

Εγκαινιάσαμε ένα νέο κατάστημα Μασούτης στη στάση μπροστά στην πλατεία.

Γιατί ο Μασούτης είναι όπου και το κινητό, το λάπτοπ ή το τάμπλετ σου.



masoutis.gr



Ένα ολόκληρο supermarket στο χέρι σου.

μασούτης

ΠΟΙΟΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΒΟΟΜΜΑΤΕΣ ΚΑΙ ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΣΥΜΒΑΛΛΟΥΝ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΣΤΕΓΑΣΤΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYessr!!!**

Ο χρόνος, αυτός ο αόρατος αλλά παντοδύναμος παράγοντας της ζωής μας, είναι ο καλύτερος σεναριογράφος που θα μπορούσαμε ποτέ να έχουμε.

Όπως οι πιο αριστουργηματικοί σεναριογράφοι, ο χρόνος έχει την ικανότητα να φέρνει στο προσκήνιο τις πιο απρόσμενες εξελίξεις και να κλείνει τις ιστορίες με τη σοφία και τη μαεστρία που αναγνωρίζεται στους μεγάλους δημιουργούς της τέχνης.

Σκέψου για μια στιγμή πόσες φορές αισθάνθηκες χαμένος, δίχως προορισμό, στη διάρκεια ενός δύσκολου κεφαλαίου της ζωής σου. Ίσως οι δοκιμασίες τότε να φάνταζαν αξεπέραστες και οι προοπτικές σου περιορισμένες, ωστόσο, καθώς περνούσε ο χρόνος, αναγνώριζες ότι οι εμπειρίες αυτές σε διαμόρφωσαν, σου έδωσαν δύναμη και σε ώθησαν να ανακαλύψεις νέες πτυχές του εαυτού σου.

Ο χρόνος δεν είναι απλώς μια γραμμική ροή γεγονότων· είναι ο καμβάς πάνω στον οποίο διαμορφώνονται τα συναισθήματα, οι σχέσεις και οι αναμνήσεις μας. Κάθε στιγμή, καλή ή κακή, γίνεται κομμάτι της διήγησής μας και, τελικά το φινάλε μας που είναι και αυτό που μας καθορίζει.

Αυτή η διαδικασία αντανακλά τη σοφία του χρόνου: συχνά, όταν νομίζουμε ότι όλα τελειώνουν, έρχεται μια νέα αρχή. Οι ανατροπές και οι ξαφνικές εξελίξεις δεν είναι ποτέ το τέλος. Αντίθετα, είναι οι πίνακες που προσθέτουν ένταση και βάθος στην αφήγηση της ζωής μας.

Tip of the Day: Μην ξεχνάς να δίνεις χρόνο στον εαυτό σου. Οι απαντήσεις που αναζητάς μπορεί να έρθουν με την πάροδο των ημερών, καθώς ο χρόνος είναι ο καλύτερος σύμμαχος στην αναζήτηση της αλήθειας και της ολοκλήρωσης.

Αν με ρωτάς, εγώ πιστεύω ακράδαντα, πως ο χρόνος δεν είναι απλά θεατής της ζωής μας αλλά ο σεναριογράφος - σκηνοθέτης που κόβει και ράβει τις σκηνές, αποκαλύπτοντας στο τέλος την τέλεια πλοκή για τη δική μας μοναδική ιστορία. Την ιστορία του καθενός μας...

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Ποιοι είναι οι Boommates και πώς μπορούν να συμβάλλουν στην αντιμετώπιση της στεγαστικής κρίσης



Δύο από τα σημαντικότερα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι σύγχρονες κοινωνίες είναι η στεγαστική και η κλιματική κρίση. Όμως, μία νέα τάση παρατηρείται σε πολλές χώρες του κόσμου ίσως να είναι η εναλλακτική λύση, που θα μπορούσε να συμβάλει στην αντιμετώπιση της κρίσης και στη μείωση των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου.

Baby boomers ονομάζονται όσοι γεννήθηκαν από το 1946 έως το 1964 και ζουν με συγκάτοικους νεότερων γενεών. Ο αριθμός τους αγγίζει τα 76 εκατομμύρια και μπορεί ίσως να αποτελέσουν μέρος της λύσης για το στεγαστικό πρόβλημα.

Ο όρος «Boommates» βγαίνει από τις λέξεις «Boomer» και «mates» και αναφέρεται σε μια συνθήκη κοινής διαβίωσης, που ξεκίνησε από την Αμερική, όπου οι baby boomers και οι νεότερες γενιές συγκατοικούν.





Με τον πληθωρισμό να χτυπάει κόκκινο και το κόστος στέγασης να διογκώνεται διαρκώς πολλοί baby boomers στρέφονται σταδιακά προς τη συγκατοίκηση. Έτσι, οι συνταξιούχοι ιδιοκτήτες σπιτιών, συνήθως μεγάλων και ευρύχωρων, νοικιάζουν τα επιπλέον δωμάτιά τους σε νεότερους ανθρώπους (συχνά Millennials και GenZeners).

Μία πράσινη λύση

Η πυκνότερη διαβίωση είναι σχεδόν πάντα πιο πράσινη: λιγότερα σπίτια, λιγότερη ενέργεια και μεγαλύτερη αποδοτικότητα. Η διαβίωση λοιπόν πολλών γενεών κάτω από μία στέγη, λένε οι ειδικοί, θα μειώνει σημαντικά τις εκπομπές αερίων του θερμοκηπίου. Επιπλέον, αυτό το νέο μοντέλο μειώνει την ανάγκη για νέες κατασκευές, που συχνά συνοδεύονται από υψηλό κόστος και περιβαλλοντικές επιπτώσεις.

Η κοινή συμβίωση των ηλικιωμένων με τους νέους φαίνεται πως έχει αμφίδρομο όφελος. Οι ηλικιωμένοι έχουν συντροφιά και οικονομική υποστήριξη, ενώ οι νεότεροι βρίσκουν στέγη σε πιο προσιτές τιμές και παράλληλα εξασφαλίζουν βοήθεια στις δουλειές του σπιτιού. Σημαντική παράμετρος είναι ότι αυτή η αλληλεπίδραση μεταξύ των γενεών μπορεί επίσης να προσφέρει αμοιβαία οφέλη, όπως η πολιτιστική ανταλλαγή, οι κοινές δεξιότητες και η συναισθηματική υποστήριξη.

Προκλήσεις και προβληματισμοί

Παρόλο που το Boomates προσφέρει πολυάριθμα οφέλη, πρέπει να αντιμετωπιστούν αρκετές προκλήσεις για να γίνει μια αποτελεσματική λύση.

Καταρχάς, το να γίνει το σωστό «πάντρεμα» είναι μια ιδιαίτερη και πιθανόν δύσκολη διαδικασία. Τα διαφορετικά χρονοδιαγράμματα, ο τρόπος ζωής, οι αξίες και οι ανάγκες και των δύο πλευρών πρέπει να ευθυγραμμιστούν για να δημιουργηθεί μια αρμονική κατάσταση διαβίωσης. Δεύτερον, οι συμφωνίες συγκατοίκησης μπορεί να περιπλέκονται από τους τοπικούς νόμους περί στέγασης.

Τέλος, η ασφάλεια και η ευημερία όλων των εμπλεκόμενων μερών είναι ζωτικής σημασίας, γι' αυτό πρέπει να γίνονται έλεγχοι του ιστορικού και σαφείς συμφωνίες, που θα εδραιώσουν την εμπιστοσύνη ανάμεσα στους συγκατοίκους.



Κυριακάτικη εξόρμηση για μικρούς και μεγάλους στο ΜΟΥΣΕΙΟ ΜΠΕΝΑΚΗ ΠΑΙΧΝΙΔΙΩΝ

Με την ευκαιρία της έναρξης της φετινής σχολικής χρονιάς, πραγματοποιήθηκε την Κυριακή 15 Σεπτεμβρίου στο Μουσείο Μπενάκη Παιχνιδιών στο Παλιό Φάληρο μια ξεχωριστή εκδήλωση.

Πάνω από 140 μέλη της δημοσιογραφικής οικογένειας ανταποκρίθηκαν στο κυριακάτικο κάλεσμα του Μουσείου και του Ομίλου Δειπνοσοφιστήριον στον πύργο με τα παιχνίδια. Οι επισκέπτες, μεγάλοι και μικροί, περιηγήθηκαν στους χώρους του Μουσείου και τα παιδιά από 5 έως 12 ετών συμμετείχαν σε εκπαιδευτικές δράσεις και γνώρισαν καλύτερα το Μουσείο και τις συλλογές του.

Η εκδήλωση σημείωσε μεγάλη επιτυχία, φέρνοντας κοντά τις οικογένειες και αναδεικνύοντας τη σημασία της πολιτιστικής κληρονομιάς μέσα από το παιχνίδι και τη δημιουργικότητα.

Στον δροσερό κήπο με το φορτηγάκι-καντίνα και στη βεράντα του πρώτου ορόφου με την απρόσκοπτη θέα στο



φαληρικό όρμο, το Δειπνοσοφιστήριον είχε ετοιμάσει μοναδικά αλμυρά και γλυκά εδέσματα για μικρούς και μεγάλους. Μεταξύ αυτών finger food, σπιτική λεμονάδα, pop corn, παγωτά και cocktails για τους γονείς. Οι ατμοσφαιρικοί και καλαίσθητοι αυτοί χώροι διατίθενται για τη διοργάνωση εκδηλώσεων και παιδικά πάρτυ.

info

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις επερχόμενες εκδηλώσεις του Μουσείου Μπενάκη Παιχνιδιών, καθώς και για τη δυνατότητα ενοικίασης των χώρων του, μπορείτε να επικοινωνήσετε με το [Δειπνοσοφιστήριον Catering](#), με το οποίο το Μουσείο συνεργάζεται κατ' αποκλειστικότητα ή με το Τμήμα Εκδηλώσεων του Μουσείου Μπενάκη: 210 3671026, tsombanoglou@benaki.org.



Feel the Spirit of Play!



Η περιπέτεια αρχίζει ξανά!

Spielwarenmesse: Από τις 28 Ιανουαρίου μέχρι την 1η Φεβρουαρίου το παιχνίδι θα είναι ο απόλυτος πρωταγωνιστής στη Νυρεμβέργη της Γερμανίας.

Τάσεις, καινοτομίες και ατελείωτη έμπνευση στο καλύτερο meeting point!

Πρόκειται για το μεγαλύτερο και σημαντικότερο γεγονός της χρονιάς για τη βιομηχανία παιχνιδιών... μια έκθεση που διαθέτει τα πάντα: Γνωστές μάρκες, σύγχρονες νεοφυείς επιχειρήσεις, buyers μεγάλων αλυσίδων, ανεξάρτητους εμπόρους λιανικής και μεγάλο αριθμό εκπροσώπων των μέσων ενημέρωσης.

Τα προϊόντα που θα βρει κανείς εκεί καλύπτουν όλη την γκάμα της αγοράς: lifestyle προϊόντα, κούκλες, λούτρινα, βρεφικά και παιδικά είδη, παιχνίδια από φυσικά υλικά, τεχνικά και εκπαιδευτικά παιχνίδια δράσης κ.α. Επίσης, στην Spielwarenmesse θα υπάρχουν εορταστικά και αποκριάτικα είδη, πυροτεχνήματα, βιβλία, σχολικά είδη, γραφική ύλη και πολλά ακόμη!

Οι ζωντανές, διαδραστικές παρουσιάσεις θα εντυπωσιάσουν και θα κεντρίσουν το ενδιαφέρον, ενώ δεν θα λείπουν τα podcasts σε ζωντανή μετάδοση. Φυσικά, η τεχνητή νοημοσύνη και η ψηφιοποίηση θα δώσουν το στίγμα τους και τα βιώσιμα παιχνίδια θα βρίσκονται στο επίκεντρο του ενδιαφέροντος.

info

Η πλατφόρμα Spielwarenmesse Digital προσφέρει αποτελεσματική προετοιμασία και ανατροφοδότηση. Διαθέτει βάση δεδομένων εκθετών και προϊόντων με πολλές επιλογές αναζήτησης και φιλτραρίσματος, καθώς και ολοκληρωμένα εργαλεία επικοινωνίας για δικτύωση και προγραμματισμό ραντεβού.



Ξανακερδίζοντας την παιδική ηλικία με τη συλλογή FW24 της GIOSEPPO: «BE REAL» - Ένα μανιφέστο από παιδιά για παιδιά



Η αναβίωση της αγνής μαγείας της παιδικής ηλικίας σε έναν κόσμο με οδηγό την Τεχνητή Νοημοσύνη

Η GIOSEPPO ανακοινώνει με υπερηφάνεια το λανσάρισμα της παιδικής συλλογής Φθινόπωρο/Χειμώνα 2024 (FW24) με τίτλο «BE REAL: Ένα μανιφέστο από παιδιά για παιδιά». Αυτή η πρωτοποριακή καμπάνια επιδιώκει να επανασυνδέσει τα παιδιά με τις αληθινές χαρές της παιδικής ηλικίας μέσα σε ένα όλο και πιο ψηφιακό και επίπλαστο περιβάλλον.

Σε μια εποχή που κυριαρχείται από την τεχνητή νοημοσύνη και τα ψηφιακά βιώματα, η GIOSEPPO θέτει ένα οδυνηρό ερώτημα: Είναι γραφτό για τις νέες γενιές να χάσουν την έμφυτη γοητεία που νιώθουν όταν παρατηρούν τον κόσμο γύρω τους; Απαντώντας σε αυτό, η καμπάνια «BE REAL» προσαπίζει την επιστροφή στην αυθεντικότητα, ενθαρρύνοντας τα παιδιά να αγκαλιάσουν τον πραγματικό τους εαυτό και τις απλές χαρές του να είσαι παιδί.

Η συλλογή FW24 διαθέτει ένα αρμονικό μείγμα κλασικού και σύγχρονου στυλ, διασφαλίζοντας ότι κάθε κομμάτι θα έχει απήχηση τόσο στα παιδιά όσο και στους γονείς. Από άνετες μπότες μέχρι παιχνιδιάρικα sneakers, η συλλογή δίνει έμφαση στην άνεση χωρίς συμβιβασμούς στο στυλ.

Με δέσμευση στην περιβαλλοντική ευθύνη, η GIOSEPPO έχει ενσωματώσει φιλικά προς το περιβάλλον υφάσματα και βιώσιμες μεθόδους παραγωγής, διασφαλίζοντας ότι η νέα γενιά θα μεγαλώσει σε έναν πιο υγιή πλανήτη. Αντλώντας έμπνευση από τη φύση και την παιδική φαντασία, η συλλογή διαθέτει μια παλέτα ζωντανών χρωμάτων και ευφάνταστων μοτίβων που πυροδοτούν τη δημιουργικότητα και τη χαρά.

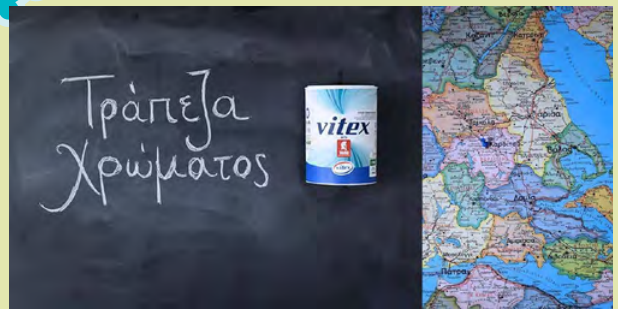
Ήξερες ότι...

Τα αβγά μας προστατεύουν από τη γνωστική εξασθένηση

Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα που δημοσιεύθηκε στο περιοδικό *Nutrients* τα αβγά λειτουργούν ως ασπίδα προστασίας κατά της γνωστικής εξασθένησης. Ειδικότερα, οι γυναίκες που κατανάλωναν περισσότερα αβγά εμφάνισαν μικρότερη μείωση στις βαθμολογίες ευχέρειας, που αξιολογούν τη σημασιολογική μνήμη και την εκτελεστική λειτουργία. Οι ερευνητές δεν βρήκαν παρόμοιες συσχετίσεις στους άνδρες, ωστόσο επισημαίνουν ότι «τόσο για τους άνδρες όσο και για τις γυναίκες, η κατανάλωση αβγών δεν συσχετίστηκε με μείωση σε κανένα από τους δείκτες γνωστικής απόδοσης που χρησιμοποιήσαμε, γεγονός που υποδηλώνει ότι η πρόσληψη αβγών μπορεί να παίζει ρόλο στη διατήρηση της γνωστικής λειτουργίας».

Παρόλο που οι ερευνητές δεν μπορούν να εξηγήσουν τις διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών, είναι πιθανό να οφείλονται σε διαφορετικά ποσοστά διαβήτη, μορφωτικού επιπέδου, άσκησης, καπνίσματος και κατανάλωσης αλκοόλ μεταξύ των δύο φύλων. Οι συμμετέχοντες ήταν άνω των 55 ετών και η μέση ηλικία ήταν μεταξύ 70 και 72 ετών.





Η Oral-B και το Live Without Bullying ενώνουν τις δυνάμεις τους ενάντια στον εκφοβισμό

Με την Ελλάδα να καταγράφει ανησυχητικά υψηλά ποσοστά περιστατικών bullying, με 1 στα 3 παιδιά να έχει υποστεί εκφοβισμό, η Oral-B με ευαισθησία και υπευθυνότητα, αναλαμβάνει δράση ενάντια σε αυτή την σκληρή πραγματικότητα, που βιώνουν χιλιάδες παιδιά, στα πλαίσια της νέα της καμπάνιας «Ανοίγουμε τα Στόματα».

Στόχος της καμπάνιας είναι να σπάσει τη σιωπή και να ευαισθητοποιήσει την κοινωνία, εστιάζοντας στη δημιουργία ενός ασφαλέστερου περιβάλλοντος για όλα τα παιδιά, όπου κανένα δεν θα φοβάται να μιλήσει και να εκφραστεί. Ο σχολικός εκφοβισμός δεν είναι πάντα ορατός, αλλά οι επιπτώσεις του είναι εξαιρετικά βαθιές και μακροχρόνιες. Πρόκειται για μια αθόρυβη μάχη, που βυθίζει χιλιάδες παιδιά σε έναν κύκλο απομόνωσης, φόβου και χαμηλής αυτοεκτίμησης.

Για αυτόν τον σκοπό, η Oral-B συνεργάζεται με το Live Without Bullying, μια πρωτοποριακή πλατφόρμα, όπου παιδιά που έχουν υποστεί εκφοβισμό ή έχουν γίνει μάρτυρες εκφοβισμού, γονείς και εκπαιδευτικοί μπορούν ανώνυμα και εντελώς δωρεάν να ζητήσουν βοήθεια, υποστήριξη και καθοδήγηση από εξειδικευμένους ψυχολόγους. Γιατί ο φόβος κλέβει χαμόγελα.

Στην καμπάνια συμμετείχαν αγαπημένοι καλλιτέχνες και γονείς, όπως ο Αντίνοος Αλμπάνης, η Ντορέττα Παπαδημητρίου, ο Πάνος Ευταξίας, η Πηνελόπη Αναστασοπούλου, ο Τάσος Ιορδανίδης, η Νικόλ Ελευθεριάδου και ο Ηλίας Μελέτης.

Η Τράπεζα Χρώματος ενώνει τις δυνάμεις τριών εταιρειών για σχολεία του Δήμου Μάνδρας - Ειδυλλίας

Η 3η ενέργεια της Τράπεζας Χρώματος της VITEX συνδύασε τις αποχρώσεις της ενεργούς κοινωνικής παρουσίας και συμμετοχής επιπλέον δύο ελληνικών εταιρειών, με σκοπό την περαιτέρω ενίσχυση σχολικών εγκαταστάσεων του Δήμου Μάνδρας - Ειδυλλίας.

Στο πλαίσιο αυτό, η έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς βρίσκει επιλεγμένες σχολικές εγκαταστάσεις του δήμου ανανεωμένες, αλλά και πλήρεις σε καθαριστικά και χαρτικά προϊόντα, καθώς και με γραφική ύλη και ηλεκτρονικό εξοπλισμό.

Συγκεκριμένα:

- Η εταιρεία VITEX προσέφερε 1.000 λίτρα χρώματος, με σκοπό τη συντήρηση και την αναβάθμιση των σχολικών αιθουσών.
- Η εταιρεία ENDLESS δώρισε καθαριστικά και χαρτικά προϊόντα, καλύπτοντας τις ανάγκες καθαριότητας για όλη τη σχολική χρονιά.
- Η εταιρεία ΠΛΑΙΣΙΟ COMPUTERS προμήθευσε σύγχρονο ηλεκτρονικό εξοπλισμό και την απαραίτητη γραφική ύλη, συμβάλλοντας στη δημιουργία ενός άρτια εξοπλισμένου και λειτουργικού εκπαιδευτικού χώρου.



Όταν οι αξίες, στις οποίες είμαστε προσηλωμένοι, γίνονται οι συμπληγάδες μας...

Γράφει χωρίς φίλτρα, χωρίς να αυτολογοκρίνεται. Μέσα από τη λογοτεχνία νιώθει ελεύθερος. Τα βιβλία του έχουν κοινωνικά και πολιτικά μηνύματα. Με τις «Συμπληγάδες Αξιών» θέλει να μας αφυπνίσει, να μας σηκώσει από τον καναπέ... Ο Μηνάς Στραβοπόδης μοιράζεται μαζί μας ενδιαφέρουσες αλήθειες και απόψεις, ενώ μαθαίνουμε για το CultArt Zone, ένα πρωτοποριακό εγχείρημα που λειτουργεί σαν αφετηρία για ένα ταξίδι αναζήτησης...

Πώς οδηγήθηκε στις «Συμπληγάδες Αξιών»; Μίλησέ μας γι' αυτές.

Παρατηρώντας την καθημερινότητα, έτσι οδηγήθηκα. Βλέπω ανθρώπους γύρω μου -από γνωστούς μέχρι περαστικούς στον δρόμο- καταπιεσμένους. Ανθρώπους που ζουν χωρίς να προλάβουν να σκεφτούν. Ανθρώπους εγκλωβισμένους στα «πρέπει» της οικογένειας, της κοινωνίας, του κράτους. Ανθρώπους που αναζητούν αξία ετερόφωτη, που αναζητούν τον ετεροπροσδιορισμό, δηλαδή το να είναι αρεστοί στους άλλους και έτσι καταλήγουν να μην είναι αρεστοί στους εαυτούς τους. Ανθρώπους που έχουν κάνει θεό τους τα λεφτά στο όνομα μιας δήθεν ελευθερίας και ξεχνούν να αγαπήσουν.

Οι «Συμπληγάδες Αξιών» μιλούν για τις αντεστραμμένες αξίες, οι οποίες έχουν γίνει ο κανόνας στη ζωή του σύγχρονου ανθρώπου. Δηλαδή για το πώς αναπαράγουμε συμπεριφορές στην καθημερινότητά μας, οι οποίες αν και φαινομενικά νομίζουμε πως μας βοηθούν, επί της ουσίας μας συνθλίβουν -το κυνήγι χρημάτων στον βωμό μιας δήθεν ελευθερίας είναι ίσως το πιο εύστοχο παράδειγμα, καθώς καταλήγεις τραγικά ανελεύθερος και τραγικά μόνος.

Το βιβλίο αφορά στο πώς οι αξίες, τις οποίες κάνουμε σημαία και στις οποίες δηλώνουμε προσηλωμένοι, γίνονται οι συμπληγάδες μας -εξού και ο τίτλος. Ο λόγος που συμβαίνει αυτό είναι, διότι πράττουμε -αναπαράγουμε καταστάσεις και συμπεριφορές- χωρίς να σκεφτόμαστε αυτό που κάνουμε.

Οι «Συμπληγάδες Αξιών» μιλούν για το πώς αυτή η κατάσταση μπορεί να αλλάξει, αλλά και για το πώς οδηγήθηκα σε αυτήν την κατάσταση. Ποιος ο ρόλος



του κράτους, της κοινωνίας και της παράδοσης σε όλο αυτό; Γιατί οι λέξεις έχουν χάσει το νόημά τους; Σε όλα αυτά το βιβλίο δίνει ξεκάθαρες απαντήσεις.

Έχεις μια έλξη προς τα κοινωνικο-πολιτικά θέματα, καθώς τα επιλέγεις σταθερά στα μυθιστορήματά σου. Τι θέλεις να πεις στον αναγνώστη μέσα από το νέο σου βιβλίο;

Τα βιβλία μου, πέρα από λογοτεχνικό γεγονός, επιθυμώ να είναι ταυτόχρονα πολιτικό και κοινωνικό γεγονός. Δεν σας κρύβω πως βλέπω -ιδίως στην Ελλάδα- τόσο την κοινωνία, όσο και την πολιτική να νοσεί βαθιά. Βλέπω, μάλιστα, και απογοητεύομαι πως ακόμα και νέα παιδιά που μπαίνουν στην πολιτική μπαίνουν για όλους τους λάθος λόγους. Δεν υπάρχει καμία ιδεολογία, κανένα όραμα, μόνο προσωπικές φιλοδοξίες και η τσέπη μας. Αυτό είναι κάτι που πρέπει όλοι μας να συμβάλλουμε, για να ανατραπεί -ο καθένας από το δικό του μετερίζι.

Ο δικός μου ρόλος, θεωρώ, πως είναι να μεταλαμπαδεύω ιδέες, οι οποίες προσεγγίζουν εναλλακτικές οπτικές αυτού που αποκαλούμε «πραγματικότητα». Ίσως, αν αλλάξουμε τον τρόπο που βλέπουμε τα πράγματα, ο κόσμος να αλλάξει!

Στα βιβλία μου η πλοκή είναι το μέσο, όχι ο αυτοσκοπός. Σκοπός είναι να περάσουν κοινωνικά και πολιτικά μηνύματα, τα οποία θα ασκήσουν αυστηρή κριτική στα κακώς κείμενα της εποχής -που δυστυχώς είναι πάρα πολλά.

Στην Ελλάδα λείπει μια πνευματική ηγεσία, η οποία οφείλει να έχει ως σκοπό την αυστηρή κριτική απέναντι στο κοινωνικοπολιτικό γίνεσθαι και η οποία θα αποσκοπεί στο να βελτιώνει την ποιότητα ζωής της κοινωνίας.

Με το νέο μου βιβλίο θέλω να αφυπνίσω τον αναγνώστη. Να του περιγράψω με κυνισμό το πού έχουμε οδηγηθεί και ύστερα να τον παρακινήσω να σηκωθεί από τον καναπέ και να διεκδικήσει μια καλύτερη ζωή για τον εαυτό του και τον συνάνθρωπό του. Η κάθε μεγάλη αλλαγή ιστορικά ξεκίνησε από ένα μικρό βήμα. Ζητώ από τον κάθε αναγνώστη να κάνουμε όλοι μαζί αυτό το μικρό βήμα.

Μηνά, έχεις σκεφτεί γιατί γράφεις; Είναι εσωτερική ανάγκη; Ποια φάση της δημιουργίας ενός βιβλίου σε γοητεύει περισσότερο;

Η συγγραφή για εμένα είναι οξυγόνο. Είναι μια βαθύτατα προσωπική ανάγκη. Χωρίς αυτήν δεν θα μπορούσα να υπάρξω. Είναι αυτό που λέμε «γράφω γιατί δεν έχω άλλη επιλογή». Είναι μια μαγική και επίπονη διαδικασία που είναι πλήρως συνυφασμένη με την ύπαρξή μου.

Πιο συγκεκριμένα, λογοτεχνία γράφω γιατί μόνο έτσι νιώθω ελεύθερος. Γράφω αυθεντικά και χωρίς φίλτρα, χωρίς να αυτολογοκρίνομαι και για αυτό στις σελίδες κάθε μου βιβλίου θα βρείτε απόφια την ψυχή μου. Αγαπώ όλη τη διαδικασία της συγγραφής, ωστόσο όταν η ιδέα φτάνει στο σημείο όπου την ολοκληρώνω νιώθω ευτυχισμένος. Νιώθω πολύ χαρούμενος που γράφω, αλλά και που οι εκδόσεις Αρμός πίστεψαν σε εμένα και στις ιδέες μου και μου έδωσαν τη δυνατότητα να εξωτερικεύσω, ότι γράφω.

Πρόσφατα ιδρύθηκε το CultArt Zone, που έχει ως σκοπό την ανάδειξη κοινωνικών και πολιτικών φαινομένων αντλώντας έμπνευση από την Τέχνη και τον Πολιτισμό... κι εσύ βρίσκεσαι πίσω από αυτό το εγχείρημα. Θα θέλαμε να μάθουμε περισσότερα...

Το CultArt Zone είναι ένα εγχείρημα όπου στον πυρήνα του είναι η ελεύθερη έκφραση. Σαν εγχείρημα είναι πλήρως εναρμονισμένο με το λογοτεχνικό μου έργο και επί της ουσίας το ένα συμπληρώνει το άλλο. Με άλλα



λόγια, για τον ίδιο λόγο που γράφω κοινωνικοπολιτικά μυθιστορήματα, δημιούργησα και το CultArt Zone. Μέσα και από αυτό το εγχείρημα επιθυμώ να παρακινήσω τον κόσμο να δει τα πράγματα και από διαφορετικές οπτικές. Αφετηρία για την ανάδειξη κοινωνικών και πολιτικών ζητημάτων μπορεί να είναι ένα βιβλίο, μια παράσταση, μια ταινία, μια συναυλία ή ένα ταξίδι.

Πρόκειται για μια «ζώνη» ελευθερίας, όπου ο καθένας θα μπορεί να μπαίνει και να βρίσκει τον εαυτό που ενδεχομένως χάνει σε μια αυτοματοποιημένη καθημερινότητα. Θα είναι μια πηγή ερεθισμάτων ακόμα και για άτομα που δεν έτυχε να έχουν. Είναι η αφετηρία για ένα ταξίδι αναζήτησης του κάθε επισκέπτη. Είναι κάτι το μοναδικό σαν εγχείρημα. Δεν υπάρχει κάτι όμοιο με αυτό στην Ελλάδα και κάτι που ενδεχομένως να έχει ανάγκη πολύς κόσμος.

Επόμενα σχέδια;

Ναι, έχω αρκετά. Έχω πολλές ιδέες για επόμενα βιβλία, μάλιστα μια από αυτές έχω αρχίσει να την επεξεργάζομαι πιο συστηματικά. Από άποψη θεματολογίας θα είναι κάτι πολύ ιδιαίτερο. Θα μου επιτρέψετε, ωστόσο, να μην πω περισσότερα για την ώρα...



Ελένη Κομνηνού,
Clinical Assistant Professor of University of Nicosia.
 Ειδική Ρευματολόγος, Επιστημονικά Υπεύθυνη
 Ρευματολογικού Τμήματος Metropolitan General,
 Δευθύντρια Κλινικής "Αυτοάνοσων
 Ρευματικών Νοσημάτων" Metropolitan General,
 Υπεύθυνη Τμήματος "Αυτοάνοσων Ρευματικών
 Νοσημάτων και Κύησης" ΜΗΤΕΡΑ



7 τροφές, ποτά ή φάρμακα που πρέπει να αποφεύγονται με τη σύγχρονη λήψη αντικαταθλιπτικών

Το αλκοόλ, τα φάρμακα για τον βήχα, ακόμα και μερικά τυριά μπορεί να είναι επικίνδυνα για κατανάλωση εάν παίρνετε αντικαταθλιπτικά.



Η κατανάλωση ορισμένων αντικαταθλιπτικών δεν πρέπει να συνδυάζεται με την κατανάλωση τροφών που περιέχουν τυραμίνη, όπως αλλαντικά, παλαιωμένα τυριά και ορισμένα είδη αλκοόλ.

Τα αντικαταθλιπτικά μπορεί να είναι πολύ χρήσιμα για τη θεραπεία της κατάθλιψης. Αλλά για να λειτουργήσουν αυτά τα φάρμακα όπως προβλέπεται, είναι σημαντικό να τα παίρνετε σύμφωνα με τις οδηγίες. Αυτό περιλαμβάνει την αποφυγή οποιωνδήποτε ουσιών - όπως τρόφιμα, ποτά, βότανα ή άλλα φάρμακα - που θα μπορούσαν να αλληλεπιδράσουν αρνητικά με το αντικαταθλιπτικό σας.

Υπάρχει μια μεγάλη ποικιλία αντικαταθλιπτικών και το καθένα μπορεί να αλληλεπιδράσει διαφορετικά με άλλες ουσίες.

Είναι επίσης πολύ σημαντικό να ενημερωθεί ο θεράπων γιατρός για οποιαδήποτε άλλα φάρμακα ή ουσίες που λαμβάνονται, γιατί διαφορετικά, θα μπορούσε να έχει σοβαρές συνέπειες για την υγεία. Μερικές φορές, ακόμη και τα κοινά φάρμακα όπως η ιβουπροφαίνη μπορεί να είναι προβληματικά εάν λαμβάνονται συγχρόνως με αντικαταθλιπτικά.

Ακολουθούν επτά κοινές ουσίες που μπορεί να χρειαστεί να αποφευχθούν όταν λαμβάνονται αντικαταθλιπτικά. Το υπερικό είναι ένα φυτό που πωλείται συχνά με τη μορφή συμπληρωμάτων. Έχει προωθηθεί ως φυσική θεραπεία για διάφορες παθήσεις υγείας, συμπεριλαμβανομένης της κατάθλιψης.



To John's Wort δρα παρόμοια με πολλά αντικαταθλιπτικά, αλλά είναι λιγότερο αποτελεσματικό. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι ο συνδυασμός του υπερικού με ορισμένα αντικαταθλιπτικά που επηρεάζουν τα επίπεδα σεροτονίνης του σώματος - όπως οι εκλεκτικοί αναστολείς επαναπρόσληψης σεροτονίνης (SSRIs) και οι αναστολείς επαναπρόσληψης σεροτονίνης και νορεπινεφρίνης (SNRIs) - μπορεί να οδηγήσει σε μια σπάνια αλλά δυνητικά θανατηφόρα κατάσταση που ονομάζεται σύνδρομο σεροτονίνης. Δόκτωρ Pagnani. Οι SSRI περιλαμβάνουν φάρμακα όπως η σερτραλίνη (Zoloft) και η φλουοξετίνη (Prozac) και οι SNRI περιλαμβάνουν φάρμακα όπως η δεσβενλαφαζίνη (Pristiq) και η ντουλοξετίνη (Cymbalta).

Το σύνδρομο σεροτονίνης είναι μια επείγουσα ιατρική κατάσταση που προκαλείται από υπερβολική ποσότητα σεροτονίνης στο σώμα. Μπορεί να οδηγήσει σε συμπτώματα όπως ρίγος, διάρροια, άκαμπτους μύες, πυρετό, επιληπτικές κρίσεις και ακόμη και θάνατο εάν αφεθεί χωρίς θεραπεία.

«Συμβαίνει συχνότερα σε ασθενείς που λαμβάνουν πολλά σεροτονινεργικά φάρμακα [φάρμακα που επηρεάζουν τα επίπεδα σεροτονίνης στο σώμα] συν ψυχαγωγικά φάρμακα όπως η κοκαΐνη, το έκσταση ή πολλά άλλα φάρμακα που ο ασθενής ή σε ορισμένες περιπτώσεις οι πάροχοι τους δεν αντιλαμβάνονται είναι σεροτονινεργικοί».

Αλκοόλ

Μια από τις πιο κοινές ερωτήσεις που έχουν οι άνθρωποι όταν συνταγογραφούνται αντικαταθλιπτικά είναι αν μπορούν ακόμα να πίνουν από καιρό σε καιρό.

Αν και κάποιος μπορεί να πιστεύουν ότι το αλκοόλ βελτιώνει τη διάθεσή τους βραχυπρόθεσμα, είναι στην πραγματικότητα καταθλιπτικό, λέει ο Δρ Γκαρσία.

Μπορεί να κάνει ορισμένα αντικαταθλιπτικά λιγότερο αποτελεσματικά και θα μπορούσε να επιδεινώσει ορισμένες παρενέργειες. Ορισμένα αντικαταθλιπτικά — όπως οι SSRI ή η μιλταζαπίνη (Remeron) — μπορεί να έχουν καταπραϋντική δράση, ειδικά όταν αρχίσετε να τα παίρνετε για πρώτη φορά. Η κατανάλωση αλκοόλ θα μπορούσε να επιδεινώσει αυτή την παρενέργεια.

Το αν πρέπει να περιορίσετε το αλκοόλ ή να απέχετε εξαρτάται εξ ολοκλήρου από τον τύπο του αντικαταθλιπτικού που παίρνετε. Εάν σας έχει συνταγογραφηθεί SSRI, η περιστασιακή χρήση αλκοόλ μπορεί να μην είναι επιβλαβής, λέει ο Garcia.

Αλλά εάν παίρνετε ένα αντικαταθλιπτικό που ανήκει σε μια κατηγορία φαρμάκων που ονομάζονται αναστολείς της μονοαμινοξειδάσης (MAOI), η κατανάλωση οποιασδήποτε ποσότητας αλκοόλ μπορεί να είναι επικίνδυνη, λέει ο Garcia. Οι MAOI περιλαμβάνουν φάρμακα όπως η ισοκαρβοξαζίδη (Marplan) και η φαινελζίνη (Nardil).



Επικύρωση των στόχων μείωσης εκπομπών CO₂ από την παγκόσμια πρωτοβουλία "Science Based Targets" (SBTi) για την ΜΠΑΡΜΠΑ ΣΤΑΘΗΣ

Η ΜΠΑΡΜΠΑ ΣΤΑΘΗΣ έλαβε επίσημη επικύρωση για τους βραχυπρόθεσμους στόχους της σχετικά με τη μείωση των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα από την Παγκόσμια Πρωτοβουλία & Science Based Targets (SBTi).

Η πρωτοβουλία SBTi είναι μία παγκόσμια κίνηση που ενθαρρύνει τις εταιρείες να αναλαμβάνουν δράση για την αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής, θέτοντας στόχους που βασίζονται στην επιστήμη και συνάδουν με τη Συμφωνία του Παρισιού, η οποία αποσκοπεί στον περιορισμό της ανόδου της θερμοκρασίας του πλανήτη στον 1,5°C.

Συγκεκριμένα, οι στόχοι της ΜΠΑΡΜΠΑ ΣΤΑΘΗΣ αφορούν μείωση των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα σε όλα τα πεδία δραστηριότητας (Scope 1, 2, και 3) και έχουν ορίζοντα ολοκλήρωσης έως το 2030. Ειδικότερα, η εταιρεία δεσμεύεται δημόσια για απαλλαγή από τις άμεσες και έμμεσες εκπομπές αερίων του θερμοκηπίου και στοχεύει να μειώσει τις απόλυτες εκπομπές αερίων του θερμοκηπίου έως το 2030 για τα πεδία 1 & 2 κατά 42%, για το πεδίο 3 κατά τουλάχιστον 25% και τις εκπομπές FLAG του πεδίου 3 κατά τουλάχιστον 30 %.



Φροντίζουμε το περιβαλλοντικό μας αποτύπωμα με στόχο ένα καλύτερο μέλλον



DRIVING AMBITIOUS CORPORATE CLIMATE ACTION

Good News

18η Ημέρα Υιοθεσίας – Μια πράξη αγάπης για τα αδέσποτα

18η Ημέρα Υιοθεσίας

Pet City act pawsi+ive

Σάββατο 21/09/2024

Pet City Γλυφάδας

Πάροδος Α. Βουλιαγμένης 72

Ώρες: 11:00-14:00

Τα Pet City επιστρέφουν δυναμικά με τις Ημέρες Υιοθεσίας, έναν θεσμό που έχει καθιερωθεί τα τελευταία δύο χρόνια, με σκοπό να βρεθεί ένα παντοτινό σπίτι για κάθε αδέσποτο, διοργανώνοντας την 18η Ημέρα Υιοθεσίας σε συνεργασία με το Dogs' Voice. Το Σάββατο 21 Σεπτεμβρίου 2024, από τις 11:00 το πρωί έως τις 14:00 το μεσημέρι, το κατάστημα Pet City Γλυφάδας, Πάροδος Λεωφ. Βουλιαγμένης 72, θα φιλοξενήσει γλυκύτερες αδέσποτες μουσούδες από φιλοζωικές οργανώσεις από όλη την Ελλάδα, που ψάχνουν την παντοτινή τους οικογένεια.

Με τη συμμετοχή τεσσάρων φιλοζωικών οργανώσεων - Ζωοφιλική Παρέμβαση Πεντέλης, Save the Strays of Samos, Αλληλεγγύη για τα Αδέσποτα Χαλάνδρι, Οι Αγγελοι των Δρόμων Αιγάλεω και Ζωοφιλική Ένωση Μαραθώνα - οι αγαπημένες αδέσποτες μουσούδες θα είναι εκεί, περιμένοντας να βρουν την αγάπη και τη φροντίδα που τους αξίζει. Αυτή η πρωτοβουλία, που αποτελεί μέρος της καμπάνιας Act Pawsi+ive, συνεχίζει να υποστηρίζει το όραμα των Pet City για την εύρεση ενός #ForeverHome σε κάθε σκυλάκι που το έχει ανάγκη. Μέχρι σήμερα, περισσότερα από 165 αδέσποτα έχουν βρει το παντοτινό τους σπίτι, χάρη σε αυτή την προσπάθεια.

Σημαντικοί αρωγοί της προσπάθειας παραμένει η PURINA®, που υποστηρίζει τη φροντίδα των νέων "pet parents" προσφέροντας τροφή PURINA® PRO PLAN και σνακ οδοντικής υγιεινής Dentalife για τους πρώτους μήνες της υιοθεσίας.



Το The Ellinikon Experience Park υποδέχεται το JEEP RunBike

Το [The Ellinikon Experience Park](#) συνεχίζει να προσφέρει συναρπαστικές εμπειρίες για όλη την οικογένεια φιλοξενώντας, την Κυριακή 22 Σεπτεμβρίου, στις 11:00, το JEEP RunBike. Πρόκειται για ένα ξεχωριστό και πρωτότυπο multisport event που συνδυάζει την άθληση με τη διασκέδαση και απευθύνεται σε όλες τις ηλικίες, προσκαλώντας μικρούς και μεγάλους, γονείς και παιδιά, φίλους και παρέες να μοιραστούν αξέχαστες στιγμές!

Η συνεργασία και η ομαδικότητα βρίσκονται στο επίκεντρο αυτού του ξεχωριστού αθλητικού event που φέρει την υπογραφή της TRIMORE Sport Events και τελεί υπό την Αιγίδα της Τριαθλητικής Ομοσπονδίας Ελλάδος.

Συγκεκριμένα, το JEEP RunBike συνδυάζει το τρέξιμο και την ποδηλασία. Οι συμμετέχοντες αγωνίζονται σε ζευγάρια (παιδιά, ενήλικες ή μεικτά, γονέας και παιδί) και κατά τη διάρκεια του αγώνα μπορούν να εναλλάσσονται στο τρέξιμο και στο ποδήλατο, όσο συχνά επιθυμούν, ώστε να επιτύχουν το βέλτιστο αποτέλεσμα. Βασικός στόχος για κάθε ζευγάρι είναι να τερματίσει μαζί την απόσταση, με το χρόνο του δεύτερου να μετρά ως επίδοση του ζευγαριού.

Οι αποστάσεις είναι τρεις, προσφέροντας ευκαιρίες συμμετοχής για κάθε ηλικία και επίπεδο φυσικής κατάστασης:

- 1 χλμ. | Παιδιά (αγόρια, κορίτσια, μεικτό) – 11:00 π.μ.
- 2 χλμ. | Γονέας & παιδί (εναλλαγή στην εκκίνηση) – 11:30 π.μ.
- 5 χλμ. | Ενήλικες (άνδρες, γυναίκες, μεικτό) – 12:00 μ.μ.

Είναι απαραίτητο οι αθλητές να φέρουν το δικό τους ποδήλατο και εξοπλισμό.

Περισσότερες πληροφορίες για το Jeep RunBike [εδώ](#).

Δηλώσεις συμμετοχής [εδώ](#).

Η Ολυμπιακή Ζυθοποιία μάς προσκαλεί στο ζυθοποιείο της στη Ριτσώνα Ευβοίας



Η Ολυμπιακή Ζυθοποιία, στο πλαίσιο της συμμετοχής της στην πρωτοβουλία «Ανοιχτά Ζυθοποιεία» της Ελληνικής Ένωσης Ζυθοποιών, θα ανοίξει τις πόρτες του ζυθοποιείου της στη Ριτσώνα, Ευβοίας, το Σάββατο 28 Σεπτεμβρίου 2024, από τις 11:00 έως τις 18:00.

Η πρωτοβουλία «Ανοιχτά Ζυθοποιεία» ξεκίνησε το 2018 με μεγάλη επιτυχία, προσελκύνοντας το ενδιαφέρον του κοινού. Η Ολυμπιακή Ζυθοποιία, υποστηρίζοντας ενεργά την εν λόγω πρωτοβουλία, ανοίγει τις πόρτες του ζυθοποιείου της στο κοινό, με ελεύθερη είσοδο.

Θα πραγματοποιηθούν:

- Ξεναγήσεις στις εγκαταστάσεις παραγωγής μπίρας: Βασική ενημέρωση για τα στάδια παραγωγής ζύθου εντός του χώρου παραγωγής, σε ομάδες των 25 ατόμων.-Sessions γευσιγνωσίας: Παρουσίαση σχετικά με τις βασικές κατηγορίες της μπίρας και τις βασικές αρχές της γευσιγνωσίας της σε συνδυασμό με γευστική δοκιμή προϊόντων της εταιρείας, σε ομάδες των 8 ατόμων.
- Γευστικές δοκιμές των προϊόντων της εταιρείας, με συνοδεία εδεσμάτων από BBQ & Hot dog stations καθ' όλη τη διάρκεια της εκδήλωσης
- DJ set & Live Band

Για τη συμμετοχή στις ξεναγήσεις και τα sessions γευσιγνωσίας απαιτείται προκράτηση και θα τηρηθεί αυστηρά σειρά προτεραιότητας. Οι ενδιαφερόμενοι/νες μπορούν να επικοινωνούν καθημερινά (εκτός Σ/Κ), 10.00 - 17.00 έως και την Πέμπτη 26 Σεπτεμβρίου για κρατήσεις θέσεων: Ελισάβετ Λιάπη, τηλ. 2107249000 (274) και 6936740913.

Υπενθυμίζεται ότι πάντα καταναλώνουμε με μέτρο και υπευθυνότητα!

ΖΟΕΛ ΝΤΙΚΕΡ Η υπόθεση Αλάσκα Σάντερς

ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ ΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΡΙΓΚΟΣ



Η υπόθεση Αλάσκα Σάντερς

Απρίλης του 1999. Το Μάουντ Πλέζαντ, ήρεμη κωμόπολη του Νιου Χαμσάιρ, συγκλονίζεται από τη δολοφονία της Αλάσκα Σάντερς, νεαρής επίδοξης ηθοποιού, που βρίσκεται βάνουσα δολοφονημένη στην όχθη μιας λίμνης. Ο υπαστυνόμος Γκαχάλουοντ και οι συνεργάτες του δεν αργούν να εντοπίσουν τους βασικούς υπόπτους. Ο ένας καταλήγει νεκρός, ο δεύτερος ομολογεί, η υπόθεση κλείνει.

Έντεκα χρόνια αργότερα μια ανώνυμη επιστολή θα ανατρέψει τα πάντα. Ο διάσημος συγγραφέας και ερασιτέχνης ντετέκτιβ Μάρκος Γκόλντμαν, παλιός φίλος του Γκαχάλουοντ από την εποχή της εμβληματικής Υπόθεσης Χάρρυ Κέμπερτ, θα πιάσει από την αρχή το νήμα της υπόθεσης.

Ο υπαστυνόμος είναι αποφασισμένος να ξανανοίξει τον φάκελο και να αποκαταστήσει την αλήθεια, ξετυλίγοντας το κουβάρι μιας ιστορίας που κρύβει πολλές ανατροπές και εκπλήξεις για όλους.

Το μυστικό της μελωδίας

ΑΠΟ ΤΗ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ ΤΩΝ 2.000.000 ΑΝΤΙΤΥΠΩΝ

FIONA VALPY ΤΟ ΜΥΣΤΙΚΟ της ΜΕΛΩΔΙΑΣ

ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ



Μετάφραση:
Αγορίτσα Μπακοδήμου

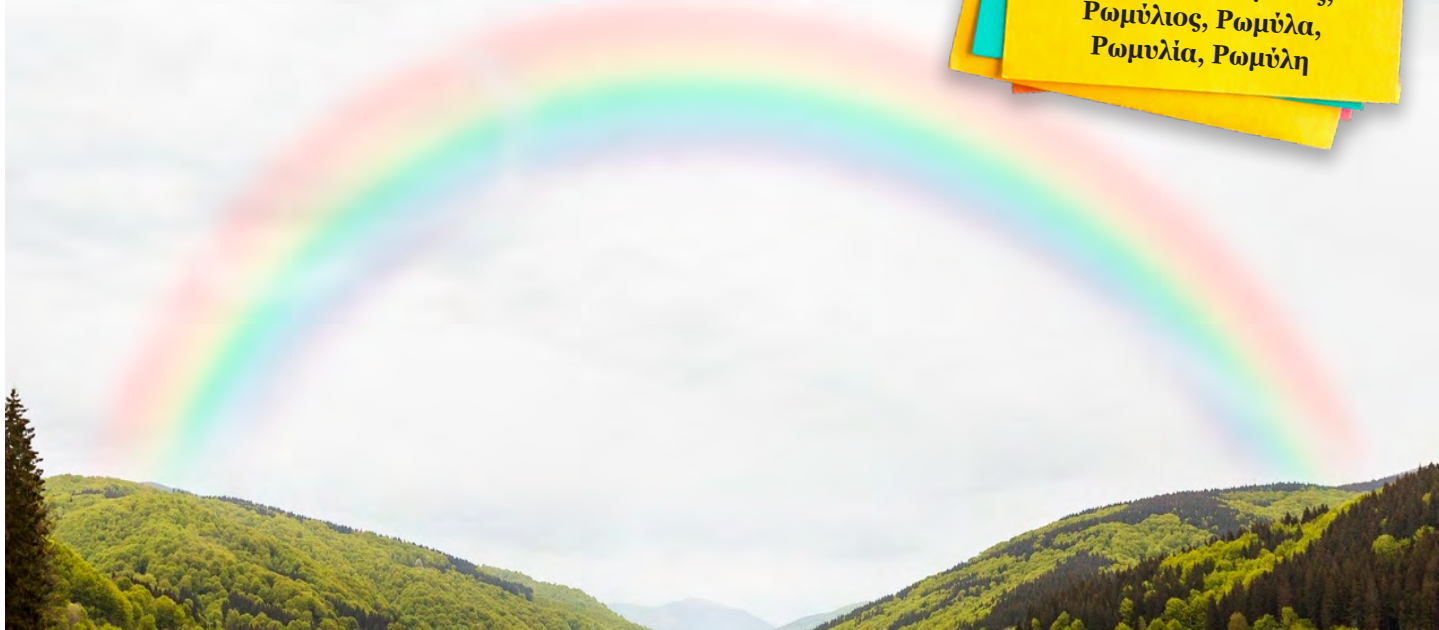
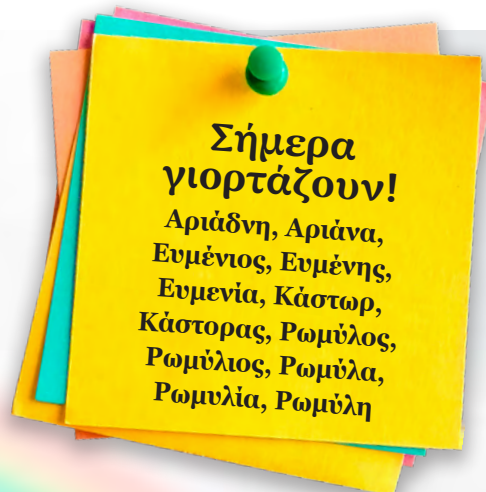
Σκωτία, 1940. Όταν το απομακρυσμένο χωριό που απλώνεται στις ακτές της λίμνης Λοχ Γιου γίνεται η βάση για τις αρκτικές νηοπομπές του Βασιλικού Ναυτικού, η ζωή στην κοινότητά του αλλάζει για πάντα. Ο Αλεκ, γιος του τοπικού άρχοντα, παρά την αποδοκιμασία του πατέρα του, ερωτεύεται τη Φλόρα, την κόρη του θηροφύλακα, όμως κάθε πιθανότητα ευτυχίας του ζευγαριού μοιάζει καταδικασμένη.

Δεκαετίες αργότερα η κόρη της Φλόρας, η τραγουδίστρια Λέξι Γκόρντον, αναγκάζεται να γυρίσει στο μικροσκοπικό σπίτι, όπου μεγάλωσε. Αν και είχε προ πολλού δραπετεύσει στα λαμπερά φώτα του Γουέστ Εντ, δεν ένιωσε ποτέ το Λονδίνο σαν το σπίτι της. Τώρα που επιστρέφει, έχοντας αποκτήσει μια κόρη, μαθαίνει ότι η μητέρα της –και το φαινομενικά εχθρικό χωριό– κρύβει εδώ και καιρό μυστικά, που την κάνουν να αμφισβητεί το παρελθόν της.

Καθώς ενώνει τα κομμάτια της ιστορίας των γονιών της, η Λέξι ανακαλύπτει τις θυσίες, που έγιναν στο όνομά της. Είναι πολύ αργά για να αλλάξει τη σχέση της με τη μητέρα της, αλλά ίσως μπορέσει να θρηνησει για όλα όσα έχασε και, τελικά, να βρει τη θέση της στον κόσμο.

quote of the day

"TRY TO BE A RAINBOW IN SOMEONE ELSE'S CLOUD."
Maya Angelou



18 Σεπτεμβρίου

- › Chiropractic Founders Day
- › Global Company Culture Day
- › International Equal Pay Day
- › World Water Monitoring Day
- › Locate An Old Friend Day
- › National Cartonnage Day
- › National Cheeseburger Day
- › National Day of Civic Hacking
- › National First Love Day
- › National HIV/AIDS and Aging Awareness Day
- › National Report Kickback Fraud Day
- › National Respect Day
- › National School Backpack Awareness Day

tip of the day

