

μασούτης

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΑ 



ΚΕΡΔΙΣΕ ΤΟ ΡΕΥΜΑ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ!

Κάντε τις αγορές σας με τη mascard!
Με κάθε 3€ συγκεντρώστε συμμετοχές
και μπείτε στη μεγάλη κλήρωση.

100 ΤΥΧΕΡΟΙ ΚΕΡΔΙΖΟΥΝ!

* Εως 1.500€/χρόνο. Ισχύουν Όροι & Προϋποθέσεις.

powered by 

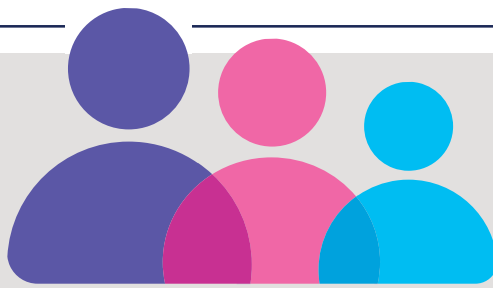
Περισσότερες πληροφορίες
στο www.masoutis.gr



SAY *yes* to the **press**

**ΓΕΜΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΚΑΛΑΘΙ
ΤΟΥ ΑΗ ΒΑΣΙΛΗ!**



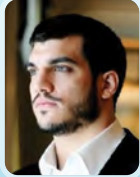


2nd FAMILY BUSINESS SUMMIT

Τετάρτη, 14 Δεκεμβρίου, 2022 | Divani Caravel Hotel



ΛΕΩΝΙΔΗΣ ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ
Διευθύνων Σύμβουλος
CLEON Conferences
& Communications



ΕΥΘΥΜΙΟΥ ΠΑΥΛΟΣ
Γενικός Διευθυντής,
E.E.N.E.



ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ
Διευθύνων Σύμβουλος,
Όμιλος
Aldemar Resorts



Δρ. ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ
Διευθύνων Σύμβουλος,
Όμιλος Ιατρικού Αθηνών,
Επίτιμος Πρόεδρος, E.E.N.E.



ΑΠΟΣΤΟΛΑΚΗΣ ΒΑΓΓΕΛΗΣ
Deputy Senior Partner,
KPMG in Greece



ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΣ
Διευθύνων Σύμβουλος,
BRIGHT SPECIAL
LIGHTING S.A.



ΓΕΩΡΓΟΥΔΑΣ ΑΓΗΣ
Διευθύνων Σύμβουλος,
NAK SHOES



ΓΙΑΝΝΙΔΗΣ ΑΡΜΟΔΙΟΣ
Διευθύνων Σύμβουλος,
VITEX A.E.
President, HACI –
Hellenic Association of
Chemical Industries



ΓΚΙΖΕΛΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ
CEO & Founder,
Gizelis Robotics



ΔΟΥΒΛΗΣ Χ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ
LL.M Δικηγόρος -
Εταίρος, Saplegal - Α.Σ.
Παπαδημητρίου &
Συνεργάτες Δικηγορική
Εταιρία



ΚΑΛΑΜΠΟΚΗΣ ΘΟΔΩΡΗΣ
Πρόεδρος του Ελληνικού
Συλλόγου Αποφοίτων,
LSE - Founder & CEO,
Ace Communication



ΚΑΡΑΜΠΙΝΗΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ
Ιδρυτής, Πρόεδρος &
Διευθύνων Σύμβουλος,
KARABINIS MEDICAL S.A.



ΚΑΡΑΒΑΣΙΛΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ
Chief Executive
Officer and Founder,
DK CONSULTANTS
GROUP



ΛΑΒΙΔΑΣ ΘΗΛΕΜΑΧΟΣ
Executive Board
Member,
Lavipharm



Δρ. ΛΑΜΠΡΟΠΟΥΛΟΣ ΧΑΡΗΣ
Πρόεδρος, Hellenic
Development Bank of
Investments



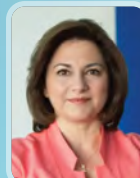
ΠΑΠΑΚΑΝΕΛΟΥ ΔΗΜΗΤΡΗΣ
Partner, Consulting,
KPMG in Greece



ΠΑΣΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ
LL.M Δικηγόρος -
Εταίρος, Saplegal - Α.Σ.
Παπαδημητρίου &
Συνεργάτες Δικηγορική
Εταιρία



ΠΙΣΤΙΟΛΑΣ ΑΓΙΣ
Πρόεδρος ΔΣ,
ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ



ΠΟΛΥΖΩΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ
Senior Manager,
Consulting,
KPMG in Greece



ΣΟΥΡΟΥΛΙΔΗΣ ΕΚΤΟΡΑΣ
Chief Commercial
Officer,
Rolco Bianil A.E.



ΤΡΑΚΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
Chief Executive Officer,
ENDLESS EC



ΧΡΗΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΝΙΚΟΣ
Διευθύνων Σύμβουλος,
CHB Group

Auspices



ΕΛΡΑ
ΠΑΡΑΓΩΓΗ
ΙΔΙΟΚΤΗΤΙΑ
ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΝΩΣΗ
ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΩΝ



Hellenic
Alumni Associatio

Gold Sponsor



Silver Sponsor

saplegal

Α.Σ. ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ
& ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ

Knowledge Partner



Communication Sponsors

mononews
Business stories of a new generation

exportnews
FOR EXPORTERS AND IMPORTERS

enixeiro
www.enixeiro.gr

eirinika.gr

INSURANCE
DAILY NEWS

crisis monitor
Thoughtful and brief content for business

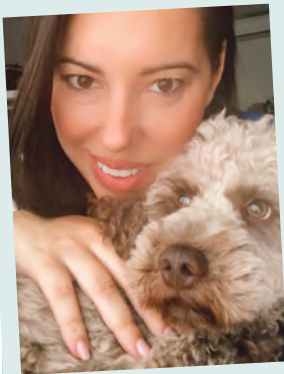


ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ
CLEON
Conferences
Communications

Για πληροφορίες και δήλωση συμμετοχής επικοινωνήστε στο 210 92 21 717

www.cleon.gr | info@cleon.gr





Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Παρασκευούλα σήμερα και από το σημερινό μου editorial σου πετώ μία “καυτή” πατάτα και ελπίζω τη Δευτέρα που θα τα ξαναπούμε να μην κουβαλάς πια τη δική σου πλαστική σακούλα...

“Μια δασκάλα έχει αποφασίσει να παίξουν ένα παιχνίδι στην τάξη της.

Λέει λοιπόν στα παιδιά, να φέρει το καθένα, μια πλαστική σακούλα, που θα περιέχει μέσα μερικές πατάτες. Σε κάθε πατάτα θα δώσει ένα όνομα από τα πρόσωπα που μισεί.

Έτσι, ο αριθμός των πατατών που κάθε παιδί θα βάλει στη σακούλα του θα εξαρτηθεί από τον αριθμό των ανθρώπων που μισεί.

Την άλλη μέρα κάθε παιδί, έφερε από μια σακούλα με πατάτες, με το όνομα των ανθρώπων που μισούσαν, γραμμένο σε κάθε πατάτα. Κάποια παιδιά είχαν δύο πατάτες μέσα στη σακούλα, άλλα τρεις, άλλα πέντε και άλλα περισσότερες.

Η δασκάλα λέει μετά στα παιδιά, να κουβαλούν μαζί τους την πλαστική σακούλα με τις πατάτες, όπου και αν πηγαίνουν (ακόμη και στην τουαλέτα), για μερικές μέρες.

Ύστερα από αρκετές μέρες, τα παιδιά άρχισαν να διαμαρτύρονται, λόγω της δυσάρεστης οσμής που άφηναν οι πατάτες οι οποίες άρχισαν να σαπίζουν. Άλλωστε, αυτοί που είχαν περισσότερες πατάτες στη σακούλα, έπρεπε να αντέξουν και το μεγαλύτερο βάρος τους.

Κάποιες μέρες αργότερα, το παιχνίδι τελείωσε και τα παιδιά ανακουφίστηκαν και από την απαλλαγή τους από το βάρος αλλά και από τη δυσσομία των χαλασμένων πατατών.

Η δασκάλα ρώτησε τα παιδιά: «Πώς αισθανθήκατε κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού;». Τα παιδιά άρχισαν ομαδικά να διαμαρτύρονται για το γεγονός ότι έπρεπε να κουβαλούν παντού μια τσάντα με πατάτες και μάλιστα χαλασμένες με άσχημη μυρωδιά, από κάποια στιγμή και μετά.

Στη συνέχεια, η δασκάλα τους αποκάλυψε το κρυμμένο νόημα πίσω από το παιχνίδι. «Αυτή ακριβώς είναι η κατάσταση όταν έχετε μίσος για κάποιον μέσα στην καρδιά σας. Η δυσωδία από το μίσος θα φωλιάσει στην ψυχή σας και θα το μεταφέρετε μαζί σας όπου κι αν πάτε συνεχώς.

Αν δεν μπορείτε να ανεχτείτε τη μυρωδιά των σάπιων πατατών για μερικές μόνο μέρες, μπορείτε να φανταστείτε πώς θα είναι να έχετε τη δυσωδία του μίσους στην ψυχή σας για μια ζωή;».

Κλαίρη Στυλιαρά
Chief of SayYessers
claire@sayes.gr

Σήμερα φιλοξενούμε μια ...εκρηκτική απόλαυση από Η!

Η σοκολάτα στα καλύτερά της... Οι choco lovers θα λατρέψουν αυτή τη συνταγή!

Μπορείτε να παραγγείλετε όλα τα προϊόντα που θα χρειαστούμε γρήγορα, εύκολα και οικονομικά από το eshop.masoutis.gr

Ηφραίστειο σοκολάτας

Θα χρειαστούμε:

- 60 γρ. MrGrand Κουβερτούρα Κακάο Μαδαγασκάρης
- 60 γρ. MrGrand Κουβερτούρα Γάλακτος
- ½ φλιτζανιού MrGrand Μαργαρίνη
- ¼ φλιτζανιού MrGrand Ζάχαρη Καστανή
- 2 Φρέσκα Αυγά Αχυρώνα MrGrand
- 2 κρόκους από τη συσκευασία με τα Φρέσκα Αυγά Αχυρώνα MrGrand
- 6 κ. σ. MrGrand Αλεύρι Για Όλες Τις Χρήσεις

Πώς γίνεται:

Με λίγο βούτυρο αλείφουμε τέσσερα μπολάκια. Λιώνουμε την κουβερτούρα με τη μαργαρίνη σε μπεν μαρί. Βάζουμε τη σοκολάτα σε μπολ και προσθέτουμε τη ζάχαρη, τους κρόκους και τα αυγά. Ανακατεύουμε καλά, προσθέτουμε το αλεύρι και ανακατεύουμε ξανά.

Μοιράζουμε τη ζύμη στα μπολάκια μας και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο για περίπου 10 λεπτά.

TIP

Η σωστή στιγμή για να βγάλετε από τον φούρνο το... ηφραίστειο είναι όταν οι άκρες έχουν ψηθεί αλλά στη μέση παραμένει μαλακό. Μπορείτε να το σερβίρετε με παγωτό ή να το γαρνίρετε με φρούτα.

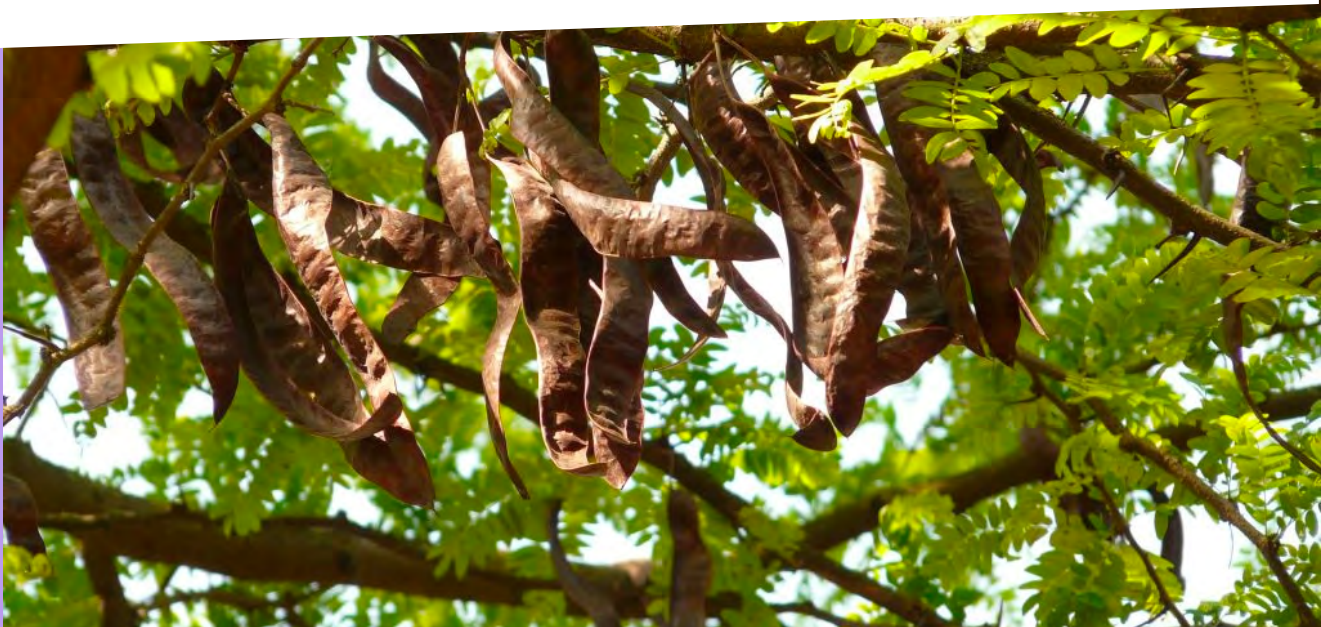




Ελίνα Δημητριάδου,
Διατροφολόγος

Ποια θέση έχει το χαρούπι στη διατροφή μας;

Το χαρούπι είναι ο καρπός του δέντρου χαρουπιά (*Ceratonia siliqua*) που ευδοκίμει κυρίως στη Μεσόγειο. Τα χαρούπια (ή αλλιώς ξυλοκέρατα) είναι μακριά, στριφτά και σκληρά πράσινου χρώματος όταν είναι άγουρα, ενώ όταν είναι ώριμα το χρώμα τους μετατρέπεται σε καστανό. Στο εσωτερικό ενός ώριμου καρπού περιέχονται μέχρι και είκοσι καστανόχρωμα και πολύ σκληρά φακοειδή σπέρματα.



Είναι το χαρούπι superfood;

Όσον αφορά τη διατροφική αξία του χαρουπιού παρατηρούμε πως πρόκειται για τρόφιμο πλούσιο σε υδατάνθρακες και χαμηλό σε λίπος, το οποίο περιέχει θρεπτικά συστατικά που το καθιστούν μια «υπερτροφική». Πιο συγκεκριμένα, τα 100γρ (αλεύρι) από χαρούπι αποδίδουν 220kcal, 0,7γρ λίπους και 89γρ υδατάνθρακες. Επίσης, το χαρούπι είναι εξαιρετική πηγή φυτικών ινών καθώς στα 100γρ αποδίδει 39γρ φυτικές ίνες, ποσότητα που καλύπτει το 167% της Σ.Η.Π! Αυτό το γεγονός είναι ιδιαίτερα σημαντικό αν σκεφτεί κανείς πως για να προσλάβει την ίδια ποσότητα φυτικών ινών πρέπει να καταναλώσει 6,5 φλιτζάνια μπρόκολο, ή 18 φέτες ψωμί ολικής αλέσεως ή 13 μήλα. Επιπροσθέτως, αξίζει να αναφερθεί το χαρούπι αποτελεί εξαιρετική, φυτική πηγή ασβεστίου καθώς στην ίδια ποσότητα (100γρ) μας προσφέρει 348mg ασβεστίου, ποσότητα ίση με το 35% της Σ.Η.Π, η οποία περιέχεται σε 6κ.γ. παρμεζάνα ή 130γρ αμύγδαλα. Επιπλέον, περιέχει 3.0mg σιδήρου (17%) ποσότητα ίση με αυτή που περιέχεται σε 100γρ μαγειρεμένες φακές.

Ταυτόχρονα, το αλεύρι από χαρούπι περιέχει 54mg μαγνησίου (16%), 0,6mg χαλκού (29%) καθώς και βιταμίνες του συμπλέγματος Β.

Πώς επιδρά η κατανάλωση χαρουπιού στην υγεία;

- Χαρούπι, χοληστερόλη και καρδιαγγειακά

Είναι γεγονός πως αρκετά από τα συστατικά του χαρουπιού έχουν προσελκύσει το ενδιαφέρον των επιστημόνων. Αρχικά μελέτες έχουν γίνει για την επίδραση των φυτικών ινών του χαρουπιού στην ολική και την LDL «κακή» χοληστερόλη. Πιο συγκεκριμένα, η καθημερινή κατανάλωση προϊόντων διατροφής εμπλουτισμένων με ίνες χαρουπιού παρουσιάζει ευεργετικά αποτελέσματα στο λιπιδιαίμικο προφίλ μειώνοντας τόσο της LDL χοληστερόλη όσο και τα επίπεδα των τριγλυκεριδίων. Τα αποτελέσματα αυτά υποδεικνύουν πως η κατανάλωση φυτικών ινών χαρουπιού μπορεί να δρα αποτελεσματικά στην πρόληψη και θεραπεία της υπερχοληστερολαιμίας.



- Χαρούπι και δυσκοιλιότητα

Επίσης, η αυξημένη περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες που παρουσιάζει το χαρούπι συμβάλλει στην αποτελεσματική αντιμετώπιση της δυσκοιλιότητας. Το μεγαλύτερο ποσοστό των φυτικών ινών που περιέχονται στο αλεύρι από χαρούπι ανήκει στην κατηγορία των αδιάλυτων φυτικών ινών.

Οι αδιάλυτες φυτικές ίνες αυξάνουν τον όγκο των κοπράνων και προσροφούν νερό, με αποτέλεσμα να μειώνεται ο χρόνος διέλευσης των κοπράνων στο παχύ έντερο και να επιταχύνεται η διαδικασία αποβολής τους, ανακουφίζοντας ουσιαστικά από το δυσάρεστο αίσθημα της δυσκοιλιότητας.

- Είναι το χαρούπι κατάλληλο για άτομα με σακχαρώδη διαβήτη;

Η απάντηση είναι «Ναι!». Σύμφωνα με πρόσφατη μελέτη, το αλεύρι χαρουπιού μπορεί να χαρακτηριστεί ως προϊόν με χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη, καθώς η τιμή του κυμαίνεται κάτω από 55 και πιο συγκεκριμένα 40.6. Ταυτόχρονα, παρουσιάζει χαμηλό γλυκαιμικό φορτίο, χαρακτηριστικά που το καθιστούν εξαιρετική επιλογή για άτομα με σακχαρώδη διαβήτη που έχουν ως στόχο την καλύτερη διαχείριση των επιπέδων σακχάρου στο αίμα. Το γεγονός αυτό αποδίδεται στα συστατικά του χαρουπιού. Αφενός, τα σάκχαρα τα οποία περιέχει το χαρούπι είναι φυσικά σάκχαρα τα οποία δίνουν τη γλυκιά γεύση αλλά πιο ήπια επίδραση στα επίπεδα σακχάρου σε σχέση με την πρόσθετη ζάχαρη. Αφετέρου, οι φυτικές ίνες που περιέχει συμβάλλουν στα καλύτερα επίπεδα σακχάρου.

- Έχω κοιλιοκάκη! Να καταναλώνω χαρούπι;

Το χαρούπι εκ φύσεως δεν περιέχει γλουτένη, γεγονός που το καθιστά κατάλληλο για άτομα με κοιλιοκάκη.

- Πού χρησιμοποιείται το χαρούπι;

Από τους λοβούς του χαρουπιού, αφού καθαριστούν, ψηθούν και ξηραθούν, αλεσθούν φτιάχνουν το αλεύρι από χαρούπι ή αλλιώς χαρουπάλευρο. Στο χαρουπάλευρο ωστόσο μπορούν να χρησιμοποιηθούν και τα κεράτια ή οι σπόροι.

Επειδή οι λοβοί έχουν γλυκιά γεύση και καφετί χρώμα, θεωρούνται υποκατάστατο του κακάο και προσδίδουν την αίσθηση της σοκολάτας στα παρασκευάσματα όπου χρησιμοποιούνται. Ως υποκατάστατο σοκολάτας, σε αντίθεση με το κακάο, το χαρούπι δεν περιέχει καφεΐνη ή θεοβρωμίνη.

Από τους λοβούς επίσης μπορούμε να φτιάξουμε χαρουπόμελο, ένα προϊόν περίπου όμοιο με το πετιμέζι. Από το χαρουπόμελο αυτό μπορεί να φτιαχτεί φυσικό γλυκαντικό σιρόπι, τσάι, δροσιστικό γλυκό αφέψημα σερμπέτι, ακόμα και ρακή.

- Προϊόντα χαρουπιού

Έτσι, μπορεί κάποιος στην αγορά να βρει εκτός από αλεύρι χαρουπιού και ζυμαρικά από χαρούπι, παξιμάδια, γλυκίσματα η βουτήματα ακόμα και τσάι από χαρούπι.

Εντάξτε το χαρούπι στη διατροφή σας και αποκομίστε τα πολύτιμα οφέλη του!

Το 2nd FAMILY BUSINESS SUMMIT από την CLEON Conferences & Communications την Τετάρτη, 14 Δεκεμβρίου 2022

Η CLEON Conferences & Communications, διοργανώνει, υπό την αιγίδα της Ελληνικής Ένωσης Επιχειρηματιών (Ε.ΕΝ.Ε), του ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ και την παράλληλη υποστήριξη του Hellenic Alumni Association of the LSE (HAALSE), το 2nd FAMILY BUSINESS SUMMIT, στο ξενοδοχείο DIVANI CARAVEL στην Αθήνα. Συντονιστής του θα είναι ο Γενικός Διευθυντής της Ε.ΕΝ.Ε, Παύλος Ευθυμίου.

ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ – ΟΜΙΛΙΕΣ

PANEL I: Ready for Industry 4.0?

- Ελλάδα 2.0-Εθνικό Σχέδιο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας

PANEL II: The Owners Panel.

- Ο θεσμός των Family Offices

PANEL III: Οικογενειακές επιχειρήσεις και ESG

- CX & Loyalty- Η εμπειρία του Πελάτη!

PANEL IV: Creating Opportunities- Family Business Case Studies

Χρυσός Χορηγός: KPMG Greece

Ασημένιος Χορηγός: Saplegal - Α.Σ. Παπαδημητρίου & Συνεργάτες Δικηγορική Εταιρία

Knowledge Partner: DK CONSULTANTS GROUP

Χορηγοί Επικοινωνίας: mononews, exportnews.gr, Επιχειρώ, Insurance Daily News,

CrisisMonitor, Eirinika.gr, Say yes to the press

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το συνέδριο και για δήλωση συμμετοχής:

<https://cleon.gr/conferences/family-business-summit-2/>



Κυκλοφόρησαν τα πρώτα νομίσματα με το πορτρέτο του Καρόλου

SAY *yes* & get impressed



Τα πρώτα νομίσματα με το πορτρέτο του Καρόλου Γ' τέθηκαν σε κυκλοφορία! Συγκεκριμένα, τα νέα νομίσματα αξίας 50 πενών (σχεδόν 58 λεπτά) κάνουν την εμφάνισή τους στα ταχυδρομικά γραφεία της χώρας, «τα οποία θα παραλάβουν 4,9 εκατομμύρια απ' αυτά», διευκρίνισε το Βασιλικό Νομισματοκοπείο.

Σύμφωνα με την παράδοση, το πρόσωπο του νέου βασιλιά είναι στραμμένο προς την αντίθετη κατεύθυνση απ' αυτή του μονάρχη που είχε προηγηθεί. Ο Κάρολος κοιτάζει συνεπώς προς τα αριστερά, ενώ η εικόνα της βασίλισσας Ελισάβετ Β' ήταν στραμμένη προς τα δεξιά.

Στην πίσω όψη των νομισμάτων υπάρχει ένα μοτίβο σε ανάμνηση της στέψης της βασίλισσας Ελισάβετ Β' το 1953, το οποίο απεικονίζει τον βασιλικό θυρεό και τα εμβλήματα των τεσσάρων εθνών που αποτελούν το Ηνωμένο Βασίλειο.

Συνολικά θα τεθούν αρχικά σε κυκλοφορία 9,6 εκατομμύρια νέα νομίσματα. Τα πρώτα χαρτονομίσματα με την εικόνα του νέου βασιλιά θα τεθούν σε κυκλοφορία στα μέσα του 2024.

Γεμίζοντας το καλάθι του Άη Βασίλη!



Μετά το καλάθι του νοικοκυριού ήρθε και το καλάθι του Άη Βασίλη και σε αυτό θα εστιάσουμε σήμερα γιατί έρχεται Σαββατοκύριακο και θα βρούμε χρόνο για να... ετοιμάσουμε τις λίστες μας!



Παιδιά, εγγόνια, ανίψια, βαφτιστήρια... όλα περιμένουν δώρα και χαρά! Πάμε να δούμε ποιες κατηγορίες παιχνιδιών θα βρίσκονται στο καλάθι και από πότε θα ισχύσει για να οργανωθούμε!

Το καλάθι του Άη Βασίλη θα περιλαμβάνει παιχνίδια και θα τεθεί σε ισχύ από τις 14 Δεκεμβρίου και έως τις 11 Ιανουαρίου, οπότε όλα τα καταστήματα παιχνιδιών θα φτιάξουν το δικό τους καλάθι με τις παρακάτω 10 κατηγορίες:

- ▶ επιτραπέζια παζλ
- ▶ παιχνίδια κούκλες και άλλα αξεσουάρ
- ▶ βρεφικά παιχνίδια
- ▶ φιγούρες δράσης
- ▶ παιχνίδια κατασκευών με τουβλάκια
- ▶ αθλητικά παιχνίδια μπάλες κτλ
- ▶ λούτρινα παιχνίδια
- ▶ μουσικά παιχνίδια
- ▶ τηλεκατευθυνόμενα
- ▶ ηλεκτρικά παιχνίδια



Πώς θα είναι το σήμα του εορταστικού καλάθιού

Θα υπάρχει ένα ειδικό σήμα με την μορφή του Άη Βασίλη κι ένα καλάθι σουπερμάρκετ και θα βρίσκεται σε κάθε ράφι, σε κάθε κατάστημα, εφόσον αυτό θέλει να συμμετέχει. Επιπλέον, θα υπάρχει σχετικός κατάλογος αναρτημένος στην είσοδο του καταστήματος.

Τα παιχνίδια που θα συμμετέχουν στο καλάθι του Άη Βασίλη θα έχουν χαμηλότερες τιμές. Ο έλεγχος θα γίνεται σε εβδομαδιαία βάση από το υπουργείο.

Ο ιδιοκτήτης του καταστήματος κάθε Τετάρτη θα πρέπει να υποβάλει λίστα στο υπουργείο Ανάπτυξης με το τι παιχνίδια θα συμμετέχουν στο καλάθι και τις τιμές που θα έχουν.

Γράμμα, θα γράψετε;

«Γράψε ένα γράμμα στον Άγιο Βασίλη» μας προτρέπουν για 31η συνεχόμενη χρονιά τα Ελληνικά Ταχυδρομεία, που φέτος διαθέτουν περισσότερα κόκκινα γραμματοκιβώτια στο δίκτυό τους για να γεμίσουν με τα χιλιάδες γράμματα μικρών και μεγάλων προς τον Άγιο Βασίλη. Τα ΕΛΤΑ δημιούργησαν ένα ειδικό διαδραστικό site, το <https://hohoho.elta.gr/>, που περιλαμβάνει μεταξύ άλλων χρήσιμα βίντεο.

Moxy Athens City:

Fun-tastic διαμονή και events στην καρδιά της Αθήνας!

Ο χάρτης της αθηναϊκής φιλοξενίας εμπλουτίστηκε πρόσφατα με το πρώτο trendy hotel brand Moxy Athens City by Marriott International, υπό τη διαχείριση της SWOT Hospitality, το οποίο ήρθε για να επαναπροσδιορίσει την εμπειρία διαμονής, σε ένα χώρο με εξαιρετικό design και εμπειρίες, που θα εντυπωσιάσουν ακόμα και τους πιο απαιτητικούς επισκέπτες.



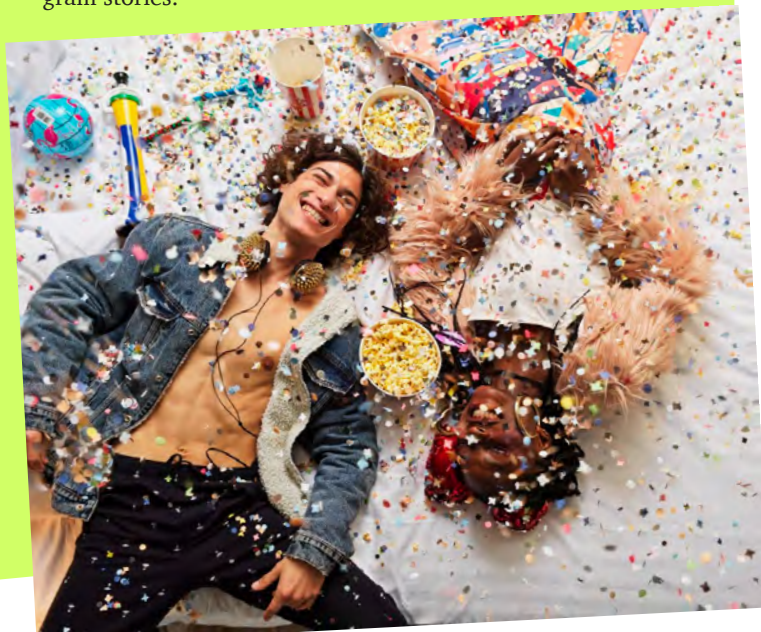
Σε απόσταση αναπνοής από την κοσμοπολίτικη περιοχή του Ψυρρή, το Σύνταγμα και το Κολωνάκι, τα οποία προσεγγίζονται εύκολα και γρήγορα με τα πόδια και στα οποία θα συναντήσει κανείς ψαγμένα concept stores, μπαρ και εστιατόρια, το Moxy Athens City προσφέρει ανεπανάληπτες υπηρεσίες διαμονής. Το cool περιβάλλον και design, σε απόλυτη αρμονία με το vibrant κέντρο της πόλης, ετοιμάζεται να φιλοξενήσει φέτος art, fashion και music events, με τους ινσταγκραμικούς κοινόχρηστους χώρους να αποτελούν ήδη talk of the town.

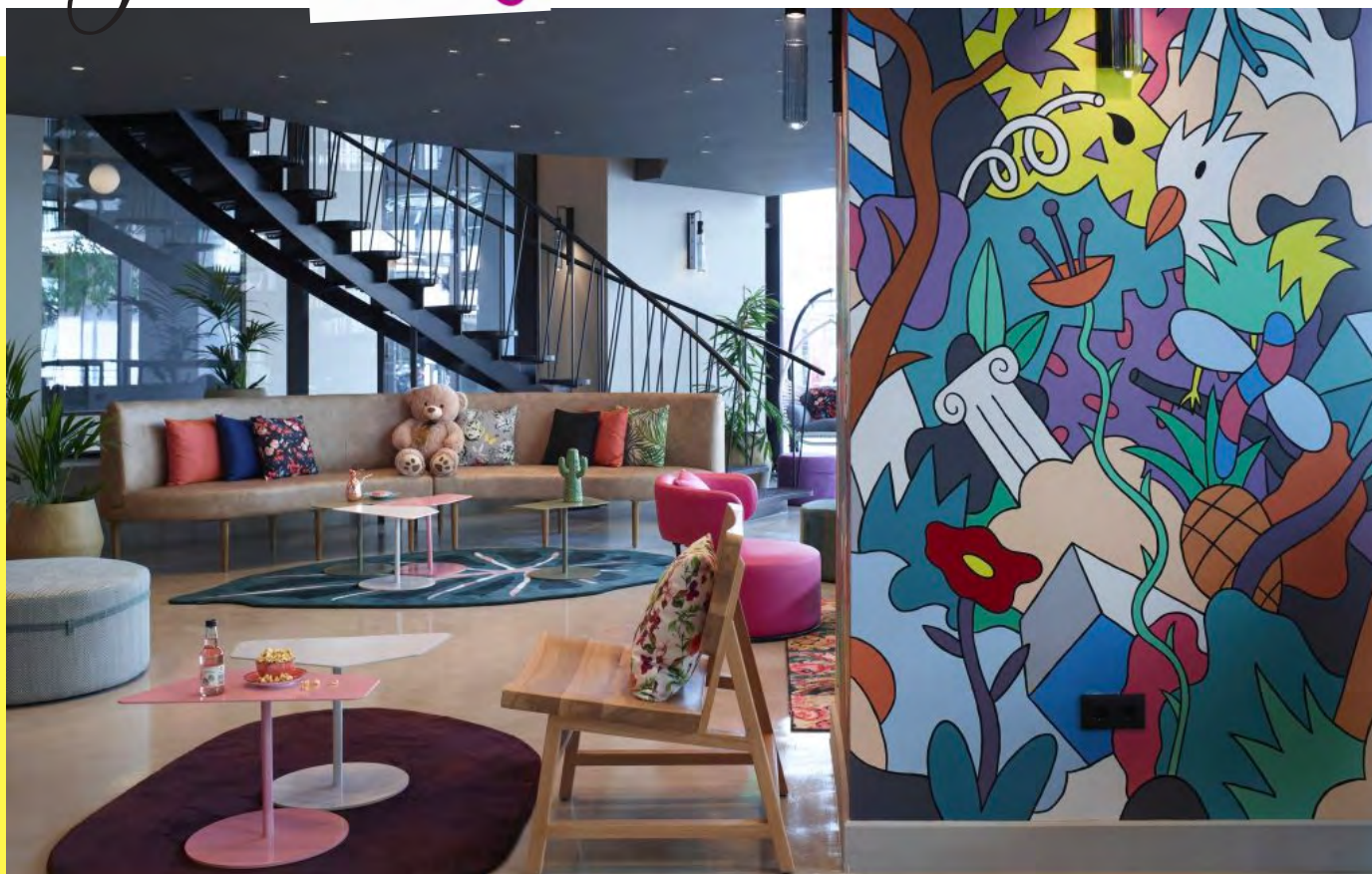
Η διαμονή αλλιώς!

Η παιχνιδιάρικη ξενοδοχειακή εμπειρία ξεκινάει με το welcome signature cocktail «Got Moxy», κατά την άφιξη, και με το check-in να πραγματοποιείται στο Bar Moxy, το πολυσύχναστο μπαρ του λόμπι που αποτελεί σημείο συνάντησης των επισκεπτών, αλλά και του κοινού της πόλης.

Τα 200+1 δωμάτια του ξενοδοχείου είναι εξοπλισμένα με την τελευταία λέξη της τεχνολογίας και φωτισμούς LED. Την ήσυχη χρωματική παλέτα των δωματίων σπάνε οι πινελιές έντονων αποχρώσεων στα έπιπλα και τα έργα

τέχνης, από τον διεθνούς φήμης Έλληνα street artist B., έργα του οποίου κοσμούν και τους κοινόχρηστους χώρους του ξενοδοχείου. Ένα πέρασμα από τα ευφάνταστα και mood making lounge, library και ασανσέρ είναι αρκετό για να δώσει έμπνευση σε αμέτρητες φωτογραφίες και Instagram stories.





Με θέα την Ακρόπολη και το Λυκαβηττό

Η εμπειρία φιλοξενίας απογειώνεται στον 9 ο όροφο του ξενοδοχείου, στην Penthouse Suite του Moxy Athens City, την πρώτη σουίτα των «Moxy Hotels» παγκοσμίως που λειτουργεί ως χώρος διαμονής, αλλά και ως event space για private και public happenings, προσφέροντας απρόσκοπτη θέα στον Λυκαβηττό και την Ακρόπολη. Με 78 τ.μ. στο εσωτερικό και 179 τ.μ. στο εξωτερικό, η σουίτα έχει έναν από τους μεγαλύτερους αστικούς κήπους της πόλης και συγκαταλέγεται ανάμεσα στα πιο εντυπωσιακά rooftops της Αθήνας.

Fun-tastic events χωρίς τέλος...

Η μόδα, η τέχνη και η μουσική βρήκαν το σπίτι τους στο Moxy Athens City, μέσα από ένα πλούσιο event calendar, που ανεβάζει τη διάθεση τόσο στους διαμένοντες στο ξενοδοχείο, όσο και στους κατοίκους της Αθήνας. Με δύο ήδη επιτυχημένα DJ parties στο rooftop, διασκέδαση και τέχνη παίρνουν τα ηνία στην ατμοσφαιρική στοά του ξενοδοχείου. Εδραιωμένα events, συνεργασίες με τους κορυφαίους του είδους, αλλά και φρέσκιες ιδέες κάνουν must τη χειμερινή διαμονή στο ξενοδοχείο.

Αρχές Δεκεμβρίου το ξενοδοχείο παρουσιάζει για πρώτη φορά το Moxy Art Affair. Κάθε μήνα, νέοι Έλληνες καλλιτέχνες μετατρέπουν τη στοά του ξενοδοχείου σε art gallery και για τρεις εβδομάδες θα εκθέτουν το έργο τους. Τη σκηνή του Moxy Art Affair ανοίγει ο Γιώργος Δρίτσας στις 16/12.

Στο Moxy κάνει «check-in» και το Moxy Fashion Runway με το A/W 22-23 catwalk της Kathy Heyndels στις 7/12 ενώ στις 21 Δεκεμβρίου το πολυαγαπημένο Fashion Room Service από την δημιουργική ομάδα OZON φέρνει

25 Έλληνες σχεδιαστές στα δωμάτια του ξενοδοχείου MOXY. Από τις 17:00 έως τις 00:00, θα ανοίξουν οι πόρτες για να καλωσορίσουν τους επισκέπτες στην πιο συναρπαστική fashion εμπειρία, σημείο αναφοράς και συνάντησης κορυφαίων brands, influencers, fashion & art lovers και του πιο hip crowd της πόλης.

Ο Δεκέμβριος κλείνει πολύ δυνατά με ένα από τα πιο αναμενόμενα parties της πόλης, το Ground Zero Omnipia Party by Best 92.6, στα πλαίσια των εκδηλώσεων “Χριστούγεννα στην Αθήνα” του Δήμου Αθηναίων. Στις 29 του μήνα οι φίλοι του Moxy θα απολαύσουν ήχους από τις 5μμ μέχρι τις 11.30μμ από τους DJs του Best 92.6 και cocktails από τους Moxy Bartenders με την πιο εορταστική διάθεση. Τα Χριστούγεννα και την Πρωτοχρονιά το ξενοδοχείο φτιάχνει ένα σούπερ εορταστικό brunch που δε θα θέλαμε να χάσουμε καθότι το συνώνυμο του awesome comfort food είναι τα Moxy Xmas Bites. Κρατάμε για το τέλος ότι οι ένοικοι του ξενοδοχείου “are in for a treat” γιατί τους περιμένουν πολλές εκπλήξεις.

Τέλος, στο Moxy η γυναικεία παρουσία έχει την τιμητική της. Κάθε απόγευμα Πέμπτης θα πραγματοποιεί η resident bar-woman του ξενοδοχείου, τα Blame Jo cocktails tasting classes. Κοκτέιλ με ελληνικά ποτά και υλικά που θα σε συναρπάσουν. Τις Παρασκευές, 8-12 το βράδυ, η DJ Caelina μας ταξιδεύει μουσικά με τα Hey Miss DJ! sessions μεταφέροντάς μας στο mood του Σαββατοκύριακου, ενώ οι τυχερές ένοικοι του ξενοδοχείου, θα απολαμβάνουν make-up sessions από κορυφαία brands, λίγο πριν από την έξοδό τους στην Αθήνα! Εσείς σε ποιο από όλα τα events θα δώσετε το «παρών»; Για να δείτε αναλυτικά το event calendar δεν έχετε παρά να επισκεφθείτε το Instagram account @moxyathenscity.

#atthemoxy #moxyathenscity

Κάνοντας ένα υπέροχο «Ταξίδι στο Γαλαξία»!

**«Άπειρους τε είναι κόσμους και γεννητούς και φθαρτούς»
Υπάρχουν άπειροι κόσμοι που είναι δημιουργημένοι και φθαρτοί.**

Δημόκριτος



Γνωρίζετε ότι η ζωή και ο θάνατος των αστεριών είναι από τα πιο συναρπαστικά πεδία μελέτης της αστροφυσικής;

Μια πολύ κοινή παρομοίωση είναι ότι τα αστέρια ακολουθούν μια πορεία όπως οι άνθρωποι, δηλαδή γεννιούνται, ωριμάζουν και πεθαίνουν αφήνοντας πίσω τα αστρικά τους ίχνη, λευκούς νάνους, αστέρες νετρονίων και μαύρες τρύπες.

Ωστόσο πολλές λεπτομέρειες της πορείας αυτής, καθώς και των διαδικασιών που αφορούν την γέννησή τους μας είναι ακόμη άγνωστες.

Τα φαινόμενα στο Σύμπαν εξελίσσονται πολύ αργά για τα ανθρώπινα δεδομένα και οι αποστάσεις τους είναι τεράστιες.

Η μελέτη της εξέλιξης του Γαλαξία μας, της ύλης,

των δομών και των φαινομένων του προσφέρουν πολύτιμες γνώσεις στους επιστήμονες και για την ιστορία του κόσμου που μας περιβάλλει.

«Ταξίδι στο Γαλαξία» - Νέα ψηφιακή παράσταση στο Πλανητάριο - Ίδρυμα Ευγενίδου

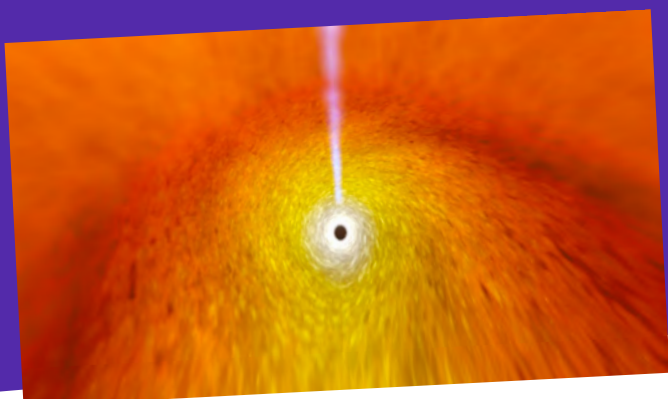
Στις 7 Δεκεμβρίου παρουσιάστηκε για πρώτη φορά στους δημοσιογράφους, στην προγραμματισμένη συνέντευξη Τύπου, από τον Διευθυντή κ. Μάνο Κιτσώνα, η νέα ψηφιακή παράσταση του Πλανηταρίου, με τίτλο «Ταξίδι στο Γαλαξία».

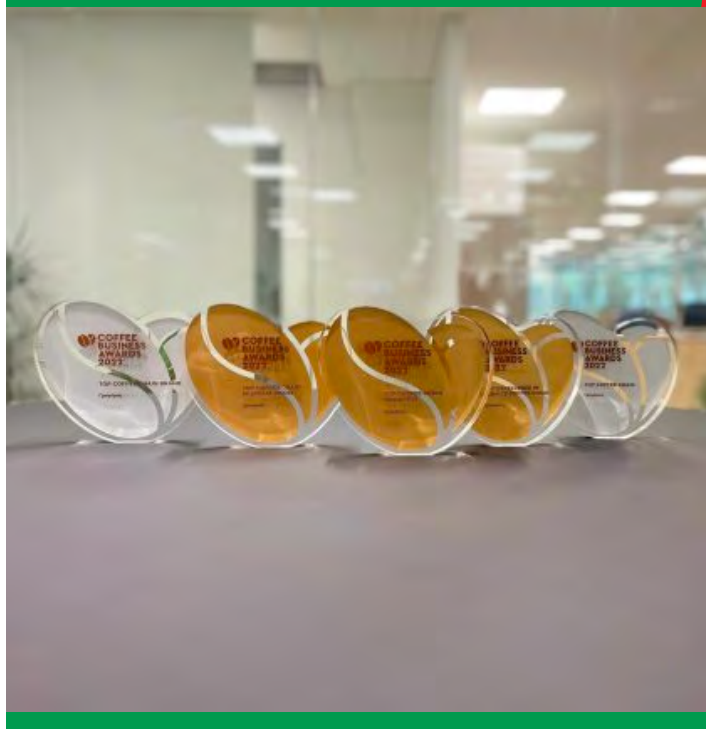
Η νέα αυτή παραγωγή του Ίδρυματος Ευγενίδου επιτρέπει στο ευρύ κοινό την βιωματική εμπειρία χαρτογράφησης περιοχών του ουρανού, του ηλιακού μας συστήματος και του Γαλαξία, συμβάλλοντας στην βαθύτερη κατανόηση των μηχανισμών σχηματισμού των μοριακών νεφών και των αστρικών «γεννήσεων».

Ένας γαλαξίας απέραντος, αχαρτογράφητος, άγνωστος.

Μας επιτρέπει να κρυφοκοιτάξουμε δισεκατομμύρια χρόνια στο παρελθόν του Σύμπαντος.

Ταυτόχρονα το μέλλον είναι εδώ. Στο Νέο ψηφιακό Πλανητάριο. Στο Ίδρυμα Ευγενίδου.





5 βραβεία για τον Γρηγόρη στα Coffee Business Awards 2022

Ο **Γρηγόρης** ξεχώρισε στα Coffee Business Awards 2022, αποσπώντας 5 βραβεία, που επιβεβαιώνουν την δύναμη και την αναγνωρισιμότητα του brand σε επίπεδο B2C & B2B.

Συγκεκριμένα, ο Γρηγόρης διακρίθηκε με Gold βραβείο στις ακόλουθες κατηγορίες:

- “Top Coffee Chain Franchise” για το ολοκληρωμένο μοντέλο franchise που προσφέρει
- “Top Coffee Chain in Social Media” για την επιτυχημένη στρατηγική του στα ψηφιακά κανάλια
- “Top Excellence in Service Coffee Chain” για τη φιλοξενία και την εξαιρετική εμπειρία καφέ που προσφέρει στους πελάτες του

Επίσης τιμήθηκε και στις παρακάτω κατηγορίες:

- “Top Coffee Chain” για την αναγνωρισιμότητα, τη φήμη και το brand value
- “Top Coffee Chain Brand” για την τεχνογνωσία του στον καφέ και την εμπειρία του στον κλάδο της καφεστίασης

Ο θεσμός των Coffee Business Awards, που διοργανώνεται από την ethosEvents, επιβράβευσε και φέτος τους κορυφαίους επαγγελματίες στο χώρο του καφέ και της καφεστίασης σε μία εντυπωσιακή τελετή απονομής που έλαβε χώρα την Παρασκευή 2 Δεκεμβρίου στο Divani Apollon Palace & Thalasso.

Praktiker Hellas: Στα Μουσεία των Ψευδαισθήσεων Αθήνας & Θεσσαλονίκης, τα Χριστούγεννα φτιάχνονται με... Praktiker!



Η Praktiker Hellas, το No. 1 ελληνικό δίκτυο καταστημάτων Home Improvement & DIY, δίνει το σύνθημα για τα πιο όμορφα Χριστούγεννα, τόσο στο σπίτι και σε επαγγελματικούς ή/και χώρους διασκέδασης, όσο και σε κάθε άλλο χώρο, με τα πιο όμορφα δέντρα, λαμπάκια και στολίδια! Φέτος, η μαγεία των ψευδαισθήσεων συναντά τη μαγεία των Χριστουγέννων, καθώς τα Μουσεία των Ψευδαισθήσεων σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη «ντύθηκαν» χριστουγεννιάτικα, χάρη στις γιορτινές λύσεις της Praktiker. Οι επισκέπτες των δύο Μουσείων, έχουν την ευκαιρία να αποκτήσουν περισσότερη έμπνευση και να βρουν τη διακόσμηση που τους ταιριάζει, είτε μέσω του [χριστουγεννιάτικου καταλόγου Praktiker](#) που διανέμεται στα Μουσεία, είτε μέσω του QR που βρίσκεται σε επιλεγμένα σημεία τους, ενώ με κάθε εισιτήριο λαμβάνουν από μια δωροεπιταγή Praktiker αξίας €15 για αγορές στα καταστήματα Praktiker. Παράλληλα, ένας διαγωνισμός για 2 μεγάλες δωροεπιταγές Praktiker αξίας €100 & €200 αντίστοιχα, διεξάγεται μέσα από τα social media των Μουσείων κατά τη διάρκεια του Δεκεμβρίου. Επιπλέον της χριστουγεννιάτικης διακόσμησης και έμπνευσης, η Praktiker σε συνεργασία με την LG Electronics Hellas φέρνουν τα «πάνω κάτω», δημιουργώντας ένα πρωτότυπο και διασκεδαστικό σκηνικό για το Ανάποδο Δωμάτιο του Μουσείου της Αθήνας, καλώντας τους επισκέπτες να το ανακαλύψουν! Η Praktiker φροντίζει ώστε όλοι να μπορούν να βρουν εύκολα, απλά και οικονομικά ό,τι επιθυμούν για τα πιο όμορφα Χριστούγεννα, αποτελώντας τον απόλυτο one-stop-shop προορισμό για τις εορταστικές αγορές. Στο [praktiker.gr](#) και στα 16 καταστήματά της, που θα είναι ανοιχτά και τις Κυριακές 11 και 18 Δεκεμβρίου, 11:00 έως 19:00, όλοι μπορούν να βρουν ό,τι επιθυμούν για τις φετινές γιορτές!

Septona-Μασούτης: Μια μεγάλη «αγκαλιά φροντίδας» για τα κορίτσια του Ορφανοτροφείου Θηλέων Θεσσαλονίκης «Μέλισσα»

Η Septona, κορυφαία εταιρεία προσωπικής περιποίησης στην Ελλάδα, σε συνεργασία με την Μασούτης, τη μεγαλύτερη αλυσίδα σουπερμάρκετ της Βόρειας Ελλάδας, στηρίζει στην πράξη το έργο του Ορφανοτροφείου Θηλέων Θεσσαλονίκης «Μέλισσα», καλύπτοντας τις ανάγκες ένδυσης και υπόδησης του Ιδρύματος. Την Παρασκευή 2 Δεκεμβρίου, ολοκληρώνοντας μια χρονιά απτής προσφοράς, εκπρόσωποι των δύο εταιρειών επισκέφθηκαν τις εγκαταστάσεις του Ιδρύματος «Μέλισσα» στη Θεσσαλονίκη.

Συγκεκριμένα η πρωτοβουλία πραγματοποιείται κάτω από την ομπρέλα του μεγάλου Προγράμματος Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης της Septona «Φροντίζουμε Ήρωες» μέσα από το οποίο μέχρι σήμερα έχει στηρίξει στην πράξη δεκάδες Οργανισμούς σε όλη τη χώρα. Με φροντίδα για τις νέες γενιές και στηρίζοντας το δικαίωμα της προσωπικής έκφρασης στην ένδυση και στην υπόδηση, Septona & Μασούτης, ανανεώνουν τη δέσμευσή τους να συνεχίσουν να βρίσκονται στο πλευρό των κοριτσιών του Μέλισσα, σε μια κοινή διαδρομή συνεισφοράς.



Σε πόση ώρα αποφασίζουμε εάν κάποιος είναι ελκυστικός ή όχι;

SAY *yes* & get impressed



Σε νέα ερευνητική μελέτη από το University of Pennsylvania αναλύθηκαν 10.000 ραντεβού τα οποία κλείστηκαν μέσω σελίδων γνωριμιών. Ένα από τα συμπεράσματα που προέκυψαν από τη μελέτη είχε να κάνει με το πόσο χρόνο μας παίρνει να προσδιορίσουμε εάν μας ελκύει κάποιος ή όχι.

Οι συμμετέχοντες ήταν από 20 έως 40 ετών, είχαν σχετικά υψηλά εισοδήματα και είχαν ανώτερη ή ανώτατη μόρφωση. Κάθε εθελοντής γνώρισε έως και 25 άτομα. Κάθε ένα από αυτά τα ψηφιακά ραντεβού είχε τρία λεπτά διάρκεια, μέσα στα οποία ο κάθε συμμετέχοντας έπρεπε να αποφασίσει εάν ήθελε να ξαναδεί αυτό το άτομο.

Πόσο χρόνο χρειάζονταν για να αποφασίσουν; Σύμφωνα με τα ευρήματα της μελέτης μόνο τρία (3) δευτερόλεπτα! Μία ξεχωριστή μελέτη μετα-ανάλυσης από το Πανεπιστήμιο Syracuse αποκαλύπτει ότι αρκεί μόνο το ένα κλάσμα του δευτερολέπτου για να αποφασίσουμε εάν κάποιος είναι ελκυστικός ή όχι.

Η έρευνα αποκαλύπτει ότι όταν νιώθουμε ερωτική έλξη για ένα άτομο, υπάρχουν 12 περιοχές του εγκεφάλου που συνεργάζονται για να απελευθερώσουν ένα κοκτέιλ χημικών ουσιών, μεταξύ των οποίων ντοπαμίνη, ωκυτοκίνη και αδρεναλίνη. Η «έκρηξη» αυτών των ουσιών προκαλεί αγγειοκαταστολή και η εμπειρία προσομοιάζει στα αποτελέσματα που έχει η χρήση κοκαΐνης, επηρεάζοντας περίπλοκες γνωστικές λειτουργίες όπως η εικόνα του σώματος και η νοητική αναπαράσταση.



Αλέκος Φασιανός,
Πιάτο με κόκκινο
περιστέρι, πορσελάνη,
25,5x25,5cm.
€300-400



Ελένη Βερναρδάκη,
Δοχείο, κεραμικό,
διάμετρος 21,5cm,
ύψος 11 cm.
€600-800

Δώρα τέχνης στη Χειμερινή διαδικτυακή δημοπρασία της VERGOS Auctions

Στο εορταστικό κλίμα των ημερών μπαίνει η VERGOS Auctions με τη Χειμερινή διαδικτυακή δημοπρασία Νεοελληνικής Τέχνης η οποία θα πραγματοποιηθεί τη Δευτέρα, 19 Δεκεμβρίου 2022 στις 6.00 μμ και περιλαμβάνει μία σειρά έργων ζωγραφικής, γλυπτών και πολλών ακόμη αντικειμένων τέχνης σε ιδιαίτερα προσιτές τιμές εκκίνησης.

Προσεκτικά επιλεγμένα από την έμπειρη ομάδα του οίκου, όλα τα είδη της δημοπρασίας - οι τιμές των οποίων κυμαίνονται από €200 έως €3.000 - διακρίνονται για την εικαστική σφραγίδα και την πρωτοτυπία τους και αποτελούν ιδανικές προτάσεις για δώρα με προσωπικότητα εν όψει των εορτών.

Στην τελευταία δημοπρασία της χρονιάς για τον οίκο, περιλαμβάνονται 139 έργα ζωγραφικής, μοναδικά γλυπτά, ζωγραφισμένα διακοσμητικά πιάτα, κεραμικά βάζα, πλατέλες και κανάτες, όλα με υπογραφές από μεγάλους Έλληνες καλλιτέχνες μεταξύ των οποίων: Α. Γεραλής, Β. Σπεράντζας, Β. Φωτόπουλος, Γ. Γουναρόπουλος, Γ. Μόραλης, Γ. Τσαρούχης, Γ. Ψυχοπαίδης, Γ. Ρόρρης, Δ. Μυταράς, Δ. Κοκκινίδης, Δ. Διαμαντόπουλος, Εδ. Σακαγιάν, Ελ. Βερναρδάκη, Εμ. Μπιτσάκης, Μ. Πωπ, Μαρία Μ. Φιλοπούλου, Ν. Γύζης, Ν. Χατζηκυριάκος Γκίκας, Ορ. Κανέλλης, Π. Τέτσης, Παύλος, Χρ. Μπότσογλου και πολλοί άλλοι.

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να συμμετάσχουν online ζωντανά στη δημοπρασία μέσω της ιστοσελίδας του Οίκου, καθώς επίσης και μέσω τηλεφωνικής ή γραπτής προσφοράς ενώ η εξέταση των έργων θα πραγματοποιείται κατόπιν ραντεβού.

**BOX NOW: Στείλε το
πακέτο σου με 1 ευρώ και
τον Δεκέμβριο**

**BOX
NOW**

**Τα Χριστούγεννα φέτος είναι πράσινα.
Ο Άγιος Βασίλης στέλνει τα δώρα του
μόνο με 1€ με την BOX NOW!**



Μετά τον Green November και τη μεγάλη ανταπόκριση του κόσμου, αλλά και την ανάγκη για περισσότερες, αποτελεσματικές και οικονομικές αποστολές, η προσφορά της BOX NOW επεκτείνεται και όλο τον Δεκέμβριο. Έτσι, τον Δεκέμβριο θα μπορούν όλοι να στέλνουν το δέμα/δώρο τους, όπου θέλουν, από Locker σε Locker, σε όλα τα σημεία της Ελλάδας, με κόστος μόνο 1 ευρώ!

Ταυτόχρονα, εγκαινιάζεται η συνεργασία της BOX NOW με το Smart Park. Το Smart Park αποτελεί το μεγαλύτερο εμπορικό κέντρο στην Ελλάδα και βρίσκεται σε μια έκταση 91 στρεμμάτων στην καρδιά της Αττικής. Διαθέτει 30 στρέμματα πρασίνου, ενώ σε 53.000 τ.μ. φιλοξενεί τα ισχυρότερα και σημαντικότερα ονόματα (brand names) του λιανικού εμπορίου της χώρας μας.

Τώρα τα δώρα των Χριστουγέννων γίνονται μια οικονομική και διασκεδαστική υπόθεση!

Με το εκτεταμένο πανελλαδικό δίκτυο Lockers, που ξεπερνά τα 1200, την αυθημερόν παράδοση στην Αττική και την επόμενη ημέρα σε όλη την ηπειρωτική Ελλάδα, αλλά και τη δυνατότητα παραλαβής 24/7 για τον καταναλωτή κοντά στο σπίτι ή την εργασία του, η BOX NOW αποτελεί την καλύτερη επιλογή για όλες τις ανάγκες αποστολής δεμάτων.



Ένας ονειρικός κόσμος Χριστουγέννων στη Μαρίνα Φλοίσβου

Με μια φαντασμαγορική τελετή έναρξης βγαλμένη από τις σελίδες ενός μαγικού Χριστουγεννιάτικου παραμυθιού, η Μαρίνα Φλοίσβου στο Παλαιό Φάληρο, καλωσορίζει τους επισκέπτες της δίνοντας το έναυσμα των πιο λαμπερών εορτών! Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί την Κυριακή 11 Δεκεμβρίου από τις 16:00 έως τις 20:00 μεταφέροντας τους επισκέπτες της στον ονειρικό κόσμο των Χριστουγέννων!

Το χριστουγεννιάτικο ποδήλατο Ho Ho Ho Wishes, οι χιονόμπαλες- Christmas Snowballs, οι μπαλαρίνες- Christmas Lead Ballarinas, τα ξωτικά- Christmas Stretching Goblins, οι νεράιδες- Led Snow Fairies, οι μαριονέτες Christmas Muppet Show αλλά και τα στρατιωτάκια Tin Soldier, θα ξεπηδήσουν από την σκηνή και θα βρεθούν ανάμεσα στους επισκέπτες όπως οι αγαπημένες παιδικές χριστουγεννιάτικες αναμνήσεις. Ο ξακουστός Μάγος Σανκάρα θα δώσει μια απολαυστική παράσταση μαγείας και θα προετοιμάσει το έδαφος για την εντυπωσιακή είσοδο του Αγίου Βασιλή. Για μια ακόμη χρονιά επίσης θα πραγματοποιηθεί η φωταγώγηση του Χριστουγεννιάτικου Δέντρου ενώ εντυπωσιακά βεγγαλικά θα φωτίσουν τον ουρανό της Μαρίνας. Παράλληλα οι μικροί μας φίλοι θα διασκεδάσουν με Face Painting και μπαλονοκατασκευές. Η έκπληξη της βραδιάς αναμένεται να είναι το συγκρότημα Batala Atenas που θα ξεσηκώσει το κοινό με μια παρέλαση γεμάτη χριστουγεννιάτικη ένταση!

Παρουσιάστρια της εκδήλωσης είναι η Βίκυ Χατζή ενώ ο ραδιοφωνικός σταθμός KISS FM έχει αναλάβει να μεταδώσει ζωντανά στο πρόγραμμά του όλη την εκδήλωση.

Γιορτινά Γούρια και δώρα θα υπάρχουν προς πώληση στο Χριστουγεννιάτικο Bazaar από τον Πανελλήνιο Σύλλογο Προσαρμοσμένων Δραστηριοτήτων «ΑΛΜΑ». Η είσοδος είναι δωρεάν για όλους τους επισκέπτες.

The Ellinikon Experience Park - Μια διαδραστική Χριστουγεννιάτικη εμπειρία!



Το The Ellinikon Experience Park σας προσκαλεί στην πιο λαμπερή Χριστουγεννιάτικη εκδήλωση και υπόσχεται μοναδικές εμπειρίες, πολλές εκπλήξεις και αξέχαστες αναμνήσεις. Στις 9 Δεκεμβρίου, στις 19:00, το Πάρκο υποδέχεται την εορταστική περίοδο με την πιο εντυπωσιακή εκδήλωση φωταγώγησης! Η γιορτινή βραδιά ξεκινά στο σιντριβάνι, με ένα show που συνδυάζει, μουσική, χορό και φαντασία με τη συνοδεία 12μελούς ορχήστρας υπό τη διεύθυνση του Ανδρέα Τσελίκα. Σειρά έχει το φως που θα μεταμορφώσει το Πάρκο σε ένα εντυπωσιακό, παραμυθένιο σκηνικό, όπου θα κυριαρχεί το μπλε και το μωβ χρώμα. Ένα εντυπωσιακό light show δημιουργεί μαγικές εικόνες και σχέδια στην Πλατεία Α και φωταγώνει το Χριστουγεννιάτικο Δέντρο. Ο Αττικός Ουρανός γεμίζει χρώματα σε ένα φαντασμαγορικό θέαμα από οικολογικά-πυροτεχνήματα που θα γεμίσουν χρώματα τον Αττικό ουρανό. Την εκδήλωση θα ολοκληρώσει μία συναρπαστική μουσική εμπειρία από το συγκρότημα «Μουσικοί του Κουτιού» της αγαπημένης τηλεοπτικής εκπομπής «Μουσικό Κουτί», γεμάτη ρυθμό και εορταστική διάθεση!

Ένα αξέχαστο Χριστουγεννιάτικο ταξίδι θα ξεκινήσει στο Hill of Lights και θα συνεχίσει στο Garden of Reflections, όπου θα δημιουργείται ένα μοναδικό παιχνίδι με καθρέπτες.

Όσοι βρεθούν στην Πλατεία Β', θα περπατήσουν στο μεγαλύτερο, διαδραστικό projection mapping στην Ελλάδα, και θα ανακαλύψουν πώς τα βήματά τους αλλάζουν τα σχέδια του Magic Christmas Carpet.

Μια φορά κι έναν καιρό... στο Εθνικό: Χριστουγεννιάτικα παραμύθια με τις Νένα Μεντή και Ρένη Πιττακή

«Κόκκινη κλωστή δεμένη, στην ανέμη τυλιγμένη,
δώσ' της κλώτσο να γυρίσει, παραμύθι ν' αρχινίσει...»

Φέτος δύο σπουδαίες κυρίες του ελληνικού θεάτρου, η Νένα Μεντή και η Ρένη Πιττακή δανείζουν τη ζεστασιά της φωνής τους στις πιο αγαπημένες μας Χριστουγεννιάτικες ιστορίες. Καθισμένες δίπλα στο στολισμένο χριστουγεννιάτικο δέντρο στο Φουαγιέ του Ρεξ, περιμένουν μικρούς και μεγάλους για να τους διαβάσουν τα όμορφότερα χριστουγεννιάτικα παραμύθια: το Κοριτσάκι με τα σπέρτα, τον Καρνοθραύστη, τη Χριστουγεννιάτικη ιστορία και τον Παπουτσή και τα ξωτικά. Παραμύθια που μας θυμίζουν πως η ελπίδα βγάζει την πιο δυνατή φλόγα, πως η μια καλή πράξη γεννάει άλλες δέκα, πως η φαντασία γεννάει τους πιο όμορφους κόσμους και πως η αγάπη, σαν μια κόκκινη κλωστή, μπορεί να ξετυλιχτεί, να περάσει από χέρι σε χέρι κι από ψυχή σε ψυχή και να φωτίσει ολόκληρη την πόλη. Και, βεβαίως, θα ήταν αδύνατον να λείψουν τα κάλαντα από μια τέτοια εκδήλωση!

Για παιδιά από 4 ετών και για όλη την οικογένεια

Παραμύθια με τη Νένα Μεντή 10 & 11/12 στις 17:00

Παραμύθια με τη Ρένη Πιττακή 17 & 18/12 στις 17:00

Προπώληση εισιτηρίων: ticketservices.gr και στο
210.7234567 (με χρήση πιστωτικής- χρεωστικής κάρτας)

Γενική είσοδος: 3€



Food for Thought

kids' edition

Μαθαίνω και εξερευνώ: Οι αρχαίοι πολιτισμοί



Χιλιάδες χρόνια πριν, αναπτύχθηκαν σπουδαίοι πολιτισμοί που διαμόρφωσαν την Ιστορία του κόσμου μας. Αυτοκρατορίες, βασιλεία, στρατοί και πόλεις μάς μιλούν για το λαμπρό παρελθόν τους – έχοντας αφήσει πίσω μεγαλειώδη μνημεία. Διάβασε το βιβλίο και μάθε για τους αρχαίους Έλληνες, τους αρχαίους Ρωμαίους, τους Βίκινγκ, τους Σουμέριους, τους Μάγια και πολλούς άλλους συναρπαστικούς λαούς! Στη συνέχεια, συναρμολόγησε το παζλ και παίξε με τις φιγούρες! Ηλικία: 5-6,7-8. Από τις εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ.

quote of the day

"MAY YOUR MOUNTAINS RISE INTO AND ABOVE THE CLOUDS."
Edward Abbey

Γιορτάζουν!
9/12
Άννα, Ανναμπέλλα, Ανναμαρία, Ανέζα
11/12
Ααρών, Αβραάμ, Αβραμιά, Αδάμ, Αδαμάντιος, Αδαμαντία, Ρουμπίνη, Εύα, Δαβίδ, Δανάη, Δεβόρα, Εσθήρ, Μελχισεδέχ, Νώε, Ραχήλ, Ρεβέκκα, Ρουμπίνη, Σάρα, Ισαάκ, Ιώβ, Ιωβία, Αίθαν

tip of the day



9 Δεκεμβρίου

- > Παγκόσμια Ημέρα κατά της Διαφθοράς
- > Διεθνής Ημέρα Μνήμης και Αξιοπρέπειας για τα Θύματα του Εγκλήματος της Γενοκτονίας και της Πρόληψης αυτού του Εγκλήματος

10 Δεκεμβρίου

- > Παγκόσμια Ημέρα Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων
- > Διεθνής Ημέρα Ιδιοκτησίας

11 Δεκεμβρίου

- > Παγκόσμια Ημέρα Βουνού
- > International Shareware Day