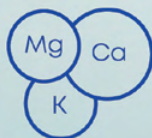


Καθαρό σαν την αλήθεια

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



**ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΤΟΥ ΧΑΜΑΙΛΕΟΝΤΑ:
Η ΔΥΝΑΜΗ ΤΗΣ ΑΣΥΝΕΙΔΗΤΗΣ ΜΙΜΗΣΗΣ**



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser** από τον Πύργο του Αιφελ!!!

Ο σημερινός καφές μου πήρε περίπου 3 μέρες να τον γράψω γιατί για πρώτη φορά δεν ήξερα πως ακριβώς να αποτυπώσω αυτό που αισθάνομαι ώστε να μην είναι πολύ μελαγχολικό, αφού πρόκειται για κάτι ευχάριστο αλλά ούτε και να είναι κάτι οριστικό αφού πρόκειται για κάτι προσωρινό!

Την Παρασκευή λοιπόν, η Βένια, η αρχισυντάκτριά μας, «κρέμασε» το laptop και τις ατζέντες της (προσωρινά) και μας χαιρέτησε για να ξεκουραστεί – προετοιμαστεί για τη μεγαλύτερη αποκλειστικότητα της ζωής της: να φέρει στον κόσμο το κοριτσάκι της.

Πώς να χωρέσεις όμως σε λίγες λέξεις τρία και κάτι χρόνια συνεργασίας, αγωνίας, χαράς, επιτυχιών και φυσικά, αμέτρητων καφέδων;

Η Βένια δεν είναι μόνο η αρχισυντάκτριά μας, είναι η πυξίδα μας, η φωνή της λογικής, η αυθεντία της καλοσύνης. Μέσα από το **Say Yes. to the Press** και το **Baby on Board**, κατάφερε να κάνει κάτι μοναδικό: να μας εμπνέει, να μας καθοδηγεί και να μας δίνει χώρο να είμαστε ο εαυτός μας. Η ευγένεια και η ευαισθησία της, σε συνδυασμό με την αυστηρή επαγγελματικότητα και το πάθος για τη δουλειά της, δημιούργησαν ένα περιβάλλον όπου όλοι νοιώθαμε ασφάλεια και δύναμη να δημιουργήσουμε και να μεγαλουργήσουμε!

Και τώρα, η Βένια ξεκινά το πιο σπουδαίο ταξίδι της – αυτό της μητρότητας. Ένα κομμάτι της λείπει ήδη από την ομάδα, αλλά η αγάπη και η εκτίμηση που μας άφησε θα γίνουν οδηγός μας μέχρι να επιστρέψει – και γρήγορα!!!

Δεν μου πάει να είμαι «μελό», γιατί δεν είναι αυτή η στάση ζωής μου ως άνθρωπος, όμως έχω μάθει να εκφράζω αυτά που νοιώθω ειδικά για αυτούς τους ξεχωριστούς ανθρώπους που είναι γύρω μου και με εμπνέουν.

Tip of the Day: Βάλτε στη ζωή σας ανθρώπους σαν τη Βένια. Ανθρώπους που σας εμπνέουν, που σας υποστηρίζουν, που σας κάνουν να νιώθετε ότι είστε πάντα ικανοί για κάτι καλύτερο. Ανθρώπους που συνδυάζουν την ευγένεια με τη δύναμη και το πάθος με την καλοσύνη. Είναι αυτοί οι φίλοι, συνεργάτες, και συνοδοιπόροι που σας κάνουν να νοιώθετε ευλογημένοι που είστε δίπλα τους και σας μαθαίνουν πώς να δίνετε και εσείς τον καλύτερό σας εαυτό.

Βένια, είμαστε εδώ και σε περιμένουμε. Σου στέλνουμε όλη την αγάπη μας και ευχόμαστε να απολαύσεις κάθε λεπτό αυτής της νέας περιπέτειας. Θα μας λείψεις, μα ξέρουμε ότι η καρδιά σου είναι πάντα κοντά μας. ❤️

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Το φαινόμενο του χαμαιλέοντα: Η δύναμη της ασυνείδητης μίμησης



«Το φαινόμενο του χαμαιλέοντα» αναφέρεται στην ψυχολογική τάση των ανθρώπων να μιμούνται ασυνείδητα τις συμπεριφορές, εκφράσεις και στάσεις των άλλων, όταν αλληλεπιδρούν μαζί τους. Όπως ακριβώς ο χαμαιλέοντας προσαρμόζει το χρώμα του στο περιβάλλον για να επιβιώσει ή να ενσωματωθεί, έτσι και οι άνθρωποι υιοθετούν χαρακτηριστικά των συνομιλητών τους, συχνά χωρίς να το αντιλαμβάνονται. Αυτή η αυτόματη προσαρμογή έχει παρατηρηθεί ότι διευκολύνει την επικοινωνία, καθώς δημιουργεί μια αίσθηση οικειότητας, συμπάθειας και εμπιστοσύνης μεταξύ των ατόμων.

Πώς εξασκείται το φαινόμενο του χαμαιλέοντα

Αν και το φαινόμενο αυτό λειτουργεί κυρίως ασυνείδητα, μπορεί να ενισχυθεί ή να εξασκηθεί συνειδητά για να βελτιωθεί η κοινωνική σύνδεση. Μερικοί τρόποι είναι οι εξής:

Παρατήρηση λεπτομερειών:

Ένας βασικός παράγοντας για την ενίσχυση του φαινομένου του χαμαιλέοντα είναι η προσεκτική παρατήρηση. Παρατηρώντας λεπτομέρειες, όπως τη γλώσσα του σώματος, τις εκφράσεις του προσώπου, και τον τόνο της φωνής του άλλου, μπορούμε να προσαρμόσουμε ανεπαίσθητα τη δική μας συμπεριφορά. Αυτή η διαδικασία δημιουργεί μια αίσθηση αρμονίας, κάνοντας τον συνομιλητή να αισθάνεται πιο άνετα και οικεία.

Καθρεπτισμός κινήσεων:

Ο καθρεπτισμός είναι μια συνειδητή τεχνική, κατά την οποία επαναλαμβάνουμε ανεπαίσθητα κινήσεις ή στάσεις του συνομιλητή.





Αν, για παράδειγμα, ο άλλος σταυρώνει τα χέρια ή γέρνει το κεφάλι, η επανάληψη αυτών των κινήσεων δημιουργεί αίσθημα εμπιστοσύνης. Ο καθρεπτισμός συχνά χρησιμοποιείται και σε επαγγελματικές σχέσεις, όπως στη συμβουλευτική και στη διαπραγμάτευση, για την ενίσχυση της σύνδεσης.

Ρύθμιση τόνου φωνής και ομιλίας

Η προσαρμογή του ρυθμού, του ύφους και του τόνου της φωνής μας, ώστε να ταιριάζει με αυτόν του συνομιλητή, διευκολύνει την επικοινωνία. Αυτή η τεχνική ενισχύει την αίσθηση ότι το άτομο βρίσκεται «στην ίδια συχνότητα» με τον συνομιλητή του, προωθώντας ένα πιο θετικό κλίμα.

Ενσυναίσθηση

Η ενσυναίσθηση αποτελεί την ικανότητα να αντιλαμβανόμαστε τα συναισθήματα και τις ανάγκες του άλλου. Μέσω της ενσυναίσθησης, ο άνθρωπος ευθυγραμμίζεται ψυχικά και συμπεριφορικά με τον συνομιλητή του. Έτσι, ο καθρεπτισμός και η προσαρμογή γίνονται πιο φυσικά και αυθόρμητα.

Συμπέρασμα:

Το φαινόμενο του χαμαιλέοντα έχει αναγνωριστεί ως σημαντικός μηχανισμός για τη δημιουργία κοινωνικής αρμονίας και κατανόησης. Όταν χρησιμοποιείται με ειλικρίνεια και ενδιαφέρον, ενισχύει τις ανθρώπινες σχέσεις. Ωστόσο, εάν χρησιμοποιηθεί ως εργαλείο χειραγώγησης, μπορεί να έχει αντίθετα αποτελέσματα, καθώς η γνησιότητα είναι καθοριστική για την υγιή επικοινωνία και την εμπιστοσύνη.



GREEN FUTURE: ΔΕΗ και WE4ALL επενδύουν σε ένα μέλλον πιο «πράσινο»



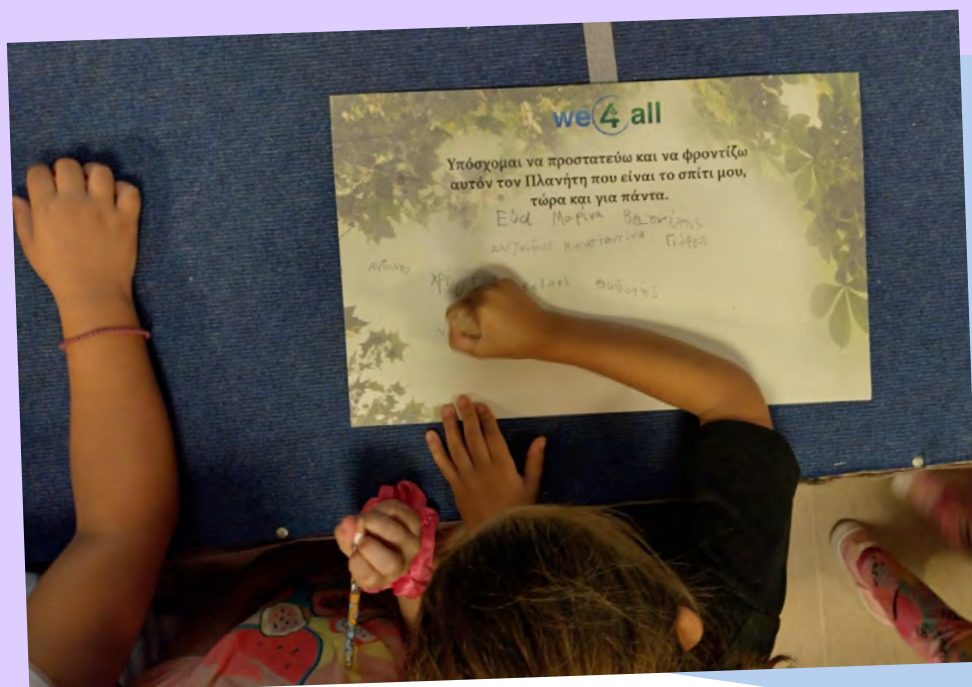
Με τη συμμετοχή 525 μαθητών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης σε περιοχές της χώρας που επλήγησαν από φυσικές καταστροφές, ολοκληρώθηκε το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «GREEN FUTURE», το οποίο αποτελεί μία συνεργασία της ΔΕΗ με την ΜΚΟ WE4ALL.

Στο πλαίσιο επίτευξης των 17 Στόχων Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ (SDGs), η ΔΕΗ στηρίζει το πρόγραμμα «GREEN FUTURE» για 2η χρονιά και προάγει τους Στόχους για την Ποιοτική Εκπαίδευση (SDG4), τη Δράση για το Κλίμα (SDG 13) και την Ζωή στη Στεριά (SDG 15) συμβάλλοντας στην αντιμετώπιση της κλιματικής κρίσης, την ενίσχυση της ανθεκτικότητας των πληγεισών περιοχών από μελλοντικές φυσικές καταστροφές και την αποκατάσταση των οικοσυστημάτων.

Στο πλαίσιο της συνεργασίας της ΔΕΗ με την WE4ALL, πραγματοποιήθηκαν προγράμματα εκπαίδευσης και δενδροφυτεύσεις στους προαύλιους χώρους σχολείων στην Εύβοια, τη Θεσσαλία, τον Έβρο, τη Ρόδο, την Κρήτη και την Κέρκυρα. Μέσα από διαδραστικές παρουσιάσεις, οι μαθητές ενημερώθηκαν για το περιβάλλον,

την κλιματική αλλαγή, καθώς και για τα οφέλη του εθελοντισμού και της ανακύκλωσης.

Η ΔΕΗ, λειτουργώντας με υπευθυνότητα απέναντι στο περιβάλλον και τη χρήση των φυσικών πόρων, δεσμεύεται να αναλαμβάνει δράσεις και να αναπτύσσει πρωτοβουλίες με θετικό πρόσημο προς τη φύση με έμφαση στις περιοχές που δραστηριοποιείται.



Η Jose Cuervo γιόρτασε την Ημέρα των Νεκρών!

Η Jose Cuervo, η Νο1 τεκίλα στον κόσμο, γιόρτασε την παραδοσιακή γιορτή του Μεξικού, Dia de los Muertos, σε ένα χώρο με ξεχωριστό χαρακτήρα, στο concept ανθοπωλείο Polyamorous, στο κέντρο της Αθήνας.

Οι καλεσμένοι σε ένα εξωτικό περιβάλλον είχαν την ευκαιρία να «ταξιδέψουν» στο Μεξικό, πατρίδα της Ημέρας των Νεκρών, απολαμβάνοντας Jose Cuervo Margaritas και Palomas μαζί με πεντανόστιμα burritos, ενώ κατά την αναχώρησή τους, έλαβαν ένα ξεχωριστό δώρο, εμπνευσμένο από την πιο αγαπημένη γιορτή του Μεξικού. Viva Mexico!

Λίγα λόγια για την Jose Cuervo:

Η Jose Cuervo είναι η Νο.1 τεκίλα σε πωλήσεις στον κόσμο και στην Ελλάδα. Έχει συμμετάσχει σε παγκόσμιους διαγωνισμούς, κερδίζοντας βραβεία για την ποιότητά της ενώ διανέμεται σε περισσότερες από 100 χώρες στον κόσμο! Ο οίκος της Jose Cuervo ιδρύθηκε το 1795 και είναι ο παλαιότερος και μεγαλύτερος παραγωγός Tequila στον κόσμο. Η Jose Cuervo είναι η επιτομή της απαλότητας. Η γεύση της είναι εντυπωσιακά συναρπαστική και είναι ιδανική για Paloma αλλά υπέροχη και για άλλα κοκτέιλ!



Press Room

Φρέντι Μέρκιουρι: Δύο σελίδες με στίχους του πωλούνται σε δημοπρασία



Οι στίχοι από ένα σημειωματάριο που είχε γράψει ο Φρέντι Μέρκιουρι πρόκειται να διατεθούν σε δημοπρασία, με την τιμή πώλησης να ξεκινά από 100.000 και να φτάνει τις 150.000 λίρες Αγγλίας.

Η συγκεκριμένη σελίδα περιέχει σχεδόν ολοκληρωμένους στίχους του αείμνηστου τραγουδιστή των Queen από το τραγούδι «Who Wants To Live Forever». Στην άλλη πλευρά της σελίδας είναι γραμμένο το «A Kind Of Magic», σύμφωνα με τον οίκο Omega Auctions.

Η σελίδα με τους χειρόγραφους στίχους ανήκει στο ίδρυμα του αείμνηστου Ντέιβιντ Ρίτσαρντς, πρώην δισκογραφικού παραγωγού και μηχανικού ήχου, που είχε στην κατοχή του το Mountain Studios στο Μοντρέ, όπου φιλοξενείται το μουσείο των Queen.

Ο Πολ Φεργουέδερ, υπεύθυνος δημοπρασιών της Omega Auctions, σχολίασε: «Η ερμηνεία του Φρέντι στο «Who Wants To Live Forever» είναι αλησμόνητη, ενώ το «A Kind Of Magic» είναι ένα αδιαμφισβήτητο κλασικό των Queen.

Η L'Oréal Hellas και ο Δήμος Αθηναίων εγκαινίασαν το 1ο micro Forest!



Η L'Oréal Hellas και ο Δήμος Αθηναίων εγκαινίασαν ένα έργο πνοής στην καρδιά της Άνω Κυψέλης, στο πλαίσιο του παγκόσμιου προγράμματος «L'Oréal for the Future».

Με μια ειδική εκδήλωση σε ένα ιστορικό τοπόσημο, το λόφο Αλεπότρυπας στην Άνω Κυψέλη, εγκαινιάστηκε την Πέμπτη 30 Οκτωβρίου το 1ο Micro Forest στην καρδιά της Αθήνας, στο πλαίσιο του παγκόσμιου προγράμματος «L'Oréal for the Future».

Από αρχές Ιουνίου, όταν και ανακοινώθηκε επίσημα το project, άμεσα ξεκίνησαν εργασίες για τη αναμόρφωση του μέχρι πρότινος κοινόχρηστου χώρου πρασίνου, με συντονισμένες εργασίες καθαρισμού του.

Συγκεκριμένα σε πρώτη φάση φυτεύτηκαν περίπου 5.000 ενδημικά ή/και αυτοφυή δέντρα, θάμνοι και πόες, ενώ τους επόμενους μήνες θα ακολουθήσουν και συμπληρωματικές εργασίες εμπλουτισμού του φυτικού

υλικού. Το πιο σημαντικό είναι ότι τα είδη αυτά, με την κατάλληλη φροντίδα, θέτουν ως μακροπρόθεσμο στόχο την δημιουργία ενός δάσους που θα έχει καταφέρει να αποκτήσει σε περίπου 10 χρόνια, τα χαρακτηριστικά ανάπτυξης ενός συμβατικού δάσους 20-30 ετών, με περισσότερα από 10.000 φυτά και πλούσια βιοποικιλότητα.

Η ιδέα του micro Forest ξεκίνησε από τον Ιάπωνα βοτανικό Akira Miyawaki και συντείνει στην προσπάθεια για προστασία και ενίσχυσης της αστικής βιοποικιλότητας και την καταπολέμηση της κλιματικής κρίσης προς όφελος της πόλης και της ποιότητας ζωής των κατοίκων.

Στην ουσία, με την ανάπτυξη του micro Forest η πόλη των Αθηνών στα επόμενα χρόνια θα αποκομίσει σπάνια οφέλη, όπως η βελτίωση του μικροκλίματος της περιοχής με μείωση της τοπικής θερμοκρασίας μέχρι και 6 βαθμούς και περιορισμό του φαινομένου της θερμικής αστικής νησίδας, η απορρόφηση μέχρι και 3.300 κιλών CO2 σε ετήσια βάση στο 10 ο έτος του micro Forest, η βελτίωση της ποιότητας του αέρα, η μείωση του θορύβου, η προστασία από πλημμυρικά φαινόμενα καθώς και η ουσιαστική ενίσχυση της τοπικής χλωροπανίδας.

Ανάσα καθαρού αέρα στην πόλη: Πρωτοποριακές λύσεις για καλύτερη ποιότητα ζωής

Η αστική ρύπανση επηρεάζει άμεσα την υγεία σου και αποτελεί πρόκληση για τις μεγάλες πόλεις, όπως η Αθήνα... Οι επιπτώσεις της κακής ποιότητας του αέρα είναι σοβαρές, καθώς μπορεί να προκαλέσουν προβλήματα αναπνοής, καρδιοπάθειες και πρόωρους θανάτους.

Ωστόσο, δεν λείπουν οι καινοτόμες λύσεις! Κάθετες φυτεύσεις σε κτίρια, «πράσινες» στέγες, αλλά και αισθητήρες ποιότητας αέρα που εντοπίζουν επικίνδυνες συγκεντρώσεις ρύπων συμβάλλουν στη βελτίωση του αέρα που αναπνέεις.

Μέτρα όπως αυτά κάνουν τη διαφορά, αναδεικνύοντας την ανάγκη για καθαρότερο αστικό περιβάλλον.



«Οι στόχοι της σάτιρας πρέπει να είναι η κριτική στην εξουσία, οι κοινωνικές αδικίες, όχι η επίθεση στους αδύναμους ή στους ευάλωτους»

Ο Τάσος Πυργιέρης ετοιμάζεται να μας επανασυστήσει τη «Φαύστα» του Μπόστ, ένα από τα πλέον εμβληματικά σατιρικά έργα του νεοελληνικού θεάτρου, που ανεβαίνει σε δική του σκηνοθεσία από τις 21 έως τις 30 / 11 στο Υποσκήνιο Β' της Αίθουσας Αλεξάνδρα Τριάντη του Μεγάρου Μουσικής Αθηνών.

Τι είναι για εσένα η «Φαύστα» σήμερα;

Για μένα, η «Φαύστα» σήμερα είναι ένα σύγχρονο παραμύθι, μια ανατρεπτική αλληγορία της ελληνικής κοινωνίας, που παραμένει το ίδιο ζωντανή και επίκαιρη, όπως τότε που γράφτηκε από τον Μπόστ. Είναι μια ιστορία που με τον δικό της μοναδικό, σαρκαστικό τρόπο μας μιλάει για την υπερβολή, τη ματαιότητα και την ειρωνεία της ζωής. Η υπόθεση βασίζεται σε αληθινή ιστορία, που λέγεται ότι συνέβη τότε, μόνο που το θαλάσσιο τέρας δεν έφαγε ένα κοριτσάκι, το Ριτσάκι, όπως το ονομάζει ο Μπόστ, αλλά ένα αγοράκι.

Μια μητέρα, η Φαύστα χάνει το παιδί της, όταν το κοριτσάκι της, ενώ έχει πάει να βοηθήσει τον πατέρα της, Γιάννη, στο ψάρεμα, κατασπαράσσεται από ένα τεράστιο ψάρι. Μετά από χρόνια, σε ένα ψάρι, που ψαρεύεται από τον Γιάννη και φτάνει στην κουζίνα της οικογένειας, ξεπηδάει το Ριτσάκι, γεγονός που θα πυροδοτήσει μια σειρά από παράλογες καταστάσεις και ξεκαρδικτικές αντιδράσεις. Ο Μπόστ, μέσα από αυτήν την αλλόκοτη υπόθεση, καταφέρνει να αναδείξει τα παράδοξα της ελληνικής πραγματικότητας, τις υπερβολές της οικογένειας, και την αδυναμία μας να αντιμετωπίσουμε τα προβλήματά μας με λογική.



Πώς αποφάσισες να ανεβάσεις τη «Φαύστα»;

Η απόφαση να ανεβάσω τη «Φαύστα» ήρθε μέσα από την ανάγκη μου να ξανασυναντήσω το μοναδικό, αιχμηρό πνεύμα του Μπόστ και να μοιραστώ αυτό το ανεπανάληπτο χιούμορ με τον θεατή του σήμερα. Η «Φαύστα» είναι ένα έργο που πάντα με γοήτευε, όχι μόνο για την καυστική του σάτιρα, αλλά και για τον τρόπο με τον οποίο αγγίζει τόσο βαθιά και διαχρονικά θέματα με μια φαινομενικά απλή ιστορία. Η ιδέα της απώλειας και της αναζήτησης, το πώς οι ανθρώπινες αντιδράσεις συχνά παίρνουν ακραίες μορφές, που αγγίζουν τα όρια του γελοίου, είναι στοιχεία που πιστεύω ότι αξίζουν να ειπωθούν σήμερα. Η «Φαύστα» είναι ένα έργο που μας υπενθυμίζει ότι η ζωή μπορεί να είναι τόσο τραγική όσο και κωμική, και αυτό το μίγμα



θώντας να διατηρήσουμε την αυθεντικότητα του ύφους του Μπόστ, ενώ ταυτόχρονα την κάνουμε προσιτή και ζωντανή. Δώσαμε ιδιαίτερη έμφαση στο να κατανοήσουμε τον ρυθμό του κειμένου, γιατί μέσα από αυτόν τον ρυθμό αποδίδεται καλύτερα το χιούμορ και η σάτιρα του συγγραφέα. Είναι σημαντικό οι ηθοποιοί να κατανοούν όχι μόνο τις λέξεις που προφέρουν αλλά και το υποκείμενο νόημα πίσω από αυτές – την κριτική ματιά του Μπόστ, τον τρόπο που εμπαιξεί τις κοινωνικές δομές και τα στερεότυπα, κάνοντας το όμως πάντα με μια ζεστασιά και κατανόηση για την ανθρώπινη φύση.

Ο Μπόστ ως κωμωδιογράφος έχει συχνά αναφορές στη δική του εποχή. Αυτές πώς τις διαχειρίζεσαι;

Ο Μπόστ αναμφισβήτητα ενσωματώνει πολλές αναφορές στη δική του εποχή, γεγονός που προσδίδει ένα χαρακτηριστικό πλαίσιο στις ιστορίες του, καθιστώντας τες άμεσα συνδεδεμένες με τις πολι-

τικές και κοινωνικές συνθήκες της τότε Ελλάδας. Ωστόσο, το μεγάλο του ταλέντο είναι ότι, παρότι οι αναφορές είναι συγκεκριμένες, οι έννοιες και τα ζητήματα που αγγίζει είναι διαχρονικά. Αυτή η διαχρονικότητα είναι το κλειδί στο πώς διαχειρίζομαι αυτές τις αναφορές στη σημερινή μας παράσταση. Τα θέματα με τα οποία καταπιάνεται ο Μπόστ – η κριτική προς την πολιτική εξουσία, τα κοινωνικά στερεότυπα, η υποκρισία της οικογένειας και της εκπαίδευσης – είναι ακόμα παρόντα στη σύγχρονη κοινωνία, απλώς με άλλες μορφές. Επιλέγουμε λοιπόν να προσθέσουμε μικρές σύγχρονες πινελιές, είτε στο κείμενο είτε στη σκηνοθεσία, για να τονίσουμε αυτές τις παραλληλίες και να κάνουμε την κριτική ακόμα πιο προσιτή στο κοινό του σήμερα. Η πρόκληση είναι να διατηρήσουμε την αυθεντική φωνή του Μπόστ, ενώ ταυτόχρονα να συνδεθούμε με το παρόν και να δώσουμε στο κοινό τη δυνατότητα να καταλάβει ότι, παρά τις δεκαετίες που έχουν περάσει, οι ανθρώπινες αδυναμίες και οι κοινωνικές παθογένειες παραμένουν οι ίδιες. Ο Μπόστ καταφέρνει να δημιουργήσει έργα με «ρίζες» στη δική του εποχή, αλλά με «κλαδιά» που απλώνονται στο μέλλον.

συναισθημάτων είναι κάτι που ήθελα να το μεταφέρω στη σκηνή για να το αισθανθεί και ο θεατής. Ήθελα επίσης να φέρω τον κόσμο σε επαφή ξανά με ένα κομμάτι της ελληνικής κουλτούρας, που συνδυάζει την παράδοση με μια τολμηρή, ανατρεπτική ματιά. Σήμερα, που τα κοινωνικά ζητήματα είναι πιο περίπλοκα και οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουμε μας κάνουν να χάνουμε την αίσθηση του χιούμορ, η «Φαύστα» έρχεται ως μια υπενθύμιση ότι ακόμη και μέσα στις πιο δύσκολες καταστάσεις, η ειρωνεία και το γέλιο είναι ένας τρόπος να αντέξουμε και να κατανοήσουμε την πραγματικότητα.

Τι κάνει ξεχωριστό το κείμενο και τη γλώσσα του Μπόστ και πώς τα δουλεύετε εσείς μέσα στην παράσταση;

Το κείμενο και η γλώσσα του Μπόστ είναι μοναδικά, κυρίως λόγω της ιδιοφυούς μίξης χιούμορ, ειρωνείας, και κοινωνικής κριτικής. Ο Μπόστ χρησιμοποιεί την υπερβολή και τη σάτιρα για να σχολιάσει καταστάσεις και πρόσωπα με τρόπο, που φανερώνει τις αδυναμίες και τις παραδοξότητες της ανθρώπινης φύσης και της ελληνικής κοινωνίας. Η γλώσσα του χαρακτηρίζεται από έναν παιχνιδιάρικο λεκτικό σουρεαλισμό, γεμάτο από συνειδητές ανορθογραφίες και λογοπαίγνια, που τονίζουν τη λαϊκότητα των χαρακτήρων και τις ανθρώπινες ατέλειες τους. Αυτή η γλώσσα, με τις παραδοξότητες και την παιδικότητα της, δημιουργεί μια απόσταση που επιτρέπει στο κοινό να δει τις αλήθειες, που αποκαλύπτονται χωρίς να φοβάται ή να αποφεύγει την πραγματικότητα. Στην παράστασή μας, δουλέψαμε πάνω σε αυτήν την ιδιαίτερη γλώσσα, προσπα-

Η «Φαύστα» είναι τελικά τραγωδία ή κωμωδία;

Η «Φαύστα» είναι και τα δύο – τραγωδία και κωμωδία ταυτόχρονα, και αυτό είναι που την κάνει τόσο ξεχωριστή και ενδιαφέρουσα ως έργο. Ο Μπόστ έχει αυτή τη μοναδική ικανότητα να πλάθει μια ιστορία που ακροβατεί ανάμεσα στις δύο αυτές όψεις της ανθρώπινης υπόστασης, δημιουργώντας κάτι που δεν μπορεί να κατηγοριοποιηθεί εύκολα. Από τη μία πλευρά, έχουμε μια μητέρα που χάνει το παιδί της με έναν τρόπο εξωφρενικά παράλογο και

φαινομενικά τραγικό, και από την άλλη, το πώς το διαχειρίζονται οι χαρακτήρες και οι αντιδράσεις τους, προκαλεί αβίαστο γέλιο. Η «Φαύστα» ως τραγωδία παρουσιάζει την αδυναμία της ανθρώπινης ύπαρξης να κατανοήσει και να αντιμετωπίσει τις ακραίες και απρόβλεπτες καταστάσεις της ζωής. Οι χαρακτήρες βιώνουν την απώλεια και τον παραλογισμό με μια σοβαρότητα που μας θυμίζει τις δικές μας υπαρξιακές αγωνίες. Από την άλλη πλευρά, η «Φαύστα» είναι ξεκάθαρα κωμωδία, και μάλιστα από τις πιο καυστικές. Ο τρόπος με τον οποίο οι ήρωες αντιδρούν στα γεγονότα είναι γεμάτος υπερβολή και αφέλεια, κάτι που αναδεικνύει την ανθρώπινη τάση να μεγεθύνουμε τις καταστάσεις, ακόμη και όταν αυτές είναι φαιδρές. Αυτός ο συνδυασμός τραγωδίας και κωμωδίας είναι που αποκαλύπτει την ουσία της ανθρώπινης φύσης, γιατί η ζωή δεν είναι μονοδιάστατη. Η «Φαύστα» είναι, λοιπόν, μια κωμωδία για τις τραγωδίες μας και μια τραγωδία για την κωμικότητα της ύπαρξής μας.

Ποια «οικεία κακά» θα αναχωρήσουμε στην παράταση;

Στην παράσταση της «Φαύστα», ερχόμαστε αντιμέτωποι με πολλά από τα «οικεία κακά» που εξακολουθούν να μας στοιχειώνουν ως κοινωνία και ως ανθρώπινα όντα. Ο Μπόστ, με το διεισδυτικό του χιούμορ, καταφέρνει να αποκαλύψει τις αντιφάσεις μας, την υποκρισία και την αδυναμία μας να δούμε καθαρά τις καταστάσεις που ζούμε. Στην «Φαύστα», οι θεατές θα αναγνωρίσουν και θα αναχωρήσουν με πολλές από αυτές τις αδυναμίες, οι οποίες παρόλο που μας είναι γνώριμες, σπάνια επιλέγουμε να τις δούμε κατάματα. Ένα από τα «οικεία κακά» που έρχονται στην επιφάνεια είναι η υπερβολή με την οποία αντιδρούμε μπροστά σε ακραίες καταστάσεις. Το έργο καταδεικνύει τον εγωκεντρισμό και την ανάγκη για αυτοπροβολή, ακόμα και στις πιο δύσκολες στιγμές. Οι χαρακτήρες φαίνεται να ενδιαφέρονται περισσότερο στο να επιδείξουν την αυτοπεποίθησή τους, παρά να αντιμετωπίσουν την πραγματικότητα. Αυτή η αυτοαναφορικότητα είναι ένα χαρακτηριστικό που καθρεφτίζει τη σημερινή μας κοινωνία, όπου η αυτοπροβολή, ειδικά μέσω των κοινωνικών δικτύων, έχει γίνει υπερβολικά σημαντική. Αναχωρούμε, λοιπόν, από την παράσταση με μια γεύση των δικών μας αδυναμιών, των δικών μας «οικείων κακών» που μας κατατρώνε και συχνά δεν θέλουμε να παραδεχτούμε. Όμως, ο Μπόστ δεν μας αφήνει εκεί. Με το μοναδικό του χιούμορ και την ειρωνεία, μας προσκαλεί να δούμε αυτές τις αδυναμίες με ένα μάτι, που δεν είναι καταδικαστικό, αλλά αποκαλυπτικό. Και ίσως αυτό είναι το πρώτο βήμα προς την αλλαγή: η αποδοχή της γελοιότητάς μας και η συνειδητοποίηση ότι, ακόμα και μέσα στα «κακά» μας, υπάρχει χώρος για αυτοσαρκασμό και αυτοβελτίωση.

Ο Μπόστ ενοχλούσε στην εποχή του, αλλά τελευταία έχει ανοίξει μια μεγάλη συζήτηση περί της κωμωδίας. Τελικά, έχει όρια η σάτιρα;

Η σάτιρα, από τη φύση της, είναι ένα είδος που τείνει να ξεπερνάει τα όρια, να αμφισβητεί το κατεστημένο και να βάζει τον καθρέφτη μπροστά στα πιο σκοτεινά και κρυφά σημεία της κοινωνίας και της ανθρώπινης ύπαρξης. Ο Μπόστ, ως



σατιρικός συγγραφέας, ήταν απόλυτα αφοσιωμένος σε αυτή τη λειτουργία της σάτιρας – να ενοχλεί, να ξεβολουεί, και να αποκαλύπτει αλήθειες που μπορεί να μην ήταν ευχάριστες για τους θεατές της εποχής του. Κι αυτός είναι ένας από τους λόγους που το έργο του αντέχει στον χρόνο: γιατί είχε το θάρρος να πει αυτά που άλλοι δεν τολμούσαν. Το ερώτημα αν η σάτιρα έχει όρια είναι πολύπλοκο. Από τη μια πλευρά, η σάτιρα είναι ένα εργαλείο κοινωνικής αλλαγής. Χρησιμοποιεί το γέλιο και την υπερβολή για να υπογραμμίσει τις αδυναμίες, τις αδικίες και τα παράδοξα της κοινωνίας, με σκοπό να προκαλέσει σκέψη και ίσως και δράση. Αν τηςβάλουμε αυστηρά όρια, κινδυνεύουμε να της αφαιρέσουμε τη δύναμη να προκαλεί και να ταράζει τα νερά. Ωστόσο, ζούμε σε μια εποχή όπου η ευαισθησία απέναντι σε κοινωνικές ομάδες, η ανάγκη για σεβασμό και η αποφυγή του αποκλεισμού είναι πιο επίκαιρες από ποτέ. Είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε ότι η σάτιρα μπορεί, όταν δεν χρησιμοποιείται με σύνεση, να καταλήξει πληγωτική ή προσβλητική. Οι στόχοι της πρέπει να είναι η κριτική στην εξουσία, οι κοινωνικές αδικίες, όχι η επίθεση στους αδύναμους ή στους εύαλτους. Ο Μπόστ καταφέρνει να ισορροπήσει αυτή τη λεπτή γραμμή, διότι η σάτιρά του δεν είναι ποτέ εκδικητική ή κακόβουλη. Αντίθετα, είναι γεμάτη με μια παράξενη τρυφερότητα για τους χαρακτήρες του, ακόμα κι όταν τους φέρνει σε αστείες ή παράλογες καταστάσεις. Στην «Φαύστα», για παράδειγμα, γελάμε με τις υπερβολές και τις αντιφάσεις των ηρώων, αλλά το γέλιο αυτό είναι ταυτόχρονα μια αναγνώριση ότι όλοι μοιραζόμαστε τις ίδιες αδυναμίες. Ο Μπόστ ενόχλησε στην εποχή του, γιατί τολμούσε να πει την αλήθεια, κι αυτή η αλήθεια ήταν συχνά άβολη. Κι αυτός είναι ο ρόλος της σάτιρας – να ενοχλεί, να ξεβολουεί, αλλά πάντα με σκοπό την αφύπνιση και την πρόοδο.

Πώς ανακαλύφτηκε το σαξόφωνο Πώς προέκυψε η ονομασία του

Το σαξόφωνο είναι το πιο πρόσφατο πνευστό όργανο, με την εφεύρεσή του να χρονολογείται στις αρχές της δεκαετίας του 1840 από τον Βέλγο οργανοποιό Αντόλφ Σαξ.

Ο Σαξ ήταν ειδικευμένος μεταλλουργός και κλαρινετίστας που προσπάθησε να δημιουργήσει ένα καλύτερο κλαρινέτο. Ήθελε βασικά να συνδυάσει τις ιδιότητες του όμποε, του κλαρινέτου και του φαγκότου σε ένα ενιαίο όργανο. Στις 28 Ιουνίου του 1846, κατοχύρωσε με δίπλωμα ευρεσιτεχνίας το σαξόφωνο. Το όνομά του συνδυάζει στο πρώτο συνθετικό το όνομα του δημιουργού του και το δεύτερο την ελληνική λέξη «φωνή».

Παρόλο που κατασκευάζεται από ορείχαλκο, το σαξόφωνο ανήκει στην κατηγορία των ξύλινων οργάνων, λόγω του τρόπου παιξίματος που θυμίζει το κλαρινέτο. Αποτελείται από έναν κωνικό σωλήνα με γυριστή καμπάνα, έχει 24 οπές με κλειδιά και κινητό επιστόμιο. Υπάρχουν επτά κύριες παραλλαγές, όπως το σοπράνο, το άλτο και το τενόρο.

Αρχικά, το σαξόφωνο χρησιμοποιήθηκε κυρίως σε στρατιωτικές μπάντες και δεν βρήκε ευρεία αποδοχή στη συμφωνική μουσική, με ελάχιστους συνθέτες της ρομαντικής περιόδου να το εντάσσουν στα έργα τους. Η μεγάλη του επιτυχία ήρθε τον 20ό αιώνα, όταν έγινε αναπόσπαστο κομμάτι της τζαζ, αναδεικνύοντας σπουδαιούς καλλιτέχνες όπως οι Κολτρέιν και Πάρκερ. Αυτή η αλλαγή στάσης ενίσχυσε τη δημιουργικότητα



γύρω από το σαξόφωνο, καθιστώντας το κεντρικό όργανο σε πολλές μουσικές συνθέσεις.

Τη δεκαετία του 1960, τα ροκ και ποπ συγκροτήματα άρχισαν να χρησιμοποιούν το σαξόφωνο για να προσθέσουν υφή και ενδιαφέρον στις ηχογραφήσεις τους.



Η Adidas Μεγάλος Χορηγός του Αυθεντικού Μαραθωνίου της Αθήνας

Εδώ και πάνω από 25 χρόνια η Adidas στηρίζει τις προσπάθειες όλων των δρομέων ως Μεγάλος Χορηγός του Αυθεντικού Μαραθωνίου της Αθήνας. Για μια ακόμη χρονιά το brand θα βρίσκεται στον 41ο Μαραθώνιο, τον θεσμό που πρεσβεύει τις αξίες του αθλητισμού, στέλνοντας το εμπνευστικό μήνυμα «YOU GOT THIS» προς όλους τους συμμετέχοντες.

Με σκοπό να διαδώσει ακόμα περισσότερο το μήνυμά της, η Adidas δημιούργησε στη χώρα μας ένα video που αφηγείται την πορεία κάθε δρομέα. Εκείνου που τρέχει επαγγελματικά, ή που απλά προπονείται, ή που μόλις ξεκίνησε να τρέχει και ενώ κάπου στην πορεία έχασε το κίνητρό του, στο τέλος πήρε μια βαθιά ανάσα και κατάφερε να ξεπεράσει τις αρνητικές σκέψεις.

Εν όψει του Μαραθωνίου, κυκλοφόρησαν και τα νέα σχέδια των σειρών running παπουτσιών, Supernova και Adizero. Δύο αθλήτριες που ανήκουν στην οικογένεια της adidas, η τρεις φορές νικήτρια του αγώνα των 10χλμ., Αναστασία Μαρινάκου, και η Μαρία Κάσσου, κάτοχος του Πανελληνίου ρεκόρ κλειστού στίβου στα 3000 μ. στην κατηγορία K20 γυναικών, θα τρέξουν φέτος τα 10χλμ. και 5χλμ. αντίστοιχα, φορώντας την κορυφαία racing σειρά παπουτσιών Adizero.

Κατά τη διάρκεια της εβδομάδας του Μαραθωνίου, η adidas θα διοργανώσει μια σειρά από μοναδικές ενέργειες στο κατάστημα της Ερμού (44). Από τις 6 μέχρι και τις 9 Νοεμβρίου θα υπάρχει στο κατάστημα ένα Water Tattoo Corner με σχέδια εμπνευσμένα από τον Μαραθώνιο. Το Σάββατο 9 Νοεμβρίου, οι δρομείς που θα επισκεφθούν το κατάστημα θα μπορούν να εκτυπώσουν το όνομα τους, είτε στις δικές τους αγωνιστικές μπλούζες, είτε σε κάποια που θα αγοράσουν από εκεί, για να φωτογραφηθούν και να κρατήσουν την όμορφη ανάμνηση.



Health News

Κράτα το άγχος μακριά: Το τρέξιμο ως το καλύτερο αντίδοτο



Το τρέξιμο δεν ενισχύει μόνο το σώμα σου αλλά και την ψυχική σου υγεία! Η κίνηση αυτή ενεργοποιεί την παραγωγή ενδορφινών, μειώνοντας το άγχος και ενισχύοντας τη διάθεσή σου. Ακόμα και λίγα λεπτά τρεξίματος μπορούν να βοηθήσουν στην αποφόρτιση από αρνητικές σκέψεις, να προσφέρουν αίσθηση ηρεμίας και να σε φέρουν πιο κοντά στον εαυτό σου.

Αποτελεί έναν προσωπικό «διαλογισμό σε κίνηση», που μπορεί να βελτιώσει την αυτοεκτίμηση και την αυτοπεποίθησή σου. Με κάθε βήμα, παίρνεις μια ανάσα ψυχικής ανανέωσης και ενέργειας!

Διαδικτυακή Λέσχη Ανάγνωσης Λογοτεχνίας crossover και μυθιστορημάτων για νέους



Online
ME ΤΟΝ ΜΑΝΟ

Διαδικτυακή Λέσχη Ανάγνωσης Λογοτεχνίας crossover και μυθιστορημάτων για εφήβους και νέους με συντονιστή τον Μάνο Κοντολέων

Για ενήλικες

ΠΕΜΠΤΗ
07/11/24

19:00 - 20:30



Κάτω απ' την καρδιά της Βούλα Μάστορη

Μαζί μας στις συζητήσεις θα είναι και η Τασούλα Τσιλιμένη, καθηγήτρια Παιδικής Λογοτεχνίας στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας / Διευθύντρια του Μουσείου Παιδικής & Εφηβικής Λογοτεχνίας.

Ο 5ος κύκλος (2024-2025) της Διαδικτυακής Λέσχης Ανάγνωσης Λογοτεχνίας crossover και μυθιστορημάτων για εφήβους και νέους με συντονιστή τον Μάνο Κοντολέων ξεκινάει!

Οι συναντήσεις θα πραγματοποιούνται την πρώτη Πέμπτη κάθε μήνα έως και τον Μάιο. Ειδικά φέτος που οι Εκδόσεις Πατάκη συμπληρώνουν 50 χρόνια ζωής, στόχος της Λέσχης είναι να γνωρίσουν τα μέλη της ενδιαφέροντα λογοτεχνικά έργα σημαντικών Ελλήνων και Ελληνίδων συγγραφέων που άφησαν ισχυρό αποτύπωμα.

Μαζί μας στις συζητήσεις θα είναι και η Τασούλα Τσιλιμένη, καθηγήτρια Παιδικής Λογοτεχνίας στο Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας / Διευθύντρια του Μουσείου Παιδικής & Εφηβικής Λογοτεχνίας.

1η συνάντηση του 5ου κύκλου, Πέμπτη 7 Νοεμβρίου 2024 | 19:00-20:30

Τον σχεδιασμό και συντονισμό έχει ο Μάνος Κοντολέων, ν συγγραφέας και κριτικός με σημαντικό έργο στη λογοτεχνία crossover.

Μυθιστόρημα πρώτης συνάντησης: *Κάτω απ' την καρδιά της* (αναμορφωμένη έκδοση) της Βούλας Μάστορη Δηλώσεις συμμετοχής στα: 210.36.50.024 | ekdiloseis@patakis.gr

Βασικές πληροφορίες

- > Οι συναντήσεις απευθύνονται σε ενήλικα άτομα.
- > Η συμμετοχή στη λέσχη είναι δωρεάν.
- > Οι συναντήσεις θα πραγματοποιούνται μέσω πλατφόρμας ZOOM και οι συμμετέχοντες θα παραλαμβάνουν τον σχετικό σύνδεσμο με τη δήλωση συμμετοχής τους.
- > Καλό (αν και όχι αναγκαίο) είναι οι συμμετέχοντες να έχουν διαβάσει το έργο που θα συζητηθεί.

Food for Thought

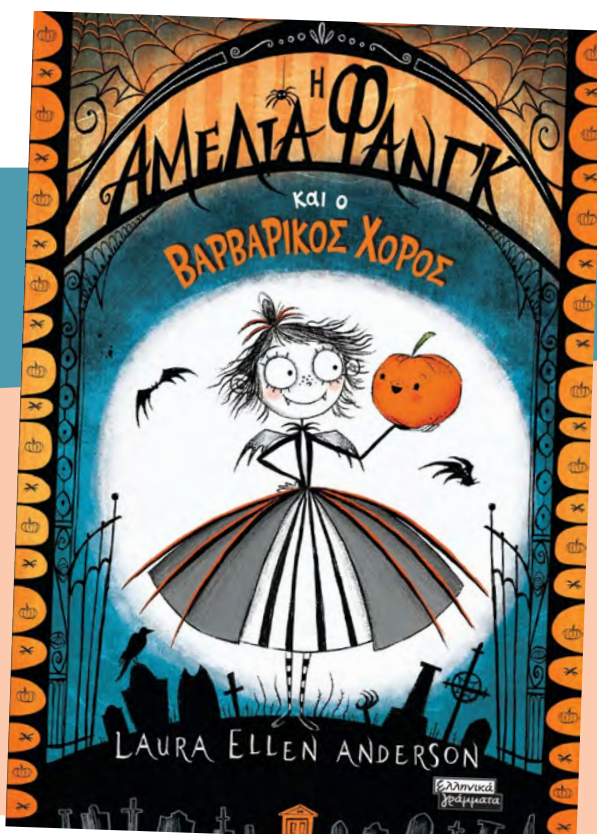
kids' edition

Αμέλια Φανγκ και ο βαρβαρικός χορός

Της αρέσει να παίζει με τους φίλους της, λατρεύει το κατοικίδιό της, τον Κολοκυθούλη, και βαριέται θανάσιμα τον Βαρβαρικό Χορό που διοργανώνουν η μαμά και ο μπαμπάς της.

Α... και κάτι ακόμη... Η Αμέλια είναι βαμπίρ!

Όταν ο κακομαθημένος πρίγκιπας της Νυχτοχώρας της αρπάζει τον Κολοκυθούλη, η Αμέλια καταστρώνει το πιο τολμηρό σχέδιο διάσωσης. Όμως τα πράγματα στο Βασίλειο του Σκότους δεν είναι όσο σκοτεινά φαίνονται...



PARIS ISTANBUL

μουσική παράσταση
6ος χρόνος



«Paris-Istanbul»: Μια νυχτερινή μουσική διαδρομή στο θρυλικό Orient Express

Η θρυλική μουσική παράσταση «Paris-Istanbul» επιστρέφει για 6η χρονιά στο Μουσικό Βαγόνι Orient Express, χαρίζοντας στο κοινό ένα μοναδικό ταξίδι στις ευρωπαϊκές μητροπόλεις των αρχών του 20ού αιώνα. Μέσα από τις μελωδίες και τα τραγούδια της Edith Piaf, του Charles Aznavour και άλλων εμβληματικών καλλιτεχνών, οι θεατές θα μεταφερθούν σε μαγευτικές πόλεις όπως το Παρίσι, η Βουδαπέστη και η Κωνσταντινούπολη.

Μόνο 32 τυχεροί θεατές θα έχουν την ευκαιρία να βιώσουν αυτή τη συναρπαστική εμπειρία στο αυθεντικό σκηνικό του θρυλικού τρένου, όπου η Αθηνά Ρούτση, η Λευκή Καρποδίνη και ο Δημήτρης Παπαλάμπρου αναβιώνουν μια ατμόσφαιρα άλλης εποχής.

Παραστάσεις: Μουσικό Βαγόνι Orient Express

Κάθε Παρασκευή στις 21.30 από 8 Νοεμβρίου
Γενική Είσοδος 18€ (προαιρετικά: κρασί 5€/ποτό 7,5€/ φαγητό από 6€)

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

Στην Αμαξοστοιχία-Θέατρο το Τρένο στο Ρουφ λειτουργεί επίσης Wagon-Bar & Wagon Restaurant για φαγητό και ποτό. Για κρατήσεις μπορείτε να καλέσετε στα τηλέφωνα 6937604988 & 2105298922.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: Αμαξοστοιχία-Θέατρο το Τρένο στο Ρουφ
Τηλ. 6937604988 & 2105298922 καθημερινά από 6μμ.

Σιδηροδρομικός & Προαστιακός Σταθμός Ρουφ, επί της Λεωφ. Κωνσταντινουπόλεως, 10' με τα πόδια από το ΜΕΤΡΟ Κεραμεικός & από τη στάση Αγίας Μαρκέλλας (λεωφορεία 813, 026). Δωρεάν πάρκινγκ.

MOONWALK: The Life Of Michael Jackson στο Christmas Theater

MOONWALK THE LIFE OF MICHAEL JACKSON

by EUROPA BALLET ST. Pölten



ΔΕΥΤΕΡΑ 11 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ
CHRISTMAS THEATER

Τη Δευτέρα 11 Νοεμβρίου στο Christmas Theater ζήστε τις αξέχαστες επιτυχίες, τις εκρηκτικές κινήσεις και την καλλιτεχνική δύναμη του Michael Jackson, που όρισε μια εποχή και συνεχίζει να εμπνέει γενιές!

Η παράσταση ερμηνεύεται από το αυστριακό σύνολο Europaballett St. Pölten και η χορογραφία είναι του καταξιωμένου Peter Breuer που συνδυάζει αρμονικά ποικίλα είδη χορού, αντανακλώντας την ευελιξία και τη δυναμική της εμβληματικής μουσικής του Jackson.

Από την ακρίβεια του κλασικού μπαλέτου έως την ένταση των σύγχρονων τεχνικών, το Moonwalk προσφέρει μια πλούσια και συναρπαστική εμπειρία τόσο για τους λάτρεις του χορού όσο και για τους θαυμαστές της μουσικής του Michael Jackson, προσφέροντας μια παράσταση γεμάτη συναισθηματική ένταση και οπτική μαγεία.

Τιμές εισιτηρίων

Γ Ζώνη: 27 ευρώ – 32 ευρώ
Β Ζώνη: 42 ευρώ
Α Ζώνη: 55 ευρώ
Διακεκριμένη Ζώνη: 65 ευρώ

Σημεία Προπώλησης

Ηλεκτρονικά: more.com

more spots

Nova | Public | Ευριπίδης | Viva Spot Τεχνόπολης

Christmas Theater | Λεωφόρος Βεΐκου 139
Πληροφορίες: 211 7701700

ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΜΠΕΚΑΣ



ΓΕΝΕΣΙΣ

ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ



Γένεσις

Σε ένα ειδυλλιακό νησί της Ελλάδας, μια νεαρή αντεισαγγελέας - γόνος περίφημης δικαστικής δυναστείας - θα ανακαλύψει μια πλεκτάνη που συνδέει τη δικαστίνα μητέρα της με ένα κύκλωμα παρανόμων, το οποίο λυμαινεται τον τουρισμό, τη βαριά βιομηχανία του τόπου.

Στην εξιχνίαση των εγκλημάτων θα εμπλακεί κι ένας γιατρός που μέχρι πρόσφατα ακολουθούσε αποστολές σε ριψοκίνδυνα μέρη του πλανήτη. Δυο κόσμοι διαφορετικοί σε παραγμένη έλξη, ενώ ανακαλύπτουν διαρκώς άγνωστες πτυχές του παρελθόντος. Θα μπορούσε να ήταν απλώς ένα λοξό love story με φόνους, όμως ο οραματιστής αστυνόμος Αντύπας θα σπεύσει να επέμβει με τις τεχνικά εξελιγμένες μεθόδους του. Φανατικός της τεχνητής νοημοσύνης. Και η ζωή τους γίνεται εν αγνοία τους μια δυστοπία του παρόντος.

Ένα καθηλωτικό μυθιστόρημα, στο οποίο η τεχνητή νοημοσύνη ανατρέπει τους κανόνες της αστυνομικής λογοτεχνίας, διαταράσσοντας τις έννοιες της αλήθειας, της ελευθερίας και της δημιουργίας.

Υπόσχομαι ότι δεν θα πονάει πάντα τόσο

Clare Mackintosh

Μετάφραση:
Δέσποινα Γιανναρούδη

18 διαβεβαιώσεις για το πένθος

ΜΕΤΑΙΧΜΙΘ

Όταν η συγγραφέας, best seller, Clare Mackintosh έχασε το μωρό της και τον πατέρα της, κατέφυγε στα βιβλία για να βρει βοήθεια. Αυτά της έλεγαν τι να νιώθει και πότε να το νιώθει. Η αλήθεια όμως είναι ότι δεν υπάρχουν ξεκάθαρα βήματα για το πένθος ούτε εύκολες συνταγές που θα μας ανακουφίσουν από τον πόνο. Αυτό που έχουμε ανάγκη όταν πενθούμε είναι χρόνος και κατανόηση.

Με 18 σύντομες υποσχέσεις γεμάτες συμπόνια το Υπόσχομαι ότι δεν θα πονάει πάντα τόσο είναι ένα βιβλίο στο οποίο μπορείς να προστρέξεις όταν δεν μπορείς να συγκεντρωθείς, όταν γυρεύεις παρηγοριά, όταν ψάχνεις ελπίδα, όταν απλώς θέλεις να πετάξεις κάτι στον τοίχο και όταν έχεις ανάγκη κάποιον να σε διαβεβαιώσει, και να συνεχίσει να σε διαβεβαιώνει: Δεν θα πονάει έτσι για πάντα, σου το υπόσχομαι.

quote of the day

I WANT TO PUT A DING IN THE UNIVERSE.
Steve Jobs

Σήμερα
γιορτάζει!
Λεονάρδος

6 Νοεμβρίου

- › International Day for Preventing the Exploitation of the Environment in War and Armed Conflict
- › Dog Film Festival
- › Marooned Without a Compass Day
- › National Advent Calendar Day
- › National Basketball Day
- › National Ladies Learning Code Day
- › National Michele Day
- › National Nacho Day
- › National Report Home Health Care
- › Fraud Day
- › National Saxophone Day
- › National Stress Awareness Day
- › National Team Manager Day

tip of the day

The only courage that matters is the kind that gets you from one moment to the next.

Mignon McLaughlin