

NEA

λουξ  
free

- ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΣΘΗΚΗ ΖΑΧΑΡΗΣ\*
- ΧΩΡΙΣ ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΑ

ΧΩΡΙΣ ΑΝΘΡΑΚΙΚΟ

## Νέα λουξ free, ήρθε η ώρα να τη δοκιμάσεις!

Η λουξ φέρνει κάτι μοναδικό, τη νέα μπλε πορτοκαλάδα **χωρίς ανθρακικό λουξ free, χωρίς συντηρητικά, χωρίς προσθήκη ζάχαρης, με 100% φυσικά γλυκαντικά και 60% λιγότερες θερμίδες!**

Ανακάλυψε την πλούσια γεύση της, που θα σε γεμίσει απόλαυση και τα φυσικά χαρακτηριστικά της, σε **νέα καινοτόμα φιάλη!**



ΜΕΙΩΜΕΝΕΣ ΘΕΡΜΙΔΕΣ

\*Περιέχει φρουκτόζη, σάκχαρα φρούτων και γλυκαντικά φυσικής προέλευσης.

\*\*Ανεξάρτητη καταναλωτική έρευνα, που διεξήχθη από την Circana σε δείγμα 3.200 καταναλωτών στην Ελλάδα.



@louxgreece



@loux.gr



www.loux.gr



@LouxGreece



Loux-Marlafekas



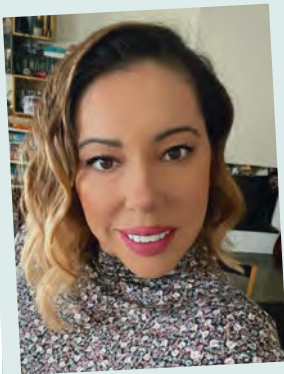
louxfun

SAY *yes* to the **press**



**ΜΠΕΙΤΕ ΣΤΟ ΥΔΡΟΠΛΑΝΟ  
ΚΑΙ... ΦΥΓΑΜΕ!**

# Good morning SayYessers!



## Φτιάξε καφέ να στα πω...

Προεκλογική καλημέρα **SayYesser!!!**

Όχι, δεν θα σχολιάσω τα πολιτικά δρώμενα της χώρας, δεν φτάνουν μέχρι εκεί οι γνώσεις και οι αντοχές μου αλλά και ούτε θα μπω στη διαδικασία να σας πω τα υπέρ και τα κατά του κάθε υποψηφίου, καθώς πραγματικά πιστεύω ότι η ψήφος μας είναι πολύ προσωπική.

Όμως βρήκα μία προεκλογική πλατφόρμα, η οποία υπόσχεται μέσα από κάποιες ερωτήσεις να σε διευκολύνει -αν είσαι αναποφάσιστος και δεν ξέρεις τι να ψηφίσεις, με ποιο κόμμα είσαι πιο κοντά ιδεολογικά.

Προφανώς το έκανα -σιγά που θα μου ξέφευγε και η αλήθεια είναι πως ναι, έπεσε διάνα! Αν θέλεις να δοκιμάσεις και εσύ την τύχη σου κάνε click εδώ: <https://choose4greece.com/>

**Tip of the Day:** Το Choose4Greece είναι μία σύγχρονη, διαδικτυακή εφαρμογή που έχει αναπτυχθεί για τις Βουλευτικές εκλογές της 21ης Μαΐου 2023. Ο σκοπός του Choose4Greece είναι να βοηθήσει τους πολίτες να εξετάσουν με ποιον τρόπο οι πολιτικές απόψεις τους ταιριάζουν με αυτές των πολιτικών κομμάτων και να τους επιτρέψει να έχουν γρήγορη πρόσβαση σε πληροφορίες σχετικά με τις θέσεις των κομμάτων στις εκλογές.

Το Choose4Greece είναι μια εφαρμογή αποκλειστικά μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα και δεν συνδέεται με κανένα πολιτικό κόμμα ή κίνημα.

Το Choose4Greece σχεδιάστηκε από το ερευνητικό εργαστήριο DigiPols (Digital Politics) της Σχολής Επικοινωνίας και Μέσων Ενημέρωσης του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου:

Δρ. Κώστας Γεμενής, Επίκουρος Καθηγητής  
Δρ. Βασιλική Τρίγκα, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια  
Δρ. Κώστας Τζιούβας, Επίκουρος Καθηγητής  
Δρ. Νικόλας Τσαπατσούλης, Καθηγητής  
Βασίλης Μαναβόπουλος, Ερευνητικός Συνεργάτης

με τη συνεργασία των  
Δρ. Γιάννη Κωνσταντινίδη, Αναπληρωτής Καθηγητής, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας  
Δρ. Αλεξία Κατσανίδου, Καθηγήτρια, Πανεπιστήμιο της Κολωνίας και  
GESIS-Leibniz Institute for the Social Sciences

Καλή επιτυχία και καλή ...φώτιση!

Κλαίρη Στυλιάρη  
Chief of SayYessers  
[claire@sayes.gr](mailto:claire@sayes.gr)

# Μπείτε στο υδροπλάνο και... φύγαμε!



**Φεύγουμε για τα νησιά με πλοίο και αεροπλάνο αλλά σύντομα στον χάρτι των μεταφορών μας θα μπει δυναμικά και το υδροπλάνο!**

Με γρήγορο ρυθμό συνεχίζεται η χορήγηση αδειών για υδατοδρόμια σε αρκετές περιοχές της Ελλάδας. Δύο ακόμη περιοχές της Εύβοιας πρόκειται να αποκτήσουν υποδομές, δεδομένου ότι υπογράφηκε η ίδρυση υδατοδρομίων στους Λιμένες Αλιβερίου και Λουτρών Αιδηψού.

Συγκεκριμένα, χορηγούνται άδειες στην Ανώνυμη Εταιρεία με την επωνυμία «Οργανισμός Λιμένων Νομού Ευβοίας Ανώνυμη Εταιρεία» για να προβεί στις προβλεπόμενες ενέργειες για την κατασκευή του συνόλου των απαιτούμενων εγκαταστάσεων υδατοδρομίου, στις περιοχές του Λιμένα Αλιβερίου και του Λιμένα Λουτρών Αιδηψού.

Άδειες έχουν χορηγηθεί, επίσης, στα υδατοδρόμια Ίου, Βόλου, Ρεθύμνου, Καλαμάτας, Κυλλήνης και Κύμης, ενώ εξετάζονται άλλα 20 αιτήματα χορήγησης αδειών ίδρυσης υδατοδρομίων. Έχουν υποβληθεί αιτήσεις που αφορούν στη δημιουργία υποδομών υδατοδρομίων σε Μυτιλήνη, Ρόδο, Αγαθονήσι, Κάσο, Τήλο και Αγία Γαλήνη Ρεθύμνου. Επιπρόσθετα, έχουν χορηγηθεί Βεβαιώσεις Αποδοχής Τεχνικού Φακέλου, που επιτρέπουν την ίδρυση υδατοδρομίων σε Σκόπελο, Αλόνησσο, Σκύρο και Τήνο.

## Η Ελλάδα ιδανικός προορισμός για υδροπλάνο

Η χώρα μας αποτελεί ιδανικό προορισμό για τα υδροπλάνο και υπάρχει η δυνατότητα ανάπτυξης ενός δικτύου 150 υδατοδρομίων - ή και περισσότερων - τα επόμενα χρόνια. Εκτιμάται μάλιστα ότι θα δημιουργηθούν 3.000 άμεσες και έμμεσες θέσεις εργασίας και ότι το πρότζεκτ θα αποφέρει στην ελληνική οικονομία πάνω από 1 δισ. ευρώ.





### Υπήρξαν καθυστερήσεις...

Δέκα χρόνια μετά την ψήφιση του νόμου που θα άνοιγε τον δρόμο για την δημιουργία ενός βιώσιμου δικτύου υδατοδρομίων στην Ελλάδα, το 2013, τα υδροπλάνα δεν άνοιξαν ακόμα τα φτερά τους, αλλά πλέον μετράμε αντίστροφα. Είναι πιθανό να προλάβουμε το καλοκαίρι του 2023, ενώ σύμφωνα με ένα πιο... συντηρητικό σενάριο θα ξεκινήσουν οι πτήσεις το επόμενο καλοκαίρι.

### Ποια είναι η αμοιβή των πιλότων;

Ο μισθός ενός έμπειρου πιλότου από το εξωτερικό είναι περίπου 8.000 ευρώ μηνιαίως (με κλειστά συμβόλαια συνήθως). Αναφορικά με τους Έλληνες, για να αναλάβουν καθήκοντα κυβερνήτη, πρέπει να συμπληρώσουν κάποιες εκατοντάδες ώρες πτήσεων ως συγκυβερνήτες σε συγκεκριμένους τύπους υδροπλάνων ώστε να διασφαλιστεί η επιχειρησιακή ασφάλεια των δρομολογίων.

### Ήξερες ότι...

Το 2004 συστάθηκε η πρώτη εταιρία που πρόλαβε να πετάξει για λίγο καιρό με υδροπλάνα πάνω από τις ελληνικές θάλασσες, στο Ιόνιο, η канаδική AirSea Lines. Ωστόσο, λόγω γραφειοκρατικών και άλλων προβλημάτων εγκατέλειψε γρήγορα και άδοξα τα σχέδια της...



## Απολαύστε το καλοκαίρι στην Μύκονο με Uber Boat

Η Uber ανακοίνωσε την έναρξη μιας νέας υπηρεσίας Boat στην Μύκονο, κατά τη διάρκεια της ετήσιας εκδήλωσης παρουσίασης προϊόντων της εταιρείας, του Go-Get 2023, η οποία πραγματοποιήθηκε στην Νέα Υόρκη. Διαθέσιμο από τα μέσα Ιουνίου έως τον Οκτώβριο, το Boat θα αποτελεί κατά παραγγελία υπηρεσία, την οποία θα λειτουργεί τοπικός αδειοδοτημένος φορέας και θα είναι διαθέσιμη μέσω της εφαρμογής Uber. Οι χρήστες της εφαρμογής θα μπορούν να κάνουν κράτηση για εκδρομές με ένα ταχύπλοο με το πάτημα ενός κουμπιού ώστε να μετακινηθούν σε διάφορα σημεία της Μυκόνου εύκολα και αξιόπιστα.

Η νέα αυτή υπηρεσία αποτελεί ένα ακόμη βήμα στο πλαίσιο της στρατηγικής της εταιρείας, που θέτει την Ελλάδα στο επίκεντρο της αγοράς της Ευρώπης και ενισχύει τη στήριξή της στον ελληνικό τουρισμό, εξασφαλίζοντας προσιτές και ασφαλείς επιλογές μετακίνησης τόσο για τους κατοίκους όσο και τους επισκέπτες του νησιού.

Επιβεβαιώνοντας τη δέσμευσή της να παρέχει πρόσθετη υποστήριξη στις τοπικές επιχειρήσεις μέσω καινοτόμων προσεγγίσεων, η Uber επεκτείνει τη συνεργασία της με τοπικούς συνεργάτες ώστε να προσφέρουν υπηρεσίες μετακίνησης κάνοντας χρήση της τεχνολογίας της πλατφόρμας της.



## Η Hyatt ανακοινώνει τα σχέδιά της για το ντεμπούτο της μάρκας Zoëtry Wellness & Spa Resorts στην Ελλάδα

Η Hyatt Hotels Corporation ανακοίνωσε τη συμφωνία με την AF Partners για την επέκταση της Inclusive Collection (του διεθνούς χαρτοφυλακίου μαρκών πολυτελών all-inclusive resorts, που αποτελεί μέρος της World of Hyatt) με το νέο Zoëtry Halkidiki, που αναμένεται να λειτουργήσει στα μέσα του 2024.

Το νέο resort, με 105 δωμάτια και σουίτες, βρίσκεται στην ευρύτερη περιοχή της Σάνης, κτισμένο στα βράχια ψηλά πάνω από τη θάλασσα, με εκπληκτική θέα προς στον Ολυμπο και τα κρυστάλλινα νερά της Χαλκιδικής. Η παραλία κάτω από το ξενοδοχείο θα προσεγγίζεται αποκλειστικά μέσω ενός πανοραμικού ανελκυστήρα, μια μοναδική εμπειρία για τους απαιτητικούς πελάτες του brand Zoëtry.





Χρήστος Αρφάνης,  
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος



## Ο Clooney θυμάται να τον μαγνητοσκοπούν οπαδοί όντας πεσμένος στο δρόμο έπειτα από ατύχημα

Σε πρόσφατη συνέντευξή του, ο George Clooney αναφέρθηκε στο περιστατικό όπου οπαδοί τον κατέγραφαν σε βίντεο, καθώς ο ηθοποιός ήταν πεσμένος στο δρόμο έπειτα από ατύχημα με μοτοσυκλέτα.



“Περίμενα να κλείσει η μίζα μου. Αν είσαι δημόσιο πρόσωπο, αυτό που συνειδητοποιείς όταν είσαι στο έδαφος νομίζοντας ότι είναι η τελευταία στιγμή της ζωής σου, είναι ότι για μερικούς ανθρώπους θα είναι απλώς ψυχαγωγία για τη σελίδα τους στο Facebook”, διαβάζουμε στις δηλώσεις του ηθοποιού που περιγράφει την κατάσταση στην οποία βρισκόταν μετά το ατύχημα στην πρόσφατη συνέντευξή του με τους Sunday Times.

“Είμαι πολύ θετικός τύπος, αλλά αυτό μου είπε ξεκάθαρα ότι πραγματικά βρίσκομαι εδώ μόνο για τη διασκέδασή τους.” Ο Clooney είχε μιλήσει ξανά στο παρελθόν για το ατύχημα και τη στάση που είχαν οι οπαδοί του, ενώ στην τότε συνέντευξή του για το GQ, μοιράστηκε ότι η πρώτη του σκέψη ήταν τα δίδυμα του, ο γιος του Alexander δηλαδή και η κόρη του Ella, τους οποίους υποδέχτηκε τον Ιούνιο του 2017 με τη σύζυγό του Amal.

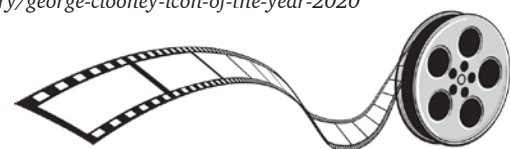


“Στράφηκε (σ.σ. ο οδηγός που έπεσε πάνω στη μοτοσυκλέτα του Clooney) κυριολεκτικά ακριβώς μπροστά μου. Εκτοξεύτηκα. Πήγαινα με τα μούτρα. Αλλά προσγειώθηκα στα χέρια και στα γόνατά μου. Αν το έκανες 100 φορές, ίσως όταν προσγειωθείς στα χέρια και στα γόνατά σου και σε οποιαδήποτε άλλη εκδοχή προσγειωθείς, είσαι τοστ. Βγήκαν τα παπούτσια μου. Όταν χτύπησα στο έδαφος, το στόμα μου, νόμιζα ότι όλα μου τα δόντια είχαν σπάσει. Αλλά ήταν γυαλί από το παρμπρίζ”, πρόσθεσε ο ηθοποιός πριν δηλώσει τα εξής συμπληρωματικά: “Τα παιδιά μου ήταν ενός έτους, και κυρίως ήταν η σκέψη ότι αυτό ήταν και ότι δεν θα τα ξαναδώ”.



**Πηγές**

<https://threepixellab.gr/movies-series/112021/clooney-thymatai-ton-magnitoskopoun-opadoi-ontas-pesmenos-sto-dromo-epeita-apo-atychima/>  
<https://www.thetimes.co.uk/article/george-clooney-turning-60-is-a-bummer-but-its-that-or-dead-kcwkrn0xz>  
<https://www.gq.com/story/george-clooney-icon-of-the-year-2020>





## Dear Manouka, η νέα γαστρονομική άφιξη στο Παγκράτι



Στον γραφικό πεζόδρομο της οδού Ηρώνδα στο Παγκράτι, στον αριθμό 8, βρίσκεται το «Dear Manouka», το νέο wine bar-restaurant που έχει εντυπωσιάσει για την ποιότητα στην γεύση, τη λίστα κρασιών, τα κοκτέιλ και την funky fusion κουζίνα που ενέπνευσε και δένει αρμονικά με το ξεχωριστό περιβάλλον.

Μέσα σ' ένα νεοκλασικό κτίριο του 1890, οι ροζ και πορτοκαλί τοίχοι, τα δύο δωμάτια που έχουν μετατραπεί σε cozy σάλες, η μπάρρα, τα μεταλλικά τραπέζια και οι βελούδινες λεπτομέρειες συνθέτουν ένα μοναδικό σκηνικό με την υπογραφή του Studiomaticity, που ανέλαβε το interior design. Παράλληλα, όσο

καλοκαιριάζει, οι επισκέπτες μπορούν να απολαύσουν το φαγητό τους και στον εξωτερικό χώρο, στον όμορφο πεζόδρομο.

Έχοντας αφιερώσει ένα δωμάτιο αποκλειστικά στο κρασί, μετατρέποντάς το σε επισκέψιμο κελάρι, ο Σωκράτης Βρακάς που έχει επιμεληθεί την λίστα, προτείνει ογδόντα ετικέτες από διεθνή και εγχώριο αμπελώνα. Ο Γιάννης Πισσάς έχει δημιουργήσει υψηλού επιπέδου προτάσεις στα κοκτέιλ: Rum Fashioned Guanciale με ρούμι fat washed guanciale, σιρόπι σφενδάμου κι αρωματικά bitters, Pop margarita με τεκίλα Blanco, cordial από τσίλι και καλαμπόκι, triple sec, lime και τριμμένο καλαμπόκι και Cherry Negroni με blend από βερμούτ μαγειρεμένο με κεράσι, είναι μερικές μόνο από τις επιλογές με τις οποίες αξίζει να συνοδεύσει κάποιος την γευστική του εμπειρία. Τα γλυκά τα έχει επιμεληθεί ο Αλέξανδρος Παπαγεωργίου από το Zillers.

## Press Room

### Χωρίς καταβολή διοδίων οι διευλεύσεις σε όλους τους αυτοκινητόδρομους της χώρας για τις εκλογές

Ελεύθερη, χωρίς καταβολή διοδίων θα είναι η διέλευση των πολιτών σε όλους τους αυτοκινητόδρομους της χώρας προκειμένου να διευκολυνθεί η μετακίνησή τους στις βουλευτικές εκλογές της 21ης Μαΐου 2023, όπως προβλέπει απόφαση του Υφυπουργού Υποδομών και Μεταφορών, αρμόδιου για τις Υποδομές, κ. Γιώργου Καραγιάννη.

Η ελεύθερη διέλευση θα ξεκινήσει στις 00:00 του Σαββάτου 20 Μαΐου 2023 και θα διαρκέσει έως τις 08:00 το πρωί της Δευτέρας 22 Μαΐου 2023. Ειδικότερα, χωρίς διόδια θα πραγματοποιηθούν οι διευλεύσεις επιβατικών Ιδιωτικής Χρήσης και δικύκλων οχημάτων (κατηγορίες 1 και 2) στους μετωπικούς και πλευρικούς Σ.Δ. όλων των μεγάλων αυτοκινητόδρομων της χώρας:

- Αυτοκινητόδρομος Ελευσίνα – Κόρινθος – Πάτρα – Παράκαμψη Πάτρας, Αυτοκινητόδρομος Κόρινθος – Τρίπολη – Καλαμάτα και Λεύκτρο – Σπάρτη,
- Γέφυρα Ρίο – Αντίρριο,
- Ιόνια οδός
- Αυτοκινητόδρομος ΠΑΘΕ τμήμα Μεταμόρφωση - Σκάρφεια,
- Αυτοκινητόδρομος Κεντρικής Ελλάδος και τμήμα ΠΑΘΕ Σκάρφεια - Ράχες, Αυτοκινητόδρομος Ράχες- Κλειδί,
- Εγνατία Οδός
- Αττική Οδός.

Σε ό, τι αφορά τους δικαστικούς αντιπροσώπους που θα μεταβούν για την εκτέλεση των καθηκόντων τους, η είσπραξη διοδίων τελών θα ανασταλεί από την Πέμπτη 18 Μαΐου 2023 στις 10:00 π.μ. έως και τη Δευτέρα 22 Μαΐου 2023 στις 24:00μ.μ., προκειμένου να εκτελέσουν τα καθήκοντά τους. Η διέλευση χωρίς την επιβολή διοδίων θα γίνεται με την επίδειξη του εγγράφου τοποθέτησης του Δικαστικού Αντιπροσώπου καθώς και του Δελτίου Αστυνομικής Ταυτότητάς τους.



# Όταν η Άριελ συνάντησε τη Μαρίνα Σάττι



Είστε φαν της Μικρής Γοργόνας; Εποστρέφει δυναμικά με τη φωνή της Μαρίνας Σάττι!

Οι Millennials και όσοι ανήκουν στην Gen X έχουν όχι μόνο ακούσματα αλλά σίγουρα και αναμνήσεις από την Άριελ και τις περιπέτειές της. Μια γλυκιά νοσταλγία πλημμυρίζει πολλούς από μας στο άκουσμα και κυρίως στην εικόνα της...

Τρεις δεκαετίες και βάλτε μετά από τα πρώτα ραντεβού με την Άριελ μπορούμε να συναντηθούμε μαζί της ξανά και να περιηγηθούμε στον μαγικό κόσμο της.

«Η Μικρή Γοργόνα» αναμένεται να κυκλοφορήσει στους κινηματογράφους στις 25 Μαΐου και εκτός από την Halle Bailey ως Άριελ, συμμετέχουν οι Javier Bardem, Awkwafina, Jonah Hauer-King και Melissa McCarthy ως η κακιά Ursula.

## Η Άριελ στην πιο... live version της!

Οι παλιότεροι γνωρίσαμε την Άριελ μέσα από τα κινούμενα σχέδια. Ήρθε η ώρα να τη γνωρίσουμε καλύτερα και φυσικά να απολαύσουμε την ερμηνεία της Halle Bailey!





## Ήξερες ότι...

### Η Μαρίνα Σάττι μαγεύει με τη φωνή της

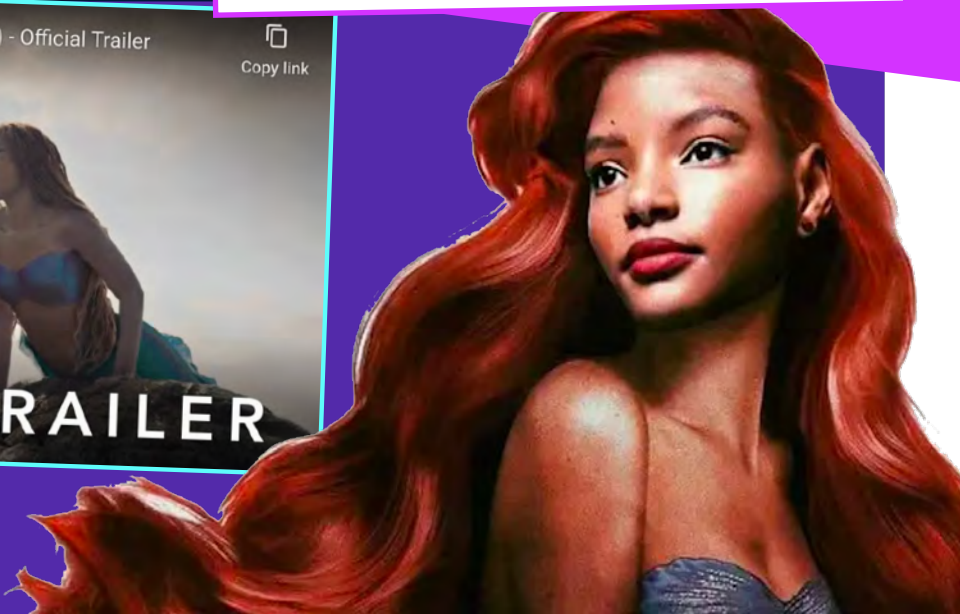
Η Μαρίνα Σάττι χαρίζει την υπέροχη φωνή της στην Άριελ και αναμένεται να συγκινήσει και να ταξιδέψει το κοινό.

### Η Γοργόνα που μας εμπνέει... ακόμα!

Η Άριελ, όπως την γνωρίζουμε, είναι ένα κορίτσι, που τόλμησε για την αγάπη αλλά και ό,τι πίστευε. Είναι μια διαχρονική πηγή έμπνευσης. Μπορεί να μην το περιμένουμε αλλά η Μικρή Γοργόνα μπορεί να μας κινητοποιήσει και να μας κάνει να σηκωθούμε από τον καναπέ και να κυνηγήσουμε τα όνειρά μας! Η «Η Μικρή Γοργόνα» του Rob Marshall ακολουθεί τα "θέλω" της και της αρέσει η περιπέτεια και οι νέες εμπειρίες... τολμά να εξελίσσεται!

- Το μπλε-πράσινο χρώμα που είχε το περύγιο της Ariel ήταν ειδικά αναμειγμένο από το εργαστήριο χρωμάτων της Disney. Ονόμασαν το νέο χρώμα "Ariel" προς τιμήν της!

- Το χρώμα μαλλιών της Ariel αποτέλεσε ένα μεγάλο σημείο διαφωνίας... Το κόκκινο επλέχθηκε επειδή είναι το συμπληρωματικό χρώμα του πράσινου, και επειδή η Daryl Hannah είχε παίξει ήδη μια ξανθιά γοργόνα στο δημοφιλές "Splash".





# Η ΔΕΠΑ Εμπορίας συνεχίζει να στηρίζει τη Δημόσια Υγεία - Καλύπτει τα έξοδα για την ανακαίνιση της ψυχιατρικής κλινικής του Π.Γ.Ν. Αλεξανδρούπολης

Η ΔΕΠΑ Εμπορίας συνεχίζει αδιάλειπτα την υποστήριξη της δημόσιας Υγείας, καλύπτοντας τα έξοδα ύψους 165.000 € για την ανακαίνιση της ψυχιατρικής κλινικής του Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου Αλεξανδρούπολης.

Η δημιουργία συνθηκών για ισότιμη πρόσβαση όλων των πολιτών σε υπηρεσίες υγείας, εντάσσεται στο πλαίσιο δράσεων της ΔΕΠΑ Εμπορίας με κοινωνικό αποτύπωμα, εφαρμόζοντας πρακτικές που προάγουν την αλληλεγγύη και την επιχειρηματική ηθική.

Πιστή στις δεσμεύσεις της για κοινωνική συνεισφορά και δημιουργία αξίας για την ελληνική κοινωνία, η ΔΕΠΑ Εμπορίας έχει αναπτύξει τα τελευταία χρόνια ένα πρόγραμμα στήριξης μονάδων δημοσίων νοσοκομείων αλλά και κέντρων υγείας σε όλη την Ελλάδα.

Η κάλυψη των εξόδων για την ανακαίνιση της ψυχιατρικής κλινικής του Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου Αλεξανδρούπολης από τη ΔΕΠΑ Εμπορίας, αντανακλά την προσέγγιση για έμπρακτη ενίσχυση του Εθνικού Συστήματος Υγείας.

Ο Διευθύνων Σύμβουλος της ΔΕΠΑ Εμπορίας, κ. Κωνσταντίνος Ξιφαράς, τόνισε: «Με υψηλό αίσθημα ευθύνης η ΔΕΠΑ Εμπορίας στηρίζει το Εθνικό Σύστημα Υγείας, δείχνοντας έμπρακτα την αλληλεγγύη της στο κοινωνικό σύνολο. Η εταιρεία έχοντας ενσωματώσει τα κριτήρια ESG όχι μόνο στον επιχειρηματικό σχεδιασμό, αλλά και τον καθημερινό τρόπο



λειτουργίας της, θέτει στο επίκεντρο της κοινωνικής της συνεισφοράς την προάσπιση ενός ύψιστου αγαθού, αυτού της δημόσιας υγείας».

Ο Διοικητής του Π.Γ.Ν. Αλεξανδρούπολης, κ. Ευάγγελος Ρούφος, ανέφερε ότι «πρωτοβουλίες όπως αυτή της ΔΕΠΑ Εμπορίας, αναδεικνύουν την κοινωνική ευαισθησία και το συλλογικό πνεύμα που χαρακτηρίζει την Κοινωνία των Πολιτών, ειδικά στη σύγχρονη εποχή της οικονομικής και ηθικής κρίσης. Αξίζει σε όλους τους εργαζόμενους και νοσηλευόμενους οι συνθήκες εργασίας και διαβίωσης να είναι πρωτίστως ασφαλείς, καταξιώνοντας το κύρος των Δημοσίων Νοσοκομείων στη συνείδηση των πολιτών».



# Focus στην ψυχική υγεία



Ο Μάιος είναι ο μήνας ευαισθητοποίησης για την ψυχική υγεία και αποτελεί μια πολύ καλή ευκαιρία για να ενημερωθούμε για τα ψυχικά νοσήματα αλλά και να συμβάλουμε στην εξάλειψη των στερεοτύπων που σχετίζονται με αυτά.

## ΤΑ ΚΑΛΑ ΝΕΑ

### Τριάντα νέες μονάδες ψυχικής υγείας από το Ταμείο Ανάκαμψης

Πρόσφατα υπογράφηκαν οι προκηρύξεις για 30 νέες δομές που περιλαμβάνονται στις 106 Μονάδες Ψυχικής Υγείας που έχουν ενταχθεί προς χρηματοδότηση στο Ταμείο Ανάκαμψης και Ανθεκτικότητας «Ελλάδα 2.0» και παρέχουν δωρεάν υπηρεσίες σε όλους τους πολίτες. Πρόκειται για Κέντρα Ημέρας και Οικοτροφεία για τον Αυτισμό, Κινητές Μονάδες για την Ακούσια Νοσηλεία, Κέντρα Ημέρας Προαγωγής της Ψυχικής Υγείας μέσω της Τέχνης, καθώς και Κινητές Μονάδες για την υποστήριξη Παιδιών και Εφήβων.

### Πάνω από 300 άτομα επωφελούνται από τις υπηρεσίες υποστήριξης που προσφέρει το ΚΜΟΠ στον δήμο Πειραιά

Περισσότεροι από 300 δημότες και κάτοικοι του δήμου Πειραιά επωφελούνται ήδη από τις υπηρεσίες υποστήριξης που προσφέρει δωρεάν το ΚΜΟΠ Social Net, σε συνεργασία με το Ινστιτούτο Επιχειρηματικής Ανάπτυξης & Καινοτομίας (ΙΝΕΠΙΑΚ) και τη Δ/ση Δημόσιας Υγείας & Κοινωνικών Υπηρεσιών του Δήμου Πειραιά, σε Άτομα με Αναπηρία (ΑμεΑ) και τις οικογένειές τους, έφηβους με υψηλό κίνδυνο παραβατικότητας και άτομα Τρίτης Ηλικίας. Οι υπηρεσίες περιλαμβάνουν, μεταξύ άλλων, εξατομικευμένη ψυχολογική υποστήριξη, ομάδες συμβουλευτικής και ψυχοεκπαίδευσης, καθώς και δράσεις κοινωνικής ενδυνάμωσης και ένταξης.





### Ήξερες ότι...

- Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας σχεδόν 1 δισεκατομμύριο άνθρωποι ζουν με ένα ψυχικό νόσημα, γεγονός που καταδεικνύει την ανάγκη να δώσουμε προτεραιότητα στη διασφάλιση της ψυχικής μας υγείας.

- Σύμφωνα με την Αμερικανική Συμμαχία για την Ψυχική Ασθένεια, κάθε χρόνο στις ΗΠΑ 1 στους 5 ενήλικες βιώνει ψυχικές ασθένειες. Ακόμα, 1 στα 6 παιδιά ηλικίας 6 έως 17 ετών, εμφανίζει διαταραχή ψυχικής υγείας. Το 2021, λιγότεροι από τους μισούς ενήλικες έλαβαν θεραπεία.

υγείας και χρέος δηλώνει ότι το χρέος επιδεινώνει τα προβλήματα ψυχικής υγείας που αντιμετωπίζει

- όσοι έχουν κατάθλιψη και χρέος παρουσιάζουν 4,2 περισσότερες πιθανότητες να εξακολουθούν να έχουν χρέος μετά από 18 μήνες, σε σύγκριση με εκείνους που δεν έχουν χρέος.

### Έρευνα: Πόσο επηρεάζουν τα χρέη την ψυχική υγεία

Σύμφωνα με το αμερικανικό Ινστιτούτο Πολιτικής Χρήματος και Ψυχικής Υγείας, η κακή οικονομική κατάσταση οδηγεί πολύ συχνά σε στρες που είναι πιθανό να επιδεινώσει περαιτέρω τα οικονομικά. Σε έρευνα που πραγματοποίησε το Ινστιτούτο σε Αμερικανούς πολίτες διαπιστώθηκε ότι:

- το 46% των πολιτών με χρέος έχει διαγνωστεί με προβλήματα ψυχικής υγείας
- το 86% των ατόμων με προβλήματα ψυχικής





MARIA IKONOMOPOULOU \_ Rest Life - Icaro  
©studioghanswilschut

## Ιδού η Ρόδος

Η Icaro Contemporary Art Gallery & Agency (ICARO C.A.G.A.) και το Space52 μας προσκαλούν στην ομαδική έκθεση "Ιδού η Ρόδος" ("Hic Rhodus"), σε επιμέλεια του Αποστόλη Αρτινού. Πρόκειται για την πρώτη έκθεση της ICARO C.A.G.A. σε φυσικό χώρο, για την οποία δεκατέσσερις διακεκριμένοι σύγχρονοι καλλιτέχνες προσκλήθηκαν να εμπνευστούν από τα κεραμικά της διάσημης κεραμοποιίας Ίκαρος στην Ρόδο και, μελετώντας τα σχέδια από το πρωτότυπο, να τα αξιοποιήσουν σε δικές τους νέες δημιουργίες. Το έργο των δημιουργών αποτελεί ένα σύγχρονο σύνολο κεραμικών, εγκαταστάσεων και γλυπτών, έναν αναστοχασμό πάνω στην έννοια του παραδοσιακού αλλά και μία ανατρεπτική γραφή στη συνέχεια της παράδοσης του Ίκαρου.

Σύμφωνα με τον επιμελητή της έκθεσης Αποστόλη Αρτινό: "Οι καλλιτέχνες της έκθεσης καλούνται να αναλάβουν μέσα στο αισθητικό περιβάλλον της εποχής τους, αυτήν ακριβώς την εμπειρία της ανάκλησης. Να ανακαλέσουν στο έργο τους τη μνήμη του πράγματος και να αναμετρηθούν με τη σαγήνη του. Δεν είναι η φορμαλιστική προσέγγιση που υπαγορεύει την εργασία τους, αλλά η διαφάνεια μιας διακοσμητικής γραφής που διαθέτει τα σημεία της, αυτόν τον άνθινο διάκοσμό της, το μυθικό φύλλο σαζ, τα ιστιοφόρα πλοιάρια, τα ελαφάκια και τα πουλιά. Ένα καθιερωμένο αισθητικό περιβάλλον που αληθεύει, πάντα εν καιρώ, την αλήθειά του".

Εγκαίνια έκθεσης 27 Μαΐου 2023, 8 μ.μ.

Διάρκεια: 27 Μαΐου – 24 Ιουνίου 2023

Επιμέλεια έκθεσης: Αποστόλης Αρτινός

Καλλιτέχνες: Λεώνη Γιαγδζόγλου, Στέλλα Καπεζάνου, Απόστολος Καρακατσάνης, Κωνσταντίνος Λαδιανός, Κυριακή Μαυρογιώργη, Ναταλία Μαντά, Μάρω Μιχαλακάκου, Δημήτρης Νεβεσκιώτης, Μαρία Οικονομίδου, Μαρία Οικονομοπούλου, Γιώργος Τσεριώνης, Δημήτρης Φραγκάκης, Ιωάννα Χατζηπανηγύρη, Διονύσης Χριστοφιλογιάννης.

## «Ω! Τι υπέροχη εκδρομή» Παρουσίαση στον ΙΑΝΟ



ΑΡΗΣ ΜΑΡΑΓΚΟΠΟΥΛΟΣ

Ω! Τι υπέροχη  
εκδρομή!

Την Πέμπτη 25 Μαΐου στις 20:30 η Αλυσίδα Πολιτισμού ΙΑΝΟΣ, και οι εκδόσεις Τόπος, διοργανώνουν παρουσίαση του βιβλίου του Άρη Μαραγκόπουλου, με τίτλο «Ω! Τι υπέροχη εκδρομή»

Για το βιβλίο θα συνομιλήσουν ο συγγραφέας Άρης Μαραγκόπουλος και ο δημοσιογράφος Νίκος Θρασυβούλου, ενώ στο τέλος θα προβληθεί βίντεο με τον συγγραφέα να διαβάζει χαρακτηριστικά κομμάτια του μυθιστορήματος.

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στον ΙΑΝΟ της Αθήνας, Σταδίου 24 και θα προβάλλεται ζωντανά στο κανάλι Youtube και στη σελίδα Facebook του ΙΑΝΟΥ.

Link βιβλίου: <https://bit.ly/40Oqh6T>

Link εκδήλωσης: <https://bit.ly/446iWT3>

## Χτίζοντας την αυτονομία στην προσχολική ηλικία

Άννα Αθανασοπούλου  
Ελένη Βρετουδάκη

### ΧΤΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

Κέντρα μάθησης και προαγωγής δεξιοτήτων  
στο νηπιαγωγείο



Την Τετάρτη 26 Μαΐου, στις 19:00 η Αλυσίδα Πολιτισμού ΙΑΝΟΣ και οι εκδόσεις Δίσιγμα, διοργανώνουν παρουσίαση του βιβλίου των Άννα Αθανασοπούλου και Ελένη Βρετουδάκη, με τίτλο «Χτίζοντας την αυτονομία στην προσχολική ηλικία: Κέντρα μάθησης και προαγωγής δεξιοτήτων στο νηπιαγωγείο».

Για το βιβλίο θα μιλήσουν οι:

Ελισάβετ Μελά-Αθανασοπούλου, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια-Γλωσσολόγος-Τμήμα Αγγλικής Γλώσσας και Λογοτεχνίας Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης

Κατερίνα Λαλιώτη, Σύμβουλος Εκπαίδευσης Νηπιαγωγών Ανατολικής Θεσσαλονίκης

Ελένη Σουβαϊτζή, Εκπαιδευτικός στο 12ο Νηπιαγωγείο Πολίχνης

Μαρία Κεραμυδά, Εκπαιδευτικός στο 17ο Νηπιαγωγείο Καλαμαριάς

καθώς και οι συγγραφείς του βιβλίου:

Άννα Αθανασοπούλου, Συγγραφέας, Εκπαιδευτικός Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Ηρακλείου

Ελένη Βρετουδάκη, Συγγραφέας, Ειδικό Διδακτικό Προσωπικό του Παιδαγωγικού Τμήματος Προσχολικής Εκπαίδευσης του Πανεπιστημίου Κρήτης.

Την εκδήλωση θα χαιρετήσει η Δρ. Ευαγγελία Μπούτσκου, Διευθύντρια Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτικής Θεσσαλονίκης, ενώ τη συζήτηση θα συντονίσει η Μαρία Ναλμπάνη, Εκπαιδευτικός στο 7ο Νηπιαγωγείο Πολίχνης.

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στον Ιανό της Θεσσαλονίκης, Αριστοτέλους 7.

Link εκδήλωσης: <https://bit.ly/3V18B6U>

Link βιβλίου: <https://bit.ly/3oD9Cpi>

## Food for Thought

kids' edition

## Δεν το έκανα εγώ

Όταν οι γονείς του τον ρωτάνε αν εκείνος έσπασε το τζάμι, ο Πίκολο λέει «όχι». Μετά τους εξηγεί ότι δεν έφταιγε εκείνος, γιατί δεν το έκανε επίτηδες. Είναι κακό να λες ψέματα για να μη σε μαλώσουν; Κάνει να λες ψέματα για πλάκα ή για να μη στεναχωρήσεις τους άλλους;

Μια διασκεδαστική και εκπαιδευτική σειρά βιβλίων, για να τη διαβάσουν και να τη μοιράζονται μικροί και μεγάλοι. Κάθε ιστορία είναι γραμμένη με χιούμορ και βοηθά τα παιδιά να απαντήσουν σε ορισμένα καθημερινά, αλλά γνήσια φιλοσοφικά ερωτήματα. Στο τέλος κάθε βιβλίου υπάρχει το «φιλοσοφικό εργαστήριο του Πίκολο», με οδηγίες για τους γονείς, καθώς και συμβουλές και παιχνίδια για τους μικρούς αναγνώστες. Από τις εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ.

Μισέλ Πικμάλ

Τομά Μπαός

Ο μικρός φιλόσοφος

ΔΕΝ ΤΟ ΕΚΑΝΑ  
ΕΓΩ!



ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ



quote of the day

**"REAL MUSEUMS ARE PLACES WHERE TIME IS TRANSFORMED INTO SPACE."**  
Lisa Kleypas

**Σήμερα  
γιορτάζουν!**  
Ιουλία, Ιουλιανή,  
Ιούλιος\*, Γαλάτεια,  
Φαεινός, Φαεινή

\*Υπάρχουν και άλλες  
ημερομηνίες που γιορτάζει αυτό  
το όνομα.



tip of the day

A visit to a museum is a search for beauty, truth, and meaning in our lives. Go to museums as often as you can.

Maira Kalman

18 Μαΐου

- › Διεθνής Ημέρα Μουσείων
- › Παγκόσμια Ημέρα Ενημέρωσης για το Εμβόλιο κατά του AIDS
- › Διεθνής Ημέρα για τις Γυναίκες στη Ναυτιλία
- › National Visit Your Relatives Day