

*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**

ΤΟ ΑΟΡΑΤΟ ΦΟΡΤΙΟ ΤΩΝ ΜΑΜΑΔΩΝ!





3rd FAMILY BUSINESS SUMMIT

Thursday December 14 2023

HELLENIC RIDING CLUB

Paradeisou 18, Amaroussion, Greece



Adonis Georgiadis,
Minister of Labour and
Social Affairs



Grigorios Leonidis,
Managing Director,
Cleon Conferences
& Communications



Yannis Mastrogeorgiou,
Special Secretary of
Foresight, Presidency of the
Greek Government



Pavlos Efthymiou,
General Director Hellenic
Entrepreneurs Association
(E.E.N.E.)



Vangelis Apostolakis,
Deputy Senior Partner,
KPMG in Greece



Giouli Atmatzidi,
Influencer



John Chatzitheodosiou,
President of Athens
Chamber of Tradesmen &
President Mega Brokers



Anastasios Chatzitheodosiou,
Ceo Mega Brokers



Dimitris Dimitriadis,
Futurist, Institute for
Futures & Foresight
Research (DAO)



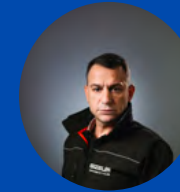
Konstantinos Doukas,
President & CEO,
Doukas School



Dionysios Giannatos,
Chief Executive Manager,
MGPACK S.A.



Christos Giannitsis,
Member of the Board of
Directors,
Omiros Dairies SA



Evangelos Gizelis,
CEO & Founder,
Gizelis Robotics



Dr. Paris Gravouniotis,
CEO, Komotini
Paper Mill, Greece



George Ignatidis,
President, ARI Foods



Aristotelis Ignatidis,
CEO, ARI Foods



Dr. Nikolas Chr. Kakogiannis,
Managing Director
ResNovae - Sustainability &
Investment Consultants



Maria Kallergi,
Head of Customer
Excellence and Experience,
Dixons South East Europe



Kimon Kaloglou,
President & CEO,
Endoscopiki SA



Stelios Kapetanakis,
General Manager,
Transcombi Express S.A.



Theodoros N. Krintas,
Founder & CEO, Koubaras



Fotini Koziari,
Marketing Supervisor,
Vodafone Business



Panayis Konstantinidis,
Managing Director,
CALPAK



Fotis Kourmoussis,
Executive Board Member,
Hellenic Financial
Stability Fund



Konstantinos Marangos,
Managing Director,
SKAMA SA



Katerina Polyzoi,
Senior Manager,
Consulting,
KPMG in Greece



Dr. Mantha Varela,
Senior Associate, Saplegal -
A.S. Papadimitriou &
Partners Law Firm

Gold Sponsors



Silver Sponsor



Auspices



Digital Partner



Knowledge Partner



Communication Sponsors



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Για χιλιάδες χρόνια, ο αριθμός τρία είναι εμποτισμένος με ένα μυστήριο, μια δύναμη που την παρακολουθούμε να τοποθετείται στο επίκεντρο των κανόνων που διέπουν την αποτελεσματική επικοινωνία σε όλες τις πτυχές του πολιτισμού. Από τη ρητορική στη θρησκεία, η κυριαρχία του Κανόνα των Τριών είναι το κλειδί για την εξουσία. Ο κανόνας των τριών μπορεί να αναφέρεται σε **μια συλλογή τριών λέξεων, φράσεων, προτάσεων, γραμμών, παραγράφων/σχημάτων, κεφαλαίων/ενοτήτων γραφής και ακόμη και ολόκληρων βιβλίων**. Τα τρία στοιχεία μαζί είναι γνωστά ως τριάδα. Η τεχνική χρησιμοποιείται όχι μόνο στην πεζογραφία, αλλά και στην ποίηση, την προφορική αφήγηση, τις ταινίες και τη διαφήμιση.

Όταν πρόκειται για την επικοινωνία ιδεών, η διανοήση ανέκαθεν καταλάβαινε πώς τα ανθρώπινα όντα είναι προγραμματισμένα να επεξεργάζονται πληροφορίες μέσω της ενστικτώδους αναγνώρισης προτύπων. Και για να είναι αποτελεσματικό το μοτίβο, πρέπει να είναι όσο το δυνατόν μικρότερο. Ποιος είναι λοιπόν ο μικρότερος αριθμός που απαιτείται για να φτιάξουμε ένα μοτίβο; Το τρία.

Και εκεί βρίσκεται η δύναμή του. Στις πολλές μορφές του, ο Κανόνας των Τριών, κατά βάθος, χρησιμοποιεί απλά μοτίβα τριών στοιχείων για την αποτελεσματική επικοινωνία σύνθετων ιδεών. Το μοτίβο λειτουργεί επειδή είναι περιεκτικό. Αξιομνημόνευτο. Ισχυρό.

Γι' αυτό ο κανόνας των τριών είναι τόσο διάχυτος σε όλη την ιστορία:

- ▶ **Στη φυσική** – οι τρεις κανόνες κίνησης του Νεύτωνα.
- ▶ **Στη μουσική** – μουσικές τριάδες: οι τρεις νότες -δομικές μονάδες της μουσικής αρμονίας.
- ▶ **Στη θρησκεία** - η Αγία Τριάδα.
- ▶ **Στην τέχνη και τη φωτογραφία** – αρχές σύνθεσης, όπως ο κανόνας των τρίτων...
- ▶ **Οι τρεις ενότητες του Αριστοτέλη** – δραματική ενότητα χρόνου, τόπου και δράσης.
- ▶ **Οι τρεις δραματικές συγκρούσεις** – εσωτερικές, σχεσιακές και εξωτερικές.
- ▶ **Η δομή των τριών πράξεων** – αρχή, μέση και τέλος, που χρησιμοποιείται στο δράμα και στη σύγχρονη κινηματογραφική τριλογία.



► **Three wise monkeys** - γνωστά ως τα τρία μαϊμουδάκια - δεν βλέπω, δεν ακούω, δεν μιλάω.

► **Ακόμα και στα παραμύθια** - για παράδειγμα, τα τρία γουρουνάκια.

Η λίστα συνεχίζεται. Ο κανόνας των τριών έχει επίσης χρησιμοποιηθεί για να περιλάβει μερικές από τις πιο ισχυρές ιδέες της ιστορίας. Για παράδειγμα, χρησιμοποιώντας ρητορικές συσκευές όπως το Hendiadris, όπου τρεις διαδοχικές λέξεις χρησιμοποιούνται για να εκφράσουν μια κεντρική ιδέα:

► **«veni, vidi, vici»**. («Ἦρθα, είδα, κατέκτησα») Ιούλιος Καίσαρας.

► **"Liberté, Égalité, Fraternité."** ("Ελευθερία, Ισότητα, Αδελφότητα.") Το εθνικό σύνθημα της Γαλλίας.

► **«Citius, Altius, Fortius»**. (Πιο γρήγορα, ψηλότερα, πιο δυνατά») Το σύνθημα των Ολυμπιακών Αγώνων.

► **"Location, location, location."** Τα τρία κορυφαία κλειδιά για την επιτυχία στην ακίνητη περιουσία είναι η τοποθεσία, η τοποθεσία και η τοποθεσία σύμφωνα με τον λόρδο Χάρολντ Σάμιουελ.

► **«Education, Education, Education»**. Το εκπαίδευση, εκπαίδευση, εκπαίδευση ήταν από τα βασικότερα σλόγκαν του προεκλογικού αγώνα του Τόνι Μπλερ.

Και όσον αφορά τις ομιλίες, μερικοί από τους πιο ισχυρούς άνδρες στην ιστορία, συμπεριλαμβανομένων των Ουίνστον Τσόρτσιλ και Μπαράκ Ομπάμα - γεμίζουν τις ομιλίες τους με τεχνικές του Κανόνα των Τριών για να πείσουν, να διαβεβαιώσουν και να κυβερνήσουν.

Στη θεωρία του μάρκετινγκ, ο Αμερικανός πρωτοπόρος της διαφήμισης, E. St. Elmo Lewis, εξέθεσε τις τρεις βασικές αρχές του copywriting, οι οποίες θεώρησε ότι ήταν ζωτικής σημασίας για την αποτελεσματική διαφήμιση:

«Η αποστολή μιας διαφήμισης είναι να προσελκύσει έναν αναγνώστη, ώστε να κοιτάξει τη διαφήμιση και να αρχίσει να την παρακολουθεί· μετά να τον ενδιαφέρει, ώστε να συνεχίσει να την παρακολουθεί και μετά να τον πείσει ότι χρειάζεται το προϊόν και πρέπει να το αγοράσει. Εάν μια διαφήμιση περιέχει αυτές τις τρεις ιδιότητες, είναι μια επιτυχημένη διαφήμιση.

Tip of the Day: Ο Αριστοτέλης ήταν αυτός που πρώτος έκανε την παρατήρηση ότι οι άνθρωποι βρίσκουν πιο εύκολο να θυμούνται τρία πράγματα. Ο κανόνας των τριών ξεκίνησε με το βιβλίο του, «Η Ρητορική» και μάλιστα, σε πολλούς από τους τομείς μέχρι και σήμερα όπου εφαρμόζεται ο κανόνας των τριών (και είναι πολλοί αυτοί), αναφέρεται ως τεχνική της ρητορικής.

Το αόρατο φορτίο των μαμάδων!

Οι μητέρες επωμίζονται συχνά ένα τόσο μεγάλο μερίδιο ευθύνης στην ανατροφή των παιδιών που τις εξουθενώνει ψυχικά. Δεν έχει να κάνει με τα πρακτικά ζητήματα, πρόκειται για ένα τεράστιο... αόρατο φορτίο!



Νέα έρευνα εξέτασε τις επιπτώσεις αυτού του επιπλέον φόρτου εργασίας στην υγεία των γονέων και στις δουλειές τους. Όπως προέκυψε οι μαμάδες τείνουν να εκτελούν μεγαλύτερο μερίδιο των πρακτικών καθηκόντων φροντίδας των παιδιών από τους μπαμπάδες και αφιερώνουν περισσότερο χρόνο και ενέργεια σκεπτόμενες τις ανάγκες των οικογενειών τους. Αυτές οι σκέψεις ονομάζονται το "αόρατο φορτίο" της ανατροφής των παιδιών επειδή, σε αντίθεση με το να παίρνουν τα παιδιά από το σχολείο, οι διανοητικές πτυχές της ανατροφής συχνά περνούν απαρατήρητες.

Οι τρεις πτυχές του αόρατου φορτίου

Οι ερευνητές εξέτασαν τη διανοητική εργασία που συνεπάγεται η ανατροφή των παιδιών και βρήκαν τρεις πτυχές του αόρατου φορτίου. Οι μαμάδες αναφέρουν ότι ξοδεύουν περισσότερο χρόνο από τους μπαμπάδες που ασχολούνται και με

τους τρεις πτυχές που θα αναλύσουμε παρακάτω. Το διοικητικό φορτίο περιλαμβάνει τον προγραμματισμό, την οργάνωση, την ανάθεση και την επίβλεψη. Το γνωστικό φορτίο περιλαμβάνει τη λήψη αποφάσεων, την





τήρηση "νοητικών" καταλόγων υποχρεώσεων και την πρόβλεψη αναγκών, όπως είναι η εκτίμηση για το πότε θα τελειώσει η οδοντόκρεμα και γενικότερα τα αναγκαία προϊόντα καθημερινής χρήσης στην οικογένεια. Τέλος, το συναισθηματικό φορτίο συνεπάγεται ανησυχία. Οι μαμάδες ανησυχούν περισσότερο για την εκπλήρωση των οικογενειακών στόχων και ευθυνών και για τη διασφάλιση της ευημερίας της οικογένειας. Οι ερευνητές ολοκλήρωσαν πέντε μελέτες σχετικά με τις συνέπειες κάθε πτυχής του αόρατου φορτίου και δημοσίευσαν τα αποτελέσματα στο Journal of Business and Psychology.

Η θετική πλευρά

Αυτό που προκαλεί ιδιαίτερη έκπληξη σχετικά με τα αποτελέσματα είναι ότι οι συνέπειες του αόρατου φορτίου δεν ήταν εντελώς αρνητικές. «Οι άνθρωποι βρίσκουν κάποιο νόημα και σκοπό αναλαμβάνοντας ορισμένες πτυχές του αόρατου φορτίου στην οικογένειά τους», επισημαίνουν οι ερευνητές.

Ειδικότερα, εκείνοι που ανέλαβαν περισσότερο γνωστικό φορτίο, συμπεριλαμβανομένου του να σκέφτονται και να θυμούνται τις οικογενειακές ανάγκες, ήταν πιο ευτυχισμένοι με την οικογενειακή τους ζωή και ανέφεραν καλύτερες εργασιακές επιδόσεις. Οι ερευνητές καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι η επιτυχής αντιμετώπιση των προκλήσεων της οικογένειας μπορεί να δημιουργήσει μια αίσθηση ολοκλήρωσης που διαχέεται και ωφελεί την εργασία. Το διοικητικό φορτίο συνδέθηκε επίσης

με οφέλη που σχετίζονται με τον χώρο εργασίας. Αυτά τα οφέλη προέκυψαν ακόμη και μετά τον έλεγχο των προσωπικοτήτων των ερωτηθέντων.

Αυτά τα αποτελέσματα συγκλίνουν με εκείνα προηγούμενης έρευνας που δείχνει ότι το άγχος μπορεί να βελτιώσει την εργασία μας. Οι προκλήσεις μπορεί να είναι ωφέλιμες όταν μας οδηγούν να επιτύχουμε, να μάθουμε και να αναπτυχθούμε. Υπάρχουν επίσης κάποιες προηγούμενες ενδείξεις ότι το να είμαστε απασχολημένοι αυξάνει τα κίνητρά μας και μειώνει τον χρόνο που χρειάζεται για την ολοκλήρωση των εργασιών.

Κάνοντας το αόρατο... ορατό

Για όσες ή όσους βρίσκουν το αόρατο φορτίο τους υπερβολικό, είναι αναγκαίο να το μειώσουν. Το να κάνετε το αόρατο ορατό είναι μια προτεινόμενη προσέγγιση: Να συζητήσετε ανοιχτά το ψυχικό σας φορτίο με τον σύντροφό σας και να εμπλέξετε ενεργά τον σύντροφό σας και τα παιδιά σας στη διαχείριση και παρακολούθηση των απαραίτητων εργασιών.



TÜV AUSTRIA Hellas: Χρυσή διάκριση για την πρωτοποριακή Πλατφόρμα Επίγνωσης Νομοκανονιστικού Περιβάλλοντος LiCi



Ο κορυφαίος οργανισμός TÜV AUSTRIA Hellas διακρίθηκε στα Compliance Awards, λαμβάνοντας Χρυσή διάκριση στην κατηγορία «Best Compliance Platform» για τη δημιουργία της Πλατφόρμας Επίγνωσης Νομοκανονιστικού Περιβάλλοντος και της αντίστοιχης εφαρμογής για κινητά, LiCi. Η τελετή απονομής των Compliance Awards 2023 πραγματοποιήθηκε την Τρίτη 5 Δεκεμβρίου 2023, στο Wyndham Grand Athens, με τον Υπουργό Επικρατείας της Ελλάδας, κ. Μάκη Βορίδη να χαιρετίζει την πρωτοβουλία του ΣΕΚΑΣΕ και της Boussias Events, ενώ αναφέρθηκε εκτενώς στη σημασία της Κανονιστικής Συμμόρφωσης τόσο στον ιδιωτικό όσο και στον δημόσιο τομέα. Παράλληλα, ο κ. Αδωνις Γεωργιάδης, Υπουργός Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης, σε μαγνητοσκοπημένο μήνυμά του, αναφέρθηκε στην ανάγκη να υιοθετήσουν οι εταιρείες στην Ελλάδα τις αρχές της Κανονιστικής Συμμόρφωσης, της διαφάνειας

και της καλής διακυβέρνησης, επισημαίνοντας παράλληλα την ανάγκη ύπαρξης βραβείων για αυτούς που κάνουν τη διαφορά.

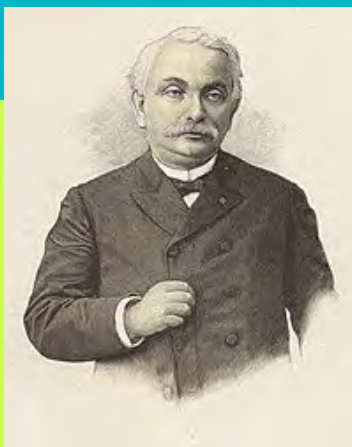
Σε μια εποχή αυξανόμενων απαιτήσεων προς τις επιχειρήσεις, η TÜV AUSTRIA Hellas πρωτοπορεί, δημιουργώντας ένα εύχρηστο εργαλείο για τη σύγχρονη επιχειρηματικότητα. Μέσω της Πλατφόρμας Επίγνωσης Νομοκανονιστικού Περιβάλλοντος LiCi και της εφαρμογής για κινητά, οι χρήστες μπορούν να ενημερώνονται σε πραγματικό χρόνο για τις εξελίξεις στις νομοθεσίες και τους κανόνες που διέπουν τη λειτουργία των επιχειρήσεών τους, σε ένα προσαρμοσμένο και προσωποποιημένο περιβάλλον, με την εγκυρότητα και αξιοπιστία της TÜV AUSTRIA Hellas.

Το Χρυσό βραβείο παρέλαβε η κα. Νόνικα Μπάκα, Global Product Manager for Legal Compliance & Technical Advisory Services και Head of Legal Compliance Division της TÜV AUSTRIA Hellas, η οποία δήλωσε μεταξύ άλλων: «Στην TÜV AUSTRIA Hellas είμαστε ιδιαίτερα περήφανοι για τη διάκριση αυτή. Αποτελεί εμφατική αναγνώριση της προσπάθειάς μας να βρισκόμαστε στο επίκεντρο των εξελίξεων και να προσφέρουμε υπηρεσίες που έχουν πραγματικό αντίκρισμα στη σύγχρονη πραγματικότητα».

Ήξερες ότι...

Ο Μαραθώνιος καθιερώθηκε από έναν Γάλλο φιλόλογο

Στην αρχαιότητα ο Μαραθώνιος δεν υπήρχε ως άθλημα και η ιδέα για την καθιέρωσή του ανήκει στον Γάλλο φιλόλογο Μισέλ Μπρεάλ, που έπεισε τον φίλο του Πιερ ντε Κουμπερντέν να το συμπεριλάβει στο πρόγραμμα των Α' Ολυμπιακών Αγώνων της Αθήνας, σε ανάμνηση της νίκης των Ελλήνων κατά των Περσών στον Μαραθώνα (490 π.Χ.).



Η l'artigiano: Γιορτάζει 30 χρόνια επιτυχούς δραστηριοποίησης στην αγορά



Η l'artigiano, παρά τις δυσχερείς οικονομικές συγκυρίες και το έντονα ανταγωνιστικό περιβάλλον συνεχίζει τη δυναμική της πορείας καθώς αφογκράζεται τις ανάγκες των καταναλωτών και της εστίασης αποτελεσματικά, υιοθετώντας νέες

προτάσεις και προσεγγίσεις που της επιτρέπουν να παραμένει σύγχρονη και να ξεχωρίζει στον χώρο του pizza delivery.

Το 2023 αναμένεται να κλείσει με κερδοφορία για τη l'artigiano καθώς η αποκλιμάκωση των τιμών ενέργειας και των πρώτων υλών σε συνδυασμό με την τουριστική κίνηση δημιουργούν περιθώριο για καλύτερα αποτελέσματα. Συγκεκριμένα, **ο Πρόεδρος και Διευθύνων Σύμβουλος της l'artigiano, Χρήστος Βιτσιάνος**, επισημαίνει ότι η μερική αποκατάσταση του κόστους ενέργειας θα συμβάλει στη βελτίωση της οργανικής κερδοφορίας της εταιρίας για την επόμενη χρήση συνεχίζοντας την αναπτυξιακή τροχιά που σημειώνει την τελευταία τριετία.

Το τρέχον έτος εκτιμάται ότι θα κλείσει με αύξηση πάνω από 16% σε σχέση με το προηγούμενο. Στα επόμενα σχέδια της εταιρίας, με στόχο να εξυπηρετήσει ακόμα μεγαλύτερη μερίδα του αθηναϊκού κοινού, είναι το άνοιγμα 3 νέων καταστημάτων κυρίως στα Βόρεια και στο Κέντρο.

Health News

Τι είναι η βιταμίνη P

Η βιταμίνη P έχει πολλά οφέλη για την υγεία και την ευεξία μας. Τα βιοφλαβονοειδή, δηλαδή η βιταμίνη P, περιλαμβάνουν μια ευρεία ομάδα φυτικών ενώσεων με αντιοξειδωτικές ιδιότητες, οι οποίες παίζουν ρόλο στην υποστήριξη του ανοσοποιητικού συστήματος του οργανισμού, στην πρόωση της καρδιαγγειακής υγείας, καθώς και στη μείωση των φλεγμονών.

Η βιταμίνη P δεν είναι ένα αυτόνομο θρεπτικό συστατικό, αλλά "συνεργάζεται" με τη βιταμίνη C για να γίνει πιο αποτελεσματική. Τα εσπεριδοειδή, όπως πορτοκάλια, λάιμ και γκρέιπφρουτ είναι σημαντική πηγή της βιταμίνης P. Ακόμη, τα κρεμμύδια, το μπρόκολο, οι πιπεριές αλλά και το πράσινο τσάι μας προσφέρουν την πολύτιμη βιταμίνη P.



Συζητήσαμε με το Chat GPT για τα Χριστούγεννα!

Αυτή η συνέντευξη είναι σίγουρα πολύ διαφορετική! Γιατί guest μας είναι το ChatGPT! Η ομάδα του Say Yes to the Press συζήτησε μαζί του για τα Χριστούγεννα. Κάποιοι από εμάς λατρεύουν τα Χριστούγεννα και κάποιοι προτιμούν τις καλοκαιρινές διακοπές... Τι λέτε να αρέσει περισσότερο στο ChatGPT; Κάπως έτσι ξεκίνησε ο διάλογός μας... και τα συμπεράσματα δικά σας!



Γεια σου ChatGPT!

Γεια σου! Πώς μπορώ να σε βοηθήσω σήμερα;

Πιστεύεις ότι είναι καλύτερα τα Χριστούγεννα ή ο Δεκαπενταύγουστος;

Αυτό είναι καθαρά θέμα προσωπικών προτιμήσεων και εξαρτάται από τις προτιμήσεις και τις εμπειρίες κάθε ατόμου. Τα Χριστούγεννα συνδέονται συνήθως με το ψύχος, τις οικογενειακές συναντήσεις, τα δώρα, και την έναρξη του νέου έτους. Από την άλλη πλευρά, ο Δεκαπενταύγουστος, τουλάχιστον σε πολλές χώρες, είναι συνδεδεμένος με τη θάλασσα, τις διακοπές και τις εκδηλώσεις στη φύση.

Μπορείς να μας πεις 5 άγνωστους μύθους για τα Χριστούγεννα;

Υπάρχουν πολλοί μύθοι και παραδόσεις που περιβάλλουν τα Χριστούγεννα. Εδώ είναι πέντε άγνωστοι μύθοι που μπορεί να σας ενδιαφέρουν:



Το Κρυμμένο Ξύλο στον Κουβά: Σε ορισμένες περιοχές της Σκανδιναβίας, υπάρχει ο μύθος ότι πρέπει να τοποθετείς ένα μικρό ξύλο στον κουβά των Χριστουγέννων που χρησιμοποιείται για τη φωτιά. Το ξύλο αυτό προστίθεται για την προστασία του σπιτιού από τα κακά πνεύματα.



Η Σύναξη των Γαλοπούλων: Σε ορισμένες περιοχές της Αγγλίας, κυκλοφορεί ο μύθος ότι οι γαλοπούλες έρχονται μαζί και συγκεντρώνονται σε ένα μέρος τα Χριστούγεννα. Λέγεται ότι αυτή η "σύναξη" φέρνει τύχη.

Οι Μαγικές Πόρτες των Χριστουγέννων: Σε ορισμένα μέρη της Ιρλανδίας, υπάρχει παράδοση ότι κατά τα Χριστούγεννα, ανοίγουν μαγικές πόρτες προς άλλους κόσμους. Αυτές οι πόρτες είναι ουσιαστικά κλαδιά από τα Χριστουγεννιάτικα δέντρα.

Η Παράδοση του Μπότσκορη: Στη Ρωσία, υπάρχει ο μύθος του Μπότσκορη, ενός ξωτικού που παρακολουθεί τα παιδιά και αναφέρει στον Άγιο Βασίλη αν ήταν καλά ή κακά. Τα καλά παιδιά λαμβάνουν δώρα, ενώ τα κακά παιδιά αντιμετωπίζουν κυρώσεις.

Ο Αρχαίος Θεός των Χριστουγέννων: Στην προ-χριστιανική Ρωμαϊκή παράδοση, υπήρχε ο θεός Saturn, ο οποίος σχετιζόταν με τον γεωργικό κύκλο και τη γονιμότητα. Οι Χριστιανοί ενσωμάτωσαν

στα Χριστούγεννα πολλά στοιχεία από το φεστιβάλ των Saturnalia, συμπεριλαμβανομένων των εορταστικών γευμάτων και των δώρων.

Σε ευχαριστούμε πολύ!

Παρακαλώ! Εάν έχετε άλλες ερωτήσεις ή χρειάζεστε περισσότερες πληροφορίες, μη διστάσετε να ρωτήσετε.

Καλά Χριστούγεννα! 🎄



Τα Google-αρίσματα του 2023 και... τα γενέθλια του Google Search!

Μετρώντας πλέον αντίστροφα για τον ερχομό του νέου έτους, ήρθε η ώρα να δούμε ποιες ήταν οι αναζητήσεις που έκαναν οι Έλληνες χρήστες του διαδικτύου το 2023 που πλησιάζει στο τέλος του!



Πριν λοιπόν τραγουδήσουμε το "Γέρε χρόνε φύγε τώρα", ας ρίξουμε μια ματιά σε όσα μας απασχόλησαν και τα γκουγκλάραμε για να μάθουμε περισσότερα. Για να δούμε... σε πόσα θα πέσετε μέσα, εμείς πάντως στο γραφείο πέσαμε μέσα στα περισσότερα!

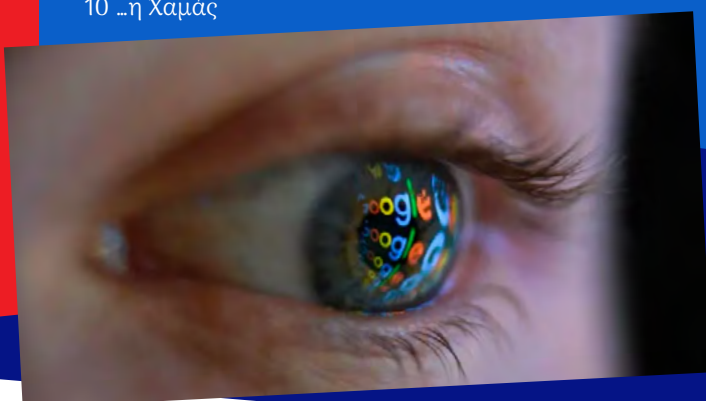
Ακολουθούν ανά κατηγορία, οι φετινές αναζητήσεις, που κάναμε στην Google.

Πρόσωπα:

- 1 Sin Boy
- 2 Στέφανος Κασελάκης
- 3 Οδυσσέας Σταμούλης
- 4 Αλέξης Γεωργούλης
- 5 Χάρης Δούκας
- 6 Κώστας Σλούκας
- 7 Νίκος Κοκλώνης
- 8 Andrew Tate
- 9 Δήμητρα Βαμβακούση
- 10 Έφη Αχτσιόγλου

Τι είναι...

- 1 ...η αλλαντίαση
- 2 ...ο στρεπτόκοκκος
- 3 ...η λεπτοσπείρωση
- 4 ...το 1237
- 5 ...ΛΟΑΤΚΙ
- 6 ...τα κιμπούτς
- 7 ...το Άσπεργκερ
- 8 ...το τόφου
- 9 ...η προσωπική διαφορά στις συντάξεις
- 10 ...η Χαμάς





Πότε...

- 1 ...αλλάζει η ώρα
- 2 ...παίζει η ΑΕΚ
- 3 ...είναι η Black Friday
- 4 ...είναι οι δημοτικές εκλογές
- 5 ...ανοίγει το τριώδιο
- 6 ...ανοίγουν τα σχολεία
- 7 ...έγινε η ναυμαχία της Ναυπάκτου
- 8 ...είναι το Halloween
- 9 ...μπαίνει το market pass
- 10 ...καταργήθηκε η θανατική ποινή στο Καζακστάν

Υποθέσεων και Δημόσιας Πολιτικής της Google Ελλάδας, Κύπρου, Μάλτας. Υπογράμμισε ότι «Ολοένα και περισσότεροι άνθρωποι κάνουν αναζητήσεις για την Τεχνητή Νοημοσύνη και παρόλο που η Google ενσωματώνει την Τεχνητή Νοημοσύνη στα εργαλεία και τις υπηρεσίες της, τα τελευταία δέκα χρόνια, το ενδιαφέρον συνεχίζει και αυξάνεται», καθώς «μπαίνουμε σε μία νέα κρίσιμη περίοδο και οι επιλογές που θα κάνουμε σήμερα -είτε είμαστε κυβερνήσεις, είτε βιομηχανία, είτε κοινωνία των πολιτών - θα διαμορφώσουν την πορεία προς μέλλον».

Γιατί...

- 1 ...ηλεκτρίζονται τα μαλλιά μου
- 2 ...πετάμε χαρταετό
- 3 ...δακρύζουν τα μάτια
- 4 ...γίνεται πόλεμος στο Ισραήλ
- 5 ...είναι μαύρα τα βουνά
- 6 ...νυστάζω συνέχεια
- 7 ...καθυστερεί η περίοδός μου
- 8 ...μουδιάζουν τα δάχτυλα των χεριών
- 9 ...νηστεύουμε
- 10 ...στεγνώνει το στόμα μου.

Ήξερες ότι...

Οι αναζητήσεις των Ελλήνων στην Google για θέματα Τεχνητής Νοημοσύνης αυξήθηκαν κατά 270% το 2023 σε σύγκριση με το προηγούμενο έτος.

Τα στοιχεία της σχετικής έρευνας παρουσίασε στο συνέδριο του Ελληνοαμερικανικού Επιμελητηρίου GES2023 η Ευγενία Μπόζου, επικεφαλής Κυβερνητικών

Οι κορυφαίες αναζητήσεις της Google τα τελευταία 25 χρόνια!

Η Google γιορτάζει τα 25α παγκόσμια γενέθλιά της και παρουσιάζει τις κορυφαίες αναζητήσεις που έγιναν σε παγκόσμιο επίπεδο, μέσα στα 25 χρόνια από τη γέννηση του Google Search.

Οι κορυφαίες αναζητήσεις μέσα σε 25 χρόνια σε παγκόσμιο επίπεδο

Ροκ συγκρότημα: The Beatles
 Καλλιτέχνης: Λεονάρντο ντα Βίντσι
 Αθλητής: Κριστιάνο Ρονάλντο
 Νικητής Grammy: Beyoncé
 Fashion icon: Rihanna
 Τραγουδίστρια: Taylor Swift
 Αθλημα: Ποδόσφαιρο
 Βιντεοπαιχνίδι: Minecraft
 Έργο τέχνης (εξαιρούνται θεατρικά έργα): Μόνα Λίζα
 Ακτιβίστρια: Γκρέτα Τούνμπεργκ

Η adidas έφερε τα three stripes στο φετινό MadWalk με το πιο ανατρεπτικό και original show

Η adidas έδωσε το παρών και στο φετινό Madwalk. Το show της adidas ήταν ένα ανατρεπτικό catwalk, πιο ελεύθερο και δημιουργικό, σκηνοθετημένο από τον Κωνσταντίνο Ρήγο.

Πηγή έμπνευσης του Original show της adidas στα Madwalk αποτέλεσε η φετινή μεγάλη καμπάνια των adidas Originals, που έκανε Reset στο brand αποτίνοντας φόρο τιμής στους δημιουργικούς πρωτοπόρους των τελευταίων 50 ετών. Με το μήνυμα της καμπάνιας των adidas Originals «We gave the world an original. You gave us a thousand back», η συμμετοχή της adidas στο Madwalk ήταν το όχημα για όσους εκφράζονται δημιουργικά, πρωτοποριακά και ελεύθερα. Η Marseaux, μια από τις πιο αγαπημένες καλλιτέχνιδες στο Gen Z κοινό και αυθεντική στο είδος της, ερμήνευσε ανατρεπτικά το τραγούδι της «Μαύρο Καρέ Κοντό», σε μια διασκευή του εμβληματικού τραγουδιού των Queen «We will rock you», το οποίο έχει συνδεθεί απόλυτα με τα Samba των adidas Originals. Η σκηνή του Madwalk «ντύθηκε» με τα iconic Three Stripes του brand, δημιουργώντας την πιο Original ατμόσφαιρα, με τη Marseaux και τους performers να αποτελούν μέρος της street κουλτούρας του brand. Τα outfits που παρουσιάστηκαν στο ανατρεπτικό catwalk αποτελούνταν από εμβληματικά items από τις Ready-to-wear συλλογές των adidas Originals.



Market Trends

Υπέροχα δώρα από την Harman/Kardon



Τα νέα φορητά ηχεία της Harman/Kardon απογειώνουν κάθε μουσικό ταξίδι, πηγαίνοντας την ποιότητα του ήχου σε άλλο level, εμπλουτίζουν την εμπειρία ακρόασης με το δυναμισμό και την πρωτοποριακή κατασκευή τους, ενώ την ίδια στιγμή συνιστούν μια εικαστική παρέμβαση στο χώρο προσφέροντας μια πλούσια οπτική ατμόσφαιρα. Το Harman/Kardon Luna είναι ιδανικό για χαλαρές στιγμές ενώ απολαμβάνετε το πρωινό σας στην κουζίνα ή για να δημιουργήσετε την τέλεια χριστουγεννιάτικη ατμόσφαιρα με αναμμένο τζάκι. Οργανώστε ένα αξέχαστο party για το Ρεβεγιόν με τους φίλους σας ή την οικογένειά σας βάζοντας στην guest list των καλεσμένων σας το Harman/Kardon Aura Studio 4. Αφεθείτε στη μαγεία των γιορτών πατώντας το play στο πολυτελές φορητό ηχείο Go+ Play

3 της Harman/Kardon. Δεν πρόκειται για μια ακόμη συσκευή ήχου αλλά για ένα κομψοτέχνημα, το οποίο διαθέτει κρυστάλλινο στερεοφωνικό ήχο 3 κατευθύνσεων, με υψηλή απόδοση. Το φορητό ηχείο Go + Play 3, θα «ντύσει» το χώρο με ισχυρά vībes ήχου, ενώ το νέο subwoofer του οποίου το μεγάφωνο έχει κατεύθυνση προς τα κάτω θα τον γεμίσει με μπάσο.

ΑΒ Βασιλόπουλος και περιοδικό δρόμου «σχεδία»: Μαζί για τον περιορισμό της σπατάλης τροφίμων



Η ΑΒ Βασιλόπουλος χαρακτηρίζεται από τους ισχυρούς δεσμούς που έχει αναπτύξει με τις τοπικές κοινωνίες, τις δράσεις Εταιρικής Υπευθυνότητας καθώς και την καινοτομία της. Σε αυτό το πλαίσιο, σχεδιάστηκε πριν 10 χρόνια το μοναδικό ολοκληρωμένο πρόγραμμα δωρεάς κοντόληκτων προϊόντων, «Τρόφιμα Αγάπης», με στόχο τον περιορισμό της σπατάλης τροφίμων. Προκειμένου να επεκταθεί περαιτέρω το πρόγραμμα και να ολοκληρωθεί ο κύκλος της προσφοράς, ξεκίνησε φέτος μια νέα συνεργασία με το εστιατόριο «σχεδία home», του περιοδικού δρόμου «σχεδία».

Πιο συγκεκριμένα, η ΑΒ Βασιλόπουλος αποστέλλει στο εστιατόριο «σχεδία home» ένα μεγάλο αριθμό κοντόληκτων προϊόντων, τα οποία είτε πλησιάζουν στην ημερομηνία λήξης τους είτε η συσκευασία τους δεν είναι κατάλληλη προς πώληση. Έτσι, οι καταξιωμένοι μάγειρες του εστιατορίου ετοιμάζουν με αυτά τα προϊόντα νόστιμα πιάτα ημέρας, κατάλληλα για κάθε γευστική προτίμηση. Σε συνεργασία με την οργάνωση «Μπορούμε» και την Τράπεζα Τροφίμων, το 2022 δωρίστηκαν πάνω από 9,1 εκατομμύρια γεύματα σε πάνω από 123.000 συνανθρώπους μας.

Σύμφωνα με πρόσφατα στοιχεία της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, το 2022 στην Ελλάδα παρήχθησαν 2,05 εκ. τόνοι αποβλήτων τροφίμων, από τους οποίους το 11% αφορά στην εστίαση και το 45% στα νοικοκυριά. Τα ποσοστά αυτά αναδεικνύουν την Ελλάδα ως τη χώρα της Ευρώπης με τα υψηλότερα ποσοστά σπατάλης τροφίμων και γι' αυτό το λόγο η ΑΒ Βασιλόπουλος έλαβε την απόφαση μέχρι το 2025 να μειώσει το δικό της αποτύπωμα στη σπατάλη τροφίμων κατά 50%, με πολύτιμο συνεργάτη το WWF Ελλάς.

Press Room

Η Stoiximan Επίσημος Χορηγός του UEFA EURO 2024™ για Ελλάδα και Κύπρο

Επίσημος παγκόσμιος χορηγός του UEFA EURO 2024™ θα είναι το Betano, μετά από την αποκλειστική συμφωνία που συνήψε η Kaizen Gaming, μία από τις μεγαλύτερες εταιρείες GameTech στον κόσμο.

Ειδικά για την Ελλάδα και την Κύπρο, επίσημος χορηγός της κορυφαίας ποδοσφαιρικής διοργάνωσης θα είναι η Stoiximan, το brand που διαχειρίζεται η Kaizen Gaming στις δύο χώρες. Το πολυαναμενόμενο UEFA EURO 2024™ θα διεξαχθεί το επόμενο καλοκαίρι στη Γερμανία σε 10 πόλεις, από τις 14 Ιουνίου έως τις 14 Ιουλίου 2024.

Αυτή είναι η πρώτη φορά στην ιστορία της UEFA που συνεργάζεται με μία εταιρεία GameTech για το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα, ενώ η Stoiximan αποτελεί το μοναδικό ελληνικό brand που έχει καταφέρει να συνδεθεί με τον θεσμό, φέρνοντας ένα από τα πιο δημοφιλή αθλητικά γεγονότα παγκοσμίως πιο κοντά στους φίλους του αθλητικού στοιχηματισμού. Το φίλαθλο κοινό θα έχει την ευκαιρία να ζήσει το ευρωπαϊκό πρωτάθλημα σε ένα εντελώς διαφορετικό επίπεδο, πριν ή κατά τη διάρκεια κάθε αγώνα του EURO 2024™ μέσω μίας από τις κορυφαίες πλατφόρμες online gaming στον κόσμο.





Με «Πολιτιστικές Διαδρομές» επεκτείνει ο Δήμος Τρικκαίων τις χριστουγεννιάτικες εκδηλώσεις στην πόλη

Εκδηλώσεις στα Τρίκαλα, πλήθος δραστηριοτήτων και κλίμα Χριστουγέννων σε όλη την πόλη. «απλώνει» ο Δήμος Τρικκαίων.



Με τις «Πολιτιστικές Διαδρομές» από την αντιδημαρχία Πολιτισμού, Παιδείας και Αθλητισμού, ο Δήμος Τρικκαίων αξιοποιεί τοπικά σχήματα, επεκτείνεται στον χορό, τα δρώμενα, τη μουσική πολλών διαφορετικών ειδών, τους ξυλοπόδαρους, τη χριστουγεννιάτικη παρέλαση στην πόλη, τα τύμπανα, τον Άγιο Βασίλη, τις ακίνητες μορφές, τα πάρτι... Σειρά εκδηλώσεων που, όπως τόνισε ο αρμόδιος αντιδήμαρχος Μιχάλης Λάμπας «στόχο έχουν στο να επεκτείνουμε το κλίμα Χριστουγέννων στην πρωτεύουσα των Χριστουγέννων, προσφέροντας χαρά σε όλους τους τρικαλινούς και τους φιλοξενούμενούς μας, παράλληλα με τον Μύλο των Ξωτικών».

Οι εκδηλώσεις βρίσκονται εύκολα [εδώ](#) ή στο μενού «Συνδέσεις» της ιστοσελίδας του Δήμου (www.trikalacity.gr)

Σημειώνεται ότι οι εκδηλώσεις θα εμπλουτίζονται συνεχώς.

Ο καμβάς της τρέλας: Παρουσίαση στη Θεατρική Σκηνή Αλίμου «Κάρολος Κουν»



Η παρουσίαση του πρώτου μυθιστορήματος του Θεωδωρή Θεοδωρόπουλου "Ο Καμβάς της Τρέλας" θα πραγματοποιηθεί την Τετάρτη στη θεατρική σκηνή "Κάρολος Κουν".

Για το βιβλίο θα μιλήσουν ο συγγραφέας Τάκης Τάγκαλος, η blogger και δημιουργός της ομάδας «Βιβλίο της παρέας», Εύα Νάτση. Για τον συγγραφέα θα μιλήσει η Ειρήνη Ζαχοπούλου, συγγραφέας & εκπαιδευτικός. Αποσπάσματα από το βιβλίο θα διαβάσουν ο Κυριάκος Παναγόπουλος, νομικός, και η Ειρήνη Ζαχοπούλου, συγγραφέας & εκπαιδευτικός. Η Άννα Κατσούλη θα έχει την καλλιτεχνική επιμέλεια και το τραγούδι.

Χαιρετισμό θα απευθύνει ο δήμαρχος Αλίμου Ανδρέας Κονδύλης, ενώ θα συντονίσει η αντιπρόεδρος του ΘΟΠΑΑ Αποστολία Σκλάβου.

Τετάρτη 13 Δεκεμβρίου, 19:30, Θεατρική σκηνή Κάρολος Κουν (Υψηλάντου και Θησείου, Άλιμος).

Τα μαγικά Στρουμφοχριστούγεννα έρχονται στο AVENUE!



Το AVENUE, στολισμένο και λαμπερό έχει ετοιμαστεί να υποδεχτεί όλες τις οικογένειες που θα το επισκεφθούν για τις γιορτινές τους αγορές! Νέα καταστήματα και στολισμένες βιτρίνες δημιουργούν το πιο ζεστό περιβάλλον για κάθε επισκέπτη.

Όπως κάθε χρονιά, το AVENUE ετοίμασε και φέτος την πιο χαρούμενη, την πιο «διαφορετική» γιορτή για τους μικρούς του φίλους. Μια λαμπερή, «Στρουμφογιορτή» με πολλές ψηφιακές εκπλήξεις, που θα μείνει αξέχαστη σε όλους!

Από τις 15 Δεκεμβρίου και για τρία τριήμερα (Παρασκευή-Σάββατο-Κυριακή) ως και την Παραμονή της Πρωτοχρονιάς, όλα τα παιδιά, μεταμορφώνονται σε στρουμφάκια για να λύσουν ένα μεγάλο μυστήριο: «Πού χάθηκε ο σάκος του Αϊ Βασίλη!».

Παιδιά και συνοδοί εισέρχονται στον ειδικά διαμορφωμένο χώρο, όπου «ζωντανεύει» μπροστά στα μάτια μικρών και μεγάλων η εικόνα του Μπαμπαστρούμφ για να δώσει τις πρώτες οδηγίες για τη λύση του μυστηρίου! Κι έτσι η περιπέτεια ξεκινάει και μέσα από μια μοναδική διαδρομή εικονικής πραγματικότητας με πολλές VR εκπλήξεις, τα παιδιά οδηγούνται στο Στρουμφοχωριό όπου βρίσκουν τον σάκο και παίρνουν το πτυχίο του Στρουμφοξωτικού και δώρα, για να θυμούνται αυτή την περιπέτεια για πάντα.

Food for Thought

kids' edition

Χριστουγεννιάτικη έκπληξη

Ένα όμορφο χριστουγεννιάτικο βιβλίο με παραθυράκια, γραμμένο σε στιχάκια. Για παιδιά από 3 ετών. [ΞΕΦΥΛΛΙΣΤΕ ΤΙΣ ΠΡΩΤΕΣ ΣΕΛΙΔΕΣ ΤΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ.](#)

Από τις εκδόσεις ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ.



quote of the day

"THE EARTH IS WHAT WE ALL HAVE IN COMMON."

Wendell Berry

Σήμερα
γιορτάζουν!

Σπυρίδων,
Σπυριδούλα



tip of the day

"Small acts,
when
multiplied by
millions of
people, can
transform the
world."

12 Δεκεμβρίου

- > Διεθνής Ημέρα Καθολικής Υγειονομικής Κάλυψης
- > Παγκόσμια Ημέρα Ουδετερότητας
- > National Poinsettia Day
- > Gingerbread House Day