

*Αυτά που κάνουν μια οικογένεια... οικογένεια,
δεν θα τα βρεις σε κανένα ράφι.*

Για όλα τα υπόλοιπα, είμαστε εδώ.



μασούτης
ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΑ 

Εδώ για κάθε οικογένεια. Εδώ για όένα.

eshop.masoutis.gr

SAY *yes* to the **press**

TO 6G KAI TO... NEO ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ





Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Πολλές ιστορίες επιτυχίας κρύβουν σκοτάδια, σωστά; Μια τέτοια σκοτεινή ιστορία θα σου πω σήμερα γιατί πιστεύω ότι μπορούμε να μετατρέψουμε τα εμπόδια σε κίνητρα, να πεισμώνουμε και να προχωράμε φτιάχνοντας τη δική μας διαδρομή...

"Κάποτε, σε ένα γκρίζο κρησφύγετο μιας μακρινής πόλης ζούσε ένα μικρό αγόρι. Ήταν ένα παιδί χαμογελαστό μα τα μάτια του ήταν συχνά θλιμμένα. Δεν είχε αδέρφια. Οι γονείς του κάποια στιγμή γκρέμισαν το σπίτι από τις πολλές μάχες που συνέβαιναν συχνά. Ο κόσμος δεν ήξερε τίποτα μέχρι που τα ερείπια του πολέμου άρχισαν να αχνοφαινόνται στο βλέμμα του παιδιού. Το παιδί νόμιζε ότι ήξερε να αγαπά και πίστευε ότι δεν έπρεπε να πει σε κανέναν για όλες αυτές τις μάχες που έγιναν στο σπίτι του, για τη βία, τη θλίψη και την οργή που βίωσε.

Σε ένα γκρίζο και αβάσταχτο περιβάλλον, το αγόρι μεγάλωνε και ακουμπούσε μερικές φορές κάποιες αναλαμπές χαράς σαν αστραπές. Όμως μια νύχτα που όλα φαίνονταν καλά, μια σκοτεινή φιγούρα έφτασε στο προσκεφάλι του την ώρα που το μικρό αγόρι ονειρευόταν κόσμους μακρινούς και ξέφωτα γεμάτα μαγεία και μουσική. Παρόλο που η ζωή του έφερνε συχνά απίστευτα δώρα, ανθρώπους, ευκαιρίες, σχέσεις, η κατάμαυρη και τρομακτική φιγούρα μεγάλωνε.

Το αγόρι φοβισμένο και παραδομένο στη μοναξιά του, φοβόταν να μαρτυρήσει το μυστικό του. Ήθελε να το φωνάξει και να τον ακούσουν όλα τα θεμέλια του παιδικού του σπιτιού, κάθε πέτρα αυτού του σπιτιού που το στοίχειωνε και το απομάκρυνε από τους άλλους, από τον εαυτό του.

Προσπαθούσε να εκφραστεί αλλά όλο κάτι του ξέφευγε. Η ζωή του φαινόταν αφόρητη και πικρή. Παρ' όλα αυτά, συνέχιζε να κολυμπά μέσα της αλλά τα κύματα διαπερνούσαν το κορμί του, την καρδιά του. Και η σκοτεινή φιγούρα στεκόταν δίπλα του πελώρια, τρομακτική και του έπαιρνε τα πάντα. Δε μιλούσαν μεταξύ τους αλλά του ρουφούσε όλη την ενέργεια.

Η βροχή συνέχιζε μονότονα και αποπνικτικά να τον παρασέρνει σε έναν ατελείωτο βάλτο. Και στον βάλτο δεν μπορούσε κανείς να μπει. Ένωθε πόνο, θυμό, λύπη, απογοήτευση, απελπισία και ενοχή. Και η φιγούρα ύψωνε το ανάστημά της όλο και περισσότερο. Το αγόρι μεγάλωσε και έγινε άντρας.

Ή τουλάχιστον έτσι νόμιζε. Ένα βράδυ, λοιπόν, μετά από μια σειρά μεθυσμένων περιπετειών, ένας φίλος του του εξομολογήθηκε ότι έβλεπε και αυτός μια μαύρη φιγούρα. -Φίλε, σκέφτηκες ποτέ ότι οι φιγούρες είναι μέρος του εαυτού μας; -Όχι, δεν μπορεί. Η φιγούρα μου είναι άσχημη, γεμάτη πληγές και το πρόσωπό της μου φέρνει στο μυαλό την ανάμνηση του πολέμου.

- Ο πόλεμος όμως φίλε είναι αυτός που δε μας αφήνει να φιλιώσουμε με τον εαυτό μας, με την ηρεμία στην ψυχή μας. Και χανόμαστε. Χάνουμε σχέσεις, ευκαιρίες, ηλιαχτίδες φωτός. Ενώ γνωρίζουμε και οι δύο πως μέσα μας βαθιά μια ρωγμή έστελνε πάντοτε φως στο σκοτάδι, μια μικρή, τόση δα ηλιαχτίδα βρίσκεται βαθιά κρυμμένη κάπου.

- Πρέπει να μιλήσω γι' αυτό αλλά κανείς δε θα με ακούσει. Και αν κάποιος με ακούσει, θα τρομάξει και θα φύγει. Όπως έφυγε το σπίτι μου από τη θέση του.

- Για να χτίσουμε ένα καινούριο σπίτι, πρέπει να αγκαλιάσουμε το παλιό. Κάθε πέτρα, κάθε τούβλο, κάθε δωμάτιο, κάθε καταστροφή είναι κομμάτι του προσωπικού μας μύθου.

Τα αγόρια κοίταξαν μαζί τις σκοτεινές τους φιγούρες. Τις έπιασαν από το χέρι και τις κάλεσαν σε έναν ξέφρενο χορό, τον χορό της βροχής. Η βροχή έλουσε τους δύο φίλους και για λίγο η σφοδρή καταιγίδα ταρακούνησε τη γη κάτω από τα πόδια τους. Οι δυο άντρες φώναζαν τότε: Ο ήλιος θα έρθει! Ήταν πάντα εδώ, περίμενε τη φωνή μας."

Tip of the Day: Όλοι έχουμε τα κρυφά σκοτάδια μας. Αλλά αν θέλουμε να βγούμε στο φως και να ζήσουμε όλα όσα έχουμε ονειρευτεί, πρέπει να τα αποδεχτούμε και να τα αγκαλιάσουμε. Κάνε ένα βήμα τη φορά και πίστεψέ με, θα φτάσεις εκεί που θέλεις. Τα σκοτάδια σου είναι η δύναμή σου, κατάλαβέ το, κοίταξέ τα κατάματα και πέρα στη δρόση. Σήμερα!

Το 6G και το... Νέο Διαδίκτυο

Το 6G έρχεται και οι κανόνες αλλάζουν...

Η τεχνολογία είναι συνώνυμη της εξέλιξης. Και η αλήθεια είναι πως υπάρχουν αλλαγές οι οποίες διαμορφώνουν για όλους μια νέα πραγματικότητα. Το 6G πολλοί το χαρακτηρίζουν το "Επόμενο Διαδίκτυο" και θεωρούν πως η έλευσή του θα αλλάξει τους κανόνες της ψηφιακής μας ύπαρξης.

Σίγουρα το 6G θα προσφέρει αναβαθμισμένες ασύρματες υπηρεσίες επικοινωνίας. Πώς όμως θα καταφέρει να αλλάξει τις ζωές μας; Οι υποστηρικτές αυτής της άποψης ισχυρίζονται πως τα δίκτυα 6ης γενιάς θα επιτρέπουν τον απόλυτο συγχρονισμό του φυσικού και του ψηφιακού κόσμου. Και αυτό είναι πραγματικά μια εξέλιξη με μεγάλο αντίκτυπο...

Σκεφτείτε λοιπόν να έχουμε τη δυνατότητα αστραπιαίας μεταφοράς δεδομένων και απρόσκοπτης συνδεσιμότητας... πόσο θα διευκολυνθεί η καθημερινότητά μας, πόσο καλύτερα θα μπορούμε να διαχειριστούμε τον χρόνο μας, τις εργασίες μας...



Είναι όμως μόνο αυτό που θα αλλάξει; Σαφώς όχι. Γίνεται λόγος για τον επαναπροσδιορισμό των κοινωνικών μας σχέσεων και εδώ η συζήτηση αρχίζει να έχει πολύ μεγάλο ενδιαφέρον. Γιατί το 6G πιστεύεται πως θα επαναπροσδιορίσει την ουσία των κοινωνικών μας σχέσεων και το πώς αντιλαμβανόμαστε την υλική πραγματικότητα και την οργάνωσή της στον χρόνο και στον χώρο. Δύσκολο ακόμα και να το φανταστούμε; Ναι,

5G



6G

γιατί η εικονική πραγματικότητα καταφέρνει κάτι "μαγικό": να καταρρίψει τα σύνορα μεταξύ ψηφιακού και φυσικού! Νέες, πρωτόγνωρες και συναρπαστικές εμπειρίες θα γίνουν μέρος της καθημερινότητάς μας!

Η "γεωγραφία" τους κυβερνοχώρου αλλάζει...

Το Επόμενο Διαδίκτυο θα "δημιουργήσει" μία νέα κοινωνική και οικονομική γεωγραφία του κυβερνοχώρου. Το 6G θα επιτρέπει τη σύνδεση μεταξύ του φυσικού χώρου και της ανθρώπινης νόησης και δράσης μέσω «αισθητηριοποιημένων» ασύρματων δικτύων. Τα συγκεκριμένα δίκτυα θα έχουν τη δυνατότητα να συνδέουν τον κυβερνοχώρο με τον υλικό κόσμο. Θα προκύψουν λοιπόν -αβίαστα- νέοι κανόνες, νέες συνήθειες, νέες ευκαιρίες αλλά και προσδοκίες που τώρα δεν έχουμε καν φανταστεί.



Υπερσυνδεδεμένη κοινωνία

Καθηλωτικές εικονικές εμπειρίες, νέοι τρόποι επικοινωνίας και σύνδεσης... μήπως χαθούμε στον νέο

κόσμο που ανοίγεται μπροστά μας; Η αλλαγή πάντα γεννά ερωτήματα που συχνά κρύβουν αγωνία και φόβο, όπως: ποια τα όρια μεταξύ του πραγματικού και του ψηφιακού μας εαυτού;





Χρήστος Αρφάνης,
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος



ΤΟ ΜΕΓΑΛΟ ΤΑΞΙΔΙ ΤΟΥ ΜΙΚΡΟΥ ΓΚΡΙΖΛΙ: Πρεμιέρα 12 Οκτωβρίου 2023 στα Village Cinemas

Στην ταινία **Το Μεγάλο Ταξίδι του Μικρού Γκρίζλι** σε σκηνοθεσία **Natalya Nilova** και σενάριο **Vasiliy Rovenskiy & Pavel Vinogradov**, που κυκλοφορεί στη χώρα μας με μεταγλώττιση, δίνουν τη φωνή τους οι **Βαγγέλης Χαλκιαδάκης, Κώστας Αποστολίδης, Κώστας Τερζάκης, Τάκης Σακελλαρίου, Χρήστος Λαγκούσης, Τάσος Νταπαντάς, Κωνσταντίνος Τσουμπάρης, Μυρτώ Ναούμ.**



Η επίσημη περίληψη της είναι η εξής: "Οι μέρες περνούν μες στη χαλάρωση για τον αξιαγάπητο αρκούδο Μικ Μικ και τον πανέξυπνο λαγό Όσκαρ. Αλλά δεν είναι γραφτό τους να απολαύσουν την ηρεμία τους για πολύ καιρό, γιατί ξαφνικά η περιπέτεια τούς χτυπά την πόρτα: μια μέρα, το κλάμα ενός μωρού -ενός γλυκύτατου νεογέννητου αρκουδομωρού- ακούγεται κοντά στο σπίτι τους κι εκείνοι δεν πιστεύουν στα αφτιά τους - άλλη μια λανθασμένη μωρό-παράδοση από τον πελαργό έχει γίνει πια δικός τους μελεάς!





Σύντομα οι δυο τους, με τη βοήθεια παλιών και νέων φίλων, θα βάλουν μπρος για να παραδώσουν το μωρό στους γονείς του στην άλλη άκρη του κόσμου, χωρίς να γνωρίζουν ότι δεν θέλουν όλοι να φτάσουν στον προορισμό τους... Ένας παμπόνηρος γύπας, που έχει τα δικά του σχέδια για το δάσος, θα κάνει τα πάντα για να τους σταματήσει και τους στήνει διάφορες παγίδες, αλλά θα τα βρει σκούρα με τη συγκεκριμένη τρελοπαρέα."

Η ταινία αποτελεί sequel του The Big Trip που έκανε την παγκόσμια πρεμιέρα στην Τουρκία στις 12 Απριλίου 2019 και κυκλοφόρησε στους κινηματογράφους στη Ρωσία στις 27 Απριλίου. Ήταν μια εμπορική επιτυχία, με εισπράξεις 2,2 εκατομμυρίων δολαρίων στη Ρωσία και 7,1

εκατομμυρίων δολαρίων παγκοσμίως. Η ευρωπαϊκή χώρα που της χάρισε τα περισσότερα κέρδη ήταν η Ολλανδία με 1,8 εκατομμύρια δολάρια. Η ταινία κυκλοφόρησε σε DVD στις Ηνωμένες Πολιτείες από τη Lionsgate στις 14 Ιανουαρίου 2020, με μια αγγλική μεταγλώττιση με τον Pauly Shore και τον Drake Bell στους βασικούς ρόλους.

Πηγές

<https://www.imdb.com/title/tt9719256/><https://www.filmy.gr/movies-database/big-trip-2-special-delivery/><https://youtu.be/BkTGPue84nk?si=cW1n928kkGkq5w8b><https://www.imdb.com/title/tt7403614/><https://www.boxofficemojo.com/title/tt7403614/><https://tass.ru/kultura/9961247>



Πώς θα νικήσετε την υπνηλία

Είσαι στη δουλειά και συνεχώς νυστάζεις... Έχει συμβεί σε όλους μας! Το θέμα είναι πώς μπορείς να το αντιμετωπίσεις. Τρόποι... υπάρχουν!



ZZZ



Πάμε να δούμε λοιπόν τι μπορούμε να κάνουμε για να τονωθούμε.

Αρχικά, το πρώτο που μας έρχεται στο μυαλό όταν νιώθουμε πως νυστάζουμε αλλά έχουμε ακόμα μπροστά μας πολλά να κάνουμε είναι να πιούμε καφέ. Η καφεΐνη, καθώς είναι διεγερτική ουσία, συμβάλλει στην ενεργοποίησή μας. Επομένως, ο καφές βελτιώνει την απόδοσή μας και είναι σύμμαχός μας κατά της υπνηλίας.

Tip

Να είστε προσεκτικοί αναφορικά με την κατανάλωση καφεΐνης, γιατί μπορεί να σας κάνει πολύ νευρικούς και να μην φέρει τα επιθυμητά αποτελέσματα.

Καφεΐνη δεν έχει μόνο ο καφές!

Το τσάι matcha είναι πλούσιο σε αντιοξειδωτικά. Επίσης, περιέχει ποσότητα καφεΐνης -όχι φυσικά όση ο καφές. Το μαύρο τσάι περιέχει λιγότερη καφεΐνη





σε σχέση με το τσάι matcha, είναι όμως καλή επιλογή για όσους δεν προτιμούν να πίνουν καφέ. Το πράσινο τσάι έχει μέτρια ποσότητα καφεΐνης. Ακόμη, το κακάο αποτελεί φυσική πηγή καφεΐνης, ενώ πρέπει να ξέρουμε ότι τα ενεργειακά ποτά περιέχουν μεγάλη ποσότητα καφεΐνης.

μπορεί να είναι ευεργετικό, ειδικά σε εξωτερικό χώρο όπου στο να "ξυπνήσουμε" βοηθάει και ο αέρας. Επιπρόσθετα μια καλή λύση είναι να κάνουμε διατάσεις. Έτσι, μπορεί να μην χρειαστεί καν να απομακρυνθούμε από το γραφείο μας.

Κινούμαστε και... ξυπνάμε!

Η κίνηση μας βοηθάει να παραμείνουμε ξύπνιοι και ενεργοί. Αν όταν έχουμε υπνηλία παραμείνουμε αδρανείς και απλώς καθόμαστε δεν έχουμε να κερδίσουμε τίποτα... Πρέπει να λάβουμε δράση, να σηκωθούμε και να περπατήσουμε ακόμα και μέσα στον χώρο εργασίας μας, αν δεν μπορούμε να κάνουμε ένα break και να βγούμε για λίγο έξω. Ακόμα και 5 λεπτά περπάτημα





Για να πάρετε βαθιές αναπνοές, ανοίξτε το παράθυρο για λίγο ή βγείτε στο μπαλκόνι και επικεντρωθείτε στις εισπνοές και τις εκπνοές.

Tip

Ενισχύστε την επίδραση της κίνησης, ρίχνοντας λίγο κρύο νερό στο πρόσωπό σας. Σε αντίθεση με το ζεστό νερό, που μας χαλαρώνει και μας βοηθάει να κοιμηθούμε, το κρύο νερό μας ξυπνά.

Τα don't's

Αποφεύγουμε τα σνακ που περιέχουν μεγάλη ποσότητα ζάχαρης, καθώς και τους πολλούς υδατάνθρακες. Για παράδειγμα, δεν είναι καλή ιδέα να καταναλώσετε ζυμαρικά - όσο κι αν είναι πρόκληση!

Say Yes!

- Οι ξηροί καρποί είναι πλούσια πηγή σε πρωτεΐνες και φυσικά λίπη με αποτέλεσμα να μας κάνουν να νιώθουμε περισσότερο χορτάτοι.
- Η μαύρη σοκολάτα μας βοηθάει να συγκεντρωθούμε σε αυτό που κάνουμε και μας δίνει ενέργεια.



Η Ολυμπιακή Ζυθοποιία υποδέχτηκε τους λάτρεις της μπύρας στο ζυθοποιείο της στη Ριτσώνα, Ευβοίας



Το Σάββατο 30 Σεπτεμβρίου, η Ολυμπιακή Ζυθοποιία συμμετείχε για ακόμη μία χρονιά στην πρωτοβουλία «Ανοιχτά Ζυθοποιεία 2023» της Ελληνικής Ένωσης Ζυθοποιών, καλωσορίζοντας το κοινό στο ζυθοποιείο της στη Ριτσώνα, Ευβοίας.

Η διοργάνωση «Ανοιχτά Ζυθοποιεία» της Ελληνικής Ένωσης Ζυθοποιών πραγματοποιήθηκε για πρώτη φορά το 2018, και κατόπιν της μεγάλης ανταπόκρισης του κοινού, θεσμοθετήθηκε, δίνοντας την ευκαιρία στους ενδιαφερόμενους να μάθουν περισσότερα για τον κόσμο της μπύρας στη χώρα μας. Έτσι λοιπόν και φέτος, η αγαπημένη εκδήλωση των φίλων του ζύθου -και όχι μόνο- επέστρεψε δυναμικά για 4η χρονιά.

Στο ζυθοποιείο, λοιπόν, της Ολυμπιακής

Ζυθοποιίας οι επισκέπτες είχαν τη δυνατότητα να μνηθούν στον κόσμο της μπύρας, να περιηγηθούν στους χώρους παραγωγής μέσα από ξεναγήσεις, να συμμετέχουν σε ενδιαφέροντα sessions γευσιγνωσίας, να μάθουν χρήσιμες πληροφορίες για τις βασικές κατηγορίες μπύρας και τα χαρακτηριστικά τους, καθώς και να γευτούν τα αγαπημένα τους προϊόντα. Και όλα αυτά, με ελεύθερη είσοδο!

Ακόμη, στον χώρο του ζυθοποιείου λειτουργούσε ανοιχτό μπαρ καθ' όλη τη διάρκεια της εκδήλωσης, όπου οι καταναλωτές μπορούσαν να δοκιμάσουν τα προϊόντα της Ολυμπιακής Ζυθοποιίας, με και χωρίς αλκοόλ, καθώς και finger food, το οποίο είχε επιλεγεί βάσει του ιδανικού pairing με τις μπύρες.

Η Ολυμπιακή Ζυθοποιία για ακόμη μία φορά αποδεικνύει, ότι στηρίζει έμπρακτα πρωτοβουλίες που προωθούν περαιτέρω την καλλιέργεια της κουλτούρας της μπύρας στη χώρα μας, επιδιώκοντας την ουσιαστική επαφή του κοινού με τον μαγικό κόσμο του ζύθου.

Τα είδη που λάμπουν στο σκοτάδι!

Σύμφωνα με νέα μελέτη, οι γάτες μπορούν να λάμπουν στο σκοτάδι, εξαιτίας ενός συγκεκριμένου φαινομένου. Δεν είναι όμως μόνο οι γάτες! Εντοπίστηκαν κι άλλα ζώα -ανάμεσα τους και ο άνθρωπος- με αυτή τη δυνατότητα.

Οι ερευνητές εντόπισαν ότι 125 είδη είχαν φθορίζουσες ιδιότητες που τους επιτρέπουν να λάμπουν στο σκοτάδι κάτω από υπεριώδη ακτινοβολία. «Αναφέρουμε φθορισμό για 125 είδη θηλαστικών, από το ήμισυ όλων των οικογενειών θηλαστικών», επισημαίνουν οι επιστήμονες.

Στα θηλαστικά που μπορούν να λάμψουν κάτω από τα φώτα υπεριώδους ακτινοβολίας περιλαμβάνονται νυχτερίδες, κοάλα, πολικές αρκούδες, ζέβρες, δελφίνια και άνθρωποι.

«Ο φθορισμός ήταν πιο συνηθισμένος και πιο έντονος μεταξύ των νυκτόβιων ειδών», από τα 125 είδη που φωσφορίζουν στο σκοτάδι, τα 54 είναι νυκτόβια και τα 71 κυκλοφορούν την ημέρα.

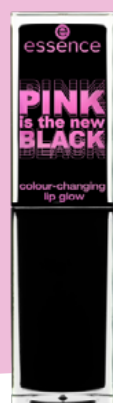


Pink is the new black – η νέα Trend Edition της essence που αλλάζει τα δεδομένα!



Αντίο Μαύρο, καλωσήρθες Ροζ! Το μαύρο είναι πάντα στη μόδα, αλλά μερικές φορές χρειαζόμαστε πολύχρωμες, ροζ πινελιές που θα φωτίσουν την καθημερινότητά μας και θα τραβήξουν όλα τα βλέμματα. Ωρα, λοιπόν, να αλλάξουμε χρώμα! Γι' αυτό η νέα συλλεκτική σειρά της essence, με σύνθημα «Το ΡΟΖ είναι το νέο ΜΑΥΡΟ», προσφέρει οκτώ προϊόντα ομορφιάς με εφέ που αλλάζει χρώμα! Οι μαύρες υφές των προϊόντων για το πρόσωπο και τα χείλη αντιδρούν στην τιμή pH και μεταμορφώνονται σε μια όμορφη, μοναδική απόχρωση του ροζ! Και τα εργαλεία, όπως το πινέλο πούδρας, το σφουγγάρι μακιγιάζ, τα αυτοκόλλητα νυχιών και τα Click & Go Nails, αντιδρούν επίσης στη θερμότητα, αλλάζοντας το χρώμα τους σε ένα φωτεινό ροζ, ενώ όταν κρυώσουν ξαναγίνονται μαύρα.

Η νέα Trend Edition που θα αλλάξει όχι μόνο το χρώμα, αλλά και τη ζωή μας, είναι βέβαιο ότι θα προσθέσει χαρά και πολλές εκπλήξεις στη ρουτίνα ομορφιάς μας - από τα μέσα Οκτωβρίου!



Educational

Πότε βρίσκουν οι άντρες πιο ελκυστικές τις γυναίκες;

Νέα έρευνα που δημοσιεύθηκε στο Adaptive Human Behavior and Physiology αποκαλύπτει ότι οι άνδρες συνήθως έλκονται περισσότερο από το γυναικείο πρόσωπο όταν η γυναίκα βρίσκεται κοντά στην ωορρηξία. Οι ερευνητές επισημαίνουν ότι η προτίμηση των ανδρών για τις ενδείξεις γονιμότητας καθοδηγείται από ασυνείδητους μηχανισμούς.

Τα πιο ελκυστικά χαρακτηριστικά

Μυρωδιά: Όταν δύο άνθρωποι είναι κοντά, οι φερομόνες τους, δηλαδή οι ορμόνες της ερωτικής έλξης, αιωρούνται και εισέρχονται στη μύτη, τη «δίοδό» τους προς τον εγκέφαλο.

Φωνή: Οι άνδρες έλκονται περισσότερο από τις γυναίκες με λεπτές φωνές, σύμφωνα με μελέτη που δημοσιεύθηκε στο Plos One.

Συμμετρία προσώπου & σώμα: Οι άνδρες βρίσκουν πιο ελκυστικές τις γυναίκες με συμμετρικά πρόσωπα. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι η συμμετρία του προσώπου υποδηλώνει καλά γονίδια. Αναφορικά με το σώμα, η στενή μέση και η ανοιχτή λεκάνη υπερτερούν.



Το Moxxy Athens City υποδέχεται το ολοκαίνουργιο έργο του street artist b., στη Στοά του

Η στοά του Moxxy Athens City, γίνεται ο καμβάς, η πόλη της Αθήνας δίνει την έμπνευση και ο street artist b. δημιουργεί το νέο του έργο, γεμίζοντας με χρώμα το αστικό τοπίο στην «καρδιά» της πρωτεύουσας.

Το Moxxy Athens City, το πρώτο trendy hotel brand από τη Marriott, υπό τη διαχείριση της SWOT Hospitality, συνεργάζεται και πάλι με τον διάσημο street artist b., ο οποίος αυτή τη φορά φιλοτεχνεί το «Athens Midnight Blossom», ένα έργο μεγάλων διαστάσεων στη στοά του ξενοδοχείου, όπου δίνουν ραντεβού η τέχνη, η μόδα και η μουσική μέσα από μοναδικά events, ανοιχτά στο κοινό της πόλης.

«Στο νέο έργο που δημιούργησα στη στοά του Moxxy, εμπνέομαι από την Αθήνα και τους ανθρώπους της, και από μια ουτοπική προσέγγιση ενός πολύχρωμου κήπου, ως αναφορά στον μύθο του κήπου των Εσπερίδων, που μπλέκεται μαζί με τον αστικό ιστό και την καθημερινή ζωή.

Η συνεργασία με το Moxxy Athens City έχει ένα στοιχείο που με ενδιαφέρει πολύ ως καλλιτέχνη αλλά και αρχιτέκτονα και αυτό είναι η ένταξη της τέχνης στην καθημερινή ζωή της πόλης», δηλώνει ο street artist b.



Ποια ελληνικά νησιά πήραν... 'Όσκαρ Τουρισμού

SAY *yes* & get impressed



Τα νησιά του Σαρωνικού της Περιφέρειας Αττικής αναδείχθηκαν ως Κορυφαίος Νησιωτικός προορισμός της χώρας μας για το 2023 στον καταξιωμένο διεθνή τουριστικό θεσμό World Travel Awards. Κατά την τελετή βράβευσης «Europe Gala Ceremony» που πραγματοποιήθηκε στο Βατούμι της Γεωργίας, τα νησιά του Σαρωνικού κέρδισαν την 1η θέση στην ψηφοφορία του διεθνούς κοινού! Πού οφείλεται η πρωτιά; Μεταξύ άλλων, στην αυθεντικότητα του πολιτιστικού χαρακτήρα, στην ποικιλία πολιτιστικών εκδηλώσεων και φεστιβάλ, στις μαγευτικές ακτογραμμές και παραλίες και στην ποικιλία δραστηριοτήτων στη φύση κι όχι μόνο, όπως: sailing-yachting, island-hopping κ.ά. Ακόμη σημαντικός λόγος είναι η τοπική γαστρονομία και φυσικά η ευκολία πρόσβασης και η εγγυητά τους με τα μεγάλα αστικά κέντρα της Αθήνας και του Πειραιά.

Η Aveda λανσάρει την limited edition ενυδατική κρέμα Hand Relief Rosemary Mint για την καμπάνια Pink Ribbon 2023 και την υποστήριξη του BCRF



Ενισχύστε την ελπίδα με τη vegan Limited-Edition Hand Relief™ με το αναζωογονητικό άρωμα της Aveda από βιολογικά πιστοποιημένη Μέντα & Δεντρολίβανο. Κατά τη διάρκεια του μήνα της Εκστρατείας κατά του Καρκίνου του Μαστού, η Aveda θα κάνει δωρεά \$10 για κάθε αγορά της Limited-Edition Hand Relief™ στο Ίδρυμα Έρευνας για τον Καρκίνο του Μαστού® (BCRF).

Στόχος της Aveda είναι να συγκεντρώσει \$350,000 παγκοσμίως για τη στήριξη της crueltyfree έρευνας για τον καρκίνο του μαστού μέσω των πωλήσεων αυτού του limited edition προϊόντος και των προσπαθειών συγκέντρωσης χρημάτων. Από το 2001, το δίκτυο και οι πελάτες της Aveda έχουν κάνει δωρεές πάνω από \$7.7M στο BCRF μέσω των πωλήσεων των limited-edition προϊόντων που δημιουργήθηκαν για την εκστρατεία κατά του καρκίνου του μαστού και μέσω δωρεών που επικεντρώνονται τόσο σε περιβαλλοντικούς παράγοντες όσο και στον τρόπο ζωής που ενδεχομένως αυξάνουν τον κίνδυνο εμφάνισης του καρκίνου αυτού. Δεδομένου ότι η Aveda ήταν ανέκαθεν κατά των δοκιμών σε ζώα, οι δωρεές από την Aveda δεν θα υποστηρίξουν ποτέ έρευνες που περιλαμβάνουν ζώα.

Agenda

Το Μουσείο Ψευδαισθήσεων παρουσιάζει το «Night at the Museum»

Με ένα άκρως διασκεδαστικό event, το Museum of Illusions Athens πραγματοποίησε την Παρασκευή 6 Οκτωβρίου το «Night at the Museum», όπου οι καλεσμένοι έζησαν μια ξεχωριστή βραδιά στο Μουσείο των Ψευδαισθήσεων. Influencers, creators από τον χώρο του Instagram, του YouTube και του TikTok, και φίλοι του Μουσείου παρευρέθηκαν στο «Night at the Museum» party και ανακάλυψαν έναν κόσμο γεμάτο ψευδαισθήσεις και οφθαλμαπάτες.

Τα μοναδικά εκθέματα του Museum of Illusions Athens «ζωντάνεψαν» το βράδυ και οι καλεσμένοι είχαν την ευκαιρία να δουν τα «πάνω-κάτω» στο Περιστρεφόμενο Δωμάτιο (Upside Down Room), να αψηφήσουν τους νόμους της βαρύτητας και των διαστάσεων στο Δωμάτιο αντι-βαρύτητας και να στριφογυρίσουν στην Περιστρεφόμενη Σήραγγα (Vortex Tunnel).

Οι καλεσμένοι απόλαυσαν μοναδικά cocktails με Langley's Gin, το οποίο παράγεται στην Αγγλία από 100% αγγλικό σιτάρι σε συνδυασμό με τη χρήση των καλύτερων βοτανικών. Επιδέχεται μία και μόνο απόσταξη και παρασκευάζεται σύμφωνα με τους αυστηρούς κανόνες του London Dry Gin. Η φιλοσοφία του είναι να προσφέρει ένα υψηλής ποιότητας gin στους καταναλωτές, "Gin. As It Should Be". Ψηφίστηκε ως "Gin of the Year" στον Διεθνή Διαγωνισμό Ποτών της Νέας Υόρκης το 2016.

Το «Night at the Museum» συνεχίζεται για δύο ακόμα Παρασκευές, στις 13 και 20 Οκτωβρίου από τις 20:00, δίνοντας την ευκαιρία στους επισκέπτες να διασκεδάσουν με την παρέα τους και να γνωρίσουν αμέτρητες ψευδαισθήσεις και εντυπωσιακά εκθέματα, παρέα με το Langley's Gin.



Βράβευση της ταινίας Sleepy Night Athens Bright

Το "Sleepy Night Athens Bright" σε σκηνοθεσία και σενάριο του Χρήστου Αρφάνη, μέλους της Ε.Σ.Ε και της Μαρίας Αγραπίδου, μέλους της Λέσχης Φίλων της Ε.Σ.Ε κέρδισε τρία βραβεία στον 24ο διαγωνισμό του BIMIFF - Brazil International Monthly Independent Film Festival, την 4η διαγωνιστική της Τρίτης Σεζόν του Φεστιβάλ.



Τα βραβεία είναι: "Καλύτερη Σκηνοθεσία Πειραματικής Ταινίας" για τον Χρήστο Αρφάνη και τη Μαρία Αγραπίδου, "Καλύτερο Σενάριο Πειραματικής Ταινίας" για τον Χρήστο Αρφάνη και τη Μαρία Αγραπίδου και "Καλύτερη Φωτογραφία Πειραματικής Ταινίας" για τον Χρήστο Αρφάνη.

Η σύνοψη της ταινίας είναι η εξής: Μια γυναίκα, ένας άντρας, ένας φόνος στη Φωτεινή Αθήνα ή απλώς μια ψευδαίσθηση μιας μεθυσμένης Νυσταγμένης Νύχτας;

Η ταινία έχει λάβει ακόμα τα βραβεία: Best Experimental Short Film στο Golden Lion International Film Festival, Best Actress για τη Maria Agrapidou στο Medusa Film Festival όπου και η ταινία έχει βραβευτεί στο σύνολό της με τη διάκριση Best Short Experimental. Η παραγωγή είναι της Red Light Independent Films.

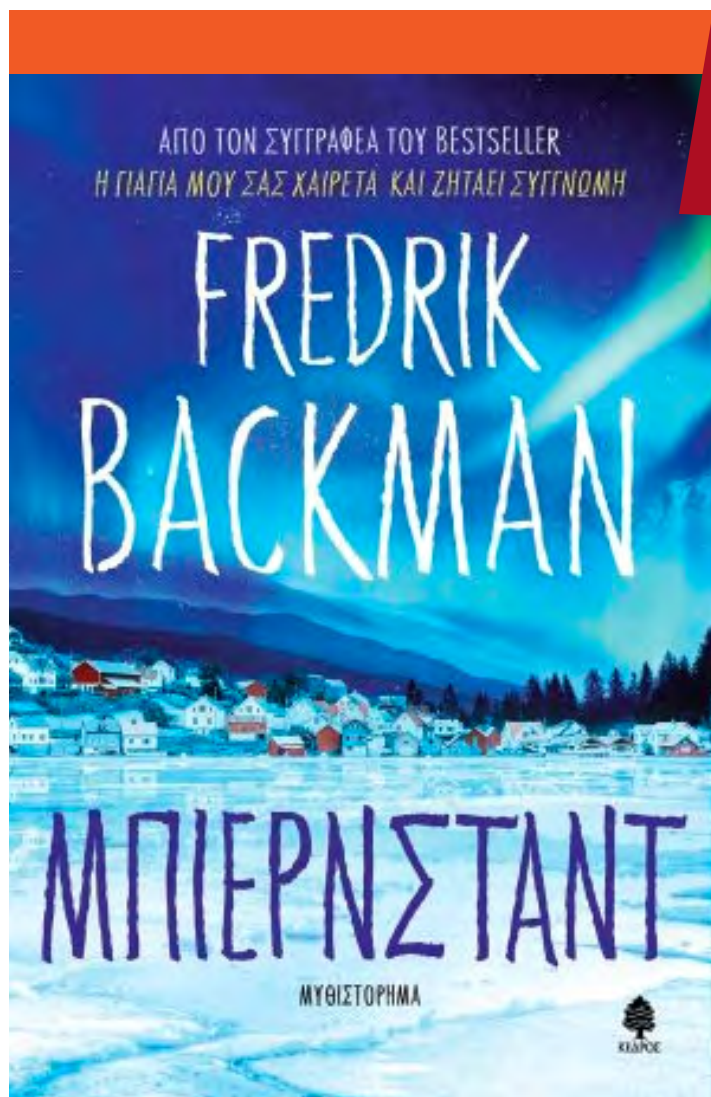
"Sober October": Αποδέχεσαι την πρόκληση;



Έχετε ακούσει για το challenge Sober October; Ξεκίνησε από το Ηνωμένο Βασίλειο ως ένα challenge με σκοπό να συγκεντρωθούν χρήματα για τους ασθενείς με καρκίνο. Τι πρέπει να κάνετε; Όχι πολλά! Απλώς να απέχετε από το αλκοόλ για διάστημα τεσσάρων εβδομάδων. Το Sober October είναι στην ουσία μια αφορμή για να επανεξετάσουμε τη σχέση μας με το αλκοόλ. Αν κάνουμε ένα διάλειμμα από το αλκοόλ

έχουμε να κερδίσουμε πολλά όπως: βελτιωμένη μνήμη, καλύτερο ύπνο, απώλεια βάρους, λαμπερό δέρμα. «Υπάρχουν και νευρολογικά οφέλη από την αποχή από το αλκοόλ. Ορισμένα μπορούν να φανούν μέσα σε μια εβδομάδα μετά τη διακοπή, αλλά είναι πολύ πιο αισθητά μετά από ένα μήνα», υπογραμμίζει ο δρ Λόρενς Γουάινσταϊν, Διευθυντής Ιατρικής για τα Αμερικανικά Κέντρα Απεξάρτησης.

Βέβαια, ενώ η υπερβολική κατανάλωση έχει επιπτώσεις στην υγεία, μελέτες έχουν δείξει ότι οι όσοι καταναλώνουν έως μέτριες ποσότητες αλκοόλ, ωφελούν την υγεία τους, όχι μόνο τη διάθεσή τους! Για παράδειγμα οι ερευνητές της Σχολής Δημόσιας Υγείας του Πανεπιστημίου του Χάρβαρντ διαπίστωσαν ότι οι μέτριες ποσότητες αλκοόλ αυξάνουν τα επίπεδα καλής χοληστερόλης, η οποία προστατεύει την καρδιά.



Μπιέρνσταντ

Η Μπιέρνσταντ είναι μια υποβαθμισμένη επαρχιακή πόλη με υψηλό ποσοστό ανεργίας. Οι κάτοικοι της τρέφουν ελπίδες για ένα καλύτερο μέλλον όταν η εφηβική ομάδα χόκεϊ επί πάγου προκρίνεται στον ημιτελικό του εθνικού πρωταθλήματος. Τα όνειρα όλων στηρίζονται σε μια χούφτα εφήβους.

Το φορτίο είναι βαρύ για τον κορυφαίο δεκαεφτάχρονο παίκτη της ομάδας και ο ημιτελικός δρα σαν καταλύτης για μία βίαιη πράξη του με θύμα ένα νεαρό κορίτσι. Η ζωή στην Μπιέρνσταντ αναστατώνεται. Αργά ή γρήγορα, οι οικογένειες, ο αθλητικός σύλλογος και όλοι οι κάτοικοι καλούνται να πάρουν θέση.

Το πρώτο μέρος της τριλογίας του Φρέντρικ Μπάκμαν ΜΠΙΕΡΝΣΤΑΝΤ είναι ένα μυθιστόρημα για τα συναισθήματα και τα πάθη που προκαλεί ένα ομαδικό άθλημα και την αρρενωπότητα. Για τον αγώνα που κάνει μια έφηβη να σταθεί στα πόδια της ύστερα από ένα τραυματικό για εκείνη γεγονός. Μια διεισδυτική ματιά στο πόσο αλληλένδετη είναι η ζωή όλων σε μια κοινότητα και πόσο δυσβάσταχτο είναι να επωμιζόμαστε τα όνειρα των άλλων. Από τις εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ.

Οι περιπέτειες του Πινόκιο



Γραμμένες στα τέλη του 19ου αιώνα ως ανάγνωσμα για παιδιά, χαρακτηρισμένες ως «ύμνος της παιδικότητας όλων των εποχών», Οι περιπέτειες του Πινόκιο αποτελούν ένα από τα πιο δημοφιλή και σημαντικά έργα της ιταλικής λογοτεχνίας.

Έχοντας μεταφραστεί σε πάνω από 200 γλώσσες και έχοντας μεταφερθεί στη μεγάλη οθόνη με την κλασική πια ταινία του Walt Disney, η ιστορία της ξύλινης μαριονέτας που μιλάει και μπλέκεται σε διάφορες σκανταλιές και περιπέτειες, ώσπου τελικά να καταφέρει να γίνει ένα «καλό παιδί», εξακολουθεί να μαγεύει μικρούς και μεγάλους.

Στην παρούσα πλήρη μετάφραση του αυθεντικού ιταλικού κειμένου, η οποία συνοδεύεται από μια κατατοπιστική εισαγωγή και πλήθος διευκρινιστικών σημειώσεων, γίνεται προσπάθεια να διαφωτιστούν τα κρυμμένα νοήματα και υπαινιγμοί της ιστορίας και να αναδειχθούν τα καυστικά σχόλια του συγγραφέα για την κοινωνία της εποχής του, τα οποία εξακολουθούν να παραμένουν εξίσου επίκαιρα σήμερα όσο τότε. Από τις εκδόσεις ΚΑΚΤΟΣ.

quote of the day

"WHAT OTHER THINK DO NOT DETERMINE WHO I AM."

**Σήμερα
γιορτάζουν!**

Ανδρομάχη,
Ανδρόμαχος,
Συμεών, Συμεωνία,
Βαλάντης

tip of the day

Freethought is respectable.
Freethought is crucial. Freethought
needs to be publicized.

Dan Barker

12 Οκτωβρίου

- > World Sight Day
- > National Farmer's Day
- > National Gumbo Day
- > National Savings Day
- > National Freethought Day