποσοστό αυτών που δεν καταλήγουν σε χωματερές για υγειονομική ταφή, αλλά κατευθύνονται προς αξιοποίηση. Η εταιρία Μασούτης κατάφερε να το επιτύχει σε ποσοστό 91%. Δηλαδή 91% των αποβλήτων που παράχθηκαν από το Logistics Center δεν κατέληξαν σε κάποια χωματερή για υγειονομική ταφή αλλά οδηγήθηκαν προς περαιτέρω αξιοποίηση (επαναχρησιμοποίηση, ανακύκλωση, ανάκτηση ενέργειας, κομποστοποίηση κλπ.), όπως ακριβώς επιτάσσουν οι αρχές της κυκλικής οικονομίας.

Η Μασούτης αναλογιζόμενη τα οφέλη που απορρέουν από τη στροφή προς μια κυκλική οικονομία, μερικά από τα οποία είναι η μειωμένη επιβάρυνση του περιβάλλοντος, η μεγαλύτερη ασφάλεια του εφοδιασμού πρώτων υλών, η αύξηση της ανταγωνιστικότητας, η τόνωση της καινοτομίας, η προώθηση της οικονομικής ανάπτυξης και η δημιουργία θέσεων εργασίας θα συνεχίσει να καταβάλει κάθε προσπάθεια για την πλήρη εναρμόνιση κάθε λειτουργίας της με το μοντέλο της κυκλικής οικονομίας.

Market Trends

Η bofrost* ...Ξαναχτυπά την πόρτα σας!

Η bofrost*, η μεγαλύτερη εταιρεία διανομής έτοιμων κατεψυγμένων πιάτων και πρώτων υλών μαγειρικής στην Ευρώπη, επανασυστήνεται στο Ελληνικό κοινό με ένα δυναμικό come-back!

Τα προϊόντα της bofrost* προέρχονται από ελεγχόμενες και εγγυημένες καλλιέργειες σε πάνω από 32 χώρες του κόσμου και καταψύχονται άμεσα ώστε να φτάσουν σε εσάς με όσο το δυνατόν περισσότερες βιταμίνες και θρεπτικά συστατικά και αυτό εξασφαλίζεται με την αδιάκοπη αλυσίδα ψύξης.

Η Διαχείριση Ποιότητας της bofrost* international αποτελείται από τις πιστοποιήσεις των Συστημάτων Διαχείρισης Ασφάλειας τροφίμων FSSC 2000 και IFS FOOD 6 (International Food Standards-Διεθνή Πρότυπα Τροφίμων). Αυτά τα διεθνή πρότυπα είναι τα σημεία αναφοράς για την ορθή διαχείριση των προϊόντων, την παραγωγή και διανομή τους, αλλά πάνω από όλα για το σωστό και δραστικό έλεγχο σε επίπεδο υγιεινής και ασφάλειας.

Η ποιότητα των προϊόντων bofrost* είναι αδιαπραγμάτευτη. Η εταιρεία προσφέρει προσωποποιημένη επαφή με τον κάθε πελάτη μέσω του δικού της call center, με τις άρτια εκπαιδευμένες τηλεφωνήτριες που θα σας εξυπηρετήσουν και θα σας συμβουλευσουν με βάση τις επιθυμίες σας.

Επιλέξτε ανάμεσα από παραπάνω από 180 προϊόντα της αρέσκειας σας, με δωρεάν παράδοση στο σπίτι σας με τη γνωστή ποιότητα, ασφάλεια και γεύση της bofrost*.

bofrost*



Δύο σημαντικές διακρίσεις τεχνολογίας στα Impact BITE Awards 2022 για την επένδυση της Coffee Island στην ολική ποιότητα



Οι δύο σημαντικές διακρίσεις της Coffee Island στα Impact BITE Awards 2022, που εδώ και 11 χρόνια επιβραβεύουν την τεχνολογική καινοτομία υπό την Αιγίδα του Υπουργείου Ψηφιακής Διακυβέρνησης και του ΣΕΠΕ, επιβεβαιώνουν πως η εταιρία επενδύει σταθερά σε ποιοτικές και καινοτόμες υποδομές και δράσεις ψηφιακού μετασχηματισμού.

Η εταιρεία απέσπασε το GOLD Award στην ενότητα Διαχείριση Logistics και Παραγωγής για τη δημιουργία και χρήση ολοκληρωμένης τεχνολογικής πλατφόρμας η οποία ψηφιοποιεί, παρακολουθεί, και ελέγχει όλη τη διαχείριση αποθηκών και τη διακίνηση προϊόντων, θέτοντας metrics για την επίτευξη ποιότητας, αλλά και παράλληλα, διασφαλίζει σε όλες τις φάσεις συνεχείς ελέγχους Quality Assurance & Control για την ποιότητα των παραγόμενων προϊόντων και της εφοδιαστικής αλυσίδας αυτών.

Επίσης, απέσπασε και το SILVER Award στην ενότητα Ψηφιακός Μετασχηματισμός Επιχειρησιακών Διαδικασιών, για την ψηφιοποίηση όλων των κρίσιμων ροών και διαδικασιών ενδοεταιρικά. Τα βραβεία απονεμήθηκαν την Τρίτη 4 Οκτωβρίου 2022 στο Μουσείο Οίνου.

Η Coffee Island υλοποιεί ένα μακρόπνοο στρατηγικό σχέδιο ψηφιακών βελτιώσεων και αλλαγών για τον εκσυγχρονισμό της ποιότητας των υποδομών, τη διασύνδεση όλων των διευθύνσεων του οργανισμού και τη διασφάλιση metrics ποιότητας σε όλη τη λειτουργία της επιχείρησης.

Ο Απόστολος Ζησιμόπουλος, IT & E-Commerce Senior Manager, δήλωσε σχετικά: «Οι βραβεύσεις αυτές μας τιμούν επειδή έγκριτα στελέχη της αγοράς αξιολογούν θετικά τη μεθοδολογία, το τεχνικό μέρος και την ποιότητα των ψηφιακών επενδύσεων και έργων που υλοποιούμε. Η ψηφιακή εποχή και η αξιοποίηση των εργαλείων της αποτελεί ένα από τους 6 πυλώνες της εταιρικής στρατηγικής της Coffee Island, ώστε συνεχώς να βελτιώνουμε παραγωγικά όλες τις δραστηριότητες του οργανισμού με σκοπό την παραγωγή και διάθεση ποιοτικών προϊόντων και υπηρεσιών στους καταναλωτές και τους συνεργάτες μας».

Press Room

Beauty & Fashion edition

FF Group: Σε Καλλιθέα και Περιστέρι τα πρώτα νέα καταστήματα Jack&Jones

Η επίσημη έναρξη της εμπορικής συνεργασίας μεταξύ του Ομίλου FF Group και του πολυεθνικού Ομίλου BESTSELLER σηματοδοτείται με το άνοιγμα των δύο πρώτων νέων καταστημάτων Jack&Jones σε Καλλιθέα και Περιστέρι στα πιο εμπορικά και vibrant σημεία των περιοχών.

Στο πλαίσιο ανάπτυξης του δικτύου λιανικής monobrand καταστημάτων Jack&Jones από τον Όμιλο FF Group, οι δύο πρώτοι σταθμοί άνοιξαν τις πόρτες τους στην Καλλιθέα, στην οδό Θησέως 135-137, και στο Περιστέρι στην οδό Σαρανταπόρου 32. Τα καταστήματα Jack&Jones φιλοξενούν όλο το φάσμα της ανδρικής casual ένδυσης. Οι συλλογές περιλαμβάνουν ρούχα, παπούτσια και αξεσουάρ με βασικό πυρήνα των συλλογών τους τα jeans. Ο συνδυασμός των ιδιαίτερα προσιτών τιμών, της άριστης ποιότητας και των κορυφαίων σε σχεδιασμό συλλογών καθιστούν την Jack&Jones ένα από τα πιο αγαπημένα denim brand.



Ελληνικά Καλλιστεία & αναμνήσεις...

Λάμψη, ομορφιά... Ελληνικά Καλλιστεία! Ας θυμηθούμε στιγμές αίγλης...

Τα πρώτα καλλιστεία στη χώρα μας πραγματοποιήθηκαν στις 20 Ιανουαρίου 1929 στο νυχτερινό κέντρο "Ντελός" όπου συγκεντρώθηκε όλη η αθηναϊκή αριστοκρατία της εποχής. 41 κοπέλες συμμετείχαν και η πρώτη νικήτρια των καλλιστείων, Μις Ελλάς 1929 ήταν η **Ασπασία Καρατζά**.



Η επιθυμία της **Ζωής Λάσκαρη** ήταν τόσο μεγάλη να λάβει μέρος στα καλλιστεία που για να τη δεχτούν δήλωσε ότι ήταν δύο χρόνια μεγαλύτερη. Έτσι, σε ηλικία δεκαπέντε ετών η Ζωή Λάσκαρη πήρε μέρος στα καλλιστεία και κέρδισε τον τίτλο της «Σταρ Ελλάς».



Στις 19 Μαρτίου 1990, στο «REX», η βραδιά έχει κάτι από Χόλιγουντ. «Βασίλισσα» της ομορφιάς στέφεται η **Τζένη Μπαλατσινού**.



Το 1996, και συγκεκριμένα στις 23 Νοεμβρίου, η **Ειρήνη Σκλήβα** ξεχώρισε ανάμεσα σε δεκάδες πανέμορφες κοπέλες από όλο τον κόσμο και έφερε στη χώρα μας τον τίτλο της Μις Κόσμος! Είχε κερδίσει τον τίτλο της Μις Ελλάς στα εθνικά καλλιστεία, σε ηλικία 18 ετών



Με επιτυχία ολοκληρώθηκε ο 1ος προκριματικός των Ελληνικών καλλιστείων Star Hellas - Miss Hellas - Miss Young 2022



Ο CEO των Ελληνικών Καλλιστείων Πάνος Ζήνας και η επταμελής κριτική επιτροπή, αποτελούμενη από εκπροσώπους της μόδας και του καλλιτεχνικού χώρου, καλωσόρισαν στο "Fantasia Live" τις φιναλίστ του 1ου προκριματικού του 70ου Διαγωνισμού Ομορφιάς Star Hellas - Miss Hellas - Miss Young 2022 και συνομίλησαν με τη κάθε μια ξεχωριστά. Ο χώρος του "Fantasia Live" γέμισε από νέα κορίτσια, που ανταποκρίθηκαν με ενθουσιασμό στο κάλεσμα ομορφιάς και κατέφθασαν από όλη την Ελλάδα στο ραντεβού με το μέλλον και τα όνειρά τους.

Η 7μελής κριτική επιτροπή αποτελούνταν από τον αγαπημένο επιχειρηματία της μόδας Λάκη Γαβαλά, το top model των 90'ς Ιωάννα Σουλιώτη, τη Μις Ελλάς 2015 Κατερίνα Στικούδη, τη δημοσιογράφο Σάσα Σταμάτη, τον

εξάιρετο φωτογράφο Γιώργο Μεστούση, τη Σταρ Ελλάς 2021 Άννα Παυλίδου και την εντυπωσιακή χορογράφο και διεθνή κριτή χορού Γκαλένα Βελίκοβα, η οποία θα αναλάβει και την σκηνική παρουσία των Φιναλίστ τη βραδιά του τελικού. Πρόεδρος της επιτροπής όπως πάντα ο Πάνος Ζήνας.

Σκοπός των καλλιστείων είναι να δημιουργήσει τη νέα γενιά υποψηφίων μέσα σε ένα περιβάλλον που ενθαρρύνει και ενδυναμώνει τη νέα γυναίκα. Οι φιναλίστ μετά από μία σειρά προετοιμασιών, που πρόκειται να ακολουθήσει, θα δώσουν τον καλύτερο εαυτό τους στον μεγάλο τελικό του διαγωνισμού. Η αναμέτρηση προβλέπεται σκληρή, καθώς η ομορφιά θα πρωταγωνιστεί στα social media του διαγωνισμού καθημερινά, όπου και θα μπορείτε να υποστηρίξετε την αγαπημένη σας φιναλίστ. Συντονιστείτε σε Instagram, Tik Tok, twitter και Facebook και παρακολουθήστε βήμα - βήμα όλες τις προετοιμασίες!

Ήξερες ότι...

Το 1984 στέφθηκε η πρώτη μαύρη γυναίκα στα Αμερικανικά Καλλιστεία

Οι Αφροαμερικανίδες συμμετείχαν για πρώτη φορά στα καλλιστεία για την ανάδειξη της ομορφότερης γυναίκας της Αμερικής το 1970, ενώ η πρώτη μαύρη εστεμμένη ήταν η Vanessa Williams το 1984.

Τα καλλιστεία φιλοξενούνταν τότε στο Atlantic City και ο διαγωνισμός διοργανώθηκε για πρώτη φορά το 1921, σε μία προσπάθεια να παραμείνουν οι τουρίστες στην περιοχή την επομένη της Labor Day!



Νέο limited edition προϊόν από την Endless EC, για τη στήριξη του Beegin



Η Endless EC παρουσιάζει το νέο, limited edition προϊόν, Bee Love, το ρολό κουζίνας της σειράς Endless Earth που στηρίζει τον σκοπό του Beegin. Σε αποκλειστική συνεργασία με την αλυσίδα σούπερ μάρκετ AB Βασιλόπουλος, το ρολό κουζίνας Giant Love «ντύθηκε» στα χρώματα του Beegin και προσφέρει 0,20€ από κάθε αγορά στις μέλισσες και τους μελισσοκόμους της Βόρειας Εύβοιας.

Το νέο ρολό κουζίνας Bee Love αποτελείται από 100% καθαρή κυτταρίνη και συσκευάζεται σε χάρτινη, ανακυκλώσιμη συσκευασία, προστατεύοντας παράλληλα και το περιβάλλον. Είναι ανθεκτικό, απορροφητικό, έχει μεγάλη διάρκεια και αγαπάει το περιβάλλον και τις μέλισσες.

Το προϊόν θα κυκλοφορήσει για περιορισμένο χρονικό διάστημα, αποκλειστικά στα σούπερ μάρκετ AB Βασιλόπουλος.

Το Beegin είναι μια συλλογική προσπάθεια για την ανάκαμψη του περιβάλλοντος. Τα δάση είναι πλούσια και σύνθετα οικοσυστήματα, τα οποία συντηρούν διάφορα είδη χλωρίδας και πανίδας που αλληλοεξαρτώνται το ένα από το άλλο. Οι μέλισσες είναι μέρος αυτού του οικοσυστήματος. Εδώ και 15 χρόνια έρχονται αντιμέτωπες με την κλιματική αλλαγή και πολλούς άλλους παράγοντες που οδηγούν στον αφανισμό τους. Κύριο μέλημα του Beegin είναι να στηριχθεί μεθοδικά η ανάκαμψη της φύσης στη Βόρεια Εύβοια, υποστηρίζοντας τοπικούς μελισσοκόμους να δημιουργήσουν ξανά τα μελισσοσμήνη τους, που χάθηκαν στις πυρκαγιές του καλοκαιριού του 2021.

Health News

Νέο φαρμακευτικό σκεύασμα για την στυτική δυσλειτουργία από τη Lavipharm

Η Lavipharm κυκλοφορεί ένα νέο φαρμακευτικό σκεύασμα ταδαλαφίλης στην ελληνική αγορά για τη θεραπεία της στυτικής δυσλειτουργίας, αλλά και των συμπτωμάτων της καλοήθους υπερπλασίας του προστάτη στους ενήλικους άνδρες, ενισχύοντας περαιτέρω την πολυετή, δυναμική και καταξιωμένη παρουσία της στην εν λόγω θεραπευτική κατηγορία.

«Η αποτελεσματική αντιμετώπιση της στυτικής δυσλειτουργίας αποτελεί μια διαχρονική ιατρική πρόκληση κυρίως λόγω της ψυχοκοινωνικής διάστασης που έχει λάβει από τους ασθενείς»,

δήλωσε ο κ. Αριστέιδης Πολυβός, Head of Marketing Rx & Oncology της Lavipharm Hellas. «Το Talys® ενισχύει σημαντικά τις διαθέσιμες θεραπευτικές επιλογές για κάθε επαγγελματία υγείας, ενώ παράλληλα διευρύνει το χαρτοφυλάκιο των προϊόντων της Lavipharm στη θεραπευτική κατηγορία. Με την κυκλοφορία του Talys® στόχος μας είναι να συμβάλλουμε ουσιαστικά στη βέλτιστη αντιμετώπιση της στυτικής δυσλειτουργίας καθώς και των συμπτωμάτων της καλοήθους υπερπλασίας του προστάτη, δημιουργώντας παράλληλα ένα επιτυχημένο προϊόν σε μια ιδιαίτερα απαιτητική αγορά».

Το φαρμακευτικό σκεύασμα ταδαλαφίλης της Lavipharm κυκλοφορεί στην ελληνική φαρμακευτική αγορά σε 3 περιεκτικότητες, ώστε να καλύψει στοχευμένα τις ανάγκες κάθε ασθενή.



Οι κορυφαίοι gaming influencers θα ξοδέψουν πολλά χρήματα για να αυξήσουν την απόδοσή τους στο gaming

Μια νέα έρευνα της Kaspersky δείχνει ότι οι κορυφαίοι gaming influencers είναι πρόθυμοι να ξοδέψουν πολλά χρήματα για τη βελτίωση της απόδοσής τους, με το 41% να επενδύει «πολύ υψηλό ποσό» για να το επιτύχει.

Οι κορυφαίοι opinion leaders στοχεύουν περισσότερο στην αναβάθμιση της απόδοσης του υπολογιστή τους, με περισσότερους από τους μισούς (53%) να συμφωνούν πως οι επιδόσεις τους στα παιχνίδια εξαρτώνται από αυτήν, και για αυτό επενδύουν συχνά σε εξαρτήματα υπολογιστή (76%) ή αξεσουάρ όπως ποντίκι ή πληκτρολόγιο (61%).

Σύμφωνα με την [έρευνα](#) του Fortune Business Insights, η παγκόσμια αγορά gaming hardware εκτιμάται ότι για το 2022 θα κυμαίνεται στα 3,46 δισεκατομμύρια δολάρια ΗΠΑ και αναμένεται να φτάσει τα 5,23 δισεκατομμύρια δολάρια έως το 2027. Η Allied Market Research εκτιμά ότι η παγκόσμια αγορά gaming accessories αποτιμήθηκε στα 6,1 δισεκατομμύρια δολάρια το 2021 και προβλέπεται να φτάσει τα 14,4 δισεκατομμύρια δολάρια ΗΠΑ έως το 2030.

Η έρευνα της Kaspersky επιβεβαιώνει ότι οι κορυφαίοι influencers θεωρούν την απόδοση ως το κλειδί για τη νίκη, με το 53% να συμφωνεί ότι αξίζει να επενδύσουν σε εξοπλισμό που τους βοηθά να καταγράψουν επιτυχίες στο παιχνίδι.

Για βελτιωμένη απόδοση, οι influencers είναι πιο πιθανό να επενδύσουν σε μεγαλύτερη υπολογιστική ισχύ (47%), ακουστικά με μικρόφωνο (44%) ή πληκτρολόγιο (44%).

Η συγκεκριμένη προσέγγιση διαφέρει από εκείνη της ευρύτερης gaming κοινότητας, όπου οι πιο σημαντικοί τρόποι βελτίωσης της απόδοσης είναι η ενίσχυση της

ισχύος του υπολογιστή (49%), η εξάσκηση (41%) και το bandwidth, καθώς και οι ταχύτητες download και upload ή το ping (40%).

«Με βάση τα δεδομένα της έρευνάς μας, το 91% του συνόλου των gamers συμφώνησαν ότι η απόδοση αποτελεί σημαντική παράμετρο για αυτούς. Εξάλλου, η έρευνά μας υποδεικνύει ότι το τελικό αποτέλεσμα στα παιχνίδια εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, εκτός από την επεξεργαστική ισχύ του υπολογιστή. Έτσι, οι παίκτες θα χρησιμοποιήσουν κάθε δυνατότητα και ευκαιρία για να είναι οι καλύτεροι σε αυτό που κάνουν», αναφέρει η Marina Titova, Vice-President, Consumer Product Marketing της Kaspersky.

Η πλήρης έκθεση είναι διαθέσιμη μέσω [αυτού του συνδέσμου](#).

Προκειμένου να διατηρηθεί το υψηλό επίπεδο απόδοσης και ασφάλειας του συστήματος, η Kaspersky συνιστά τα εξής:

- Μια ισχυρή, αξιόπιστη [λύση ασφαλείας](#) θα σας βοηθήσει πολύ, ειδικά αν δεν επιβραδύνει τον υπολογιστή σας ενώ παίζετε. Αλλά ταυτόχρονα θα σας προστατεύσει από κάθε πιθανή απειλή στον κυβερνοχώρο.
- Είναι ασφαλέστερο να αγοράζετε παιχνίδια μόνο από επίσημους ιστότοπους και να περιμένετε για την περίοδο των εκπτώσεων,





οι οποίες πραγματοποιούνται τακτικά, ώστε να μην μένετε άπραγοι για μεγάλο διάστημα.

- Προσπαθήστε να αποφύγετε να αγοράζετε το πρώτο πράγμα που εμφανίζεται μπροστά σας. Ακόμη και κατά τη διάρκεια των καλοκαιρινών εκπτώσεων του Steam, πριν αγοράσετε τίτλους λιγότερο γνωστούς, διαβάστε τις κριτικές. Αν κάτι μοιάζει σαν απίστευτη προσφορά, μάλλον είναι και ο κόσμος θα το διαπιστώσει.
- Δώστε προσοχή στις εκστρατείες phishing και μη αναγνωρίσιμους gamers. Είναι καλό να ελέγξετε ξανά τον ιστότοπο στον οποίο ανακατευθύνεστε μέσω του συνδέσμου ενός email και της επέκτασης ενός αρχείου που πρόκειται να ανοίξετε.
- Οι αξιόπιστες λύσεις ασφαλείας μπορούν να υποστηρίξουν συγκεκριμένες λειτουργίες που έχουν δημιουργηθεί για gamers. Για παράδειγμα, οι λειτουργίες “Gaming” και “Do not Disturb” στις νέες λύσεις ασφαλείας της Kaspersky ενεργοποιούνται αυτόματα ενώ οι χρήστες παίζουν, παρακολουθούν ταινίες ή πραγματοποιούν βιντεοκλήσεις και μετά απενεργοποιούνται όταν τελειώσουν. Όταν χρησιμοποιούνται εφαρμογές που προορίζονται για εργασία, μελέτη ή παιχνίδι, η σχετική λειτουργία ενεργοποιείται μόνη της, αποκρύπτοντας tasks και ειδοποιήσεις. Οι χρήστες λαμβάνουν κρίσιμες ειδοποιήσεις ασφαλείας μόνο όταν απαιτείται η προσοχή τους.

Στην έκθεσή της η Kaspersky όρισε τις ακόλουθες κατηγορίες παικτών:

• eSports Pros

Βλέπουν την απόδοση στο παιχνίδι ως εξαιρετική ή πολύ σημαντική. Έχουν λάβει μέρος σε τουρνουά τουλάχιστον μία φορά τα τελευταία δύο χρόνια και το gaming είναι πηγή εσόδων για αυτούς.

• eSports Amateurs

Έχουν λάβει μέρος σε τουρνουά τουλάχιστον μία φορά τα τελευταία δύο χρόνια και τους αρέσει να συμμετέχουν σε τουρνουά και διαγωνισμούς. Ωστόσο, ΔΕΝ αναζητούν ευκαιρίες για να κερδίσουν χρήματα από το gaming.

• Hardcore Gamers

Παίζουν τουλάχιστον 20 ώρες την εβδομάδα.

• Gadget Gamers

Επενδύουν ένα υψηλό ή πολύ υψηλό χρηματικό ποσό για να βελτιώσουν τις επιδόσεις τους στο παιχνίδι (hardware / training / διατροφή κ.λπ.).

• Gaming Influencers

Κάνουν stream τουλάχιστον μία φορά τον μήνα και διαθέτουν τουλάχιστον 1.000 ακόλουθους.

• Top Gaming Influencers

Κάνουν streaming τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα και έχουν τουλάχιστον 10.000 ακόλουθους.

kaspersky



«Ο ξεχωριστός Μέλλιος»: Παρουσίαση παραμυθιού στον ΙΑΝΟ

Το Σάββατο 22 Οκτωβρίου στις 18:00 η Αλυσίδα Πολιτισμού ΙΑΝΟΣ και οι Εκδόσεις Παρισιάνου, διοργανώνουν παρουσίαση του πρώτου βιβλίου της Έφης Φωτεινού με τίτλο «Ο ξεχωριστός Μέλλιος». Πρόκειται για ένα τρυφερό παραμύθι για την αυτοπεποίθηση, την αυτοεκτίμηση, την προσαρμοστικότητα και την αποδοχή του εαυτού μας!

Για το βιβλίο θα μιλήσουν:

Σοφία Μητράκη, Θεατροπαιδαγωγός & owner του site "This is us", τα πάντα για το παιδί και τους γονείς.

Χριστίνα Γαβρίλη, Blogger Η Πριγκιπέσσα των Βαλκανίων, Εκπ. Ψυχολόγος-Ψυχοθεραπεύτρια

Επίσης, στο πλαίσιο της παρουσίασης οι ήρωες του παραμυθιού θα ζωντανέψουν σε παράσταση με κούκλες, που θα δώσουν η συγγραφέας και ο ηθοποιός Ιορδάνης Καλέσης, για τους μικρούς φίλους των εκδόσεων!

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/3S6FvRd>

“Είμαστε Πάτσι” του Volker Ludwig



Η κωμωδία “Είμαστε Πάτσι” του Volker Ludwig πραγματεύεται ένα από τα διαχρονικά σημαντικότερα κοινωνικά θέματα, την ισοτιμία των φύλων και τις έμφυλες διακρίσεις.

Πρόκειται για την ιστορία μιας εργαζόμενης μητέρας δύο παιδιών που αγωνίζεται γενναία μέσα από τις δυσκολίες της καθημερινότητας. Τα δυο παιδιά, η Τζίνα και ο Μάρκος είναι ζωηρά, ανοιχτόμυαλα, ανεξάρτητα. Παρά τις οικονομικές δυσκολίες, στο σπίτι υπάρχει ένας φιλικός, συχνά χαρούμενος τόνος, η αμοιβαία βοήθεια είναι αυτονόητη, τα παιδιά γίνονται αποδεκτά ως συνεταιρικά και είναι - κορίτσια και αγόρια - εξίσου υπεύθυνα για την οργάνωση και την εφαρμογή του νοικοκυριού.

Μια σύγχρονη, προοδευτική οικογένεια... θα έλεγε κανείς. Ο μικρόκοσμος τους μπερδεύεται, όταν μια μέρα καταφθάνει ένας νέος “μπαμπάς”, που παίζει τον αφέντη του σπιτιού και απαιτεί να τον υπακούν όλοι. Βέβαια αυτός ο καινούργιος “μπαμπάς” μοιάζει να ξεσπάει στο σπίτι μόνο τον θυμό και την επιθετικότητα που έχει εισπράξει ο ίδιος στον χώρο εργασίας του. Μέχρι που τα δυο πιτσιρίκια μια μέρα αποφασίζουν να προβάρουν μια “εξέγερση” και το σκάνε απ’ το σπίτι.

Η παράσταση απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας από 6 ετών, με έναν απλό, αυθόρμητο και διασκεδαστικό τρόπο. Από 16 Οκτωβρίου, Κυριακή 11:30 και 14:30. Επιπλέον παράσταση τη Δευτέρα 17 Οκτωβρίου στις 20:00.

**ΝΟΝΙΚΑ
ΜΑΛΚΟΥΤΖΗ**

Τί ΣΟΥΛΑχε!

"Τί ΣΟΥΛΑχε!": Μία πρωτότυπη μουσικοθεατρική εξομολόγηση από τη Νόνικα Μαλκουτζή, στο Θεατρικό Βαγόνι του Τρένου στο Ρουφ

"Αγαπητό μου ημερολόγιο, Σήμερα ξύπνησα, έκανα τον καθημερινό μου διαλογισμό, απέτυχε, έκανα ένα ντους, κρύο, ντύθηκα, ήπια διπλό ελληνικό σκέτο, χύθηκε πάνω μου, κάηκα, άλλαξα ρούχα, άνοιξα το ραδιόφωνο, άκουσα τέσσερα τραγούδια, έκλαψα, βγήκα από το σπίτι, μπήκα στο αυτοκίνητο, έμεινα από μπαταρία, κάλεσα την οδική βοήθεια, ήρθε η οδική βοήθεια, οδήγησα προς το σπίτι του Τάκη, είχα να τον δω τρεις μήνες, έφτασα απ' έξω, έπαθα ταχυπαλμία, προσπάθησα να παρκάρω, χτύπησα τον προφυλακτήρα, μετά χτύπησα το θυροτηλέφωνο, μου άνοιξε χωρίς να μιλήσει, μπήκα στο ασανσέρ, πάτησα το δύο, έμεινε το ασανσέρ, έπαθα κι άλλη ταχυπαλμία, έπαθα κι άλλη ψυχρολουσία, έπαθα τον κακό μου τον τάραχο και ξαφνικά....ακούω τη φωνή της Σούλας!"

Η Νόνικα Μαλκουτζή, μας συστήνει τη νέα της προσωπική δουλειά «Τί ΣΟΥΛΑχε!».

Μια πρωτότυπη μουσικοθεατρική εξομολόγηση, σε πρωτότυπα κείμενα και πρωτότυπα τραγούδια, παρέα με τρεις πρωτότυπους μουσικούς και σας περιμένει, εσάς τους πρωτότυπους, κάθε Πέμπτη, στις 9μμ. από 3/11/2022, στο πρωτότυπο Θεατρικό Βαγόνι του Τρένου στο Ρουφ, για να μοιραστεί μαζί σας την πρωτοτυπία να είσαι ο εαυτός σου!

Παραστάσεις

Θεατρικό Βαγόνι: Κάθε Πέμπτη από 3/11/2022, για 10 παραστάσεις. Ώρα έναρξης: 21:00. Διάρκεια: 90'. Κανονικό εισιτήριο: 13 Ευρώ. Μειωμένο εισιτήριο: 10 Ευρώ

Προαγορά εισιτηρίων απαραίτητη:

- Ηλεκτρονικά [εδώ](#)
- Τηλεφωνικά στο 11876 (viva)
- Φυσικά σημεία πώλησης νίνα (αφού προηγηθεί κράτηση ηλεκτρονικά ή τηλεφωνικά στο 11876).

Δυνατά live και μουσικά events από τα TGI Fridays™



Τα TGI Fridays™ πιστά στον σκοπό τους να μας χαρίζουν Fridays Vibes και feels ανεξαρτήτως ημέρας, δημιούργησαν μια σειρά από θεματικές βραδιές για όλο τον Οκτώβριο και τον Νοέμβριο στα καταστήματα TGI Fridays™ στο Κολωνάκι και στο Σύνταγμα.

Κάθε Πέμπτη στα TGI Fridays™ στο Κολωνάκι, στα decks θα βρίσκεται ο DJ@itsMaikl δίνοντας ρυθμό σε ένα pop 90s party με αγαπημένες επιτυχίες, signature bar food επιλογές και μοναδικά cocktails.

Τις Παρασκευές τα TGI Fridays™ στο Κολωνάκι δημιουργούν το δικό τους Mixology Lab, όπου μπορεί κανείς να μάθει τα μυστικά των Fridays™ Cocktails. Δεν έχεις παρά να μπεις μέσα στο bar, να φτιάξεις το αγαπημένο σου cocktail παρέα με τους έμπειρους Fridays™ bartenders και να απολαύσεις τη δημιουργία σου στη μισή τιμή!

Τι πιο διασκεδαστικό από ένα σαββατόβραδο με HIT 88,9 και φυσικά... όλα τα hit αλλά και τις απολαυστικές δημιουργίες των TGI Fridays™! Γνωστοί ραδιοφωνικοί παραγωγοί του Hit 88,9 όπως οι Ελένη Μανουσάκη, Μαίρη Μαργέλη και Κατερίνα Ψιμοπούλου μας υποδέχονται κάθε Σάββατο στα decks!

Στην οδό Καπνικαρέας, οι Παρασκευές έχουν αέρα από Λατινική Αμερική με τους Patatititi να μας ξεσηκώνουν υπό τους ρυθμούς της salsa, της bachata και του merengue.

Τα cool street vibes της πόλης έρχονται στο LOFT των TGI Fridays™ στο Σύνταγμα κάθε Σάββατο με live performances από urban καλλιτέχνες όπως οι Hermaphrodite's Child που θα βρίσκονται στα TGI Fridays™ για όλο τον Οκτώβριο ενώ τη σκυτάλη παίρνουν οι Gary Frad και Jon Voyager για τον Νοέμβριο.

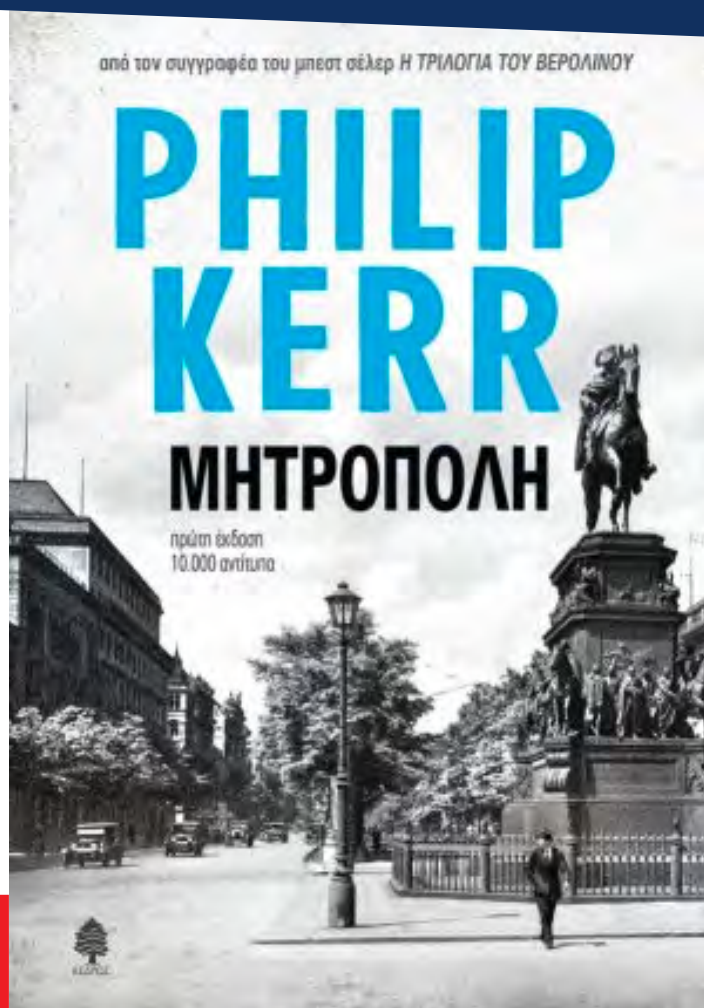
Η γνωστή και αγαπημένη stand-up comedy βραδιά Double Impact, έρχεται για 8 τελευταίες παραστάσεις στο Loft στα TGI Fridays™ Σύνταγμα. Οι Ηλίας Φουντούλης και Άγγελος Σπηλιόπουλος ενώνουν τις δυνάμεις τους on stage σε μια ξεκαρδιστική παράσταση.



Σύντομη ιστορία της Κίνας

Ένα μεγάλο ταξίδι, από τις φυλετικές καταβολές των κατοίκων της Κίνας έως τη θρυλική αυτοκρατορική εποχή της και το σύγχρονο Κομμουνιστικό Κόμμα. Με αφηγηματική δεξιοτεχνία και χάρη στην ιστορική της εμπειρία, η συγγραφέας προσφέρει το απόσταγμα αυτής της πολυσύνθετης ιστορίας, αποκαλύπτοντας μια χώρα εκπληκτικής ποικιλίας. Από τις εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ.

Μητρόπολη



Βερολίνο, 1928.

Ο νεαρός Μπέρνι Γκούντερ είναι επιθεωρητής στο Τμήμα Ανθρωποκτονιών όταν ο αρχηγός του Εγκληματολογικού του Βερολίνου του αναθέτει να ερευνήσει τέσσερις δολοφονίες στον σιδηροδρομικό Σταθμό Σιλεσίας: τέσσερις πόρνες δολοφονούνται μέσα σε τέσσερις βδομάδες με τον ίδιο φρικτό τρόπο.

Πριν ακόμα προλάβει να μελετήσει τους φακέλους των υποθέσεων, δολοφονείται άλλη μία πόρνη. Μέχρι εκείνη τη στιγμή κανείς δεν είχε δείξει ιδιαίτερο ενδιαφέρον για τα θύματα – πολλοί στο Βερολίνο θα ήθελαν να ξεβρωμίσει η πόλη από τους έκφυλους. Ο πατέρας του τελευταίου θύματος όμως είναι επικεφαλής της πιο διαβόητης εγκληματικής συμμορίας του Βερολίνου και είναι έτοιμος να κάνει ό,τι χρειάζεται για να βρει τον δολοφόνο της κόρης του.

Το ίδιο διάστημα ξεκινάει και μια δεύτερη σειρά δολοφονιών – θύματα αυτή τη φορά είναι ανάπηροι πολέμου που ζητιανεύουν στους δρόμους της πόλης. Φαίνεται πως κάποιος είναι αποφασισμένος να καθαρίσει το Βερολίνο από όποιον δεν είναι άψογος. Η φωνή του ναζισμού γίνεται βρυχηθμός, που απειλεί να πνίξει κάθε άλλη. Όχι όμως και τη φωνή του Μπέρνι Γκούντερ... Από τις εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ.



quote of the day

"CINEMA IS A MIRROR THAT CAN CHANGE THE WORLD."
Diego Luna

Γιορτάζουν!
14/10
Γερβάσιος, Γερβασία,
Ναζάριος,
Ιγνάτιος, Ιγνατία
15/10
Λουκιανός, Λουκιανή



14 Οκτωβρίου

- > Παγκόσμια Ημέρα Αυγού
- > Παγκόσμια Ημέρα Προτύπων (Τυποποίησης)
- > European Arthouse Cinema Day
- > Be Bald and Be Free Day
- > National Dessert Day

15 Οκτωβρίου

- > Διεθνής Ημέρα Αρχαιολογίας
- > Διεθνής Ημέρα του Λευκού Μπαστουνιού
- > Διεθνής Ημέρα Αγρότισσας
- > Ημέρα Υγείας του Μαστού
- > Global Handwashing Day
- > European Night Without Accident

tip of the day

'CINEMA IS THE MOST BEAUTIFUL FRAUD IN THE WHOLE WORLD.'

Jean-Luc Godard

16 Οκτωβρίου

- > Παγκόσμια Ημέρα Τροφίμων
- > Παγκόσμια Ημέρα Σπονδυλικής Στήλης
- > Παγκόσμια Ημέρα Άρτου