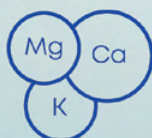


Καθαρό σαν την αλήθεια

Το Φυσικό Μεταλλικό Νερό ARRENA αναβλύζει από την πηγή Κεφαλόβρυσο, στα 1.100m στο όρος Γράμμος, μέσα σε πυκνά δάση οξιάς, ελάτης και μαύρης πεύκης και εντός της περιοχής προστασίας NATURA 2000. Βραβευμένο από τη φύση. Ανέγγιχτο, ελαφρύ, ισορροπημένο. Κατευθείαν από την πηγή μας. Φυσικό Μεταλλικό Νερό ARRENA. Καθαρό σαν την αλήθεια.



pH 7.9



ΜΕ ΠΟΛΥΤΙΜΑ
ΜΕΤΑΛΛΑ
ΚΑΙ ΙΧΝΟΣΤΟΙΧΕΙΑ



ΚΑΤΑΛΛΗΛΟ
ΓΙΑ ΔΙΑΙΤΑ ΠΤΩΧΗ
ΣΕ ΝΑΤΡΙΟ



ΜΗ ΑΝΙΧΝΕΥΣΙΜΑ
ΝΙΤΡΩΔΗ,
ΧΑΜΗΛΑ ΝΙΤΡΙΚΑ



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



ΒΟΥΤΙΑ ΣΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ!

Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser** και Χρόνια μου πολλά!!!

Σήμερα είναι μια ξεχωριστή μέρα για μένα αφού κατάφερα και ολοκλήρωσα άλλη μία πλήρη περιστροφή γύρω από τον Ήλιο! 43 περιστροφές στο σύνολό τους για την ακρίβεια...

Κάθε χρόνος που περνά, μου προσφέρει νέα μαθήματα, εμπειρίες και αναμνήσεις, και κάθε φορά που αυτή η μέρα φτάνει, δεν μπορώ παρά να σκεφτώ πόσο μακριά έχω φτάσει και πόσο έχω αλλάξει.

Από την πρώτη μου ανάμνηση με τούρτα και κεράκια μέχρι σήμερα, οι στιγμές αυτές γεμίζουν την καρδιά μου με ζεστασιά και ευγνωμοσύνη. Αναπολώ τις παιδικές μου ευχές, τότε που όλα έμοιαζαν τόσο απλά και αθώα. Μεγαλώνοντας, οι ευχές αυτές έγιναν πιο σοφές, πιο συνειδητοποιημένες.

Σήμερα, εύχομαι για μένα υγεία, αγάπη και την ευκαιρία να συνεχίσω να εξερευνώ τον κόσμο με ανοιχτό μυαλό και καρδιά. Η σημερινή μέρα με κάνει να σκέφτομαι τους ανθρώπους που ήταν και είναι μέρος της ζωής μου. Οικογένεια, φίλοι, γνωστοί και συνάδελφοι, όλοι έχουν αφήσει το σημάδι τους και έχουν συμβάλει στη διαμόρφωση αυτού που είμαι σήμερα. Κάθε γέλιο, κάθε δάκρυ, κάθε αγκαλιά, κάθε αποχωρισμός - όλα είναι κομμάτια του παζλ της ζωής μου.

Θυμάμαι εκείνες τις στιγμές που ένιωθα χαμένη, όταν οι δυσκολίες έμοιαζαν ανυπέρβλητες. Αλλά κοιτάζοντας πίσω, βλέπω πως κάθε δυσκολία ήταν μια ευκαιρία για μάθηση, για ανάπτυξη. Κάθε αποτυχία με έκανε πιο δυνατή και πιο σοφή. Και τώρα, κάθε μέρα είναι μια νέα ευκαιρία να δημιουργήσω τις αναμνήσεις που θα με συνοδεύουν στο μέλλον.

Tip of the Day: Σήμερα, λοιπόν, δεν γιορτάζω μόνο τα χρόνια που πέρασαν, αλλά και την προσμονή για όσα έρχονται. Γιορτάζω το ταξίδι, με όλες τις ανηφόρες και κατηφόρες του, με όλες τις ανατροπές και τις απρόσμενες χαρές του. Ευχαριστώ όλους όσους είναι δίπλα μου σε αυτή τη διαδρομή. Η παρουσία τους είναι το πιο πολύτιμο δώρο που θα μπορούσα να ζητήσω. Και στον εαυτό μου, εύχομαι να συνεχίσω να αναζητώ την αλήθεια, την ευτυχία και την αγάπη σε κάθε γωνιά της ζωής.

Η ζωή είναι μια ατελείωτη γιορτή, και κάθε γενέθλια μας υπενθυμίζουν ότι η ομορφιά της βρίσκεται στις στιγμές που μοιραζόμαστε με εκείνους που αγαπάμε και επιλέγουμε!

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Βουτιά στην ασφάλεια!

Η Παγκόσμια Ημέρα Πρόληψης των Πνιγμών, στις 25 Ιουλίου, μας θυμίζει πόσο σημαντική είναι η ασφάλεια στο νερό. Είναι μια ευκαιρία να ενημερωθούμε και να ενισχύσουμε τις γνώσεις μας για την πρόληψη των πνιγμών, διατηρώντας την ευχάριστη πλευρά των δραστηριοτήτων του καλοκαιριού.



Κάθε χρόνο, αυτή η ημέρα στοχεύει στην ενημέρωση του κοινού για τη σημασία της πρόληψης των πνιγμών και την προώθηση ασφαλών πρακτικών κοντά στο νερό.

Ο στόχος δεν είναι να μας φοβίσει, αλλά να μας εξοπλίσει με τις γνώσεις και τα εργαλεία που χρειαζόμαστε για να απολαμβάνουμε το νερό με ασφάλεια.

Στην Ελλάδα, ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός (ΕΕΣ) διοργανώνει δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης,

ενώ παράλληλα στην Κρήτη φέτος, η Διεύθυνση Δημόσιας Υγείας, σε συνεργασία με τον Οργανισμό Safe Water Sports και την Παγκρήτια Σχολή Ναυαγοσωστικής διοργανώνουν δύο δράσεις ενημέρωσης:

1. Πώς μπορούμε να έχουμε σωστή πρόληψη και πως παρέχουμε πρώτες βοήθειες
2. Δράσεις προσομοίωσης διάσωσης από πνιγμό, βασισμένη σε τρία διαφορετικά σενάρια και μεθόδους.





Ασφαλείς Συμβουλές για Κολύμβηση

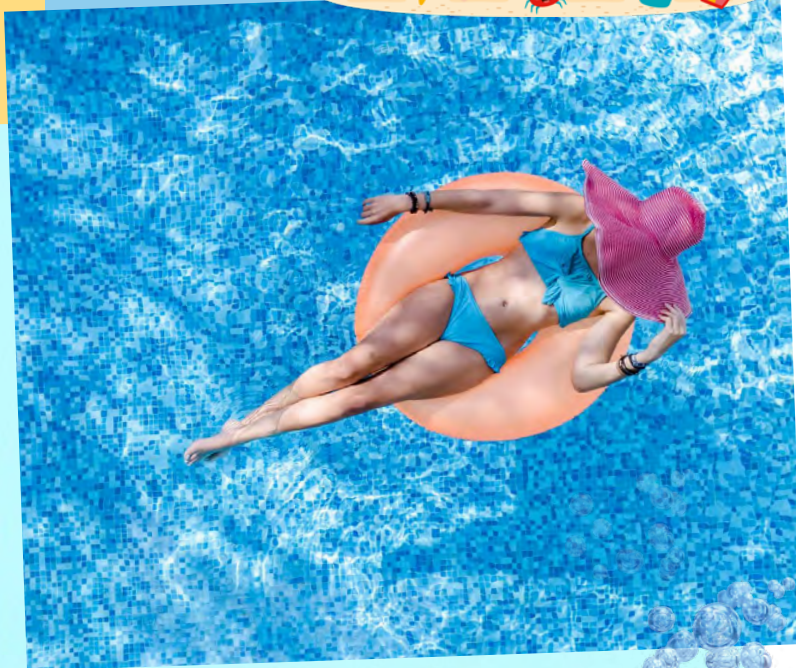
- 1 Μάθετε να Κολυμπάτε:** Η εκμάθηση της κολύμβησης από μικρή ηλικία είναι το πρώτο βήμα για την ασφαλή απόλαυση του νερού. Ποτέ δεν είναι αργά να μάθουμε να κολυμπάμε.
- 2 Επιτήρηση Πάντα:** Πάντα να έχουμε κάποιον να μας επιτηρεί όταν είμαστε στο νερό, ειδικά τα παιδιά. Είναι πάντα καλύτερο να κολυμπάμε με παρέα.
- 3 Χρήση Σωστικών Μέσων:** Χρησιμοποιούμε σωσίβια και άλλα σωστικά μέσα ιδιαίτερα όταν δεν είμαστε σίγουροι για τις ικανότητές μας.
- 4 Αποφυγή Αλκοόλ:** Αποφεύγουμε την κατανάλωση αλκοόλ πριν κολυμπήσουμε.

Η σωστή ενημέρωση είναι το κλειδί για την πρόληψη. Με απλές γνώσεις και λίγη προσοχή, μπορούμε να απολαμβάνουμε το καλοκαίρι μας χωρίς άγχος. Η γνώση των βασικών τεχνικών πρώτων βοηθειών μπορεί να κάνει τη διαφορά και να μας προσφέρει τη σιγουριά να αντιμετωπίσουμε οποιαδήποτε δυσκολία.

Η Παγκόσμια Ημέρα Πρόληψης των Πνιγμών είναι μια υπενθύμιση για την αξία της ασφάλειας στο νερό. Είναι μια ευκαιρία να μάθουμε, να ενημερωθούμε και να δράσουμε για να διατηρήσουμε τον εαυτό μας και τους αγαπημένους μας ασφαλείς. Με την κατάλληλη προετοιμασία και την προσοχή, το καλοκαίρι μπορεί να είναι μια εποχή γεμάτη χαρά και ξεγνοιασιά. Οι δραστηριότητες στο νερό μπορούν να γίνουν ακόμη πιο ευχάριστες και ασφαλείς για όλους.

Ήξερες ότι...

Ο μεγαλύτερος εχθρός του μπάνιου δεν είναι το φαγητό αλλά το αλκοόλ, το οποίο συνδέεται με αυξημένο κίνδυνο πνιγμού. Καθώς μειώνεται η αιματική ροή στον εγκέφαλο κατά τη διάρκεια της κολύμβησης, μπορεί να προκληθεί απώλεια αισθήσεων.



Φρεσκούλης: 20 χρόνια μεγαλώνουμε μαζί και γιορτάζουμε τα 20 χρόνια φρεσκάδας, με βίντεο, διαγωνισμούς και αναδρομές στην ιστορία μας



Ο Φρεσκούλης, το αγαπημένο brand που συνδέθηκε με την καθημερινή υγιεινή διατροφή και πρωτοπορεί στις φρέσκες ολοκληρωμένες λύσεις on-the-go, και στις έτοιμες για σερβίρισμα σαλάτες, γιορτάζει φέτος τα 20 χρόνια παρουσίας του στην ελληνική αγορά με το κεντρικό μήνυμα «Φρεσκούλης, 20 χρόνια μεγαλώνουμε μαζί».

Η σημαντική αυτή στιγμή σηματοδοτείται με ένα επετειακό σποτ, το οποίο μας δείχνει το μέγαλωμα ενός μικρού παιδιού, από τα πρώτα του βήματα ως την στιγμή που η 20χρονη φοιτήτρια πλέον, ετοιμάζει το τραπέζι στην μητέρα της με οικογενειακή σαλάτα Φρεσκούλης, δείχνοντας πως όντως μεγαλώνουμε μαζί, αφού ο Φρεσκούλης είναι πάντα δίπλα μας καθημερινά σε μικρές και μεγάλες στιγμές εδώ και 20 χρόνια.

Διαφήμιση 20 Χρόνια Φρεσκούλης

Παράλληλα, στα social media του Φρεσκούλη, παρουσιάζεται ένα βίντεο με ενδιαφέροντα fun facts από τα 20 τελευταία χρόνια. Ανατρέχοντας στην ιστορία του, θα μάθουμε ότι ο Φρεσκούλης ξεκίνησε την πορεία του με τις πρώτες έτοιμες προ-κομμένες σαλάτες το 2004, καινοτομώντας συνεχώς με προϊόντα όπως η πρώτη φρουτοσαλάτα το 2007 και οι πρώτες σαλάτες-γεύματα το 2008. Με το rebranding το 2014, την επέκταση σε βιολογικές σαλάτες το 2015, την προσθήκη των φρέσκων λαχανικών για

μαγείρεμα, το brand συνέχισε να πρωτοπορεί όλα τα χρόνια. Το 2021 παρουσίασε τα SUPER BOWLS, επιβεβαιώνοντας τη δέσμευσή του στην καινοτομία και την ποιοτική, φρέσκια υγιεινή διατροφή.

Video Fun Facts 20 χρόνια Φρεσκούλης

Με αφορμή τα φετινά γενέθλια, ο Φρεσκούλης διοργανώνει επίσης έναν διαγωνισμό με τίτλο «20 χρόνια, 20 δώρα», στον οποίο 20 τυχεροί θα κερδίσουν από ένα ψυγειακή θαλάσσης γεμάτο με σαλάτες Φρεσκούλης.

Φρεσκούλης 20 χρόνια, 20 δώρα

Τέλος, πολλά αγαπημένα πρόσωπα, γνωστοί σεφ, influencers & content creators που έχουν συνεργαστεί με την εταιρεία, παραγωγοί και εργαζόμενοι της εταιρείας μοιράζονται με το κοινό τι σημαίνει για αυτούς ο Φρεσκούλης, και δίνουν τις δικές τους ξεχωριστές ευχές.

Video Ευχών Για τα 20 χρόνια Φρεσκούλης

Ακολουθήστε τα social media του Φρεσκούλη για να μη χάσετε το ολόφρεσκο επετειακό περιεχόμενο.

Freskoulis | Φρεσκούλης



Ζωή Κακαρέλη: "Το ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ είναι ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ"

Η Ζωή Κακαρέλη είναι πτυχιούχος προπονήτρια ΤΑΕKWONDO και Head coach στον αθλητικό σύλλογο ΘΗΣΕΑ Ν. Ιωνίας Αττικής. Είναι Παγκόσμια Πρωταθλήτρια (Βαρκελώνη 1996), 3 φορές Χρυσή Βαλκανιονίκης, 10 φορές Πρωταθλήτρια Ελλάδας, καθώς επίσης και μέλος της Εθνικής Ομάδας ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ. Ας μάθουμε περισσότερα για εκείνη στη συνέντευξη που ακολουθεί.

Ποια ήταν η πρώτη επαφή σου με το ΤΑΕKWONDO; Γυρίζοντας στο παρελθόν, τι σου άρεσε περισσότερο σε αυτήν την πολεμική τέχνη;

Η πρώτη μου επαφή με το ΤΑΕKWONDO ξεκίνησε το 1983 σε ηλικία 5 ετών με παρότρυνση του μπαμπά μου Αλέξιου Κακαρέλη ο οποίος ήταν και ο προπονητής μου.

Το ΤΑΕKWONDO τότε δεν ήταν πολύ δημοφιλές άθλημα και πόσο μάλλον για το γυναικείο φύλο και ειδικότερα για τόσο μικρές ηλικίες.

Το ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ όπως καταλαβαίνετε ήταν οικογενειακή υπόθεση, αφού όλη η οικογένεια εκτός από τη μητέρα μου ασχολούμαστε με το ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ. Ο αδερφός μου Νικόλαος Κακαρέλης υπήρξε και αυτός -όπως κι εγώ- Πρωταθλητής Ελλάδας αρκετές φορές και μέλος της Εθνικής Ομάδας.

Οπότε η ενασχόληση μου με το συγκεκριμένο άθλημα ήταν δεδομένη. Αλλά πέρα από αυτό, ήμουν ένα παιδί που

από μικρή αγαπούσα και ήθελα να ασχοληθώ με τις πολεμικές τέχνες.

Μου άρεσε που ήταν ένα άθλημα επαφής και ένα άθλημα που σε γέμιζε αυτοπεποίθηση.

Στην πορεία του χρόνου, ανακαλύπτοντας σε βάθος το ΤΑΕKWONDO, πώς σε επηρέασε η φιλοσοφία του;

Η ενασχόλησή μου με το ΤΑΕKWONDO βελτίωσε τις συναισθηματικές μου ικανότητες, την πειθαρχία, την υπακοή, το θάρρος την εμπιστοσύνη, τον σεβασμό και μου αύξησε τρομερά την αυτοπεποίθηση.





Με έμαθε να έχω αυτοέλεγχο, να βάζω στόχους, καθώς επίσης να συμβαδίζω με τους κανόνες της ομάδας και του συνόλου. Γενικότερα βελτίωσε τις διανοητικές και γνωστικές μου ικανότητες.

Ποια είναι τα οφέλη του ΤΑΕΚΒΟΝΔΟ για ένα παιδί; Από ποια ηλικία μπορεί να ξεκινήσει;

Τα οφέλη του ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ για τα παιδιά είναι αμέτρητα.

Η καλύτερη ηλικία να αρχίσει κάποιος είναι η προσχολική. Κάτι που ενισχύεται μέσω των ασκήσεων του ΤΑΕΚΒΟΝΤΟ είναι η πειθαρχία και ο σεβασμός.

Το παιδί μαθαίνει να δουλεύει την τέχνη υπό κάποιους κανόνες και έτσι αποκτά τόσο πειθαρχία όσο και σεβασμό προς τον αντίπαλό του και τους άλλους. Ενδυναμώνει τον χαρακτήρα του. Το παιδί γίνεται πιο δυναμικό και μαθαίνει να αντιμετωπίζει προκλήσεις και προβλήματα όπως το μπούλινγκ με ψυχραιμία και πειθαρχία, δεν λυγίζει και δεν θυματοποιείται, αποκτώντας ταυτόχρονα αυτοσυγκράτηση.

Μαθαίνει τις καλές και υγιεινές συνήθειες όπως τη σωστή διατροφή. Μέσα από τη σωματική άσκηση έχει υγεία και ευεξία.





Οποιοδήποτε παιδί ή ενήλικας ανεξαρτήτως φυσικής κατάστασης μπορεί να ασχοληθεί με το TAEKBONTO.

Όταν ξεκίνησες, ήταν πιο δύσκολο για ένα κορίτσι να το ακολουθήσει και πώς είναι τώρα τα πράγματα;

Όπως προανέφερα τότε που ξεκίνησα TAEKBONTO σε ηλικία 5 ετών, δηλαδή το 1983, το TAEKBONTO δεν ήταν τόσο δημοφιλές και μάλιστα η πλειοψηφία των αθλούμενων ήταν ενήλικες και άνδρες, οπότε όπως καταλαβαίνετε ήταν ένα άθλημα, όπως και όλες οι πολεμικές τέχνες τότε, που κατά την πλειοψηφία του αποτελούνταν από άνδρες. Σήμερα με τα πιο πρόσφατα στοιχεία που συνέλεξαν οι αρμόδιες Υπηρεσίες του υπουργείου αθλητισμού και της Γ.Γ.Α το TAEKBONTO είναι το 6ο πιο ελκυστικό άθλημα για τις γυναίκες (2.921) αθλήτριες μετά το βόλεϊ, το μπάσκετ, τον υγρό στίβο κ.λ.π. Συγκεκριμένα στη σχολή μου το μεγαλύτερο ποσοστό της αγωνιστικής μου ομάδας αποτελείται από γυναίκες.

Αν έπρεπε να συμπυκνώσεις όλη την ουσία της πολεμικής αυτής τέχνης σε μια πρόταση αυτή θα ήταν...

Το TAEKBONTO είναι ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ!!!!!!!

Τα νέα Galaxy Z Fold6 και Z Flip6 μαζί με τα ολοκαίνουργια wearables της Samsung διαθέσιμα σε Ελλάδα και Κύπρο



Αριστερά: κ. Hansoo Kim, Πρόεδρος Samsung Electronics Hellas, κ. Άρης Παρασκευόπουλος, Επικεφαλής του Τμήματος Mobile Experience της Samsung Electronics σε Ελλάδα και Κύπρο. Δεξιά: 20240723 Samsung Promo Event Galaxy AI @ Ble Alimos For Nanoudis / Thalia Galanopoulou

Η Samsung Electronics Hellas καλωσόρισε επίσημα στην ελληνική αγορά τα Galaxy Z Fold6 και Galaxy Z Flip6, μαζί με τις νέες προσθήκες στην κατηγορία των wearables, τα Galaxy Watch7, Galaxy Watch Ultra και Galaxy Buds3.

Εκπρόσωποι των μέσων και συνεργάτες είχαν την ευκαιρία να «ταξιδέψουν» στον κόσμο του Galaxy AI και να εξερευνήσουν τις διευρυμένες δυνατότητες της τεχνητής νοημοσύνης στα νέα smartphones και wearables της εταιρείας, που είναι πλέον διαθέσιμα από σήμερα, 24 Ιουλίου, στο ευρύ κοινό σε Ελλάδα και Κύπρο.

Στο πλαίσιο της εκδήλωσης, οι παρευρισκόμενοι είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν από κοντά τις νέες συσκευές και να πειραματιστούν με το Galaxy AI. Στα ειδικά διαμορφωμένα corners, δοκίμασαν λειτουργίες όπως το Photo Assist και το Sketch to Image με τη χρήση του νέου S Pen, επιβεβαιώνοντας πως η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί να απλοποιήσει την καθημερινότητα και να αποτελέσει πηγή παραγωγικότητας και δημιουργικότητας.

Για περισσότερες πληροφορίες δείτε [εδώ](#).

Press Room

Ρεκόρ συμμετοχών με πάνω από 2.800 δρομείς από 35 χώρες στο Zagori Mountain Running 2024

Zagori Mountain Running

Χιλιάδες επισκέπτες βρέθηκαν για 13η χρονιά στην κορυφαία γιορτή του μεγαλύτερου trail running event βουνού της χώρας, του Zagori Mountain Running, που πραγματοποιήθηκε στα Ζαγοροχώρια, στις 19-21 Ιουλίου 2024 με αφετηρία και τερματισμό το χωριό Τσεπέλοβο. Τα πετρόκτιστα χωριά, τα παραδοσιακά γεφύρια και τα μοναδικά αξιοθέατα της Ηπείρου, όπως μεταξύ άλλων το φαράγγι του Βίκου, η Σκάλα Βραδέτου, ο ποταμός Βοϊδομάτης, η χαράδρα του Αώου, οι επιβλητικές κορυφές της οροσειράς της Τύμφης, η εντυπωσιακή Δρακόλιμνη και η περιοχή προστατευόμενου φυσικού πλούτου του Εθνικού Δρυμού Βίκου-Αώου αποτέλεσαν μαζί με την πλούσια βιοποικιλότητα του μέρους και τις εξαιρετικές καιρικές συνθήκες το ιδανικό μέρος για τη διεξαγωγή του μεγαλύτερου αγώνα ορεινού τρεξίματος της χώρας.

Πάνω από 2.800 αθλητές, ηλικίας από 3 έως 79 ετών και περισσότεροι από 11.000 επισκέπτες, βρέθηκαν στο Ζαγόρι το 3ημερο, στον τόπο που έχει ενταχθεί στον Κατάλογο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO, για να ζήσουν από κοντά τη σπουδαία αυτή γιορτή του ορεινού αθλητικού τουρισμού, να μοιραστούν αυθεντικές εμπειρίες και να δημιουργήσουν αναμνήσεις στον τόπο πίσω από το βουνό. Οι αθλητές και αθλήτριες που έλαβαν μέρος ήταν από 35 χώρες και 4 ηπείρους.





Χρήστος Αρφάνης,
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος



DEADPOOL & WOLVERINE:

Από 24 Ιουλίου 2024 στους κινηματογράφους



Η πολυαναμενόμενη ταινία DEADPOOL & WOLVERINE κυκλοφορεί από 24 Ιουλίου 2024 στους κινηματογράφους. Η ταινία είναι σε σκηνοθεσία Shawn Levy με τους Ryan Reynolds, Hugh Jackman, Morena Baccarin, Jennifer Garner, Matthew Macfadyen, Patrick Stewart. Το σενάριο έχουν γράψει οι Ryan Reynolds, Rhett Reese, Paul Wernick, Zeb Wells, Shawn Levy

Η επίσημη περίληψη του DEADPOOL & WOLVERINE όπως την διαβάζουμε στο τρέιλερ της ταινίας είναι η εξής: "Τα Marvel Studios παρουσιάζουν το σημαντικότερο μέχρι σήμερα λάθος τους... την ταινία «Deadpool & Wolverine». Ο απαθής Γουέντ Γουίλσον περιφέρεται ως απλός πολίτης. Έχει αφήσει πλέον πίσω του τις μέρες του ως ο πολυλογάς και αθυρόστομος μισθοφόρος, Deadpool. Όταν ο πλανήτης του αντιμετωπίζει μια υπαρξιακή απειλή, ο Γουέντ πρέπει απρόθυμα να αναλάβει δράση μαζί με έναν ακόμα πιο απρόθυμο... απρόθυμο; Τον πλέον απρόθυμο; Οι περιλήψεις είναι τόσο ηλίθιες."

Όπως καταλαβαίνουμε από την παραπάνω περίληψη, η ταινία διατηρείται στο ύφος των δύο προηγούμενων ταινιών με κεντρικό χαρακτήρα του Deadpool, παρά τις ανησυχίες των οπαδών ότι η κυκλοφορία της από τα Marvel Studios (σ.σ που ανήκουν στην Walt Disney Studios από το 2015) θα άλλαζε τον τόνο των ταινιών σε περισσότερο σοβαρές και κατάλληλες για νεότερο ηλικιακό κοινό.

Η ανάπτυξη της τρίτης ταινίας του Deadpool ξεκίνησε στην 20th Century Fox έως τον Νοέμβριο του 2016, αλλά τέθηκε σε αναμονή μετά την εξαγορά του στούντιο από την Disney τον Μάρτιο του 2019. Ο έλεγχος του χαρακτήρα μεταφέρθηκε στα Marvel Studios, τα οποία άρχισαν να αναπτύσσουν μια νέα ταινία με τον Reynolds. Η Wendy Molyneux και η Lizzie Molyneux-Logelin εντάχθηκαν τον Νοέμβριο του 2020 ως σεναριογράφοι. Ο Reese και ο Wernick επέστρεψαν από τις προηγούμενες ταινίες για να ξαναγράψουν το σενάριο τον Μάρτιο του 2022, όταν ο Levy προσλήφθηκε ως σκηνοθέτης. Αυτοί, μαζί με τον Reynolds και τον Wells, δυσκολεύτηκαν να καταλάβουν την ιστορία της ταινίας μέχρι που ο Jackman αποφάσισε να επαναλάβει τον ρόλο του ως Wolverine από τη σειρά ταινιών X-Men της Fox τον Αύγουστο του 2022.





Σήμερα γιορτάζονται "Τα Χριστούγεννα τον Ιούλιο" ή "Τα Χριστούγεννα το Καλοκαίρι"!

Στην Αμερική, στον Καναδά και σε κάποιες χώρες της Ευρώπης το έχουν παράδοση, κατακαλόκαιρο, να αφιερώνουν κάποιες ημέρες στα Χριστούγεννα. Δεν γιορτάζεται παντού την ίδια μέρα, αλλά η ιδέα παραμένει κοινή: Χριστούγεννα μέσα στον Ιούλιο!

Είναι μια ...δεύτερη χριστουγεννιάτικη γιορτή που επικεντρώνεται σε δραστηριότητες και ψυχαγωγικά events με θέμα τα Χριστούγεννα, συμπεριλαμβανομένων μικρών συγκεντρώσεων, εποχικής μουσικής και σπεσιαλιτέ, καθώς και γιορτινών αγορών. Έχει στόχο να φέρει το «πνεύμα των Χριστουγέννων» κατά τη θερινή περίοδο στο βόρειο ημισφαίριο. "Τα Χριστούγεννα τον Ιούλιο" συνήθως γιορτάζονται στις 25 Ιουλίου αλλά σε κάποιες περιοχές γιορτάζονται και άλλες μέρες του Ιουλίου...

Στη Βόρεια Καρολίνα, οι φαν των Χριστουγέννων διοργανώνουν φεστιβάλ με παιδικές δραστηριότητες στις αρχές του μήνα και για δύο ολόκληρες μέρες χορεύουν και τραγουδούν τιμολογώντας γιορτινές λιχουδιές.





© Reuters/Scanpix Denmark/E. Refner

Σε μια άλλη γωνιά της Αμερικής, στις 7 Ιουλίου, Αη Βασίληδες τρέχουν για καλό σκοπό, με τα έσοδα από τις εκδηλώσεις να προσφέρονται σε παιδάκια που αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα υγείας....

Πάμε μια βόλτα στη Δανία που στις 22 Ιουλίου γιορτάζει τα Χριστούγεννα κάπως διαφορετικά, φιλοξενώντας από το 1957 το Παγκόσμιο Συνέδριο Αγιοβασίληδων!

Ένα από τα πιο σημαντικά θέματα που πέφτουν στο τραπέζι είναι η ημερομηνία εορτασμού των Χριστουγέννων καθώς και η ημερομηνία παράδοσης των δώρων!

Κάποιοι Αγιοβασίληδες θέλουν τα δώρα να δίνονται στις 24 Δεκεμβρίου, κάποιοι άλλοι ανήμερα τα Χριστούγεννα, υπάρχουν όμως και οι Ρώσοι οι οποίοι θέλουν η παράδοση να γίνεται στις 6 Ιανουαρίου!

Το σημαντικότερο όμως που συζητιέται κάθε χρόνο -και λύση δεν βρίσκεται!- είναι το πάχος τους και η μεγάλη δυσκολία που αντιμετωπίζουν να μπαينوβγαίνουν στις καμινάδες...

Με τη λήξη του Συνεδρίου, οι στρουμπουλοί Αγιοβασίληδες αφήνουν πίσω προβλήματα και τσακωμούς και το ρίχνουν στο γλέντι!





Πώς ξεκίνησε αυτός ο περίεργος εορτασμός...

Η πρώτη αναφορά σε αυτή τη γιορτή προέρχεται από το Εθνικό Πάρκο Yellowstone της Αμερικής. Λέγεται ότι κάποια στιγμή στις αρχές του 20ου αιώνα, μια απροσδόκητη χιονοθύελλα καθήλωσε τους ταξιδιώτες σε ένα από τα πανδοχεία του πάρκου. Χιόνισε τόσο πολύ που η ομάδα αποφάσισε να γιορτάσει τα Χριστούγεννα!

Η έλλειψη λεπτομερειών σχετικά με αυτό το υποτιθέμενο συμβάν και το γεγονός ότι δεν υπάρχει καταγραφή καλοκαιρινής χιονόπτωσης στο Yellowstone εκείνη την εποχή, τόσο μεγάλης ώστε να εγκλωβίσει ανθρώπους σε εσωτερικούς χώρους, υποδηλώνει ότι μάλλον δεν συνέβη ποτέ.

Ένας άλλος ισχυρισμός για αυτή τη γιορτή προέρχεται από το Keystone Camp. Ένα σύντομο άρθρο στην Washington Post τον Νοέμβριο του 1933 περιγράφει πώς η Fannie Holt παρουσίασε την ιδέα "Τα Χριστούγεννα τον Ιούλιο" στα κορίτσια στην κατασκήνωσή της: «Δεν υπάρχει άλλος λόγος στο να κάνουμε Χριστούγεννα τον Ιούλιο εκτός από το ότι είναι πολύ διασκεδαστικά!».

Και τα κορίτσια το λάτρεψαν, αναφέρει η Holt στο άρθρο...

Αν και είναι αδύνατο να πούμε ποια είναι η πραγματική προέλευση των Χριστουγέννων τον Ιούλιο, δεν υπάρχουν σημαντικές αναφορές για την ιδέα αυτή πριν από το 1933, κάτι που ενισχύει τον ισχυρισμό του Keystone Camp.

Η ιδέα της γιορτής αυτής εξαπλώθηκε με την κυκλοφορία της κωμωδίας του Χόλιγουντ "Χριστούγεννα τον Ιούλιο" του 1940, σε σενάριο και σκηνοθεσία Preston Sturges. Στη συνέχεια χρησιμοποιήθηκε για προώθηση της ιδέας αποστολής

χριστουγεννιάτικων δώρων νωρίς σε εκείνους που υπηρετούσαν στο εξωτερικό κατά τη διάρκεια του Β' Παγκοσμίου Πολέμου.

Κάθε Ιούλιο, κάποια τηλεοπτικά κανάλια οικιακών αγορών έχουν εκπλώσεις Χριστουγέννων, κυρίως για ιδέες διακόσμησης και πρώτων δώρων για παιδιά. Από το 2012, το Hallmark Channel διοργανώνει με τεράστια επιτυχία την ...Αντίστροφη Μέτρηση για τα Χριστούγεννα, που ξεκινάει τον Ιούλιο και χαρίζει στους θαυμαστές του έναν ακόμη μήνα γεμάτο κέφι και γιορτινές ταινίες.

Μόνοι λογικοί τελικά σε όλη αυτή την ιστορία, οι Αυστραλοί, οι Νεοζηλανδοί και οι Νοτιοαφρικάνοι, που με το δίκιο τους γιορτάζουν τον Ιούλιο, αφού ο μήνας τους βρίσκει μέσα στο καταχειμωνο!

Καλά Χριστούγεννα λοιπόν; Τι λέτε;





Σπιτικό Chili Dog

National Chili Dog Day σήμερα (25/7) και πάμε να φτιάξουμε λαχταριστά, πεντανόστιμα και σπιτικά Chili Dogs!



Θα χρειαστούμε:

- 500 γρ. άπαχο μοσχαρίσιο κιμά
- 1 κρεμμύδι (ψιλοκομμένο)
- 4 σκελίδες σκόρδο (ψιλοκομμένες)
- 1 κ.σ. μέλι
- 2 κ.σ. τσίλι σε σκόνη (ή περισσότερες αν σας αρέσει πικάντικο)
- 400γρ. κονσέρβα ντομάτες σε κύβους
- αλάτι και πιπέρι
- 8 λουκάνικα για χοτ ντογκ
- 8 ψωμάκια για χοτ ντογκ
- 1 κούπα τριμμένο τυρί τσένταρ
- φρέσκα κρεμμυδάκια ψιλοκομμένα (για το σερβίρισμα)

TIP

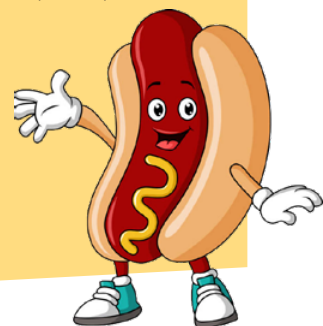
Μπορούμε να προσθέσουμε ό,τι άλλο θέλουμε (μαϊντανό, πίκλες, πιπεριές ψιλοκομμένες, πατάτες τηγανιτές κ.ά.).

Η μουστάρδα και η κέτσαπ ταιριάζουν πολύ και σε πολλούς αρέσει η μαγιονέζα.

Πώς γίνεται:

- Σε μικρή αντικολλητική κατσαρόλα βάζουμε τον κιμά σε μέτρια φωτιά. Σοτάρουμε μέχρι να βγάλει λίγο λίπος και μετά προσθέτουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο.
- Συνεχίζουμε το σοτάρισμα για περίπου 5 λεπτά, μέχρι ο κιμάς να μην είναι πλέον ροζ και το κρεμμύδι να μαλακώσει.
- Προσθέτουμε το μέλι και το τσίλι σε σκόνη και ανακατεύουμε καλά. Αφήνουμε να ψηθούν για 2-3 λεπτά για να καραμελώσει το μέλι και μετά προσθέτουμε τις ντομάτες, αλάτι και πιπέρι.
- Αφήνουμε τον κιμά να σιγοβράσει σε χαμηλή φωτιά ενώ ετοιμάζουμε τα λουκάνικα και τα ψωμάκια χοτ ντογκ.
- Ψήνουμε τα λουκάνικα σύμφωνα με τις οδηγίες τους και ζεσταίνουμε τα ψωμάκια σε σχάρα ή σε ένα τηγάνι στο μάτι της κουζίνας.
- Όταν είναι έτοιμα, βάζουμε ένα λουκάνικο σε κάθε ψωμάκι, καλύπτουμε από πάνω με 2-3 κουταλιές κιμά, τριμμένο τσένταρ και λίγα φρέσκα κρεμμυδάκια.

Απολαμβάνουμε!





Μπαμπά μου

Το βιβλίο αυτό δημιουργήθηκε από την βαθιά αγάπη της συγγραφέως για τον πατέρα της, αλλά και από την επιθυμία της να βοηθήσει κάθε παιδί να εκφράσει τα συναισθήματά του στον δικό του πατέρα.

Μέσα από το έμμετρο κείμενο και τους τρυφερούς διαλόγους μπαμπά και παιδιών, η συγγραφέας καταφέρνει να προσεγγίσει και να εμπνεύσει τον σύγχρονο πατέρα, που δεν διστάζει να δείξει την τρυφερότητά του στα παιδιά του.

Μπαμπά μου, πάμε μια βόλτα;
Μπαμπά μου, μ' αγαπάς;
Ήλιε μου και φεγγάρι μου
και όμορφο καμάρι μου...

Το βιβλίο συνοδεύεται από όμορφες χρωμοσελίδες και έναν πρωτότυπο σελιδοδείκτη.



Ο Σκάνταρ και η Δοκιμασία του Χάους



Στην τρίτη χρονιά της εκπαίδευσής τους, ο Σκάνταρ κι οι φίλοι του πρέπει να ολοκληρώσουν μια σειρά από τρομακτικές δοκιμασίες στις τέσσερις στοιχειακές ζώνες του Νησιού. Φίλιες, συμμαχίες αλλά και οι δεσμοί ανάμεσα σε αναβάτες και μονόκερους θα φτάσουν στα όριά τους: θα επιβιώσουν μόνο οι πιο δυνατοί.

Στο μεταξύ, η αδελφή του Σκάνταρ, η Κένα, βρίσκεται επιτέλους στην Αετοφωλιά. Αλλά ο τεχνητός δεσμός της με τον άγριο μονόκερο την αποξενώνει απ' όλους. Κι όταν μια φοβερή αποκάλυψη βάζει σε κίνδυνο το ίδιο το μέλλον του Νησιού, όλες οι υποψίες στρέφονται σε μία και μόνο κατεύθυνση...

Οι σκοτεινές δυνάμεις συγκεντρώνονται. Κι ο Σκάνταρ πρέπει να αποφασίσει μέχρι πού είναι πρόθυμος να φτάσει – για χάρη της Κένα, για χάρη του Νησιού.

quote of the day

"BELIEVE IN SOMETHING BEAUTIFUL AGAIN"

Σήμερα
γιορτάζουν!

Άννα, Ανναμπέλλα,
Ανναμαρία, Άννα-Μαρία,
Ευπράξιος, Ευπραξία,
Ολυμπία, Ολυμπιάς

25 Ιουλίου

- › World Drowning Prevention Day
- › Earth Overshoot Day
- › National Refreshment Day
- › National Chilli Dog Day
- › National Intern Day
- › National Wine and Cheese Day
- › Carousel Day

tip of the day

Take a step back.
Clear your mind.
Refresh your
perspective.