



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**

ΓΑΜΟΙ ΣΤΗΝ ΕΠΟΧΗ ΤΟΥ ONLINE DATING



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Δε σου κρύβω πως πολλές φορές νιώθω ότι χάνω την έμπνευσή μου. Θέλω να σου μιλήσω για τόσα πολλά και όμως υπάρχουν μέρες που δεν ξέρω πώς να τα βάλω σε μία τάξη στο μυαλό μου ώστε να τα μοιραστώ μαζί σου...

Η έμπνευση μπορεί να προέλθει από κάθε είδους πηγές. Ένα τραγούδι στο ραδιόφωνο, ένα αστείο στιγμιότυπο, μία φράση από ένα βιβλίο, μία παλιά φωτογραφία...

Ενώ μερικές φορές το μόνο που χρειάζεται είναι μια απλή εμπνευσμένη φράση, τα λεγόμενα quotes ή αλλιώς γνωμικά στα ελληνικά!

Ωστόσο, όταν είμαι πραγματικά απελπισμένη για μια δόση έμπνευσης, υπάρχει μια συγκεκριμένη πηγή που ποτέ δεν με απογοητεύει: Οι σύντομες παρακινητικές ιστορίες.

Από την εμπειρία μου οι εμπνευσμένες μικρές ιστορίες μπορούν να αλλάξουν τη σκέψη μας και να μας "αναγκάσουν" να κάνουμε θετικές αλλαγές στη ζωή. Πάμε να σου διηγηθώ μία από αυτές για το πώς να κυνηγήσεις έναν πίθηκο (αχρείαστο) και την τεχνική του Letting Go (άστο να πάει...)

«Ξέρεις πώς οι παλιοί κυνηγοί παγίδευαν πιθήκους;» Ένας άντρας ρώτησε το παιδί του.

«Αντί να τους κυνηγούν πάνω σε ένα δέντρο ή να ρίχνουν βέλη από κάτω, έβαζαν στο πάτωμα ένα βαρύ γυάλινο βάζο με στενό λαιμό, που είχε μέσα το αγαπημένο φαγητό των πιθήκων.

Έπειτα οπισθοχωρούσαν και κρύβονταν, περιμένοντας να πλησιάσει το ανυποψίαστο ζώο.

Όταν ο πίθηκος πλησίαζε, έσφιγγε μια γροθιά γύρω από το φαγητό και προσπαθούσε να το βγάλει. Ωστόσο, ο στενός λαιμός του βάζου εμπόδιζε την καμήνη μαϊμού να βγάλει το χέρι της!

Θα τραβούσε και θα τραβούσε, αλλά χωρίς αποτέλεσμα. Απλώς δεν υπήρχε τρόπος να βγάλει το χέρι του από το βάζο χωρίς να απελευθερώσει το φαγητό.

Αντί να την αφήσει, όμως, η μαϊμού θα επέμενε, αρνούμενη να αφήσει το δείπνο της.

Οι κυνηγοί τότε θα πλησίαζαν και θα την έπιαναν για να απολαύσουν το δικό τους γεύμα».

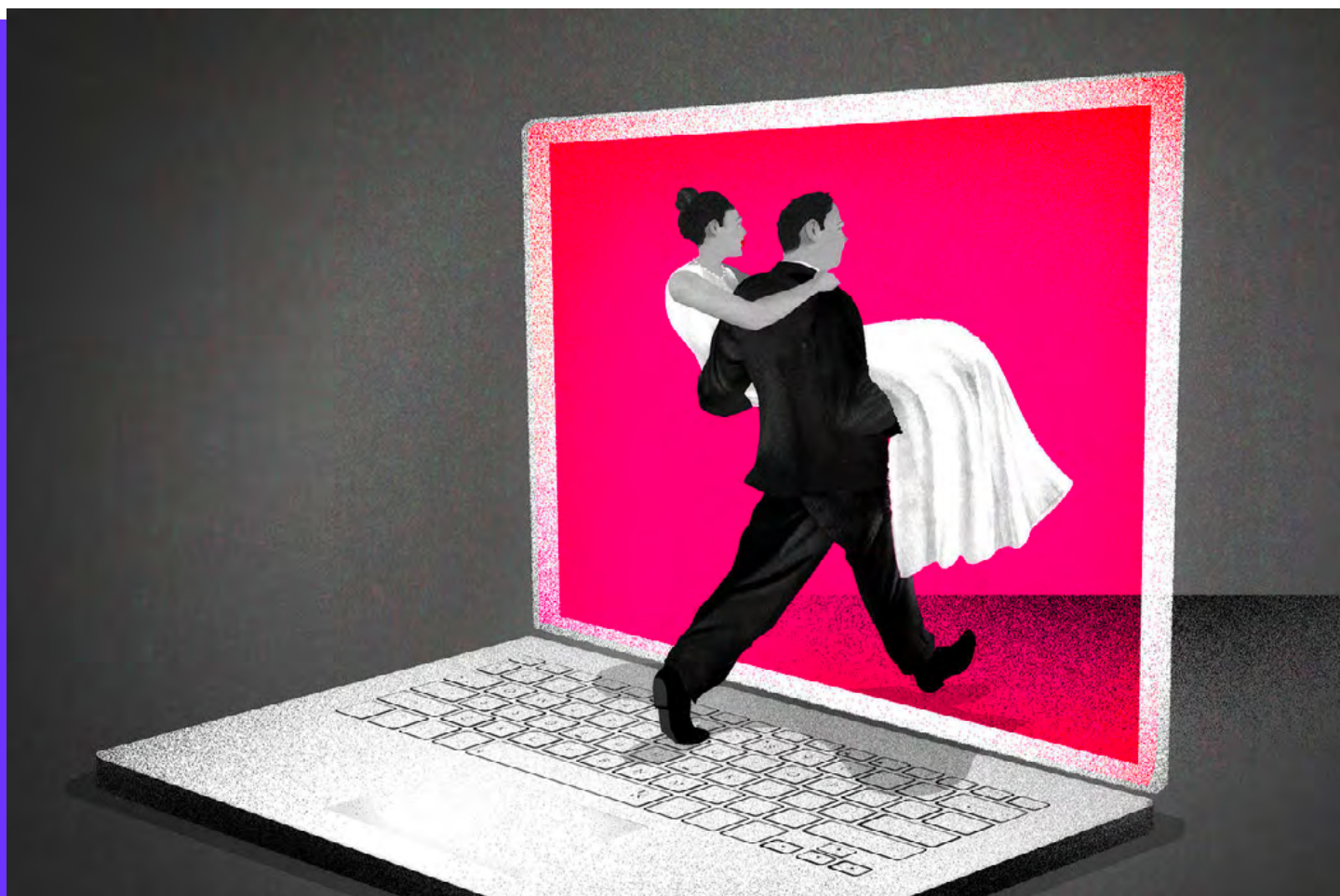
Tip of the Day: "Μην είσαι σαν αυτόν τον πίθηκο", είπε ο άντρας στο γιο του, "Στη ζωή, για να παλέψεις άλλη μια μέρα και να καταφέρεις κάποια στιγμή να πετύχεις τους στόχους σου, πρέπει να ξέρεις πότε να τα παρατήσεις, πότε να προχωρήσεις και πότε να αφήσεις ό,τι σε εμποδίζει."

Μερικές φορές πρέπει να αφεθείς και να εγκαταλείψεις αυτό που έχεις τώρα για να λάβεις κάτι καλύτερο στο μέλλον. Μην αφήνεις το πείσμα να γίνει η πτώση σου...

Κλαίρη Στυλιάρá
Chief of SayYessers
claire@sayes.gr

Γάμοι στην εποχή του online dating

Όλο και περισσότεροι άνθρωποι βγαίνουν συχνά με άτομα που γνώρισαν μέσα από εφαρμογές γνωριμιών. Κάποια ραντεβού οδηγούν σε σχέσεις και κάποιες από αυτές τις σχέσεις σε γάμους. Με αυτούς τους γάμους θα ασχοληθούμε σήμερα!



Πρόσφατη μελέτη, που δημοσιεύτηκε στο περιοδικό *Computers in Human Behavior*, διαπίστωσε ότι οι άνθρωποι που συναντιούνται αρχικά σε εφαρμογές γνωριμιών έχουν λιγότερο σταθερούς γάμους. Οι ερευνητές εξέτασαν 923 ενήλικες Αμερικανούς και όπως δήλωσε ο επικεφαλής της έρευνας Liesel Sharabi, οι γάμοι που προέκυψαν από online dating ήταν λιγότερο σταθεροί και λιγότερο ευτυχισμένοι συγκριτικά με εκείνους που δεν είχαν... διαδικτυακή αφετηρία.

Μπορεί όλο και περισσότερες σχέσεις να ξεκινούν από το διαδίκτυο, ωστόσο σύμφωνα με τα στατιστικά μόνο το 10% περίπου των απόμων που βρίσκονται σε σχέση ή γάμο δηλώνουν πως γνώρισαν τον σύντροφό τους σε ιστότοπο ή εφαρμογή γνωριμιών, σύμφωνα με το Pew Research Center το 2023.





Το ερώτημα είναι γιατί οι γάμοι που ξεκινούν διαδικτυακά είναι «λιγότερο ικανοποιητικοί και σταθεροί»; Η μελέτη του Πανεπιστημίου της Αριζόνα υποστηρίζει ότι μια πιθανή εξήγηση είναι το «στίγμα» που εξακολουθεί να περιβάλλει τα διαδικτυακά ραντεβού. Επιπλέον, οι άνθρωποι που συναντιούνται σε εφαρμογές γνωριμιών συναντιούνται σε ένα περιβάλλον ατελειώτων επιλογών. Έχουν κοιτάξει πάρα πολλές φωτογραφίες ανθρώπων πριν καταλήξουν σε ένα συγκεκριμένο άτομο, αλλά φυσικά γνωρίζουν εκ των προτέρων ότι η... παρέλαση άλλων πιθανών ατόμων μπορεί να συνεχιστεί. Όταν λοιπόν τα ραντεβού γίνουν σχέση, τότε βιώνουν και καταστάσεις που δεν είναι πάντα ειδυλλιακές. Τότε μπορεί να καταφύγουν ξανά στην προσφιλή τακτική εύρεσης συντρόφου μέσω μιας εφαρμογής - κάτι που λειτουργεί ως απόδραση και ταυτόχρονα ως μια ακόμα ευκαιρία. Ορισμένοι άνθρωποι ενδέχεται να "εθίζονται" στις εφαρμογές γνωριμιών και η αλήθεια είναι πως είναι δύσκολο κάποιος να παραμείνει συγκεντρωμένος σε ένα άτομο όταν μπορεί πολύ εύκολα να έχει "πρόσβαση" σε πολλές πιθανές γνωριμίες που του φαίνονται ελκυστικές και άρα οι προσδοκίες είναι υψηλές. Φυσικά, πολλές σχέσεις που εξελίσσονται σε γάμους και ξεκίνησαν μέσα από εφαρμογές γνωριμιών είναι ικανοποιητικοί.



Πάντως, υπάρχει και μια ακόμα αλήθεια που πρέπει να σκεφτούμε: Στις σχέσεις που ξεκινούν από εφαρμογές γνωριμιών συχνά οι εμπλεκόμενοι δεν αισθάνονται ότι ξέρουν με βεβαιότητα αν μπορούν να εμπιστευτούν τον σύντροφό τους. Η έλλειψη εμπιστοσύνης και η ανασφάλεια είναι παράγοντες που πρέπει να συνυπολογιστούν - και να αντιμετωπιστούν - για να οικοδομηθεί μια σχέση πάνω σε γερά θεμέλια.



Μαρία Αγραπίδου DDS,
Χειρουργός Οδοντίατρος -
Αντιπρόεδρος Υγείας στις Γυναίκες
της Ευρωπαϊκής Ένωσης EUW -
Πρόεδρος του Επιστημονικού Περιοδικού
του Οδοντιατρικού Συλλόγου Πειραιά
και μέλος του Δ.Σ.



Μπαμπά κάνουμε τραμπολίνο;

Όταν τα παιδιά είναι μικρά και μένουν πολλές ώρες στο σπίτι μπορούν να διασκεδάσουν κι εκεί. Το σπίτι μπορεί να γίνει λούνα παρκ αλλά μπορεί να κρύβει κινδύνους.



Κρεβατοκάμαρα

Η κρεβατοκάμαρα είναι ένα άκρως επικίνδυνο δωμάτιο. Το παιδικό κρεβάτι μπορεί να μετατραπεί ανά πάσα στιγμή σε τραμπολίνο. Η κουκέτα κρύβει επιπλέον τον κίνδυνο πτώσης από ύψος. Μια τέτοια πτώση είναι επικίνδυνη για να σπάσουν τα παιδιά τα μπροστινά δόντια, και να πληγωθούν τα χείλη και η γλώσσα. Σε αυτές τις περιπτώσεις η αιμορραγία είναι μεγάλη. Χρησιμοποιούμε κουκέτες μόνο όταν τα παιδιά είναι αρκετά μεγάλα και πάντα με το ειδικό προστατευτικό. Μαθαίνουμε στα παιδιά να χρησιμοποιούν με προσοχή τη σκάλα της κουκέτας.





Καναπές

Ο καναπές είναι το δεύτερο «τραμπολινό» που διαθέτει το σπίτι. Το παιδί μπορεί να πέσει και να χτυπήσει σοβαρά αν χοροπηδάει πάνω σε αυτά. Μια πτώση από αυτό το ύψος μπορεί να «μεταφραστεί» σε σπασμένα δόντια, σπασμένο χέρι, ενώ τα πράγματα γίνονται ακόμη πιο επικίνδυνα, αν το τραπεζάκι μπροστά από τον καναπέ είναι γυάλινο ή διαθέτει αιχμηρές γωνίες. Τότε μπορεί να έχουμε και κοψίματα στο πρόσωπο ή το σώμα. Απομακρύνετε το γυάλινο τραπεζάκι και εξετάστε ολόκληρο το σπίτι για αιχμηρές γωνίες για να τοποθετήσετε ειδικά προστατευτικά.

οι σκληροί ιστοί (δόντια και οστά). Μεγαλύτερο κίνδυνο διατρέχουν τα παιδιά προσχολικής ηλικίας σε σχέση με τα παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας, καθώς και τα αγόρια σε σύγκριση με τα κορίτσια.

Συμπέρασμα

Προσοχή όμως και σε σας μπαμπάδες που ξαναγίνετε παιδιά και κάνετε τραμπολινό με τα παιδιά στον καναπέ και το κρεβάτι! Τα δικά σας δόντια δεν ξαναλλάζουν και είναι πιο ευαίσθητα λόγω περιοδοντίτιδας πολλές φορές. Αν λοιπόν δεν θέλετε να γίνετε «άντρας με τα... ούλα σας» μακριά από τα επικίνδυνα σπορ...

Γύρω χώρος

Γύρω από το κρεβάτι ή τον καναπέ καλό είναι να τοποθετείται ένα χαλάκι ή μία μοκέτα με παχύ πέλος ώστε σε περίπτωση πτώσης να απορροφηθεί μέρος της πρόσκρουσης. Το χαλί θα πρέπει να είναι καλά στερεωμένο ώστε να μην αποτελέσει παγίδα για το παιδί, που μπορεί να σκοντάψει και να πέσει.

Πτώση

Η πτώση είναι η συχνότερη αιτία ατυχήματος στα δόντια και στο κεφάλι. Δεν αφήνουμε το παιδί ούτε μία στιγμή μόνο σε μέρη από όπου μπορεί να πέσει π.χ. κρεβάτι, τραπέζι, καρέκλα. Σε ένα χτύπημα στο πρόσωπο όμως ή μετά από μία πτώση μπορούν να τραυματιστούν τόσο οι μαλακοί ιστοί (μάγουλα, μύες, χείλη, ούλα κλπ) όσο και



Οι αγοραστικές τάσεις για την Black Friday στην Ελλάδα

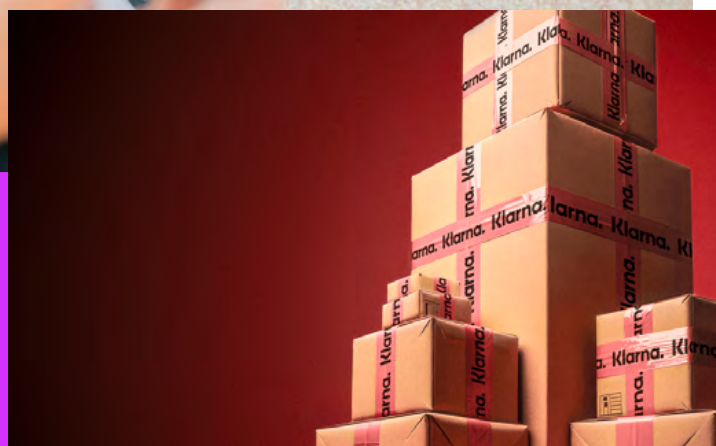
Νέα μελέτη δίνει πληροφορίες σχετικά με τις προθέσεις των καταναλωτών για αγορές στην Black Friday.



Η Klarna, η υπηρεσία πληρωμών και αγορών με την υποστήριξη της τεχνητής νοημοσύνης, συγκέντρωσε πληροφορίες από την πρόσφατη έρευνά της για τις αγοραστικές προτιμήσεις των Ελλήνων καταναλωτών κατά τη φετινή Black Friday. Όπως προκύπτει η πλειοψηφία των Ελλήνων καταναλωτών προτίθεται να πραγματοποιήσει αγορές κατά τη διάρκεια των εκπτώσεων της Black Friday (77% σε σύγκριση με 70% σε όλες τις χώρες συνολικά). Παράλληλα, το 70% των Ελλήνων καταναλωτών δήλωσε ότι έχει ήδη ένα σαφές πλάνο αγορών για την περίοδο της Black Friday δείχνοντας ότι έχουν προετοιμαστεί για τη συγκεκριμένη ημέρα.

Πρόθεση για αγορές υψηλής αξίας και προτίμηση στο ηλεκτρονικό εμπόριο

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, το 69% των καταναλωτών σκοπεύει να επενδύσει σε αγορές υψηλής αξίας, όπως ηλεκτρικές συσκευές, κοσμήματα και έπιπλα, στη φετινή Black Friday. Η έρευνα δείχνει επίσης την προτίμηση των Ελλήνων καταναλωτών στις ηλεκτρονικές αγορές. Συγκεκριμένα, σε όλες τις κατηγορίες προϊόντων οι καταναλωτές φαίνεται να προτιμούν τις ηλεκτρονικές αγορές έναντι των αγορών σε φυσικό κατάστημα, δείχνοντας την άνοδο του ηλεκτρονικού εμπορίου. Μόνο στην κατηγορία των κοσμημάτων & αξεσουάρ, το 52%



των συμμετεχόντων δήλωσε ότι θα προτιμήσει τις αγορές σε φυσικό κατάστημα. Με την υπηρεσία Pay in 3, η Klarna διευκολύνει τους καταναλωτές και κατά τη διάρκεια των εκπτώσεων της Black Friday, προσφέροντας τους τη δυνατότητα να μπορούν να πληρώσουν σε 3 άτοκες δόσεις.

Προσεκτικές δαπάνες

Αναφορικά με τις δαπάνες, το 39% των καταναλωτών θα αγοράσει μόνο ό,τι μπορεί να αντέξει οικονομικά, ενώ μόνο το 5% δήλωσε ότι μπορεί να καταλήξει να ξοδέψει πάρα πολλά στις εκπτώσεις της Black Friday. Σχεδόν οι μισοί Έλληνες καταναλωτές (47%) δήλωσαν ότι θα αγοράσουν προϊόντα που θα αγόραζαν ούτως ή άλλως, αλλά σε φθηνότερη τιμή. Τα κορυφαία προϊόντα που ενδιαφέρονται να αγοράσουν οι καταναλωτές είναι τα ηλεκτρονικά είδη (55%), τα είδη ένδυσης και υπόδησης (52%) και τα προϊόντα ομορφιάς (25%).

Η Nikon είναι περήφανη για την επέτειο των 90 χρόνων των φακών NIKKOR



Η Nikon είναι περήφανη για την επέτειο των 90 χρόνων από την κυκλοφορία των φακών NIKKOR με την παρουσίαση ενός νέου λογότυπου που τιμά τόσο την κληρονομιά της NIKKOR όσο και αυτό το σημαντικό ορόσημο.

Το νέο λογότυπο παρουσιάζει σιλουέτες φακών που έχουν αφήσει το στίγμα τους στην ιστορία της απεικόνισης, μαζί με συμβολικούς φακούς του παρόντος. Επιπλέον, το λογότυπο φέρει τον τίτλο "A Story in Every Lens", τονίζοντας τα μοναδικά χαρακτηριστικά και την εμπειριστατωμένη εγγύηση κάθε φακού NIKKOR, καθώς και τη δύναμή τους να αποτυπώνουν μοναδικές στιγμές, διατηρώντας την ιστορία μέσω αφηγήσεων που έχουν απήχηση στις καρδιές των ανθρώπων.

Εμπνευσμένη από την πλούσια 90χρονη ιστορία της NIKKOR και τις αμέτρητες τεχνολογικές εξελίξεις, η Nikon παραμένει προσηλωμένη στην προσπάθεια ανάπτυξης της κουλτούρας της απεικόνισης με την ελπίδα να διευρύνει τις δυνατότητες απεικονιστικής έκφρασης.



Press Room

Food & Beverage edition

Εγκαίνια ... αλά Ιταλικά για το νέο premium pizza napoletana εστιατόριο "Mamy blue" στην καρδιά της Γλυφάδας!

Ένα γευστικό ταξίδι ως την Ιταλία πραγματοποιήσαν όσοι έδωσαν το παρών στα λαμπερά εγκαίνια του νέου premium pizza napoletana εστιατορίου "Mamy Blue" στη Γλυφάδα (Ανδρέα Παπανδρέου 126). Σε μία άκρως εορταστική ατμόσφαιρα εκπρόσωποι του δημοσιογραφικού, τηλεοπτικού και καλλιτεχνικού χώρου, food bloggers και pizza lovers απήλαυσαν τις πιο αυθεντικές ναπολιτάνικες συνταγές σε ένα εντυπωσιακό χώρο γεμάτο από χρώματα και αρώματα της Ιταλίας. Το opening party απογείωσε η DJ και ραδιοφωνική παραγωγός Έλενα Κώνστα, ενώ οι ιδιοκτήτες δέχτηκαν με χαρά τις ευχές για το νέο τους επαγγελματικό εγχείρημα από επωνύμους, φίλους και συνεργάτες.

Το εστιατόριο "Mamy Blue" με διακόσμηση που κάνει τη διαφορά, όπως οι ατελείωτες λεμονιές και οι φρέσκοι βασιλικοί μέσα στις hand - painted κεραμικές γλάστρες, με τον επιβλητικό ξυλόφουρνο και τα signature Napoli based πιάτα του ήρθε να αλλάξει τον γαστρονομικό χάρτη της Αθήνας. Το ζυμάρι κάθε πίτσας ωριμάζει από 36 έως 48 ώρες και ψήνεται αποκλειστικά σε ξυλόφουρνο στους 450-500 βαθμούς Κελσίου.

Real fact: Οι σεφ επιμελούνται το αυθεντικό ναπολιτάνικο σχήμα της που μοιάζει με ρόδα κάρου, όπως κάθε πίτσα "ruota di carro" στη Νάπολη ήδη από το 1.500 μ.Χ. Αυτό γιατί οι πιτσαγιόλο στις εργατικές φτωχικές συνοικίες της Νάπολης συνήθιζαν να ανοίγουν το ζυμάρι όσο το δυνατόν περισσότερο, ώστε να προκύπτουν περισσότερα και μεγαλύτερα κομμάτια για να ταΐζουν όσα περισσότερα στόματα μπορούσαν. Για αυτό και η παράδοση λέει ότι όσο πιο πλατιά ήταν η πίτσα τόσο φτωχότερη ήταν η γειτονιά!



Μαργαρίτα Χρονοπούλου - Ιάσωνας Τσαρούχας - Σταματίνα Τσιμτσιλή - Χάρης Σιανίδης - Βασίλης Τσαρούχας - Φιλίω Τσαρούχα

«Μαστιχόδεντρα: Διασφαλίζοντας το μέλλον ενός εθνικού προϊόντος»

Ο οργανισμός Νέα Γεωργία Νέα Γενιά, ανακοινώνει την έναρξη του δωρεάν προγράμματος κατάρτισης και συμβουλευτικής «Μαστιχόδεντρα: Διασφαλίζοντας το μέλλον ενός εθνικού προϊόντος - Δίκτυο Μεταφοράς Τεχνογνωσίας και Καινοτομίας στη Χίο». Το πρόγραμμα έρχεται σε συνέχεια της επιτυχημένης δράσης «Μαστιχόδεντρα: Σύγχρονες τεχνικές πολλαπλασιασμού και καλλιέργειας», που υλοποιήθηκε στο διάστημα Οκτώβριος 2021 – Μάιος 2023 στη Χίο. Μέσω της δράσης αυτής εκπαιδεύτηκαν 48 καλλιεργητές μαστιχόδεντρων πάνω σε νέες πρακτικές, ώστε να εξελιχθούν στους πλέον καταρτισμένους μαστιχοπαραγωγούς του αύριο. Αξίζει να σημειωθεί ότι είναι η πρώτη φορά που πραγματοποιήθηκε ένα ολοκληρωμένο και συστηματικό πρόγραμμα εκπαίδευσης για τους μαστιχοπαραγωγούς, αναλύοντας την αλυσίδα αξίας, από την παραγωγή μέχρι και τους σύγχρονους τρόπους χρήσης της μαστίχας.

Το πρόγραμμα «Μαστιχόδεντρα: Διασφαλίζοντας το μέλλον ενός εθνικού προϊόντος - Δίκτυο Μεταφοράς Τεχνογνωσίας και Καινοτομίας στη Χίο», μέσω της επιμόρφωσης 20 επιλεγμένων μαστιχοπαραγωγών και της προσέγγισης, στη συνέχεια, όλων των ενδιαφερόμενων καλλιεργητών μαστίχας, έχει στόχο να δημιουργήσει το πρώτο οργανωμένο δίκτυο μεταφοράς, τεχνογνωσίας και καινοτομίας για την καλλιέργεια της μαστίχας στο νησί της Χίου, από τον παραγωγό προς τον παραγωγό (peer to peer).

Το δίκτυο αυτό θα ωφελήσει κάθε ενδιαφερόμενο/η μαστιχοπαραγωγό από τα 24 μαστιχοχώρια που θα συμμετέχει στο πρόγραμμα. Καθόλη τη διάρκεια του καλλιεργητικού κύκλου οι συμμετέχοντες/ουσες θα επιμορφωθούν με διαδραστικό τρόπο πάνω στην καλλιέργεια της μαστίχας. Η ανταλλαγή γνώσεων και εμπειριών θα πραγματοποιηθεί μέσω ομάδων μεταφοράς που θα δημιουργηθούν ανά συστάδα χωριών, με σημείο αναφοράς τους 20 ειδικά καταρτισμένους μαστιχοπαραγωγούς.

Η συμμετοχή είναι ανοιχτή προς τους ενδιαφερόμενους μαστιχοπαραγωγούς μετά από αίτησή τους μέχρι τις 30/11/2023, [εδώ](#).

Μαστιχόδεντρα:
Διασφαλίζοντας
το μέλλον ενός
εθνικού προϊόντος

Δίκτυο Μεταφοράς
Τεχνογνωσίας και
Καινοτομίας στη Χίο

6ος Κύκλος
Προγραμμάτων
ΔΩΡΕΑΝ
ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ



ΣΕ ΣΥΜΒΙΒΑΣΗ ΜΕ

ΙΔΡΥΤΙΚΟΣ ΔΙΟΡΘΗΤΗΣ



ΙΕΝ / ΣΝΦ

ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΜΑΡΧΙΔΗΣ
STAVROS MARCHIDIS FOUNDATION

Press Room

Food & Beverage edition

Ésophy Chocolates Christmas Event



Σε άκρως εορταστική και ζεστή διάθεση, η ÉSOPHY Chocolates πραγματοποίησε στο flagship store της στην Ν. Ερυθραία, ένα γευστικό & λαχταριστό χριστουγεννιάτικο event.

Η ÉSOPHY Chocolates παράγει καθημερινά φρέσκες σοκολάτες εμπνευσμένες από τα αρώματα, τις γεύσεις, την κουλτούρα και τις παραδόσεις της Μεσογείου. Κάθε συνταγή τους αποκαλύπτει μια ανάμνηση, ριζωμένη σε γεύσεις που καθορίζουν την πραγματική ποιότητα κάτι το οποίο μέσα από τις σοκολάτες τους, μετέδωσαν στους καλεσμένους του Χριστουγεννιάτικου Event.

Στην εκδήλωση παρευρέθηκαν influencers, food experts και δημοσιογράφοι, οι οποίοι είχαν την ευκαιρία να δοκιμάσουν τη limited edition Christmas collection της ÉSOPHY που αποτελείται από δημιουργίες όπως πραλίνες, βραχάκια, dragee κλπ, φτιαγμένα με την signature σοκολάτα γάλακτος ÉSOPHY και Χριστουγεννιάτικα μπαχαρικά.

Συνέντευξη με ένα... ξωτικό!



Η Νεφέλη Τζεβελέκη πρωταγωνιστεί στην παράσταση «Εγώ το Ξωτικό» στην Παιδική Σκηνή του «Από Μηχανής» Θεάτρου. Στη συνέντευξη που ακολουθεί, μας μιλάει για το παιδικό θέατρο, για τα ιδανικά Χριστούγεννα και κάνουμε ένα σύντομο ταξίδι στο Παρελθόν, στο Μέλλον και στη Φαντασία!

Μίλησέ μας για την παράσταση «Εγώ το Ξωτικό» στην οποία πρωταγωνιστείς. Τι σε γοητεύει περισσότερο στον χαρακτήρα που υποδύεσαι και πώς τον προσέγγισες;

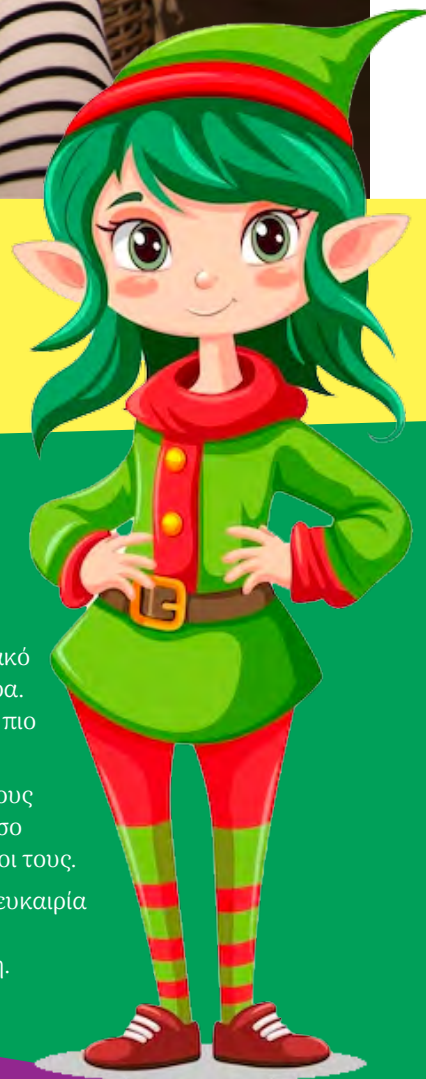
Υποδύομαι ένα ξωτικό, την Τρουλίσιτη. Πριν ακόμη φτάσουμε στον χαρακτήρα της, αναρωτήθηκα, πώς μπορεί να κινείται ένα ξωτικό; Είναι ένα πλάσμα φαντασίας, είναι εκτός της ανθρώπινης σύμβασης, και αυτό είναι κάτι που σίγουρα με γοητεύει.

Η ιστορία που ξετυλίγεται μπροστά μας, στην Παιδική Σκηνή του «Από Μηχανής» Θεάτρου, είναι χριστουγεννιάτικη. Τι σημαίνουν για σένα τα Χριστούγεννα και πώς ονειρεύεσαι τα πιο μαγικά Χριστούγεννα που θα μπορούσες να ζήσεις;

Με πολλή αγάπη, φωνές και τραγούδια. Τα Χριστούγεννα για εμάς ξεκινούσαν από νωρίς τον Νοέμβριο που στολίζουμε στο σπίτι και φτάνουν μέχρι το οικογενειακό μεσημεριανό τραπέζι ανήμερα. Και νομίζω δεν υπάρχει κάτι πιο μαγικό από αυτό.

Ας μην ξεχνάμε όμως ποτέ τους ανθρώπους που αυτές τις τόσο «φωτεινές» μέρες είναι μόνοι τους.

Τα κάλαντα ήταν πάντα μια ευκαιρία να τους μεταφέρουμε μια γλυκιά γιορτινή συνθήκη.





Το παιδικό θέατρο έχει ιδιαίτερες απαιτήσεις από έναν ηθοποιό; Είναι πρόκληση για σένα να παίζεις μπροστά σε λιλιπούτειους θεατές;

Ναι! Είναι πολύ απαιτητικό!

Για να κρατήσεις το ενδιαφέρον των παιδιών χρειάζεται πάρα πολλή ενέργεια. Τραγούδια πλαισιωμένα από χορογραφίες και κυρίως απεύθυνση προς τα παιδιά.

Νομίζω η μεγαλύτερη πρόκληση είναι αυτή. Η επαφή με τα ίδια τα παιδιά. Οι μικροί θεατές μας είναι πολύ ειλικρινείς! Δεν έχουν φραγμούς στη σκέψη και στην έκφραση.

Μπορεί να πουν «βαρέθηκα!», μπορεί να σηκωθούν να χορέψουν! Είναι απρόβλεπτοι. Ειδικά όταν μια παράσταση

βασίζεται τόσο στη συμμετοχή τους, είναι λίγο πιο δύσκολο. Πρέπει όταν απαντούν, να μη δημιουργηθεί χάος και κυρίως να είσαι ψύχραιμος, να πάρεις τις απαντήσεις τους και να τις «βάλεις» στη παράσταση ώστε αυτή να συνεχιστεί ομαλά.





στο Μέλλον...

Προσγειωνόμαστε στο 2030! Πες μου ένα πράγμα που θα ήθελες να σου έχει συμβεί μέχρι τότε...

Το 2030 μου φαίνεται πάρα πολύ μακριά! Θέλω πολύ να έχω κάνει τον γύρο της Ευρώπης με τρένο και να έχω παρακολουθήσει σεμινάρια θεάτρου στο εξωτερικό. Εκτός από αυτά, θα ήθελα πολύ η κοινωνία να είναι πολύ πιο μπροστά από την κατάσταση που επικρατεί τώρα.

στη Φαντασία...

Αν σε μεταμορφώναμε σε μία υπερηρώίδα, πώς σε φαντάζεσαι;

Τι χαρακτηριστικά και ποιες υπερδυνάμεις θα ήθελες να έχεις;

Θα ήθελα να είμαι κάτι κοντά σε Αμαζόνα. Σαν την Wonder Woman. Εκτός από το ότι είναι από τις πρώτες γυναίκες υπέρ-ηρώιδες, επιβιώνει στη φύση, είναι πολύ δυνατή μαχήτρια, ακροβάτισσα, έχει φοβερά αντανεκλαστικά και έχει την ικανότητα να επουλώνει πληγές και να βλέπει την αλήθεια.

Ας ταξιδέψουμε...

στο Παρελθόν...

Όταν ήσουν παιδί η αγαπημένη σου χριστουγεννιάτικη ιστορία ήταν...

Το «Πολικό Εξπρές».

Το βλέπαμε μαζί με την αδερφή μου και τον αδερφό μου και πάντα μα πάντα έκλαιγα.

Σκανδιναβικά Χριστούγεννα από τη JYSK



Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος η JYSK, η μεγάλη αλυσίδα καταστημάτων από τη Δανία, παρουσίασε την Τετάρτη 8 Νοεμβρίου, τη νέα ανανεωμένη συλλογή της NordicMood με έπιπλα και είδη διακόσμησης για το σπίτι. Η εκδήλωση, που τείνει να γίνει θεσμός και προάγγελος της περιόδου των Χριστουγέννων, πραγματοποιήθηκε στον χώρο εκδηλώσεων "Gazarte", στο Γκάζι. Οι καλεσμένοι της JYSK, εκπρόσωποι από τον δημοσιογραφικό χώρο και το interior design, είχαν την ευκαιρία να δουν από κοντά τη νέα συλλογή της για τη χειμερινή περίοδο 2023-24, που με τα χριστουγεννιάτικα διακοσμητικά της JYSK ανέδειξε όλα τα πλεονεκτήματα του σκανδιναβικού design και τη μαγεία των Χριστουγέννων, όπως αυτά γιορτάζονται στις χώρες του Βορά.

Για πολλούς ανθρώπους στον κόσμο και φυσικά για τη JYSK, τα Χριστούγεννα είναι πραγματικά συνώνυμο της θαλπωρής που στη Δανία αποτελεί μία φιλοσοφία ζωής, γνωστής παγκοσμίως με το όνομα "hygge".

Για να καλωσορίσει από νωρίς τη φετινή περίοδο των εορτών, η JYSK λανσάρει τη νέα συλλογή NordicMood παρουσιάζοντας μία σειρά από τα απόλυτα σκανδιναβικά χριστουγεννιάτικα διακοσμητικά που δεν πρέπει να λείπουν από κανένα γιορτινό σπίτι. Η νέα συλλογή ενσωματώνει διαχρονικά στοιχεία των παραδοσιακών σκανδιναβικών Χριστουγέννων, όπως καρδούλες, έλατα και αστεράκια και, βέβαια, τα πιο συμπαθητικά σκανδιναβικά ξωτικά με τα χαρακτηριστικά μυτερά καπέλα τους.

Press Room

Beauty & Fashion edition

Η BOSS επαναλειτουργεί το πρόσφατα ανακαινισμένο κατάστημα στη Γλυφάδα

Ο νέος εσωτερικός χώρος σχεδιάστηκε ειδικά με γνώμονα τον πελάτη, για να προσφέρει μια βέλτιστη, υψηλού επιπέδου εμπειρία αγορών. Η ενημερωμένη οπτική ταυτότητα είναι άψογα συνυφασμένη με την αρχιτεκτονική του καταστήματος με τη χρήση ζεστών υλικών για το ξύλινο δάπεδο, την επένδυση των τοίχων και τα έπιπλα. Οι μαύρες γυαλιστερές επιφάνειες σε όλο το κατάστημα, οι οποίες συνδυάζονται έξυπνα με λευκό χρώμα, εξισορροπούν τέλεια την εμφάνιση και την γενική αίσθηση του καταστήματος. Η βέλτιστη παρουσίαση των προϊόντων εξασφαλίζεται μέσω μιας ποικιλίας επίπλων στο κατάστημα, προσφέροντας ευελιξία και προσβασιμότητα στα προϊόντα. Ο συνολικός τολμηρός σχεδιασμός δίνει έμφαση σε μια σύγχρονη οπτική προσέγγιση. Ο ανοιχτός σχεδιασμός της πρόσοψης παρέχει άμεση θέα μέσα στο κατάστημα και προσκαλεί τους πελάτες να γνωρίσουν τον κόσμο της BOSS.

Η BOSS προσφέρει εκλεκτισμένες, μοντέρνες συλλογές για 24/7 εμφανίσεις εστιάζοντας στη δεξιοτεχνία και την ποιότητα. Το κατάστημα βρίσκεται στην οδό Λαζαράκη 20, 166 75, Γλυφάδα, Ελλάδα, και άνοιξε τις πόρτες του για το κοινό στις 3 Νοεμβρίου 2023.



Οι «Μέρες Ελληνικού Κινηματογράφου» 21- 26 Νοεμβρίου στην Κωνσταντινούπολη

Το Πανόραμα «Μέρες Ελληνικού Κινηματογράφου» (Greek Film Days) που συνδιοργανώνει η ΕΜΕΙΣ Α.Μ.Κ.Ε. με τον εκδοτικό οίκο και εταιρεία παραγωγής ΙΣΤΟΣ στην Κωνσταντινούπολη, ανοίγει τις πύλες του στο ευρύ κοινό και προσκαλεί όλους τους σινεφίλ να ανακαλύψουν ταινίες Ελλήνων δημιουργών που θα προβληθούν στις αίθουσες του εμβληματικού Μουσείου του Πέρα (Pera Muzesi) στην Κωνσταντινούπολη, από τις 21 έως και τις 26 Νοεμβρίου 2023. Για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά, μετά την εξαιρετικά επιτυχημένη περσινή διοργάνωση, η δράση «Μέρες Ελληνικού Κινηματογράφου» προσφέρει

την ευκαιρία σε όλους όσους επισκεφθούν το Μουσείο του Πέρα, κατά τη διάρκεια της εξαήμερης δράσης (21-26/11/2023), να απολαύσουν με ελεύθερη είσοδο, επιλεγμένες προβολές ταινιών από τον Κινηματογράφο των Δημιουργών, από τις δεκαετίες '60-'90, υποτιτλισμένες στα τουρκικά και στα αγγλικά.

Στόχος της δράσης «Μέρες Ελληνικού Κινηματογράφου» είναι με αφορμή την καλλιτεχνική ματιά των δημιουργών, τη μαγεία της τέχνης του κινηματογράφου, τις δημιουργικές αναζητήσεις και φυσικά το τελικό καλλιτεχνικό αποτέλεσμα, να γνωρίσουν οι γείτονες πτυχές της Ελληνικής Ιστορίας και Κοινωνίας που μέχρι σήμερα αγνοούν.



“ΣΚΟΤΣΕΖΙΚΟ ΝΤΟΥΣ” της Χρύσας Σπηλιώτη



Στο Θέατρο Πρόβα θα απολαύσουμε από το Σάββατο 2 Δεκεμβρίου 2023 και κάθε Παρασκευή - Σάββατο και Κυριακή, την ξεκαρδιστική κωμωδία της Χρύσας Σπηλιώτη με τίτλο «Σκοτσέζικο Ντους». Ο Σωτήρης Τσόγκας εμπνευσμένος από το κείμενο, του οποίου υπογράφει και τη θεατρική προσαρμογή, με την σκηνοθετική αριστοτεχνική του ματιά, μας βάζει διαδραστικά στο κλίμα της δημιουργίας μια θεατρικής παράστασης, από τα καμαρίνια ως τη σκηνή.

Κωμικές μέχρι δακρύων σκηνές εξελίσσονται μπροστά στα μάτια του θεατή, ο οποίος μερικές φορές, άθελά του ή και ηθελημένα, γίνεται μέρος της παράστασης, στην οποία πρωταγωνιστούν η Μαίρη Ραζή, ο Σωτήρης Τσόγκας, ο Κώστας Δαρλάσης, ο Αντώνης Ζιώγας, η Κατερίνα Ζαχαριουδάκη και η Αιμιλία Γιακουμοπούλου.

Προπώληση:

<https://www.more.com/theater/skotseziko-ntous-tis-xrysas-spilioti/>
<https://www.ticketmaster.gr/>

και στο ταμείο του Θεάτρου Πρόβα.

Φραντζέσκα Βουλάγκα

Η ΜΑΜΑ ΞΕΡΕΙ



Η μαμά ξέρει

Το Σάββατο 25 Νοεμβρίου, στις 12:00 η Αλυσίδα Πολιτισμού ΙΑΝΟΣ και οι εκδόσεις Διάπλαση διοργανώνουν παρουσίαση του παιδικού βιβλίου της Φραντζέσκας Βουλάγκα, με τίτλο «Η μαμά ξέρει».

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στον Παιδικό Ιανό της Θεσσαλονίκης, Γρηγορίου Παλαμά 3. Καλλιτεχνική και μουσική επιμέλεια από την Παραμυθωνία. Συμμετέχουν τα παιδιά του βρεφονηπιακού σταθμού Ονειροχώρα.

Link εκδήλωσης: <https://bitly.ws/XZ22>

Link βιβλίου: <https://bitly.ws/XZ25>

Food for Thought

kids' edition

Elemental, η ιστορία της ταινίας

Ακολούθησε τη Φλόγα και τον Νηρέα, τους πρωταγωνιστές της νέας ταινίας των Disney και Pixar, σε μια πρωτόγνωρη

περιπέτεια στην Πόλη των Στοιχείων, η απρόσμενη φίλια των οποίων θα τους κάνει να αλλάξουν τον τρόπο που βλέπουν τον κόσμο. Ηλικία: 2 - 4, 5 - 6. Από τις εκδόσεις ΜΙΝΩΑΣ.



Disney PIXAR
ΣΤΟ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΤΩΣ

Μια Αγαπημένα

Disney 100

Η ιστορία της ταινίας

ΜΕ ΔΩΡΟ ΕΚΠΑΛΗΞΗ!

MINΩΑΣ
ΕΚΔΟΣΕΙΣ

quote of the day

"TELEVISION IS A BRIDGE THAT CONNECTS HEARTS AND MINDS ACROSS CONTINENTS."

Σήμερα γιορτάζουν!

Μαρία, Μυρέλλα, Μάριος,
Δέσποινα, Εισοδία,
Βιργινία, Λεμονιά,
Πανοραία, Σουλτάνα,
Σουλτάνης

tip of the day

All television is educational television.
The question is: what is it teaching?

Nicholas Johnson

21 Νοεμβρίου

- > Παγκόσμια Ημέρα Τηλεόρασης
- > World Hello Day
- > Entrepreneurs' Day
- > National Gingerbread Cookie Day
- > National Stuffing Day