



BY APPOINTMENT TO
THE ROYAL DANISH COURT

TUBORG

YOUR MOMENTS!



SAY *yes* to the **press**



ΠΟΙΟ ΦΥΛΟ ΑΠΕΙΛΕΙΤΑΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΙ;



Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Παρόλο που όλοι ζούμε στο παρόν, συχνά πιστεύουμε ότι μας οδηγεί το παρελθόν. Ο Άλαν Γουότς αναφέρθηκε ακριβώς σε αυτό στην ομιλία του "Living In The Present" χρησιμοποιώντας ως παρομοίωση ...μία βάρκα.

Στην ομιλία του λέει πως όπως ένα πλοίο δεν οδηγείται από το πέρασμά του, έτσι και εμείς δεν οδηγούμαστε από το παρελθόν. Αν το έχουμε αυτό υπόψη μας, η καθημερινότητά μας μπορεί να έχει λιγότερη πίεση και να μας οδηγήσει σε μια πιο χαλαρή ζωή. Μπορείτε να δείτε την ομιλία του [εδώ](#).

Στο **πρώτο μέρος** συγκρίνει τη ζωή ενός ανθρώπου με ένα πλοίο και το πέρασμά του.

Η πορεία του χρόνου είναι σαν την πορεία ενός πλοίου στον ωκεανό. Αν κοιτάξουμε ένα πλοίο από ψηλά, βλέπουμε να ακολουθούν παφλασμοί πίσω του. Αν παρατηρήσουμε λίγο πιο προσεκτικά το πέρασμα, παρατηρούμε ότι χάνεται στην υπόλοιπη επιφάνεια του νερού με την πάροδο του χρόνου. Αυτό μας λέει πού ήταν το πλοίο.

Ακριβώς με τον ίδιο τρόπο που το παρελθόν μας και η μνήμη μας λέει πού ήμασταν και τι κάναμε. Τώρα, αυτό που πρέπει να θυμόμαστε είναι ότι ο παφλασμός δεν οδηγεί το πλοίο, όπως η ουρά δεν κουνάει τον σκύλο.

Στο **δεύτερο μέρος** μπαίνει στο γιατί είναι δύσκολο να εξηγηθούν τα πράγματα στο τώρα σε σχέση με το παρελθόν.

Ας υποθέσουμε ότι υπήρχε ένα νευρωτικό και δύσκολο παιδί και μια σχολή σκέψης (δηλαδή πνευματική πεποίθηση) που πίστευε ότι το παιδί έπρεπε να το χτυπήσουμε για να αλλάξει.

Κάποιοι λένε ότι αυτό δεν είναι δίκαιο για το παιδί, άλλωστε φταίνε οι γονείς που δεν το έχουν μεγαλώσει σωστά. Πρέπει λοιπόν εκείνοι να τιμωρηθούν.

Όμως οι γονείς λένε, "Συγγνώμη, αλλά και οι δικοί μας γονείς ήταν νευρωτικοί και μας μεγάλωσαν άσχημα. Έτσι δεν ξέραμε τι να κάνουμε οι ίδιοι."

Δεδομένου ότι οι "αρχικοί" γονείς δεν ζουν πια, δεν θα υπάρξει τιμωρία γι' αυτούς.

Και αυτό μπορεί να πάει όλο και πιο πίσω στο παρελθόν μέχρι να



καταλήξουμε να εντοπίσουμε όλη την ενοχή στον Αδάμ και την Εύα στον Κήπο της Εδέμ. Άλλωστε εκείνοι μας έφεραν την Πτώση και ξεκίνησαν όλο αυτό το χάλι. Αλλά ακόμα και τότε, η Εύα θα έλεγε: «Όχι, δεν φταίω εγώ, το φίδι με έβαλε στον πειρασμό να φάω τον καρπό» και έτσι θα έφταιγε το φίδι...

Συμπέρασμα; Σταμάτα να ελέγχεις από το πριν και να αφήνεις στο έλεος του παρελθόντος. Ο καθένας έχει το δικαίωμα να βλέπει τον κόσμο όπως θέλει. Το γεγονός είναι, ωστόσο, ότι όλα ξεκινούν τώρα. Στο παρόν. Πάρε τη ζωή στα χέρια σου και προχώρα.

Στο **τρίτο μέρος** αναφέρεται στο γιατί κάνουμε πράγματα εξαρχής.

Όταν ρωτήθηκε γιατί έκανε αυτή την ομιλία, ο Άλαν Γουότς θα μπορούσε να απαντήσει ότι έτσι κερδίζει τα προς το ζην. Ή ότι πρόκειται για ένα μήνυμα που ήθελε να μοιραστεί μαζί μας. Δεν είναι όμως αυτός ο λόγος.

«Μιλώ για τον ίδιο λόγο που τα πουλιά τραγουδούν και τα αστέρια λάμπουν: Γιατί μου αρέσει», είπε.

Τα περισσότερα από αυτά που κάνουμε τα κάνουμε γιατί απλά έτσι μας αρέσει, χωρίς κάποιον άλλο ιδιαίτερο λόγο. Η χαρά της στιγμής είναι αρκετή για να κάνουμε ό,τι κάνουμε.

Tip of the Day: "Βλέπω τον εαυτό μου ως ολόκληρο στο πεδίο των γεγονότων, καθώς ο εσωτερικός και εξωτερικός μου κόσμος, σχηματίζουν τον πραγματικό μου εαυτό· τότε όλα τα πράγματα που μου συμβαίνουν μπορούν να ονομαστούν οι πράξεις μου".

Αυτή είναι η αληθινή έννοια του κάρμα.

Δεν χρειάζεται όμως να είσαι μαριονέτα του παρελθόντος, καθώς το μόνο που χρειάζεται είναι μια αλλαγή στη σκέψη σου.

Απλώς πρέπει να απαλλαγείς από το μοτίβο σκέψης στο οποίο ορίζεις τον εαυτό σου με ό,τι σου έχει ήδη συμβεί και αντ' αυτού απλά να μεταβείς σε ένα πιο λογικό σχέδιο σκέψης σύμφωνα με το οποίο ορίζεις τον εαυτό σου με βάση αυτό που κάνεις και πρεσβεύεις τώρα.

Αυτή είναι η απελευθέρωση από την παράλογη κατάσταση του να είσαι ένας σκύλος που «κουνιέται από την ουρά του» - αντί ένας σκύλος που κουνάει την ουρά του.

Ποιο φύλο απειλείται περισσότερο από την ΑΙ;

Οι γυναίκες ή οι άνδρες πρέπει να φοβούνται περισσότερο από την επέλαση της ΑΙ;



Μια νέα έκθεση του McKinsey Global Institute, που εξετάζει τις τάσεις της αγοράς εργασίας των ΗΠΑ μέχρι το τέλος του 2030, αποκαλύπτει ότι οι γυναίκες είναι 1,5 φορές πιο πιθανό να χρειαστεί να αλλάξουν επάγγελμα από ό,τι οι άνδρες.

Ας δούμε αναλυτικά...

Επειδή ανά τον κόσμο οι γυναίκες συνήθως υπερεκπροσωπούνται στους κλάδους με θέσεις εργασίας με χαμηλότερους μισθούς, αναμένεται να επηρεαστούν περισσότερο από την αυτοματοποίηση, συμπεριλαμβανομένης της υποστήριξης γραφείου και της εξυπηρέτησης πελατών. Επιπρόσθετα, οι μαύροι και οι ισπανόφωνοι θα επηρεαστούν αρνητικά, καθώς η ζήτηση για τρόφιμα και εργάτες παραγωγής συρρικνώνεται.

Συνολικά, το McKinsey Global Institute αναφέρει ότι τουλάχιστον 12 εκατομμύρια εργαζόμενοι στις ΗΠΑ θα χρειαστεί να αλλάξουν επάγγελμα μέχρι το τέλος του 2030. Φυσικά οι συνέπειες της επέλασης της ΑΙ αφορούν και την Ευρώπη.

Αυτό που είναι ανησυχητικό, σύμφωνα με τον διευθυντή του Ινστιτούτου Kweilin Ellingrud, είναι ότι η ανατροπή θα επικεντρωθεί στους χαμηλόμισθους εργαζομένους. Είναι έως και 14 φορές πιο πιθανό να χρειαστεί να αλλάξουν επάγγελμα από εκείνους με τις υψηλότερες μισθολογικές θέσεις και οι περισσότεροι θα χρειαστούν πρόσθετες δεξιότητες για να το κάνουν με επιτυχία.



Σύμφωνα με την έκθεση, οι δικηγόροι, οι εκπαιδευτικοί, οι οικονομικοί σύμβουλοι και οι αρχιτέκτονες θα είναι μεταξύ εκείνων που θα επηρεαστούν περισσότερο από την εξάπλωση της γενετικής τεχνητής νοημοσύνης, όπως το ChatGPT του OpenAI. Ωστόσο, ο McKinsey υποστήριξε ότι αυτό θα οδηγήσει σε μεγάλο βαθμό σε αλλαγές στον τρόπο με τον οποίο εκτελούνται αυτές οι θέσεις εργασίας, παρά στην καταστροφή τεράστιων τμημάτων θέσεων. «Μάλλον δεν θα είναι κάτι τέτοιο καταστροφικό», είπε ο συνεργάτης του ινστιτούτου Michael Chui. Αλλά «θα αλλάξει σχεδόν κάθε δουλειά».

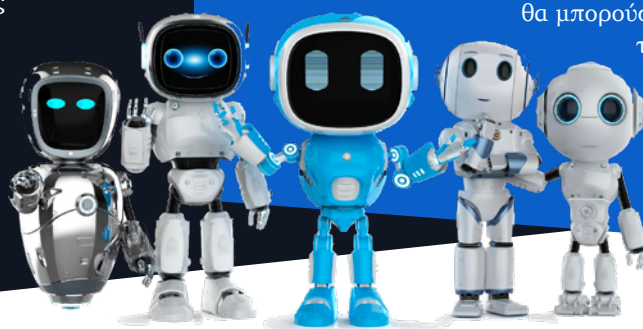


Περίπου 3,5 εκατομμύρια θέσεις θα μπορούσαν να εξαλειφθούν καθώς οι ΗΠΑ επιδιώκουν να τερματίσουν τις εκπομπές αερίων του θερμοκηπίου, με τους εργαζόμενους στην παραγωγή πετρελαίου και φυσικού αερίου και την αυτοκινητοβιομηχανία να δέχονται το χτύπημα, σύμφωνα με την έκθεση. Ωστόσο, ο McKinsey υποστήριξε ότι αυτό θα αντισταθμιστεί περισσότερο από τα κέρδη που προκύπτουν από τη συσσώρευση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας, κυρίως μέσω επενδύσεων κεφαλαίου σε νέες εγκαταστάσεις, σταθμούς φόρτισης κ.α.

έχουν ήδη έλλειψη. Η απασχόληση στις κατασκευές αυξάνεται κατά 12% από το 2022 έως το 2030.

Πάντως, αν η ανακατανομή των θέσεων εργασίας τα επόμενα χρόνια αντιμετωπιστεί σωστά, θα μπορούσε να οδηγήσει σε τεράστια αύξηση της παραγωγικότητας και της ευημερίας των κρατών.

Η ενεργειακή μετάβαση, σε συνδυασμό με τις αυξημένες κρατικές δαπάνες για υποδομές, θα αυξήσει τη ζήτηση για εργατές στον τομέα των κατασκευών που



Lesvos food festival με Ούζο Πλωμαρίου



Το Ούζο Πλωμαρίου ήταν και φέτος ο μεγάλος πρωταγωνιστής και αργυρός χορηγός του Lesvos food festival. Το γαστρονομικό γεγονός της χρονιάς που προβάλλει τα τοπικά προϊόντα μέσα από μοναδικές εκδηλώσεις που πραγματοποιούνται σε 10 διαφορετικά σημεία του νησιού φέτος περιελάμβανε Ούζο Πλωμαρίου συνδυασμένο με λαχταριστό μεζέ. Στόχος του φεστιβάλ άλλωστε είναι οι επισκέπτες να απολαύσουν εκλεκτές γεύσεις και να βιώσουν την τέχνη της απόλυτης απόλαυσης του συνδυασμού τους με το δημοφιλέστερο aperitif, το ούζο!

Από 16 έως 23 Ιουλίου 2023 λοιπόν ο Μόλυβος, η Μυτιλήνη και η Αγιάσος αποτέλεσαν μερικές από τις στάσεις του φεστιβάλ ενώ στο Πλωμάρι, την Πατρίδα του ούζου, οι εκδηλώσεις κορυφώθηκαν με την τέχνη του μεζέ να αναγάγεται σε επιστήμη. Ο τούρκικος meze, τα ιταλικά antipasti, τα ισπανικά tapas και οι ελληνικοί μεζέδες, εμπνευσμένα από προϊόντα της Λέσβου, απογειώθηκαν γευστικά με τη συνοδεία του ούζου.

Οι μεζέδες είχαν την τιμητική τους ως μια σύγχρονη γαστρονομική τάση της μεσογειακής διατροφής που συγκεντρώνει την παρέα γύρω από το τραπέζι για να μοιραστεί νόστιμα μεζεδάκια. Μια μεσογειακή πρόταση όπου συνδυάστηκαν με μεγάλη επιτυχία τα κρεατικά και τα θαλασσινά σε μια μακρόσυρτη γαστρονομική συνάντηση που έρχεται από το παρελθόν και εξελίσσεται διαχρονικά. Κατά την διάρκεια της γευσιγνωσίας το Ούζο Πλωμαρίου έκλεψε τις εντυπώσεις και ήταν ο απόλυτος πρωταγωνιστής.

Health News

Τροφές για υγιείς πνεύμονες

Τα ωμέγα-3 λιπαρά οξέα μπορούν να διατηρήσουν τους πνεύμονες μας υγιείς, όπως αποκαλύπτει νέα μελέτη που δημοσιεύτηκε στο American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine. Τα βρίσκουμε σε τρόφιμα όπως τα ψάρια, ο λιναρόσπορος και τα καρύδια.

Σύμφωνα με την έρευνα η κατανάλωση τροφών με ωμέγα-3 λιπαρά οξέα μπορούν να προλάβουν τις χρόνιες πνευμονοπάθειες και θωρακίζουν το αναπνευστικό σύστημα. Τα ευρήματα έδειξαν ότι τα υψηλότερα επίπεδα ωμέγα-3 λιπαρών οξέων στο αίμα ενός ατόμου σχετίζονταν με την εύρυθμη λειτουργία των πνευμόνων.

Μάλιστα προηγούμενες έρευνες επιβεβαιώνουν αυτό το συμπέρασμα. Σε κλινική μελέτη του Sydney University διαπιστώθηκε ότι μια δίαιτα πλούσια σε ω-3 μειώνει τη φλεγμονή, βασική προϋπόθεση για την εκδήλωση άσθματος. Είναι χαρακτηριστικό ότι τα παιδιά που έτρωγαν τακτικά φρέσκα, λιπαρά ψάρια εκδηλώνουν 4 φορές λιγότερα περιστατικά εμφάνισης άσθματος συγκριτικά με τα παιδιά που κατανάλωναν ψάρια σπάνια ή περιστασιακά.





Χρήστος Αρφάνης,
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος



Mockbusters: Ταινίες που χωρίς ντροπή αντέγραψαν άλλες ταινίες

Τα **Mockbusters** είναι πολύ διαδεδομένα στην κινηματογραφική βιομηχανία. Ο όρος βγαίνει από τις αγγλικές λέξεις **mock** και **blockbuster**, όπου **mock** σημαίνει “κοροϊδεύω” αλλά και “πλαστός”.

Ουσιαστικά είναι ταινίες οι οποίες βγαίνουν αμέσως σε home release (συνήθως “direct-to-DVD”) την ίδια περίοδο που μια blockbuster ταινία μεγάλου studio βγαίνει στους κινηματογράφους. Τα **Mockbusters** θυμίζουν τις μεγάλες ταινίες που βασίζονται, ενώ πολλές φορές δανείζονται μερικά generic χαρακτηριστικά της original ταινίας, όπως λέξεις του τίτλου ή και γραφικά εμπνευσμένα από την ταινία που αντιγράφουν.

Σκοπός τους είναι σχεδόν πάντα να έχουν ένα μερίδιο κέρδους από καταναλωτές που θα μπερδευτούν θέλοντας να αγοράσουν μια original movie και ίσως εν αγνοία τους βρεθούν με το **Mockbuster DVD**. Οι ταινίες συνήθως είναι μικρού budget με άγνωστους ηθοποιούς, ακολουθώντας το πρότυπο των λεγόμενων b-movies. Για την ιστορία το πρώτο **mockbuster** που δημιουργήθηκε ποτέ ήταν το *The Monster of Piedras Blancas* του 1959 που αποτελεί αντιγραφή του *Creature from the Black Lagoon*.

Δικαστικές διαμάχες

Ίσως η πιο γνωστή εταιρία παραγωγής **mockbusters** είναι η *The Asylum* η οποία το 2012 είχε δικαστικό θέμα με κάποιες άλλες μεγάλες εταιρίες για κάποια ταινία της. Το 2012, οι *Warner Bros. Pictures*, *New Line Cinema*, *Metro-Goldwyn-Mayer*, *WingNut Films* και



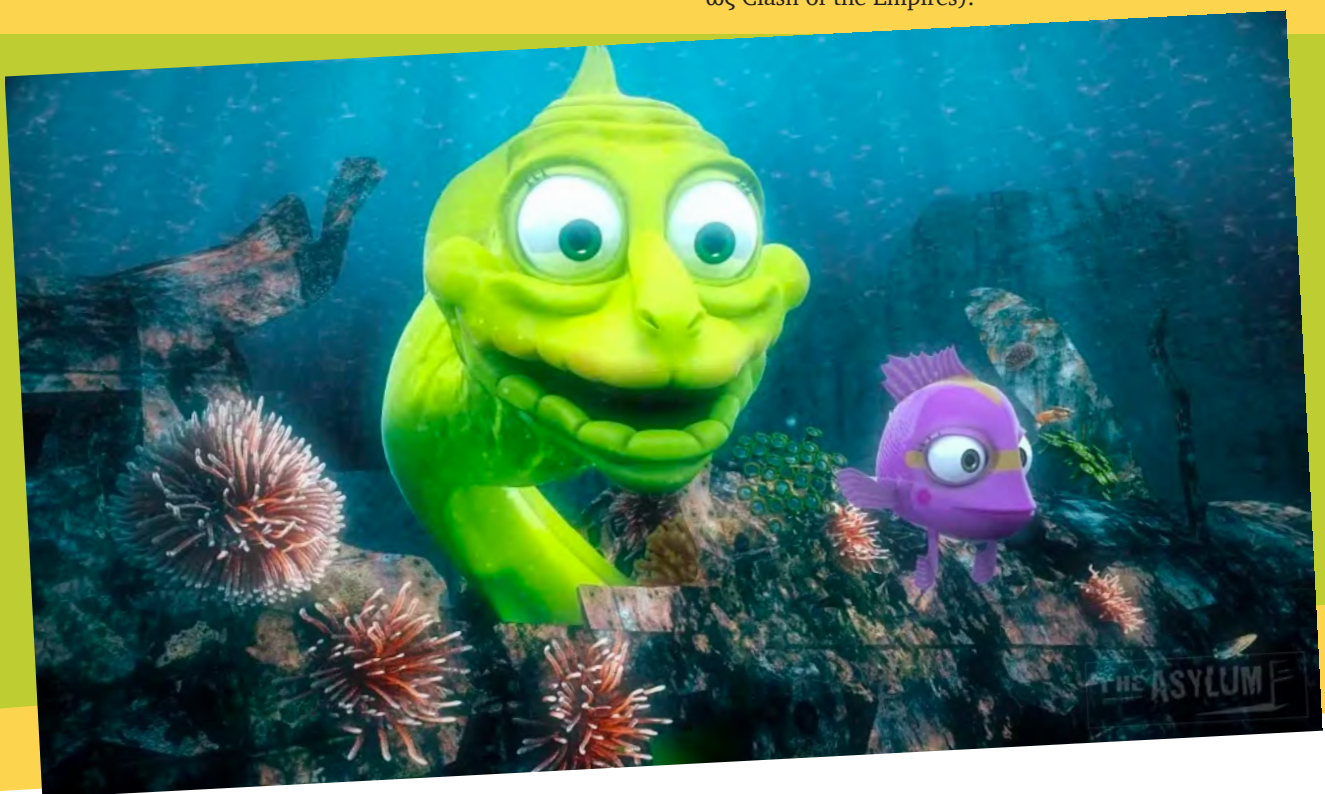
The Saul Zaentz Company (SZC) μήνυσαν την *The Asylum* για παραβίαση εμπορικών σημάτων, ψευδείς ονομασίες, εσκεμμένη παραποίηση εμπορικών σημάτων, ψευδή διαφήμιση και αθέμιτο ανταγωνισμό. Οι ενάγοντες βρήκαν αφορμή από μια ταινία που τότε η *The Asylum* είχε στην αγορά.

Οι παραπάνω εταιρίες ισχυρίστηκαν ότι ο τίτλος της ταινίας του κατηγορούμενου *Age of the Hobbits* παραβίασε τα καταχωρημένα εμπορικά σήματα που



κατέχει η SZC στην ονομασία "Hobbit." Σε αντίθεση με τις μυθολογικές ιστορίες τους, οι οποίες ανήκουν στο κοινό, τα μυθιστορήματα του J. R. R. Tolkien έχουν αποκλειστικά άδειες για την Warner Bros. και την SZC για παραγωγή και διασκευή ταινιών και άλλου περιεχομένου. Το δικαστήριο χαρακτήρισε την Global Asylum (ο εναγόμενος σε αυτήν την υπόθεση) ως εταιρία χαμηλού προϋπολογισμού που φτιάχνει "mockbusters" δημοφιλών ταινιών με παρόμοιο τίτλο.

Οι Warner Bros. και SZC υπέβαλαν αποδεικτικά στοιχεία για να αποδείξουν ότι οι καταναλωτές θα μπερδευόνταν από τον ίδιο τίτλο και ότι θα έχαναν όχι μόνο τις πωλήσεις εισιτηρίων αλλά και τα έσοδα από DVD. Τα στοιχεία περιελάμβαναν έρευνα που έδειξε ότι το 48% των 400 ερωτηθέντων συσχέτιζαν τον όρο "Hobbit" με τις τις γνωστές ταινίες των Warner Bros./ SZC και των ιστοριών του Tolkien. Τελικά η The Asylum έχασε την δίκη και άλλαξε όνομα σε Lord of the Elves (γνωστό και ως Clash of the Empires).





έδειχνε ένα φίδι να καταπίνει ένα τρένο. Ήταν σκόπιμο να είναι, ξέρετε, μεταφορικά. Αλλά οι διανομείς το ήθελαν, οπότε μου δόθηκε η εντολή ότι το τέλος έπρεπε να έχει το φίδι να τρώει το τρένο.” Παράλληλα, ένας άλλος εκπρόσωπος της The Asylum, ο David Rimawi, λέει ότι αν και πολλές ταινίες τους έχουν “καλλιτεχνικά και μεταφορικά στοιχεία”, αυτό δεν είναι κάτι που τους ενδιαφέρει. Η The Asylum δεν ισχυρίζεται ότι είναι “καλλιτεχνικός” οίκος παραγωγής περιεχομένου απλά καθαρά εμπορικός.

Τέχνη ή απλά χωρίς ντροπές rip-off ;

Οι χαμηλοί προϋπολογισμοί σημαίνουν ότι οι σκηνοθέτες και οι παραγωγοί πρέπει να σκεφτούν δημιουργικούς αλλά φθηνούς τρόπους για να επιτύχουν τα επιτεύγματα και τις εισπράξεις που επιθυμούν. Για παράδειγμα, το Snakes on a Train θα μπορούσε να αποτελεί rip-off τίτλο του γνωστού Snakes on a Plane. Όμως δόθηκε μια άλλη εξήγηση από τον παραγωγό David Michael Latt σχετικά με τον τίτλο. “Με μόλις τέσσερις μέρες να απομένουν για να τελειώσουν τα γυρίσματα, ένας συνεργάτης μου με κάλεσε και είπε ότι όλοι είναι πραγματικά ενθουσιασμένοι για το Snakes on a Train, αλλά είναι πιο ενθουσιασμένοι για την αφίσα, η οποία

Πηγές:

<https://threepixelslab.gr/movies-series/68575/mockbusters/>
https://en.wikipedia.org/wiki/The_Monster_of_Piedras_Blancas
https://en.wikipedia.org/wiki/Creature_from_the_Black_Lagoon
https://en.wikipedia.org/wiki/The_Asylum



Ποιες είναι οι κορυφαίες ειδικότητες στην αγορά εργασίας του αύριο

Οι ραγδαίες εξελίξεις στην αγορά εργασίας αλλά και οι τεχνολογικές αλλαγές δημιουργούν μια σειρά από νέες προκλήσεις στον εργασιακό κόσμο, αναδεικνύοντας περιζήτητες ειδικότητες αλλά και σημαντικές δεξιότητες που αναμένεται να διαμορφώσουν το νέο τοπίο για τους εργαζομένους του αύριο.



Σύμφωνα με πρόσφατες έρευνες της Adecco, οι εργοδότες σήμερα φαίνεται να επενδύουν έντονα στην προσέλκυση ταλέντων στα τμήματα Πληροφορικής, Πωλήσεων και Ανάπτυξης Αγοράς, Προμηθειών, Εφοδιαστικής αλυσίδας, Παραγωγής και Operations, Marketing (Digital και Social Media), Νομικών (GDPR, Data analysts) καθώς και τομέων που σχετίζονται με την Υγεία. Παραδοσιακά, η ζήτηση παραμένει υψηλή σε προγραμματιστές διαφόρων ειδικοτήτων ενώ στον τομέα του HR παρατηρείται αυξημένη ζήτηση για επαγγελματίες με εξειδίκευση στο Talent Attraction & Talent Acquisition, καθώς και για ρόλους που σχετίζονται με τη διαχείριση αλλαγών.

Περιζήτητες ειδικότητες & δεξιότητες

Σύμφωνα με την έρευνα του Ομίλου Adecco για το Μέλλον της Εργασίας, τόσο η αυξανόμενη αυτοματοποίηση όσο και η ψηφιοποίηση δημιουργούν ζήτηση και για νέες δεξιότητες, εφόσον έως το 2025 τόσο οι άνθρωποι όσο και οι αυτοματοποιημένες μηχανές αναμένεται να απασχολούνται τον ίδιο αριθμό ωρών.

Η ίδια έκθεση προβλέπει ότι οι ειδικότητες και οι δεξιότητες που θα έχουν τη μεγαλύτερη ζήτηση έως το 2025 σχετίζονται με:

- 1. Επιστήμη Δεδομένων (Data Science) & Υπολογιστικό Νέφος (Cloud Computing):** Ειδικότητες όπως data architects, προγραμματιστές και data scientists απαιτούνται για την ανάλυση και αξιοποίηση των δεδομένων και τη διαχείριση των υπολογιστικών απαιτήσεων στο νέφος.
- 2. Τεχνητή Νοημοσύνη (Artificial Intelligence - AI) και Μηχανική Μάθηση (Machine Learning - ML):** Ειδικότητες που αναλαμβάνουν την ανάπτυξη και την εφαρμογή τεχνολογιών Τεχνητής Νοημοσύνης και Μηχανικής Μάθησης, προσφέρουν λύσεις σε προβλήματα που απαιτούν αναγνώριση μοτίβων και αυτοματοποίηση.
- 3. Big Data Science:** Ειδικότητες που εξειδικεύονται στη διαχείριση και αξιοποίηση μεγάλου όγκου δεδομένων προκειμένου να εξαχθούν πολύτιμες πληροφορίες και αναλύσεις.

4. **Ψηφιακό Marketing & Στρατηγική:** Ειδικότητες που εξειδικεύονται στον ψηφιακό κόσμο, στην ανάπτυξη ψηφιακών στρατηγικών και την προώθηση προϊόντων ή υπηρεσιών μέσω διαδικτύου και ψηφιακών μέσων.
5. **Αυτοματοποίηση Διαδικασιών:** Ειδικότητες που αναπτύσσουν λύσεις αυτοματοποίησης διαδικασιών και συστημάτων, όπως αυτοματισμός ρομπότ, αυτόνομα οχήματα κ.α.
6. **Ασφάλεια Πληροφοριών & Κυβερνοασφάλεια:** Ειδικότητες που αντιμετωπίζουν τις απειλές και τα προβλήματα της κυβερνοασφάλειας σε συστήματα και δίκτυα πληροφορικής.

Την ίδια στιγμή, η διαρκής εκπαίδευση μειώνει τον κίνδυνο που προκαλείται από τη συρρίκνωση των θέσεων εργασίας εξαιτίας της αυτοματοποίησης και των τεχνολογικών εξελίξεων -η αυτοματοποίηση θα έχει ως αποτέλεσμα την απώλεια 85 εκατ. θέσεων εργασίας – κυρίως χειρωνακτικών και θέσεων που απαιτούν επαναλαμβανόμενες διαδικασίες. Παράλληλα, τα "soft skills", όπως η κριτική και αναλυτική σκέψη, η επίλυση προβλημάτων και οι ηγετικές ικανότητες, παραμένουν στην πρώτη γραμμή, καθώς για τους σύγχρονους εργοδότες συμπληρώνουν τις τεχνικές δεξιότητες και είναι σημαντικά για την αντιμετώπιση πολυσύνθετων ζητημάτων στον εργασιακό χώρο.

Διαμόρφωση μισθών & παράγοντες που καθορίζουν τη ζήτηση

Οι παραπάνω ειδικότητες αναμένεται μεταξύ άλλων να επηρεάσουν και τη διαμόρφωση των μισθών, καθώς η ανάγκη για κάλυψη θέσεων υψηλής εξειδίκευσης θα οδηγήσει το εύρος των μισθών προς τα πάνω. Συγκεκριμένα, όσο η ζήτηση για τους εξειδικευμένους αυτούς τομείς αυξάνεται συνεχώς, οι εταιρείες θα προσφέρουν ολοένα και περισσότερο ανταγωνιστικά πακέτα αποδοχών και παροχών για να προσελκύσουν τα στελέχη που χρειάζονται, τα οποία θα αποκτήσουν ενισχυμένη «διαπραγματευτική δύναμη».

Μάλιστα, σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας



του Ομίλου Adecco, Global Workforce of the Future, από τους 34.200 εργαζόμενους σε 25 χώρες που συμμετείχαν στην έρευνα, το 45% δήλωσε ότι το ύψος του μισθού και οι παροχές αποτελούν και τον σημαντικότερο παράγοντα επιλογής εργασίας. Σε αυτό το πλαίσιο, οι εταιρείες που θα παρέχουν τον κατώτατο μισθό θα δυσκολεύονται να προσελκύσουν εργαζομένους.

info

Η Ελλάδα εντάσσεται στο τρίτο γκρουπ χωρών, με κατώτατο μισθό κάτω από 1.000€/μήνα, ενώ η αύξηση της 1ης Απριλίου του 2023 αποτελεί την τρίτη από το καλοκαίρι του 2019.

Σύμφωνα με το Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων, με την πρόσφατη αύξηση, η Ελλάδα ανεβαίνει στη 10η θέση μεταξύ των 22 χωρών-μελών της Ε.Ε. που έχουν κατώτατο μισθό, από τη 13η θέση που βρισκόταν προηγουμένως ενώ με όρους αγοραστικής δύναμης ανεβαίνει στη 13η από τη 18η θέση.

Το πιο δροσερό, καλοκαιρινό φεστιβάλ είχε άρωμα Carroten

Το Carroten γνωρίζει πόσο ανυπομονούσες και φέτος να δημιουργήσεις καλοκαιρινές αναμνήσεις και να ζήσεις μοναδικές στιγμές κάτω από τον ήλιο. Έτσι, σήμανε την έναρξη του φετινού καλοκαιριού, με το πιο ξεχωριστό καλοκαιρινό φεστιβάλ, το Carroten Summer Festival. Ένα φεστιβάλ γεμάτο δραστηριότητες, εκπλήξεις και δώρα, πάντα υπό την προστασία των αντιηλιακών προϊόντων του Carroten.

Το Carroten Summer Festival ήταν ανοιχτό προς το κοινό και προσέφερε μια σειρά διαφορετικών δραστηριοτήτων, συνδυάζοντας την αγάπη για τη μουσική, τη διασκέδαση κάτω από τον ήλιο αλλά και την προστασία από αυτόν. Πρώτος σταθμός του φεστιβάλ ήταν το Toro Del Mar, στη Πλαζ Βούλας, όπου στις 7 Ιουλίου παρέα με τον

ραδιοφωνικό σταθμό Music 89.2 και τη Ξένια Γκάλη, δημιουργήθηκαν οι πρώτες καλοκαιρινές αναμνήσεις, παρέα με το Carroten. Στις 15 Ιουλίου πραγματοποιήθηκε η συνέχεια του Carroten Summer Festival και συγκεκριμένα στο Sahara Resort στη Νέα Ηράκλεια Θεσσαλονίκης, με άφθονη μουσική από τον Zoo Radio 90.8 και DJ set από τον Πέτρο Τριανταφύλλου & Bill Nakis. Ο Παναγιώτης Χατζηδάκης ήταν εκεί για να υποδεχτεί το κοινό, προτρέποντάς το να συμμετάσχει σε όλες τις δραστηριότητες, αφότου φυσικά φορέσουν πρώτα το Carroten αντιηλιακό τους. Το κοινό μπόρεσε να μοιραστεί τις στιγμές του σε όλα τα social, χρησιμοποιώντας τα hashtags: #CarrotenSummerFestival #carrotensummer #carrotenmoments #butfirstsunscreens.



Grand Opening Party του πρώτου καταστήματος "Naterial by LEROY MERLIN" στην Ελλάδα!



Γιώργος Κιούκης (Store Sales Leader Garden/Naterial) - Γιώργος Γαρούφας (Business Development Director/Naterial) - Παύλος Φουρλής (LEROY MERLIN) - Ανδρέας Κονδύλης (Δήμαρχος Αλίμου)

στην Λεωφόρο Αλίμου 66 και όλα τα εκθέματα μπορούν να αγοραστούν μόνο με παραγγελία από το ίδιο το κατάστημα και να παραδοθούν σε σημεία επιλογής των καταναλωτών.

Με μεγάλη επιτυχία πραγματοποιήθηκαν, στον Άλιμο, τα λαμπερά εγκαίνια του πρώτου καταστήματος "Naterial by LEROY MERLIN" στην Ελλάδα. Εκπρόσωποι της εταιρείας υποδέχτηκαν από νωρίς το απόγευμα αγαπημένους φίλους και συνεργάτες, που έσπευσαν να ευχηθούν, καθώς και τον δήμαρχο Αλίμου Ανδρέα Κονδύλη, ο οποίος έκοψε την κορδέλα και σήμανε την έναρξη του "Naterial by LEROY MERLIN". Το εορταστικό κλίμα της βραδιάς απογειώθηκε από το ξεσηκωτικό Dj Show της Μάγκυς Χαραλαμπίδου.

Η "Naterial" είναι το ιδιαίτερα επιτυχημένο brand προϊόντων ιδιωτικής ετικέτας της "LEROY MERLIN" με αντικείμενο τον εξοπλισμό, την επίπλωση, την οργάνωση και τη διακόσμηση του μπαλκονιού, της βεράντας και του κήπου. Στο showroom 1.400m² του Αλίμου οι πελάτες θα βρουν μια πλούσια, πρωτότυπη γκάμα από έπιπλα κήπου και βεράντας, BBQs, πέργκολες και ό,τι άλλο χρειάζονται οι λάτρες των εξωτερικών και ημι-εξωτερικών χώρων για να απολαμβάνουν έναν προσωπικό παράδεισο χαλάρωσης όλο τον χρόνο.

Το πρώτο showroom "Naterial by LEROY MERLIN" βρίσκεται



Δημιουργική απασχόληση παιδιών στην Επίδαυρο

Το επιτυχημένο θεατροπαιδαγωγικό πρόγραμμα συνεχίζεται και φέτος, φέρνοντας κοντά στα παιδιά το υπέροχο και μυστηριώδες σύμπαν των αρχαίων μύθων. Ενώ οι μεγάλοι παρακολουθούν την παράσταση στο Αρχαίο Θέατρο Επιδαύρου απερίσπαστοι, τα παιδιά απασχολούνται δημιουργικά προσεγγίζοντας το περιεχόμενο του ίδιου έργου. Το πρόγραμμα συντονίζει η θεατρολόγος Έλλη Γαβριήλ, σε συνεργασία με ομάδα έμπειρων θεατροπαιδαγωγών και δασκάλων μουσικοκινητικής και αισθητικής αγωγής.

Κάθε Παρασκευή και Σάββατο κατά τη διάρκεια των παραστάσεων στο Αρχαίο Θέατρο Επιδαύρου.

Για παιδιά 5 - 12 ετών.

Οι παραστάσεις στο Αρχαίο Θέατρο Επιδαύρου είναι οι εξής:

28/7/2023 & 29/7/2023 "Βατράχια" του Αριστοφάνη
4/8/2023 & 5/8/2023 "Οιδίπους επί Κολωνών" του Σοφοκλή

11/8/2023 & 12/8/2023 "Εκάβη" του Ευριπίδη

18/8/2023 & 19/8/2023 "Τρώαδες" του Ευριπίδη

25/8/2023 & 26/8/2023 "Οιδίπους Τύραννος" του Σοφοκλή.

"Μάγια η Μέλισσα" στο Δημοτικό θέατρο Ηλιούπολης



Η Μάγια η μέλισσα λατρεύει την περιπέτεια και θέλει να τη ζήσει έξω από την κυψέλη. Προσπαθεί να πείσει τον κολλητό της φίλο Βίλλυ να την ακολουθήσει όταν... σπάει κατά λάθος την κυψέλη. Θα προλάβουν να την φτιάξουν προτού γυρίσουν οι υπόλοιπες μέλισσες; Ο σοφός Φλιπ η ακρίδα θα τους βρει τη λύση... και η περιπέτεια ξεκινά για την Μάγια και τους αγαπημένους της φίλους, τον Βίλλυ, τον Φλιπ, τον Μπεν το σκαθάρι και την όμορφη πεταλούδα Βεατρίκη.

Ποιος θα προσπαθήσει να χαλάσει τα σχέδια της Μάγια και των αγαπημένων της φίλων; Μα φυσικά η Θέκλα, η μοχθηρή αράχνη. Θα τα καταφέρει άραγε η Μάγια να ζήσει ελεύθερη;

Ένας ύμνος στην πραγματική φιλία, στη δύναμη της συνεργασίας και στην αγάπη για το περιβάλλον.

30 Ιουλίου 2023 στις 20:30.

Συντελεστές

Κείμενο: Μπίλιω Κωνσταντοπούλου - Νίκος Λημιός - Αντώνης Ζιώγας

Σκηνοθεσία: Μπίλιω Κωνσταντοπούλου

Χορογραφίες: Λευτέρης Κωνσταντίνου

Μουσική: Νίκη Γρανά

Ενορχήστρωση: Χάρης Γκατζόφλιας

Στίχοι τραγουδιών: Αντώνης Ζιώγας και Βασιλική Κωνσταντινίδου

Στην παράσταση ακούγεται το τραγούδι της λίμνης σε μουσική Χάρη Γκατζόφλια

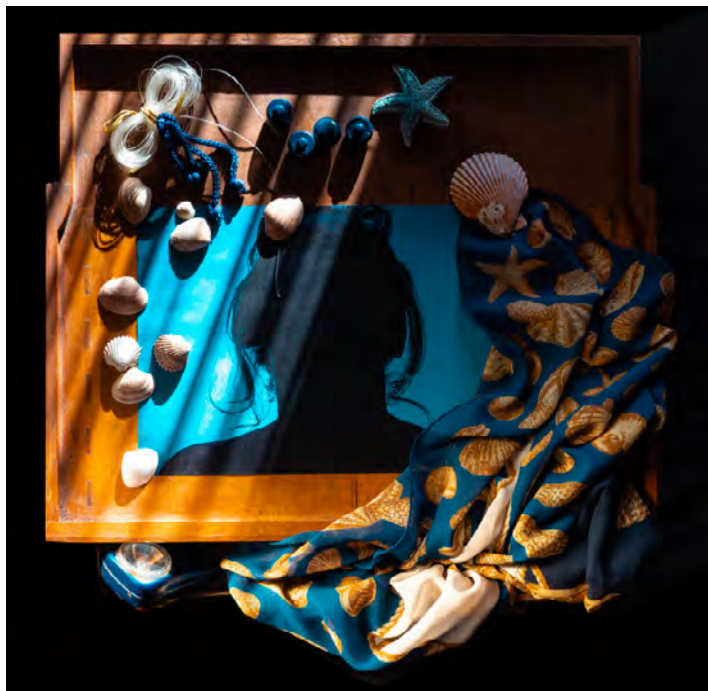
Κατασκευή κοστούμιών: Ανδριάνα Λιόρα

Υπεύθυνος Σκηνικών: Αλέξανδρος Παπαϊωακείμ

Κατασκευή Σκηνικών: PAP THEATER CONSTRUCTION

Φωτισμοί: Πάνος Μητσόπουλος

Παραγωγή: Kolossaion Productions με τη συνεργασία της Ruby Dream.



Ομαδική έκθεση "Summertime"

Οι εικαστικοί επιμελητές Πάρης Καπράλος και Βέρα Κατσανίδου σε συνεργασία με 33 εικαστικούς διοργανώνουν την ομαδική έκθεση "Summertime".

Η έκθεση, που πραγματεύεται τη "περίοδο της τεμπελιάς" ως μία από τις χρησιμότερες επιπτώσεις της νεωτερικότητας και τις αντηχήσεις της ακύρωσής της, λαμβάνει χώρα σε φυσική μορφή στην Αθήνα στον χώρο τέχνης Luminous Eye και παράλληλα διαδικτυακά, σε συνεργασία με την ARTgrID. Ο επισκέπτης θα δει έργα ζωγραφικής, γλυπτικής, κατασκευές, ψηφιακή τέχνη, κολλάζ, και ψηφιδωτού. Μέχρι τις 30 Ιουλίου 2023 στο Luminous Eye.



"Οι χρησιμοί του νερού" στον Αρχαιολογικό χώρο Δελφών



Η σκηνοθέτρια και χορογράφος Αποστολία Παπαδαμάκη στη νέα πρωτότυπη παράσταση Οι χρησιμοί του νερού προχωρά στη δημιουργία μιας σπονδυλωτής, διαδραστικής και συμμετοχικής site-specific περφόρμανς που συνδέει την κλιματική αλλαγή και την παγκόσμια κρίση του νερού με το μυθικό υπόβαθρο και τη λατρεία του Απόλλωνα στους Δελφούς.

Μέσα από μια νοηματική πορεία, φιλοδοξεί να συνδέσει επιστημονικές ανακαλύψεις και πορίσματα, ιστορικά γεγονότα, μυθικές οντότητες και υψηλά νοήματα, συνδέοντας τις έρευνες για τις επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής στην ευρύτερη περιοχή των Δελφών και τις συνέπειες της ανθρώπινης δραστηριότητας στον υδροφόρο ορίζοντα της περιοχής με την παγκόσμια κρίση του νερού.

Σκοπός της παράστασης αποτελεί η αναζήτηση συνεργειών που γεφυρώνουν την τέχνη, την επιστήμη, τον αρχαίο πολιτισμό και την προστασία του περιβάλλοντος. Απώτερη επιδίωξη, η εύρεση νέων τρόπων εξέτασης του προβλήματος της κλιματικής αλλαγής, καθώς και η εξερεύνηση δημιουργικών λύσεων που αξιοποιούν διεπιστημονικές προσεγγίσεις. Μέσα από τη δημιουργία της site-specific performance, επιδιώκεται η ανάδειξη του αρχαιολογικού χώρου ως γέφυρα μεταξύ της επιστήμης, της γηγενούς σοφίας, της πνευματικότητας και της ιστορίας, με κύριο όχημα την τέχνη, με σκοπό την διατομεακή προσέγγισή τους ως αναπόσπαστα μέρη της λύσης.

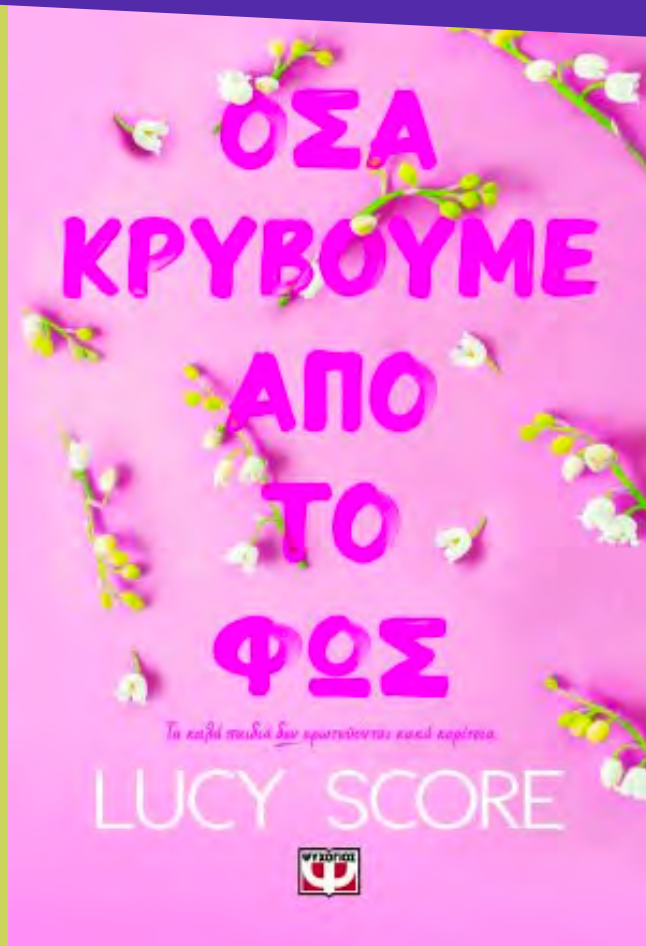
31 Ιουλίου 2023, Δευτέρα 06:30 - 07:30 / 20:00 - 21:00 και 1 Αυγούστου 2023, Τρίτη 06:30 - 07:30 / 20:00 - 21:00.

Όσα κρύβουμε από το φως



Ένα δέντρο μεγαλώνει στο Μπρούκλιν

1912. Η εντεκάχρονη Φράνσι Νόλαν ζει σε μια φτωχογειτονιά του Μπρούκλιν, με τον αδερφό της Νίλι και τους γονείς τους, τον Τζόνι και την Κέιτι. Η μητέρα της, αποφασισμένη να προσφέρει μια καλύτερη τύχη στα παιδιά της, εργάζεται ως καθαρίστρια για να εξασφαλίζει τα προς το ζην – βοηθάνε βέβαια και τα μικρά με όσα καταφέρνουν να βγάλουν από τις διάφορες μικροδουλειές που κάνουν. Το σίγουρο είναι πως δεν μπορούν να βασιστούν στον γεμάτο καλοσύνη Τζόνι, γιατί είναι αλκοολικός και δεν στεριώνει σε καμία δουλειά. Οι δυσκολίες είναι πολλές. Από τη στιγμή που γεννήθηκε η Φράνσι έπρεπε να είναι δυνατή. Γιατί δεν είναι εύκολη υπόθεση να μεγαλώνει κανείς υπό τέτοιες συνθήκες. Χρειάζονται σθένος, προνοητικότητα και οξυδέρκεια. Έτσι εκείνη, για να ξεφύγει από τον φτωχό κόσμο της, καταφεύγει στη φαντασία της και βρίσκει διέξοδο στην αγάπη της για τα βιβλία. Από τις εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ.



Ο Νας ήταν ανέκαθεν ο καλός από τους αδελφούς Μόργκαν, πάντα χαμογελαστός και ευγενικός με όλους. Όμως τώρα, καθώς αναρρώνει από τον πυροβολισμό που δέχτηκε και υποφέρει από κρίσεις πανικού και επιάλτες, νιώθει σκιά του εαυτού του. Είναι αποφασισμένος να μην αφήσει κανέναν στη ζωή του να μάθει τι περνάει. Ωστόσο, η νέα γειτόνισσά του, η έξυπνη και σέξι Λίνα, αντιλαμβάνεται ότι κάτι τον βασανίζει και αισθάνεται έντονη έλξη για τον γοητευτικό αστυνομικό. Το ίδιο κι εκείνος.

ΟΜΩΣ Η ΛΙΝΑ ΚΡΥΒΕΙ ΤΑ ΔΙΚΑ ΤΗΣ ΜΥΣΤΙΚΑ.

Δε θα έλεγε όχι σε μερικές ερωτικές βραδιές με έναν μπάτσο, αλλά να κάνει σοβαρή σχέση με έναν άντρα που θα την κρατούσε εγκλωβισμένη στην επαρχιακή πόλη του; Ποτέ! Με το που θα πετύχει τον σκοπό της, έχει φύγει χωρίς δεύτερη σκέψη. Μόνο που το Νοκεμάουτ έχει τον τρόπο του να επηρεάζει τους ανθρώπους. Και από τη στιγμή που ο Νας αποφασίζει να κάνει δική του τη Λίνα, δεν πρόκειται να τα παρατήσει... ακόμη κι αν αυτό σημαίνει ότι θα έρθει αντιμέτωπος με τον κίνδυνο που παραλίγο να του στοιχίσει τη ζωή. Από τις εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ.

quote of the day

"LEAVE FOOTPRINTS OF LOVE AND KINDNESS WHEREVER YOU GO."

Σήμερα
γιορτάζουν!
Παντελεήμων,
Παντελής,
Παντελίνα,
Παντελεύσα



tip of the day

**THE ESSENCE OF LOVE
IS KINDNESS**

ROBERT LOUIS STEVENSON

27 Ιουλίου

- > National Love Is Kind Day
- > National Scotch Day
- > National Refreshment Day
- > National Creme Brulee Day