

# Το μέλλον είναι ήδη εδώ.



Αύξηση της ισχύος σε  
Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας  
με στόχο το μερίδιό μας  
το 2026 να ανέλθει στο 40%  
της χώρας.



Άμεση τοποθέτηση 1.000 σταθμών  
φόρτισης σε όλη την Ελλάδα  
που θα αυξηθούν σε  
10.000 μεσοπρόθεσμα.



Νέα πρόσθετη υπηρεσία GreenPass  
που εγγυάται στους καταναλωτές  
πως όση ενέργεια καταναλώνουν,  
τόση παράγεται για εκείνους  
από ανανεώσιμες πηγές.



Σημαντική μείωση της λιγνιτικής  
παραγωγής κατά 49% μεταξύ  
2019 και 2021.

Ένα με το μέλλον  
[dei.gr](http://dei.gr)

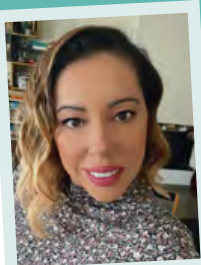


SAY *yes* to the **press**

**ΘΑ ΤΡΩΜΕ  
ΕΝΤΟΜΑ  
ΑΝΤΙ  
ΓΙΑ ΚΡΕΑΣ;**







## Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser** και καλή εβδομάδα!!!

Κάθε μέρα μοιράζομαι μαζί σου σκέψεις, ιδέες αλλά και οτιδήποτε διαβάσω και μου φαίνεται ενδιαφέρον. Σήμερα λοιπόν θα μοιραστώ μαζί σου την πιο πολύτιμη συμβουλή, τον πιο πολύτιμο κανόνα, τη μητέρα όλων των αρχών!

**Ο κανόνας #0:** Μην είσαι μαλ@κας.

Προφανώς, δεν το επινόησα.

Άρχισε να υπάρχει ως όρος ("The No Asshole Rule") το 2007, αφότου ο Robert I. Sutton, καθηγητής του Stanford, έγραψε ένα βιβλίο με μεγάλη επιτυχία γι' αυτό.

Δεν νομίζω ότι ο όρος "μαλ@κας" χρειάζεται πολλές διευκρινίσεις :) αλλά για να είμαστε σε πλήρη συγχρονισμό, ας αναφέρω τον ορισμό του:

*Ο μαλ@κας είναι ένα άτομο που έχει τοξική επίδραση στο περιβάλλον (εργασία / ζωή / ο,τιδήποτε).*

Συνήθως είναι εγωιστής και στερείται γενικής ωριμότητας:

- δεν ακούει τους άλλους ανθρώπους (ακούει αλλά δεν ενδιαφέρεται και δεν θέλει να καταλάβει τι λένε οι άλλοι)
- δεν σέβεται τους άλλους ανθρώπους (εγωιστής που προσανατολίζεται στον εαυτό του)
- έχει τη δική του ατζέντα και την επιβάλλει στους άλλους, μη χρησιμοποιώντας γεγονότα, μόνο φτηνές τεχνικές κοινωνικής μηχανικής (όπως bullying, παθητική επιθετικότητα, υπεκφυγές, υποτίμηση, ντροπή, προβολή της ευθύνης...)
- στερείται στοιχειώδους δικαιοσύνης, είτε χειραγωγώντας ελεύθερα «τους κανόνες του παιχνιδιού» είτε εφαρμόζοντας διαφορετικά μέτρα σε διαφορετικούς ανθρώπους/ καταστάσεις - με βάση τα προσωπικά του συμφέροντα/ιδιοτροπίες

Ο μαλ@κας δεν καταλαβαίνει πάντα ότι είναι μαλ@κας - αυτό θέλει λίγη φαντασία και αυτογνωσία, που δυστυχώς για όλους εμάς δεν την έχει...

### Μαλ@κία σε κλίμακα

Προφανώς και υπάρχουν επίπεδα και οι συγκεκριμένοι τύποι έχουν τη δική τους κλίμακα... Αυτοί που είναι οι πιο επικίνδυνοι είναι οι υψηλότερου επιπέδου μαλ@κες που στερούνται εντελώς ενσυναίσθησης και τείνουν να χρησιμοποιούν άλλα ανθρώπινα όντα ως εργαλεία.

### #noasholes

Αλλά οι άνθρωποι δεν είναι ανόητοι, μαθαίνουν. Και οι μακροχρόνιοι μαλ@κες μπορούν να εντυπωσιάσουν μόνο άλλους μαλ@κες - στην πραγματικότητα. Οδηγούν ο ένας τον άλλον για κάποιο χρονικό διάστημα και γρήγορα ξεφουσκώνουν τις ατομικές τους αύρες «μεγαλοπρέπειας» και αποκαλύπτονται. Η ομάδα που στηρίζεται σε τέτοιους τύπους δεν είναι καθόλου βιώσιμη - στην πραγματικότητα: δεν είναι καν μια ομάδα, αλλά μια χρονική διάταξη όπου όλοι θέλουν να αποκομίσουν όσο το δυνατόν περισσότερα οφέλη και να φύγουν πριν ξεγελαστούν από άλλους.

**Tip of the Day:** Μην είσαι μαλ@κας σε παρακαλώ! Πώς;

1. Να σέβεσαι τους άλλους και τις απόψεις τους.
2. Να αναγνωρίζεις το γεγονός ότι οι άνθρωποι είναι διαφορετικοί.
3. Μην κάνεις στους άλλους αυτό που δεν θέλεις να κάνουν σε σένα.
4. Να κρατάς το λόγο σου, τις υποσχέσεις σου και να μη λες ψέματα.
5. Πάντα να προσπαθείς να μαθαίνεις και να κατανοείς τα κίνητρα και τα πάθη των άλλων πριν τους κατακρίνεις.

Μείνε σε αυτούς τους κανόνες και η ζωή μας θα είναι όχι μόνο πιο απλή, αλλά και πιο επιτυχημένη και ισορροπημένη.



# Θα τρώμε έντομα αντί για κρέας;

**Ξέρετε ότι ήδη κάποια είδη εντόμων χρησιμοποιούνται σε μπάρες δημητριακών, μπισκότα και ψωμί;**



Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή έδωσε το πράσινο φως στην πώληση για διατροφή εντόμων.

Η απόφαση αφορά στον «οικιακό γρύλο», το «κίτρινο αλευροσκουλήκι» και την «αποδημητική ακρίδα» και προκάλεσε αντιδράσεις, όπως ήταν αναμενόμενο. Τα έντομα σταδιακά περνάνε στο πιάτο μας και αποτελούν μια εναλλακτική με περιβαλλοντικά αλλά και διατροφικά οφέλη, αλλά πολλοί δεν βλέπουν με χαρά την προοπτική να ενταχθούν στο... μενού τους!

Η κατανάλωση εντόμων είναι ωφέλιμη σύμφωνα με ειδικούς, επειδή είναι πλούσια σε πρωτεΐνες και η εκτροφή τους απαιτεί πολύ λιγότερη γη και νερό συγκριτικά







με την κτηνοτροφία και τη γαλακτοκομία. Αρκεί να σκεφτούμε ότι η εκτροφή γρύλου εκπέμπει 75% λιγότερο διοξείδιο του άνθρακα από την εκτροφή κοτόπουλου. Σύμφωνα με τον Οργανισμό Τροφίμων και Γεωργίας του ΟΗΕ η τροφή που χρειάζεται το συγκεκριμένο έντομο είναι έξι φορές λιγότερη από αυτή που καταναλώνουν τα βοοειδή για να παράγουν την ίδια ποσότητα πρωτεΐνης!

Ο Ραφαέλ Πέρεζ, επικεφαλής της αρμόδιας αρχής για τον έλεγχο και την ασφάλεια των τροφίμων στην ΕΕ αναφέρει: "Τα

έντομα είναι σε αφθονία στον πλανήτη μας, διαθέτουν υψηλές πρωτεϊνικές και θρεπτικές ιδιότητες και ευθύνονται για λιγότερο από το 1% του αποτυπώματος άνθρακα του ζωικού κεφαλαίου. Αποτελούν λοιπόν την ιδανική εναλλακτική διατροφική επιλογή για μια υγιεινή και βιώσιμη δίαιτα. Συμβάλλουν έτσι όχι μόνο στην υγεία μας αλλά και στην υγεία του περιβάλλοντος και, επομένως, στο ίδιο μας το μέλλον".

### Τι γεύση έχουν τα έντομα;

Καθώς τα έντομα δεν βρίσκονται μέχρι τώρα στη δυτική διατροφή πολλοί αναρωτιούνται τι γεύση έχουν. Όσοι τα έχουν δοκιμάσει λένε ότι η γεύση τους είναι παρόμοια με ελαιούχο ξηρό καρπό.







### Ήξερες ότι...

2 δισεκατομμύρια άνθρωποι καταναλώνουν έντομα σε τακτική βάση.

### Πώς θα ξέρουμε αν ένα προϊόν περιέχει έντομα

Με βάση την απόφαση της Κομισιόν, οι εταιρίες που θα χρησιμοποιούν έντομα στα προϊόντα τους – σε οποιαδήποτε μορφή – είναι υποχρεωμένες να το αναφέρουν σαφώς στις συσκευασίες. Επιπρόσθετα, οφείλουν να αναγράφουν πως "το συστατικό μπορεί να προκαλέσει αλλεργικές αντιδράσεις σε καταναλωτές με γνωστές αλλεργίες στα καρκινοειδή, τα μαλάκια και τα ακάρεα της σκόνης".

### Θέλουν οι Ευρωπαίοι να καταναλώνουν έντομα;

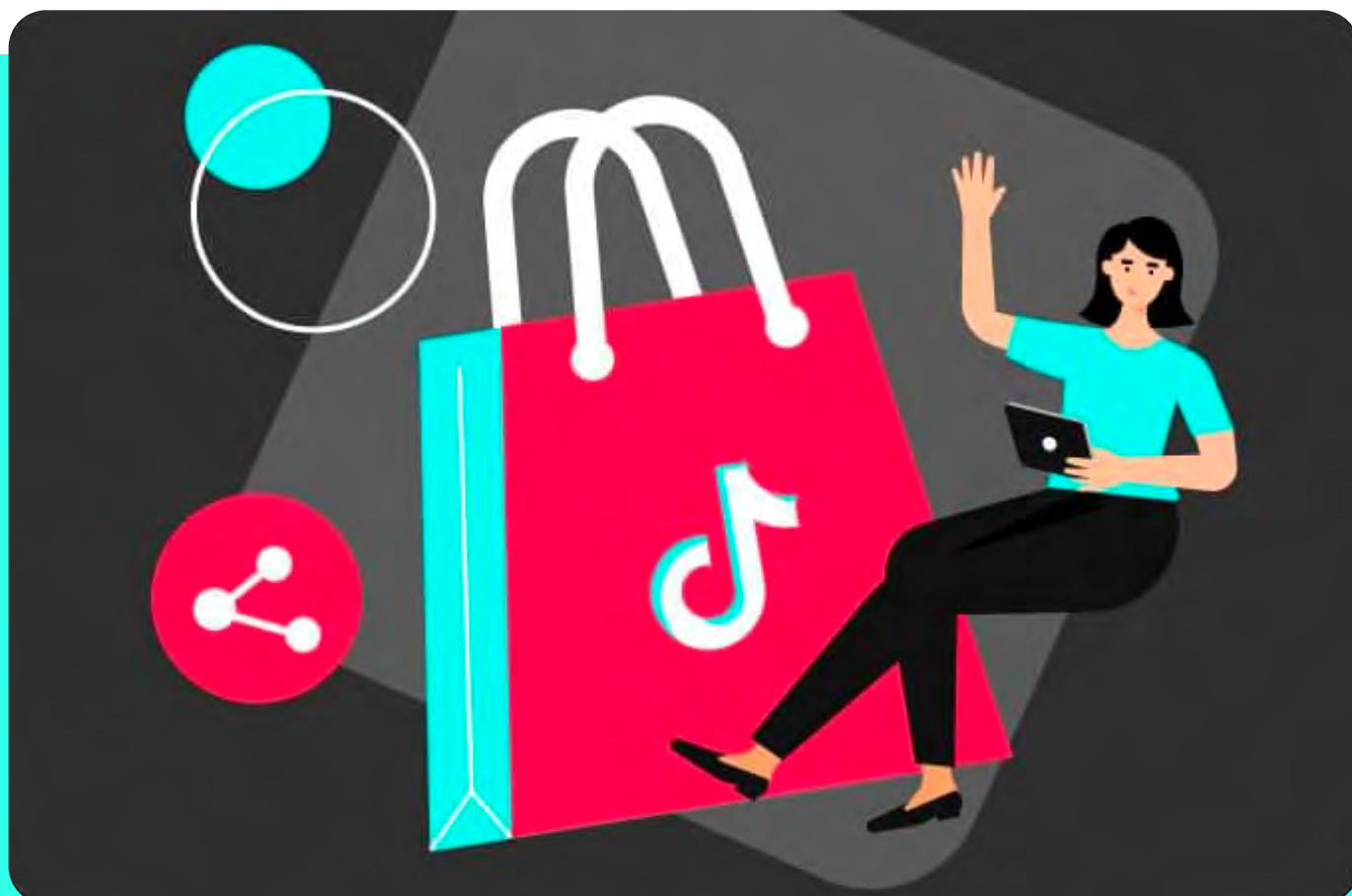
Οι Ευρωπαίοι δεν βλέπουν πολύ θετικά την κατανάλωση εντόμων. Σύμφωνα με έρευνες, μόλις το 10% των πολιτών της Ευρώπης είναι πρόθυμο να ανταλλάξει το κρέας με τα έντομα, παρόλο που ένα διαρκώς αυξανόμενο ποσοστό αναφέρει πως θα μπορούσαν να γίνουν μια εναλλακτική και βιώσιμη πηγή πρωτεΐνης μελλοντικά. Πάντως, σε Γαλλία, Γερμανία και Δανία, σύμφωνα με έρευνα του YouGov, ένα ποσοστό που ξεπερνά το 20% ενδιαφέρεται για την εισαγωγή των εντόμων στη διατροφή τους.





# Το TikTok μπαίνει δυναμικά στο online shopping!

Το TikTok - και συγκεκριμένα η μητρική του, ByteDance, φιλοδοξεί να γίνει ο μεγάλος "αντίπαλος" της Amazon και της Shein.



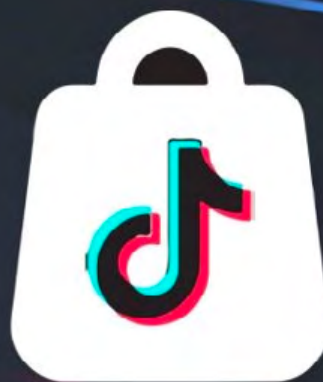
Το τελευταίο διάστημα οι χρήστες της εφαρμογής στη Βρετανία βλέπουν μια νέα λειτουργία αγορών στην με το όνομα "Trendy Beat". Εκεί μπορούν να βρουν αντικείμενα τα οποία είναι ιδιαίτερα δημοφιλή σε βίντεο. Τα είδη που διαφημίζονται αποστέλλονται από την Κίνα, από εταιρία που ανήκει στην ByteDance.

## Στα χνάρια της Amazon

Το μοντέλο μοιάζει πολύ με το αντίστοιχο της Amazon και διαφέρει πολύ από αυτό που ακολουθούσε μέχρι στιγμής. Ειδικότερα, τώρα επιτρέπει σε άλλους πωλητές να πωλούν αντικείμενα μέσω του TikTok Shop, το οποίο εισπράττει μια μικρή προμήθεια. Όμως, στο εξής θα εισπράττει όλα τα έσοδα από τις πωλήσεις που πραγματοποιούνται μέσω της λειτουργίας Trendy Beat στο TikTok.



# TikTok SHOP



## Τι είναι το Project S

Το Project S χρησιμοποιεί τις πληροφορίες του TikTok για αντικείμενα που γίνονται viral στην εφαρμογή, κι έτσι επιτρέπει στην ByteDance να αποκτήσει ή ακόμα και να φτιάξει αυτά τα αντικείμενα η ίδια.

Η ByteDance επιδιώκει ουσιαστικά να επαναλάβει την επιτυχία που είχε με την Douyin, την κινεζική αδελφή της εφαρμογή που έχει κάνει πωλήσεις άνω των 10 δισεκατομμυρίων προϊόντων ετησίως. Ειδικότερα, το 2022 η ByteDance έκανε πωλήσεις 85 δισεκατομμυρίων και οι περισσότερες προέρχονται από τις δραστηριότητες της στην Κίνα.

## Τι γίνεται με το TikTok Shop

Το TikTok Shop σημείωσε επιτυχία στις αγορές της νοτιοανατολικής Ασίας, όμως δεν είχε την ίδια επιτυχία στη Βρετανία όπου ακόμα δίνει μάχη για να κερδίσει μερίδιο στην αγορά. Πάντως η προσπάθεια εστιάζεται στις υπάρχουσες αγορές του, όπως η Βρετανία, γι' αυτό και έγινε αναδιάρθρωση που αναμένεται να έχει θετικό πρόσημο.

## ByteDance: Η υψηλότερης αξίας ιδιωτική start-up στον κόσμο

Αυτό που απασχολεί τώρα πολύ την ByteDance είναι να υπάρξουν νέα έσοδα τα οποία θα μπορούν να δικαιολογήσουν την αποτίμησή της σε 300 δισ. δολάρια, που την καθιστά στην υψηλότερης αξίας ιδιωτική start-up στον κόσμο, πριν εισέλθει στο χρηματιστήριο μέσα στα επόμενα δύο χρόνια.

Σε αυτό το πλαίσιο η ByteDance κατασκευάζει μια ηλεκτρονική μονάδα λιανικής, που θα ανταγωνίζεται εταιρίες όπως η Shein και η εφαρμογή Temu του Pinduoduo, που είναι ένας ιστότοπος με φθηνά προϊόντα και ισχυρή παρουσία στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.



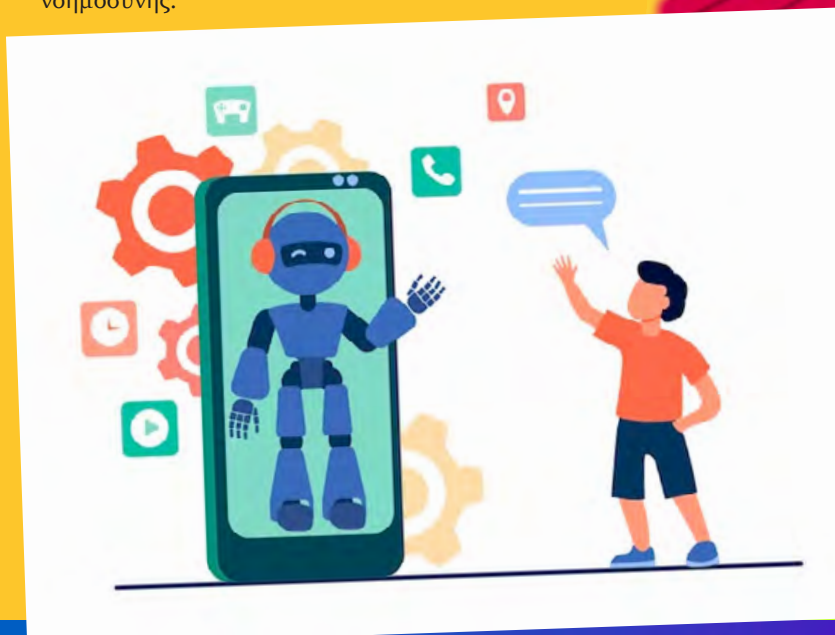


## Ήξερες ότι

- ▶ Η Amazon δεσμεύτηκε να προσλάβει τουλάχιστον 5.000 πρόσφυγες την επόμενη τριετία στην Ευρώπη, δεδομένου ότι ο πόλεμος στην Ουκρανία έχει προκαλέσει τη μεγαλύτερη κρίση εκτοπισμένων από τον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο.
- ▶ Η Shein κατάφερε να σπάσει τα κοντέρ στον χρόνο παραγωγής, βγάζοντας κατά μέσο όρο 3.000 νέα στίλ μέσα σε μία εβδομάδα έχοντας πολύ χαμηλότερες τιμές από τους ανταγωνιστές της.

## Η ByteDance ετοιμάζει το δικό της ChatGPT!

Η ByteDance δοκιμάζει ένα νέο chatbot τεχνητής νοημοσύνης, που το έχει ονομάσει project Grace. Αυτό αποτελεί κατά βάση την ένδειξη ότι η εταιρία φιλοδοξεί να εισαχθεί στον τομέα της τεχνητής νοημοσύνης.



Τα κινεζικά μέσα ενημέρωσης είχαν αναφέρει πρόσφατα ότι η ByteDance σχεδιάζει δικό της μοντέλο Τεχνητής Νοημοσύνης, ωστόσο δεν υπήρξε κάποια επίσημη ανακοίνωση ή επιβεβαίωση. Σε παγκόσμιο επίπεδο, η TikTok πειραματίζεται και με ένα chatbot, το Tako, που συμπεριλαμβάνεται στην κύρια πλατφόρμα της εφαρμογής και στο οποίο οι χρήστες μπορούν να κάνουν ερωτήσεις.





## Ένα τραπέζι Πραγματικά Μαζί από την μπύρα ΑΛΦΑ

Στο πλαίσιο της νέας της καμπάνιας, με τίτλο «Τραπέζι Πραγματικά Μαζί», η μπύρα ΑΛΦΑ μας προσκαλεί σ' ένα διαφορετικό γεύμα στην κινητή της καντίνα, χωρίς κινητό, με ένα μοναδικό μενού, το οποίο φέρει την υπογραφή του δημοφιλούς σεφ Νίκου Θωμά. Ένα γεύμα που θα είμαστε Πραγματικά Μαζί.

Η ταινία της ΑΛΦΑ παρουσιάζει στιγμές από την έξοδο ενός ζευγαριού, μιας παρέας φίλων και μιας οικογένειας, οι οποίοι φαίνεται να απολαμβάνουν ο ένας την παρέα του άλλου. Αληθινά, ουσιαστικά, χωρίς τις παρεμβολές από κινητά και μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Η ταινία κλείνοντας αποκαλύπτει τον πραγματικό χώρο που βρίσκονται, ο οποίος δεν είναι άλλος από την κινητή καντίνα της ΑΛΦΑ. Η κινητή καντίνα της ΑΛΦΑ ξεκινάει το ταξίδι της στην Ελλάδα, για να προσφέρει μια μοναδική εμπειρία, όπου για πρώτη φορά ο χρόνος που περνάς χωρίς το κινητό εξαργυρώνεται σε ένα γεύμα Πραγματικά Μαζί με τους ανθρώπους σου.

Γιατί ΟΤΑΝ ΕΙΜΑΣΤΕ ΜΑΖΙ, ΑΣ ΕΙΜΑΣΤΕ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ ΜΑΖΙ.

Τη νέα τηλεοπτική/digital ταινία δημιούργησε και επιμελήθηκε η Soho Square Athens, ενώ την παραγωγή ανέλαβε η AVI-ON Films, με σκηνοθέτη τον Φοίβο Κοντογιάννη. Αν θες και εσύ να ζήσεις μια εμπειρία Πραγματικά Μαζί μπες [εδώ](#) και δήλωσε συμμετοχή. Το ταξίδι της κινητής καντίνας της ΑΛΦΑ ξεκινάει στις 30 Ιουνίου με πρώτο σταθμό την Αθήνα.

Δείτε τη νέα ταινία [εδώ](#).



## Μπίνι, το κουνελάκι που κατέκτησε ρεκόρ Γκίνες

SAY *yes* & get impressed



Ο Μπίνι το κουνελάκι, από την Καλιφόρνια, κατέχει το ρεκόρ Γκίνες με τα περισσότερα καρφώματα σε ένα λεπτό σε μια μικρή πλαστική μπασκέτα! Ο Μπίνι μπορεί να κάνει αρκετά ακόμη κόλπα, ενώ είναι πολυτάλαντος καθώς μεταξύ άλλων ζωγραφίζει και παίζει πιάνο! Το πιο δημοφιλές βίντεο του Μπίνι έχει πάνω από 20 εκατομμύρια προβολές και ο τίτλος του είναι "When Your Bunny is Addicted to Arcade Games". Οι σελίδες κοινωνικής δικτύωσης του Μπίνι έχουν περισσότερους από 1 εκατομμύριο ακόλουθους. Έχει εμφανιστεί σε διάφορες τηλεοπτικές εκπομπές, όπως το The Tonight Show with Jimmy Fallon, στο Netflix και συμμετείχε στο America's Got Talent.

[Θαυμάστε τον εδώ!](#)





## Νέα Metal Detox Leave-in Κρέμα από τη L'Oréal Professionnel

Σε συνεργασία με επαγγελματίες κομμωτές, η L'Oréal Professionnel επεκτείνει τη σειρά Metal Detox με μια νέα κρέμα leave-in που προσφέρει υψηλή προστασία ενάντια στα μεταλλικά στοιχεία αποτρέποντας το σπάσιμο της τρίχας και την αλλοίωση του χρωματικού αποτελέσματος.

Η νέα leave-in κρέμα της L'Oréal Professionnel προστατεύει κάθε τύπο μαλλιών από τα μεταλλικά στοιχεία, την ακτινοβολία UV και τη θερμότητα. Το νέο αυτό προϊόν έρχεται να συμπληρώσει την εμβληματική και πολυαγαπημένη, πλέον, σειρά Metal Detox που έχει αναπτυχθεί από κοινού με επαγγελματίες κομμωτές.

Λούσιμο με το λούσιμο, τα μεταλλικά στοιχεία που περιέχονται στο νερό εισχωρούν σταδιακά στην τρίχα οδηγώντας σε σπάσιμο και αλλοιώνοντας το χρώμα. Η καινοτομία της σειράς Metal Detox περιλαμβάνει το μόριο της της Γλυκοαμίνης, ένα αρκετά μικρό μόριο με δυνατότητα διείσδυσης στην τρίχα και απομάκρυνσης των μεταλλικών στοιχείων.

Η must-have Metal Detox High Protection Cream εξασφαλίζει πολλαπλά οφέλη: υψηλή απόδοση ενάντια στο σπάσιμο της τρίχας, χρώμα μακράς διάρκειας, υψηλή προστασία από τη θερμότητα, αλλά και υψηλή προστασία από την UV ακτινοβολία. Επιτυγχάνει εξαιρετικά αποτελέσματα ενάντια τόσο στο σπάσιμο της τρίχας όσο και στην αλλοίωση του χρώματος.

## Ήξερες ότι...

### Η τριχόπτωση σχετίζεται με το χρώμα των μαλλιών μας!

Σύμφωνα με το Harvard Health Publishing μετά την εμμηνόπαυση, έως και τα δύο τρίτα των γυναικών μπορεί να παρουσιάσουν αραίωση μαλλιών. Γνωρίζετε ότι η ποσότητα των τριχοθυλακίων στο κεφάλι ενός ατόμου διαφέρει ανάλογα με το χρώμα των μαλλιών; Όσοι έχουν ξανθά μαλλιά συνήθως έχουν περίπου 140.000 θυλάκια, άτομα με πιο σκούρα μαλλιά έχουν περίπου 100.000. Ο μικρότερος αριθμός θυλάκων συναντάται στα κόκκινα μαλλιά - περίπου 90.000. Όμως, παρά τα λιγότερα θυλάκια που διαθέτουν οι κοκκινομάλλες, πάνω από τις μισές από τις 30 εκατομμύρια γυναίκες στις ΗΠΑ που υποφέρουν από τριχόπτωση είναι μελαχρινές, σύμφωνα με το Women's Health. Αυτό είναι πολύ πιθανό να οφείλεται στο γεγονός ότι τα καστανά μαλλιά τείνουν να είναι παχύτερα και πιο χοντρά, με αποτέλεσμα να παράγονται λιγότερες τούφες από τον οργανισμό. Έτσι, όταν πέφτουν τα μελαχρινά θυλάκια, τα σημεία που δεν έχουν μαλλιά τείνουν να είναι πιο εμφανή.







## Το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ) στηρίζει το Obama Presidential Center στο Σικάγο για την ενίσχυση της συμμετοχής των πολιτών στα κοινά

Στο πλαίσιο της ευρύτερης αποστολής του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ) που περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, την υποστήριξη ανοιχτών, προσβάσιμων δημόσιων χώρων για όλους, το ΙΣΝ ανακοινώνει δωρεά ύψους \$26 εκατομμυρίων στο Obama Foundation για τη δημιουργία του [Obama Presidential Center](#). Το μεγαλύτερο μέρος της δωρεάς (\$25 εκατομμύρια) θα αξιοποιηθεί για την κατασκευή χώρου με την ονομασία Democracy in Action Lab (DIAL), με σκοπό την περαιτέρω ανάπτυξη και ενεργοποίηση της συμμετοχής των πολιτών στα κοινά. Το υπόλοιπο ποσό, ύψους \$1 εκατομμυρίου, θα διατεθεί για την υλοποίηση του [Leaders Program](#) (Πρόγραμμα Ηγετών) του Obama Foundation, με αποστολή την έμπνευση, ενδυνάμωση και διασύνδεση ηγετικών προσωπικοτήτων από διαφορετικές περιοχές του κόσμου για την επιτάχυνση της δημιουργίας διαρκών, θετικών αλλαγών στις εκάστοτε κοινότητες τους και σε όλο τον κόσμο. Στη συζήτηση του Προέδρου Barack Obama με τον Πρόεδρο του ΙΣΝ, Ανδρέα Δρακόπουλο, που πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο του [SNF Nostos 2023](#) του ΙΣΝ στο [Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος \(ΚΠΙΣΝ\)](#), έγινε αναφορά στην υποστήριξη του ΙΣΝ για τη δημιουργία του DIAL, καθώς και στους τρόπους ενίσχυσης της δημοκρατίας και τη σημασία στήριξης της επόμενης γενιάς ηγετών. Το ΚΠΙΣΝ φιλοξένησε πρόσφατα μια σειρά εκδηλώσεων του Leaders Program του Obama Foundation, το οποίο συγκέντρωσε περισσότερους από εκατό ηγέτες ως επιστέγασμα της συμμετοχής τους στο πεντάμηνο πρόγραμμα.

## Η Ελλάδα σχεδιάζει εθνική στρατηγική για drones



Με βασικό στόχο της εθνικής στρατηγικής για τα ΣμηΕΑ τη θέσπιση ενός σαφούς και συνεκτικού πλαισίου για την ασφαλή ενσωμάτωσή τους στον εθνικό εναέριο χώρο, διενεργείται ηλεκτρονικός διαγωνισμός για το έργο «Παροχή Συμβουλευτικών Υπηρεσιών Εθνικής Στρατηγικής για τα Συστήματα μη Επανδρωμένων Αεροσκαφών (ΣμηΕΑ)». Οι προσφορές υποβάλλονται από τους ενδιαφερόμενους ηλεκτρονικά, μέσω της διαδικτυακής πύλης [www.promitheus.gov.gr](#) του ΕΣΗΔΗΣ, μέχρι τις 13 Ιουλίου στη μια το μεσημέρι.

Μεταξύ άλλων η στρατηγική αποσκοπεί στην προώθηση της ασφαλούς και υπεύθυνης χρήσης των ΣμηΕΑ μέσω της ανάπτυξης σαφών και συνεπών κανονισμών και κατευθυντήριων γραμμών και στην ενίσχυση της ασφάλειας και της ιδιωτικότητας των λειτουργιών των ΣμηΕΑ μέσω της εφαρμογής μέτρων όπως ασφαλή συστήματα επικοινωνίας και αναγνώρισης.



# Ο Ομπάμα δίνει tips για επιτυχημένη καριέρα

Επισκέφθηκε την Ελλάδα, απόλαυσε τις ομορφιές της χώρας μας και πριν αποχωρήσει έδωσε πολύτιμα μαθήματα επιτυχίας! Ο πρώην πρόεδρος των ΗΠΑ μας προτρέπει να ανησυχούμε περισσότερο για το τι θέλουμε να κάνουμε από το τι θέλουμε να γίνουμε!



Στο πλαίσιο εκδήλωσης του "Obama Foundation Leaders" του μη κερδοσκοπικού ιδρύματος που προσφέρει υποτροφίες σε σπουδαστές ανά τον κόσμο, ο Μπαράκ Ομπάμα μίλησε για τα δύο πράγματα κάνουν έναν άνθρωπο να ξεχωρίζει. Το πρώτο είναι η διάθεση να αναλάβει δράση και το δεύτερο αναφέρεται στο πόσο επικεντρωμένος είναι στο αντικείμενό του.

## Διάθεση για δράση

Όπως χαρακτηριστικά είπε "Έχω δει σε κάθε επίπεδο ανθρώπους που είναι πολύ καλοί στο να περιγράφουν προβλήματα, πολύ λεπτομερείς και εξηγούν τι πήγε στραβά σε κάτι, ή γιατί κάτι δεν μπορεί να διορθωθεί. Όμως αυτό το οποίο αναζητώ -ανεξαρτήτως πόσο μικρό ή πόσο μεγάλο είναι το πρόβλημα-, είναι κάποιον που θα

πει άσε με να το φροντίσω. Ο Μπαράκ Ομπάμα ανέφερε πως "ο καλύτερος τρόπος για να τραβήξεις την προσοχή είναι αυτό που σου αναθέτουν", ενώ τόνισε πως οι υπεύθυνοι θα το προσέξουν, με ό,τι θετικό συνεπάγεται αυτό!

## Επικεντρώσου στο τι θέλεις να κάνεις

Ο Μπαράκ Ομπάμα σε άλλο σημείο της ομιλίας του είπε: "Πιστεύω ότι πολύ συχνά οι άνθρωποι έχουν στο μυαλό τους: θέλω να γίνω βουλευτής στα 30 μου. Θέλω να κάνω πολλά λεφτά. Σε αυτή την ηλικία, οι άνθρωποι που έχω βρει ότι είναι περισσότεροι επιτυχημένοι είναι οι άνθρωποι που λένε θέλω πραγματικά να ασχοληθώ με τα κομπιούτερς και να καταλάβω πώς λειτουργούν και στο τέλος καταλήγουν να είναι ο Μπιλ Γκέιτς".



“Being interested and engaged in life is the single most important pathway to success” - Barack Obama



info

**Τι είναι το "Obama Foundation Leaders"**

Πρόκειται για ένα εξάμηνης διάρκειας πρόγραμμα που εντοπίζει άτομα που εργάζονται στον δημόσιο και ιδιωτικό τομέα και στην κοινωνία των πολιτών, τα οποία έχουν επιδείξει έργο στην προώθηση του κοινού καλού, εστιάζοντας κυρίως στις κοινές αξίες και την ηθική ηγεσία, που αποτέλεσαν το όραμα του Μπαράκ και της Μισέλ Ομπάμα. Μέσα από την ενδυνάμωσή τους και την ανάπτυξη ηγετικών δεξιοτήτων, το Obama Foundation Leaders επιδιώκει να αναδείξει μια νέα γενιά ενεργών πολιτών, που θα λειτουργήσουν ως θετικά πρότυπα και θα δημιουργήσουν απτές λύσεις στις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι κοινότητές τους, οι χώρες τους και ο κόσμος γενικότερα.

Όπως επισήμανε όταν οι άνθρωποι ξέρουν τι θέλουν και εστιάζουν σε αυτό, το αποτέλεσμα της προσπάθειάς τους θα είναι θετικό: "Έχουν μια απίστευτη καριέρα γιατί επικεντρώνονται σε ένα πράγμα. Αν αυτό που κάνεις σε απορροφά, θα γίνεις πολύ καλός σε αυτό. Και ανεξαρτήτως αν ανταμείβεται, αναγνωρίζεται, παίρνεις τις θέσεις που θέλεις ή όχι, το ταξίδι θα είναι καλό".





## Το DUO φροντίζει οι "GET A ROOM" to have a room!

Το DUO, με μια ευρεία γκάμα προϊόντων παρέχει ασφαλή προφύλαξη και μας εμπνέει για να απολαύσουμε τις ερωτικές μας εμπειρίες και τις ιδιαίτερες στιγμές μας.

Σε συνεργασία με την 4WiseMonkeys, το DUO δίνει την ευκαιρία σε όλα τα GET A ROOM ζευγάρια να συμμετέχουν στον απόλυτο διαγωνισμό για την επόμενη τους ... σεξόρμηση. Έως τις 17 Αυγούστου, το DUO μοιράζει σε 15 τυχερούς νικητές κάθε εβδομάδα μοναδικά δώρα αλλά και την ευκαιρία να ζήσουν την απόλυτη απόδραση όπως ποτέ άλλοτε!

Βρείτε τον 8ψήφιο κωδικό στο κάτω μέρος των συσκευασιών (LOT number) που συμμετέχουν και καταχωρήστε τον στο [https://duogetaroom.gr/#how\\_to\\_play](https://duogetaroom.gr/#how_to_play). Μέχρι και τις 17 Αυγούστου κληρώνονται 15 νέοι νικητές, κάθε εβδομάδα!

Παίρνοντας μέρος στο διαγωνισμό προετοιμαστείτε για τα παρακάτω φανταστικά δώρα:

- Διαμονή σε ξενοδοχείο 5 αστέρων αξίας 500€
- Δωρεάν διαμονή σε ξενοδοχείο αξίας 100
- Δώρο φανταστικά προϊόντα DUO



## Agenda

## Η πρωτότυπη σειρά από τα Marvel Studios, «Μυστική Εισβολή», είναι τώρα διαθέσιμη στο Disney+



Η νέα, πρωτότυπη, κατασκοπευτική σειρά από τα Marvel Studios, «Μυστική Εισβολή», είναι τώρα διαθέσιμη στο Disney+, με νέο επεισόδιο κάθε Τετάρτη. Μάθετε περισσότερα στο [www.disneyplus.com](http://www.disneyplus.com)

Στη νέα σειρά από τα Marvel Studios «Μυστική Εισβολή», που διαδραματίζεται στο παρόν του MCU, ο Nick Fury μαθαίνει για μια μυστική εισβολή στη Γη από μια ομάδα Σκραλς, οι οποίοι έχουν τη δυνατότητα να αλλάζουν μορφή. Ο Fury ενώνεται με τους συμμάχους του, μεταξύ των οποίων ο Everett Ross, η Maria Hill και ο Skrull Talos, ο οποίος έχει φτιάξει τη ζωή του στη Γη. Μαζί ξεκινούν έναν αγώνα ενάντια στον χρόνο, καθώς πρέπει να σταματήσουν την επικείμενη εισβολή των Σκραλ και να σώσουν την ανθρωπότητα.

Στη σειρά «Μυστική Εισβολή» από τα Marvel Studios, πρωταγωνιστούν οι Samuel L. Jackson, Ben Mendelsohn, Cobie Smulders, Martin Freeman, Kingsley Ben-Adir, Charlayne Woodard, Killian Scott, Samuel Adewunmi, Dermot Mulroney, Christopher McDonald, Katie Finneran, με τους Emilia Clarke, Olivia Colman και Don Cheadle.



ΛΕΩΝΙΔΑΣ ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ

ΤΑ ΕΡΩΤΙΚΑ ΤΟΥ  
ΚΑΖΑΝΤΖΙΔΗ

Έρωτας και φύλο στο λαϊκό τραγούδι



## Τα ερωτικά του Καζαντζίδη. Έρωτας και φύλο στο λαϊκό τραγούδι

Το βιβλίο εξετάζει τον λόγο των ερωτικών τραγουδιών του δημοφιλέστερου Έλληνα ερμηνευτή και αναλύει σε βάθος μία ποιητική θεματολογία και έναν κόσμο ιδεών, αισθημάτων, κανόνων και πρακτικών που διαπερνούν συνολικότερα το λαϊκό τραγούδι και τον λαϊκό πολιτισμό της εποχής.

Τα ποιητικά μοτίβα αναλύονται με βάση έναν οδηγό στην ιστορία των νεωτερικών ιδιωμάτων της ρομαντικής αγάπης που προσφέρει μία καινοτόμα προοπτική για την ερμηνεία ποικίλων κειμένων του λαϊκού αλλά και του λόγιου πολιτισμού.

Τα τραγούδια αποτυπώνουν σημαντικές όψεις της κοινωνικής εμπειρίας της εποχής, όπως την κρίση των έμφυλων προτύπων και τα αντιφατικά ανδρικά συναισθήματα απέναντι στις μοντέρνες γυναίκες, την αναβάθμιση των ρομαντικών συγκινήσεων και της σεξουαλικότητας, τα έμφυλα βιώματα, αξίες, απολαύσεις και ανησυχίες των «σοβαρών» σχέσεων και του ρομαντικού γάμου, και τη δύσκολη συνύπαρξη ανάμεσα στο πάθος, τη δέσμευση και την μονιμότητα.

Από τις εκδόσεις ΜΩΒ.

## Έρωτες, έρωτες, έρωτες



Δώδεκα ιστορίες με πρωταγωνιστές που επιμένουν να παλεύουν για την ικανοποίηση της ερωτικής επιθυμίας τους. Δώδεκα παραλλαγές πάνω στο ίδιο θέμα, με την τελευταία και μεγαλύτερη να αγκαλιάζει όλες τις προηγούμενες.

...] Ως συνήθως σε τέτοιες περιπτώσεις, δεν το κατάλαβα αμέσως. Δεν έδωσα σημασία στην τεράστια φόρα που είχα πάρει για να την εντυπωσιάσω και να την κατακτήσω. Νόμιζα ότι απλώς παίζω. Και δεν είχα άδικο από μια πλευρά. Ο έρωτας είναι το υπέρτατο παιχνίδι, και όσοι τζογάρουν σ' αυτόν είναι υποχρεωτικά παιχνιδιάρηδες, το πιστεύω. Αν και το βασικό χαρακτηριστικό των ερωτευμένων είναι ότι γίνονται ανισόρροποι, δηλαδή τους στρίβει, τρελαίνονται κυριολεκτικά.

Μόνο ο θάνατος θα μας χωρίσει • Ο ορισμός της απιστίας • Κληρονομικότητα • Δεύτερη ζωή δεν έχει • Υπερδιέγερση • Μοναχικός λύκος • Ο Καλλίφωνος Καναρίνης • Μητριά • Μία είναι η πληγή • Το πάνω χέρι • Για πάντα • Έρωτες, έρωτες, έρωτες.

Από τις εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ.



quote of the day

"YOU ARE BEAUTIFUL JUST THE WAY YOU ARE."

Nick Vujicic

Σήμερα  
γιορτάζουν!  
Μακάριος,  
Μακαρία

tip of the day

"Beauty begins  
the moment you  
decide to be  
yourself."

~COCO CHANEL

26 Ιουνίου

- > Παγκόσμια Ημέρα κατά των Ναρκωτικών και της Παράνομης Διακίνησής τους
- > Διεθνής Ημέρα κατά των Βασανιστηρίων
- > National Barcode Day
- > National Beautician's Day
- > National Coconut Day