



Φυσική Ελληνική Απόλαυση



ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΣΘΗΚΗ ΖΑΧΑΡΗΣ!

ΧΩΡΙΣ ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΑ!

ΧΩΡΙΣ ΤΕΧΝΗΤΑ ΓΛΥΚΑΝΤΙΚΑ!

ΧΩΡΙΣ ΑΝΘΡΑΚΙΚΟ!

ΑΠΟΛΑΥΣΗ ΧΩΡΙΣ ΕΝΟΧΕΣ!



ΕΑΡΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΔΙΟΙΚΗΣΙΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

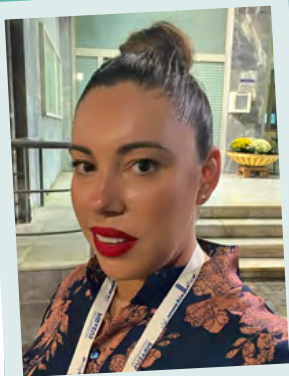
*Ανεξάρτητη καταναλωτική έρευνα, που διεξήχθη από την Circana σε δείγμα 3.200 καταναλωτών στην Ελλάδα.

SAY *yes* to the **press**



**ΜΙΑ ΕΦΑΡΜΟΓΗ
ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΝΤΑ... ΓΙΝΕΤΑΙ;**

Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser** και καλό μήνα!!!

Τώρα που είμαστε στον απόηχο του Halloween θέλω να σε ρωτήσω αν γνωρίζεις για τις μπλε κολοκύθες...

Οι μπλε κολοκύθες λοιπόν άρχισαν να γίνονται δημοφιλείς το 2014, όταν η μη κερδοσκοπική εταιρεία Food Allergy Research & Education ξεκίνησε μια καμπάνια για να βοηθήσει τα παιδιά με τροφικές αλλεργίες να απολαύσουν το Halloween χωρίς να υποφέρουν από αλλεργικές αντιδράσεις.

Αλλά έκτοτε επεκτάθηκε για να συμπεριλάβει και άλλα παιδιά, μεταξύ των οποίων και αυτά με αυτισμό.

Τα υπέρ

Η χρήση της μπλε κολοκύθας θα μπορούσε να μειώσει τις αγχωτικές αλληλεπιδράσεις για τα αυτιστικά παιδιά και τις οικογένειές τους.

Για παράδειγμα, αν άγνωστοι δουν μια μπλε κολοκύθα, θα καταλάβουν πως ο ιδιοκτήτης της είναι ένα παιδί που ίσως δεν μπορεί να μιλήσει και να πει "φάρσα ή κέρασμα!" ή επίσης μπορεί να μη φοράει κάποιο κοστούμι λόγω αισθητηριακών διαταραχών που πιθανώς έχει - και ούτω καθεξής, οπότε χωρίς πολλά πολλά θα τον "εξυπηρετήσουν" πιο άμεσα, πιο ήρεμα και με περισσότερη υπομονή.

Για τα άτομα αυτά που δεν μπορούν εύκολα να συνεννοηθούν με λέξεις, η χρήση κάποιου είδους ένδειξης για να εξηγήσει τη δυσκολία τους να μιλήσουν μπορεί να είναι χρήσιμη για την αλληλεπίδραση με άλλους. Συχνά, είναι δύσκολο να πούμε ότι κάποιος είναι στο φάσμα του αυτισμού κοιτάζοντάς τον και η μπλε κολοκύθα χρησιμεύει ως εξήγηση χωρίς λόγια.

Οι μπλε κολοκύθες χρησιμοποιούνται επίσης ως ένας τρόπος για να δείξει μία οικογένεια - χωρίς απαραίτητα να ανήκει κάποιο μέλος της στο φάσμα του αυτισμού, ότι το σπίτι τους είναι ένας ασφαλής χώρος για όλα τα παιδιά, συμπεριλαμβανομένων εκείνων με κάθε είδους δυσκολίες. Αυτό μπορεί να δημιουργήσει μια αίσθηση κοινότητας, υποστήριξης και αποδοχής για τα άτομα με αυτισμό και τις οικογένειές τους.

Επιπλέον, οι άνθρωποι που δεν γνωρίζουν πολλά για τον αυτισμό μπορεί να ενθαρρύνονται να κάνουν περισσότερη έρευνα αφού δουν μια μπλε κολοκύθα την περίοδο του Halloween. Με αυτόν τον τρόπο, η χρήση τους μπορεί να αυξήσει την ευαισθητοποίηση για τον αυτισμό και εν τέλει να φέρει τη συμπερίληψη για την οποία όλοι μιλούμε!



Τα μειονεκτήματα

Κάποιοι υποστηρίζουν ότι η χρήση της μπλε κολοκύθας μπορεί να είναι επικίνδυνη και επιζήμια.

Η στοχοποίηση των παιδιών με διάφορες δυσκολίες μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα να γίνουν πιο εύκολα θύματα καθώς τα προβλήματα επικοινωνίας ή επεξεργασίας που έχουν τα καθιστούν πιο επιρρεπή σε χειραγώγηση και κακοποίηση.

Εάν δεν έχουν επίγνωση του κινδύνου ή αν έχουν υπερβολική εμπιστοσύνη, μπορεί να είναι πιο ασφαλές για αυτά να "αναμειχθούν" αντί να επιστήσουν την προσοχή στη διαφορετικότητά τους. Η ανάμειξη μπορεί να είναι πιο διασκεδαστική και επιμορφωτική και για τα παιδιά.

Επίσης αν ένα παιδάκι δεν θέλει να αποκαλύψει τη διάγνωσή του στους συνομηλίκους του ή αν είναι πολύ μικρό ή ανίκανο να δώσει τη συγκατάθεσή του, μια μπλε κολοκύθα θα μπορούσε να το «εκθέσει» προτού το ίδιο να είναι ασφαλές ή άνετο με ό,τι του συμβαίνει.

Tip of the Day: Στην Ελλάδα του σήμερα θα δούμε πολλές κολοκύθες κατά τη διάρκεια του Halloween εκ των οποίων πολλές θα είναι πορτοκαλί αλλά ελάχιστες θα είναι μπλε.

Αυτό συμβαίνει όχι γιατί δεν έχουμε ανάμεσά μας παιδιά που ανήκουν στο φάσμα του αυτισμού αλλά γιατί ή δεν γνωρίζουμε τη χρήση της μπλε κολοκύθας ή γιατί δεν μας αφορά να εντυφλήσουμε τόσο πολύ σε ένα ξενόφερτο έθιμο ή γιατί υπάρχει ακόμα το ταμπού της αποδοχής και του τι θα πει ο κόσμος.

Εγώ να ξέρεις, είμαι υπέρ των εθίμων που φέρνουν χαρά και χαμόγελα, δεν με νοιάζει αν κάτι είναι ξενόφερτο - με νοιάζει που κάνει έστω και ένα μικρό ποσοστό της κοινωνίας μας να βρει αφορμή για διασκέδαση. Όμως θα ήθελα αφού τα γιορτάζουμε που τα γιορτάζουμε αυτά τα έθιμα, να μάθουμε και κάτι παραπάνω ώστε αν έρθουμε "αντιμέτωποι" με μία μπλε κολοκύθα να ξέρουμε και τη σημασία της..



Μια εφαρμογή για τα πάντα... Γίνεται;

Πώς θα σας φαινόταν αν υπήρχε μία μόνο εφαρμογή που έκανε... τα πάντα; Κάπως έτσι οραματίζεται ο Έλον Μασκ το X!



Το όραμά του περιλαμβάνει από εφαρμογή γνωριμιών μέχρι ψηφιακή τράπεζα... all in one! Μιλάμε λοιπόν για μία υπερεφαρμογή η οποία θα προσφέρει υπηρεσίες μηνυμάτων, κοινωνική δικτύωση αλλά και πληρωμές peer-to-peer!

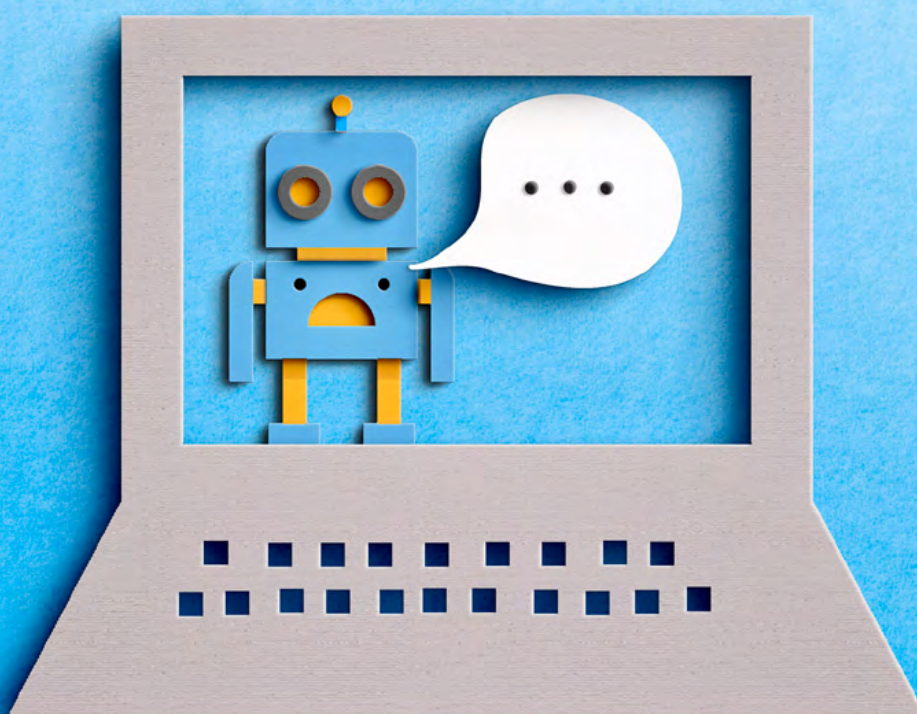
Τώρα μάλιστα το X επιδιώκει να αποκτήσει άδειες σε κάθε πολιτεία των ΗΠΑ προκειμένου να προσφέρει τραπεζικές υπηρεσίες και υπηρεσίες μεταφοράς χρημάτων, ενώ ήδη 9 πολιτείες έχουν δώσει τη συγκατάθεσή τους. Πηγή έμπνευσης για τον Μασκ είναι το WeChat, όπου οι χρήστες το χρησιμοποιούν ως πλατφόρμα κοινωνικής δικτύωσης αλλά και για πληρωμές κ.α. Συνδυάζει δηλαδή συνομιλίες, dating, πληρωμές και social media! Το WeChat κυκλοφόρησε στην Κίνα το 2011 από την Tencent και πρόκειται για μία υπερεφαρμογή. Ο χρήστης έχει τη δυνατότητα να κάνει μεταξύ άλλων παραγγελίες φαγητού, να παίζει παιχνίδια, να καλεί ταξί και να στέλνει χρήματα σε άλλους. Επίσης, εκεί μπορεί να έχει μαζεμένες όλες τις κυβερνητικές υπηρεσίες. Μέσω της κινέζικης υπερεφαρμογής οι πολίτες

της Κίνας έχουν τη δυνατότητα να κλείσουν ραντεβού για ιατρικές εξετάσεις αλλά και να πληρώσουν εισφορές κτλ.



Anthropic: Η start up που θα αλλάξει τα δεδομένα!

Για το ChatGPT έχουμε μιλήσει πολλές φορές... Τώρα όμως μια νεοφυής εταιρία τεχνητής νοημοσύνης, η Anthropic, έρχεται για να ταράξει τα νερά και να εξελιχθεί σε βασικός παίκτης στον τομέα της AI.



Η Google αναμένεται να προχωρήσει σε επένδυση ύψους 2 δισ. δολαρίων προς την Anthropic, τον βασικό ανταγωνιστή του ChatGPT. Όπως όλα δείχνουν η εν λόγω συμφωνία προβλέπει την καταβολή 500 εκατ. δολαρίων σε μετρητά και επιπλέον 1,5 δισ. δολάρια που θα επενδυθούν σε επόμενο διάστημα.

Τι είναι το Claude 2

Το Claude 2 είναι το "αντίπαλο" πρόγραμμα του chatbot του ChatGPT της OpenAI που είναι ευρέως διαδεδομένο και χρησιμοποιείται από μεγάλες εταιρίες. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα μπορεί να συνοψίζει μέχρι 75.000 λέξεις, ενώ το ChatGPT μπορεί να χειριστεί περίπου 3.000 λέξεις! Οι χρήστες έχουν τη δυνατότητα να εισάγουν μεγάλα σύνολα δεδομένων και να ζητούν περιλήψεις με τη μορφή σημειώματος, επιστολής ή ιστορίας.

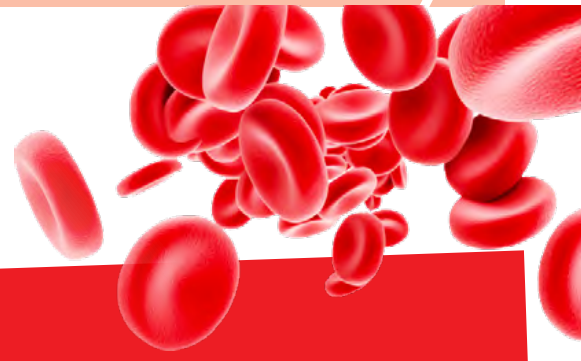


Τι ξέρουμε για την Anthropic

Πρόκειται για μία start up που δρύθηκε από πρώην στελέχη της OpenAI. Στόχος της να εστιάσει στη δημιουργία ασφαλών συστημάτων τεχνητής νοημοσύνης. Είναι αξιοσημείωτο ότι δίνει στο Claude ένα σύνολο γραπτών ηθικών αξιών που θα πρέπει να υιοθετήσει καθώς λαμβάνει αποφάσεις για το πώς να απαντήσει σε ερωτήσεις.



Ελένη Κομνηνού,
Clinical Assistant Professor of University of Nicosia.
 Ειδική Ρευματολόγος, Επιστημονικά Υπεύθυνη
 Ρευματολογικού Τμήματος Metropolitan General,
 Διευθύντρια Κλινικής "Αυτοάνοσων
 Ρευματικών Νοσημάτων" Metropolitan General,
 Υπεύθυνη Τμήματος "Αυτοάνοσων Ρευματικών
 Νοσημάτων και Κύησης" ΜΗΤΕΡΑ



Εμβόλια γρίπης & Αυτοάνοσα νοσήματα

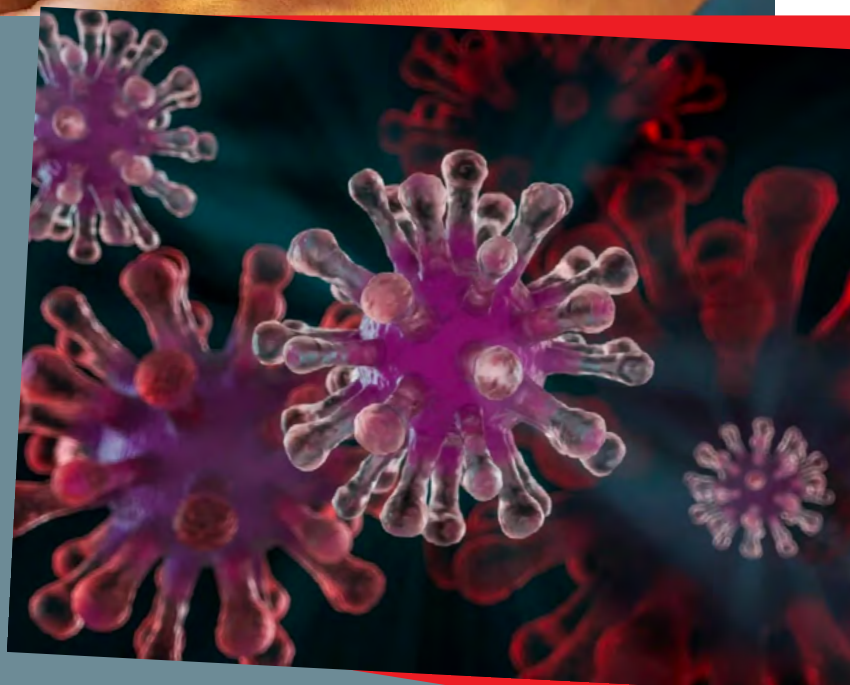
Η μόλυνση από γρίπη μπορεί να προκαλέσει ήπια έως σοβαρή ασθένεια και μπορεί να οδηγήσει ακόμη και σε θάνατο. Ο καλύτερος τρόπος πρόληψης της μόλυνσης είναι ο εμβολιασμός κατά της γρίπης.



Οι επιπλοκές της λοίμωξης από γρίπη δεν είναι μόνο συνέπεια οξείας λοίμωξης αλλά μπορεί επίσης να εμφανιστούν ως όψιμη αυτοάνοση απόκριση. Η γρίπη δεν εμπλέκεται συχνά ως έναυσμα για αυτοάνοσα νοσήματα, αλλά αναφορές περιπτώσεων αυτοάνοσων ανεπιθύμητων ενεργειών έχουν δημοσιευτεί ακόμη και μετά τον αντιγριπικό εμβολιασμό.

Από τις αρχές του 1800 τα εμβόλια έχουν σώσει πολλές ζωές προλαμβάνοντας θανατηφόρες λοιμώξεις, με άλλα λόγια τα εμβόλια έχουν αναμφίβολα αποφέρει συντριπτικά οφέλη στην ανθρωπότητα και θεωρούνται ασφαλή και αποτελεσματικά.

Ωστόσο, κατά τη διάρκεια των δύο τελευταίων δεκαετιών, υπάρχει αυξανόμενη ευαισθητοποίηση για πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες που σχετίζονται με τους εμβολιασμούς. Διαπιστώθηκε δηλαδή,





Μεταξύ των μηχανισμών που εμπλέκονται σε αυτές τις αντιδράσεις είναι ο μοριακός μιμητισμός. Ο μοριακός μιμητισμός αναφέρεται σε μια σημαντική ομοιότητα μεταξύ ορισμένων παθογόνων στοιχείων που περιέχονται στο εμβόλιο και συγκεκριμένων ανθρώπινων πρωτεϊνών. Αυτή η ομοιότητα μπορεί να οδηγήσει σε ανοσοδιασταυρούμενη αντιδραστικότητα, όπου η αντίδραση του ανοσοποιητικού συστήματος προς τα παθογόνα αντιγόνα μπορεί να βλάψει τις παρόμοιες ανθρώπινες πρωτεΐνες, προκαλώντας ουσιαστικά αυτοάνοση νόσο.

ότι είναι δυνατόν, περιστασιακά να διεγείρουν την παραγωγή αυτοαντισωμάτων ή ακόμη και ένα σύνδρομο που ορίστηκε πρόσφατα, γνωστό ως αυτοάνοσο/φλεγμονώδες σύνδρομο που προκαλείται από ανοσοενισχυτικούς παράγοντες. Τέτοιες ανεπιθύμητες αντιδράσεις στα εμβόλια μπορεί να θεωρηθούν ως αποτέλεσμα της αλληλεπίδρασης μεταξύ της ευαισθησίας του εμβολιασμένου ατόμου και των διαφόρων συστατικών του εμβολίου.

Υπάρχουν σπάνια δεδομένα σχετικά με την αυτοάνοση απόκριση μετά το εμβόλιο εποχικής/γρίπης A (H1N1) σε ασθενείς με αυτοάνοση φλεγμονώδη ρευματική νόσο.

Πραγματοποιήθηκε μια προοπτική μελέτη με παρακολούθηση 6 μηνών. Ο στόχος της μελέτης ήταν να προσδιοριστεί η αυτοάνοση απόκριση σε μια μεγάλη ομάδα ασθενών με AIRD που εμβολιάστηκαν κατά της εποχικής γρίπης ή/και της γρίπης H1N1. Αναζητήθηκαν διάφορα αυτοαντισώματα όπως: [αντιτυρηνικά



αντισώματα (ANA), (anti-ENA),
αντικαρδιολιπίνη (aCL) αντισώματα
IgG/IgM, αντι-βήτα 2-γλυκοπρωτεΐνη I
(anti-β2GPI)].

Αναφέρουμε ότι μετά τη χορήγηση του εποχικού εμβολίου/H1N1 υπήρξαν ως επί το πλείστον παροδικές αλλαγές στην παραγωγή αυτοαντισωμάτων σε ασθενείς με AIRD και σε υγιείς συμμετέχοντες. Ωστόσο, ένα μικρό υποσύνολο ασθενών, ειδικά ασθενείς με ANA, είχαν τάση προς ανάπτυξη αντι-ENA. Αν και δεν παρατηρήθηκαν πειστικές διαφορές μεταξύ των εποχιακών και των εμβολίων κατά του H1N1, τα αποτελέσματά μας υποδηλώνουν ότι μπορεί να υπάρχει μια ελαφρά τάση του εμβολίου H1N1 προς την επαγωγή aCL (αντισώματα έναντι καρδιολιπινών).

Συμπερασματικά

Αν και τα εποχιακά εμβόλια και τα εμβόλια H1N1 είναι ασφαλή και αποτελεσματικά, έχουν τη δυνατότητα να προκαλέσουν αυτοαντισώματα και πιθανώς τη δημιουργία κάποιου αυτοάνοσου νοσήματος. Απαιτείται περαιτέρω έρευνα και πιθανή μελλοντική ανάπτυξη καλύτερων, ασφαλέστερων εμβολίων.



Τα κοτόπουλα ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ τώρα και στα supermarket ΜΑΣΟΥΤΗΣ



μασούτης
ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΑ

Στο πλαίσιο της αναπτυξιακής της πορείας και της διεύρυνσης του δικτύου διανομής των προϊόντων της, η ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ Α.Ε. ανακοινώνει τη συνεργασία της με την αλυσίδα σούπερ μάρκετ ΜΑΣΟΥΤΗΣ.

Ήδη στα καταστήματα ΜΑΣΟΥΤΗΣ στην Αττική και τη Χαλκίδα, οι καταναλωτές θα μπορούν να βρουν, τόσο στον πάγκο του κρεοπωλείου όσο και στα ψυγεία, τα κοτόπουλα ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ, μεταξύ των οποίων και το πολυβραβευμένο Ελαιοπουλάκι®. Όλα τα προϊόντα της εταιρείας παράγονται με τα αυστηρότερα πρότυπα ποιότητας και ευζωίας στις ιδιόκτητες εγκαταστάσεις της εταιρείας στην Εύβοια.

Πρωταρχικός στόχος της ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ είναι να μπορούν οι καταναλωτές να απολαμβάνουν καθημερινά στο τραπέζι τους, νόστιμα, ποιοτικά και θρεπτικά προϊόντα με βάση το κοτόπουλο που παράγει η εταιρεία.

Γιατί μας αρέσουν οι ταινίες τρόμου;

Πολλοί επιλέγουν συχνά να παρακολουθούν ταινίες τρόμου. Έχετε σκεφτεί ποτέ γιατί μας αρέσει να... τρομάζουμε; Όταν παρακολουθούμε μια ταινία, γνωρίζουμε πως πρόκειται για ένα προϊόν μυθοπλασίας, οπότε ως θεατές καταφέρνουμε να "απομονώσουμε" τις ευχάριστες επιδράσεις των ενδορφινών και του αυξημένου οξυγόνου στον εγκέφαλό μας, χωρίς να υπάρχει πραγματική απειλή που πρέπει να αντιμετωπίσουμε. Δηλαδή, ενώ η παρακολούθηση μιας τρομακτικής ταινίας μπορεί να πυροδοτήσει την απόκριση «πάλης ή φυγής», η οποία είναι η φυσική αντίδραση του οργανισμού σε αγχωτικά γεγονότα, δεν μας επηρεάζει αρνητικά!

Καθώς παρακολουθούμε μια ταινία τρόμου απελευθερώνονται επίσης ενδορφίνες και ντοπαμίνη. Μελέτη που δημοσιεύθηκε στο περιοδικό Nature Communications διαπίστωσε ότι με την πάροδο του χρόνου, η έκθεση στην ντοπαμίνη μπορεί να μειώσει τη συνολική αντίδραση στον φόβο.



Τι είναι οι ιδεοληψίες και πώς αντιμετωπίζονται

Η Αναστασία Δερμάτη, BSc, MSc Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπευτρια | Σύμβουλος Γάμου, μίλησε στο Say Yes to the Press για τις ιδεοληψίες και την αντιμετώπισή τους.

"Οι ιδεοληψίες είναι επαναλαμβανόμενες ανεπιθύμητες σκέψεις, παρορμήσεις ή εικόνες που έρχονται επίμονα στο μυαλό του ανθρώπου χωρίς τη θέλησή του". Όπως επισημαίνει η κα Δερμάτη "η κατάσταση που δημιουργείται είναι δυσάρεστη, ενώ το άτομο που τη βιώνει εκφράζει αίσθηση δυσφορίας και έντονου άγχους".

Ιδεοληψίες: Πώς τις αντιλαμβάνομαστε

"Οι ιδεοληψίες γίνονται αντιληπτές και από τον ίδιο τον άνθρωπο ως μη φυσιολογικές, ενώ παράλληλα το άτομο εκλαμβάνει ότι του επιβάλλονται χωρίς τη θέλησή του" υπογραμμίζει η κα Δερμάτη,



ενώ αναφέρεται στην ειδοποιό διαφορά της Ιδεοψυχαναγκαστικής Διαταραχής από την Ψύχωση: "Ο άνθρωπος αναγνωρίζει ότι οι ιδεοληψίες είναι αποτέλεσμα δικών του σκέψεων. Η επίγνωση αυτή είναι η ειδοποιός διαφορά της Ιδεοψυχαναγκαστικής Διαταραχής από την Ψύχωση". Ακόμη, "η ιδεοληψία επεμβαίνει στη ροή της συνειδητής σκέψης και στην εν εξελίξει συμπεριφορική και γνωσιακή λειτουργία. Επιπλέον η ιδεοληψία γίνεται αντιληπτή ως εμμονή που εντείνεται συνεχώς".

Τέλος, είναι πολύ σημαντικό να απευθυνθούμε σε κάποιον ειδικό για να βοηθηθούμε αποτελεσματικά. "Το άτομο μπορεί να βοηθηθεί με ψυχολογική υποστήριξη μέσω θεραπειών που στοχεύουν στον σταδιακό μετασχηματισμό των παραπάνω συμπτωμάτων, ιδιαίτερα στην τροποποίηση των επαναλαμβανόμενων αρνητικών και καταστροφολογικών σκέψεων".

info

Δείτε περισσότερα [εδώ](#).



Η WatchGuard εγκαινιάζει την υπηρεσία MDR και βοηθά τους MSPs να επιταχύνουν την παροχή υπηρεσιών κυβερνοασφάλειας

Η WatchGuard® Technologies ανακοίνωσε το λανσάρισμα του WatchGuard MDR, μιας νέας υπηρεσίας κυβερνοασφάλειας 24/7 που έχει σχεδιαστεί με σκοπό να κάνει τις υπηρεσίες MDR πολύ πιο προσιτές στους παρόχους διαχειριζόμενων υπηρεσιών (MSPs) που εργάζονται για την αντιμετώπιση της αλματώδους αύξησης της ζήτησης των πελατών για υπηρεσίες διαχειριζόμενης κυβερνοασφάλειας. Η νέα υπηρεσία διαχειρίζεται από μια επίλεκτη ομάδα αποτελούμενη από experts στην κυβερνοασφάλεια και υποστηριζόμενη από AI. Δεν απαιτεί καμία επένδυση σε παραδοσιακές υποδομές κέντρου κυβερνοασφάλειας (SOC), προηγμένες τεχνολογίες ή σε εμπειρογνώμονες ασφαλείας, γεγονός που διευθετεί τις πιέσεις που δέχονται οι MSPs σε ό,τι αφορά την εξασφάλιση επαγγελματιών στην κυβερνοασφάλεια και τη χρηματοδότηση.

«Η νέα λύση της WatchGuard έχει ενισχύσει σημαντικά το επιχειρηματικό τμήμα των διαχειριζόμενων υπηρεσιών ασφαλείας επιτρέποντάς μας να αξιοποιήσουμε χωρίς πίεση τις τεράστιες δυνατότητες του MDR και να το προσφέρουμε ως υπηρεσία προστιθέμενης αξίας σε πελάτες», δήλωσε ο Raul Zayas, πρόεδρος της ZTek Solutions.



Η Samsung Electronics ανακοίνωσε την παγκόσμια κυκλοφορία του Temporary Cloud Backup

Η Samsung Electronics Co., Ltd. ανακοίνωσε την παγκόσμια κυκλοφορία του Temporary Cloud Backup 1, ενός ασφαλούς και εύκολου τρόπου αποθήκευσης και μεταφοράς σημαντικών αρχείων. Το νέο εργαλείο έχει σχεδιαστεί για να παρέχει την απαραίτητη σιγουριά, όταν οι χρήστες αισθάνονται αβεβαιότητα για την απώλεια των αρχείων τους, όπως φωτογραφίες, βίντεο και άλλα ιδιωτικά αρχεία. Το Temporary Cloud Backup αποτελεί έμπρακτη απόδειξη της δέσμευσης της Samsung να προσφέρει ισχυρές, συνδεδεμένες εμπειρίες που διευκολύνουν την καθημερινότητα των χρηστών.

Ο Αντιπρόεδρος και Επικεφαλής της Ομάδας Cloud, Mobile eXperience στη Samsung Electronics, δήλωσε σχετικά: «Το Temporary Cloud Backup παρέχει έναν αξιόπιστο και βολικό τρόπο, ώστε οι χρήστες να δημιουργούν αντίγραφα

ασφαλείας και να επαναφέρουν σημαντικές πληροφορίες. Αυτή η αναβαθμισμένη εμπειρία μεταγωγής, η οποία βασίζεται στο Samsung Cloud 2, στοχεύει να προσφέρει την απαραίτητη σιγουριά στους χρήστες του οικοσυστήματος Samsung Galaxy, ότι τα πολύτιμα δεδομένα τους δεν θα χαθούν, χάρη στη συνδεδεμένη ισχύ του οικοσυστήματος Galaxy».



Μία λαμπερή εκδήλωση από το «A Jewel Made In Greece» στο attica City Link

Το «A Jewel Made In Greece» (AJMIG) άνοιξε τις πόρτες του για το κοινό στον υπέροχο χώρο του attica City Link για το συναρπαστικό event «Strike A Pose». Μια βραδιά γεμάτη λάμψη, που ανέδειξε την εξαιρετική ελληνική δημιουργία στον τομέα του κοσμήματος, δημιουργώντας μια αξέχαστη εμπειρία σε όλους.

Την εκδήλωση «Strike A Pose», που πραγματοποιήθηκε την Τετάρτη 25 Οκτωβρίου 2023, τίμησε με την παρουσία της η διάσημη Katerina Perez που είναι ευρέως καταξιωμένη στον χώρο του κοσμήματος. Μάλιστα, η Katerina Perez φωτογραφήθηκε φορώντας λαμπερά κοσμήματα από τις συνεργαζόμενες εταιρείες του «A Jewel Made In Greece», ενώ είχε την ευκαιρία να συνομιλήσει με τους Έλληνες δημιουργούς, υπογραμμίζοντας την επιχειρηματικότητα και την αξία του ελληνικού κοσμήματος. Ακόμη θαύμασε τις δύο υπέροχες εκθέσεις που φιλοξενούνται στο χώρο του AJMIG, την The Power of Nature by Tonia Dragouni, μία σειρά επτά φωτογραφιών-πορτρέτων επτά διαφορετικών λουλουδιών και τη συλλογή The Olive Garden by Constantinos Valaes που αφορά γλυπτά δέντρα ελιάς κατασκευασμένα από χαλκό και ορείχαλκο. Το «A Jewel Made In Greece» είναι η μοναδική ελληνική πλατφόρμα κοσμήματος που φιλοξενεί υψηλής αισθητικής κοσμήματα από 21 επιλεγμένους δημιουργούς του σύγχρονου ελληνικού κοσμήματος όπως οι Liana Vourakis, Ileana Makri, Polina Ellis, K.and., Maureen Wellens, Theodora D., Kouzouris S.a., Kk Jewelry Lab, Mary Samoli, Mary Gaitani, Nadia Zachou, Neiromai, Vasso Galati, Morphe London, Marmarometry, Maggoosh, Alexandra Tsoukala, Alloover by Athina Oikonomakou, Vasilis Giampouras, Nicofilimon και Elsa Mouzaki.



Αλκηστis Πρωτοψάλτη, Μαίρη Σαμόλη

Το The Mall Athens υποδέχεται την iStorm, Apple Premium Partner

Ο προορισμός για την απόλυτη εμπειρία Apple.

Opening Party

📅 Σάββατο 4/11 στις 13:00

📍 The Mall Athens



Μοναδικές προσφορές σε Apple προϊόντα!

iStorm



Το The Mall Athens υποδέχεται το Σάββατο 4 Νοεμβρίου στις 13:00, το πρώτο Apple Premium Partner Store της iStorm. Η iStorm γίνεται ο μοναδικός Apple Premium Partner στην Ελλάδα επιτυγχάνοντας το υψηλότερο επίπεδο συνεργασίας με την Apple, ύστερα από μία επιτυχημένη πορεία 13 ετών και μία εκτεταμένη αλυσίδα 14 καταστημάτων σε Ελλάδα και Κύπρο. Τα εγκαίνια του πρώτου καταστήματος Apple Premium Partner θα είναι μια μεγάλη γιορτή για όλους τους φίλους της Apple με πολλές εκπλήξεις και προσφορές.

Οι καταναλωτές θα ανακαλύψουν ένα πρωτοποριακό κατάστημα με ανανεωμένο σχεδιασμό, εξελιγμένο χώρο και ολοκληρωμένες υπηρεσίες, το οποίο θα αποτελέσει τον απόλυτο Apple προορισμό, φέρνοντας στην ελληνική αγορά μία ολοκληρωμένη αγοραστική εμπειρία.



Ιδέες οργάνωσης και αποθήκευσης υπνοδωματίου στο νέο IKEA Live Shopping Event, με την Αθηνά Οικονομάκου

Η IKEA παρουσίασε την Πέμπτη 26.10 εύκολους και πρακτικούς τρόπους οργάνωσης και αποθήκευσης για το Υπνοδωμάτιο στο νέο IKEA Live Shopping Event. Ο Τάκης Βαρτζίκος, IKEA Product Category Manager και η Αθηνά Οικονομάκου πρότειναν και παρουσίασαν τους πολλούς και διαφορετικούς τρόπους οργάνωσης για τη δημιουργία ενός άνετου και ήρεμου χώρου χαλάρωσης και ύπνου αλλά και τις έξυπνες και λειτουργικές λύσεις που προτείνει η IKEA για την αποθήκευση των καλοκαιρινών μας ρούχων.

Η ομάδα της IKEA, έχοντας μελετήσει και δημιουργήσει τα κατάλληλα προϊόντα αποθήκευσης και οργάνωσης για κάθε τύπο υπνοδωματίου, παρουσίασε στο νέο IKEA Live Shopping Event συμβουλές και οδηγίες για όσους χρειάζονται καθοδήγηση ώστε να φέρουν την τάξη, την ηρεμία και την καλαισθησία στο δωμάτιό τους. Η Αθηνά Οικονομάκου ενθουσιάστηκε με όλα τα διαφορετικά προϊόντα συμμετέχοντας με το δικό της μοναδικό τρόπο στη διαμόρφωση και αξιοποίησή τους για ένα χώρο που χαρακτηρίζεται από την εργονομία.

Παρακολουθήστε το IKEA Live Shopping Event αφιερωμένο στην Οργάνωση του Υπνοδωματίου, στο [IKEA.gr](https://www.ikea.gr) και επωφεληθείτε από μία προσφορά-έκπληξη για λίγες μέρες ακόμα.

Η CAROLINA HERRERA παρουσιάζει τη συλλογή γυαλιών «BEAUTY IN THE NIGHT»



Η CAROLINA HERRERA παρουσιάζει το «BEAUTY IN THE NIGHT», την καμπάνια που είναι αφιερωμένη στη συλλογή γυαλιών Φθινόπωρο/Χειμώνας 2023: η καμπάνια περιλαμβάνει το supermodel Stella Maxwell και γιορτάζει την ομορφιά στην πιο αγνή της μορφή. Μια συνολική ονειρική αίσθηση αναδεικνύει την εκλεπτυσμένη ομορφιά των νέων γυαλιών ηλίου και σκελετών οράσεως, που παρουσιάζονται από την αυτοπεποίθηση και τη λαμπερή ενέργεια της Stella Maxwell.

Η νέα συλλογή γυαλιών CAROLINA HERRERA αντικατοπτρίζει την πολύπλευρη θηλυκότητα και τη χαρούμενη αισθητική της μάρκας, σε μια τέλεια ισορροπία μεταξύ της κλασικής και της σύγχρονης κομψότητας.

Η Seasonal Collection παρουσιάζει νέα εκλεπτυσμένα γυαλιά ηλίου και σκελετούς οράσεως House of Herrera, διακοσμημένα με διαγώνιο ένθετο με το λογότυπο σε μονόγραμμα, καθώς και νέα πολύτιμα γυαλιά ηλίου Constellation διακοσμημένα με γυαλιστερά κρύσταλλα και καρφιά. Η Essential Collection, από την άλλη πλευρά, προσφέρει νέα σχέδια με λεπτές λεπτομέρειες, όπως ένθετα με μπλοκ χρώματος ή λεπτές δίχρωμες μεταλλικούς βραχίονες που θυμίζουν τις εμβληματικές ρίγες Carolina Herrera, καθώς και πολλαπλών επιστρώσεων acetate σε παιχνιδιάρικες χρωματικές αντιθέσεις.



Λάζαρος Φίλιππος Παπαδόπουλος – *Advanced Applauding Techniques Vol.2*

Closer του Πάτρικ Μάρμπερ στο Θέατρο Χώρα



Νέα έκθεση στον Χώρο Τέχνης της Πολιτιστικής Εταιρείας Σαρωνικού ΠΟΛΥΤΡΟΠΟΝ

Η ΠΕΣ ΠΟΛΥΤΡΟΠΟΝ ανοίγει τις πόρτες της για τη χειμερινή περίοδο 2023-24, παρουσιάζοντας μία διπλή ατομική έκθεση, δύο νέων καλλιτεχνών. Πρόκειται για τις πρώτες ατομικές εκθέσεις δύο πρόσφατων αποφοίτων της Ανωτάτης Σχολής Καλών Τεχνών της Αθήνας, που έχουν ήδη δείξει αξιοθαύμαστα δείγματα δουλειάς σε πρόσφατες εκθέσεις: του Λάζαρου Φίλιππου Παπαδόπουλου, που παρουσιάζει τα έργα του υπό τον τίτλο *Advanced Applauding Techniques Vol.2* και του Γιώργου Τριανταφυλλόπουλου, υπό τον τίτλο *Comments*. Η διπλή έκθεση θα ξεκινήσει στις 4 Νοεμβρίου στον Χώρο Τέχνης της ΠΕΣ ΠΟΛΥΤΡΟΠΟΝ, στα Καλύβια Αττικής.

4 Νοεμβρίου 2023 – 3 Δεκεμβρίου

Ώρες λειτουργίας:

Πέμπτη και Παρασκευή 17:00-21:00

Σάββατο 11:30-14:30 και 17:00-21:00

Επιμέλεια έκθεσης: Γαβρίλος Μιχάλης

Είσοδος ελεύθερη

Η Άννα, ο Λάρι, ο Νταν και η Άλις δείχνουν ανοιχτοί να έρθουν κοντά, πλησιάζοντας ο ένας τον άλλον ασφυκτικά, αχόρταγα, χωρίς καμία αναστολή.

Μοιραία, μέσω του πλησιάζματος της σάρκας, θα εκφραστεί και το αιώνιο παράδοξο του έρωτα: όσο πιο κοντά θα πλησιάζουν ο ένας τον άλλον, τόσο πιο έντονα θα βιώνουν τις παγίδες, τα ρίσκα, τα συναισθηματικά κενά, τα αδιέξοδα, τις ματαιώσεις και το βαθύ ανικανοποίητο του μαζί.

Ο πόθος, η έλξη, η σεξουαλική ορμή, ο εθισμός, τα σκοτεινά πάθη, οι ανασφάλειες, η περηφάνια, η ζήλια, η απόγνωση, η προδοσία, η προσποίηση, η εκδίκηση – τίποτα δεν θα μείνει ανέγγιχτο σε αυτό το ερωτικό τετράγωνο, που παραμένει διαρκώς και με τις τέσσερις πλευρές ανοιχτές.

Πρεμιέρα: 4 Νοεμβρίου 2023, κάθε Τετάρτη στις 20:00 και Πέμπτη στις 21:00, Σάββατο και Κυριακή στις 18:00
Διάρκεια: 105 λεπτά

Προπώληση: <https://www.more.com/theater/closer/>



Το εκμαγείο

Ραντουάν Νασσάρ
ένα ποτήρι οργή

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ ΑΘΗΝΑ ΨΥΛΛΙΑ



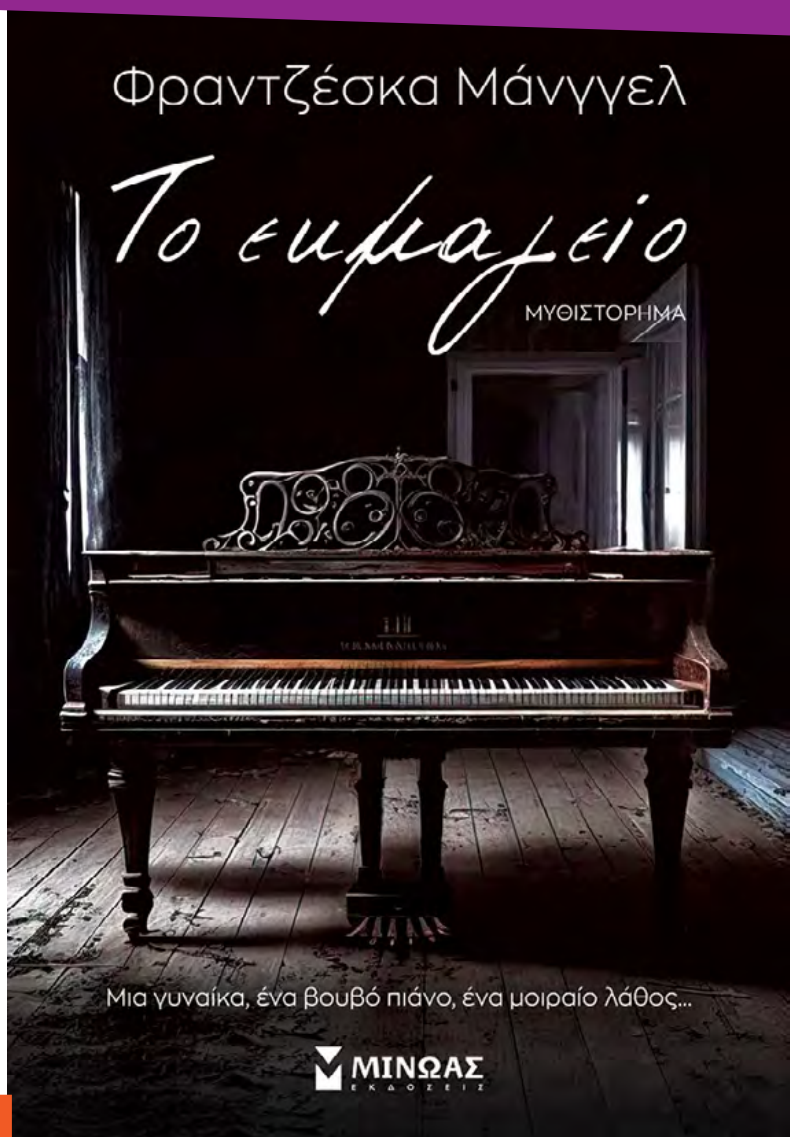
Ένα ποτήρι οργή

«Το σώμα πριν το ρούχο» δηλώνει ο ήρωας του Ένα ποτήρι οργή, καθώς αφηγείται όσα συμβαίνουν κάποιο πρωινό μετά από μια ερωτική νύχτα, όταν η φαινομενική αρμονία ανάμεσα σ' εκείνον και στη σύντροφό του ξαφνικά διαλύεται. Με αφορμή ασήμαντη (φαινομενικά), πιάνονται κι οι δυο σ' έναν άξεστο καβγά, τα πάθη μαίνονται, μια σκηνή φωτίζεται και οι ίδιοι ήρωες, κατά κάποιον τρόπο, επανέρχονται το πρωί σε αυτό που έκαναν το βράδυ: γδύνουν ξανά ο ένας τον άλλον. Τεταμένη και κοφτερή, η γλώσσα του βιβλίου φτάνει σε τέτοια ένταση και δόνηση, που καθιστά την αφήγηση αυτή ένα έργο με μοναδική θέση στη λογοτεχνία της Βραζιλίας, ένα σύγχρονο κλασικό έργο. Από τις εκδόσεις ΠΑΤΑΚΗ.

Φραντζέσκα Μάνγγελ

Το εκμαγείο

ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ



Μια γυναίκα, ένα βουβό πιάνο, ένα μοιραίο λάθος...

MINΩΑΣ
ΕΚΔΟΣΕΙΣ

Στην Αθεάτη τίποτα δεν είναι όπως φαίνεται. Πέτρινες σκάλες οδηγούν στα βάθη των βουνών, ο άνεμος ψιθυρίζει μυστικά, οι άνθρωποι ζουν πίσω από μάσκες. Η Αλθαία θεραπεύει στο μαγαζί με τα βότανα, η Ακριβή καταδυναστεύει μια ολόκληρη οικογένεια και δύο κορίτσια, σαν αντίθετοι πόλοι, έλκουν μίσση κι απωθημένα. Ο ερχομός της ξένης γυναίκας στο μικρό ορεινό χωριό, ανώδυνος κι αδιάφορος στην αρχή, εκκινεί μία αλυσίδα γεγονότων που θα ανατρέψουν τα πάντα στις ζωές τους. Η μουσική και η λήθη θα ξεκινήσουν έναν σιωπηλό χορό και θα φέρουν στην επιφάνεια όλες τις κρυφές πληγές τους.

Ένα βουβό πιάνο, ένα μοιραίο λάθος, μια γυναίκα, μια οικογένεια στο χείλος του γκρεμού. Κι ένας άγνωστος άντρας, κρυμμένος σε ένα ερειπωμένο σπίτι, να φτιάχνει νυχθημερόν κέρινα αποτυπώματα, παλεύοντας να ανακτήσει το παρελθόν και να απαλλαγεί από τους εφιάλτες του. Όλοι μαζί πλάθουν το Εκμαγείο. Από τις εκδόσεις ΜΙΝΩΑΣ.

quote of the day

"VEGANS ARE NOT EXTREME, THEY ARE COMPASSIONATE."

**Σήμερα
γιορτάζουν!**

Κοσμάς*, Δαμιανός,
Δαμιανή*, Ανάργυρος,
Ανάργυρη*, Δαβίδ*,
Διώνυσος

*Υπάρχουν και άλλες
ημερομηνίες που γιορτάζει αυτό
το όνομα.



tip of the day

EAT WHAT MAKES YOU HAPPY

1 Νοεμβρίου

- > World Vegan Day
- > National Stress Awareness Day
- > Prime Meridian Day
- > National Cinnamon Day
- > National Calzone Day
- > National Vinegar Day