

therinós

resort • wear

ATHENS • DUBAI • BODRUM • SAINT TROPEZ



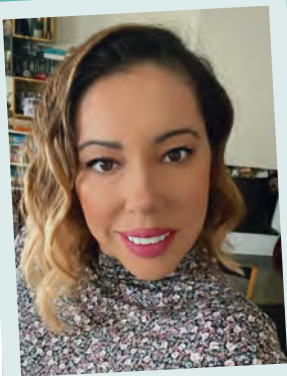
@therinos.resort.wear
therinos-resort-wear.com

SAY *yes* to the **press**



**ΠΡΩΤΟΜΑΓΙΑ:
ΛΟΥΛΟΥΔΙΑ, ΑΙΤΗΜΑΤΑ
ΚΑΙ... ΤΑΣΕΙΣ ΦΥΓΗΣ!**





Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYessers!!!**

Με άλλη διάθεσή σήμερα αφού Παρασκευούλα πριν από τριήμερο...

Βλέπεις πως κάτι τόσο μικρό μπορεί απλά να σου αλλάξει τη διάθεση; Τα προβλήματα που τρέχουν στα οικονομικά, στα επαγγελματικά, στα προσωπικά δεν μας αφήνουν πολύ χρόνο να χαρούμε μέσα στην καθημερινότητά μας, έτσι όλοι περιμένουμε για μία Παρασκευή, ένα τριήμερο ή κάποιες μέρες διακοπών.

Δυστυχώς αυτές οι μέρες είναι απλά μία μικρή παρένθεση στη ζωή μας ενώ οφείλουμε στον εαυτό μας να νιώθουμε χαρούμενοι και ανέμελοι πολύ συχνότερα από μία φορά την εβδομάδα ή τρεις φορές το χρόνο.

Είναι κοινώς αποδεκτό πως τα περισσότερα προβλήματα, τα οποία και κουβαλάμε μαζί μας στο σπίτι, είναι τα επαγγελματικά - οικονομικά. Έτσι όλη αυτή η ένταση που ζούμε όλη μέρα μεταφέρεται και στο σπίτι μας.

Αν όμως κάνεις ένα βήμα πίσω και σκεφτείς αισιόδοξα για όσα έχεις και όσα θα έρθουν, έτσι μαγικά θα γεμίσει η ζωή σου με χαρά.

Θα σου πω τις δικές μου πηγές χαράς και όπως πάντα σε περιμένω για να μοιραστούμε και τις δικές σου...

Πάμε λοιπόν να καταγράψω τι μου δίνει χαρά:

- 1. Ο σύντροφός μου.** Χρόνια αγάπης και κοινής ζωής. Είναι η αγάπη μου, ο καλύτερός μου φίλος και η αδερφή ψυχή μου. Και αυτό μου φέρνει χαρά.
- 2. Τα παιδιά μας.** Μεγαλώνουν μέρα με τη μέρα και ξετυλίζουν την απίστευτη προσωπικότητά τους και εγώ ευγνωμονώ κάθε μέρα το Θεό που με φωνάζουν μαμά. Ναι, αυτά τα πονηρά μουτράκια μου φέρνουν χαρά.
- 3. Η οικογένειά μας.** Όπως όλοι, έχουμε περάσει τα δικά μας ζόρια και τις δικές μας απώλειες όμως είμαι ευγνώμων για αυτούς που έχουμε μείνει πίσω και συνεχίζουμε να μεγαλώνουμε μαζί απολαμβάνοντας ο ένας τον άλλο. Αυτό μου φέρνει χαρά όσο και αν γκρινιάζω για τις οικογενειακές συγκεντρώσεις.
- 4. Ο σκύλος μου.** Αυτό το τριχωτό μουσούδι, με τα μεγάλα καφέ διαπεραστικά μάτια που τρελαίνεται μόλις μπω στο σπίτι. Και μου φέρνει χαρά.



5. Η υγεία μας. Συνειδητοποιώ ότι δεν είμαι 20 πια και προφανώς έχω προβλήματα όμως σε σύγκριση με άλλους ανθρώπους, ναι είμαι καλά. Και αυτό μου φέρνει χαρά.

6. Εργασία. Έχω τη δουλειά μου και όσο και να γκρινιάζω ξέρω πως δεν είμαι δέντρο να έχω ρίζες και μπορώ όποτε θέλω να φύγω, να το παλέψω και να δοκιμάσω την τύχη μου κάπου αλλού. Αυτό μου δίνει ελευθερία και η ελευθερία με γεμίζει με χαρά.

7. Σκοπός. Απολαμβάνω τη λειτουργία της επιχείρησής μου και δεν μπορώ με λόγια να περιγράψω τη δύναμη που παίρνω από σας, από ένα απλό email, ένα post στα social ή την προσωπική επαφή μας. Αυτή είναι η ανταμοιβή μου. Η επαφή μας. Και μου φέρνει χαρά.

8. Δίνοντας. Είμαστε ευλογημένοι να έχουμε λίγα ή πολλά, μικρή σημασία έχει. Δίνουμε λοιπόν σε όσους δεν έχουν, είτε από το χρόνο μας είτε από τα χρήματά μας. Ωστόσο, το σύμπαν συνωμοτεί και να ξέρεις ότι δίνοντας οι ευλογίες πολλαπλασιάζονται ξανά στη ζωή. Και αυτό μου φέρνει χαρά.

9. Ειρήνη μέσα μου. Αποδέχομαι όλα τα λάθη που έχω κάνει, όλα τα στραβά του χαρακτήρα μου και για πρώτη φορά τα αγκαλιάζω, είμαι εγώ. Επικεντρώνομαι λοιπόν σε όλα όσα έχω, στις απλές απολαύσεις και στα μικρά χαζά πράγματα που μου φέρνουν χαρά.

10. Πεπρωμένο. Μέσω της πίστης μου, πιστεύω ότι αυτή η ζωή δεν είναι το μόνο που υπάρχει και κάποια μέρα θα ξαναδώ αυτούς που τώρα μου λείπουν. Αυτό μου φέρνει αγαλλίαση καθώς η ζωή επιταχύνεται και ο χρόνος είναι αμείλικτος. Και η προσμονή ότι κάπου θα ξαναβρεθούμε με ανακουφίζει και μου φέρνει χαρά.

Tip of the Day: Αν θέλεις γράψε κάπου γιατί είσαι ευγνώμων στη ζωή σου και ποια μικρά πράγματα σου φέρνουν χαρά. Όταν νιώθεις χαμένος διάβαζέ τα ξανά να παίρνεις κουράγιο και δύναμη να συνεχίσεις.

Και θα σου πω ένα μικρό μυστικό: όταν γυρνάς σπίτι από τη δουλειά, το πρώτο νέο που θα μοιράζεσαι με τον άνθρωπό σου να είναι το καλύτερο πράγμα που συνέβη εκείνη την ημέρα. Χωρίς εξαιρέσεις. Μόλις περάσεις την πόρτα του σπιτιού σου μην αναφέρεις τίποτα αρνητικό. Κανένα παράπονο. Μόνο το καλύτερο πράγμα εκείνης της μέρας, ακόμα κι αν ήταν απλώς ένα καλό φλιτζάνι καφέ.

Καλό τριήμερο είπαμε; Σε φιλώ!

Πρωτομαγιά: Λουλούδια, αιτήματα και... τάσεις φυγής!



Γιορτή των Λουλουδιών ή των εργατών; Τι σχέση έχει η Άνοιξη με τα αιτήματα των εργατών και ποιοι είναι οι δημοφιλείς προορισμοί για το τριήμερο;

Αν πάμε ένα ταξίδι στην Αρχαία Ελλάδα, θα συναντήσουμε τους αρχαίους Έλληνες, που ήταν φυσιολάτρες, να γιορτάζουν την έλευση της άνοιξης και την άνθιση των λουλουδιών. Η γιορτή πρόδρομος της σημερινής Πρωτομαγιάς ήταν ουσιαστικά τα Ανθεστήρια ή Διονύσια. Τα Ανθεστήρια μάλιστα ήταν η πρώτη καθιερωμένη γιορτή των λουλουδιών και τη γιόρταζαν από την 11η ως την 13η ημέρα του μηνός Ανθεστηριώνος, δηλαδή 2 με 4 Φεβρουαρίου.

Το πρωτομαγιάτικο στεφάνι

Θα πιάσετε τον Μάη; Την πρώτη του Μάη συνηθίζουμε να ερχόμαστε σε επαφή με τη φύση, όπως έκαναν οι πρόγονοί μας, να γιορτάζουμε την Άνοιξη και να φτιάχνουμε στεφάνια με λουλούδια. Αυτό είναι ένα έθιμο που συνδέει την Πρωτομαγιά με την αρχαία εκδοχή της ως γιορτή των λουλουδιών.

Από τα λουλούδια στα αιτήματα της εργατικής τάξης...

Η Πρωτομαγιά καθιερώθηκε ως ημέρα των εργατών λόγω της εξέγερσης που έγινε στο Σικάγο τον Μάιο του 1886. Τότε, εργάτες συγκεντρώθηκαν στην πλατεία Haymarket

προκειμένου να διαδηλώσουν ειρηνικά αιτούμενοι οχτάωρο και καλύτερες συνθήκες εργασίας. Κεντρικό σύνθημα: "Οχτώ ώρες δουλειά, οχτώ ώρες ανάπαυση, οχτώ ώρες ύπνο".

Η εργατική Πρωτομαγιά στην Ελλάδα

Στη χώρα μας η πρώτη συγκέντρωση πραγματοποιήθηκε το 1892. Την επόμενη χρονιά 2000 άνθρωποι διαδήλωσαν με αιτήματα παρόμοια με εκείνα των διαδηλώσεων του Σικάγο, όπως οχτάωρη εργασία, Κυριακάτικη αργία και κρατική ασφαλιστική κάλυψη στα θύματα εργατικών ατυχημάτων.

Θα ταξιδέψουν οι Έλληνες;

Οι κρατήσεις των Ελλήνων ταξιδιωτών για την Πρωτομαγιά έχουν ανακάμψει περίπου στο 80% των προπανδημικών επιπέδων! Η ζήτηση αφορά κυρίως προορισμούς του εσωτερικού που επιλέχθηκαν και το Πάσχα. Αντίστοιχο ποσοστό ανάκαμψης παρατηρείται και στα ταξίδια σε προορισμούς του εξωτερικού. Τα Ιόνια νησιά πρωταγωνιστούν ενώ δημοφιλείς προορισμοί είναι, μεταξύ άλλων, το Ναύπλιο, η Καστοριά, το Πόρτο Χέλι, η Πάτιμος, η Κρήτη, τα Κύθηρα, τα Λουτρά Πόζαρ, η Μονεμβασιά και τα Μετέωρα.



Νέα συλλογή Therinós με έμπνευση από το μεσογειακό καλοκαίρι!

Η νέα συλλογή Therinós εμπνέεται από το vibe και τα χρώματα του μεσογειακού καλοκαιριού!



Η therinós, εμπνευσμένη από το ελληνικό καλοκαίρι, κυκλοφόρησε το 2021 την πρώτη της capsule συλλογή με οπερίες μαγιό τα οποία είχαν σχεδιαστεί για να φοριούνται όλη την ημέρα, από το πρωί στην πισίνα, την παραλία μέχρι και τις βραδινές εξόδους.

Η συλλογή και το mood αντλούσαν έμπνευση από το στυλ της μεσογειακής ριβιέρας και iconic προσωπικότητες της δεκαετίας του '60 και '70 και στόχος του brand ήταν να δημιουργήσει διαχρονικά σχέδια που κολακεύουν και αναδεικνύουν τη θηλυκή σιλουέτα. Στην SS22 συλλογή το brand διατήρησε το Grecian chic χαρακτήρα του, έχοντας ως νέο σημείο αναφοράς και έμπνευσης τις γυναικείες φιγούρες του Μινωικού πολιτισμού, κάτι που αποδόθηκε μέσω μιας βαθιά γήινης παλέτας και δυναμικών μεταλλικών στοιχείων και λεπτομερειών σε ολόσωμα και μπικίνι.





Φέτος η therinós λανσάρει την τρίτη της συλλογή μαγιό εμπνευσμένη από το vibe και τα χρώματα του μεσογειακού καλοκαιριού, τον γαλανό αθηναϊκό ουρανό και τη χρωματική βεντάλια της ελληνικής φύσης. Βιολετί, φούξια, λευκό και έντονο μπλε ραφ σε φίνες υφές και περίτεχνα σχέδια με το χαρακτηριστικό πλισέ και οι γεωμετρίες να κυριαρχούν και πάλι ως βασικά στοιχεία της συλλογής.

Πιστή στις μεσογειακές της ρίζες, η εταιρία χρησιμοποιεί υψηλής ποιότητας υφάσματα από τη Bergamo της Ιταλίας ενώ η παραγωγή παραμένει αποκλειστικά σε εξειδικευμένα ατελιέ στην Ελλάδα.

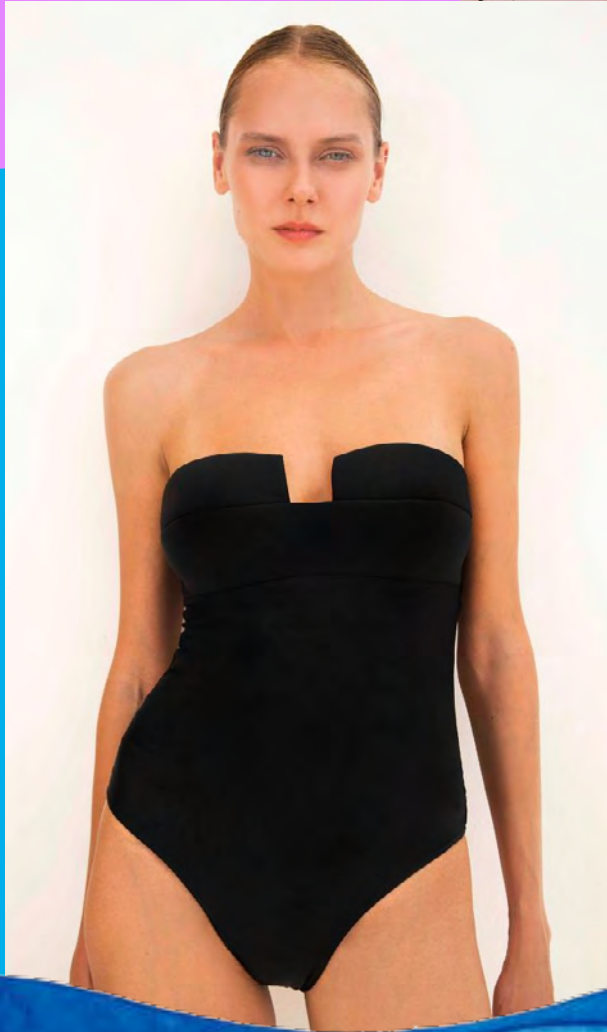
Φέτος, η εταιρία που αρχικά είχε έδρα μόνο στο Ντουμπάι, ενισχύει τους δεσμούς της με την ελληνική και ευρωπαϊκή αγορά αποκτώντας θυγατρική εκπροσώπηση στην Ελλάδα, απευθυνόμενη σε πελάτες χονδρικής πώλησης μέσω του γνωστού AP showroom που εκπροσωπεί τα μεγαλύτερα σχεδιαστικά brands της Ελλάδας.

Η συνεργασία της therinós με τη Liana Camba

Μετά το επιτυχημένο λανσάρισμα των μαγιό therinós τα προηγούμενα έτη στις μπουτίκ της

Liana Camba, τα δύο brands αποφάσισαν να συνεργαστούν σχεδιαστικά δημιουργώντας μια μοναδική συλλογή resort wear που ταιριάζουν απόλυτα με τα μαγιό therinós, προσφέροντας στους πελάτες τους πολυτελή σύνολα που συνδυάζονται αρμονικά τόσο σε υφές όσο και

σε χρώματα. Το αποτέλεσμα αυτής της συνεργασίας γιορτάζεται στη συλλογή SS23, η οποία συνδυάζει τη μακρόχρονη εμπειρία και την δεξιοτεχνία που χαρακτηρίζει τα σχέδια της Liana Camba με την κοσμοπολίτικη προσωπικότητα των μαγιό therinós. Η συλλογή LianaCamba x therinós resort wear περιλαμβάνει καφτάνια, αέρινες παντελόνες, κιμονό και θηλυκά φορέματα φτιαγμένα από μεταξωτά και φίνα υφάσματα σε ζωηρές αποχρώσεις και συνδυασμούς tone-on-tone με τα μαγιό, δημιουργώντας μία συλλογή εξαιρετικά versatile και υψηλής αισθητικής.



info

Οι συλλογές therinós SS23 Swimwear & Liana Camba x therinós Resort-wear διατίθενται online και σε επλεγμένες μπουτίκ και θέρετρα στην Ελλάδα, το Ντουμπάι, το Bodrum και το Saint Tropez.

therinos-resort-wear.com



Ελίνα Δημητριάδου,
Διατροφολόγος



Μετά το Πάσχα: Οι συμβουλές της διαιτολόγου για να χάσεις τα κιλά που πήρες

Ναι, ενέδωσες στο αρνάκι, στο μαστιχωτό τσουρέκι, τα κουλουράκια. Και πολύ έκανες! Δεν χρειάζεται να αισθάνεσαι άσχημα για αυτό. Εξάλλου, το φαγητό είναι μία από τις πιο αγαπημένες μας απολαύσεις.



Ο ανορθόδοξος τρόπος διατροφής, τα λιπαρά τρόφιμα και οι μεγάλες ποσότητες φαγητού και ποτού είναι σαφέστατα μεταξύ των σημαντικότερων παραγόντων για αυτή την δραματική αύξηση βάρους σε τόσο μικρό χρονικό διάστημα.

Ο οργανισμός έχει το δικό του εσωτερικό ρολόι, που στην περίπτωση της διατροφής ίσως αποδειχτεί μοιραίο για το βάρος. Δεν τρώμε πολλά γεύματα, αλλά ένα και ιδιαίτερα θερμιδογόνο, πολλές φορές αποφεύγουμε ακόμη και το πρωινό, ιδίως όταν ξυπνάμε πιο αργά από το συνηθισμένο, ενώ ένα γιορτινό γεύμα συνοδεύεται σχεδόν πάντα από αλκοόλ, το οποίο μεταφράζεται σε κενές θερμίδες και κατ' επέκταση σε κιλά.

Το μεγαλύτερο μέρος αυτής της αύξησης του βάρους ενδέχεται να οφείλεται σε κατακράτηση υγρών και

φούσκωμα που προκαλούν η αλλαγή στο πρόγραμμα και το είδος της τροφής που καταναλώνουμε. Γι' αυτό το λόγο, συστήνονται οι παρακάτω συμβουλές για να αλλάξει η διάθεση και να λειτουργήσει και πάλι καλύτερα ο οργανισμός:

- Απαραίτητο το πρωινό και τα 5 μικρά γεύματα μέσα στη μέρα γιατί μας δίνουν ενέργεια και αποτρέπουν το συνεχές τσιμπολόγημα που μας προσδίδει θερμίδες που δε



χρειαζόμαστε. Για μία ακόμη φορά λοιπόν ανατρέπεται ο μύθος, ότι για να χάσετε πρέπει να πεινάσετε.

- **Σερβίρουμε πρώτα ένα βαθύ πιάτο σαλάτα** με 1-2 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο. Ξεκινώντας με τη σαλάτα, χορταίνουμε σε μεγάλο βαθμό γιατί οι φυτικές ίνες που έχουν όλα τα λαχανικά μας φουσκώνουν και δημιουργούν αίσθημα κορεσμού. Έτσι θα φάμε μικρότερη ποσότητα φαγητού, εξοικονομώντας θερμίδες. Τέλος, οι φυτικές ίνες καθυστερούν τη χώνευση και δε πεινάμε σύντομα μετά το γεύμα, αποφεύγοντας το τσιμπολόγημα.

- **Μπορείτε να σερβίρετε το φαγητό σας σε μικρότερο πιάτο.** Με αυτό τον τρόπο θα τρώτε από όλα τα φαγητά που τρώγατε και πριν αλλά σε μικρότερη ποσότητα και θα κερδίσετε έτσι αρκετές θερμίδες.

- **Μειώστε το αλάτι στο φαγητό σας.** Η κατακράτηση υγρών θα μειωθεί και θα νιώσετε άμεσα να «ξεφουσκώνεται».

- **Καλό θα είναι να μειώσετε τη κατανάλωση κρέατος** σε 1 φορά/βδομάδα για το κόκκινο και 1 φορά/βδομάδα για το άσπρο και να το αντικαταστήσετε με λαδερά, όσπρια και ψάρι, τρόφιμα πολύ θρεπτικά, πλούσια σε βιταμίνες και με λιγότερες θερμίδες από το κρέας.

- **Άφθονο νερό.** Ίσως, το Πάσχα να έζησες με αλκοόλ και μπόλικο αλάτι, τώρα όμως ήρθε η ώρα να ενυδατώσεις τον οργανισμό σου. Δε θες την κατακράτηση υγρών και το σώμα σου έχει ανάγκη από ένα καλό «καθάρισμα». Έτσι, δεν υπάρχει καλύτερος

σύμμαχος για αυτό από το νερό σε μεγάλες ποσότητες (πάνω από 2 λίτρα την ημέρα).

- **Υιοθετήστε έναν υγιεινό τρόπο μαγειρέματος.**

Πολύ σημαντικό είναι όταν θέλετε να χάσετε βάρος να προσέχετε και τον τρόπο που μαγειρεύετε. Αντικαταστήστε τις τηγανιτές τροφές με ψητές, βραστές ή στον ατμό. Έτσι εκτός ότι προσλαμβάνετε λιγότερες θερμίδες, τα τρόφιμα διατηρούν και περισσότερα θρεπτικά συστατικά. Έρευνες έχουν δείξει πως όταν μια τροφή τηγανίζεται χάνει το μεγαλύτερο μέρος των θρεπτικών του συστατικών.

- **Άσκηση.** Ήρθε η ώρα να αυξήσεις ρυθμούς. Τέλος οι δικαιολογίες. Βρες έστω 30 λεπτά ημερησίως για κάποια σωματική δραστηριότητα.



Η Barbie® παρουσιάζει την πρώτη κούκλα με σύνδρομο Down

Η κούκλα ανήκει στη σειρά Barbie Fashionistas, η οποία εμπνέει τα παιδιά να βρουν μια κούκλα που τα αντιπροσωπεύει.



Το μοντέλο και influencer Erya με τη Barbie με σύνδρομο Down από τη σειρά Barbie Fashionistas

Η Mattel, ανακοινώνει τη διεύρυνση της σειράς Barbie Fashionistas με τη Barbie με σύνδρομο Down, που δημιουργήθηκε για να επιτρέψει σε περισσότερα παιδιά να δουν τον εαυτό τους μέσα από το παιχνίδι, καθώς η Barbie αντανακλά τον κόσμο γύρω τους. Η κούκλα με σύνδρομο Down έχει σκοπό να εμπνεύσει όλα τα παιδιά να πουν περισσότερες ιστορίες παίζοντας.

Η Lisa McKnight, SVP και Global Head of Barbie & Dolls της Mattel δήλωσε μεταξύ άλλων: «Στόχος μας είναι να επιτρέψουμε σε όλα τα παιδιά να δουν τον εαυτό τους μέσα από τη Barbie, ενώ παράλληλα τα ενθαρρύνουμε να παίζουν με κούκλες που δεν τους μοιάζουν. Το παιχνίδι με κούκλες μπορεί να διδάξει κατανόηση και να αναπτύξει ενσυναίσθηση, οδηγώντας σε έναν πιο αποδεκτό κόσμο. Είμαστε περήφανοι που παρουσιάζουμε την κούκλα Barbie με σύνδρομο Down, η οποία αντικατοπτρίζει καλύτερα τον κόσμο γύρω μας και προάγει τη διαφορετικότητα, τη συμπερίληψη και την ισότητα μέσω του παιχνιδιού».

Η Barbie για να διασφαλίσει ότι η κούκλα αντιπροσωπεύει με ακρίβεια ένα άτομο με σύνδρομο

Down συνεργάστηκε στενά με την Εθνική Εταιρεία Συνδρόμου Down (NDSS).

Για να γιορτάσουν το λανσάρισμα της κούκλας και να υποστηρίξουν την προβολή και την κατανόηση των ατόμων με σύνδρομο Down συμμετείχαν στην καμπάνια Γυναίκες Πρεσβευτές από όλη την Ευρώπη. Η Ellie Goldstein, μοντέλο από το Ηνωμένο Βασίλειο, η Éléonore Laloux, Δημοτική Σύμβουλος και Συγγραφέας από την Γαλλία και η Erya μοντέλο και Influencer από την Ολλανδία, παρέα με παιδιά, έπαιξαν με την κούκλα και μοιράστηκαν τις πρώτες αντιδράσεις τους.

Με τη συμβουλή του NDSS, η Barbie δημιούργησε προσεκτικά κάθε σχεδιαστική επιλογή για την κούκλα, όπως:

- **Φιγούρα:** Η κούκλα εισάγει μια νέα φιγούρα προσώπου και σώματος για να είναι πιο ενδεικτική των γυναικών με σύνδρομο Down. Το σώμα έχει μικρότερο κορμό και μεγαλύτερο στήθος, το πρόσωπο είναι πιο στρογγυλό, με μικρότερα αυτιά και επίπεδη ρινική γέφυρα, ενώ τα μάτια είναι ελαφρώς κεκλιμένα σε σχήμα αμυγδάλου. Οι παλάμες της κούκλας περιλαμβάνουν μία γραμμή, ένα χαρακτηριστικό που συχνά συνδέεται με άτομα με σύνδρομο Down.
- **Αξεσουάρ:** Το μοτίβο του φορέματος είναι κίτρινο με φουσκωτά μανίκια και πεταλούδες.
- **Ορθωτικά:** Η κούκλα φοράει επίσης ροζ ορθωτικά ποδιού στον αστράγαλο (AFOs) για να ταιριάζει με το ντύσιμό της και έχει αθλητικά παπούτσια με φερμουάρ. Μερικά παιδιά με σύνδρομο Down χρησιμοποιούν ορθωτικά για να στηρίζουν τα πόδια και τους αστραγάλους τους. Το NDSS παρέχει στην ομάδα σχεδίασης, ένα κουτί ορθωτικών ως έμπνευση για αυτά τα αξεσουάρ.

Η Barbie προσφέρει τη μεγαλύτερη ποικιλία σε κούκλες στην αγορά με περισσότερες από 175 εμφανίσεις, με διαφορετικά χρώματα στο δέρμα,

στα μάτια, στα είδη μαλλιών, σε σωματότυπους, με ειδικές δεξιότητες και πολλά στυλ για να αφηγηθούν τα παιδιά ακόμα περισσότερες ιστορίες. Η Barbie παρουσίασε κούκλες με λεύκη, κούκλες που χρησιμοποιούν αναπηρικό αμαξίδιο, με προσθετικό μέλος, με ακουστικά βαρηκοΐας και με αλωπεκία. Φέτος, η Barbie συνεχίζει να εκπροσωπεί παγκόσμια τη συμπερίληψη και την ισότητα με τη σειρά Barbie Fashionistas 2023, η οποία περιλαμβάνει νέες κούκλες με διαφορετικούς σωματότυπους, καθώς και τη νέα κούκλα Fashionista με σιδεράκια και την κούκλα Ken Fashionista με προσθετικό μέλος.

info

Η σειρά Barbie Fashionistas 2023, συμπεριλαμβανομένης της κούκλας Barbie με σύνδρομο Down, θα είναι διαθέσιμη στην αγορά από αρχές Ιουνίου.



Barbie Fashionistas





Η κορώνα της Triumph, στα μαλλιά μιας Δούκισσας!

Η Triumph εγκαινιάζει μια καινούργια, συναρπαστική συνεργασία με μία δούκισσα made in Greece, την αγαπημένη σε όλους Δούκισσα Νομικού.

Πρωταγωνιστώντας στη νέα καμπάνια για τη σειρά εσωρούχων FLEX SMART, η Δούκισσα είναι η επιτομή της γυναίκας Triumph: γοητευτική, προσιτή και με πολλά διαφορετικά πρόσωπα:

επιχειρηματίας, μαμά, παρουσιάστρια, influencer και πολλά ακόμα. Η Δούκισσα, όπως κι εσύ, τη μία στιγμή μπορεί να είναι αυτό και την άλλη κάτι άλλο, τη μία μπορεί να νιώθει έτσι και μετά κάπως αλλιώς... Το πώς νιώθει κανείς, είναι τελείως υποκειμενικό. Δεν υπάρχει λάθος ή σωστό, κανονικό ή μη... It's personal!

Η ατομικότητα είναι προσωπική – δεν ορίζεται από κανέναν και από τίποτα. Υπάρχουν αμέτρητοι τρόποι για να ζεις, να είσαι, να νιώθεις. Μπορείς να αλλάξεις όψεις, συναισθήματα, ανάγκες και να απολαμβάνεις την ελευθερία αυτών των συνεχών αλλαγών. Γιατί τελικά αυτές οι αλλαγές είναι που σε κάνουν μοναδική και ξεχωριστή, σε κάνουν να είσαι... ο εαυτός σου! #ItsPersonal

Ως brand ambassador της Triumph στην Ελλάδα, η Δούκισσα Νομικού λανσάρει το νέο, ακαταμάχητο σουτιέν FLEX SMART strapless. Ένα σουτιέν που μπορεί να φορεθεί άνετα με ή χωρίς τιράντες, κάτω από τα ρούχα ή σαν ένα υπέροχο στιλάτο μπαντό τοπ.

Λείο, ελαφρύ και χωρίς ραφές, κινείται και αναπνέει μαζί με το σώμα σου, ενώ εσύ το νιώθεις σαν δεύτερο, υπέροχο δέρμα! Και φυσικά, όπως όλη η σειρά FLEX SMART, είναι φτιαγμένο από ανακυκλωμένο ύφασμα, ώστε όταν το φοράς και να νιώθεις καλά, αλλά και να κάνεις το καλό για τον πλανήτη!

Η La Mer παρουσιάζει τη νέα καμπάνια με πρωταγωνίστρια τη Michelle Yeoh



Η βραβευμένη με Όσκαρ ηθοποιός Michelle Yeoh, γνωστή για τις δυνατές της ερμηνείες και την κομψότητα και δύναμή της δίνει αρμονικά με τη La Mer, καθώς και οι δύο ενσαρκώνουν τη δυναδικότητα της διαχρονικής δύναμης και της απαλότητας.

Έμπνευση της La Mer αποτελεί η ενέργεια και η υγεία που πηγάζουν από τη θάλασσα και δημιουργούν αυτό που αποκαλούμε «φυσική ομορφιά». Μια ομορφιά που ταξιδεύει από γενιά σε γενιά και δημιουργεί το “The Look of La Mer” σε κάθε ηλικία. Η Yeoh, η οποία με την πάροδο των δεκαετιών γίνεται όλο και πιο λαμπερή, ενσαρκώνει το ήθος της La Mer σε ένα αιώνιο ταξίδι που αντέχει στις δοκιμασίες που επιβάλλει ο χρόνος. «Τα προϊόντα La Mer όχι μόνο κάνουν την επιδερμίδα μου να λάμπει και να έχει υγιή όψη, αλλά δημιουργούν επίσης την ίδια αίσθηση ηρεμίας και αναζωογόνησης που νιώθω, όταν βρίσκομαι δίπλα στον ωκεανό».

Η Yeoh θα εμφανιστεί σε μια σειρά films που θα δημοσιευτούν στα social media της μάρκας, σε σκηνοθεσία του Yvan Fabing, και αποτελούν μια προσωπική ματιά στην διαδρομή της ηθοποιού και στις τελετουργίες που την μεταμόρφωσαν στη γυναίκα που σήμερα αποτελεί πηγή έμπνευσης. Στο πρώτο κεφάλαιο της σειράς, που κυκλοφόρησε, η Yeoh εξερευνά το παρελθόν της, αναπολεί τις ίδιες της τις εμπειρίες και τις αναμνήσεις και ξεετάζει τον τρόπο που αυτές αποτελούν τα βασικά θεμέλια της ταυτότητάς της, ενώ παράλληλα παρουσιάζει το NEO ενυδατικό προϊόν της La Mer The Moisturizing Soft Cream.



Η ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ υποστηρίζει το ερευνητικό έργο του Μπενάκειου Φυτοπαθολογικού Ινστιτούτου (ΜΦΙ) με γνώμονα την κυκλική οικονομία

Με τις αρχές της βιώσιμης ανάπτυξης και της κυκλικής οικονομίας να βρίσκονται στον πυρήνα της φιλοσοφίας της, η ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ προχωρά σε συνεργασία με το Μπενάκειο Φυτοπαθολογικό Ινστιτούτο (ΜΦΙ) για την υλοποίηση του e-Reuse, ενός φιλόδοξου ερευνητικού έργου που θα συμβάλει ουσιαστικά στην αξιοποίηση των οργανικών αποβλήτων της κτηνοτροφίας και της πτηνοτροφίας στη γεωργία.

Το τριετές έργο εκπονείται από το Εργαστήριο μη Παρασιτικών Ασθενειών, Εδαφικών Πόρων και Γεωπληροφορικής της Επιστημονικής Διεύθυνσης Φυτοπαθολογίας του ΜΦΙ, με στόχο την απόλυτα ασφαλή επαναχρησιμοποίηση αυτών των οργανικών υλικών σε καλλιεργούμενες εκτάσεις του Νομού Ευβοίας, διασφαλίζοντας τόσο την προστασία των εδαφών και τον εμπλουτισμό τους με οργανικές ουσίες όσο και την ασφάλεια των παραγόμενων τροφίμων.

Η ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ συνεισφέρει ενεργά στην υλοποίηση του έργου παρέχοντας όχι μόνο κάποιες από τις ιδιόκτητες εκτάσεις γης στην Εύβοια αλλά και την πρώτη ύλη - κοπριά από τις πτηνοτροφικές μονάδες της. Στο πλαίσιο του ερευνητικού έργου θα αναζητηθούν οι κατάλληλες καλλιέργειες στις οποίες η κοπριά πουλερικών μπορεί να επιτύχει τη βέλτιστη απόδοση και παράλληλα θα γίνει χαρτογράφηση, σε μία έκταση 4.000 στρεμμάτων, των εδαφών που χρειάζονται ενίσχυση από οργανικά και ανόργανα στοιχεία, ώστε να αξιοποιηθούν με τον ορθότερο και πιο αποτελεσματικό τρόπο οι διαθέσιμες πρώτες ύλες.

Η ΑΒ μαζί με τους πελάτες της προσέφεραν 25.974€ στα παιδιά της ΑΜΥΜΩΝΗΣ



Συνολική δωρεά ύψους 25.974€ συγκεντρώθηκε από τα σοκολατένια Αβγά της ΑΒ εν όψει του Πάσχα, μια πρωτοβουλία η οποία αγκαλιάστηκε ιδιαίτερα από τους πελάτες της ΑΒ.

Με την αγορά κάθε Πασχαλινού Αβγού ΑΒ, οι πελάτες συνεισέφεραν τα 0,30 € της αξίας τους στην "Αμυμώνη", ενώ η ΑΒ Βασιλόπουλος διπλασίασε το ποσό που συγκεντρώθηκε.

Για άλλη μια χρονιά, η ΑΒ απέδειξε ότι προτεραιότητά της και αυτές τις γιορτινές μέρες ήταν δεκάδες παιδιά που την είχαν πραγματικά ανάγκη. Τα Πασχαλινά Αβγά ήταν διακοσμημένα με πολύχρωμες ζωγραφιές που προσέφεραν τα παιδιά των υπαλλήλων της ΑΒ, με σκοπό να σκορπίσουν χαμόγελα και να στηρίξουν έμπρακτα το δικαίωμα των παιδιών με πρόσθετες αναπηρίες στην αξιοπρεπή διαβίωση και εκπαίδευση.

Η Αμυμώνη είναι ο Πανελλήνιος Σύλλογος Γονέων Κηδεμόνων και Φίλων Ατόμων με προβλήματα οράσεως και πρόσθετες αναπηρίες. Δραστηριοποιείται κυρίως στην περιοχή της Αττικής και μέσω του προγράμματος της Πρώιμης Παρέμβασης παρέχει υπηρεσίες σε όλη την Ελλάδα. Στόχος του Συλλόγου είναι να διασφαλίσει ότι τα παιδιά με πρόσθετες αναπηρίες εξασφαλίζουν ίσες ευκαιρίες στη μόρφωση και τη ζωή. Μέχρι σήμερα 500 οικογένειες και παιδιά έχουν δεχθεί υποστήριξη, ενώ οι ωφελούμενοι συνολικά ξεπερνούν τους 2000.

Το Πασχαλινό Αβγό της ΑΒ πρόσφερε και φέτος σε έναν καλό σκοπό στηρίζοντας το πολύτιμο έργο της



Η Novibet ανακοινώνει τον Arturo Vidal ως πρώτο παγκόσμιο πρεσβευτή

Η Novibet ανακοινώνει τον Arturo Vidal ως τον πρώτο παγκόσμιο πρεσβευτή του brand. Με τη δυναμική παρουσία του σε κορυφαίες ομάδες τόσο στην Ευρώπη όσο και στη Λατινική Αμερική, ο «King Arturo» ενσαρκώνει το όραμα της Novibet για περαιτέρω διεθνή επέκταση. Παράλληλα, ο Arturo Vidal θα προστεθεί ως ένας εκ των πρεσβευτών του προγράμματος κοινωνικής προσφοράς της Novibet, The Giant Heart, σε Ελλάδα και Λατινική Αμερική.

Έμπειρος και ταλαντούχος παίκτης, ο Arturo Vidal αναγνωρίζεται ως ένας από τους κορυφαίους μέσους, με μια εντυπωσιακή καριέρα που περιλαμβάνει συμμετοχές σε κάποιους από τους μεγαλύτερους ποδοσφαιρικούς συλλόγους παγκοσμίως. Με συνολικό αριθμό ακολούθων που ξεπερνά τα 20 εκατομμύρια, ο Arturo Vidal είναι μια από τις πιο σημαντικές ποδοσφαιρικές προσωπικότητες, με αφοσιωμένο κοινό στη χώρα του, τη Χιλή, καθώς και στην τωρινή του βάση τη Βραζιλία, δύο από τις χώρες που η Novibet ξεκίνησε τη δραστηριοποίησή της εντός του 2023.

«Είμαστε ενθουσιασμένοι που ενώνουμε τις δυνάμεις μας με έναν κορυφαίο παίκτη όπως ο Arturo Vidal, αλλά και για τη συγκυρία αυτής της συνεργασίας, καθώς έρχεται να επιστεγάσει την πολύ δυναμική μας επέκταση στην ευρύτερη περιοχή της Λατινικής Αμερικής. Με το अपαραμίλλο ταλέντο του και την ακλόνητη αφοσίωσή του στο παιχνίδι, ο Arturo ενσαρκώνει το πνεύμα του αθλητισμού και της επιμονής, που πρεσβεύει η Novibet. Καλώς ήρθες, Arturo!», ανέφερε ο Ροδόλφος Οντόνι, για τη Novibet.



Market Trends

Uber Πακέτο με ταξί σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη



Τη δυνατότητα να στείλουν και να λάβουν πακέτα έως 20 κιλά - και όχι μόνο να μετακινούνται οι ίδιοι - έχουν, από σήμερα, οι χρήστες της εφαρμογής Uber σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη. Η υπηρεσία, που παρέχεται από τα συνεργαζόμενα με την εφαρμογή ταξί, είναι πλέον διαθέσιμη στο κοινό των δύο πόλεων 24 ώρες το 24ωρο και η χρέωση γίνεται βάσει ταξίμετρου. Η νέα αυτή υπηρεσία διακίνησης ασυνόδευτου πακέτου προσφέρει αναβαθμισμένη εμπειρία αποστολής δεμάτων. Κατά την υποβολή του αιτήματος για την παροχή της υπηρεσίας θα προβάλλεται εκτίμηση κόστους όπως σε όλες τις υπηρεσίες της Uber, ενώ η πληρωμή θα πραγματοποιείται επίσης μέσω της εφαρμογής.

Πώς μπορείτε να στείλετε ένα πακέτο μέσω του Uber Πακέτο;

1. Στην εφαρμογή Uber, επιλέξτε «Πακέτο». Προσδιορίστε αν θέλετε να «Στείλετε» ή να «Παραλάβετε» ένα αντικείμενο.

2. Πληκτρολογήστε το σημείο παραλαβής και παράδοσης του αντικειμένου και ετοιμάστε το πακέτο για το συνεργαζόμενο οδηγό ταξί.
3. Επιλέξτε «Πακέτο».
4. Συμπληρώστε τις απαιτούμενες πληροφορίες.
5. Μοιραστείτε τη διαδρομή με τον παραλήπτη/αποστολέα του αντικειμένου, ώστε να μπορούν να παρακολουθούν την παράδοση σε πραγματικό χρόνο.

Η υπηρεσία “Uber Package” είναι ήδη διαθέσιμη σε διάφορες χώρες του κόσμου και φτάνει πλέον στην Ελλάδα, επιβεβαιώνοντας τη δέσμευση της εταιρείας για παροχή υπηρεσιών στη χώρα.

Οι φωνές της Πολυνίκης



«Άκου να δεις, δεν μ' αρέσουν τα πολλά λόγια. Με βρήκες στην ανάγκη και σ' ακολούθησα. Αύριο θα κάνουμε τη δουλειά και θα χαιρετηθούμε. Εντάξει; Και για να συνεννοούμαστε, με λένε Πολυνίκη».

Η Πολυνίκη αφηγείται την πολυτάραχη ζωή της ή αφήνει κι άλλες φωνές να

μιλήσουν για την ίδια. Οι συγκρούσεις με την οικογένειά της, η σκληρή αδελφή, η κακοπαθημένη μάνα, ο αμφιλεγόμενος πατέρας, ο προστάτης νονός της διαμορφώνουν τον χαρακτήρα της.

Η νεαρή γυναίκα αφιερώνεται ολοκληρωτικά στην επαγγελματική της ανέλιξη, ενώ συγχρόνως ζει τον μεγάλο έρωτα της ζωής της. Και ενώ όλα μοιάζουν ιδανικά, η χρυσόσκονη σκορπίζει και χάνεται, ο καθρέφτης γίνεται χίλια κομμάτια και όλα γύρω της ανατρέπονται.

Πίσω από την προσωπική της ιστορία αναφαίνονται τα ιστορικά γεγονότα: η απελευθέρωση της Θεσσαλονίκης από τους Γερμανούς, ο Εμφύλιος, η δύσκολη δεκαετία του '50, η περίοδος της Χούντας, η Μεταπολίτευση, οι ραγδαίες κοινωνικές και πολιτικές αλλαγές στην Ελλάδα. Η ηρωίδα βιώνει συνταρακτικές εξελίξεις και κάνει προσωπικές επιλογές που τη σηματοδοτούν. Αδύναμο πιόνι, αποδέκτης άλλων φωνών και φύλακας ανομολόγητων μυστικών, σκινοβατεί ανάμεσα στο φως και στο σκοτάδι, στο συνειδητό και στο ασυνείδητο.

Θα καταφέρει τελικά να ισορροπήσει; Να νικήσει τη μοίρα και να επιβληθεί σε ό,τι την καθορίζει προδιαγράφοντας την πορεία της; Από τις εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ.

Ματωμένη πεταλούδα



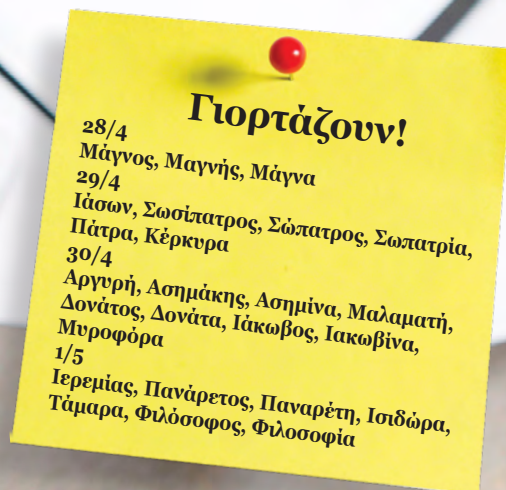
Όποιος σκάβει τα βάθη της ανθρώπινης ψυχής θα βρεθεί αντιμέτωπος με το Κακό.

Η star θεραπεύτρια Κλαρίσα Βίρτανεν έχει αντιμετωπίσει πολλά δύσκολα περιστατικά στο παρελθόν. Όταν δέχεται στο γραφείο της την Ίρα, μια ψυχικά τραυματισμένη νεαρή κοπέλα η οποία ίσα που μπορεί να ψελλίσει κάποιες λέξεις, σημαίνει συναγερμός μέσα της. Το κορίτσι φαίνεται ότι πρόκειται να κάνει κακό στον εαυτό του. Πρέπει να την αποτρέψει με κάθε τρόπο. Δεν επιτρέπεται άλλωστε να χάσει μία από τις ασθενείς της. Γιατί αυτό θα κατέστρεφε τη φαινομενικά τέλεια ζωή της. Ωστόσο δε γνωρίζει ότι η Ίρα την επέλεξε για έναν πολύ συγκεκριμένο λόγο...

Ένα κορυφαίο ψυχολογικό θρίλερ: κάθε φορά που νομίζεις ότι μπορείς να προβλέψεις την εξέλιξή του σε περιμένει ακόμα μια ανατροπή. Από τις εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ.

quote of the day

"NO ETHIC IS AS ETHICAL AS THE WORK ETHIC."
John Kenneth Galbraith



28 Απριλίου

- > Παγκόσμια Ημέρα για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία
- > Biological Clock Day
- > National Cubicle Day

29 Απριλίου

- > Παγκόσμια Ημέρα Χορού
- > Ευρωπαϊκή Ημέρα για την Ενεργό Γήρανση και τη Διαγενεακή Αλληλεγγύη
- > National Zipper Day

30 Απριλίου

- > Διεθνής Ημέρα Τζαζ
- > National Bugs Bunny Day

1 Μαΐου

- > Εργατική Πρωτομαγιά/ Διεθνής Ημέρα Εργατών
- > Global Love Day
- > Law Day
- > Melanoma Monday

tip of the day

"If you've got the confidence and the work ethic, you can make any dream come true."

-Bret Har