

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

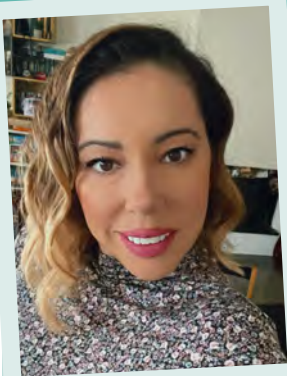


louxfun

# Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΧΗΜΕΙΑ, Η ΑΠΟΧΗ ΚΑΙ... ΤΑ ΠΑΡΤΙ ΔΙΑΖΥΓΙΟΥ!







## Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Τι είναι η περιέργεια; Αναλόγως τα βιώματά μας, ο καθένας από μας την περιέργεια την εκλαμβάνει διαφορετικά. Για άλλους είναι κακή συνήθεια, για άλλους είναι τοξική, για άλλους είναι ευχάριστη και τρόπος ζωής, ε λοιπόν για μένα η περιέργεια είναι υπερδύναμη.

Η περιέργεια είναι θεραπεία για τον φόβο. Η περιέργεια είναι καύσιμο για την προσωπική ανάπτυξη. Η περιέργεια είναι μια έντονη επιθυμία για μάθηση και κατανόηση νέων πραγμάτων. Τι άλλο θέλεις;

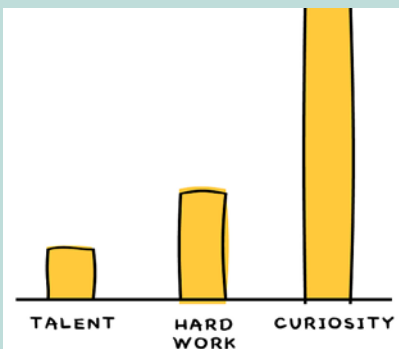
Ο ανθρώπινος εγκέφαλος αγαπά νέα πράγματα, νέες εμπειρίες και νέους ανθρώπους. Όταν είμαστε περιεργοί, μπαίνουμε σε έναν κόσμο ατελείωτων δυνατοτήτων. Αμφισβητούμε πράγματα, αποκτούμε νέες δεξιότητες και πειραματιζόμαστε. Όταν το κάνουμε αυτό, η ντοπαμίνη που ενεργοποιείται κάνει το μυαλό μας χαρούμενο.

Εάν είσαι σε ένα βαρετό πάρτι, η περιέργεια μπορεί να σε ενθουσιάσει.

Εάν έχεις κολλήσει επαγγελματικά, η περιέργεια μπορεί να σε σώσει.

Εάν δεν έχεις κίνητρα στη ζωή σου, η περιέργεια μπορεί να σε τροφοδοτήσει.

Εικόνα από τον Harsh Darji



Η περιέργεια μπορεί να προσθέσει όρεξη στη ζωή μας και να μας οδηγήσει σε ένα νέο κόσμο γεμάτο κέφι, αυτοπεποίθηση και ευεξία.

Το αγαπημένο μου στοιχείο σχετικά με την περιέργεια είναι ότι μπορεί να διερευνηθεί από οποιοδήποτε, ανεξάρτητα από το πού ζει ή το επίπεδο

εκπαίδευσης που έχει. Η ωφέλιμη περιέργεια μπορεί εύκολα να γίνει συνήθεια — όσο περισσότερο τη χρησιμοποιούμε, τόσο πιο φυσικά θα μας έρχεται. Η περιέργεια είναι ένας δρόμος προς την ανεξαρτησία... και την ανεξαρτησία σκέψης μας φυσικά.

**Tip of the Day:** Συχνά παγιδευόμαστε στον τρόπο σκέψης μας και στο πώς βλέπουμε και αντιμετωπίζουμε τον κόσμο γύρω μας. Έχουμε συνηθίσει τόσο πολύ να βλέπουμε τον κόσμο με τον δικό μας τρόπο, που είμαστε πεπεισμένοι πια ότι ο κόσμος είναι όπως ακριβώς τον βλέπουμε. Ένας από τους πιο σημαντικούς τρόπους με τους οποίους μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε την περιέργεια κάθε μέρα είναι να βλέπουμε τον κόσμο μέσα από τα μάτια των άλλων ανθρώπων, να βλέπουμε τον κόσμο διαφορετικά. Αυτό είναι εξέλιξη! Οπότε ναι, ίσως η περιέργεια να σκότωσε τη γάτα όμως σίγουρα έσωσε τον άνθρωπο!

Καλό Σαββατοκύριακο!!!

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

# Η σεξουαλική χημεία, η αποχή και... τα πάρτι διαζυγίου!

**Ας το πάμε αντίστροφα... Θα ξεκινήσουμε από τα διαζύγια να να φτάσουμε στην... χημεία!**

Η χώρα με τα περισσότερα διαζύγια είναι η Μαυριτανία. Εκεί το διαζύγιο θεωρείται λόγος για να γιορτάσουν και να διαδώσουν ότι η χωρισμένη γυναίκα είναι διαθέσιμη για τον επόμενο γάμο! Στη Μαυριτανία το έχουν έθιμο οι γυναίκες να κάνουν πάρτι διαζυγίου εδώ και αιώνες! Πλέον ανεβάζουν φωτογραφίες και βίντεο για να μοιραστούν τη χαρά τους και να δηλώσουν παντού ότι είναι πια διαζευγμένες! Η Μαυριτανία είναι μια μουσουλμανική χώρα, όπου άνδρες και γυναίκες κάνουν πολλούς γάμους.

Τα διαζύγια στη χώρα είναι τόσο συνηθισμένα, σύμφωνα με την Nejwa El Kettab, κοινωνιολόγο που μελετά τις γυναίκες στη Μαυριτανία, εν μέρει επειδή η πλειονότητα της κοινότητας Maure κληρονόμησε ισχυρές «μητριαρχικές τάσεις» από τους Βέρβερους προγόνους τους. Συγκριτικά με άλλες μουσουλμανικές χώρες, οι γυναίκες στη Μαυριτανία είναι αρκετά ελεύθερες και μπορούν αν θέλουν να ακολουθήσουν «γαμήλια καριέρα»! Μάλιστα οι διαζευγμένες γυναίκες θεωρούνται έμπειρες και ως εκ τούτου επιθυμητές.

## Ας μιλήσουμε για αποχή...

Έχετε αναρωτηθεί τις επιπτώσεις της αποχής από το σεξ; Σύμφωνα με μελέτες σεξουαλικά ανενεργά άτομα μπορεί να έχουν υψηλότερο κίνδυνο εμφάνισης στυτικής δυσλειτουργίας, μειωμένη λίμπιντο και κολπική ξηρότητα.

Επιπλέον, η έλλειψη σεξ μπορεί να οδηγήσει σε αίσθημα μοναξιάς αλλά και σε μειωμένη αυτοεκτίμηση, ενώ τα επίπεδα τους στρες συνήθως αυξάνονται. Η σεξουαλική αποχή συνδέεται με άγχος και κατάθλιψη.







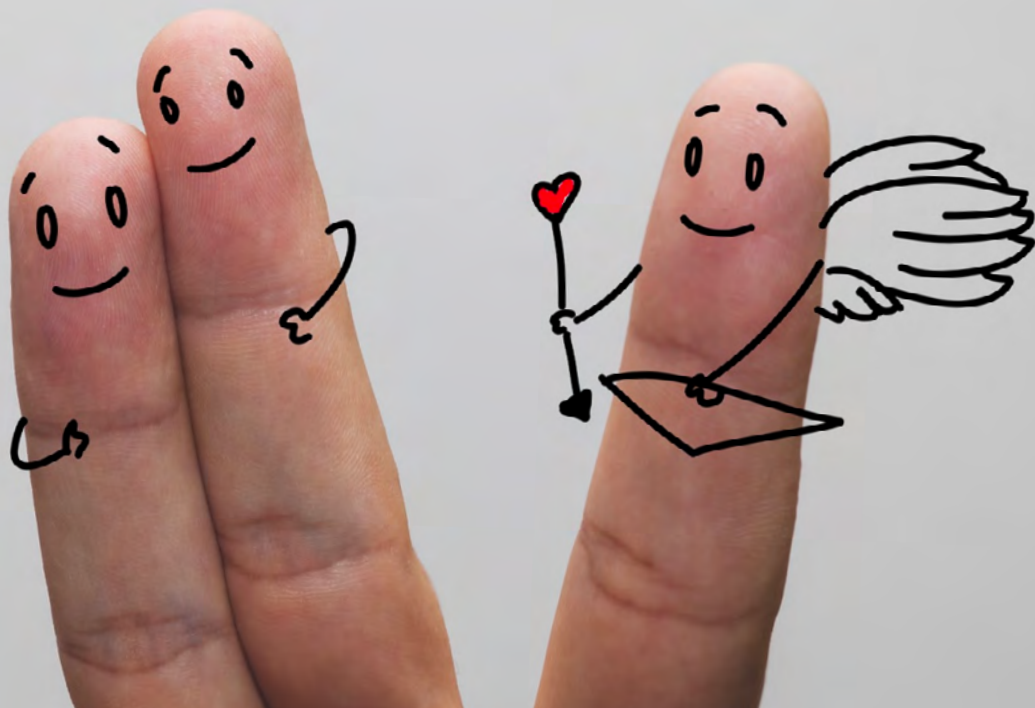
Η έλλειψη σεξουαλικής επαφής έχει επιπτώσεις και στο ζευγάρι, καθώς δημιουργεί ή ενισχύει αρνητικά συναισθήματα, απογοήτευση, θλίψη, μελαγχολία, δυσάρεσκεια... Όταν η σεξουαλική οικειότητα μειώνεται πολλές φορές το ζευγάρι απομακρύνεται και η καλή επικοινωνία χάνεται...

Ακόμα, προκύπτουν βασανιστικά ερωτήματα που οδηγούν συχνά στην αυτοαμφισβήτηση και στην πεποίθηση ότι δεν είναι επιθυμητός κάποιος ούτε ελκυστικός.

### Ας μιλήσουμε για χημεία...

Το ερώτημα είναι: Πώς θα ξέρω αν έχουμε σεξουαλική χημεία; Υπάρχουν σημάδια για να το καταλάβω; Η επιστήμη έχει την εξήγηση! Όταν κάποιος

μας διεγείρει σεξουαλικά, το σώμα αντιδρά ως εξής: με παραγωγή οιστρογόνων, για τις γυναίκες, και ανδρογόνων για τους άνδρες. Γιατί συμβαίνει αυτό; Ο εγκέφαλός μας "εκτοξεύει" ορμόνες όπως είναι η αδρεναλίνη και η ντοπαμίνη στο σώμα μας και το αποτέλεσμα είναι να νιώθουμε κάπως υπέροχα...







περίεργα! Δηλαδή, κάτι ανάμεσα σε ενθουσιασμό, άγχος, ευχαρίστηση και ασφάλεια...

Δώσε προσοχή: Μήπως ξαφνικά οι εκφράσεις του προσώπου σου και οι κινήσεις σου είναι διαφορετικές; Η αμηχανία, το άγχος και η ντροπή εμφανίζονται και σε συνδυασμό με την αναζήτηση της οπτικής επαφής αλλά και την αναζήτηση στον χώρο -με στόχο την εγγύτητα- δείχνουν ότι υπάρχει χημεία.

### Ήξερες ότι...

• Έρευνα με πάνω από 80.000 ανθρώπους διαπίστωσε ότι το 48% των ανδρών μπορεί να ερωτευτεί με την πρώτη ματιά σε σύγκριση με μόλις 28% των γυναικών.

• Οι γυναίκες δεν κάνουν το ενδιαφέρον τους για το σεξ καθώς μπαίνουν στη μέση ηλικία, σύμφωνα με έρευνα που παρακολούθησε πάνω από 3.200 γυναίκες σε διάστημα 15 χρόνων.



Ελίνα Δημητριάδου,  
Διατροφολόγος



# Πώς να αντιμετωπίσεις ένα βραδινό υπερφαγικό επεισόδιο

**Έχεις παρατηρήσει ότι τις βραδινές ώρες (έχοντας φάει κανονικά μεσημεριανό) σε πιάνει έντονη επιθυμία για φαγητό; Ειδικά μία επιθυμία για εναλλαγή αλμυρού - γλυκού που μπορεί να κρατήσει ώρες; Πώς θα μπορούσες να αντιμετωπίσεις άμεσα και πρακτικά ένα τέτοιου τύπου βραδινό υπερφαγικό επεισόδιο;**



**1.** Αποφύγετε να μένετε πολλές ώρες νηστικοί, νομίζοντας ότι έτσι θα χάσετε βάρος. Να τρώτε μόλις νιώσετε το πρώτο γουργούρισμα στο στομάχι και να επιλέγετε τροφές όπως πολύσπορο ψωμί, τυρί με χαμηλά λιπαρά, αβγό, ζαμπόν γαλοπούλας ή κοτόπουλο, γιαούρτι με βρώμη και μέλι, μπάρες δημητριακών (κατά προτίμηση σπιτικές), τοστ, φρούτο εποχής με 1 χούφτα ξηρούς καρπούς ή ένα απλό κουλούρι Θεσσαλονίκης. Για παράδειγμα, 1 τοστ είναι περίπου 300 θερμίδες. Το ίδιο και 1 μήλο με 12 αμύγδαλα ή 1 φέτα Γερμανικό πολύσπορο ψωμί με 2 τριγωνάκια La Vache qui rit light και 2-3 φέτες ζαμπόν κοτόπουλο ή μια μεγάλη σπιτική μπάρα δημητριακών.

ΔΕΝ θα χάσετε βάρος αν μένετε πολύ ώρα νηστικοί, αντίθετα θα φάτε λαίμαργα και θα πάθετε, με μαθηματική ακρίβεια, βουλιμικό επεισόδιο το βράδυ!

**2.** Να έχετε πάντα στο ψυγείο σας ψητό κοτόπουλο (χωρίς πέτσα), πράσινες σαλάτες όπως βραστά κολοκυθάκια, μπρόκολο, σπανάκι-ρόκα, χόρτα, μαρούλι, kale κλπ. Έτσι, όταν θα σας πιάσει βουλιμικό επεισόδιο (π.χ. αργά τη νύχτα), προτιμήστε λίγο κοτόπουλο με σαλάτα και μουστάρδα. Αν μέσα στην ημέρα μας έχουμε μοιράσει σωστά και με έξυπνο τρόπο τα γεύματά μας, το επεισόδιο θα είναι πολύ εύκολο να αντιμετωπιστεί!





**3.** Προμηθευτείτε ενεργειακές τροφές όπως αβοκάντο, ταχίνι, φυστικοβούτυρο, ξηρούς καρπούς, σύνθετους υδατάνθρακες (ψωμί πολύσπορο, καστανό ρύζι, γλυκοπατάτες, μακαρόνια χαρουπιού ή ολικής, φρυγανιές σικάλεως ή χαρουπιού κλπ.), άπαχη πρωτεΐνη (ψάρι, κοτόπουλο, μοσχάρι, ψαρονέφρι κλπ.), πράσινα λαχανικά, φυτικό γάλα, αβγά, τυρί με χαμηλά λιπαρά και φρούτα όπως το μήλο, το αχλάδι και το γκρέιπφρουτ.

Είναι προτιμότερο να φάτε 1 φέτα ψωμί με 1 κ.γ. φυστικοβούτυρο και μέλι αντί για κρουασάν με σοκολάτα του εμπορίου. Γενικά, ΜΗΝ φοβάστε τις θερμίδες, τίποτα δεν παχαίνει από μόνο του. Οι ενεργειακές τροφές θα σας κρατήσουν χορτάτους και ικανοποιημένους για αρκετή ώρα.

**4.** Φάτε πρώτα άφθονη σαλάτα με 1 κ.σ. ελαιόλαδο, λεμόνι ή ξίδι και μυρωδικά πριν το βραδινό γεύμα. Έτσι θα σας είναι πολύ πιο εύκολο να φάτε λιγότερο







φαγητό μετά. Για παράδειγμα, μπορείτε να απολαύσετε μια χορταστική ντοματοσαλάτα με αγγουράκι και πιπεριές, ίσως και με λίγο λευκό τυρί όπως ανθότυρο, μοτσαρέλα, κότατζ ή κατίκι και αφού να περιμένετε 1-2 λεπτά, να φάτε μετά το κυρίως πιάτο, π.χ. το κοτόπουλο, το μπιφτέκι, το τοστ, την ομελέτα, τα μακαρόνια κλπ. Με μαθηματική ακρίβεια θα φάτε πολύ λιγότερο!

**5.** Ξεχάστε τη λέξη δίαιτα. Οι περισσότεροι άνθρωποι που κάνουν βουλιμικά επεισόδια είναι εκείνοι που δεν είναι "συμφιλωμένοι" με την εικόνα του σώματός τους και βρίσκονται σχεδόν μόνιμα σε δίαιτα.

**ΣΤΑΜΑΤΗΣΤΕ ΑΜΕΣΑ** στερητικές και δίαιτες express, ιδιαίτερα αυτές που αποκλείουν τροφές (π.χ. αυστηρά πρωτεϊνικές, αυστηρά χορτοφαγικές και διαλλειματικές). Μιλάω σαν ειδικός και σας λέω ότι δεν ταιριάζουν σε όλους.

Αν παθαίνετε βουλιμικά επεισόδια, ειδικά το βράδυ, να τρώτε κατά τη διάρκεια της ημέρας, με το πρώτο αίσθημα πείνας ή γουργούρισμα στο στομάχι.





# AMARA, ένα αγαπημένο καλοκαιρινό καταφύγιο!

Απαράμιλλη πολυτέλεια, αξέχαστες ανέσεις. Με τοποθεσία που κόβει την ανάσα, την άψογη εξυπηρέτηση και μια σειρά από εξαιρετικές καλοκαιρινές ανέσεις, το AMARA συνεχίζει να προσδιορίζει τα πρότυπα της πολυτελούς φιλοξενίας!



Από τη στιγμή που οι επισκέπτες μπαίνουν στο ξενοδοχείο τυλίγονται σε μια δίνη κομψότητας και ηρεμίας. Η ατμόσφαιρά του, σαγηνευτική, αφού με το απαράμιλλο σκηνικό του, έχει κερδίσει τον ορίζοντα! Το πιο εντυπωσιακό του χαρακτηριστικό: η μαγευτική, πανοραμική, 180 μοιρών θέα στην καταγάλανη Μεσόγειο θάλασσα από κάθε ένα από τα 207 δωμάτια του ξενοδοχείου.

Από τη λειτουργία του, το AMARA, άφησε το δικό του ανεξίτηλο αποτύπωμα στη γαστρονομική σκηνή της Κύπρου, με τα τρία εξαιρετικά του εστιατόρια.





STADEMOS HOTELS



Το Matsuhisa Limassol, σερβίρει μια δελεαστική μίξη ιαπωνικής-περουβιανής κουζίνας. Το εκτενές μενού του παρουσιάζει τα θρυλικά πιάτα του παγκοσμίου φήμης σεφ Nobu Matsuhisa, των οποίων η δοκιμή βρίσκεται άνετα στο bucket list πολλών απαιτητικών ουρανίσκων!

Το Ristorante Locatelli, του βραβευμένου με αστέρι Michelin σεφ, Giorgio Locatelli, ενσαρκώνει απόλυτα το πνεύμα και τη φιλοσοφία της ιταλικής κουζίνας.

Το Nerea, η πιο πρόσφατη προσθήκη στα εστιατόρια του ξενοδοχείου, υπόσχεται να ικανοποιήσει τους λάτρεις των θαλασσινών με τις υψηλής ποιότητας πρώτες ύλες και τις αριστοτεχνικά συνδυασμένες γεύσεις του.

Η γαστρονομική εμπειρία του ξενοδοχείου ολοκληρώνεται και συνοψίζεται στο The Lobby, το ανανεωμένο μενού γλυκών που σε συνδυασμό με την εξαιρετική συλλογή τσάι του The East India Company, μας δείχνουν τι σημαίνει πραγματικά «la belle vie». Αυτή η τελετή μυστικισμού και πολυτέλειας του τσαγιού μπορεί να διαρκέσει περισσότερο, αφού στο κατάστημα The East India Company οι επισκέπτες έχουν την ευκαιρία να ανακαλύψουν εκλεκτά τσάγια, σπάνιους κόκκους καφέ και χειροποίητες λιχουδιές!

Για αυτούς που αναζητούν χαλάρωση και αναζωογόνηση, το AMARA προσφέρει το απόλυτο καταφύγιο ευεξίας. Στο spa, οι επισκέπτες έχουν την ευκαιρία να απολαύσουν διάφορες θεραπείες και μασάζ, τα οποία έχουν σχεδιαστεί προσεκτικά, ώστε να περιποιηθούν το σώμα, το μυαλό, και την ψυχή αυτών που θα υποκύψουν! Οι επισκέπτες έχουν επίσης πλήρη πρόσβαση στις υπερσύγχρονες

εγκαταστάσεις του spa, όπως η εσωτερική πισίνα, το υδρομασάζ, η σάουνα και το γυμναστήριο.

Τέλος, στις νέες εμπειρίες που θα απογειώσουν τη διαμονή σας στο AMARA είναι η μουσική. Η μουσική έχει τη δύναμη να μας μεταφέρει σε άλλες διαστάσεις, μας ηρεμεί και βοηθάει ώστε οι αναμνήσεις να διαρκούν μια ζωή. Το AMARA, φέτος, εγκαινιάζει τη συνεργασία του με τον Victor Espinola, τον ταλαντούχο αρπιστή από την Παραγουάη, ο οποίος δημιούργησε μια σειρά από μελωδίες που αποτυπώνουν στον απόλυτο βαθμό την αισθητική του AMARA και μας μεταφέρουν σε καλοκαιρινά απογεύματα και χρυσά ηλιοβασιλέματα. Έτσι, ακόμα κι αν δεν έχετε επισκεφθεί μέχρι στιγμής το AMARA, μπορείτε να πάρετε μια δόση της γοητείας που προσφέρει μέσα από την λίστα AMARA MUSIC, που είναι διαθέσιμη στο Spotify, το Instagram, και το [YouTube](#).





# Πανεύκολο Fudge σοκολάτας!

**National Fudge Day** σήμερα και θα φτιάξουμε το πιο εύκολο fudge με 2 μόνο υλικά!

## Θα χρειαστούμε:

- 450 γρ. σοκολάτα κουβερτούρα σε κομματάκια ή σταγόνες
- 400 γρ. ζαχαρούχο γάλα

## Πώς γίνεται:

- Λιώνουμε την κουβερτούρα σε μπεν μαρί ανακατεύοντας συνεχώς (προσέχουμε να μην κάψει γιατί θα χαλάσει η τελική υφή).
- Αποσύρουμε από τη φωτιά, προσθέτουμε το ζαχαρούχο γάλα και ανακατεύουμε καλά μέχρι να ομογενοποιηθούν.
- Αδειάζουμε το μίγμα σε παραλληλόγραμμο πυρέξ ή ταψί, στρωμένο με αντικολητικό χαρτί (ανάλογα με το τελικό πάχος που θέλουμε να έχουν τα κομμάτια, επιλέγουμε το κατάλληλο μέγεθος πυρέξ).
- Βάζουμε το πυρέξ στην κατάψυξη μέχρι να σταθεροποιηθεί.
- Όταν παγώσει, το κόβουμε σε μικρά κομμάτια -όσο είναι ακόμα παγωμένο- και το διατηρούμε σε αεροστεγές δοχείο (στην κατάψυξη).
- Πριν σερβίρουμε αφήνουμε για λίγο σε θερμοκρασία δωματίου.

## TIP

Πριν το βάλουμε στην κατάψυξη, μπορούμε να προσθέσουμε κομμάτια ξηρών καρπών ή να καλύψουμε την επιφάνεια με χρωματιστή τρούφα, τριμμένη καραμέλα ή χοντρό αλάτι.





## Η υπηρεσία MyCar Alarm της LG ενσωματώνεται στα αυτοκίνητα της KG



## Το XR400 της Peugeot Motorcycles βρίσκεται στην Ελλάδα!

Το XR400 είναι ο συνδυασμός ενός premium urban maxi scooter και μιας μοτοσυκλέτας. Πρόκειται για ένα scooter που ταξιδεύει το μυαλό και όχι μόνο. Το XR400 διαθέτει στίλ, επιδόσεις και έναν δυναμικό αστικό χαρακτήρα. Είναι ένα διασκεδαστικό 'υβρίδιο' που χαίρεσαι να το οδηγείς και να ζεις μαζί του κάθε μέρα! Με το XR400, η Peugeot Motorcycles κάνει μία νέα είσοδο στην κατηγορία GT προσφέροντας ένα ισχυρό όχημα, τόσο σε επίπεδο σχεδιασμού όσο και λειτουργικότητας. Κατασκευασμένο στη Γαλλία, το XR400 πλαισιώνει την οικογένεια Premium οχημάτων της μάρκας.

Οι διαθέσιμες εκδόσεις, οι οποίες διατίθενται ήδη στην Ελλάδα, είναι το XR400 Allure και το XR400 GT. Η τιμή της έκδοσης XR400 Allure ξεκινά από 8.500€ ενώ της XR400 GT ξεκινά από 8.850€.



Η LG Electronics (LG) ανακοίνωσε τη διαθεσιμότητα του συστήματος συναγερμού αυτοκινήτων LG MyCar Alarm Service. Το σύστημα τελευταίας τεχνολογίας ενσωματώνεται στο Infoconn, την υπηρεσία συνδεδεμένου αυτοκινήτου που αποτελεί μέρος της mobile εφαρμογή της KG Mobility, και εφαρμόστηκε στα νέα REXTON SPORTS&KHAN CULMEN, REXTON NEW ARENA της KG, αυτοκινητοβιομηχανίας με έδρα την Κορέα. Σχεδιασμένο για να λειτουργεί απρόσκοπτα με τα σύγχρονα οχήματα, το LG MyCar Alarm Service βελτιώνει και διευρύνει την mobility εμπειρία.

Η LG ανέπτυξε το LG MyCar Alarm Service ανταποκρινόμενη στην αυξανόμενη ζήτηση, τόσο από τις αυτοκινητοβιομηχανίες όσο και από τους καταναλωτές, για υπηρεσίες κινητικότητας που είναι ενσωματωμένες σε οχήματα. Μια πλατφόρμα υπηρεσιών στο σπίτι που λειτουργεί μέσω της τηλεόρασης, παρέχει άμεσες ειδοποιήσεις σχετικά με την κατάσταση του οχήματος και την εμφάνιση τυχόν προβλημάτων, συμπεριλαμβανομένης της κατάστασης φόρτισης της μπαταρίας, μιας πόρτας που δεν κλείνει ή της εμπλοκής του οχήματος σε ατύχημα.

Με τη χρήση τεχνολογίας Internet of Things (IoT), το LG MyCar Alarm Service επεκτείνεται πέρα από τις διαθέσιμες υπηρεσίες ειδοποιήσεων που υπήρχαν μέχρι σήμερα για smartphone και εμφανίζει ειδοποιήσεις στην οθόνη της τηλεόρασης, ώστε οι χρήστες να μπορούν να τις βλέπουν ενώ απολαμβάνουν το αγαπημένο τους περιεχόμενο στο σπίτι.

LG X KG MOBILITY

## Η Funky Buddha χορηγός και φέτος στο Athens Release Festival



Για ακόμα μία χρονιά, η Funky Buddha συνδέεται ενεργά με έναν από τους πιο σημαντικούς πυλώνες του brand DNA της, τη μουσική, και συνεχίζει και φέτος τη συμμετοχή της ως Χορηγός στο Athens Release Festival.

Όντας ο απόλυτος προορισμός για φεστιβαλική μόδα, η Funky Buddha

μας βάζει στους ρυθμούς του πιο exciting μουσικού καλοκαιριού και μας υπενθυμίζει ότι το festival fashion αποτελεί μία ωδή στην αυτό-έκφραση, αγκαλιάζει την ατομικότητα και τη δημιουργικότητα. Με έμφαση στην άνεση, η Funky Buddha προτείνει τα δικά της αγαπημένα outfits για το Athens Release Festival και σε όποιο φεστιβάλ κι αν δώσεις το παρόν φέτος.

Κατά τη διάρκεια του Athens Release Festival, η Funky Buddha θα είναι παρούσα στην Πλατεία Νερού με το δικό της Funky Buddha booth. Μοναδικές εκπλήξεις, μουσικά παιχνίδια και δώρα επιφυλάσσουν όποιον επισκεφθεί το booth εν αναμονή του αγαπημένου τους καλλιτέχνη!

Από γραφικά tees συνδυασμένα με βερμούδες με τσέπες και εντυπωσιακά πουκάμισα για τους άντρες, μέχρι κρόσσια, cropped top και αέρινα παντελόνια και φούστες για τις γυναίκες, η καλοκαιρινή Συλλογή της Funky Buddha αποτελεί τον τέλειο καμβά για ατελείωτο mix & match μεταξύ των καλοκαιρινών προϊόντων και προσφέρει ένα καλειδοσκοπικό από ζωντανά χρώματα, παιχνιδιάρικα prints και πληθώρα εφαρμογών για κάθε στυλ και Lifestyle.

## Kids' Room

# Παιδική κρίση... ηλικίας!

Περνάνε και τα παιδιά κρίση ηλικίας; Η απάντηση είναι ναι! Πότε; Στην ηλικία των 7! Τότε συμβαίνουν σημαντικές αλλαγές σε σωματικό, ψυχολογικό αλλά και σε κοινωνικό επίπεδο. Μπορεί να σας φαίνεται πολύ νωρίς... όμως οι ειδικοί λένε ότι σε αυτή την ηλικία το παιδί ξεκινάει να πορεύεται προς την εφηβεία. Τι σημαίνει αυτό; Αρχίζει να αποζητά περισσότερο την ανεξαρτησία του και επιδιώκει να γίνεται όλο και πιο αυτόνομο. Έτσι, βλέπουμε στην πράξη το παιδί να επαναστατεί συχνότερα από πριν, να είναι ανυπάκουο, να "κολλάει" στην άρνηση, να είναι πιο εκρηκτικό από ό,τι έχουμε συνηθίσει αλλά και να προσπαθεί να επιβληθεί. Οπότε, αν το παιδί σας είναι γύρω στα 7 και γίνει αρκετά... ιδιότροπο, θυμώνει εύκολα και έχει πολλές μεταβολές στη διάθεσή του, μην ανησυχείτε! Κρίση είναι... θα περάσει!







## Ιδού η Ρόδος

Η ομαδική έκθεση "Ιδού η Ρόδος" ("Hic Rhodus") της Icaro Contemporary Art Gallery & Agency (ICARO C.A.G.A.), σε επιμέλεια του Αποστόλη Αρτινού, συνεχίζεται στο Space52 έως και τις 24 Ιουνίου. 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. Η έκθεση συνεχίζεται έως τις 24 Ιουνίου 2023 Στο Space52, Λάρνακος 28, 10446, Αθήνα.

Επιμέλεια έκθεσης: Αποστόλης Αρτινός

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

## Η Μεγάλη Επιστροφή του Robbie Williams στο Rockwave Festival!

KLALALA PRESENTS

ROBBIE WILLIAMS



Rockwave festival

01 JULY 2023 TERRA VIBE

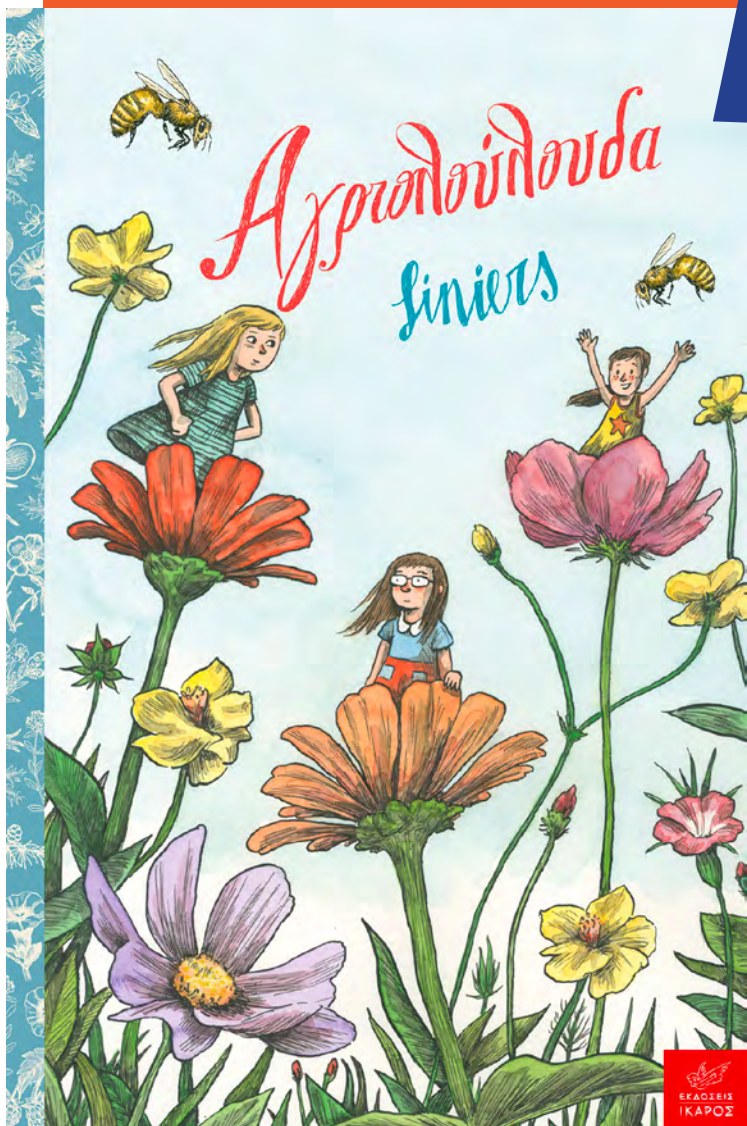
Ο Robbie Williams κρατά την υπόσχεση που έδωσε στους φανατικούς φίλους του που τον αποθέωσαν σε μια θρυλική βραδιά στο Rockwave Festival του 2015.

Το Σάββατο 1 Ιουλίου ο Robbie Williams επιστρέφει στο Rockwave Festival για να ξανασυναντηθεί με το ελληνικό κοινό και να προσφέρει μια μοναδική εμφάνιση, σαν εκείνες που πολύ καλά ξέρει να δίνει!

«Hello Athens, Greece. I am Robbie Williams and I'm super excited to return to Athens on July the 1st to rock the stage of Rockwave Festival».

[Δείτε το BINTEO](#)





## Αγριολούλουδα

Τρεις αδερφές θα ζήσουν την περιπέτεια της ζωής τους: θα εξερευνήσουν μαζί ένα μυστηριώδες νησί, δοκιμάζοντας η κάθε μία τον εαυτό της σε απρόσμενες δοκιμασίες και προκλήσεις, όπως είναι τα Αγριολούλουδα.

Αλήθεια, αυτά τα φυτά στο άγριο δάσος μιλάνε;

Το μικρότερο κορίτσι δεν θέλει να μείνει πίσω και να χάσει αυτή την περιπέτεια, που θα είναι γεμάτη με αλλόκοτες και εκπληκτικές ανατροπές. «Έγινε ένα τρομερό αεροπορικό δυστύχημα!» θα μας πει στην αρχή, αλλά αυτό το δραματικό ξεκίνημα θα δώσει τη θέση του σε ένα γλυκό και ταυτόχρονα αστείο φινάλε.

Από τις εκδόσεις ΙΚΑΡΟΣ.



## Διάστημα



Ανακάλυψε πάνω από 200 απίθανες πληροφορίες! Άνοιξε τα παραθυράκια, παρατήρησε τις εικόνες και χρησιμοποίησε τον μαγικό φακό για να εξερευνήσεις το Διάστημα και να ανακαλύψεις ένα σωρό συναρπαστικά πράγματα.

Για παιδιά από 5 ετών

Σειρά: Ψάξε & βρες με τον μαγικό φακό.

Από τις εκδόσεις  
ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ.





## quote of the day

"DAD: A SON'S FIRST HERO,  
A DAUGHTER'S FIRST LOVE."

## Γιορτάζουν!

16/6

Μνημόνιος, Τύχων, Τίχων

17/6

Ισμαήλ, Φήλιξ, Φίληκας,  
Φίληξα, Φιλήκη, Φηλικίτη

18/8

Έρασμος, Λεόντιος, Λεοντία,  
Λεοντίνα, Αλίνα, Αλένα

## 16 Ιουνίου

- > Διεθνής Ημέρα Οικογενειακών Εμβασμάτων
- > International Day Of The African Child
- > World Sea Turtle Day
- > International Day Of Family Remittances
- > National Fudge Day

## 17 Ιουνίου

- > Παγκόσμια Ημέρα για την Καταπολέμηση της Ερμημοποίησης και της Ξηρασίας
- > World Juggling Day
- > World Croc Day

## 18 Ιουνίου

- > Παγκόσμια Ημέρα του Πατέρα
- > Ημέρα Βιώσιμης Γαστρονομίας
- > International Sushi Day

## tip of the day

"A father is the one friend upon  
whom we can always rely."  
- Emile Gaboriau