

Εγκεκριμένα από τον Ε.Ο.Φ.

Αρ. Αδείας κυκλοφορίας ΕΟΦ: 100652/06.10.2020

Ασύγκριτη προστασία

Τα υγρά αντιβακτηριδιακά
μαντήλια **Wet Hankies**
Antibacterial Extra Safe
προσφέρουν αναβαθμισμένη προστασία!

Χάρη στην **ενισχυμένη σύνθεσή**
τους με ισχυρό ποσοστό οινόπνευματος
και επιπλέον αντισηπτικό παράγοντα,
εξουδετερώνουν το **99,9% των**
βακτηρίων και τους ιούς της γρίπης
H1N1 και H3N2*, ενώ είναι τα 1α
αντιβακτηριδιακά μαντήλια στην
Ελλάδα που εξασφάλισαν
επιστημονικά **αποδεδειγμένη δράση**
κατά του κορωνοϊού SARS-CoV-2
(βάσει EN14476 – χρόνος επαφής 1').

Δρουν
αποτελεσματικά
κατά του
ΚΟΡΩΝΟΪΟΥ
SARS-CoV-2*

wet
hankies[®]
EXTRA
SAFE

Antibacterial



Εξουδετερώνουν το

99,9%

των βακτηρίων και τους ιούς
της γρίπης H1N1 και H3N2*



*Σύμφωνα με τα Ευρωπαϊκά Πρότυπα EN1276, EN1500, EN1650, EN14476

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



**ΤΟ ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΤΟΥ ΠΙΤΕΡ ΠΑΝ:
ΓΙΑΤΙ ΔΕΝ ΜΑΣ ΑΦΗΝΕΙ ΝΑ ΕΝΗΛΙΚΙΩΘΟΥΜΕ
ΚΑΙ ΠΟΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΟΥ**

Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Κάν' το! Μα φοβάμαι... Τότε κάν' το φοβισμένος! Η ζωή μου όλη!!!

Φοβάσαι; Ωραία! Εδώ είμαστε, λοιπόν. Ας μιλήσουμε για τον φόβο – και για το πώς είναι απολύτως OK να φοβάσαι. Εξάλλου, όλοι έχουμε τις στιγμές μας. Και ξέρεις κάτι; Ο φόβος είναι σαν εκείνη την πρώτη βουτιά σε κρύα θάλασσα. Στην αρχή κρυώνεις, μετανιώνεις που βούτηξες, αλλά σιγά σιγά συνηθίζεις... και στο τέλος δεν θέλεις να βγεις από το νερό.

Ο φόβος είναι περίεργος φίλος. Μας κρατάει πίσω, μας κάνει να αναρωτιόμαστε αν είμαστε αρκετοί, αν αξίζει τον κόπο. «Κι αν δεν τα καταφέρω; Κι αν γελοιοποιηθώ; Κι αν μείνω μόνος μου;» Όλα αυτά τα «κι αν» είναι σαν εκείνες τις τρομακτικές ταινίες που, ενώ ξέρεις ότι θα φοβηθείς, συνεχίζεις να τις βλέπεις. Είναι γιατί, κάπου βαθιά, λατρεύουμε λίγο τον φόβο μας.

Σκέψου λίγο: Πότε ήταν η τελευταία φορά που ένιωσες πραγματικά ζωντανός; Δεν ήταν, μήπως, όταν έκανες κάτι που σε τρόμαζε; Όταν πήρες μια μεγάλη απόφαση ή όταν τόλμησες κάτι έξω από τα νερά σου; Ο φόβος, SayYesser μου, είναι σημάδι ότι ζεις, ότι προχωράς, ότι κάτι νέο σε περιμένει στη γωνία.

Το θέλεις αλλά φοβάσαι; Κάν' το, λοιπόν, φοβισμένος! Δεν χρειάζεται να περιμένεις να νιώσεις έτοιμος ή γενναίος. Κανείς δεν γεννιέται έτοιμος για τα μεγάλα πράγματα. Ακόμα κι οι πιο τολμηροί, αυτοί που θαυμάζεις και μοιάζουν ατρόμητοι, είχαν τις στιγμές τους που λύγισαν. Αλλά προχώρησαν – φοβισμένοι και τρέμοντας, αλλά προχώρησαν.

Tip of the Day: Το μυστικό είναι να πεις στον φόβο σου «Σε βλέπω, αλλά δεν θα σε αφήσω να με κρατήσεις πίσω». Αλλωστε, αν το καλοσκεφτείς, όλα όσα πραγματικά αξίζουν σε αυτή τη ζωή κρύβουν μέσα τους λίγο φόβο. Είτε είναι μια μεγάλη απόφαση, είτε μια νέα αρχή, είτε το να εκφράσεις τα συναισθήματά σου.

Οπότε, την επόμενη φορά που θα φοβηθείς, σκέψου αυτό: Κάν' το, φοβισμένος! Σήκωσε το κεφάλι, προχώρησε, και αν χρειαστεί, κάν' το με λίγο... τρόπο στην καρδιά. Γιατί, στο τέλος της ημέρας, ο φόβος δεν είναι παρά το καρύκευμα που δίνει νοστιμιά στη ζωή μας. Και, όπως λένε, οι μεγαλύτερες στιγμές συμβαίνουν εκεί που συναντιούνται η καρδιά και ο φόβος.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



E-Mail



Viber



WhatsApp

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

Το Σύνδρομο του Πίτερ Παν: Γιατί δεν μας αφήνει να ενηλικιωθούμε και ποιες είναι οι επιπτώσεις του



Θυμάστε τον Πίτερ Παν, τον ήρωα του Τζ. Μ. Μπάρι, που ζει στη «Χώρα του Ποτέ», έναν τόπο, όπου τα παιδιά δεν μεγαλώνουν ποτέ και η ζωή είναι γεμάτη από ατελείωτες περιπέτειες και ελευθερία; Δεν είναι όμως καθώς φαίνεται ο μόνος, αλλά έχει και πολλούς "followers", όπως διαπιστώνουν οι επιστήμονες, που έδωσαν το όνομα του ήρωα των παιδικών μας χρόνων σε ένα σύνδρομο, που ταλανίζει τις νέες γενιές.

Το «Σύνδρομο του Πίτερ Παν» λοιπόν είναι μια ψυχολογική κατάσταση κατά την οποία ένα άτομο αρνείται να αναλάβει τις υποχρεώσεις της ενήλικης ζωής, επιθυμώντας να παραμείνει για πάντα παιδί.

Τα άτομα που παρουσιάζουν το Σύνδρομο του Πίτερ Παν τείνουν να αποφεύγουν την προσωπική ή επαγγελματική ανάπτυξη, αλλά και τη συναισθηματική ωρίμανση. Αρνούνται να αναλάβουν τις ευθύνες, που

συνοδεύουν τον ενήλικο τρόπο ζωής, φοβούνται να δημιουργήσουν οικογένεια, δεν έχουν στόχους και αποφεύγουν τις σταθερές σχέσεις. Αν και μπορεί φαινομενικά να ζουν ανέμελα και συναρπαστικά, η αποφυγή των δεσμεύσεων μπορεί να οδηγήσει σε απογοήτευση, ανασφάλεια και συναισθηματική ακινησία.

Ποιοι επηρεάζονται περισσότερο

Το «Σύνδρομο του Πίτερ Παν» επηρεάζει συχνά νέους άνδρες, οι οποίοι προτιμούν να ζουν χωρίς σταθερές υποχρεώσεις και επιλέγουν έναν ανεξάρτητο τρόπο





ζωής γεμάτο περιπέτειες. Ενώ η επιθυμία για ελευθερία είναι φυσιολογική, η αποφυγή της ωρίμανσης και ανάληψης ευθυνών μπορεί να έχει σοβαρές συνέπειες στην προσωπική και επαγγελματική τους ζωή. Συχνά, τα άτομα αυτά βρίσκουν δυσκολίες στις σχέσεις τους, καθώς αρνούνται να δεσμευτούν, γεγονός που τους δημιουργεί ένα αίσθημα κενού και μοναξιάς.

Πώς μπορούμε να το ξεπεράσουμε

Για να ξεπεράσει κάποιος το «Σύνδρομο του Πίτερ Παν», είναι απαραίτητο να αναγνωρίσει την αξία της ωρίμανσης, της υπευθυνότητας και της συναισθηματικής ανάπτυξης. Η αποδοχή των ευθυνών της ενηλικίωσης, παρά την αρχική αντίσταση, είναι ζωτικής σημασίας για την προσωπική μας εξέλιξη και μια υγιή κοινωνική και επαγγελματική ζωή.



Το συγγενές «Σύνδρομο της Γουέντι»

Συμπληρωματικά προς το «Σύνδρομο του Πίτερ Παν», υπάρχει και το «Σύνδρομο της Γουέντι», το οποίο αφορά κυρίως στις γυναίκες, οι οποίες αντί να ακολουθήσουν τον δικό τους δρόμο, αναλαμβάνουν τη φροντίδα και την υποστήριξη του «Πίτερ Παν» της ζωής τους.

Η Γουέντι, στο έργο του Τζ. Μ. Μπάρι, είναι η νεαρή κοπέλα που φροντίζει τον Πίτερ Παν και τα άλλα παιδιά στη Χώρα του Ποτέ, χωρίς να αναγνωρίζει πλήρως τη δική της ανάγκη για ανάπτυξη και ανεξαρτησία.

Στην πραγματική ζωή, οι γυναίκες με το «Σύνδρομο της Γουέντι» συχνά βρίσκονται σε σχέσεις, όπου αναλαμβάνουν τον ρόλο της «μητέρας», προσπαθώντας να «σώσουν» τον σύντροφό τους, ή φροντίζουν τους γύρω τους, παραμελώντας τις δικές τους ανάγκες και επιθυμίες.

Αυτό το φαινόμενο μπορεί να δημιουργήσει ανισορροπία στις σχέσεις και να οδηγήσει σε συναισθηματική εξάντληση και απογοήτευση, καθώς οι γυναίκες που επηρεάζονται από το «Σύνδρομο της Γουέντι» συχνά παραμένουν σε σχέσεις με άτομα, που δεν είναι έτοιμα, ή πρόθυμα να αναλάβουν τις ευθύνες τους.

Η IKEA υποδέχεται το κατάστημα Πλαίσιο στο Εμπορικό Πάρκο Αεροδρομίου



Η IKEA, εταιρεία του Ομίλου Fourlis, καλωσόρισε στο ανανεωμένο της κατάστημα IKEA Αεροδρόμιο, στο Εμπορικό Πάρκο Αεροδρομίου, ένα νέο κατάστημα Πλαίσιο, που ήρθε να εγκατασταθεί δίπλα στην INTERSPORT και την Holland & Barrett, δημιουργώντας μία μοναδική αγοραστική εμπειρία.

Τα καταστήματα συστεγάζονται σε έναν αναδιαμορφωμένο χώρο, απασχολώντας πάνω από τριακόσιους εργαζόμενους.

Η Πλαίσιο άνοιξε το μεγαλύτερο και πιο πλήρες κατάστημά της, εντός του Εμπορικού Πάρκου Αεροδρομίου, μεγιστοποιώντας έτσι την παρουσία της στην Ανατολική Αττική. Στο κατάστημα αυτό, παρουσιάζεται για πρώτη φορά στο σύνολό της, η

εξελιγμένη και σύγχρονη προσέγγιση της Πλαίσιο στον τομέα του λιανικού εμπορίου.

Το νέο κατάστημα INTERSPORT στο Εμπορικό Πάρκο Αεροδρομίου, αποτελεί το 61ο κατάστημα του δικτύου INTERSPORT και έναν ιδανικό προσορισμό για όλες τις ανάγκες γύρω από τον αθλητισμό και τα αθλητικά είδη αλλά και πολλές άλλες lifestyle επιλογές των επισκεπτών του.

Η Holland & Barrett, η Νο1 αλυσίδα για Βιταμίνες και Συμπληρώματα στην Αγγλία, καλωσορίζει το 10ο κατάστημά της στην Ελλάδα και παρουσιάζει στο κοινό του Αεροδρομίου, και όχι μόνο, την ολοκληρωμένη σειρά καινοτόμων βιταμινών & συμπληρωμάτων διατροφής, αθλητικών συμπληρωμάτων, φυσικών προϊόντων ομορφιάς και τρόφιμων θροφημάτων που διαθέτει, με κύριο στόχο να κάνει την Υγεία και την Ευεξία τρόπο ζωής για όλους, προσθέτοντας ποιοτικά χρόνια στη ζωή μας.

F.Y.I.

ΑΒ Βασιλόπουλος: Ενημέρωση για ψεύτικη σελίδα και παραπλανητικό διαγωνισμό στο Facebook



Η εταιρεία ΑΒ Βασιλόπουλος ενημερώνει ότι δεν έχει καμία απολύτως σχέση με τη σελίδα [AB-Βασιλόπουλος](https://www.facebook.com/ab.vassilopoulos.sa) στο Facebook, η οποία οικειοποιείται την επωνυμία της ΑΒ Βασιλόπουλος και προωθεί ψευδείς διαγωνισμούς με διάφορα έπαθλα και δώρα, αποστέλλοντας παραπλανητικά μηνύματα στους χρήστες ότι έχουν κερδίσει μετρητά και τελευταία μοντέλα συσκευών κινητής τεχνολογίας γνωστών εταιρειών.

Οποιαδήποτε προωθητική ενέργεια ή διαγωνισμός που διοργανώνει η ΑΒ Βασιλόπουλος, πραγματοποιείται αποκλειστικά μέσω των επίσημων ηλεκτρονικών καναλιών της εταιρείας και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης:

Επίσημη ιστοσελίδα: <https://www.ab.gr/>

Facebook: <https://www.facebook.com/ab.vassilopoulos.sa>

Instagram: <https://www.instagram.com/abvassilopoulos/>

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/ab-vassilopoulos/>

Αξίζει να σημειωθεί πως οι σελίδες της εταιρείας σε Facebook και Instagram (META) διαθέτουν το μπλε σήμα επαλήθευσης, υποδεικνύοντας πως έχουν ελεγχθεί από το τη META και αποτελούν επιβεβαιωμένα αυθεντική εκπροσώπηση της εταιρείας.

Γιατί τα Πρώτα Έθνη της Αυστραλίας θύμωσαν με τον Τζέιμι Όλιβερ



Το παιδικό μυθιστόρημα «Billy and the Epic Escape» του διάσημου σεφ Τζέιμι Όλιβερ, που κυκλοφόρησε νωρίτερα φέτος και εκτείνεται σε 400 σελίδες, ακολουθεί την ιστορία μιας Αβορίγινας νεαρής κοπέλας με υπερφυσικές δυνάμεις, η οποία ζει σε ανάδοχη οικογένεια και απαγάγεται από το σπίτι της στην κεντρική Αυστραλία.

Το βιβλίο προκάλεσε αντιδράσεις από μέλη των Πρώτων Εθνών της Αυστραλίας, οι οποίοι το θεώρησαν «προσβλητικό» και κατηγόρησαν τον συγγραφέα για γλωσσικά λάθη, ενώ τόνισαν πως ενισχύει τα στερεότυπα και υποβαθμίζει τις εμπειρίες των Ιθαγενών λαών, διαγράφοντας την πραγματικότητα και τις πολιτιστικές τους παραδόσεις.

Ο Τζέιμι Όλιβερ, που βρισκόταν στην Αυστραλία για την προώθηση του νέου βιβλίου μαγειρικής του, ζήτησε συγγνώμη για τον πόνο που προκάλεσε, δηλώνοντας πως ήταν «συντετριμμένος» από τις αντιδράσεις. «Ποτέ δεν ήταν η πρόθεσή μου να διαστρεβλώσω αυτό το τόσο ευαίσθητο θέμα», δήλωσε.

Η εκδοτική εταιρεία Penguin Random House UK ανέφερε ότι ο Όλιβερ είχε ζητήσει να συμβουλευτούν Αβορίγινες για το βιβλίο, ωστόσο μια «συντακτική παράλειψη» εμπόδισε αυτή την επικοινωνία.

Ένα από τα μεγαλύτερα παράπονα αφορά στην παρουσίαση της ηρωίδας, η οποία έχει την ικανότητα να διαβάζει τις σκέψεις και να επικοινωνεί με ζώα και φυτά, κάτι που υποτίθεται ότι είναι μέρος της «παράδοσης των Ιθαγενών».

Η Sharon Davis, εκπρόσωπος του εθνικού εκπαιδευτικού οργανισμού των Πρώτων Εθνών, χαρακτήρισε αυτή την

απεικόνιση ως υπεραπλουστευτική και υποτιμητική, αφού παραβλέπει την πολυπλοκότητα και την ποικιλία των συστημάτων πίστης των Ιθαγενών.

Η πλοκή της απαγωγής της νεαρής κοπέλας θεωρήθηκε επίσης επιπόλαιη, με την ηγέτιδα της κοινότητας, Sue-Anne Hunter, να σημειώνει ότι θίγει τον πόνο που σχετίζεται με την ιστορική πολιτική της «Γενιάς των Κλεμμένων», όταν χιλιάδες παιδιά των Αβορίγινων και των νησιωτών του Torres Strait απομακρύνθηκαν βίαια από τις οικογένειές τους για δεκαετίες.

Επιπλέον, η χρήση της διάλεκτου των Gamilaraay, της γλώσσας των λαών της Νέας Νότιας Ουαλίας και του Κουίνσλαντ, προκάλεσε αντιδράσεις, καθώς σύμφωνα με τη Davis, αυτό δείχνει την πλήρη άγνοια των σημαντικών διαφορών μεταξύ των γλωσσών και των πολιτισμών των Πρώτων Εθνών.

Τέλος, και η συγγραφέας και εκδότρια Anita Heiss από τον λαό Wiraduyur, ανέφερε στον Guardian Australia: «Δεν υπάρχει χώρος στην αυστραλιανή εκδοτική βιομηχανία (ή αλλού) για την αφήγηση των ιστοριών μας από συγγραφείς, που δεν έχουν καμία πραγματική σύνδεση με τους ανθρώπους και τον πολιτισμό που περιγράφουν, ειδικά μέσα από μια αποικιοκρατική σκοπιά».

Ο Τζέιμι Όλιβερ ανακοίνωσε την απόσυρση του βιβλίου σε παγκόσμιο επίπεδο, ενώ η Penguin Random House UK δήλωσε: «Κατανοούμε ότι τα εκδοτικά μας πρότυπα απέτυχαν σε αυτήν την περίπτωση και είναι επιτακτικό να μάθουμε από το λάθος μας».



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



Γιατί τα αυτοάνοσα προτιμούν τις γυναίκες;

Υπεύθυνο το επιπλέον χρωμόσωμα X – Ερευνητές του Στάνφορντ δίνουν ελπίδα γονιδιακής αντιμετώπισης

Η λεύκη, ο λύκος, η ρευματοειδής αρθρίτιδα, η σκλήρυνση κατά πλάκας και πολλά ακόμη αυτοάνοσα νοσήματα ταλαιπωρούν από 24 έως 50 εκατομμύρια Αμερικανούς, ενώ σχεδόν 4 στους 5 ασθενείς είναι γένους θηλυκού, σύμφωνα με τους "The New York Times".

Πολύ μεγαλύτερες πιθανότητες έχουν οι γυναίκες να εμφανίσουν αυτοάνοσα νοσήματα από ό,τι οι άνδρες, ενώ νέα έρευνα ρίχνει φως στο φαινόμενο αυτό. Όλα οφείλονται στο επιπλέον χρωμόσωμα X που διαθέτουν οι γυναίκες, σύμφωνα με ερευνητές του Πανεπιστημίου του Στάνφορντ, η μελέτη των οποίων μπορεί να οδηγήσει στην καλύτερη διάγνωση και θεραπεία σωρείας ασθενειών.

"Η μελέτη αλλάζει ριζικά τον τρόπο σκέψης μας για την αυτοάνοση διαδικασία και ειδικά για τη διαφοροποίηση ανδρών – γυναικών". Πάνω από 24 εκατομμύρια Αμερικανοί, ενδεχομένως έως και 50 εκατομμύρια σύμφωνα με ορισμένες εκτιμήσεις, πάσχουν από αυτοάνοσο νόσημα, όπως ο λύκος, η λεύκη, η ρευματοειδής αρθρίτιδα, η σκλήρυνση κατά πλάκας και πολλά άλλα, ενώ σχεδόν 4 στους 5 ασθενείς είναι γυναίκες.

Μία θεωρία θέλει το χρωμόσωμα X να ευθύνεται για αυτό

Οι γυναίκες διαθέτουν δύο χρωμοσώματα X, ενώ οι άνδρες ένα X και ένα Y.

Η νέα μελέτη, που δημοσιεύθηκε στην επιστημονική επιθεώρηση Cell, δείχνει ότι το επιπλέον X χρωμόσωμα σχετίζεται με αυτή την ανοσολογική ιδιαιτερότητα των γυναικών.

Το ανθρώπινο DNA μέσα σε κάθε κύτταρο περιέχεται σε 23 ζεύγη χρωμοσωμάτων, με το τελευταίο ζεύγος να καθορίζει το φύλο. Το χρωμόσωμα X περιέχει εκατοντάδες





γονίδια, πολύ περισσότερα από το πολύ μικρότερο χρωμόσωμα Υ των ανδρών. Κάθε γυναικείο κύτταρο πρέπει να απενεργοποιήσει ένα από τα αντίγραφα χρωμοσώματος Χ, προκειμένου να αποφύγει τοξική διπλή δόση των γονιδίων αυτών.

Η λεγόμενη απενεργοποίηση χρωμοσώματος Χ πραγματοποιείται χάρη σε ειδικό αγγελιαφόρο RNA, το Xist. Αυτή η μακρά αλυσίδα RNA εγκαθίσταται δίπλα στο επιπλέον χρωμόσωμα Χ, προσελκύει πρωτεΐνες ικανές να προσδένονται σε αυτό και απενεργοποιεί έτσι το χρωμόσωμα. Από ερευνητές εντοπίστηκαν οι πρωτεΐνες αυτές και διαπιστώθηκε ότι πολλές σχετίζονται με δερματικές αυτοάνοσες παθήσεις. Τα ανοσοποιητικά συστήματα των ασθενών αυτών επιτίθεντο κατά λάθος σε υγιείς πρωτεΐνες.

«Αυτό οδήγησε στην σκέψη ότι η πρωτεΐνη Xist, που υπάρχει μόνο σε γυναίκες, ίσως να έχει την ικανότητα να οργανώνει τις πρωτεΐνες έτσι ώστε αυτές να κινητοποιούν το ανοσοποιητικό».

Η Xist, όμως, δεν μπορεί να προκαλεί από μόνη της αυτοάνοσα, καθώς τότε θα έπασχαν όλες οι γυναίκες. Η επιστημονική ομάδα κατέληξε στο συμπέρασμα ότι η εμφάνιση αυτοάνοσων νοσημάτων προϋποθέτει συνδυασμό παραγόντων, όπως γενετική προδιάθεση μαζί με εξωτερικό ερέθισμα –μόλυνση ή τραύμα–, που προκαλούν οξεία αντίδραση του ανοσοποιητικού.

Παρότι η έρευνα βρίσκεται σε αρχικό στάδιο, μπορεί «να περιορίσει τον χρόνο διάγνωσης ασθενών οι οποίοι εμφανίζουν διαφορετική κλινική και ανοσολογική εικόνα».

«Μπορεί να υπάρχουν αυτοάνοσες ιδιότητες στην πρωτεΐνη Α, ενώ άλλος ασθενής ίσως να διαθέτει τέτοιες ιδιότητες στις πρωτεΐνες Γ και Δ. Γνωρίζοντας όμως ότι όλες αποτελούν μέρος του ευρύτερου συμπλέγματος Xist, επιτρέπει στον ιατρικό κόσμο να αναζητήσει και να εντοπίσει με μεγαλύτερη ακρίβεια συμπτώματα της νόσου. Ένα σημαντικό κομμάτι του βιολογικού παζλ έχει λυθεί».



Η Νερά Πηγών Γράμμου δίπλα στην Εταιρεία Alzheimer Αθηνών



ΦΥΣΙΚΟ ΜΕΤΑΛΛΙΚΟ ΝΕΡΟ
ARRENA

Η Νερά Πηγών Γράμμου στηρίζει το έργο της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών, του μη κερδοσκοπικού οργανισμού που εδώ και 20 χρόνια προσφέρει ουσιαστική βοήθεια σε άτομα με άνοια και τους φροντιστές τους στην Ελλάδα. Μέσω της λειτουργίας Κέντρων Ημέρας στην Αττική και Συμβουλευτικών Σταθμών σε όλη τη χώρα, η Εταιρεία Alzheimer Αθηνών προωθεί μια κοινωνία φιλική προς την άνοια, όπου η Τρίτη Ηλικία αντιμετωπίζεται με σεβασμό.

Η Νερά Πηγών Γράμμου συμβάλλει έμπρακτα, προσφέροντας κάθε μήνα δωρεάν Φυσικό Μεταλλικό Νερό ARRENA για τις ανάγκες των Κέντρων Ημερήσιας Φροντίδας, των Συμβουλευτικών Σταθμών και των εκδηλώσεων της Εταιρείας Alzheimer Αθηνών. Αυτή η υποστήριξη αποτελεί μέρος της δέσμευσης της Νερά Πηγών Γράμμου να στηρίζει την κοινωνία και να είναι δίπλα σε οργανισμούς που φροντίζουν την Τρίτη Ηλικία και τους ευάλωτους συμπολίτες μας.

Health News

ΒΙΟΙΑΤΡΙΚΗ: Νέα Επένδυση σε Υπερσύγχρονους Υπερηχογράφους με Τεχνητή Νοημοσύνη

Η ΒΙΟΙΑΤΡΙΚΗ προχωρά σε μια νέα επένδυση στην αιχμή της τεχνολογίας με την προμήθεια των υπερσύγχρονων υπερηχογράφων Acuson Sequoia από την Siemens Healthineers. Η στρατηγική αυτή κίνηση επιβεβαιώνει τη δέσμευση του Ομίλου για την παροχή υψηλής ποιότητας υπηρεσιών υγείας και ενισχύει την ικανότητά του να προσφέρει ακριβείς διαγνώσεις μέσω καινοτόμων λύσεων.

Οι νέοι υπερηχογράφοι διαθέτουν τεχνητή νοημοσύνη (AI), βελτιώνοντας την ακρίβεια των διαγνώσεων και μειώνοντας τον χρόνο εξέτασης. Η τεχνολογία BioAcoustic Technology προσαρμόζει την ακουστική ενέργεια στο βιολογικό περιβάλλον του κάθε ασθενούς, παρέχοντας εξατομικευμένες εικόνες υψηλής ποιότητας, λαμβάνοντας υπόψη ανατομικές διαφοροποιήσεις και άλλους σημαντικούς παράγοντες.

«Η εισαγωγή αυτών των κορυφαίων υπερηχογράφων ενισχύει την ικανότητά μας να παρέχουμε διαγνωστικές υπηρεσίες αιχμής», δήλωσε ο κ. Μιχαήλ Θεοδωρίδης, Chief Medical Officer της ΒΙΟΙΑΤΡΙΚΗΣ. Με αυτή την επένδυση, η ΒΙΟΙΑΤΡΙΚΗ επιβεβαιώνει την προσηλωσή της στη συνεχή αναβάθμιση των υπηρεσιών της, για την καλύτερη υποστήριξη των εξεταζομένων και της ιατρικής κοινότητας.



Watsu: Το νέο trend wellness, που προσφέρει χαλάρωση στο νερό



Η Watsu therapy (Water Shiatsu) είναι μια θεραπευτική μέθοδος, που συνδυάζει τεχνικές του Shiatsu, μιας μορφής ιαπωνικού μασάζ, με το περιβάλλον του ζεστού νερού και τον τελευταίο καιρό αποτελεί τη νέα τάση, με όλο και περισσότερους ανθρώπους να την επιλέγουν.

Ποια είναι η ιστορία της Watsu και πώς λειτουργεί

Η λέξη "Watsu" προέρχεται από τον συνδυασμό των λέξεων "Water" (νερό) και "Shiatsu" (τεχνική πίεσης) και αναφέρεται σε μια σειρά θεραπευτικών πρακτικών, που περιλαμβάνουν ήπιες κινήσεις του σώματος μέσα στο νερό, με στόχο την ανακούφιση από το άγχος, τη χαλάρωση και τη βελτίωση της ευεξίας.

Η θεραπεία, διάρκειας συνήθως 60 ή 90 λεπτών, αναπτύχθηκε από τον Howard Dull τη δεκαετία του '80. Κατά τη διάρκεια μιας συνεδρίας Watsu, ο θεραπευτής υποστηρίζει το σώμα του ασθενούς μέσα στο νερό και τον καθοδηγεί μέσω αργών, ρυθμικών κινήσεων και πιέσεων. Το ζεστό νερό διευκολύνει την κίνηση των μυών και επιτρέπει την πλήρη χαλάρωση του σώματος.

Ποιους ωφελεί περισσότερο

Η Watsu προσφέρει πολλά οφέλη για το σώμα και το μυαλό. Αρχικά, μπορεί να μειώσει το άγχος και προάγει τη χαλάρωση, καθώς η θερμοκρασία του νερού και οι ήπιες κινήσεις βοηθούν στην αποφόρτιση της έντασης. Επιπλέον,

η μέθοδος αυτή είναι αποτελεσματική στην ανακούφιση από μυϊκούς πόνους και εντάσεις, καθώς το νερό προσφέρει στήριξη, διευκολύνοντας την απελευθέρωση από την πίεση που προκαλείται από τη βαρύτητα.

Η Watsu είναι ευεργετική για άτομα με αρθρίτιδα, αφού οι κινήσεις στο νερό ενισχύουν την κινητικότητα των αρθρώσεων, χωρίς να προκαλούν άμεση πίεση ή πόνο. Παράλληλα, η θεραπεία μπορεί να βελτιώσει τη κυκλοφορία του αίματος και της λέμφου, κάτι που συμβάλλει στην ενίσχυση της γενικής υγείας και ευεξίας.

Το νερό βοηθά στην αναζωογόνηση του σώματος και προσφέρει συναισθηματική ανακούφιση, ενισχύοντας τη γενική αίσθηση ευεξίας. Τέλος, το Watsu ωφελεί ιδιαίτερα άτομα με αθλητικούς τραυματισμούς, μετατραυματικό στρες ή ευαισθησία στην αφή.

Τι πρέπει να προσέχετε

Ωστόσο, υπάρχουν κάποιες παράμετροι, που πρέπει να ληφθούν υπόψη. Ενώ το Watsu μπορεί να είναι θεραπευτικό για πολλούς, θα πρέπει να διεξάγεται μόνο από πιστοποιημένο θεραπευτή.

Άτομα με καρδιαγγειακές παθήσεις, εγκυμονούσες γυναίκες, καθώς και άτομα με λοιμώξεις ή ανοιχτές πληγές πρέπει να συμβουλευόνται τον γιατρό τους πριν από τη συμμετοχή σε μια συνεδρία Watsu. Επίσης, όσοι πάσχουν από σοβαρές νευρολογικές ή μυϊκές παθήσεις μπορεί να χρειάζονται ιατρική έγκριση για τη θεραπεία αυτή.

Τιμή ρεκόρ για το πρώτο έργο τέχνης από ανθρωποειδές ρομπότ

Το πρώτο έργο τέχνης, που δημιουργήθηκε από ανθρωποειδές ρομπότ και πουλήθηκε σε πλειστηριασμό, πέτυχε μια εξαιρετική τιμή. Πρόκειται για το πορτρέτο του Άλαν Τούρινγκ, του διάσημου Άγγλου μαθηματικού και πατέρα της πληροφορικής, το οποίο κατακυρώθηκε στον οίκο δημοπρασιών Sotheby's για 1 εκατομμύριο ευρώ.

Το έργο, με τίτλο «A.I. God» (Θεός της Τεχνητής Νοημοσύνης), δημιουργήθηκε από το Ai-Da, το πρώτο ανθρωποειδές ρομπότ, που χρησιμοποιεί τεχνητή νοημοσύνη για να παράγει έργα τέχνης με απόλυτη αυτονομία.

Το Ai-Da διαθέτει βιονικά χέρια και κάμερες στα μάτια του, επιτρέποντάς του να δημιουργεί πίνακες και γλυπτά, αποδίδοντας με εξαιρετική ακρίβεια τις λεπτομέρειες. Το ρομπότ δεν απαιτεί ανθρώπινη παρέμβαση για την παραγωγή των έργων του, γεγονός που το καθιστά πρωτοποριακό στον τομέα της τέχνης.

Το πορτρέτο του Άλαν Τούρινγκ, που αναπαριστά τον επιστήμονα με σκοτεινές και έντονες γραμμές, αναδεικνύει τις ανησυχίες του για τις ηθικές και κοινωνικές συνέπειες της τεχνητής νοημοσύνης, τις οποίες είχε εκφράσει ήδη από τη δεκαετία του 1950.

Η δημοπρασία ξεπέρασε κάθε προσδοκία, με το έργο να πωλείται τελικά για 1,08 εκατομμύρια δολάρια, αποδεικνύοντας τη συνάντηση της τέχνης και της τεχνολογίας. Ο δημιουργός του Ai-Da, Έινταν Μέλερ, τόνισε πως το έργο στοχεύει να προκαλέσει διάλογο για την επίδραση της τεχνητής νοημοσύνης στην κοινωνία και τις παγκόσμιες επιπτώσεις της.



Το μεγαλύτερο ξενοδοχείο κτίριο σε σχήμα κόκορα στον κόσμο βρίσκεται στις Φιλιππίνες!

SAY *yes* & get impressed



Το Campuestohan Highland Resort, στην επαρχία Negros Occidental των Φιλιππίνων, κατέκτησε πρόσφατα το Ρεκόρ Γκίνες για το μεγαλύτερο κτίριο σε σχήμα κόκορα. Με ύψος 114 πόδια και 7 ίντσες, το εντυπωσιακό «Ξενοδοχείο Κόκορας» δεσπόζει στην περιοχή, τραβώντας την προσοχή όλων.

Ο διευθυντής του θέρετρου, Ricardo Cano Gwapo Tan, ανέφερε ότι ήθελε να δημιουργήσει κάτι μοναδικό που να τιμά την τοπική κουλτούρα, καθώς η εκτροφή κοκοριών για αγώνες αποτελεί σημαντικό κομμάτι της οικονομίας της περιοχής. Το ξενοδοχείο διαθέτει 15 δωμάτια με κλιματισμό, σχεδιασμένα για να φιλοξενήσουν τόσο τουρίστες όσο και ντόπιους που θέλουν να βιώσουν κάτι ξεχωριστό.

Η κατασκευή του ξεκίνησε τον Ιούνιο του 2023 και ολοκληρώθηκε τον Σεπτέμβριο, και πλέον αποτελεί σύμβολο της περιοχής, συνδυάζοντας την πολιτιστική παράδοση με την εντυπωσιακή αρχιτεκτονική.

Το Bagatelle Athens έρχεται στην Astir Marina Βουλιαγμένης



Ο Αστέρας Βουλιαγμένης, σε συνεργασία με την Bagatelle Group και την 7Management, ανακοινώνει με υπερηφάνεια την άφιξη του Bagatelle Athens στην Astir Marina Βουλιαγμένης. Το διάσημο παγκοσμίως εστιατόριο και club, γνωστό για τη γαλλική του αύρα και το πνεύμα ανεμελιάς, ετοιμάζεται να προσφέρει μια νέα, πολυτελή εμπειρία στην καρδιά της Βουλιαγμένης.

Το Bagatelle Athens, προσαρμοσμένο στο μοναδικό περιβάλλον της Astir Marina, αναμένεται να μαγνητίσει τους

επισκέπτες με την αυθεντική του γαλλική κουζίνα και μια διακριτική ελληνική πινελιά, ενώ θα διαθέτει και ένα δυναμικό πρόγραμμα ψυχαγωγίας με resident DJs και guest performers. Ο χώρος του εστιατορίου, με εκλεπτυσμένη αισθητική και ζωντανή ατμόσφαιρα, ενσωματώνει την κομψότητα και τον παγκόσμιο χαρακτήρα του Bagatelle, προσφέροντας ένα ιδανικό σκηνικό για αξέχαστες, κοσμοπολίτικες βραδιές.

Με την υποστήριξη του Δήμου Βάρης-Βούλας-Βουλιαγμένης, το Bagatelle Athens φέρνει μια νέα διάσταση στη γαστρονομική και πολιτιστική σκηνή της περιοχής, αποτελώντας το απόλυτο σημείο συνάντησης για γευστικές απολαύσεις και πολυτελείς στιγμές.

Μακαρονάδα με Bubble Tea; Το νέο viral πιάτο που διχάζει το Βιετνάμ!

SAY *yes* & get impressed

Ένα εστιατόριο στη Χανόι στο Βιετνάμ, το Yu Tang, έγινε viral για το νέο, ανατρεπτικό του πιάτο: μακαρονάδα με bubble tea και μοσχαρίσιο κρέας! Σε μια προσπάθεια να αξιοποιήσει την τεράστια δημοτικότητα του bubble tea, το Yu Tang παρουσίασε αυτόν τον ασυνήθιστο συνδυασμό, προκαλώντας ανάμεικτες αντιδράσεις στα social media.

Το πιάτο αποτελείται από ζωμό λαχανικών, μαύρο τσάι, φρέσκο γάλα, noodles, μαργαριτάρια ταπιόκας και κομμάτια μοσχαρίσιου κρέατος.



Η γεύση; Όπως λένε οι δημιουργοί περιεχομένου, είναι τόσο περίεργη όσο ακούγεται! Αν και κάποιοι βρίσκουν τη γεύση παρόμοια με το milk tea χωρίς την έντονη γλυκύτητά του, άλλοι αναφέρουν ότι οι υφές δεν συνδυάζονται αρμονικά. "Δεν είναι τόσο αηδιαστικό όσο νομίζετε, αλλά δεν εντυπωσιάζει," σχολίασε ο vlogger Duc Anh.

Αν πάντως βρεθείτε στη Χανόι και θέλετε να δοκιμάσετε, επισκεφθείτε το Yu Tang και ετοιμαστείτε να πληρώσετε περίπου μόλις 4 δολάρια. Για τους τολμηρούς που κάνουν check-in στα social media, υπάρχει και έκπτωση 20%!

Η Τρικαλινός χορηγός στο Διεθνές Συνέδριο για τη Μεσογειακή Διατροφή στο Ηράκλειο



Η Τρικαλινός Αυγοτάραχο συμμετείχε ως χορηγός στο πρόσφατο Διεθνές Συνέδριο για τη Μεσογειακή Διατροφή και την επίδρασή της σε διάφορες παθήσεις, που πραγματοποιήθηκε στο Ηράκλειο Κρήτης. Η εκδήλωση συγκέντρωσε ερευνητές από όλο τον κόσμο και ανέδειξε τη σημασία της μεσογειακής διατροφής για την υγεία.

Η Τρικαλινός, πιστή στη δέσμευσή της για την προώθηση της υγιεινής διατροφής, υποστήριξε το συνέδριο αυτό, αναδεικνύοντας την αξία του αυγοτάραχου ως σημαντικού στοιχείου της μεσογειακής διατροφής. Χάρη στις καινοτόμες μεθόδους επεξεργασίας και τις αυστηρά πιστοποιημένες παραγωγικές διαδικασίες της εταιρίας, το Trikalinos Αυγοτάραχο έχει αποδεδειγμένη διατροφική αξία, συμβάλλοντας στην ενίσχυση της καρδιαγγειακής υγείας, όπως επιβεβαιώνουν επιστημονικές μελέτες που έχουν δημοσιευτεί σε διεθνή ιατρικά περιοδικά.

Κατά το εναρκτήριο δείπνο, όπου παρέστη και ο

Πατριάρχης Αλεξανδρείας και πάσης Αφρικής, οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να γευτούν το Trikalinos Αυγοτάραχο, αναγνωρίζοντας την εξαιρετική του γεύση και διατροφική ποιότητα.

Η εταιρία Τρικαλινός συνεχίζει να στηρίζει με συνέπεια πρωτοβουλίες που προάγουν την υγεία και τη διατροφική ευεξία, υπογραμμίζοντας τη δέσμευσή της στη βιώσιμη ανάπτυξη και στην ανάδειξη της εθνικής γαστρονομικής κληρονομιάς.

Ήξερες ότι...

Ο Sokusekissai Oyama είναι ο Βασιλιάς των Noodles

Ο Sokusekissai Oyama, γνωστός και ως ο «Βασιλιάς των Instant Ramen» της Ιαπωνίας, έχει χτίσει μια επικερδή καριέρα με το να τρώει καθημερινά instant noodles για πάνω από τρεις δεκαετίες. Στην Ιαπωνία, τα instant noodles, γνωστά ως cup noodles, είναι τεράστια υπόθεση. Υπάρχουν εκατοντάδες είδη, από φθηνές επιλογές μέχρι γκουρμέ με αποξηραμένο κρέας και λαχανικά.

Ο 65χρονος Oyama, πρώην εικονογράφος με πτυχίο μηχανικής, άφησε την καριέρα του για να ακολουθήσει το πάθος του: την κριτική των cup noodles. Ισχυρίζεται ότι έχει φάει πάνω από 10.000 κούπες noodles και διαθέτει συλλογή με πάνω από 6.000 συσκευασίες. Η μεγάλη του στιγμή ήρθε το 1995, όταν κέρδισε το Instant Noodle Championship στο TV Tokyo, κάτι που τον έκανε διάσημο. Το 2018, του απονεμήθηκε ο τίτλος του Cup Ramen Arrangement King, βελτιώνοντας noodles με προσθήκη υλικών.

Με την τεράστια εμπειρία του, ο Oyama είναι πλέον επαγγελματίας κριτικός cup noodles, κάνει συχνές εμφανίσεις στην τηλεόραση, και απαντά σε ερωτήσεις στα social media, ενώ παραμένει υγιής, παρά τη διατροφή του που βασίζεται στα noodles.





Πανόραμα τέχνης στη δημοπρασία Νεοελληνικής Ζωγραφικής & Γλυπτικής 19ου 20ου αιώνα

Η VERGOS Auctions, που φέτος γιορτάζει 35 χρόνια στον χώρο των ελληνικών δημοπρασιών, ολοκληρώνει την επετειακή της χρονιά με μια σημαντική δημοπρασία Νεοελληνικής Ζωγραφικής & Γλυπτικής του 19ου και 20ού αιώνα. Η δημοπρασία θα πραγματοποιηθεί την Τετάρτη 11 Δεκεμβρίου, στις 6:00 μ.μ., στο Ζάππειο Μέγαρο, με 153 έργα που εκπροσωπούν ένα ευρύ φάσμα καλλιτεχνικών κινημάτων.

Τα έργα θα παρουσιαστούν σε τριήμερη έκθεση, από 8 έως 10 Δεκεμβρίου, με ελεύθερη είσοδο για το κοινό. Στη δημοπρασία ξεχωρίζει το «Ο Όρθρος» του Νικηφόρου Λύτρα, που είχε πρωτοπαρουσιαστεί στο Ζάππειο πριν από 117 χρόνια, καθώς και το «Ιστιοφόρο» του Κωνσταντίνου Βολανάκη και το «Θυμητικό Θεσσαλονίκης» του Κωνσταντίνου Μαλέα.

Η συλλογή περιλαμβάνει, επίσης, έργα μεγάλων Ελλήνων ζωγράφων και γλυπτών, όπως οι Θεόφιλος, Γιάννης Τσαρούχης, Αλέκος Φασιανός και Γιαννούλης Χαλεπάς, μεταξύ άλλων, προσφέροντας στους συλλέκτες μια μοναδική ευκαιρία απόκτησης εμβληματικών έργων τέχνης.

Έκθεση ανοιχτή για το κοινό - Ζάππειο Μέγαρο

Κυριακή, 8 Δεκεμβρίου, 12:00 μ.μ. έως 9:00 μ.μ.

Δευτέρα, 9 Δεκεμβρίου, 10:00 π.μ. έως 9:00 μ.μ.

Τρίτη, 10 Δεκεμβρίου, 10:00 π.μ. έως 9:00 μ.μ.

Παρουσίαση του βιβλίου της Νανάς Συγκούνα, με τίτλο «Μάστερ στην εφηβεία»



Την Πέμπτη 14 Νοεμβρίου, στις ώρα 19.30 η Αλυσίδα Πολιτισμού IANOS και οι Εκδόσεις The Law of Success Publishing, διοργανώνουν παρουσίαση του βιβλίου της Νανάς Συγκούνα, με τίτλο «Μάστερ στην εφηβεία».

Η συγγραφέας θα μας μιλήσει για το πώς μπορούμε να βοηθήσουμε τα παιδιά και τους εφήβους να σκέφτονται διαφορετικά, να διαχειρίζονται τα συναισθήματα και τους φόβους τους, και να αναπτύσσουν υγιείς σχέσεις.

Για το βιβλίο θα μιλήσουν οι:

Σοφία Ζαχαράκη, Υπουργός Κοινωνικής Συνοχής και οικογένειας της Ελλάδας

Νίκος Μιχαλόπουλος, Συγγραφέας-Πρωταθλητής ακοντισμού Νανά Συγκούνα, συγγραφέας του βιβλίου

Σάντρα Τσιλιγερίδου Ψυχοθεραπεύτρια -θεραπεύτρια ζεύγους και οικογένειας-αναλύτρια ομάδας

Δέσποινα Μαλλίδου Εκπαιδευτικός-συγγραφέας- εκπαιδευτρια εκπαιδευτικών

Νάνσυ Μητροπούλου, δημοσιογράφος, αρχισυντάκτρια travel.gr-Πρώτο Θέμα Συντονίστρια της παρουσίασης-συζήτησης.

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στον ΙΑΝΟ της Αθήνας (Σταδίου 24) και η εκδήλωση θα προβάλλεται ζωντανά στο κανάλι YouTube του ΙΑΝΟΥ.

Λίγα λόγια για το βιβλίο

Η 16χρονη Έμιλυ ζει στη Σαντορίνη και ονειρεύεται να γίνει σεφ! Το πρώτο της βήμα; Το Παρίσι και η ακαδημία μαγειρικής «artdelacuisine». Εκεί, μαθαίνει να ξεπερνά τα εμπόδια και να πετυχαίνει τους στόχους της, εξερευνώντας παράλληλα τις γεύσεις της γαλλικής γαστρονομίας.

ΜΑΡΙΑ ΣΚΙΑΔΑΡΕΣΗ

Αντιγόνη απ' το Πουσκάρ

ΜΤΘΙΣΤΟΡΗΜΑ



Αντιγόνη απ' το Πουσκάρ

Μια εξαφάνιση, ένας φόνος, ένα απρόοπτο τέλος. Στη Βοιωτία, σήμερα. Γη που αχνίζει από το κάρπισμα, την κούραση, τον ιδρώτα, αλλά και γη όπου φυτρώνει το ζιζάνιο του εύκολου κέρδους και της εγκατάλειψης.

Ένας Ινδός εργάτης, που βρήκε κατανόηση και αγάπη από τον άνθρωπο που του έδωσε δουλειά. Ένας αστυνομικός, που ψάχνει στ' αλήθεια να βρει απαντήσεις, όμως οι περιστάσεις τον εμποδίζουν. Ένας απαγορευμένος έρωτας, που φυτεύει την ελπίδα για ένα καλύτερο αύριο. Και μια νέα γυναίκα, που υψώνει αναστήμα και αποχαιρετά τον αδελφό της με τον τρόπο που πιστεύει πως του αρμόζει, όπως ακριβώς πριν από αιώνες, στα ίδια χώματα, η Αντιγόνη αποχαιρέτησε τον δικό της αδερφό, αψηφώντας τους κινδύνους.

Εγκλήματα και τιμωρίες, υποταγμένα όλα στη θεά Ανάγκη, μάνα της Ειμαρμένης.

Πόση γη χρειάζεται ο άνθρωπος;

ΛΕΩΝ ΤΟΛΣΤΟΪ

ΠΟΣΗ ΓΗ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ;

Ο ΘΑΝΑΤΟΣ ΤΟΥ ΙΒΑΝ ΙΛΙΤΣ

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ - ΕΠΙΜΕΤΡΟ:
ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥΠΡΟΛΟΓΟΣ:
ΑΘΩΣ ΔΗΜΟΥΛΑΣ

Το πρώτο έργο "Πόση γη χρειάζεται ο άνθρωπος" έχει ως θέμα την απληστία και την ακόρεστη ματαιοδοξία του ανθρώπου να αποκτήσει όσο το δυνατόν περισσότερα. Ο συγγραφέας, με λιτό, απéritτο ύφος και ρυθμό που μαγνητίζει, καταγράφει τις περιπέτειες του αγρότη Παχόμ στις επαρχίες της προεπαναστατικής Ρωσίας, στην υπεράνθρωπη προσπάθειά του να αποκτήσει όλο και περισσότερη καλλιεργήσιμη γη. Το μικρόβιο της απληστίας γεννιέται μέσα του, μεγαλώνει, τον τυφλώνει και τον καθοδηγεί.

Στη νουβέλα "Ο Θάνατος του Ιβάν Ιλίτς", ο Τολστόι σκιαγραφεί τον βίο και τον θάνατο ενός ανώτερου δικαστικού, δημοσίου υπαλλήλου, που έχει κατακτήσει ό,τι θεωρείται κοινωνική επιτυχία. Στο τέλος της ζωής του ο Ιβάν Ιλίτς, έντρομος, βρίσκεται αντιμέτωπος με ένα πολύ απλό αλλά καιρίο ερώτημα: «Μήπως δεν έζησα όπως έπρεπε;», διερωτώμενος αν η ζωή του είχε κάποιο ουσιαστικό νόημα ή αν αναλώθηκε σε συμβάσεις και ψευδαισθήσεις.

Αμφότερα τα κείμενα αυτής της έκδοσης δημοσιεύτηκαν το 1886. Διαβάζοντάς τα σήμερα μένουμε έκπληκτοι από το πόσο λίγο έχει αλλάξει ο άνθρωπος, πόσο ίδια είναι τα πάθη και οι αδυναμίες του, πόσο κοντινή και οικεία είναι αυτή η εποχή και αυτή η λογοτεχνία, και πόσο επίκαιρος είναι, τελικά, ένας συγγραφέας που μελέτησε τη ζωή τόσο βαθιά και επίμονα.

quote of the day

UNABLE ARE THE LOVED TO DIE, FOR
LOVE IS IMMORTALITY.
Emily Dickinson

Σήμερα
γιορτάζουν!

Δαμασκηνός,
Δαμασκηνή,
Χρυσόστομος

tip of the day

We do not
remember days, we
remember
moments.

Cesare Pavese

13 Νοεμβρίου

- › World Kindness Day
- › National Hug a Musician Day
- › Sadie Hawkins Day
- › Symphonic Metal Day