



**BREWED
FOR THE
CURIOUS
SINCE 1847.**

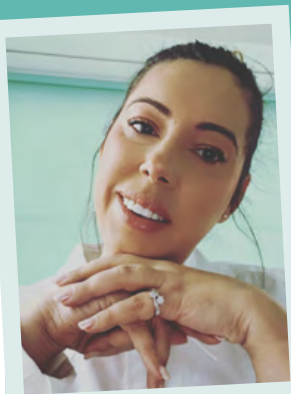
**ΤΕΛΙΚΑ, ΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ
ΞΕΚΙΝΟΥΝ ΑΠΟ ΑΠΛΗ ΠΕΡΙΕΡΓΕΙΑ?
PROBABLY.**

SAY *yes* to the **press**
YOUR DAILY ONLINE MAGAZINE

**ΜΠΟΡΕΙ
ΝΑ ΑΛΛΑΞΕΙ
Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ;**



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser!!**

Πιστεύω πως έχεις παρατηρήσει κι εσύ ότι οι άνθρωποι της τρίτης ηλικίας στερούνται την ορατότητα. Δεν πρέπει να κάνουμε κάτι για γι' αυτό; Όλοι έχουμε κάτι να προσφέρουμε και η ηλικία δεν μπορεί να στέκεται εμπόδιο στις επιθυμίες και τους στόχους μας.

Υποστηρίζοντας έμπρακτα την ιδέα ότι όλοι έχουν κάτι να προσφέρουν, λοιπόν, ο [Κινητήρας](#) συνεχίζει να δραστηριοποιείται δυναμικά στην εκπαίδευση ενηλίκων, περιλαμβάνοντας σταθερά στο πρόγραμμά του δράσεις που απευθύνονται σε όλες τις ηλικιακές ομάδες.

Επεκτείνοντας την καλλιτεχνική έρευνα και ενισχύοντας τη συμμετοχή του σε ανάλογες διεθνείς δράσεις, φέτος ο Κινητήρας επιστρέφει με ακόμα ένα Erasmus+ πρόγραμμα, αυτή τη φορά στον τομέα της Εκπαίδευσης Ενηλίκων.



KA2 Erasmus+ Maturing Korai

Μέσα από το KA2 Erasmus+ πρόγραμμα Maturing Korai, γυναίκες 50+ μαθαίνουν, γνωρίζουν νέες μεθόδους, εκπαιδευτριες-τές και γυναίκες από άλλες χώρες και ενισχύουν τις δυνατότητες και ικανότητές τους, αλλά και τη δυναμική τους παρουσία σε μια κοινωνία που αντιμετωπίζει τη γήρανση ως περίοδο παύσης. Το Maturing Korai δίνει στις συμμετέχουσες την ευκαιρία να εκφράσουν και να μοιραστούν τον πλούτο αναμνήσεων, εμπειριών, γνώσεων και ικανοτήτων που κουβαλούν.

Έτσι, όχι μόνο η κοινωνία μας μπορεί να γίνει πλουσιότερη και πιο πολύχρωμη, αλλά δημιουργείται και ένα αντίδοτο στα



αρνητικά στερεότυπα και τον ηλικιακό ρατσισμό. Στο πρόγραμμα Maturing Korai γυναίκες ηλικίας 50+, από διαφορετικά κοινωνικοοικονομικά υπόβαθρα, μπορούν να επανασυστηθούν μέσα από την εξερεύνηση και την ανάπτυξη των παραστατικών τους δεξιοτήτων.

Μέσα σε έναν ποικιλόμορφο χώρο αποδοχής και δημιουργικότητας, οι συμμετέχουσες ανακτούν τη δύναμη και τις ηγετικές τους ικανότητες μετά την πανδημία και ενθαρρύνονται να ξεπεράσουν τα κοινωνικά στερεότυπα και τις προκαταλήψεις.

Οι 3 οργανισμοί που παίρνουν μέρος σε αυτό το πρόγραμμα, Κινητήρας, Fresh Target και Calyrso, έχουν μια πολύ κοινή προσέγγιση όσον αφορά τη δημιουργία τέχνης, την κοινωνική αφύπνιση και την ενίσχυση των δεξιοτήτων μέσω του χορού και του θεάτρου. Το Maturing Korai αποτελεί την αρχή για μια μακροπρόθεσμη συνεργασία μεταξύ των τριών εταιριών οργανισμών.

Περισσότερα για το πρόγραμμα μπορείς να μάθεις [εδώ](#).

Tip of the Day: Σε όποια ηλικία κι αν βρίσκεσαι, όποιες κι αν είναι οι εμπειρίες, οι γνώσεις και τα βιώματά σου, μπορείς - και πρέπει - να είσαι ενεργός. Η αδράνεια δεν είναι ποτέ η λύση.

Μην αφήνεις τον φόβο να σε σταματάει και με κάθε ευκαιρία να ενθαρρύνεις άτομα που πατάνε φρένο στα "θέλω" τους λόγω ηλικίας. Και μην ξεχνάς ότι πάντα έχεις την ευκαιρία να επανασυστηθείς!



Claire Styliara
Chief of SayYessers



Μπορείς να με βρεις στο Viber, στο WhatsApp και στο email μου με ένα κλικ!

Μπορεί να αλλάξει ο άνθρωπος;

Η φράση "δεν αλλάζει ο άνθρωπος" είναι χαραγμένη στη μνήμη μας γιατί την έχουμε ακούσει - και πει - τόσες πολλές φορές στη ζωή μας. Ισχύει όμως;



Υπάρχει η άποψη ότι διαμορφώνουμε την προσωπικότητά μας σε νεαρή ηλικία και μετά... τίποτα δεν μπορεί να αλλάξει. Όμως, σύμφωνα με έρευνες των τελευταίων δεκαετιών αυτό δεν ισχύει. Αρα, υπάρχει ακόμα ελπίδα για αλλαγή!

Η προσωπικότητα είναι εύπλαστη

Πρόσφατα δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό περιοδικό Nature Reviews Psychology μια ανασκόπηση μελετών που αποκαλύπτει ότι η προσωπικότητα είναι εύπλαστη.

Ειδικότερα, υπάρχουν "βήματα" που αν τα ακολουθήσουμε θα καταφέρουμε να πραγματοποιήσουμε τις αλλαγές που θέλουμε.

Αρχικά αυτό που πρέπει να κάνουμε είναι να επιλέξουμε τα εργαλεία που μας είναι απαραίτητα για τις αλλαγές που θέλουμε να συμβούν.

Στη συνέχεια, πρέπει να αποκοπούμε από ό,τι μας αποπροσανατολίζει και μας κάνει να χάνουμε τον στόχο μας. Με άλλα λόγια, υπάρχουν πάντα πειρασμοί που πρέπει να βγάλουμε από το οπτικό μας πεδίο και... το μυαλό μας.

Το επόμενο βήμα είναι να προσαρμόσουμε το περιβάλλον μας έτσι ώστε είναι υποστηρικτικό αναφορικά με όλες τις αλλαγές που θέλουμε να

κάνουμε. Χρειαζόμαστε ενθάρρυνση για να συνεχίσουμε την προσπάθεια και να μην τα παρατήσουμε στην πρώτη δυσκολία. Υπάρχουν πολλές πτυχές της καθημερινότητάς μας όπου μπορούμε να εφαρμόσουμε τις αλλαγές και πρέπει να το κάνουμε! Το αποτέλεσμα θα είναι ουσιαστικά να αλλάξουμε συνήθειες οι οποίες σταδιακά θα αντικαταστήσουν μόνιμα τις προηγούμενες συνήθειές μας από τις οποίες επιθυμούσαμε να απαλλαγούμε.

Πρέπει να το θέλεις!

Καθοριστικό ρόλο στην αλλαγή παίζει η θέληση! Σύμφωνα με τους ερευνητές είναι πολύ σημαντικό να





μας διακατέχει έντονη επιθυμία για επιτυχία. Άλλος ένας παράγοντας που διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο είναι το timing. Πολλές φορές μια αλλαγή στη ζωή μας, όπως είναι οι σπουδές μας ή ο ερχομός ενός παιδιού λειτουργούν ως κίνητρα για να καταφέρουμε να αλλάξουμε όσα θέλαμε καιρό αλλά δεν βρήκαμε την ώθηση να προχωρήσουμε.



Τι μας εμποδίζει;

Η τάση μας για... μη αλλαγή, για διατήρηση της ισχύουσας κατάστασης, για να μη βγούμε από τη ζώνη άνεσής μας μάς κρατάει δέσμιους σε καταστάσεις και συμπεριφορές που δεν μας αρέσουν πια.

Είναι τα λεγόμενα εξελικτικά μας ένστικτα που εστιάζουν στην επιβίωση αλλά όχι στην ουσιαστική μας εξέλιξη. Μας εμποδίζουν επίσης όσα νιώθουμε, τα ίδια μας τα συναισθήματα! Το άγχος μας να μην αποτύχουμε, η έντονη επιθυμία μας να ικανοποιούμε τους άλλους και να μη μας κρίνουν αρνητικά, η ανάγκη να είμαστε αρεστοί και να μας αποδέχονται...

Ακόμα, οι τύψεις ότι μπορεί να πληγώσουμε κάποιους. Δεν είναι όμως μόνο αυτά, αλλά και η αδυναμία μας να συνειδητοποιήσουμε και να δεχτούμε ότι κάτι που παλαιότερα απέδιδε και λειτουργούσε υπέρ μας, τώρα μπορεί να μην εξυπηρετεί τα θέλω μας και να μην ανταποκρίνεται στις νέες ανάγκες μας.

Η δύναμη της συνήθειας

Θέλουμε να έχουμε τον έλεγχο, να ξέρουμε τι μας περιμένει και έτσι δύσκολα επιλέγουμε να ρισκάρουμε. Το άγνωστο μας φοβίζει. Αντίθετα, η ρουτίνα μας παρέχει την πολυπόθητη ασφάλεια. Ο φόβος για αλλαγή συχνά είναι ανυπέβλητος - ή νομίζουμε πως είναι, κι έτσι δεν καταβάλλουμε προσπάθεια αλλά προτιμάμε να παραμείνουμε αδρανείς.

Δ. Μασούτης: "Με τον καταναλωτή στο επίκεντρο εδώ και 47 χρόνια, συνεχίζουμε να δίνουμε έμφαση στις ανταγωνιστικές τιμές"



Για τις προκλήσεις της Αειφορίας και της Βιώσιμης Ανάπτυξης καθώς και για τις σημαντικότερες τάσεις που θα καθορίσουν το μέλλον του κλάδου μίλησε ο Θεόδωρος Γεροστεργιούδης, Γενικός Διευθυντής της Δ. Μασούτης Α.Ε. στο πάνελ διαλόγου των Chief Officers των μεγάλων αλυσίδων super και convenience markets στο πλαίσιο της φετινής ατζέντας του 14 ου Food Retail Conference.

Όπως χαρακτηριστικά τόνισε ο κος Γεροστεργιούδης, η Δ. Μασούτης εδώ και 47 χρόνια υπηρετεί τον ευγενή σκοπό του Έλληνα καταναλωτή, παραμερίζοντας το κέρδος το οποίο πάντα προκύπτει ως αποτέλεσμα και δεν είναι ποτέ αυτοσκοπός. Όπως υπογράμμισε, η Δ. Μασούτης επέλεξε το μονοπάτι των μακροπρόθεσμων βιώσιμων κερδών. Έτσι, κάθε φορά που χρειάστηκε η εταιρεία να «βάλει πλάτη» το έκανε μέσα από τις τιμές, κάτι που μαρτυρά ο ισολογισμός του 2023 που από τη μια δείχνει τη βιωσιμότητα της εταιρείας διασφαλίζοντας την ασφάλεια των ανθρώπων της Μασούτης που αποτελούν προτεραιότητα και από την άλλη αποτυπώνεται με τον καλύτερο τρόπο στον Έλληνα καταναλωτή η στήριξη αναφορικά με τις τιμές.

Αναφορικά με τις τάσεις που θα καθορίσουν το μέλλον του κλάδου, ο κος Γεροστεργιούδης ανέφερε πως σημασία έχει τι θέλει ο καταναλωτής και τι θα θέλει στο μέλλον και οι μειωμένες τιμές θα είναι πάντα σταθερά υψηλά στην ατζέντα του.

Σε ό,τι αφορά το πλαίσιο της αειφορίας και της βιωσιμότητας, ο κος Γεροστεργιούδης επεσήμανε πως η Ευρώπη με το καινούργιο νομοθετικό της πλαίσιο αναβαθμίζει το κομμάτι του ESG από 1/1/25 για τις μεγάλες επιχειρήσεις μέσω της εξίσωσης της έκθεσης βιωσιμότητας με τον ισολογισμό των επιχειρήσεων. Στην πράξη, η Δ. Μασούτης στο πλαίσιο των ΕΚΕ δράσεων που υλοποιεί, δημιούργησε το πρώτο κατάστημα φιλικό προς άτομα με οπτική αναπηρία, ενώ την Παγκόσμια Ημέρα Ευαισθητοποίησης για τον Αυτισμό στις 2 Απριλίου, για δύο ώρες δημιούργησε στα καταστήματα ένα φιλικό περιβάλλον προς τους ανθρώπους που βρίσκονται στο φάσμα του αυτισμού με μείωση της έντασης της μουσικής και του φωτισμού, ώστε να μπορούν να πραγματοποιούν τις αγορές τους.

μασούτης
ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΑ



Αισιοδοξία φέρνει νέα μελέτη για τη νόσο του Πάρκινσον

Η 11η Απριλίου είναι η Παγκόσμια Ημέρα κατά της νόσου του Πάρκινσον.

Μια νέα μελέτη για το Πάρκινσον μας δίνει ελπίδα και αισιοδοξία, καθώς γνωστά φάρμακα για τον διαβήτη φάνηκε πως καθυστερούν την εξέλιξη της νόσου.

Ειδικότερα, η λιξισενατίδη που ανήκει στη νέα γενιά φαρμάκων, τους αγωνιστές GLP-1R, συμβάλλει στην αντιμετώπιση του διαβήτη τύπου 2 και της παχυσαρκίας.

Σύμφωνα με επιστήμονες στη Γαλλία, μπορεί να επιβραδύνει την εξέλιξη της νόσου του Πάρκινσον.

Σε μελέτη όπου εξετάστηκαν 156 ασθενείς που είχαν διαγνωσθεί πρόσφατα με τη νόσο, διαπιστώθηκε ότι το φάρμακο για τον διαβήτη τύπου 2 που ονομάζεται λιξισενατίδη επιβράδυνε την εξέλιξη των κινητικών συμπτωμάτων που προκαλεί η πάθηση.

Πρόσφατα, η εξενατίδη, που είναι ένα άλλο φάρμακο για τον διαβήτη τύπου 2, φάνηκε επίσης πως βοηθά στην επιβράδυνση της εξέλιξης των κινητικών συμπτωμάτων της νόσου του Πάρκινσον.

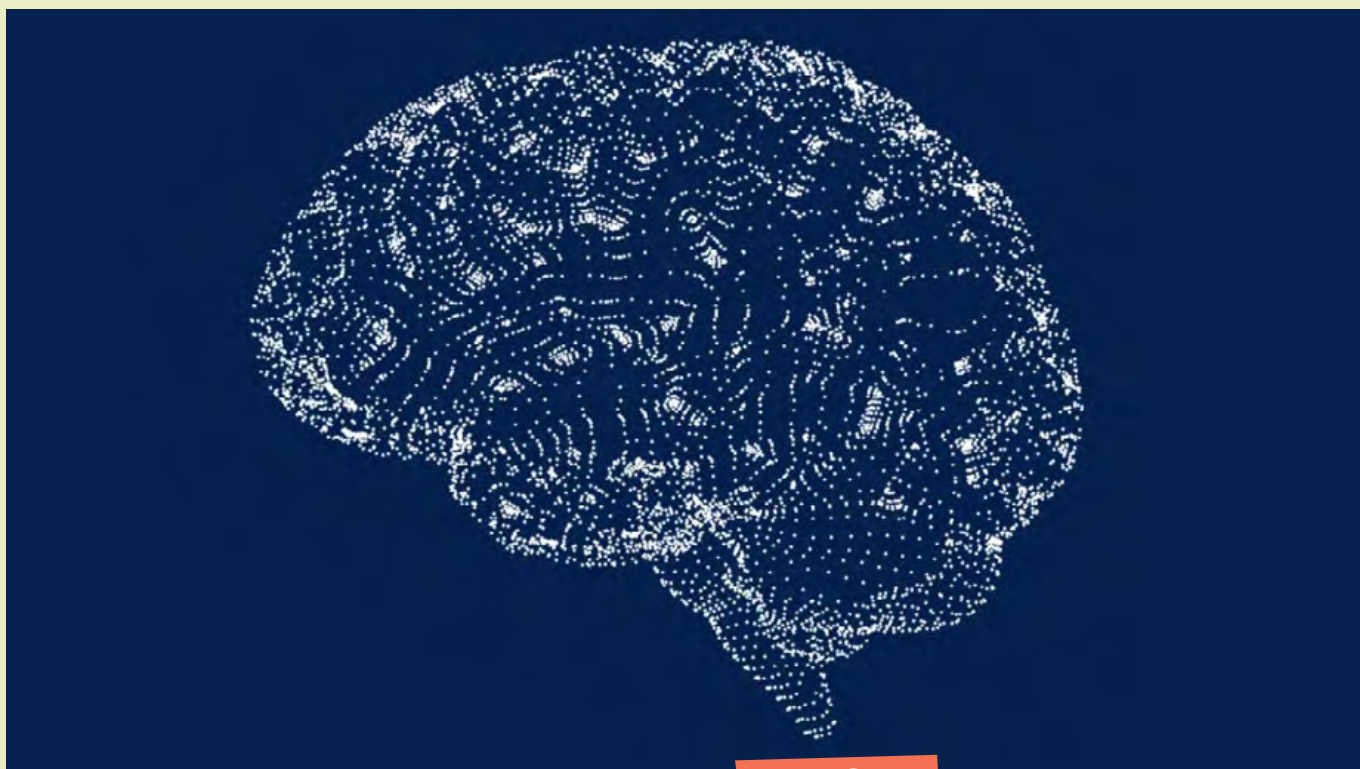
Ο Βασίλειος Μάισνερ, επικεφαλής ερευνητής της μελέτης από το Πανεπιστημιακό νοσοκομείο του Μπορντό στη Γαλλία, χαρακτήρισε τα ευρήματα συναρπαστικά.

Όπως δήλωσε, "Πρέπει να είμαστε επιφυλακτικοί με την ερμηνεία και τη δυνατότητα εφαρμογής στο τρέχον στάδιο, αλλά είναι πραγματικά ένα πολύ, πολύ σαφές και ισχυρό μήνυμα που δεν έχουμε δει ποτέ παρά μόνο στην κλινική δοκιμή της εξενατίδης".

Η έρευνα

Οι ασθενείς που συμμετείχαν στην έρευνα χωρίστηκαν σε δυο ομάδες, χωρίς κριτήρια. Οι συμμετέχοντες συνέχισαν να λαμβάνουν φαρμακευτική αγωγή για τη νόσο. Η μία ομάδα λάμβανε καθημερινά μια ένεση λιξισενατίδης και η άλλη έκανε έγχυση με ένα εικονικό φάρμακο (placebo).



**info**

Μετά από 12 μήνες, όσοι είχαν λάβει λιξισενατίδη δεν εμφάνιζαν καμία επιδείνωση των κινητικών συμπτωμάτων τους. Όσοι όμως είχαν λάβει το εικονικό φάρμακο, παρουσίαζαν επιδείνωση των συμπτωμάτων τους.

Σύμφωνα με τους ερευνητές, η λιξισενατίδη δεν επιβραδύνει μόνο τα συμπτώματα, αλλά επιπρόσθετα προστατεύει τον εγκέφαλο από την απώλεια νευρώνων. Θα πρέπει να αναφερθεί ότι υπήρχε ένα μεγάλο ποσοστό όσων έλαβαν λιξοδενατίδη (σχεδόν οι μισοί) ανέφεραν ναυτία και το 13% ανέφεραν έμετο.

- ▶ Το σύνδρομο Πάρκινσον περιγράφηκε από τον James Parkinson το 1817.
- ▶ Με πρωτοβουλία της Ευρωπαϊκής Ένωσης, η νόσος του Πάρκινσον καθιερώθηκε το 1997 για την Ασθένεια Πάρκινσον (EPDA). Την ίδια χρονιά δόθηκε στη δημοσιότητα η «Χάρτα της EPDA», για να ενημερώσει τους πάσχοντες από την ασθένεια και να ευαισθητοποιήσει το παγκόσμιο κοινό.
- ▶ Κάθε χρόνο περίπου 50.000 άτομα διαγιγνώσκονται με νόσο Πάρκινσον.



Η Kaiser χορηγός στους Χρυσούς Σκούφους 2024, απονέμοντας το Βραβείο Κοινού για 7η συνεχή χρονιά

Τη Δευτέρα 8 Απριλίου, πραγματοποιήθηκε η απονομή των Χρυσών Σκούφων 2024, του θεσμού που αναδεικνύει την ελληνική γαστρονομία, τον οποίο η Kaiser υποστήριξε για έβδομη συνεχή χρονιά, απονέμοντας το Βραβείο Κοινού 2024.

Με στόχο την ανάδειξη και βράβευση των καλύτερων εστιατορίων της χώρας μας, η φετινή λαμπερή τελετή πραγματοποιήθηκε στο ξενοδοχείο «Athenaeum Inter-Continental Athens», με καλεσμένους διακεκριμένους γευσινγώστες, σεφ, εκπροσώπους της ελληνικής γαστρονομικής σκηνής, καθώς και του καλλιτεχνικού και πολιτικού κόσμου.

Η αγαπημένη ελληνική Pilsner μπίρα ξεχώρισε για ακόμη μία χρονιά με την παρουσία της, απονέμοντας το Βραβείο Κοινού 2024 στο εστιατόριο BEEFBAR MYKONOS, το οποίο ανέδειξαν

οι αναγνώστες του περιοδικού «Αθηνόραμα». Παράλληλα, η Kaiser συνόδευσε με τη μεστή και ξεχωριστή γεύση της ορισμένες από τις εξαιρετικές δημιουργίες που σερβιρίστηκαν στο λαμπερό dîner de gala της τελετής απονομής, και συγκεκριμένα: μακαρόν φουαγκρά, τσάντνι αχλαδιού, μαρινάτη παλαμίδα, χαβιάρι, αγγουράκι τουρσί, χορσράντις, αγγούρι, πάπια κονφί, δαμάσκηνο, τσιπούρα ταρτάρ, χαλαπένιο, καρύδα, λάιμ και «σφουγγάρι» ντομάτας.

Όπως δήλωσε χαρακτηριστικά ο Βαγγέλης Μποκίδης, Brand Manager της Kaiser: «Είναι η 7η συνεχή χρονιά που στηρίζουμε αυτόν τον κορυφαίο γαστρονομικό θεσμό, με την αγαπημένη Pilsner στην Ελλάδα, την μπίρα Kaiser. Και είναι ιδιαίτερη η χαρά μας που απονέμουμε το Βραβείο Κοινού, που αποτελεί άλλωστε πάντα για όλους μας τον πιο αντικειμενικό και "δύσκολο" κριτή!».



Good News

Δεύτερη εθελοντική αιμοδοσία για τον Σύλλογο Εθελοντών αιμοδοτών του e-shop.gr



Το e-shop.gr, διοργανώνει την [2η εθελοντική αιμοδοσία](#) στις κεντρικές του εγκαταστάσεις σε συνεργασία με το Γενικό και Ογκολογικό Νοσοκομείο Κηφισιάς "Οι Άγιοι Ανάργυροι".

Το e-shop.gr εξακολουθεί να μας δείχνει την έντονη ευαισθησία του σε κοινωνικά ζητήματα και γίνεται αρωγός στο πολύτιμο έργο της εθελοντικής προσφοράς αίματος. Η αιμοδοσία είναι μια πολύ σημαντική πράξη αγάπης και ταυτόχρονα μια απλή διαδικασία με την οποία οι περισσότεροι από εμάς μπορούμε να βοηθήσουμε. Η εθελοντική προσφορά αίματος είναι ζωτικής σημασίας για πολλούς συνανθρώπους μας, οι ανάγκες για αίμα στην χώρα μας είναι τεράστιες και κάθε προσφορά είναι πολύτιμη αφού κάθε αιμοδότης μπορεί να βοηθήσει τρεις διαφορετικούς ασθενείς.

Στο πλαίσιο αυτό το, e-shop.gr θεώρησε ότι είναι μια πολύ

ενδιαφέρουσα ενέργεια εθελοντισμού και ταυτόχρονα μια τεράστια προσφορά για το κοινωνικό σύνολο, την οποία αξίζει να καθιερώσει. Έτσι, αμέσως μετά την ολοκλήρωση της 2ης αιμοδοσίας, εξετάζει ήδη την διοργάνωση άλλης μιας εθελοντικής αιμοδοσίας μέσα στο 2024.

Η Σαντορίνη... της Κίνας!

Είναι γνωστό ότι οι Κινέζοι λατρεύουν τη Σαντορίνη! Κάθε χρόνο τουρίστες από την Κίνα κατακλύζουν το νησί και πολλοί επιλέγουν εκεί να γίνει ο γάμος τους ή η γαμήλια φωτογράφιση. Τους αρέσει τόσο πολύ η Σαντορίνη που αποφάσισαν να δημιουργήσουν ένα δίδυμο νησί στην Κίνα!



Σύμφωνα με έρευνα της GBR Consulting για λογαριασμό του Διεθνούς Αερολιμένα Αθηνών για τις προτιμήσεις των τουριστών, η Σαντορίνη βρέθηκε στην κορυφή των προτιμήσεων των Κινέζων τουριστών.

Πάμε, λοιπόν, να δούμε πώς δημιουργήθηκε η Σαντορίνη της Κίνας!

Το... αντίγραφο του πανέμορφου κυκλαδίτικου νησιού δημιουργήθηκε στην περιοχή Dali που βρίσκεται στην επαρχία Yunnan, νοτιοδυτικά της Κίνας. Το "κινέζικο" νησί έχει έκταση 3.700 στρεμμάτων και δεν πληρώνεις τίποτα για να το επισκεφθείς.

Σαντορίνη made in China!

Οι Κινέζοι που δεν μπορούν να "πετάγονται" στην Οία για να απολαύσουν το ηλιοβασίλεμα, μπορούν να μείνουν στη χώρα τους απολαμβάνοντας Κυκλάδες... ή μάλλον κάτι





που μοιάζει με Κυκλάδες... Λευκά σπίτια σε κυκλαδίτικο στίλ, μπλε παράθυρα, όμορφα σοκάκια. Ό,τι αρέσει στη Σαντορίνη το βρίσκουν και στην Κίνα. Εκεί υπάρχουν ωραία ξενοδοχεία και φυσικά εξαιρετική θέα, όχι όμως σε θάλασσα αλλά στη λίμνη Erhai. Επίσης, εκεί ο καιρός είναι πολύ καλός, αλλά υπάρχει και κάτι ακόμα κοινό με το κυκλαδίτικο νησί, οι άνεμοι!

Ήξερες ότι...

- ▶ Ο οικισμός της Οίας είναι ο πρώτος στην Ελλάδα που κρίθηκε διατηρητέος.
- ▶ Η καλντέρα της Σαντορίνης σχηματίστηκε μετά από

πολλές ηφαιστειακές εκρήξεις που σημειώθηκαν τα τελευταία 1,5 εκατομμύρια χρόνια στο Αιγαίο Πέλαγος.





Χρήστος Αρφάνης,
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος



Joker 2: Κυκλοφόρησε το πρώτο τρέιλερ

Κυκλοφόρησε το τρέιλερ της αναμενόμενης ταινίας Joker 2 με τους Lady Gaga και Joaquin Phoenix.



Το τρέιλερ ξεκινά από το Arkham Asylum - όπου ο Joker είναι κλειδωμένος στο τέλος της πρώτης ταινίας - καθώς ο Arthur Fleck του Phoenix έχει μια διαταραγμένη «γνωριμία» με τη Harley Quinn της Gaga.

Μετά την τυχαία συνάντηση στις αίθουσες της φυλακής, ερωτεύονται τρελά, βαθιά και σχεδιάζουν να ξεφύγουν για να κατακτήσουν τον κόσμο πέρα από τα σίδηρα της φυλακής που τους κρατάνε δέσμιους.

«Είμαι ένα μηδενικό. Δεν έχω κάνει τίποτα στη ζωή μου όπως εσύ», λέει η Harley Quinn στον Joker καθώς κάνει ότι πυροβολεί τον εαυτό της στο κεφάλι.

Η πρώτη ταινία χρησίμευσε ως μια ιστορία καταγωγής





για τον Joker, έναν απομονωμένο, μαχόμενο stand-up κωμικό και κλόουν μερικής απασχόλησης.

Σε αυτή την κινηματογραφική περιπέτεια, όμως, δεν φαίνεται τόσο μοναχικός. «Θα σας πω τι έχει αλλάξει», λέει ο Joker στο τρέιλερ. «Δεν είμαι πια μόνος - γι' αυτό θα έπρεπε να μιλάμε!» Το τρέιλερ τελειώνει με τη Harley στο Arkham Asylum καθώς σχεδιάζει ένα χαρούμενο

πρόσωπο με κόκκινο κραγιόν στο γυάλινο χώρισμα ανάμεσα σε αυτήν και τον Joker. «Θέλω να δω τον αληθινό εαυτό σου», του λέει.

Λίγα είναι γνωστά για την πραγματική πλοκή του σίκουελ, το οποίο φέρεται να είναι ένα μιούζικαλ.



Πηγές
<https://youtu.be/xy8a-Jw1vYHo?si=PBbyHvwpL-rhFdRkh>
<https://www.imdb.com/title/tt11315808/>





Ατζαράκης, Φισφής, Θεοδωρόπουλος, Μαθιουδάκης στο WORLD OF Beer Festival

Το WORLD OF Beer Festival (10-12 Μαΐου, Τεχνόπολη Δήμου Αθηναίων) υποδέχεται 4 αγαπημένους στο κοινό Stand-up comedians, για μοναδικές παραστάσεις αλλά και πολλές ακόμα εκπλήξεις!

Παρασκευή 10 Μαΐου - Βύρωνας Θεοδωρόπουλος και Μιχάλης Μαθιουδάκης

Σάββατο 11 Μαΐου - Διονύσης Ατζαράκης

Κυριακή 12 Μαΐου - Λάμπρος Φισφής

[Βγάλε τώρα το εισιτήριό σου.](#) Κοστίζει ΜΟΝΟ €5 και μαζί με την είσοδο σου, στην τιμή περιλαμβάνει:

- ΔΩΡΕΑΝ παρακολούθηση όλων των παραπάνω stand ups και happenings με τους comedians
- 2 ΜΑΡΚΕΣ για FREE TASTING, μία για τη limited edition μπίρα του φεστιβάλ και μία μάρκα για free tasting μπίρας από εκθέτη - μέλος της Ελληνικής Ένωσης Ζυθοποιών.

Ημέρες 9 ώρες λειτουργίας του φεστιβάλ

Παρασκευή 10 Μαΐου 2024 / 12:00-23:00

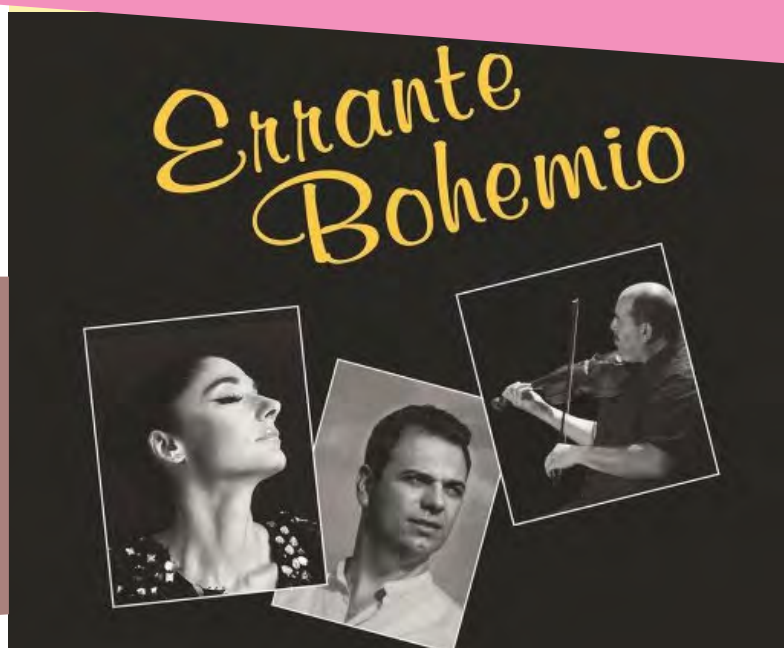
Σάββατο 11 Μαΐου 2024 / 12:00-23:00

Κυριακή 12 Μαΐου 2024 / 12:00-23:00

Τεχνόπολη Δήμου Αθηναίων - Γκάζι

<https://worldofbeerfestival.gr/>

Οι Errante Bohemio στο Μουσικό Βαγόνι Orient Express για δύο μόνο Τετάρτες



Οι Errante Bohemio σας καλούν σε μια ethnic περιπλάνηση με όχημα τη μουσική. Για δύο μόνο Τετάρτες, ταξιδέψτε στην αναρχική ελευθερία του Βερολίνου, τη γοητευτική μελαγχολία της Βουδαπέστης, τα αισθησιακά τάνγκο του Μπουένος Άιρες και τις σκοτεινές μιλόγγκες του αλλά και στη Θεσσαλονίκη, τη μορφότερη πόλη του κόσμου, με τα εξάσια βαλς δίπλα στην παραλία. Τραγούδια και μουσικές, που δημιουργούν εικόνες αξέχαστες στον μοναδικό χώρο του Orient Express, της Αμαξοστοιχίας-Θεάτρου το Τρένο στο Ρουφ.

Οι Errante Bohemio έχουν εμπνευστεί τ' όνομά τους από το διάσημο τάνγκο «Anclao en Paris» των Cardicamo-Barbieri, με τη φωνή του Carlos Gardel. Το συγκρότημα αποτελείται από τους: Αρτεμης Ματαφιά (φωνή), Κυριάκο Γκουβέντα (βιολί) και Θανάση Καραμίντζιο (κιθάρα, φωνή, συνθέσεις).

Μουσικό Βαγόνι Orient Express

Τετάρτη 17 & 24 Απριλίου στις 21.00

Γενική Είσοδος: 16€

Διάρκεια παράστασης: 120 λεπτά (με διάλειμμα)

Προαγορά εισιτηρίων απαραίτητη:

- Ηλεκτρονικά εδώ
- Τηλεφωνικά στο 2117700000 (Δευτέρα έως Παρασκευή 10.00-18.00)
- Φυσικά σημεία πώλησης more.com

Εκπαιδευτικό πρόγραμμα "Η τρυφερή ηλικία των ήχων"



Ο πλούτος της κλασικής μουσικής λειτουργεί ευεργετικά για το έμβρυο και το βρέφος, καθώς ο εγκέφαλός μας ανταποκρίνεται άμεσα στα μουσικά ερεθίσματα και αρχίζει να μιμείται ήχους και ρυθμούς. Σε αυτόν τον κύκλο, έγκυες και νέοι γονείς ακούνε κορυφαία έργα του κλασικού ρεπερτορίου από επιλεγμένες ηχογραφήσεις. Σε συνθήκες που ευνοούν τη χαλάρωση και το θηλασμό, οι ενήλικοι ακροατές -μαμάδες και μπαμπάδες- μαζί με τους μικρότερους -μωρά, ακόμα και μέσα στην κοιλιά- αφήνονται στη μαγεία της μουσικής και στην απόλαυση των ήχων. Στο τέλος κάθε συνάντησης, συζητάνε όλοι μαζί για την επίδραση της μουσικής στην ψυχοσωματική ανάπτυξη της πιο τρυφερής ηλικίας. Για βρέφη (έως και 2 ετών).

Μέγαρο Μουσικής Αθηνών

Τετ 17.04: Ας χορέψουμε - Ludwig van Beethoven

Τετ 24.04: Μελωδίες με κορδέλες - Johann Sebastian Bach

Αποκλειστικά τηλεφωνικές κρατήσεις στα τηλέφωνα: 210 7282363 και 210 7282348

Κόστος συμμετοχής: €15

Food for Thought

kids' edition

Μαμακίαση

Κάποιες φορές, η Μαρτίνα πρέπει να αποχωριστεί τη μαμά της και όποτε συμβαίνει αυτό είναι πολύ στενοχωρημένη- τόσο που η γιαγιά της λέει ότι έχει ΜΑΜΑΚΙΑΣΗ. Η Μαρτίνα δεν μπορεί να καταλάβει τι είναι αυτή η ΜΑΜΑΚΙΑΣΗ. Μήπως είναι κάτι σοβαρό; Γιατρέυεται;

Μια γλυκιά ιστορία για τον υγιή δεσμό ανάμεσα στη μητέρα και το παιδί που θα βοηθήσει την οικογένεια να απαλλαγεί από προκαταλήψεις σχετικά με την ανατροφή των παιδιών και να ζήσουν όλοι μαζί αρμονικά.



quote of the day

"REMAINING CHILDISH IS A TREMENDOUS STATE OF INNOCENCE."

John Lydon

Σήμερα
γιορτάζουν!

Αντίπας,
Αντύπας

tip of the day

There are only two lasting bequests we can hope to give our children. One of these is roots, the other, wings.

- Johann Wolfgang von Goethe

11 Απριλίου

- > Global Day to End Child Sexual Abuse
- > Παγκόσμια Ημέρα για την νόσο του Πάρκινσον
- > Dog Therapy Appreciation Day
- > National Cheese Fondue Day
- > National Eight Track Tape Day
- > National Pet Day
- > National Submarine Day