

# Χριστουγεννιάτικη Μαγεία

ΧMAS  
Cappuccino



ΧMAS  
Σοκολάτα



ΒΙΤΕ  
Κουραμπιές



ΒΙΤΕ  
Μελομακάρονο

my  
DELIVERY

E-ORDER  
[www.gregorys.gr](http://www.gregorys.gr)

f gregorys.gr  
d gregorysgr  
i gregorysgr



Download app!

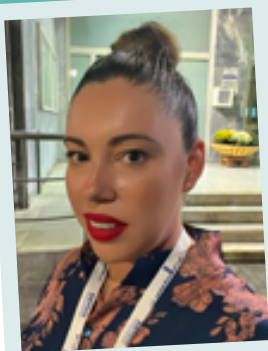
Γρηγόρης

SAY *yes* to the **press**

**LET'S SHINE TOGETHER!**



# Good morning SayYessers!



## Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Κάποτε ο Phil Knight, ο χαρισματικός ιδρυτής και πρώην διευθύνων σύμβουλος της Nike παρευρέθηκε σε ένα συνέδριο ως κεντρικός ομιλητής. Όταν ήρθε η σειρά του να μιλήσει για τη Nike, δεν προσπάθησε να πείσει τον κόσμο γιατί η εταιρεία του είναι καλύτερη από τον ανταγωνισμό, απλά απηύθυνε στο ίδιο το κοινό μία σειρά ερωτήσεων ώστε να καταλάβουν από μόνοι τους τι είναι αυτό που πρεσβεύει και ποιο λόγο ύπαρξης έχει η εταιρεία.

Κοιτάζοντας το κοινό λοιπόν, ο Knight ζήτησε από όσους τρέχουν ή κάνουν κάποιου είδους άσκηση να σηκωθούν. Και σχεδόν όλοι στο δωμάτιο σηκώθηκαν όρθιοι.

Μετά ρώτησε: «Αν τρέχεις τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα, συνέχισε να στέκεσαι. Όλοι οι άλλοι μπορούν να καθίσουν». Το μισό δωμάτιο κάθισε.

Συνέχισε ρωτώντας: «Αν τρέχεις 2-3 φορές την εβδομάδα, ανεξάρτητα από τον καιρό, συνέχισε να στέκεσαι». Τώρα, σχεδόν όλοι στο δωμάτιο κάθισαν εκτός από πολύ λίγα άτομα.

Κοιτάζοντας τους ανθρώπους που έμειναν όρθιοι, ο Knight είπε: «Είμαστε εδώ για εσάς. Όταν σηκώνεστε στις 6 το πρωί για να πάτε για τρέξιμο, ακόμα κι αν έξω έχει κρύο ή βρέχει, εμείς στεκόμαστε εκεί έξω στην παγωνιά και βρεχόμαστε μαζί σου, επευφημώντας σε. Είσαι ο πρωταθλητής μας και εμείς οι μεγαλύτεροι θαυμαστές σου».

Χωρίς ούτε μία αναφορά στις πιο πρόσφατες τεχνολογίες ή ποιοι διάσημοι αθλητές φορούν τα προϊόντα του, ο Knight έκανε μια πολύ πιο συναρπαστική τοποθέτηση σχετικά με το γιατί θέλουμε τη Nike στη ζωή μας. Το "Just Do It" της Nike, είναι κάτι περισσότερο από μια ετικέτα, είναι ένα σύνθημα. Είναι τρόπος ζωής. Είναι μια κραυγή συγκέντρωσης. Δεν έχει να κάνει καθόλου με τη νίκη παρά μόνο με την προσπάθεια.

**Tip of the Day:** Οι άνθρωποι γύρω μας δεν έλκονται από αυτό που κάνουμε, έλκονται από το «γιατί» το κάνουμε. Και αυτό το «γιατί» είναι ο πραγματικός παράγοντας διαφοροποίησης, είτε στη δουλειά είτε στην επιχείρηση είτε στη ζωή μας. Υπάρχουν δύο τρόποι για να χτίσουμε μια επιχείρηση, καριέρα ή ζωή. Μπορούμε είτε να περάσουμε τη ζωή κυνηγώντας και αναζητώντας ευκαιρίες ή πελάτες, ελπίζοντας ότι κάποια στιγμή δεν μπορεί κάποιος θα μας προσέξει ή μπορούμε να ζήσουμε τη ζωή μας με πρόθεση, γνωρίζοντας ποιοι είμαστε, τι μπορούμε να κάνουμε, γνωρίζοντας το «γιατί» το κάνουμε και πηγαίνοντας μπρος ολοταχώς κατευθείαν στο στόχο μας. Αν θέλεις να νιώθεις ένα "αθάνατο" πάθος για τη δουλειά και τη ζωή σου, αν θέλεις να αισθάνεσαι ότι συνεισφέρεις σε κάτι μεγαλύτερο από σένα, τότε πρέπει να ξέρεις τον σκοπό σου, να γνωρίζεις το γιατί το κάνεις και τότε όλα απλά θα είναι πιο εύκολα, just do it...

Κλαίρη Στυλιαρά  
Chief of SayYessers  
[claire@sayes.gr](mailto:claire@sayes.gr)

# Let's shine *together!*

*Χαμόγελα, χαρά, μοναδικές στιγμές μαζί με την οικογένεια και τους φίλους μας που θα γίνουν ξεχωριστές αναμνήσεις!*

Αυτό σημαίνει γιορτές! Ας επενδύσουμε, λοιπόν, στις στιγμές για να δώσουμε περισσότερο φως και χρώμα στη ζωή μας! Κάθε γιορτή είναι συνδεδεμένη με γεύσεις! Σας προτείνουμε συνταγές που αναβαθμίζουν το γιορτινό τραπέζι!

[Βρείτε όλες τις Χριστουγεννιάτικες συνταγές μας εδώ!](#)



Η πορκέτα είναι ένα ιταλικό παραδοσιακό πιάτο με βάση τη χοιρινή πανσέτα. Ακολουθώντας τη συνταγή που προτείνουμε θα γίνει τραγανή και πεντανόστιμη!

## Η πορκέτα των Χριστουγέννων



### ΘΑ ΧΡΕΙΑΣΤΟΥΜΕ (ΓΙΑ 8 ΜΕΡΙΔΕΣ)

- 3 κιλά χοιρινή πανσέτα
- 1 κ.γ. Μασούτης Από Τον Τόπο Μας Αλάτι
- ½ κ.γ. MrGrand Πάπρικα Καπνιστή
- ½ κ.γ. MrGrand Πιπέρι Μαύρο Τριμμένο
- 120 γρ. MrGrand Δαμάσκηνα Απύρηντα
- 120 γρ. MrGrand Βερίκοκα Αποξηραμένα
- 100 γρ. βατόμουρα ξερά ή κατεψυγμένα
- 700 γρ. MrGrand Καλαμπόκι, για την κρέμα καλαμποκιού
- 1 λίτρο MrGrand Γάλα Πλήρες 3,5% Λιπαρά Υψηλής Θερμικής Επεξεργασίας
- 60 γρ. Μασούτης Από Τον Τόπο Μας Βούτυρο Αγελάδος
- 50 γρ. παρμεζάνα
- 200 γρ. Μπέικον Ρολό σε Φέτες Χωρίς Γλουτένη
- 50 γρ. MrGrand Μέλι Επιλεγμένων Ανθέων
- 50 γρ. σκόνη σκόρδου MrGrand
- 2 κλωνάρια δεντρολίβανο
- 100 γρ. Μασούτης Από Τον Τόπο Μας Μαρμελάδα Ροδάκινο Γουμένισσας, για τη μαρινάδα
- 1 τεμ. Ζωμό κότας



**Βρείτε όλα τα υλικά της συνταγής εδώ**



### ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ

- Κόβουμε σε μικρά κομμάτια τα βερίκοκα, τα δαμάσκηνα και το σκόρδο, ρίχνουμε τα βατόμουρα, τα φύλλα του δεντρολίβανου και όλα τα κομμένα υλικά μέσα σε ένα μπολ, περιχύνουμε με μέλι και ανακατεύουμε.
- Στη χοιρινή πανσέτα ρίχνουμε αλάτι, πιπέρι, πάπρικα και τρίβουμε τα μπαχαρικά σε όλη την επιφάνεια του κρέατος.
- Απλώνουμε το μίγμα που έχουμε ετοιμάσει (αποξηραμένα φρούτα, μέλι κ.α.) σε όλη την επιφάνεια της πανσέτας.
- Στη συνέχεια τυλίγουμε σε ρολό το κρέας και το δένουμε. Ρίχνουμε αλάτι, πιπέρι, πάπρικα στο ρολό και ψήνουμε στους 150°C για 3 ώρες.
- Για το σερβίρισμα, περιχύνουμε το κρέας με τη μαρινάδα. Συνοδεύουμε με τη ζεστή σαλάτα και την κρέμα καλαμποκιού.
- **Για την κρέμα καλαμποκιού:** Ρίχνουμε σε μια κατσαρόλα το βούτυρο, το γάλα, το καλαμπόκι και τα αφήνουμε να βράσουν. Έπειτα αλέθουμε τα υλικά μέχρι να ομογενοποιηθούν.
- **Για τη ζεστή σαλάτα:** Βράζουμε για λίγο τα λαχανικά Βρυξελών. Τοποθετούμε το μπέικον σε μια λαδόκολλα, ρίχνουμε το μέλι και το ψήνουμε στους 160°C για 10 λεπτά. Για το σερβίρισμα ρίχνουμε στα λαχανικά λάδι, αλάτι και το ψημένο μπέικον.

Με καταγωγή από την Ουγγαρία,  
το γκούλας είναι ένα παραδοσιακό πιάτο,  
πολύ νόστιμο και θρεπτικό!

## Γκούλας, η γιορτινή σούπα!



### ΘΑ ΧΡΕΙΑΣΤΟΥΜΕ (ΓΙΑ 8 ΜΕΡΙΔΕΣ)

- 2 κιλά μοσχάρι κότσι σε μέτριους κύβους
- 300 γρ. κρεμμύδια ξερά
- 240 ml Μασούτης Από Τον Τόπο Μας Ελαιόλαδο Κλασικό
- 160 γρ. Μπέικον Ρολό σε Φέτες Χωρίς Γλουτένη
- γαρίφαλο Τριμμένο MrGrand
- 160 γρ. πελτέ Μασούτης Από τον Τόπο Μας
- 60 γρ. ζάχαρη
- 500 γρ. τομάτες αποφλοιωμένες σε κύβους
- 400 γρ. καρότο σε κύβους
- 4 τεμ. MrGrand Δάφνη Σε Φύλλα
- 4 τεμ. κλωνάρια σέλινο ψιλοκομμένο
- 2 σκελίδες σκόρδο
- 160 ml Μασούτης Από Τον Τόπο Μας Κρασί Λευκό Ξηρό
- 6 γρ. MrGrand Κύμινο Τριμμένο
- 6 γρ. MrGrand Μοσχοκάρυδο Ολόκληρο
- 4 κ.σ. MrGrand Αλεύρι Για Όλες Τις Χρήσεις
- 100 γρ. πιπεριές Φλωρίνης, φρέσκες σε κύβους
- 400 γρ. πατάτες σε κύβους
- 4 λίτρα ζωμό κρέατος
- 16 γρ. Μασούτης Από Τον Τόπο Μας Αλάτι
- 8 γρ. MrGrand Πιπέρι Μαύρο Τριμμένο
- 300 γρ. γιαούρτι Μασούτης Από Τον Τόπο Μας



### ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ

- Σοτάρουμε στην κατσαρόλα το μπέικον με το λάδι μέχρι να γίνει τραγανό.
- Προσθέτουμε τα κρεμμύδια, το σκόρδο και τη ζάχαρη. Μόλις ροδίσουν ρίχνουμε τον πελτέ και το κρέας και συνεχίζουμε το σοτάρισμα σε δυνατή φωτιά.
- Πασπαλίζουμε το κρέας με το αλεύρι και ανακατεύουμε καλά για 3-4'. Σβήνουμε με το κρασί και προσθέτουμε όλα τα υπόλοιπα υλικά καθώς και τον ζωμό. Μαγειρεύουμε σε χαμηλή φωτιά για 1-1/2 ώρα. Σερβίρουμε με λίγη πάπρικα καυτερή.

**Βρείτε όλα τα υλικά της συνταγής εδώ**

*Baking... sweet memories!*

Ήρθε η ώρα του γλυκού!  
Γεύσεις και αρώματα θα μας χαρίσουν  
μια μοναδική γευστική εμπειρία...

## Χριστουγεννιάτικος κορμός με φρούτα του δάσους



### ΘΑ ΧΡΕΙΑΣΤΟΥΜΕ (ΓΙΑ 10 ΜΕΡΙΔΕΣ)

#### Για το παντεσπάνι

- 80 γρ. Μασούτης Από Τον Τόπο Μας Αλεύρι Για Όλες Τις Χρήσεις
- 80 γρ. Ζάχαρη κρυσταλλική
- 3 αβγά ελευθέρως βοσκής Μασούτης Από Τον Τόπο Μας
- 3 κρόκους αβγών ελευθέρως βοσκής Μασούτης Από Τον Τόπο Μας
- 30 γρ. MrGrand Κακάο

#### Για την επικάλυψη

- 250 γρ. κουβερτούρα Mr Grand Κακάο Μαδαγασκάρης
- 180 γρ. MrGrand Κρέμα Γάλακτος 38% Λιπαρά
- 30 ml amaretto

#### Για την κρέμα

- 5 ασπράδια
- 40 γρ. ζάχαρη
- 140 γρ. MrGrand Σοκολάτα Γάλακτος 85γρ.
- 30 γρ. MrGrand Βούτυρο Αγελάδος 250γρ.
- 150 γρ. φρούτα του δάσους
- 10 γρ. MrGrand Ζάχαρη Άχνη

**Βρείτε όλα τα υλικά της συνταγής εδώ**

### ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ

- Πρώτα ετοιμάζουμε το παντεσπάνι. Χτυπάμε στο mixer τα αβγά με τη ζάχαρη και τους κρόκους πολύ καλά. Προσθέτουμε το κακάο και το αλεύρι κοσκινισμένο και ανακατεύουμε με μία σπάτουλα. Αδειάζουμε σε ταψί με λαδόκολλα και ψήνουμε στους 190°C για 12 λεπτά σε ζεστό φούρνο. Όταν είναι έτοιμο αφήνουμε να κρυώσει πολύ καλά.

- Στη συνέχεια ετοιμάζουμε την κρέμα. Χτυπάμε τα ασπράδια με την ζάχαρη μέχρι να γίνουν σφιχτή μαρέγκα. Σε ένα μπεν μαρί λιώνουμε την σοκολάτα με το βούτυρο. Προσέχουμε να μην ζεσταθεί πολύ και την ενσωματώνουμε στην μαρέγκα. Αναμιγνύουμε καλά με μια σπάτουλα και βάζουμε στο ψυγείο.

- Τέλος ετοιμάζουμε την επικάλυψη. Βάζουμε την κρέμα γάλακτος σε ένα καθαρολάκι να ζεσταθεί στους 90°C. Αποσύρουμε και προσθέτουμε την σοκολάτα θρυμματισμένη και το amaretto και ανακατεύουμε μέχρι να λιώσει εντελώς.

- Βάζουμε στο ψυγείο για 2 ώρες. Βάζουμε το παντεσπάνι πάνω στον πάγκο και αφαιρούμε την λαδόκολλα.

- Απλώνουμε την κρέμα σε όλη την επιφάνειά του και το 1/3 από τα φρούτα χοντροκομμένα.

- Τυλίγουμε σφιχτά σε ρολό από την κατά μήκος πλευρά του.

- Στη συνέχεια αφρατεύουμε την επικάλυψη με το σύρμα και την απλώνουμε ομοιόμορφα σε όλη την επιφάνεια του κορμού.

- Διακοσμούμε με τα υπόλοιπα φρούτα του δάσους Κόβουμε σε χοντρές φέτες και σερβίρουμε με άχνη ζάχαρη.



# Σεβασμός στην πράξη!

*47 χρόνια πρωτοπορίας, ευθύνης και προσφοράς*

**Η Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. βρίσκεται διαχρονικά δίπλα στον άνθρωπο, οργανώνει και υποστηρίζει δράσεις που στοχεύουν στην προστασία του περιβάλλοντος και στη στήριξη συμπολιτών μας που δοκιμάζονται.**

**Στήριξη των συνανθρώπων μας που δοκιμάστηκαν από ακραία καιρικά φαινόμενα**

Η Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. στήριξε έμπρακτα τους συνανθρώπους μας που δοκιμάστηκαν στις θεομηνίες που έπληξαν τον Βόλο, την Καρδίτσα, τα Τρίκαλα και τη Λάρισα προσφέροντας περισσότερα από 78.000 τεμάχια εμφιαλωμένα νερά, 300 κιλά τρόφιμα και 100lt ελαιόλαδο. Επίσης, προσέφερε ειδική έκπτωση της τάξεως του 20% σε όλα τα προϊόντα στις περιοχές: Λάρισα, Τρίκαλα, Καρδίτσα, Βόλος, Σοφάδες, Φάρσαλα, Σκιάθος και Ελασσόνα. Ακόμη, τα super market Μασούτης ανταποκρίθηκαν στο κάλεσμα της ΕΠ.ΟΜ.Ε.Α. προσφέροντας 1.500 τεμάχια καινούργια κλινοσκεπάσματα για τους πληγέντες στη Θεσσαλία μετά το πέρασμα της κακοκαιρίας "Daniel".

Επιπλέον η εταιρεία βρέθηκε δίπλα στους πυρόπληκτους στην Κέρκυρα, τον Βόλο και τη Ρόδο, και στήριξε τους πυρόπληκτους της Αττικής τόσο αυτόνομα ως εταιρεία όσο και με συνεργασίες (Humanity Greece, φιλανθρωπικός οργανισμός «ΑΠΟΣΤΟΛΗ») προσφέροντας πάνω από 6.000 συσκευασμένα τρόφιμα και είδη πρώτης ανάγκης.

**30 Χρόνια Λειτουργίας Τράπεζας Αίματος Μασούτης**

Στα 30 χρόνια λειτουργίας εθελοντικής αιμοδοσίας, η Τράπεζα Αίματος Μασούτης έχει συγκεντρώσει περισσότερες από 3.200 φιάλες αίματος και έχει διοργανώσει 180 αιμοδοσίες.

**Η δικιά «Μας» καθημερινότητα...**

Τον τελευταίο χρόνο η Μασούτης έχει υλοποιήσει περισσότερες από 800 χορηγίες πανελλαδικά, οι οποίες αφορούν: σχολικές μονάδες, δομές κοινωνικών παντοπωλείων, ιδρύματα, ενορίες, πολιτιστικούς συλλόγους κ.α. Μεταξύ άλλων, η εταιρεία υποστηρίζει 8 Δομές Κοινωνικών Παντοπωλείων. Η προσφορά ανέρχεται σε πάνω από 1.000.000€ σε προϊόντα. Επίσης, σε συνεργασία με την Ιερά Αρχιεπισκοπή Αθηνών "Αποστολή", έχει διαθέσει πάνω από 4.000.000 μερίδες φαγητού σε διάφορες πόλεις της Ελλάδος. Περισσότεροι από 60 Δήμοι, Κοιότητες, Δομές Δήμων έχουν υποστηριχθεί από τη Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. και για πάνω από μία δεκαετία στηρίζει «Το Χαμόγελο του Παιδιού».

**Η Μασούτης δίπλα στο Περιβάλλον «Μας»**

Χάρη στη συνέργεια της Μασούτης και των εταιρειών MEFA & Colgate με την εταιρεία North Aegean Slops, υπό την αιγίδα του Υπουργείου Μακεδονίας Θράκης, τον μήνα Σεπτέμβριο συλλέχθηκαν πάνω από 30 τόνοι αποβλήτων από τον Θερμαϊκό Κόλπο. Ανάμεσα στις πολλές δράσεις τις για το

περιβάλλον, η Μασούτης μαζί με την εταιρεία Σαράντης καθάρισαν το λιμάνι και την ακτή των Νέων Μουδανιών, Χαλκιδικής όπου περισυλλέχθηκαν απόβλητα πάνω από 1500 κιλά.

**Επιπρόσθετα,**

- Από το 2017 μέχρι σήμερα έχουν ανακυκλωθεί 76.000 μπαταρίες.
- Από το 2020 έως και σήμερα έχουν πραγματοποιηθεί περισσότερες από 3.000 αποστολές ηλεκτρικών συσκευών, μέσω ειδικών διαμορφωμένων κάδων που φιλοξενούνται στα καταστήματα Μασούτης.
- Σε 250 καταστήματα του δικτύου της, η Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. διατηρεί βαρέλια ανακύκλωσης λαδιού όπου έχουν συγκεντρωθεί πάνω από 140 τόνοι καμμένων λαδιών.



**Μπορείτε να μάθετε περισσότερα για τις δράσεις της Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. σκανάροντας εδώ**





# Ολοκληρώθηκε με επιτυχία το 3rd FAMILY BUSINESS SUMMIT

Ολοκληρώθηκε το 3rd FAMILY BUSINESS SUMMIT, που διοργάνωσε με μεγάλη επιτυχία η CLEON Conferences & Communications για τρίτη συνεχόμενη χρονιά, υπό την αιγίδα της Ελληνικής Ένωσης Επιχειρηματιών (ΕΕΝΕ) και της ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ. Σημειώνεται ότι στο φετινό 3rd FAMILY BUSINESS SUMMIT συμμετείχαν πάνω από 70 ιδιοκτήτες και μέλη οικογενειακών επιχειρήσεων. Στο 3rd FAMILY BUSINESS SUMMIT συζητήθηκαν μεταξύ άλλων, η διαδοχή, η συνδιαχείριση δύο γενεών, τα megatrends και οι γεωπολιτικοί κίνδυνοι που επηρεάζουν και συνδιαμορφώνουν την πορεία τους. Δείτε περισσότερα [εδώ](#) και στο βίντεο που ακολουθεί.

*To Say Yes to the Press ήταν Χορηγός Επικοινωνίας.*

**3rd FAMILY BUSINESS SUMMIT**  
Thursday December 14 2023  
HELLENIC RIDINGS CLUB  
Hellenic R. Association, Greece

**Speakers:**

- Alonzo Georgaklis, Director of Culture and Social Affairs
- Grigoris Lavidas, Managing Director, Cleon Conferences & Communications
- Tamiris Moustakoglou, Special Secretary of Foreign Affairs, Ministry of the Greek Government
- Pavlos Efthymiou, General Director, Entrepreneurial Association (E.F.A.E.)
- Yorgos Apostolakis, Deputy Senior Partner, EYUS in Greece
- Giorgos Anagnostis, Influencer
- John Chalkiadakis, President of Athens Chapter of Tróika and President Mega Tróika
- Alexandros Vasiliou, Co-Head Investors
- Stavros Eleftheriades, Founder, Institute for Politics & Forensic Research (IPAF)
- Konstantinos Tsoukas, President & CEO, London School
- Stavros Giannetas, Chief Executive Officer, MORNIS S.A.
- Charitos Giannatou, Member of the Board of Directors, Odeon Talents S.A.
- Evangelos Glezis, CEO & Founder, Glezis Robotics
- Dr. Paris Giannakidis, CEO, Komatos Paper Mills, Greece
- George Ispantidis, Founder, 888 Foods
- Arsenios Ispantidis, CEO, 888 Foods
- Dr. Nikolaos Chr. Kalogiannidis, Managing Director, Influence - Community & Investment Consultants
- Maria Kalberg, Head of Customer Excellence and Experience, Hellenic Health Care Group
- Kostas Kalogiros, President & CEO, Evloevreiki SA
- Sofia Karapanagiotou, General Manager, Tróika Digital S.A.
- Theodoros N. Kiriakos, Founder & CEO, Endoza
- Fotini Koutali, Marketing Supervisor, Vodafone Institute
- Panayiotis Koukoulidis, Managing Director, C&P&K
- Panayiotis Koukoulidis, Executive Board Member, Hellenic Financial Stability Fund
- Konstantinos Marinos, Managing Director, MARN S.A.
- Katerina Polyzou, Senior Manager, Consulting, ISECO in Greece
- Dr. Marika Varela, Senior Associate, Regional A.S. Papermillers & Forestry Law Firm

3rd FAMILY BUSINESS SUMMIT  
Watch later Share  
ΚΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ  
Αγης Πιστιόλας  
Πρόεδρος ΔΣ της Πρωτοβουλίας ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ, ΗΕΕΕ ΔΕ ΚΑΙ Διοικητής Marketing & Επικοινωνίας της Αγροπ'  
3rd FAMILY BUSINESS SUMMIT  
Πέμπτη 14 Δεκεμβρίου 2023  
ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΟΡΓΑΝΩΣΕΩΝ  
Watch on YouTube

## Έχεις ακούσει για το HereAfter AI;

Η νέα εφαρμογή HereAfter AI προσφέρει έναν μοναδικό τρόπο σύνδεσης με αγαπημένα πρόσωπα που δεν βρίσκονται πια στη ζωή, χρησιμοποιώντας τις φωνές τους για να απαντήσουν σε ερωτήσεις μας! Η HereAfter AI λειτουργεί συγκεντρώνοντας ώρες συνεντεύξεων με ένα άτομο. Στη συνέχεια οι συνεντεύξεις επεξεργάζονται με τη χρήση προηγμένων αλγορίθμων τεχνητής νοημοσύνης για να δημιουργηθεί ένα ευέλικτο avatar που έχει την ικανότητα να αλληλεπιδρά με τους χρήστες. Αυτό μπορεί να είναι μία σημαντική πηγή πληροφοριών για τις επόμενες γενιές, δίνοντάς τους την ευκαιρία να ακούσουν τις απόψεις των προγόνων τους με τις δικές τους φωνές. Είναι αξιοσημείωτο ότι οι απαντήσεις που παρέχει βασίζονται στις εμπειρίες και τις απόψεις του ατόμου. Με την HereAfter AI γίνεται η αρχή για πιο εξατομικευμένες αλληλεπιδράσεις με το παρελθόν μας. Μάθετε περισσότερα [εδώ](#).



Με την HereAfter AI γίνεται η αρχή για πιο εξατομικευμένες αλληλεπιδράσεις με το παρελθόν μας. Μάθετε περισσότερα [εδώ](#).

## To Pre - Christmas "Sugarlandia" Party του premium "Don Papa Rum"



Τάσος Μιχαλόπουλος - Κάτια Ταραμπιάνο - Γιάννης Μπαλούκας - Ραμόνα Βλαντί - Βίκυ Κουλιανού - Παναγιώτης Φράγκος - Νίκος Σαραντάκης

Τη γιορτινή διάθεση συμπλήρωσαν τα animal movements από επαγγελματίες χορευτές, ενώ το photo booth και μια σειρά από άλλα activations, ήταν αρκετά για να απογειώσουν την διάθεση όσων βρέθηκαν εκεί, μετατρέποντας την βραδιά σε "talk of the town" για τα φετινά Χριστούγεννα!

Σε ένα φαντασμαγορικό pre-Christmas event γεμάτο tropical και festive διάθεση έδωσαν το παρών προσωπικότητες από τον χώρο της μόδας, της μουσικής, του αθλητισμού, του θεάτρου, της τηλεόρασης, καθώς και φίλοι του "Don Papa Rum", του μοναδικού premium rum από τις Φιλιππίνες που διανέμεται στην Ελλάδα από την "The Sky Spirits Company". Στον ειδικά διαμορφωμένο χώρο του "34 Athens" Bar Restaurant στην πλατεία Καρύτση, το "Don Papa Rum" υποδέχθηκε λαμπερούς καλεσμένους από τον καλλιτεχνικό και δημοσιογραφικό χώρο της πόλης και party influencers, οι οποίοι διασκέδασαν με τις πιο ξεσηκωτικές μουσικές επιλογές του πιο εκκεντρικού και ξεχωριστού DJ της Αθηναϊκής νύχτας, Quentin, απολαμβάνοντας signature "Don Papa Rum" Cocktails, διασκεδάζοντας με ατελείωτο χορό και ταξιδεύοντας νοερά μέσα από το σκηνικό που θύμιζε πραγματική ζούγκλα των Φιλιππίνων.

## Market Trends

### Το πρώτο unisex άρωμα της Funky Buddha

Το πρώτο unisex άρωμα της Funky Buddha είναι εδώ! Το άρωμα συνδυάζει μια αίσθηση δροσιάς, άνεσης και φρεσκάδας, παράλληλα με ξυλώδεις, ζεστές, απαλές νότες. Πρόκειται για ένα ιδανικό πάντρεμα αρσενικού και θηλυκού αρώματος, που το αναγάγει στο τέλειο δώρο για Εκείνον και για Εκείνη, δηλαδή για σένα - FOR YOU!

Η πρώτη unisex αρωματική δημιουργία της Funky Buddha θα γίνει απαραίτητο και αναντικατάστατο must-have που θα σε συντροφεύσει και θα το φοράς σε κάθε έξοδό σου.

Βυθίσου στη μαγεία του γλυκού neroli, των ζηριών ανθών πορτοκαλιάς, του ξυλώδους Cashmeran που αφήνει μια μεταξένια αίσθηση στην επιδερμίδα και του Sinfonide, ένα συστατικό που προσφέρει στο άρωμα μια πουδρένια και βελούδινη αίσθηση καθαριότητας και το οποίο είναι γνωστό για τις αφροδισιακές του ιδιότητες. Το πρώτο unisex άρωμα της Funky Buddha αντιπροσωπεύει την τόλμη, την αυθεντικότητα και την cool πλευρά του brand, στοιχεία που ανήκουν στο DNA του.





**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.



# Ατυχήματα των δοντιών στα χιόνια ή τον πάγο

Τα δόντια είναι ένα από τα πιο ευαίσθητα μέρη του σώματος και μπορούν να τραυματιστούν εύκολα από πτώσεις, χτυπήματα ή συγκρούσεις.



Στη μισή Ελλάδα δεν έχουμε χιόνια αλλά αρκετοί πηγαίνουν εκδρομές σε χιονισμένους προορισμούς. Τα Χριστούγεννα, οι πιθανότητες για τέτοια ατυχήματα αυξάνονται, καθώς είθισται να επισκεπτόμαστε χιονοδρομικά κέντρα και παγοδρόμια. Ο πάγος και το χιόνι κάνουν την επιφάνεια πιο ολισθηρή και δυσκολεύουν την ισορροπία με αποτέλεσμα να έχουμε συχνές πτώσεις. Επίσης, η χαμηλή θερμοκρασία μπορεί να προκαλέσει συστολή και διαστολή των δοντιών, τρίζιμο ή βρυγμό που μπορεί να οδηγήσει σε ρωγμές ή κατάγματα.

## Είδη τραυματισμών

Τα είδη των τραυματισμών που μπορούν να προκύψουν στα δόντια από τα χιόνια ή τον πάγο είναι αρκετά. Μερικά από αυτά είναι:

## Κάταγμα της αδαμαντίνης

Είναι η πιο συχνή περίπτωση και αφορά την επιφανειακή ζημιά του εξωτερικού στρώματος του δοντιού. Μπορεί να είναι αόρατο ή να φαίνεται ως μια λεπτή γραμμή ή ένα μικρό κομμάτι που λείπει. Συνήθως δεν προκαλεί πόνο, αλλά μπορεί να επηρεάσει την εμφάνιση και την ευαισθησία του δοντιού. Η θεραπεία εξαρτάται από το μέγεθος και τη θέση του κατάγματος και μπορεί να περιλαμβάνει σφράγισμα, όψη (πορσελάνης ή ρητίνης), στεφάνη (θήκη).

## Κάταγμα της οδοντίνης

Είναι ένα βαθύτερο κάταγμα που επηρεάζει το εσωτερικό στρώμα του δοντιού. Μπορεί να προκαλέσει έντονο πόνο,



ειδικά όταν το δόντι εκτίθεται σε κρύο ή ζεστό.  
Η θεραπεία μπορεί να απαιτήσει ενδοδοντική θεραπεία (απονεύρωση), στεφάνη (θήκη) ή εξαγωγή του δοντιού.

### Κάταγμα της ρίζας

Είναι ένα κάταγμα που πηγαίνει κάθετα από τη ρίζα του δοντιού προς την κορυφή.

Μπορεί να είναι δύσκολο να διαγνωστεί και να προκαλέσει φλεγμονή, λοίμωξη ή κύστη στο οστό.

Η θεραπεία συνήθως αποτελείται από εξαγωγή του δοντιού και προσθετική αποκατάσταση.

### Μετατόπιση του δοντιού

Είναι η μετακίνηση του δοντιού από τη φυσιολογική του θέση, είτε προς τα μέσα, είτε προς τα έξω, είτε προς τα πάνω, είτε προς τα κάτω. Μπορεί να προκαλέσει πόνο, αιμορραγία, φλεγμονή ή νέκρωση του νεύρου. Η θεραπεία εξαρτάται από το βαθμό της μετατόπισης και μπορεί να περιλαμβάνει επανατοποθέτηση, σταθεροποίηση, ενδοδοντική θεραπεία (απονεύρωση) ή εξαγωγή.

### Εκγόμφωση του δοντιού

Είναι η πλήρης απομάκρυνση του δοντιού από την οστική κοιλότητα. Μπορεί να προκαλέσει αιμορραγία, τραύμα στα ούλα και απώλεια του δοντιού. Η θεραπεία απαιτεί άμεση επέμβαση και περιλαμβάνει την επανατοποθέτηση και τη σταθεροποίηση του δοντιού, με ή χωρίς ενδοδοντική θεραπεία (απονεύρωση).

### Συμπέρασμα

Τα ατυχήματα των δοντιών στα χιόνια ή τον πάγο είναι συχνά και μπορούν να έχουν σοβαρές συνέπειες για την υγεία και την εμφάνιση του στόματος. Για αυτό τον λόγο, είναι σημαντικό να προστατεύουμε τα δόντια μας με κατάλληλο εξοπλισμό και να ακολουθούμε τις βασικές αρχές της οδοντικής υγιεινής. Αν όμως συμβεί κάποιο ατύχημα, θα πρέπει να γνωρίζουμε τις πρώτες βοήθειες και να αναζητήσουμε άμεσα τη βοήθεια ενός ειδικού οδοντιάτρου, που θα μπορέσει να αποκαταστήσει τη λειτουργία και την αισθητική των δοντιών μας.



## Χριστούγεννα 2023: Πρόγραμμα δωρεάς παιχνιδιών από τα Public!

Η ΜΑΤΕΙΑ ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΜΟΙΡΑΖΕΣΑΙ!



Πρόγραμμα Δωρεάς Παιχνιδιών  
**Public**

Και φέτος τα Χριστούγεννα, τα Public δημιουργούν τις πιο όμορφες γιορτινές εμπειρίες για μικρούς και μεγάλους. Έτσι, συγκεντρώνουν παιδικά δώρα για να σκορπίσουν απλόχερα χαρά και πολλά χαμόγελα στους μικρούς μας φίλους, που ιδιαίτερα αυτές τις γιορτινές μέρες, το έχουν περισσότερο ανάγκη από ποτέ. Τα Public έχουν δημιουργήσει το [Πρόγραμμα Δωρεάς Παιχνιδιών](#) μέσω του οποίου θα συγκεντρώσουν παιχνίδια για να δοθούν στα παιδιά των Παιδικών Χωριών SOS. Σε συνεργασία με την [Swapplanet](#), την πλατφόρμα ανταλλαγής παιχνιδιών, παιδικών ρούχων και βιβλίων που δίνει δεύτερη ζωή σε αντικείμενα που δεν χρησιμοποιούνται πια, θα συγκεντρωθούν και θα παραδοθούν παιχνίδια που θα έχουμε δωρίσει όλοι μας. Στο Πρόγραμμα μπορεί να συμβάλει κάθε ένας από εμάς με μια απλή επίσκεψη στα καταστήματα Public Αττικής που φιλοξενούν την ενέργεια, τα οποία είναι:

Αγ. Ι. Ρέντης, Αγ. Παρασκευή, Αγ. Παρασκευή - Μεσογείων, Αργυρούπολη, Κορυδαλλός, Ν. Σμύρνη, Πειραιάς, Περιστέρι Λ. Αθηνών, Σύνταγμα

Σε οποιοδήποτε από τα παραπάνω καταστήματα [Public](#), εντοπίζουμε τον ειδικό σάκο του Αγίου Βασιλή και εκεί μέσα τοποθετούμε είτε μεταχειρισμένα παιχνίδια που βρίσκονται σε καλή κατάσταση, είτε ολοκαίνουργια παιχνίδια που θέλουμε να μοιραστούμε με τα παιδιά. Στη συνέχεια, τα παιχνίδια που θα συγκεντρωθούν από όλα τα καταστήματα, και εφόσον έχουν περάσει από τον απαραίτητο ποιοτικό έλεγχο, θα προσφερθούν στα παιδιά που φιλοξενούνται στα παιδικά Χωριά SOS.

## Educational

### Σε ποια ηλικία έχουμε περισσότερη αυτοπεποίθηση;

Αν πιστεύετε ότι η αυτοπεποίθηση σχετίζεται με τη νεότητα κάνετε λάθος! Ερευνητές από το Πανεπιστήμιο της Βέρνης στην Ελβετία εξέτασαν πότε η αυτοπεποίθηση του μέσου ανθρώπου είναι υψηλότερη κατά τη διάρκεια της ζωής του. Αναλύθηκαν 191 έρευνες στις οποίες συμμετείχαν συνολικά πάνω από 165.000 άτομα. Οι ερευνητές συμπέραναν ότι η αυτοπεποίθηση αυξάνεται καθόλη τη διάρκεια της ζωής ενός ατόμου με εξαίρεση την εφηβική ηλικία. Μετά τα 15 έτη τα επίπεδα αυτοπεποίθησης αρχίζουν να ανεβαίνουν ξανά και κορυφώνονται στη μέση ηλικία. Η αυτοπεποίθηση φτάνει στο υψηλότερο σημείο της στην ηλικία των 60 ετών και παραμένει σε υψηλά επίπεδα μέχρι περίπου τα 70 μας χρόνια. Μετά συνήθως υπάρχει μια μικρή πτώση. Φυσικά κάθε περίπτωση είναι μοναδική και είναι πολύ αισιόδοξο ότι σύμφωνα με τους ερευνητές πολλοί άνθρωποι διατηρούν το επίπεδο της αυτοπεποίθησής τους υψηλό ακόμα και στα 100!





## Το Ούζο Βαρβαγιάννη στο πλευρό πέντε διαφορετικών Σωματείων για τα φετινά Χριστούγεννα

Όπως κάθε χρόνο έτσι και τα φετινά Χριστούγεννα, το Ούζο Βαρβαγιάννη συνδράμει στο έργο διαφορετικών κοινωφελών Οργανισμών, σε μια προσπάθεια να στηρίξει συνανθρώπους που το έχουν ανάγκη.

Το Ούζο Βαρβαγιάννη συνέβαλε με προϊόντικές δωρεές σε Χριστουγεννιάτικα Μπαζάρ με σκοπό την ενίσχυση των αναγκών των σωματείων. Οι επισκέπτες των Μπαζάρ είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν την ποικιλία των γεύσεων του Ούζου Βαρβαγιάννη και να πραγματοποιήσουν τις Χριστουγεννιάτικες αγορές τους για καλό σκοπό.

Η εταιρεία Ούζο Βαρβαγιάννη στήριξε μεταξύ άλλων τον Φιλανθρωπικό Σύλλογο η «Αγκαλιά», το Μπαζάρ του Φιλανθρωπικού Σωματείου «ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ» και τη διοργάνωση του Ελληνοαμερικανικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος, μέσω της πρωτοβουλίας ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ.

Παράλληλα, συνέδραμε στα φιλανθρωπικά Μπαζάρ της Μονάδας ανακουφιστικής φροντίδας ΓΑΛΙΛΑΙΑ, του Ενοριακού Καθολικού Ναού Αγίου Ιωάννου Βαπτιστού

καθώς και στο event του οργανισμού «ΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ - ΛΙΛΙΑΝ ΒΟΥΔΟΥΡΗ».

Το Ούζο Βαρβαγιάννη με υψηλό το αίσθημα φροντίδας και αλληλεγγύης ανάγει σε προτεραιότητά του την κοινωνική προσφορά μέσα από συνεχείς δράσεις που αποσκοπούν στην ανακούφιση του κοινωνικού συνόλου.

### info

Πιστοί φύλακες της παράδοσης των 160 χρόνων, η οικογένεια Βαρβαγιάννη βαδίζει στα βήματα που χάραξε ο Ευστάθιος Βαρβαγιάννης από το 1860 όταν έφτασε στο γραφικό Πλωμάρι της Λέσβου. Με πολλή αγάπη και μεράκι, η 100% ελληνική οικογενειακή επιχείρηση Βαρβαγιάννη επιλέγει προσεκτικά αγνά, φυσικά υλικά, τα οποία σε απόλυτη αρμονία με την ιστορία και την παράδοση αλλά και με την χρήσιμη συμβολή της τεχνολογίας οδηγούν στη δημιουργία ενός εκλεκτού ελληνικού ποτού, του ούζου, με το οποίο το όνομα της εταιρείας Βαρβαγιάννη έχει καταφέρει να ταυτιστεί παγκοσμίως.



## Η LG και φέτος στηρίζει του άστεγους της Αθήνας

Η LG στέκεται για 8 η συνεχόμενη χρονιά αρωγός στους ανθρώπους που το έχουν ανάγκη και σε συνεργασία με το Ithaca Laundry βελτιώνει την καθημερινότητα και τις συνθήκες υγιεινής των αστέγων της Αθήνας. Στα πλαίσια του street-work πραγματοποιήθηκε δράση, την Τετάρτη 13 Δεκεμβρίου, και μοιράστηκαν 70 επαναχρησιμοποιούμενοι αδιάβροχοι σάκοι με γάντια, σκούφο, ισοθερμικές κάλτσες, ισοθερμική μπλούζα, περιλαίμιο και κουβέρτα fleece.

Στη δράση συμμετείχαν μέλη από την Διοικητική και Εθελοντική ομάδα της Ithaca, καθώς και 3 άτομα από το δυναμικό της LG.

Η LG είναι μεγάλος υποστηρικτής της πρωτοβουλίας Ithaca Laundry εδώ και 8 χρόνια, στηρίζοντας ενεργά από την πρώτη στιγμή, την πρωτοβουλία της MKO και παρέχοντας -μεταξύ άλλων- όλον τον απαραίτητο εξοπλισμό στο ειδικά διαμορφωμένο βαν, με δύο πλυντήρια ρούχων και δύο στεγνωτήρια. Με τα προϊόντα LG, τα ρούχα πλένονται και επιστρέφονται καθαρά και στεγνά στους αστέγους, βοηθώντας τους ειδικά την περίοδο του χειμώνα με τις δυσμενείς καιρικές συνθήκες.

Επιπλέον, η LG θέλοντας να ενισχύσει το έργο και την αποστολή της MKO για προσφορά αγάπης και αλληλεγγύης, έχει προσφέρει δέκα επιπλέον LG συσκευές στο Πολυδύναμο Κέντρο Αστέγων του Δήμου Αθηναίων, τις οποίες διαχειρίζεται η Ithaca Laundry και τα μέλη της ομάδας της. Τα αποτελέσματα είναι εντυπωσιακά, αφού μέχρι σήμερα έχουν επωφεληθεί πάνω από 9.561 άτομα και έχουν πλυθεί πάνω από 212.659 κιλά ρούχα.



## Market Trends

### Δίψα για 1+1 | Δίψα για Βίκος Cola

ΔΙΨΑ ΓΙΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΔΙΨΑ ΓΙΑ 1+1 ΔΩΡΟ



Η ενέργεια, ο αυθορμητισμός και τα δώρα της Βίκος Cola πρωταγωνιστούν και φέτος στο χριστουγεννιάτικο τραπέζι. Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος η Βίκος Cola συνοδεύει την κάθε σας στιγμή, με την 1+1 προσφορά που έχετε αγαπήσει.

Η προσφορά ισχύει από τις 18/12 έως και τις 05/01 σε όλα τα συνεργαζόμενα καταστήματα.

Δείτε την καμπάνια [εδώ](#).

## ΑΙΔΟΝΑΚΙΑ DRAGON LAND

Η μεγαλύτερη έκθεση δράκων στον κόσμο για πρώτη φορά στα Αηδονάκια στο Μαρούσι

**ΑΙΔΟΝΑΚΙΑ DRAGON LAND™**

Η ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΕΚΘΕΣΗ ΔΡΑΚΩΝ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ!

ΚΑΙ 10 ΑΠΙΘΑΝΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΠΑΙΔΟΤΟΠΟΥ ΣΑΣ ΠΕΡΙΜΕΝΟΥΝ ΓΙΑ ΜΙΑ ΑΞΕΧΑΣΤΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ!

22.12 ΕΩΣ 21.01

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ | ΔΙΟΝΥΣΟΥ 155, 15124, ΜΑΡΟΥΣΙ  
Τηλ.: 210 6198274 | [www.DragonLandGr.com](http://www.DragonLandGr.com)

Αυτά τα Χριστούγεννα σας περιμένει ένα απίστευτο, παραμυθένιο ταξίδι στη χώρα των δράκων! Ένα μοναδικό πάρκο αναψυχής για όλη την οικογένεια με τεράστιους δράκους-animatronics, VR cinema, απίθανα φουσκωτά και παιχνίδια για όλη την οικογένεια!

Δράκοι που κινούνται, βρυχώνται και βγάζουν καπνούς!

Φωτογραφηθείτε στις πλάτες των Θρυλικών Δράκων σαν αληθινοί ήρωες! Δείτε μονόκερους και δέντρα που μιλάνε! Κάντε την πτήση της ζωής σας πάνω σε έναν τεράστιο δράκο στο VR cinema! Φωτογραφηθείτε με το Αβγό του Δράκου & παίξτε με 10 φανταστικά παιχνίδια στον παιδότοπο!

Από 22 Δεκεμβρίου έως 21 Ιανουαρίου.

## Food for Thought

kids' edition

## Ο πειρατής Περπερούα και τα κάλαντα

Είναι Πρωτοχρονιά, και ο λοστρόμος ο Πυξίδας ονειρεύεται νόστιμα φαγητά και λαχταριστούς κουραμπιέδες.

Όμως, ο πειρατής Περπερούα έχει άλλα σχέδια. Θέλει να βρουν τον χαμένο χάρτη του Τορ, που είναι κρυμμένος σε μια σκοτεινή θαλασσοπηλιά.

Τότε, όμως, μια φοβερή έκπληξη τους περιμένει. Από τις εκδόσεις ΠΑΤΑΚΗ.





quote of the day

**"WE ARE BETTER THROUGHOUT THE YEAR FOR HAVING, IN SPIRIT, BECOME A CHILD AGAIN AT CHRISTMASTIME."**  
 Laura Ingalls Wilder

**Σήμερα  
 γιορτάζουν!**  
 Αγλαΐα, Άρης



tip of the day

**"December is the time for remembering the past and reaching toward the future."**  
 RALPH WALDO EMERSON

**19 Δεκεμβρίου**

- > Look for an Evergreen Day
- > National Oatmeal Muffin Day