



“ ΔΕΙΞΕ ΜΟΥ
ΤΟ ΜΗΛΟ ΣΟΥ
ΝΑ ΣΟΥ ΠΩ
ΠΟΙΟΣ ΕΙΣΑΙ ”

Επανάσταση; Δημιουργία; Έκπληξη; Εσύ επιλέγεις αυτό που θέλεις να γίνεις. Είσαι οι επιλογές σου. Φρέσκες ιδέες, γεμάτες τόλμη και αισιοδοξία έχουν τη δύναμη να αλλάξουν τον κόσμο σου και να δημιουργήσουν έναν ολοκαίνουργιο, έναν καλύτερο κόσμο για όλους. Τα μήλα Ζαγορίν ολόφρεσκα, γεμάτα υγεία και δύναμη, σε στηρίζουν κάθε μέρα να γίνεις αυτό που εσύ θέλεις.

www.zagorin.gr



ZagorinApple

Αγροτικός Συνεταιρισμός Ζαγοράς Πηλίου
Οργάνωση Παραγωγών



ΔΙΑΦΗΜΙΣΤΙΚΗ ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ ΠΟΥ ΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΕΙΤΑΙ ΜΕ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΗΣ Ε.Ε.



SAY *yes* to the **press**



**ΦΙΞ: ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ
"ΠΡΑΣΙΝΕΣ" ΓΕΙΤΟΝΙΕΣ,
ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΧΑΜΟΓΕΛΑ!**



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...

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

Έχεις ακούσει ποτέ τον όρο συγγενικό πνεύμα;

Ένα συγγενικό πνεύμα είναι κάποιος που μοιράζεται τα ίδια ενδιαφέροντα, σκέψεις, πεποιθήσεις, συναισθήματα, αξίες και συμπεριφορές με μας. Όταν συναντήσουμε κάπου το συγγενικό μας πνεύμα, το πιθανότερο είναι ότι θα το καταλάβουμε αμέσως, καθώς η σύνδεση θα είναι τόσο ισχυρή που δεν μπορούμε να την εξηγήσουμε με λόγια.

Τα συγγενικά πνεύματα είναι συμβατοί σε πολλά επίπεδα, ομοϊδεάτες άνθρωποι που σχηματίζουν ισχυρούς δεσμούς μεταξύ τους με βάση κοινές προοπτικές.

Μια σύνδεση με ένα συγγενικό πνεύμα μπορεί να είναι φευγαλέα, όπου μπορεί απλά να περάσουμε ένα σύντομο χρονικό διάστημα μαζί αλλά να μοιραστούμε έναν έντονο δεσμό ή μπορεί να είναι δια βίου, όπου καταφέρνουμε να διατηρήσουμε αναλλοίωτη μια ισχυρή σύνδεση παρά τον χρόνο ή την απόσταση.

Ακόμα κι αν δεν βλέπουμε ο ένας τον άλλον για μεγάλο χρονικό διάστημα, η επανένωση με ένα συγγενικό πνεύμα συχνά μοιάζει σαν να μην έχει περάσει ούτε μία στιγμή, απλά ξαναβρισκόμαστε και συνεχίζουμε τη σχέση μας από εκεί που την αφήσαμε.

Αυτά είναι μερικά σημάδια ότι έχουμε βρει ένα συγγενικό πνεύμα:

- **Κοινά ενδιαφέροντα:** Τα συγγενικά πνεύματα έχουν γενικά πολλά κοινά μεταξύ τους, για παράδειγμα, μπορεί να μοιραζόμαστε τα ίδια χόμπι, απόψεις ή αξίες.
- **Άμεση σύνδεση:** Τα συγγενικά πνεύματα τείνουν να αναγνωρίζουν το ένα το άλλο γρήγορα και να σχηματίζουν μια άμεση σύνδεση. Μπορεί να έχουμε την αίσθηση ότι κάποιους τους γνωρίζουμε από κάπου ακόμα και αν είναι η πρώτη φορά που τους συναντάμε.
- **Ισχυρός δεσμός:** Τα συγγενικά πνεύματα τείνουν να δημιουργούν ισχυρούς δεσμούς μεταξύ τους που συχνά υπερβαίνουν τον χρόνο και την απόσταση.
- **Κοινή ενέργεια:** Τα συγγενικά πνεύματα έχουν συχνά μια μοναδική, κοινή ενέργεια που πηγάζει από το να έχουν τις ίδιες πεποιθήσεις και πάθη. Μπορεί να νιώθουμε πως μπορούμε να διαβάσουμε τη διάθεσή τους ή το μυαλό τους, πιθανώς επειδή σκεφτόμαστε ή νιώθουμε το ίδιο.
- **Υψηλός βαθμός άνεσης:** Τα συγγενικά πνεύματα τείνουν να βιώνουν υψηλό βαθμό άνεσης μεταξύ τους. Μπορεί να νιώθουμε ασφάλεια και ηρεμία με την παρουσία τους και να τους εμπιστευόμαστε με κλειστά μάτια ακόμα και αν έχουμε μόλις γνωριστεί.
- **Αμοιβαία υποστήριξη:** Τα συγγενικά πνεύματα είναι συχνά μια ισχυρή πηγή υποστήριξης το ένα για το άλλο, επειδή κατανοούν ο ένας την προοπτική του άλλου καλύτερα από οποιονδήποτε.



Ενώ θα μπορούσαμε να έχουμε και ρομαντική σχέση με ένα συγγενικό πνεύμα, αυτό δεν είναι μονόδρομος καθώς μπορούμε να έχουμε και πλατωνική, φιλική ή οικογενειακή σχέση.

Στην πραγματικότητα, ένα συγγενικό πνεύμα περιγράφεται συχνά ως συνεργάτης στο έγκλημα ή ως ισόβιος φίλος παρά ως ρομαντικός σύντροφος ή αδελφή ψυχή. Δηλαδή, τα συγγενικά πνεύματα δεν είναι ακριβώς τα ίδια με τις αδελφές ψυχές.

Οι αδελφές ψυχές χαρακτηρίζονται από αγάπη, ρομαντισμό και πάθος, ενώ τα συγγενικά πνεύματα χαρακτηρίζονται από κοινά ενδιαφέροντα και κοινή αίσθηση κατανόησης.

Στην πραγματικότητα, οι άνθρωποι που είναι αδελφές ψυχές μπορεί να είναι συμπληρωματικά αντίθετα ενώ τα συγγενικά πνεύματα είναι συνήθως πολύ παρόμοια μεταξύ τους.

Ένα συγγενικό πνεύμα μπορεί να παίζει πολλούς σημαντικούς ρόλους στη ζωή μας καθώς μπορεί να προσφέρει:

- **Συντροφικότητα:** Τα συγγενικά πνεύματα μπορούν να προσφέρουν απολαυστική συντροφιά. Η συμμετοχή σε κοινά ενδιαφέροντα μπορεί να είναι διασκεδαστική και ελκυστική. Έρευνες δείχνουν ότι η συντροφικότητα προσφέρει ευτυχία, κοινωνική ικανοποίηση και μεγαλύτερη ψυχολογική ευεξία.
- **Συναισθηματική υποστήριξη:** Ένα συγγενικό πνεύμα μπορεί να είναι ένα ισχυρό σύστημα υποστήριξης. Το άτομο τείνει να μας καταλαβαίνει σε βαθύτερο επίπεδο, χωρίς να χρειάζεται μακροσκελείς εξηγήσεις. Η συναισθηματική υποστήριξη μπορεί να βοηθήσει στην προστασία από αρνητικά συναισθήματα όπως ο φόβος, η αγωνία και η μοναξιά.
- **Έμπνευση:** Ένα συγγενικό πνεύμα μπορεί να μας εισάγει σε νέες ιδέες και εμπειρίες που σχετίζονται με τα κοινά μας ενδιαφέροντα, που μπορούν να διευρύνουν τους ορίζοντές μας και να μας παρακινήσουν να επιδιώξουμε τους στόχους μας. Μπορεί να μας εμπνεύσει να πάρουμε ρίσκα που μπορούν να μας βοηθήσουν να πετύχουμε αυτό που πραγματικά θέλουμε στη ζωή.
- **Προσωπική ανάπτυξη:** Συχνά, τα συγγενικά πνεύματα μας κρατούν έναν καθρέφτη για να μάθουμε περισσότερα για μας, να έχουμε μεγαλύτερη επίγνωση του εαυτού μας και να αναπτυχθούμε ως άνθρωποι.

Tip of the Day: Ένα συγγενικό πνεύμα μπορεί να είναι μια σημαντική πηγή υποστήριξης εάν βιώνουμε κάτι δύσκολο ή βρισκόμαστε σε μία δύσκολη κατάσταση ψυχικής υγείας. Αν και δεν μπορούν να αντικαταστήσουν τη θεραπεία, μπορούν να αποτελέσουν σημαντική πηγή ψυχικής, συναισθηματικής, κοινωνικής ακόμη και πρακτικής υποστήριξης. Εσύ, έχεις ανακαλύψει το συγγενικό σου πνεύμα;

ΦΙΞ: Περισσότερες "πράσινες" γειτονιές, περισσότερα χαμόγελα!

Οι γειτονιές είναι το σπίτι μας! Συνδέουν το παρελθόν με το παρόν και το μέλλον μας... Είναι οι αναμνήσεις μας, οι στιγμές της καθημερινότητάς μας και ο τόπος που κάνουμε όνειρα!



Με τις πρωτοβουλίες και τις δράσεις της, η ΦΙΞ μας χαρίζει περισσότερα χαμόγελα, δίνοντας χρώμα στη ζωή μας, κάνοντας πολλές γειτονιές της Ελλάδας πιο "πράσινες" και όμορφες!

«Μερικές απλές πράξεις μπορούν να κάνουν τη διαφορά στη ζωή και την καθημερινότητα όλων μας!». Έχοντας αυτή τη φιλοσοφία, η ΦΙΞ πήρε την πρωτοβουλία να αναβαθμίσει τις γειτονιές μας αλλά και να μας εμπνεύσει να γίνουμε μέρος αυτής της αλλαγής προς το καλύτερο για όλους!





σε 6 γειτονιές της Αττικής, καθώς και σε περιοχές της βόρειας Εύβοιας, και ανέλαβε τον καθαρισμό 8 αστικών περιοχών σε Αττική, Θεσσαλονίκη και Πάτρα.

Από γειτονιά σε γειτονιά... παρέα με ΦΙΕ!

Η ΦΙΕ αποτελεί μία διαχρονική αξία για τις γειτονιές, τα τραπέζια και τις παρέες μας, με μία πλούσια ιστορία που μετρά πλέον πάνω από 150 χρόνια.

Η ΦΙΕ είναι αναμφισβήτητη η μπύρα των Ελλήνων και βρίσκεται σε κάθε γειτονιά, σε κάθε τραπέζι! Συντροφεύει τις καθημερινές στιγμές των κατοίκων και τους δίνει φωνή να πουν τη δική

τους ιστορία, να αναδείξουν το δικό τους αγαπημένο μέρος στη γειτονιά τους.

Η δράση, η οποία ολοκληρώθηκε τον Οκτώβριο, με τη βοήθεια της We4All, κατάφερε να πραγματοποιήσει 3.000 φυτεύσεις σε 20 γειτονιές της Αττικής, της Θεσσαλονίκης και της Χαλκίδας. Συγκεκριμένα, φυτεύσεις πραγματοποιήθηκαν στους Δήμους: Αλίμου, Γαλασίου, Μοσχάτου, Θεσσαλονίκης, Βάρης -Βουλιαγμένης, Παλαιού Φαλήρου, Αθήνας, Χαλκίδας και Παιανίας, με μία ποικιλία δέντρων και φυτών, από πικροδάφνες, μανόλιες, χαρουπιές και κυπαρίσσια, μέχρι αγγελικές, λεβάντες, δεντρολίβανα και ακακίες.

Η φετινή ενεργοποίηση αποτελεί συνέχεια της αντίστοιχης περσινής δράσης της ΦΙΕ, με τη στήριξη της We4All και του εθελοντικού κινήματος Save Your Hood, θέτοντας νέους, στόχους, για πιο "πράσινες" και καθαρές γειτονιές. Μέσα από την περσινή δράση, η ΦΙΕ πραγματοποίησε 2.500 φυτεύσεις

#KaneToKalo

Η ΦΙΕ κατάφερε να αναβαθμίσει τις γειτονιές μας και με τη δική μας συμμετοχή στον διαγωνισμό «Κάνε το Καλό με τον Κωδικό», στηρίζοντας το έργο της για πιο όμορφες και "πράσινες" γειτονιές!

Η ΦΙΕ αποτελεί πηγή έμπνευσης καθώς με τις σημαντικές πρωτοβουλίες της μας παροτρύνει να συνεχίζουμε να κάνουμε τη διαφορά στις ζωές όλων!

[Περισσότερες πράσινες γειτονιές με τη βοήθεια της ΦΙΕ! - Fix-beer](#)

Swarovski X SKIMS ανακοινώνουν τη συνεργασία τους

Η Swarovski και το SKIMS ένωσαν τις δυνάμεις τους για μια απαστράπτουσα σειρά από κοσμήματα για το σώμα, εσώρουχα αλλά και ρούχα. Ξεκινώντας παγκοσμίως στις 7 Νοεμβρίου 2023, στο νέο κατάστημα - ναυαρχίδα - στην Πέμπτη Λεωφόρο αλλά και online στην ιστοσελίδα [skims.com](https://www.skims.com). Το Swarovski x SKIMS είναι η φυσική συνάντηση των οραμάτων μεταξύ δύο εμβληματικών εμπορικών σημάτων. Η συνεργασία συνδυάζει τη αλέγγρα υπερβολή που χαρακτηρίζει τη Swarovski, μαζί με την εφευρετικότητα των υφασμάτων που φέρουν την υπογραφή του SKIMS σε μια συλλογή που αποπνέει λαμπερή αυτοπεποίθηση.

"Ήταν ένα όνειρο από τότε που ήρθα στη Swarovski να δημιουργήσω μια πρώτη συνεργασία με το SKIMS που θα προάγει την τέχνη της αυτοέκφρασης", λέει η Giovanna Engelbert, Creative Director, της Swarovski. "Για αυτή τη συνεργασία, θέλαμε πραγματικά να γιορτάσουμε την ατομική δημιουργικότητα και να δώσουμε περισσότερη λάμψη στο καθημερινό ντύσιμο", λέει η Kim Kardashian, συνιδρύτρια και δημιουργική διευθύντρια του SKIMS. Η Swarovski x SKIMS διαθέτει κρυστάλλινα κοσμήματα σώματος που μπορούν να διαμορφωθούν με πολλαπλούς τρόπους και έτοιμα ρούχα, συμπεριλαμβανομένων κρυστάλλινων εσώρουχων, κορμάκια και φορέματα που λάμπουν με πολυτελή λάμψη.

#trends

Espresso make up: Η τάση του χειμώνα

Ο χειμώνας θα μας βρει με κάτι από τη... γοητεία του espresso στο μακιγιάζ μας. Το espresso make up έχει ήδη αγαπηθεί από celebrities και μπορείς να το πετύχεις ακολουθώντας απλά tips. Θα πρέπει να επιλέξεις κραγιόν σε βαθιά καφέ απόχρωση. Επίσης, πλούσιες σκιές σε αποχρώσεις του καφέ. Το μακιγιάζ αυτό προσδίδει θηλυκότητα αλλά και γοητεία. Το διάφανο lip gloss δίνει ωραίο αποτέλεσμα καθώς προσθέτει λάμψη στα χείλη σας. Ακόμη, τα smokey eyes σε γήινες αποχρώσεις είναι ιδανικά αν θέλετε να δώσετε ένταση στα μάτια και να προτιμήσετε nude χείλη.





Το 2024 πλησιάζει και πολλοί από εμάς σχεδιάζουν ή ονειρεύονται τα επόμενα ταξίδια τους. Ο τρόπος ωστόσο που ταξιδεύουμε συνεχώς αλλάζει, ενώ έρχονται ξαφνικά στο προσκήνιο εντελώς άγνωστοι προορισμοί αλλά και ιδέες για διακοπές τεχνητής vonημοσύνης!

Τα ταξιδιωτικά trends του 2024

Ας δούμε κάποιες από τις κυρίαρχες τάσεις για τα ταξίδια τη χρονιά που έρχεται, σύμφωνα με έρευνα της Booking.com σε 27.000 άτομα σε 33 χώρες και περιοχές.

Ταξιδεύουμε για να δούμε την καλύτερη εκδοχή του εαυτού μας...

Ο Arjan Dijk, Ανώτερος Αντιπρόεδρος και Διευθύνων Σύμβουλος Μάρκετινγκ της Booking.com επισημαίνει ότι οι ταξιδιωτικές προβλέψεις για το 2024 αντικατοπτρίζουν την ιδέα ότι τα ταξίδια δεν είναι ένα μέσο για να ξεφύγουμε από τη ζωή, αλλά αντιθέτως ένας καταλύτης για να ζήσουμε καλύτερα! Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει "από συναρπαστικές περιπέτειες σε έναν νέο προορισμό μέχρι να νιώσουμε τον παλμό μιας νέας κουλτούρας και κάθε ενδιαμέση εμπειρία, ταξιδεύουμε για να δούμε την καλύτερη εκδοχή του εαυτού μας".

Ο ρόλος της κλιματικής κρίσης

Περισσότεροι από τους μισούς ταξιδιώτες σκέφτονται πως η κλιματική κρίση θα επηρεάσει τον τρόπο που προγραμματίζουν τις διακοπές τους τη χρονιά που έρχεται.



Πιο κοντά στο να δώσουν μία απάντηση βρίσκονται οι Millennials, ενώ πιο... μακριά βρίσκονται οι Baby Boomers. Πάντως, το 56% των συμμετεχόντων συμφωνεί ότι καθώς οι θερμοκρασίες ανεβαίνουν στην περιοχή τους, σχεδιάζουν να ταξιδέψουν αλλού για να δροσιστούν.



Ναι μεν αλλά...

Οι ταξιδιώτες θα ήθελαν να κάνουν κρατήσεις με περιβαλλοντική συνείδηση και οι επιλογές τους να αφορούν βιώσιμα ταξίδια. Εμπόδιο σε αυτό όμως συχνά στέκεται το μεγάλο κόστος.

Ειδικότερα, ένας στους τέσσερις θα ενδιαφερόταν περισσότερο για βιώσιμα ταξίδια αν ο προϋπολογισμός του ήταν απεριόριστος. Τι σημαίνει βιώσιμα ταξίδια; Μεταξύ άλλων επίσκεψη σε λιγότερο δημοφιλείς τουριστικούς προορισμούς και αντιστάθμιση του αποτυπώματος άνθρακα.

Η AI θα επηρεάσει τις επιλογές μας!

Η Booking.com προβλέπει ότι η τεχνητή νοημοσύνη είναι πιθανό να παίξει μεγαλύτερο ρόλο στον τρόπο με τον οποίο ταξιδεύουμε το 2024. Χαρακτηριστικό είναι ότι περίπου οι μισοί ενδιαφέρονται να χρησιμοποιήσουν εργαλεία τεχνητής νοημοσύνης για να σχεδιάσουν ένα μελλοντικό ταξίδι. Επιπλέον, το 36% θα εμπιστευόταν την τεχνητή νοημοσύνη για να σχεδιάσει ένα ταξίδι για

αυτούς. Πιο κοντά σε ένα τέτοιο ενδεχόμενο βρίσκονται οι νέοι, σε αντίθεση με τους Baby Boomers, το 39% των οποίων δεν θα εμπιστευόταν την AI για να σχεδιάσει το ταξίδι του.

Solo ταξίδια

Όλο και περισσότεροι επιθυμούν να ταξιδέψουν μόνοι τους. Δύο στους πέντε ταξιδεψαν μόνοι τους τους τελευταίους έξι μήνες. Εδώ πρωταγωνιστές είναι οι εκπρόσωποι της Gen Z. Ένας στους τέσσερις νέους έχει ως κύρια προτεραιότητά του στα ταξίδια το 2024 να γνωρίσει καλύτερα τον εαυτό του. Περίπου ένας στους 10 ταξιδιώτες αυτής της γενιάς επιλέγει να ταξιδέψει solo σε οργανωμένες εκδρομές για να συναντήσει άτομα με κοινά ενδιαφέροντα.

Το φαγητό είναι το ζητούμενο!

Η γαστρονομία και οι γεύσεις βρίσκονται πολύ ψηλά στις προτιμήσεις των ταξιδιωτών για το 2024. Οι περισσότεροι από τους μισούς ταξιδιώτες στο Ηνωμένο Βασίλειο ενδιαφέρονται περισσότερο να μάθουν για την προέλευση των "must-eat" λιχουδιών ενός προορισμού σε σύγκριση με το παρελθόν.

Αναζητώντας το νερό...

Το 2024, τα ταξίδια με επίκεντρο το υγρό στοιχείο θα γίνουν η πιο hot τάση στον τουρισμό.

Το 75% των ερωτηθέντων λέει ότι το να είναι κοντά στο νερό είναι πολύ χαλαρωτικό. Θα δούμε να προτιμάται πολύ η πλωτή γιόγκα, ενώ προβλέπεται ότι θα υπάρξει και μια έκρηξη στα καταφύγια παγοθεραπείας!



Γιώργος Αγγελίδης: "Είμαστε υπεύθυνοι για τα θαύματα που μας συμβαίνουν"

Ο Γιώργος Αγγελίδης από πολύ μικρός ανακάλυψε την αγάπη του για τη λογοτεχνία και σε ηλικία δεκατεσσάρων ετών ξεκίνησε το ταξίδι του στη συγγραφή. Το 2017 υπέγραψε το σενάριο της δημοφιλούς παράστασης ΔΙΚΟΣ ΣΟΥ, η οποία απέσπασε το βραβείο κοινού στα 6α Queer Theater Awards. Με αφορμή το τελευταίο του βιβλίο "Σκοτεινή Κληρονομιά" παραχώρησε συνέντευξη στο Say Yes to the Press.

Σκοτεινή Κληρονομιά: Μίλησέ μας για το τελευταίο σου βιβλίο. Πώς γεννήθηκε;

Η Σκοτεινή Κληρονομιά είναι ίσως το σκοτεινότερο βιβλίο που έχω γράψει ως τώρα. Το έγραψα, άλλωστε, στη σκοτεινότερή μου ώρα, φροντιστής της γιαγιάς μου που έπασχε από Αλτσχάιμερ και πάσχοντας κι εγώ ο ίδιος από κλινική κατάθλιψη. Μέσα του θα βρει, κανείς, όλο μου το σκοτάδι, κι ελπίζω πως ως το τέλος θα φτάσει στη δική του κάθαρση και λύτρωση. Στο δικό του φως.

Η ιδέα γεννήθηκε μέσα μου μετά από μια επίσκεψη στο Μοναστήρι των Ουρσουλινών στα Λουτρά της Τήνου, που πλέον λειτουργεί ως μουσείο. Η ατμόσφαιρα του χώρου και οι ιστορίες των μοναχών αποτέλεσαν τον ακρογωνιαίο λίθο για τη δημιουργία του μοναστηριού της Κυράς των Αγγέλων που συναντάμε στη Σκοτεινή Κληρονομιά. Όλα τα υπόλοιπα, η πλοκή, οι χαρακτήρες, η Άννα και η Έμμα, προέκυψαν ως μορφές που ένιωσα πως κάποτε θα μπορούσαν να είχαν βαδίσει σε τούτο το απόκοσμο μέρος.

Στο εξώφυλλο του βιβλίου υπάρχει η ερώτηση «Πιστεύεις στα θαύματα;». Εσύ;

Στα βιβλία μου μου αρέσει να παίζω με την έννοια του φαινομενικά ανεξήγητου που όμως εν τέλει έχει μια απολύτως λογική -έστω και παράλογη- εξήγηση. Στην πραγματική ζωή, ωστόσο, πιστεύω πως οι ίδιοι είμαστε υπεύθυνοι για τα θαύματα που μας συμβαίνουν.

Άλλωστε, μια μικρή δική μας πράξη μπορεί να αποτελεί θαύμα για κάποιον άλλο.



Σε ηλικία μόλις 14 ετών ξεκίνησε το συγγραφικό σου ταξίδι... Τι σε ώθησε στη συγγραφή; Πώς εξελίσσεται η σχέση σου μαζί της μέσα στον χρόνο;

Από όταν θυμάμαι τον εαυτό μου έπλαθα ιστορίες. Ήμουν ένα παιδί γεμάτο περιέργεια.

Ρωτούσα διαρκώς τι είναι το ένα και το άλλο, και τι θα γινόταν αν αυτό δεν ήταν έτσι κι ήταν αλλιώς. Αυτή αποτελεί και την αρχή για κάθε μυθοπλασία. Με τον παππού μου σκαρώναμε ιστορίες και τις ηχογραφήσαμε σε ένα παλιό κασετόφωνο, ακόμα μάλιστα έχω αυτές τις κασέτες κάπου φυλαγμένες. Όλα αυτά, νομίζω, σε συνδυασμό καθώς και η αγάπη που ανέπτυξα για την ανάγνωση με ώθησαν να γράψω το πρώτο μου μυθιστόρημα.

Έκτοτε δεν μπορώ να με φανταστώ να μη γράφω. Ιδέες γεννιούνται διαρκώς στον νου μου, διεκδικώντας ολοένα και περισσότερο έδαφος στη σκέψη μου, απαιτώντας να καταγραφούν. Η μοναδική αλλαγή

που παρατηρώ έγκειται στο γεγονός ότι πλέον, λόγω επαγγελματικών υποχρεώσεων, δεν μπορώ να γράφω όποτε μου έρχεται «έμπνευση».

Κρατάω σημειώσεις και στρώνομαι κάθε Σαββατοκύριακο!

Αν δεν ήσουν συγγραφέας πιστεύεις πως θα ήσουν...

Αν δεν ήμουν συγγραφέας δεν θα ήμουν εγώ, οπότε θα μιλούσαμε για ένα εντελώς διαφορετικό άτομο.

Πηγή της έμπνευσής σου είναι συνήθως...

Συνήθως βρίσκω έμπνευση γύρω μου, σε μέρη, τοπία, ανθρώπους, συζητήσεις, ιστορίες.

Νιώθω το μυαλό μου σαν σφουγγάρι που ρουφάει τα πάντα και τα διυλίζει δίνοντάς τους νέα πνοή μέσα απ' τις ιστορίες που πλάθει.

Η φαντασία είναι υπερδύναμη; Σε έχει βοηθήσει γενικότερα στη ζωή σου;

Νομίζω πως το έθεσες πολύ όμορφα. Η φαντασία είναι πράγματι υπερδύναμη. Μια υπερδύναμη με την οποία όλοι γεννιόμαστε, απλώς σε διαφορετικό βαθμό ο καθένας παύουμε να ακούμε με το πέρασμα των χρόνων. Προσωπικά η φαντασία με έχει βοηθήσει σε δύσκολες στιγμές, ταξιδεύοντάς με σε μακρινούς κόσμους μακριά απ' τη δύσκολη πραγματικότητα.

Ένα τραγούδι, μία ταινία και ένα χρώμα που περιγράφει τη ζωή σου αυτό το διάστημα είναι...

Μου βάζεις δύσκολααα (λέει τραγουδιστά). Χαχα! Θα σου πω ότι αυτή την περίοδο ακούω ήδη χριστουγεννιάτικα, βλέπω μανιωδώς ταινίες τρόμου (συστήνω ανεπιφύλακτα το Satan's Slaves) και βρίσκω τεράστια γαλήνη στο μαύρο σκοτάδι.

Θα μοιραστείς μαζί μας ένα όνειρό σου;

Όνειρό μου είναι τα βιβλία μου να αγγίξουν έστω και έναν άνθρωπο, να τον βοηθήσουν να αποδράσει σε μια δύσκολη στιγμή, όπως ακριβώς κάνουν για εμένα όταν τα γράφω.



Η Calvin Klein παρουσιάζει τις γυναικείες και ανδρικές συλλογές για το Φθινόπωρο 2023



Η Calvin Klein παρουσιάζει τις συλλογές γυναικείων και ανδρικών ενδυμάτων για τη σεζόν Φθινόπωρο 2023 και αποτίνει φόρο τιμής στη σχεδιαστική φιλοσοφία του brand.

Η γυναικεία συλλογή συστήνει τα μεταβατικά κομμάτια της γκαρνταρόμπας μέσα από μια κλασική, neutral χρωματική παλέτα και εκλεπτυσμένες λεπτομέρειες για αβίαστα κομψές εμφανίσεις, όπως της Kendall Jenner στην καμπάνια Φθινόπωρο 2023 που φωτογραφήθηκε από τους Inez & Vinoodh.

Η ανδρική συλλογή εκσυγχρονίζει βασικά στιλ μέσα από τη χρήση νέων υλικών και χαλαρών γραμμών, δίνοντας μια φρέσκια ματιά στο εκλεπτυσμένο ντύσιμο. Σε όλο το φάσμα της ανδρικής συλλογής, οι σχεδιαστικές λεπτομέρειες αναβαθμίζουν τα απαραίτητα items κάθε γκαρνταρόμπας: τα άνετα κοστούμια και τα μάλλινα πλεκτά προσφέρουν κορυφαία άνεση, ενώ οι καπιτονέ λεπτομέρειες και τα τεχνικά χαρακτηριστικά προσδίδουν εξαιρετικό ενδιαφέρον στην υφή.

#trends

Trophy Blonde: Το "νέο ξανθό" του χειμώνα

Αν σου αρέσουν τα ξανθά μαλλιά αλλά ήρθε η ώρα να δοκιμάσεις κάτι νέο, ίσως αυτό να είναι το trophy blonde. Πρόκειται για ένα ζεστό χρώμα, που είναι ένας συνδυασμός μπεζ τόνων που παντρεύονται με τη ζεστασιά της αλμυρής καραμέλας. Αυτό το λαμπερό "sun-kissed" ξανθό που φαίνεται "ακριβό" και θα κυριαρχήσει φέτος, αναδεικνύει τα χαρακτηριστικά του προσώπου και προσδίδει γλυκύτητα στην επιδερμίδα.

Το trophy blonde είναι ιδανικό αν επιθυμείς να μην αποχωριστείς το εντυπωσιακό ξανθό, αλλά ταυτόχρονα θέλεις κάτι διαφορετικό για αυτόν τον χειμώνα.



Έφθε το νέο Rouge Pur Couture

Στη βιομηχανία της ομορφιάς, λίγα πράγματα είναι εξίσου διαχρονικά με το κραγιόν. Το 1978, όταν λάνσαρε το Rouge Pur Couture, ο οίκος YSL Beauty άλλαξε την πορεία της ιστορίας του κραγιόν, δημιουργώντας ένα ασυναγώνιστο και εμβληματικό προϊόν εμπνευσμένο από την υψηλή ραπτική, για τις γενιές των γυναικών που ζουν αμετανόητα, με τους δικούς τους κανόνες. Έκτοτε, το Rouge Pur Couture παραμένει ένα εμβληματικό προϊόν, χαρίζει ζωηρό χρώμα με σατινέ υφή και το χαρακτηριστικό αποτέλεσμα - υπογραφή της YSL Beauty.

Φέτος, το κραγιόν εγκαινιάζει μια νέα εποχή με ένα συγκλονιστικό, νέο λανσάρισμα, του πλέον εμβληματικού προϊόντος της YSL Beauty παγκοσμίως. Το Rouge Pur Couture αλλάζει τους κανόνες

της σατινέ υφής με νέα σύνθεση, νέα συσκευασία εμπνευσμένη από την υψηλή ραπτική και νέα, ειδικά σχεδιασμένη γκάμα αποχρώσεων.

ΚΑΘΑΡΟ ΧΡΩΜΑ. ΑΓΝΗ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ. ΑΠΟΛΥΤΑ COUTURE. 80% βάση που λειαίνει και περιποιείται τα χείλη με υψηλή περιεκτικότητα σε Ceramides και εκχυλίσματα Τουμπερόζας & Φραγκοσυκιάς από τους Κήπους στην κοινότητα Ourika. Έως 16 ώρες προστασίας & αίσθησης άνεσης. Νέα συσκευασία εμπνευσμένη από την υψηλή ραπτική που ενσαρκώνει τη φιλοσοφία YSL. Νέα, ειδικά σχεδιασμένη γκάμα αποχρώσεων, για όλους τους τόνους επιδερμίδας & όλες τις διαθέσεις. Ανακαλύψτε το νέο κεφάλαιο του Rouge Pur Couture.



Ήξερες ότι...

Ο καφές αφαιρεί τις γρατζουνιές



Ο καφές, και συγκεκριμένα το κατακάθι, μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε ξύλινα έπιπλα ή δάπεδα για να αφαιρέσει γρατζουνιές. Μπορείτε να φτιάξετε μια πηχτή πάστα αναμειγνύοντας καφέ με μια μικρή ποσότητα νερού ή μαγειρικού λαδιού και να το απλώσετε πάνω στις γρατζουνιές. Τρίψτε απαλά στις κατεστραμμένες περιοχές και άφησε το μίγμα να δράσει για περίπου 15 λεπτά. Τέλος, σκούπισε την επιφάνεια με ένα καθαρό πανί.

Πού ωφελεί η ζωγραφική τα παιδιά



Μήπως στο σπίτι σας έχετε έναν μικρό Πικάσο; Συχνά βλέπουμε τα παιδιά να αφιερώνουν αρκετό χρόνο ζωγραφίζοντας και πρέπει να ξέρουμε ότι αυτό τους κάνει καλό και είναι σημαντικό να τα ενθαρρύνουμε να συνεχίσουν!



Πάμε να δούμε πού ωφελεί τα παιδιά η ενασχόλησή τους με τη ζωγραφική.

Κάνει καλό στον εγκέφαλο

Είναι μία δημιουργική δραστηριότητα ιδιαίτερα ωφέλιμη για την ανάπτυξη του εγκεφάλου, δεδομένου ότι σχετίζεται με τη δεξιά πλευρά του εγκεφάλου που συνδέεται με τις οπτικές δεξιότητες και την κατανόηση του τι βλέπουμε.

Τα συναισθήματα του παιδιού αποτυπώνονται στο χαρτί

Το παιδί ζωγραφίζοντας εκφράζει αυτά που νιώθει και αποτυπώνει τον συναισθηματικό του κόσμο. Ακόμη, η ζωγραφική το βοηθά να αποφορτιστεί και να ανακουφιστεί από το άγχος που μπορεί να είχε κατά τη διάρκεια της ημέρας του.

Αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση

Το παιδί μπορεί μέσα από τη ζωγραφική να εκφραστεί ελεύθερα και να μην κρίνεται για τις δεξιότητές του. Μαθαίνει να νιώθει καλά με τον εαυτό του και να εκφράζεται όπως εκείνο επιθυμεί, χωρίς αυστηρούς κανόνες και χωρίς πίεση. Και όταν αφιερώνει συχνά χρόνο στο να ζωγραφίζει, σταδιακά ικανοποιείται περισσότερο από το αποτέλεσμα. Βλέπουμε πολλές φορές τα παιδάκια να θέλουν να μοιραστούν τα έργα τους με τους γονείς τους, να τα δείχνουν με περηφάνια και να νιώθουν αυτοπεποίθηση. Άρα... ο στόχος επετεύχθη!



Ψηφιακή παράσταση "Είμαστε Αστρόσκονη"

Με αφορμή τα 20 χρόνια λειτουργίας του Πλανηταρίου η παράσταση αυτή κάνει μια ανασκόπηση σε προηγούμενες παραστάσεις του, με ακυκλοφόρητη μουσική του Vangelis και αφηγητή τον Διονύση Σιμόπουλο. Ένας φόρος τιμής στην Επιστήμη και στην Τέχνη από δύο δημιουργούς που η φιλία και η αλληλοεκτίμηση του ενός για τον άλλον είναι περισσότερο από εμφανής σε αυτό το έργο.

Από την έμφυτη "ανάγκη" που μας χαρακτηρίζει ως νοήμονα όντα να εξερευνούμε το Σύμπαν, στην προσπάθειά μας να αποκαλύψουμε τα μυστικά των άστρων, και από την γέννηση του Ηλιακού συστήματος στην εμφάνιση της ζωής στην Γη, η παράσταση αυτή είναι εντέλει ένα συναρπαστικό ταξίδι ανακαλύψεων που καταλήγει στο εξής απλό συμπέρασμα: "είμαστε πραγματικά όλοι μας αστρόσκονη, και κάποια μέρα θα ξαναγυρίσουμε στα άστρα".

Επιβιβαστείτε σε ένα συναρπαστικό αλλά και συγκινητικό ταξίδι στα άστρα. Παιδιά Δημοτικού (6 έως και 12 ετών), Έφηβοι (13 έως και 17 ετών). Έως 3 Δεκεμβρίου 2023.



«Παρέα με τον Μότσαρτ» & «Παίζοντας με τον Ραβέλ»



Το Σάββατο 11 Νοεμβρίου, στις 12:00 η Αλυσίδα Πολιτισμού ΙΑΝΟΣ και οι εκδόσεις Διάπλαση διοργανώνουν παρουσίαση των βιβλίων της καινούριας σειράς «Μεγάλοι Μουσουργοί», της Γιούλας Μιχαήλ, με τίτλο «Παρέα με τον Μότσαρτ» και «Παίζοντας με τον Ραβέλ». Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στον Παιδικό Ιανό της Θεσσαλονίκης, Γρηγορίου Παλαμά 3.

Link εκδήλωσης: <https://bitly.ws/XYQA>

Λίγα λόγια για τα βιβλία

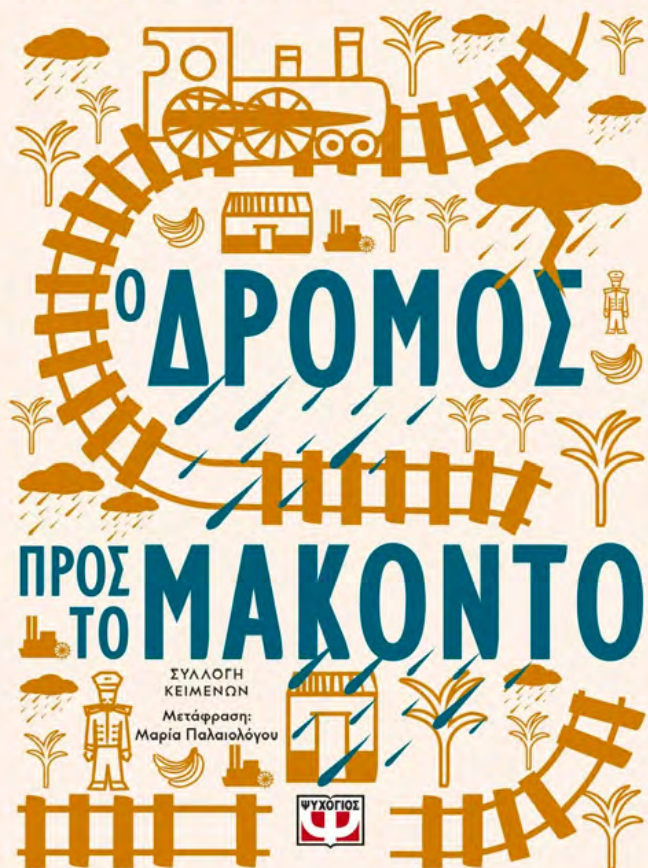
ΠΑΡΕΑ ΜΕ ΤΟΝ ΜΟΤΣΑΡΤ

Μια τρελή βιογραφία του διάσημου Αυστριακού συνθέτη Βόλφγκανγκ Αμαντέους Μότσαρτ- τρελή, γιατί την ιστορία της ζωής του τη διηγούνται τα πνευματικά παιδιά του, δηλαδή τα μουσικά του έργα! Κάθε έργο λέει την προσωπική του εμπειρία από τον συνθέτη και όλες οι ιστορίες μαζί πλέκουν τη ζωή του. Μια ζωή που, παρότι σύντομη, ήταν γεμάτη συγκινήσεις.

ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ ΜΕ ΤΟΝ ΡΑΒΕΛ

Ένα παιχνίδι. Έτσι ήταν η ζωή του Γάλλου συνθέτη Μορίς Ραβέλ. Εκτός από την αγάπη του για τη μουσική, λάτρευε τα παιχνίδια. Τη συλλογή του από πορσελάνινα και μηχανικά παιχνίδια την επισκέπτονται σήμερα πολλά παιδιά, γιατί το σπίτι του στη Γαλλία λειτουργεί πια ως μουσείο. Σ' αυτό το βιβλίο όμως είναι κρυμμένα όλα τα μυστικά του. Πως θα τα μάθετε; Φυσικά από τα αγαπημένα του παιχνίδια!

Το νετλέτι

ΓΚΑΜΠΡΙΕΛ ΓΚΑΡΣΙΑ ΜΑΡΚΕΣ
ΒΡΑΒΕΙΟ ΝΟΜΠΕΛ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑΣΟ δρόμος προς
το Μακόντο

Ένα συναρπαστικό λογοτεχνικό ταξίδι στα πεζά κείμενα που οδήγησαν στη δημιουργία του μυθικού σύμπαντος του Εκατό χρόνια μοναξιά.

Σε πολλές περιπτώσεις, ο Μάρκες είχε δηλώσει ότι προκειμένου να γραφτεί ένα βιβλίο, πρέπει πρώτα να μάθεις πώς να το στήσεις και μόνο τότε είσαι σε θέση να έρθεις αντιμέτωπος με τη γραφομηχανή. «Εξήσε» στο Μακόντο σχεδόν είκοσι χρόνια πριν μπορέσει να ολοκληρώσει ένα από τα διασημότερα λογοτεχνικά έργα όλων των εποχών, το "Εκατό χρόνια μοναξιά". Αυτή η ανθολογία, η οποία συγκροτήθηκε σε μια προσπάθεια να ανιχνευθεί το μονοπάτι που ακολούθησε ο συγγραφέας, περιλαμβάνει όλα τα δημοσιευμένα πεζογραφήματά του. Σε αυτά διαμορφώνεται σιγά σιγά το μυθικό του σύμπαν, αρχής γενομένης από τις σημειώσεις του για ένα μυθιστόρημα του 1950 και τα πρώτα του διηγήματα έως τα έργα "Ο συρφετός", "Ο συνταγματάρχης δεν έχει κανέναν να του γράψει" και "Η κακιά η ώρα" το 1966.

Αγαπητέ αναγνώστη, καλώς ήρθες στον Δρόμο προς το Μακόντο. Από τις εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ.



1810 Η Κρήτη περνά την πιο μαύρη περίοδο της ιστορίας της. Οι Τουρκοκρητικοί εξουσιάζουν το νησί, ενώ η Πύλη αδυνατεί πλέον να τους χαλιναγωγήσει. Κλέβουν και σκοτώνουν τους συνανθρώπους τους, βιάζουν ανενόχλητοι επιβάλλοντας τον δικό τους νόμο. Οι χριστιανοί υποφέρουν, ενώ οι εξεγέρσεις διαδέχονται η μία την άλλη. Μονάχα η ελπίδα της λευτεριάς κρατά τον λαό όρθιο.

Η δεκαεξάχρονη Κρυσταλλένια, κυνηγημένη από τον Τουρκοκρητικό Ιμπραήμ Πατρικάκη τον οποίο αρνήθηκε να παντρευτεί, φεύγει κρυφά από το χωριό της σε μια προσπάθεια να σωθεί η ίδια αλλά και η οικογένειά της. Το πεπρωμένο φυγείν αδύνατον;

2021 Η Ελληνοβελγίδα Ειρήνη, κουβαλώντας μέσα της την πολύτιμη γνώση της Ψυχογενεαλογίας, έρχεται στην Κρήτη για να βρει την αιτία μιας κατάρτας που βαραίνει την οικογένειά της εδώ και πολλές γενιές. Ωστόσο, ένας τοίχος σιωπής ορθώνεται μπροστά της. Μπορούν να σπάσουν τα γρανάζια της μοίρας;

Η Ζοέλ Λοπινό αποκαλύπτει άγνωστες πτυχές της ιστορίας της Κρήτης, όπως τις διηγήθηκαν στη συγγραφέα οι κάτοικοι του Μανιολόπουλου, πριν λησμονηθεί στο πέρασμα του χρόνου η πραγματική ιστορία του τόπου τους. Από τις εκδόσεις MINΩΑΣ.

quote of the day

"ACTION IS THE FOUNDATIONAL KEY TO ALL SUCCESS."

Pablo Picasso

Σήμερα
γιορτάζει!

Λεονάρδος



6 Νοεμβρίου

tip of the day

Words may inspire but only
action creates change.

Simon Sinek

- > Διεθνής Ημέρα για την Αποτροπή της Εκμετάλλευσης του Περιβάλλοντος κατά τη Διάρκεια Πολέμων & Ενόπλων Συγκρούσεων
- > Job Action Day
- > National Nachos Day
- > National Saxophone Day