



Τα καταφέραμε! Εσείς «κόψατε» τον έγχαρτο λογαριασμό και μαζί φυτέψαμε πάνω από 5.000 δέντρα!



Όλοι εμείς στην ΕΥΔΑΠ, σας ευχαριστούμε που ανταποκριθήκατε στο κάλεσμά μας να καταργήσουμε τον έγχαρτο λογαριασμό και να «πρασινίσουμε» την Αττική, αλλά και πληγείσες περιοχές και κοινότητες της Βόρειας Εύβοιας!

Δεν σταματάμε, όμως, εδώ. Αυτή ήταν μόνο η αρχή. Συνεχίζουμε την προσπάθειά μας!

Για κάθε 5 έγχαρτους λογαριασμούς που μετατρέπονται σε ψηφιακούς, φυτεύουμε ένα δέντρο, σε συνεργασία με τον περιβαλλοντικό οργανισμό we4all.

Μαζί, κάνουμε, ξανά, το χαρτί οξυγόνο!

Μαζί, γιορτάζουμε την παγκόσμια ημέρα νερού!

Επιταχύνουμε την αλλαγή, κάνουμε τη διαφορά στη διαχείριση του νερού, καινοτομούμε για τους καταναλωτές μας και το περιβάλλον, γινόμαστε όλοι μέρος της λύσης, ενώνουμε δυνάμεις και θέληση γύρω από το πολυτιμότερο αγαθό της ζωής.



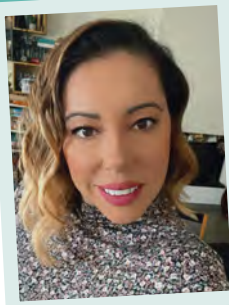
eydap.gr



SAY *yes* to the **press**

ΤΟ ΧΙΟΥΜΟΡ ΣΤΗΝ ΗΓΕΣΙΑ ΚΑΙ Η ΜΑΧΗ ΤΩΝ ΦΥΛΩΝ





Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Κατά το google ο όρος τοξική θηλυκότητα περιγράφει οποιαδήποτε περίπτωση, κατά την οποία οι γυναίκες καλούνται ρητά να συμμορφωθούν με τα παραδοσιακά στερεότυπα του φύλου τους. Στην πραγματικότητα υπάρχουν πολλαπλές ερμηνείες του όρου, μερικές από τις οποίες μπορεί να είναι επιβλαβείς και να προάγουν αρνητικά γυναικεία στερεότυπα, όπως η ιδέα ότι οι γυναίκες από τη φύση τους είναι κουτσομπόλες ή σπάταλες.

Τόσο οι απόψεις μας για τον ανδρισμό όσο και οι απόψεις μας για τη θηλυκότητα, "μας" επιβάλλονται κοινωνικά. Η Τοξική Θηλυκότητα αναφέρεται σε ένα σύνολο επιβλαβών γυναικείων στερεοτύπων που έχουν συνδεθεί με τα κοινωνικά αποδεκτά χαρακτηριστικά του ρόλου του γυναικείου φύλου.

Η τοξική θηλυκότητα είναι αποτέλεσμα εσωτερικευμένου μισογυνισμού και όπως ακριβώς η τοξική αρρενωπότητα μπορεί να είναι επιβλαβής για όλους. Οι περισσότερες γυναίκες λαμβάνουν "τοξική περιποίηση" με βάση τη θηλυκότητα από την παιδική τους ηλικία. Χαρακτηριστικό παράδειγμα όταν λένε στα μικρά κορίτσια πως αν δεν ξέρουν να μαγειρεύουν θα μείνουν στο ράφι και πως η βεντάλια χρωμάτων που τους αρμόζει είναι οι 50 αποχρώσεις του ροζ και του λιλά.

Αρκετοί από μας μπερδεύουμε την τοξική θηλυκότητα με τον σεξισμό. Για παράδειγμα, «Ο σεξισμός λέει ότι μια γυναίκα είναι πολύ αδύναμη για να παίξει ένα άθλημα επαφής, όπως το ποδόσφαιρο ενώ η τοξική θηλυκότητα λέει ότι δεν θέλεις να παίξεις ποδόσφαιρο ούτως ή άλλως, γλυκιά μου, γιατί θα φαίνεσαι φρικτή και ιδρωμένη κατά τη διάρκεια του αγώνα". Ο σεξισμός επικεντρώνεται στη στέρηση της θέσης και των δικαιωμάτων των γυναικών ενώ η τοξική θηλυκότητα έχει να κάνει με τον ορισμό της γυναικείας ιδιότητας όταν πρόκειται για βασικές ανθρώπινες πράξεις ή ουδέτερες προτιμήσεις.

Η τοξική θηλυκότητα δεν είναι πάντα εύκολο να εντοπιστεί επειδή είναι τόσο βαθιά ριζωμένη στον τρόπο ζωής μας. Όταν αρχίσεις να την αναγνωρίζεις θα θυμηθείς συμβουλές που βασίζονται στη θηλυκότητα και μεγάλωσαν γενιές και γενιές. Να σου θυμίσω μερικές;

- Κάτσε σαν κυρία
- Μη λερώσεις το φόρεμά σου
- Μην κόβεις κοντά τα μαλλιά σου, είσαι σαν αγόρι
- Να φοράς make-up, μην είσαι απεριποίητη
- Μην κυκλοφορείς μόνη σου, τι θα πει ο κόσμος
- Να είσαι νοικοκυρά, ποιος άντρας θα σε πάρει

Όμως για να είμαστε δίκαιοι δεν ευθύνονται μόνο οι πρόγονοί μας αλλά και οι άντρες γι' αυτό που συμβαίνει καθώς η τοξική θηλυκότητα δεν είναι προνόμιο κανενός και δυστυχώς δεν έχει φύλο.

Tip of the Day: Ειδικά στον εργασιακό χώρο, γυναίκες υφίστανται εκφοβισμό από άλλες γυναίκες, με όποια μέσα μπορούν και με ό,τι δικαίωμα τους δίνει η θέση εξουσίας στην οποία βρίσκονται. Σύμφωνα με έρευνες πάνω από το 70% των γυναικών νιώθουν ότι υφίστανται εκφοβισμό από άλλες γυναίκες στο γραφείο! Ο συχνότερος λόγος; Η ζήλια. Φοβερό;!

Προσοχή: Αν ψάχνεις τον σωστό όρο για να περιγράψεις τον απαίσιο προϊστάμενό σου ή τη δύστροπη πελάτισσά σου, πριν χρησιμοποιήσεις τη φράση «τοξική θηλυκότητα» σκέψου αν όντως έχει να κάνει με το φύλο σου αυτή η συμπεριφορά ή αν απλά πρόκειται για έναν "περίεργο" άνθρωπο. Θυμήσου, άλλο η «τοξική θηλυκότητα» και άλλο οι τοξικοί άνθρωποι.

Κλαίρη Στυλιαρά
Chief of SayYessers
claire@sayes.gr

Το χιούμορ στην ηγεσία και η μάχη των φύλων



Τι σχέση έχει το χιούμορ με την ηγεσία; Θα θέλατε να έχει ένας leader αυτό το προσόν; Ποιο φύλο πιστεύετε ότι ενισχύεται περισσότερο από το χιούμορ;

Η αλήθεια είναι πως όταν μιλάμε για leadership δεν αναφερόμαστε συχνά στην αξία του χιούμορ. Πρόσφατη έρευνα δείχνει ότι οι αστείες γυναίκες μπορεί στην πραγματικότητα να γίνονται αντιληπτές πιο θετικά από ό,τι υποδηλώνουν συχνά τα στερεότυπα της поп κουλτούρας.

Για να διερευνήσουν οι ερευνητές πώς γίνεται αντιληπτό το ανδρικό και το γυναικείο χιούμορ, πραγματοποίησαν δύο μελέτες στο πλαίσιο δημόσιας παρουσίας με πραγματικούς ομιλητές και κοινό: Τρεις από τους συγγραφείς (Miron-Spektor, Bear και Eliav) ανέλυσαν τις αντιδράσεις σε περισσότερα από 2.400 TED και Ομιλίες TEDx, όπου ηγέτες από διάφορους τομείς εκτέθηκαν σε ζωντανό και διαδικτυακό κοινό. Διαπίστωσαν ότι οι γυναίκες ομιλήτριες που χρησιμοποίησαν περισσότερο χιούμορ ήταν πιο δημοφιλείς και θεωρήθηκαν πιο επιδραστικές και εμπνευσμένες από τις λιγότερο αστείες γυναίκες και άντρες.



Ανεξάρτητα από το φύλο, το χιούμορ έχει αποδειχθεί ότι μεταδίδει τόσο ζεστασιά όσο και ικανότητα. Το χιούμορ επιτρέπει στις γυναίκες να προβάλλουν ταυτόχρονα ζεστασιά και ικανότητα. Διαπιστώθηκε ότι οι πιο αστείες γυναίκες στη μελέτη θεωρήθηκαν τόσο ζεστές και ικανές, υποδηλώνοντας ότι το αποτελεσματικό χιούμορ μπορεί να

είναι το κλειδί για να βοηθηθούν οι γυναίκες ηγέτες να ασκήσουν μεγαλύτερη κοινωνική επιρροή.

Για να διερευνήσουν εάν το χιούμορ έχει παρόμοια επίδραση σε άλλους τομείς, οι άλλοι τρεις συγγραφείς (Huang, Milovac και Lou) διεξήγαγαν μια παρόμοια μελέτη σε ένα επιχειρηματικό πλαίσιο. Διαπίστωσαν ότι οι γυναίκες που αξιολογήθηκαν ως λιγότερο αστείες είχαν λιγότερες πιθανότητες να κερδίσουν διαγωνισμούς σε σχέση με τους εξίσου αστείους άντρες ομολόγους τους



(πιθανότατα λόγω άλλων, πιο γενικών μορφών μεροληψίας φύλου). Αλλά η χρήση του χιούμορ γεφύρωσε αυτό το χάσμα μεταξύ των φύλων: Όσοι είχαν περισσότερο χιούμορ ήταν εξίσου πιθανό να κερδίσουν, ανεξάρτητα από το φύλο.

Το χιούμορ συνδέεται με την ευφυΐα και την ικανότητα, και έτσι, όταν οι γυναίκες παραβιάζουν το στερεότυπο «οι γυναίκες δεν είναι αστείες»

χρησιμοποιώντας αποτελεσματικά το χιούμορ, θεωρούνται θετικά - ως ικανές, επιμελείς και ανεξάρτητες.

Το χιούμορ είναι ένα εργαλείο στην εργαλειοθήκη επικοινωνίας ενός ηγέτη — και η εκμάθηση της αποτελεσματικής χρήσης του απαιτεί επίγνωση του πλαισίου. Αυτό που λειτουργεί σε μια ομιλία του TED ή σε ένα βήμα εκκίνησης μπορεί να μην λειτουργεί στην αίθουσα συνεδριάσεων ή σε μια συνέντευξη Τύπου. Ωστόσο, σε πλαίσια δημόσιας παρουσίασης, όπως ομιλίες, ομιλίες ή ακόμη και πάνελ συνεδρίων και διαδικτυακά σεμινάρια, η έρευνα δείχνει ότι λίγο



χιούμορ μπορεί να βοηθήσει τις γυναίκες να θεωρηθούν ζεστές και ικανές, ενισχύοντας τελικά την επιρροή τους και τις πιθανότητες επιτυχίας.

Επιπλέον, είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε ότι δεν λειτουργούν όλα τα αστεία εξίσου καλά για όλους τους ομιλητές. Οι αστείες γυναίκες στις μελέτες που αναφέραμε δεν έλεγαν τα ίδια αστεία με τους άντρες ομολόγους τους: Το χιούμορ αυτών των γυναικών έτεινε να είναι μοναδικό, προσωπικό, συγκεκριμένο για την κατάσταση και βασισμένο στις εμπειρίες τους.



Παγκόσμια περιβαλλοντική καινοτομία από την Βιολάντα!



Δημιουργεί το πρώτο και μοναδικό εργοστάσιο μπισκότων στον κόσμο χωρίς καμινάδα!



Η Βιολάντα καινοτομεί και πρωτοπορεί όχι μόνο σε επίπεδο προϊόντων αλλά και σε επίπεδο περιβαλλοντικής ευαισθησίας, δημιουργώντας στη Λάρισα το πρώτο και μοναδικό εργοστάσιο μπισκότων στον κόσμο χωρίς καμινάδα. Η παγκόσμια περιβαλλοντική καινοτομία έγκειται στο γεγονός πως η πρωτοποριακή βιομηχανία μπισκότων, μέσω της μοναδικής συνδυαστικής τεχνολογίας «Βιολάντα steam free», έχει καταργήσει τις καμινάδες ρύπων στη γραμμή παραγωγής αλλά και τις καμινάδες αποβολής υδρατμών και θερμών αερίων μέσω ειδικών αναλλακτών νερού γεωθερμίας.

Η καινοτόμα τεχνολογία που παρουσιάζεται για πρώτη φορά στη βιομηχανία μπισκότων, έγκειται σε δίπλωμα ευρεσιτεχνίας που ανήκει στον πρόεδρο και ιδιοκτήτη της Βιολάντα, κ. Κωνσταντίνο Τζιωρτζιώτη, ο οποίος έπειτα από πολυετή σχεδιασμό, σε συνεργασία με μηχανικούς και στελέχη της εταιρείας, ανέπτυξαν και έθεσαν σε λειτουργία την «πράσινη» τεχνολογία, η οποία μας επιτρέπει να σχεδιάζουμε σήμερα... ένα αύριο πιο βιώσιμο για όλους!

Η επένδυση πραγματοποιείται στην Λάρισα και ολοκληρώνεται περί τα μέσα Ιουνίου ενώ ήδη έχουν ξεκινήσει οι δοκιμαστικές παραγωγές με εντυπωσιακά αποτελέσματα. Το ύψος της επένδυσης έφτασε τα 4,2 εκατομμύρια ευρώ και το εργοστάσιο θα παράγει σε πλήρη ανάπτυξη 2,5 χιλιάδες τόνους μπισκότα ετησίως.

Η νέα γραμμή παραγωγής που εγκαταστάθηκε στο πράσινο εργοστάσιο της Βιολάντα θα παράγει τα παρακάτω μπισκότα:

- 1) Πτι - Μπερ
- 2) Digestive
- 3) Cookies Full 45
- 4) Μπισκότα με 3 Υλικά

Η νέα τεχνολογία που ανέπτυξε και έθεσε σε λειτουργία για πρώτη φορά η Βιολάντα, φέρει 100% Ελληνική υπογραφή και αναμένεται να αποτελέσει αφετηρία για νέο τεχνολογικό επαναπροσδιορισμό, πολλών ψηνόμενων προϊόντων σε παγκόσμιο επίπεδο.

Αναλυτικότερα, για την επιτυχή κατάργηση των καμινάδων ρύπων κατασκευάστηκε καθετοποιημένος ηλεκτροτροφοδοτούμενος φούρνος τούνελ υποστηριζόμενος από ανανεώσιμες πηγές ενέργειας (φωτοβολταϊκά κ.α.) καταργώντας έτσι κάθε καύσιμη ύλη και εκμηδενίζοντας την εκπομπή ρύπων. Για την κατάργηση των καμινάδων αποβολής υδρατμών και θερμών αερίων θερμοκηπίου σχεδιάστηκαν, κατασκευάστηκαν και εγκαταστάθηκαν ειδικοί εναλλάκτες νερού οι οποίοι μέσω γεωθερμίας ψύχουν διαιρετικά τους υδρατμούς με αποτέλεσμα την υγροποίηση τους. Τα οφέλη που προκύπτουν από την παραπάνω εφαρμογή είναι αφενός μεν η κατάργηση των καμινάδων υδρατμών, με αποτέλεσμα τον άμεσο περιορισμό αποβολής διοξειδίου του άνθρακα (CO₂) και αφετέρου η δωρεάν παραγωγή ζεστού νερού, αρκετό για την υπερκάλυψη των αναγκών του εργοστασίου.

Οι καινοτόμες πρακτικές της τρικαλινής Μπισκοτοποιίας καθιστούν τη Βιολάντα πρωταγωνιστή στην αειφόρο ανάπτυξη!

Η Βιολάντα διατηρώντας αkéραη την εταιρική κουλτούρα της και λαμβάνοντας υπόψη το δυναμικό θέρμανσης του πλανήτη και την ταχύτητα των κλιματικών μεταβολών κατήργησε τόσο τις καμινάδες ρύπων όσο και τις καμινάδες θερμών αερίων εκμηδενίζοντας σχεδόν τις εκπομπές διοξειδίου του άνθρακα (CO₂) καθώς και τα ισοδύναμα (CO₂e) που προκαλούνται άμεσα από τη παραγωγή ενός προϊόντος.



Χρήστος Αρφάνης,
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος



Ποιος είναι ο νέος James Bond;

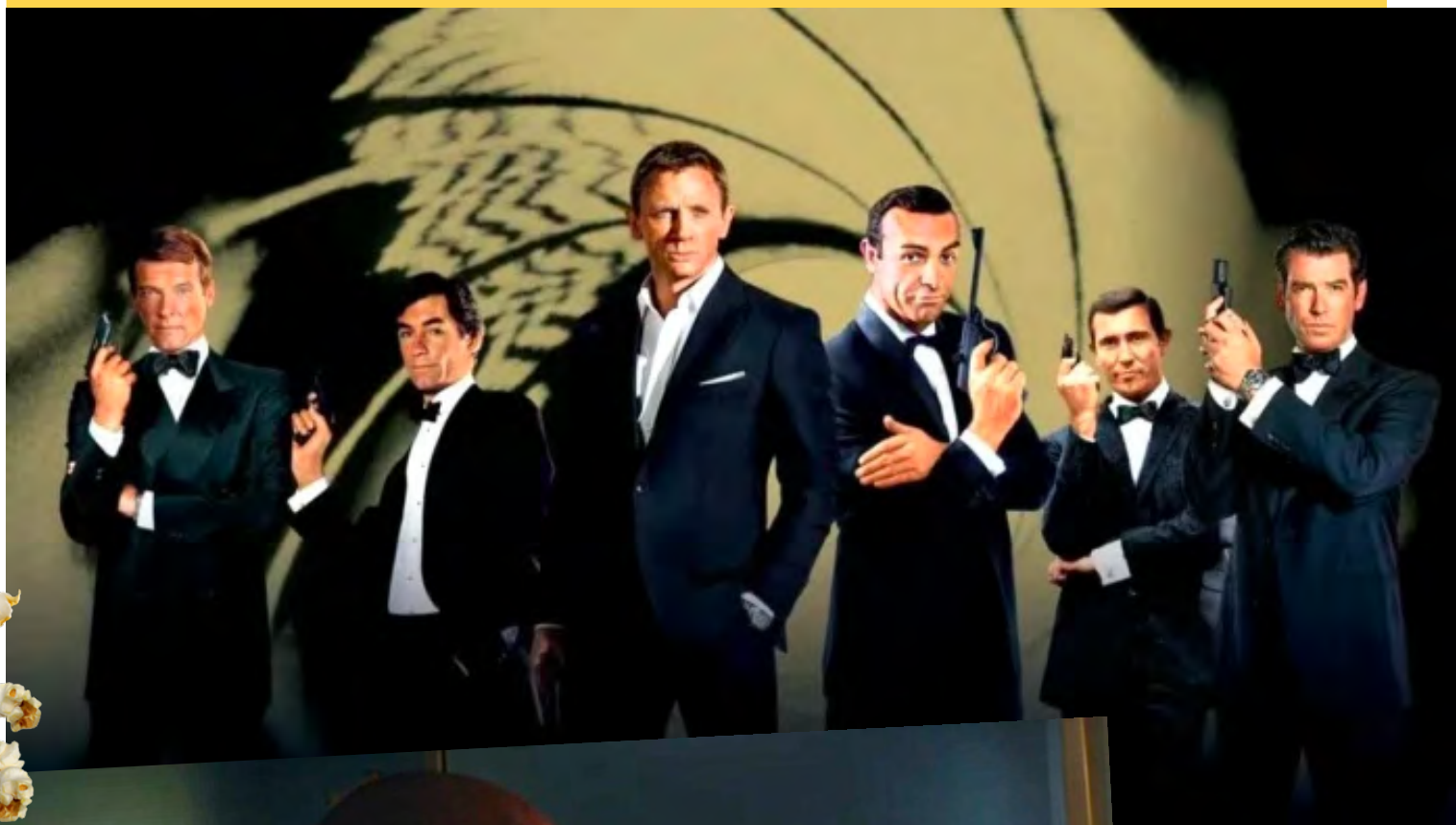
Σε ένα νέο επεισόδιο της σειράς βίντεο του Esquire με τίτλο Explain This, ο θρυλικός The Rock δήλωσε πως θέλει να γίνει ο νέος James Bond.

007™



Το βίντεο του Esquire ξεκινά με τον **Dwayne Johnson** να εξηγεί τη σχέση της οικογένειάς του με το μακροχρόνιο franchise του 007. “Ναι, ο παππούς μου ήταν κακός του Bond στο You Only Live Twice με τον Sean Connery. Πολύ ωραίο“, είπε ο γνωστός ηθοποιός αναφερόμενος στον ηθοποιό Peter Maivia, ο οποίος έπαιξε έναν δευτερεύοντα κακό, ο οποίος ήρθε αντιμέτωπος με τον Bond του Connery. Ο The Rock στη συνέχεια παραδέχτηκε ότι είναι θαυμαστής του franchise του James Bond αλλά δεν έχει την φιλοδοξία να ερμηνεύσει έναν εχθρό του γνωστού πράκτορα. “Θα ήθελα να ακολουθήσω τα βήματά του και να είμαι ο επόμενος Bond. Δε θέλω να γίνω κακός. Θέλω να γίνω ο Bond“, παρακολουθούμε τον Johnson να δηλώνει με υπερηφάνεια στο νέο βίντεο.





Ωστόσο, παρά τις αυτοπροτάσεις των ηθοποιών που θέλουν να γίνουν ο επόμενος 007, οι πιθανότητες ήθελαν τον

Ο Dwayne Johnson δεν είναι ο μόνος ηθοποιός που δήλωσε μόνος του πως θέλει να είναι ο επόμενος James Bond, καθώς ο **Tom Holland** δηλώνει έτοιμος να είναι ο επόμενος James Bond. Ο Holland εμφανίστηκε σε ραδιοφωνικό πρόγραμμα στο Ηνωμένο Βασίλειο, όπου τον ρώτησαν αν θα έπαιζε τον James Bond εάν του ζητηθεί. Ο ηθοποιός δήλωσε με τεράστια χαρά πως θα έλεγε το “ναι” χωρίς δεύτερη σκέψη.



Rege-Jean Page να είναι ο νέος James Bond. Η σειρά *Bridgerton* κυκλοφόρησε στο Netflix, παρουσιάζοντας στο mainstream κοινό τον σχεδόν άγνωστο μέχρι τότε Regé-Jean Page, ο οποίος δεν άργησε να δει τις μετοχές του ως ηθοποιός να φτάνουν στα ύψη, καθώς και τις πιθανότητες να είναι ο νέος 007 να αυξάνονται.

Υπάρχει ακόμα ένα μυστήριο ως προς το ποιος θα επιλεγεί για τον ρόλο του James Bond, αφότου ο Daniel Craig άφησε τον ρόλο μετά το *No Time to Die* του 2012. Το διαδίκτυο έχει γεμίσει από εικασίες για το ποιος πιστεύουν ότι θα είναι ο επόμενος 007. Οι θαυμαστές είναι πεπεισμένοι ότι ο πρωταγωνιστής των *Game of Thrones* και *Citadel*, **Richard Madden**, θα ερμηνεύσει τον εμβληματικό πράκτορα του κινηματογράφου. Ο Madden είναι περισσότερο γνωστός για τον ρόλο του ως Robb Stark στην επιτυχημένη τηλεοπτική σειρά *Game of Thrones*, ενώ έγινε ακόμα γνωστός για την συμμετοχή του στο *Eternals* για το Marvel Cinematic Universe.



Πηγές

<https://www.esquire.com/entertainment/movies/a38224978/dwayne-johnson-james-bond-black-adam-gym-video-interview/>
<https://twitter.com/thisisheart/status/1370122608914599938>
<https://deadline.com/2023/04/james-bond-007-fans-think-they-know-who-will-replace-daniel-craig-1235351333/>
<https://threepixelslab.gr/movies-series/movies/111460/the-rock-thelei-ginei-neos-james-bond/>



Ο Γρηγόρης για όγδοη χρονιά προσφέρει γεύματα αγάπης και αισιοδοξίας

Σε όλους τους νέους που φοιτούν στις σχολικές μονάδες του Σωφρονιστικού Καταστήματος Κράτησης Αυλώνας.

Ο **Γρηγόρης** τοποθετεί την κοινωνική προσφορά στο επίκεντρο και προσφέρει γεύματα αγάπης σε νέους ανθρώπους που αναζητούν μια ευκαιρία για ένα καλύτερο αύριο!

Το σχολικό έτος 2022 – 2023 είναι η όγδοη συνεχή χρονιά που ο Γρηγόρης προσφέρει καθημερινά το σχολικό γεύμα σε όλους τους κρατούμενους που φοιτούν στις σχολικές μονάδες (Δημοτικό, Γυμνάσιο, Λύκειο και Δ.Ι.Ε.Κ.) που λειτουργούν εντός του Σωφρονιστικού Καταστήματος

Κράτησης Νέων Αυλώνα. Οι σχολικές αυτές μονάδες, που ξεκίνησαν τη λειτουργία τους το σχολικό έτος 2015-2016, στοχεύουν στην επιμόρφωση των νέων, έτσι ώστε να ολοκληρώσουν τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση και να προετοιμαστούν για τις πανελλαδικές εξετάσεις. Ο Γρηγόρης, από την πρώτη στιγμή, συμμερίστηκε το όραμα αυτής της αξιέπαινης πρωτοβουλίας και προσφέρει καθημερινά φρεσκο-παρασκευασμένα και εκλεκτά σχολικά γεύματα, δίνοντας ένα επιπλέον κίνητρο στους νέους να συμμετέχουν ενεργά σε όλες τις σχολικές δραστηριότητες.

Τα αποτελέσματα της συνεργασίας του Γρηγόρη με το Σωφρονιστικό Κατάστημα Κράτησης Νέων στην Αυλώνα είναι πολύ ενθαρρυντικά, καθώς αρκετοί νέοι έχουν κάνει ένα ελπιδοφόρο ξεκίνημα στην κοινωνία. Η επιτυχία του προγράμματος είναι ο λόγος που ο Γρηγόρης ξεκίνησε το σχολικό έτος 2021-2022 μία αντίστοιχη δράση στο Ειδικό Σωφρονιστικό Κατάστημα Ανηλίκων Κορίνθου, προσφέροντας το σχολικό γεύμα στους μαθητές που φοιτούν στο σχολείο.

Ο Γρηγόρης πιστεύει σε μια κοινωνία ισότητας και δικαιοσύνης και θα συνεχίσει να προσφέρει με πολλή αγάπη, τα γεύματα στους νέους, για να οραματίζονται το μέλλον τους με αισιοδοξία!



Το Τρίγωνο των Βερμούδων και τα άλυτα μυστήρια...

SAY *yes* & get impressed



Το Τρίγωνο των Βερμούδων είναι μια επικίνδυνη περιοχή μεταξύ της Φλόριντα, του Πουέρτο Ρίκο και των Βερμούδων, που έχει «απορροφήσει» δεκάδες αεροπλάνα και πλοία...

Σύμφωνα με αστικούς μύθους οι εξαφανίσεις οφείλονται σε παραφυσική δραστηριότητα, ακόμα και σε... εξωγήινους!

Το 2017, ο Karl Kruszelnicki, ένας Αυστραλός επιστήμονας κατέρριψε τον μύθο σχετικά με τον μεγάλο αριθμό εξαφανίσεων. Σύμφωνα με τον ίδιο τα άλυτα μυστήρια του Τριγώνου των Βερμούδων οφείλονται πιθανότατα σε «ανθρώπινα λάθη και κακές καιρικές συνθήκες» λόγω της εγγύτητας του τριγώνου με τον ισημερινό.

Η αλήθεια είναι ότι τεκμηριωμένα αποδεικτικά στοιχεία δείχνουν ότι ένα σημαντικό ποσοστό των περιστατικών περιγράφηκαν ανακριβώς ή... εμπλουτίστηκαν από

μεταγενέστερους συγγραφείς. Επίσημες υπηρεσίες έχουν δηλώσει ότι ο αριθμός και η φύση των εξαφανίσεων στην περιοχή είναι παρόμοια με οποιαδήποτε άλλη περιοχή του ωκεανού.

Σύμφωνα με την Αμερικανική Ακτοφυλακή η ύπαρξη υπερφυσικών δυνάμεων στο Τρίγωνο των Βερμούδων είναι μύθος, καθώς κανένα ίχνος κάποιου υπερφυσικού φαινομένου δεν εντοπίστηκε στον συγκεκριμένο χώρο, μετά από έρευνες.

ATHONITES, το ελληνικό brand που κρύβει μέσα του τη δύναμη της φύσης!

Περιποίηση και Ευεξία με τη Φυσική Δύναμη του Όρους Άθω.

Οι Athonites έχουν τις ρίζες τους στο Όρος Άθως, μία ανέγγιχτη, αγνή, και εύφορη γη, με απόλυτη έλλειψη μόλυνσης και ρύπανσης και ένα μοναδικό μικροκλίμα. Ένα αποκλειστικό οικοσύστημα με πλούσια βιοποικιλότητα: 1453 διαφορετικά φυτά, εκ των οποίων 35 ενδημικά.

Αποτελεί Μνημείο Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO και μέρος του δικτύου NATURA 2000, του φιλόδοξου προγράμματος που διασφαλίζει τη διατήρηση του περιβάλλοντος. Από αυτό τον «ευλογημένο» τόπο αντλούνται τα φυσικά συστατικά που συμπεριλαμβάνονται στις συνθέσεις των προϊόντων τους.

Η ουσία του brand εντοπίζεται στην ενσυναίσθηση και τη σχέση του ανθρώπου με τη Φύση, καθώς στο Όρος Άθως συναντάει κανείς μια πραγματικά ανόθευτη σχέση του ανθρώπου με το στοιχείο της Φύσης. Τα άνθη, τα βότανα και τα φυτά, αριστουργήματα της Φύσης, παρατηρούνται, λατρεύονται και συλλέγονται από τις βιολογικά πιστοποιημένες καλλιέργειες ένα-ένα με το χέρι με επιμέλεια και σεβασμό από τους μοναχούς του Όρους Άθω, προσφέροντας εξαιρετικής ποιότητας πρώτες ύλες.



Στη συνέχεια, έμπειροι χημικοί και φαρμακοποιοί και σε συνεργασία με το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, αντλώντας έμπνευση από χειρόγραφες συνταγές 1200 ετών, αξιοποιούν τις φυσικές πρώτες ύλες και, σε συνδυασμό με ελεγμένα δραστικά συστατικά, αναπτύσσουν μοναδικές και αποτελεσματικές συνθέσεις που σκοπό έχουν να προσφέρουν καλύτερο well-being, αυθεντική λάμψη και πλήρη ευεξία για το πρόσωπο και το σώμα. Οι συνθέσεις των Athonites είναι ενισχυμένες





με ένα αποκλειστικό υδατικό έγχυμα από νερό που ρέει στις φυσικές πηγές του Όρους Άθω, εμπλουτισμένο με ένα μείγμα από πέντε Αθωνικά βότανα (δενδρολίβανο, φύλλα αμπέλου, πεντάνευρο καλέντουλα και σιδερίτη) με ισχυρές αντιοξειδωτικές και αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες που ενισχύουν την αντιγηραντική δράση των προϊόντων.

Όλα τα προϊόντα Athonites ελέγχονται, αξιολογούνται και πιστοποιούνται ως φυσικά ή και βιολογικά (organic), με ποσοστά φυσικότητας 84-100%. Οι καθαρές (clean)

συνθέσεις είναι απαλλαγμένες από parabens, sulphates, phthalates, GMOs, toxins, fillers, ορυκτέλαια, petroleum, petrochemicals, SLS, SLES, σιλικόνες, τεχνητά χρώματα και αρώματα - χρησιμοποιούνται μόνο φυσικά συντηρητικά, φυσικά αρώματα και φυσικό υποκατάστατο σιλικόνης από ελιά. Επιπλέον, είναι Cruelty Free, χωρίς ζωικά συστατικά - εκτός από παράγωγα μέλισσας στα δύο balms, ενώ όλες οι συνθέσεις είναι δερματολογικά ελεγμένες και φυσικά και βιολογικά πιστοποιημένες από τον επίσημο φορέα aCert.



Αποτέλεσμα των παραπάνω είναι η δημιουργία δύο προϊόντικών σειρών που συνθέτουν τους Athonites: η Skin Line και η Wellness Line, που χαρακτηρίζονται από πλούσιες και ευχάριστες υφές, ιδιαίτερα βοτανικά αρώματα και ένα χαλαρωτικό αίσθημα φροντίδας και pampering.

Η σειρά [Athonites Skin Line](#) περιέχει τα πιο εκλεκτά και αγνά συστατικά από το μοναδικό οικοσύστημα της Αθωνικής Χερσονήσου, που διατηρείται και φυλάσσεται για σχεδόν 1200 χρόνια.



Wellness Line From The Mount Athos
Πρόσωπο & Σώμα

Η άμεση απάντησή μας όταν το πρόσωπο και το σώμα χρειάζονται βοήθεια. Η σειρά Wellness από το Όρος Άθως περιέχει τη δύναμη των ισχυρότερων συστατικών, επιλεγμένων από άγρια, αγνά βότανα και φυτά. Αυτή η εξαιρετική πηγή θεραπευτικής ενέργειας συγκεντρώνεται σε κάθε προϊόν μας για να βοηθήσει στη θεραπεία και τη φροντίδα

Περιλαμβάνει προϊόντα καθαρισμού (αφρό και έλαιο), περιποίηση προσώπου (κρέμες προσώπου, ματιών, ορό ξηρό λάδι) και σώματος (κρέμα σώματος, χεριών και αφρόλουτρο). Χαρακτηρίζεται από πλούσιες υφές που περιποιούνται ουσιαστικά την επιδερμίδα και μία υπέροχη αίσθηση χαλάρωσης και αναζωογόνησης.

Η σειρά **Athonites Wellness Line** αποτελεί την άμεση απάντηση όταν το πρόσωπο και το σώμα χρειάζονται βοήθεια. Η σειρά περιέχει τη δύναμη επιλεγμένων ισχυρότερων συστατικών από την εύφορη αυτή γη, εξαιρετική πηγή θεραπευτικής ενέργειας για άμεση στοχευμένη ανακούφιση, καταπράυνση και φροντίδα. Μυϊκοί πόνοι, ξηροδερμία, ευαίσθητο δέρμα,

σκασμένα χείλη, πρησμένα πόδια βρίσκουν αμέσως τη λύση τους. Η Wellness Line περιλαμβάνει balms, gels και κρέμες που σκοπό έχουν να ανακουφίσουν και να προσφέρουν λύσεις σε διάφορες ανάγκες.

Με απόλυτο σεβασμό στη βιωσιμότητα σε κάθε στάδιο, από τη σπορά έως τη συγκομιδή και από τη σύνθεση έως τη συσκευασία, οι συσκευασίες των Athonites είναι κατά 95% ανακυκλώσιμες με άμεσα στόχο το 100%. Ακόμα και οι πληροφορίες του brand είναι διαθέσιμες με τη χρήση QR Code, αντικαθιστώντας έτσι τα ενημερωτικά έντυπα που επιβαρύνουν το περιβάλλον, με σεβασμό και φροντίδα για τις επόμενες γενιές.

Την εποχή που η αμφιβολία για την ποιότητα των προϊόντων που χρησιμοποιούμε και ο αντίκτυπος που μπορεί να έχουν στην υγεία μας και στο περιβάλλον, μας προβληματίζει ολοένα και περισσότερο, τόσο καθημερινούς ανθρώπους όσο και επιστήμονες, οι Athonites έρχονται να προσεγγίσουν ξανά τη δύναμη της φύσης με απόλυτο σεβασμό στη βιωσιμότητα.

Ανακαλύψτε περισσότερα στο www.athonites.com



Η εκπαίδευση μπορεί να γεφυρώσει το χάσμα επικοινωνίας στις επιχειρήσεις

Τη σημασία της εκπαίδευσης στις επιχειρήσεις φέρνει στο προσκήνιο η νέα έρευνα που πραγματοποίησε η Focus Bari για την Tack TMI Greece. Σε αυτό το πλαίσιο, στο διάστημα Φεβρουαρίου-Μαρτίου, εξετάστηκαν στάσεις και απόψεις τόσο εργαζομένων, όσο και εργοδοτών/υψηλόβαθμων στελεχών, εταιρειών που δραστηριοποιούνται σε πολλαπλούς κλάδους της οικονομίας στη χώρα μας.

Focus Bari

άνθρωποι • έμπνευση • δημιουργία

Οικονομική ανεξαρτησία και εξέλιξη

Σε ποσοστό 69%, οι εργαζόμενοι ηλικιών 18-24, που εκπροσωπούν τις νεότερες γενιές, φαίνεται να διψούν για ανέλιξη, προτάσσοντας την εξέλιξη και την πρόοδο στο εργασιακό περιβάλλον.

Μάλιστα για τους εργαζόμενους σημαντικό κριτήριο για μια επαγγελματική θέση αποτελεί ο συνδυασμός της προοπτικής εξέλιξης με τη διεύρυνση γνώσεων, ενώ το 59% των εργοδοτών αποδίδει στους εργαζόμενους μόνο την προοπτική εξέλιξης. Επιπλέον, καθοριστικό φαίνεται να είναι και το περιβάλλον-κλίμα για το 70% των εργαζομένων, το οποίο θεωρείται σημαντικός παράγοντας επιλογής εργασιακού πλαισίου από το 64% των εργοδοτών.

Προτεραιότητα η καλλιέργεια soft skills Χαμηλή ακόμα η αυτοπεποίθηση στις γυναίκες

Τα soft skills που θεωρούν τα υψηλόβαθμα στελέχη σημαντικά για τους εργαζομένους διαφέρουν αρκετά από εκείνα που πιστεύουν οι ίδιοι οι εργαζόμενοι, με την καλλιέργεια ομαδικότητας (65%), ικανότητας προσαρμογής (74%), θετικής σκέψης και κριτικής ικανότητας (49%) να ανάγεται σε ιδιαίτερα σημαντική για τους εργοδότες.

Ωστόσο, το 87% των εργαζομένων πραγματοποιεί την συγκεκριμένη περίοδο τουλάχιστον μια δράση για την διεύρυνση των γνώσεων και δεξιοτήτων του, και μάλιστα κυρίως με δική τους πρωτοβουλία και δαπάνη, εστιάζοντας στην ανάπτυξη των επικοινωνιακών δεξιοτήτων, την ενσυναίσθηση, τη διαχείριση

συγκρούσεων, την προσαρμοστικότητα, αλλά και την αυτοπεποίθηση. Όσον αφορά στην ενίσχυση της επαγγελματικής εξέλιξης, προκύπτει ότι οι γυναίκες (40%) αναγνωρίζουν την αυτοπεποίθηση ως ένα από τα πιο σημαντικά soft skills που χρειάζεται να χτίσουν.

Ταυτόχρονα ασφάλεια, σιγουριά και role model ανάγονται στο τρίπτυχο της ιδανικής ηγεσίας, με το 74% των εργαζομένων να αναγνωρίζει την παροχή συναισθηματικής ασφάλειας, καθώς και το να λειτουργεί η ηγεσία ως πρότυπο, τηρώντας αρχές και αξίες, ως καθοριστικό παράγοντα στη διοίκηση ενός εργοδότη.

TACK 
TMI
a GI GROUP brand



Boutari: Η τέχνη της οινοποιίας την επόμενη μέρα

Η νέα σελίδα για την Boutari που παρουσιάστηκε σε μια εντυπωσιακή εκδήλωση την Τρίτη 2 Μαΐου στο Gazarte σε εκπροσώπους των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης και συνεργάτες της Οινοποιίας ήταν αφιερωμένη στην καινούργια εποχή που ανατέλλει για την ιστορική μάρκα κρασιού.

Με όραμα τη διατήρηση της κληρονομιάς του ονόματος Boutari και την περαιτέρω ανάπτυξή του, οι νέοι βασικοί επενδυτές, Ηλίας Γεωργιάδης, CEO του Ομίλου Stenher Stenhus και Θωμάς Γεωργιάδης, CFO του Ομίλου και Πρόεδρος των Ελληνικών Οινοποιιών μίλησαν στη δημοσιογράφο Μαρία Νικόλτσιου που παρουσίασε την εκδήλωση για

το εγχείρημα και τη δημιουργία μιας υγιούς επιχείρησης που εξελίσσεται και προοδεύει. Στόχος της εταιρίας είναι να διαμορφωθεί σε σημαντικό έργο προστιθέμενης αξίας τόσο για τους πελάτες και τις τοπικές κοινωνίες που δραστηριοποιείται, όσο και για τους οινοπαραγωγούς και τους συνεργάτες της.

«Μια νέα αρχή! Θα προσπαθήσουμε να κάνουμε ό,τι μπορούμε να ξαναφέρουμε τη Boutari εκεί που πρέπει και της αξίζει τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό», ανέφερε σε δήλωσή του ο Ηλίας Γεωργιάδης. Στην συνέχεια, ο Θωμάς Γεωργιάδης έκανε λόγο για την πρόκληση της ανάπτυξης που καλείται η νέα εταιρία να αντιμετωπίσει διατηρώντας παράλληλα τη σημαντική κληρονομιά της, ενώ κάλεσε τους συνεργάτες της να γίνουν συνοδοιπόροι στο νέο ταξίδι της. Ο Νίκος Σπέντζας, CEO της Ελληνικά Οινοποιεία, παρουσίασε τα βασικά βήματα για να γίνει το όραμα των δύο βασικών επενδυτών πράξη και δήλωσε ότι «Βασικός πυλώνας του στρατηγικού πλάνου είναι η ανάπτυξη του κωδικολογίου της εταιρίας έτσι ώστε να καλύπτονται όλες οι ανάγκες των καταναλωτών καθώς και η ανανέωση των παραγωγικών της εγκαταστάσεων».

Press Room**Η HELL ENERGY υποστηρίζει την έκθεση «The Comic Con vol. 7»**

Η γνωστή εταιρεία ενεργειακών ποτών HELL ENERGY, κορυφαίο brand στην ελληνική αγορά, συμμετέχει ως χορηγός της Thessaloniki Comic Convention «The Comic Con vol. 7», η οποία θα διεξαχθεί στις 5, 6 και 7 Μαΐου στο Συνεδριακό Κέντρο Ιωάννης Βελλίδης στις εγκαταστάσεις της ΔΕΘ Helexpo.

Όλοι οι λάτρες της 9 ης τέχνης θα είναι εκεί απολαμβάνοντας μεγάλες συλλογές από κόμικ, αλλά και περιοδικά, σειρές, ταινίες και video games, είδη ένδυσης και role playing games. Γνωστοί καλλιτέχνες θα πραγματοποιήσουν workshops με τη συμμετοχή του κοινού, θα υπογράψουν δημιουργίες τους και θα σχεδιάσουν αποκλειστικά για τους θαυμαστές τους.



Ιστορίες της ερευνήτριας Νίνας Σίγμα

ΜΑΚΗΣ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗΣ

ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

Η ΣΚΟΝΗ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ ΟΤΑΝ ΓΚΡΕΜΙΖΕΤΑΙ

Η σκόνη του κόσμου όταν γκρεμίζεται

Από ορίζοντα σε ορίζοντα, φεγγάρι στο φεγγάρι σε μια πορεία γεμάτη ενέδρες, στρατό και παρακρατικούς. Οι τελευταίοι των τελευταίων του Εμφυλίου θα παραδοθούν ή θα εξοντωθούν με τις αλλεπάλληλες προδοσίες, όταν ο φόβος γκρεμίζει τις αδύναμες ψυχές. Η ελπίδα του οράματος, η πατρίδα, η επανάσταση, το μίσος και η επιθυμία για εκδίκηση, το αίμα και ο θάνατος στρώνουν τη λάσπη στο θέατρο του πολέμου. Ένα παιχνίδι χωρίς όρια ανάμεσα στη δύναμη της θέλησης και τις παγίδες της ιστορίας που μετατρέπουν τους πρωταγωνιστές του δράματος σε μια ασήμαντη χαρακιά στο άγριο σκηνικό της βορειοελλαδικής ενδοχώρας.

Το μυθιστόρημα αποτελεί, μαζί με το Όνειρο του Οδυσσέα και την Πόλη χωρίς Θεούς, το τρίτο μέρος μιας τριλογίας που συμπεριλαμβάνει στο χρονικό άνυσμα της αφήγησης την Ελλάδα του Εμφυλίου, της Μεταπολίτευσης και την Ελλάδα της κρίσης. Από τις εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ.

ΜΑΡΙΑ ΣΕΒΑΣΤΙΑΔΟΥ

Ιστορίες της ερευνήτριας Νίνας Σίγμα

δεκατρία περιπλανώμενα διηγήματα



Οι Ιστορίες της ερευνήτριας Νίνας Σίγμα συγκεντρώθηκαν με περίσσια φροντίδα και θρησκευτική ευλάβεια. Η συγγραφέας, απερίσπαστα αφοσιωμένη στη συλλογή του υλικού, διεξήγαγε επισταμένη έρευνα για να το σταχυολογήσει από ταξίδια σε κόσμους υπαρκτούς όσο και μυστηριακούς, σε τόπους οικείους όσο και δυσπρόσιτους.

Τα διηγήματα βασίστηκαν σε στιβαρά τεκμήρια που απανθίστηκαν έπειτα από κοπιώδεις διαδικασίες αναζήτησης: φθαρμένες περγαμηνές από τις αγορές της εύφορης Ανατολής, ζουμερές πληροφορίες από πρόθυμους νομάδες της Μαύρης Ηπείρου, τυχαία συναπαντήματα σε χαώδεις μεγαλουπόλεις της γης Κάτω Υποκάτω, τσιγκούνικα λόγια επ' αμοιβή από μαυραγορίτες σε αγνώριμα στενοσόκακα φωλιασμένα σε παραγκουπόλεις στον αφαλό του ισημερινού, καταχωνιασμένους παπύρους σε δύσβατες σπηλιές της πρόσφορης Γηραιάς Ηπείρου...

Ασφαλώς, κανένας δεν γνωρίζει πού σταματάει η αλήθεια και από πού αρχίζει ο μύθος... Από τις εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ.

quote of the day

**"NO MATTER HOW HARD THE PAST IS,
YOU CAN ALWAYS BEGIN AGAIN."**

Buddha

**Σήμερα
γιορτάζουν!**
Πελαγία, Πελάγιος*,
Γιάριος*, Μελής,
Μέλος, Μέλιος, Μέλια

*Υπάρχουν και άλλες
ημερομηνίες που γιορτάζει αυτό
το όνομα.

And So I
Chose to
Begin Again

tip of the day

*"never feel guilty for
starting again"*

—RUPI KAUR

4 Μαΐου

- › Διεθνής Ημέρα Πυροσβεστών
- › Παγκόσμια Ημέρα Κωδικών Πρόσβασης
- › National Self-Employed Day
- › Bird Day
- › National Renewal Day