

**Εγκαينيιάσαμε ένα νέο καστάστημα Μασούτης
στο διπλανό μπαλκόνι.**

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



masoutis.gr



Ένα ολόκληρο supermarket στο χέρι σου.

μασούτης

ΘΩΡΑΚΙΖΟΥΜΕ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΜΑΣ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙΝΟΤΟΜΩΝΤΑΣ: ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΤΗΣ ΕΥΕΞΙΑΣ



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYessser!!!**

Η αναποφασιστικότητα συνήθως μοιάζει με εκείνο τον ενοχλητικό φίλο που εμφανίζεται πάντα στις πιο άβολες στιγμές. Κι όμως, οι έρευνες μας λένε πως ίσως το να είσαι αναποφάσιτος να μην είναι τόσο κακό όσο νομίζαμε. Σκέψου ότι μπορεί ακόμα και να μας βοηθήσει να παίρνουμε πιο έξυπνες αποφάσεις, αν την αξιοποιήσουμε σωστά.

Η τελειομανία πίσω από την αναποφασιστικότητα

Σύμφωνα με τους ψυχολόγους, η αναποφασιστικότητα συχνά πηγάζει από την τελειομανία. Όταν φοβάσαι τη λάθος επιλογή ή τη ντροπή που μπορεί να φέρει, προτιμάς να αναβάλλεις αποφάσεις. Το αποτέλεσμα; Ίσως να μην καταλήξεις ποτέ κάπου. Όσο περισσότερο παρατείνεις μια απόφαση, τόσο πιο πολύ απομακρύνεσαι από την ικανοποίηση και την ευτυχία.

Σε έρευνα του Eric Rassin, καθηγητή ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο Erasmus της Ολλανδίας, τα άτομα που καταγράφουν υψηλή αναποφασιστικότητα τείνουν να είναι λιγότερο ικανοποιημένα με τη ζωή τους.

Πώς να βρεις ισορροπία

Δεν είναι όλα μαύρο ή άσπρο – ούτε η αναποφασιστικότητα. Η σωστή διαχείριση μπορεί να σε βοηθήσει να πάρεις πιο ώριμες αποφάσεις. Ορίστε ένα χρονικό όριο. Δώσε στον εαυτό σου χρόνο για σκέψη, αλλά βάλε ένα deadline. Αν το πρόβλημα μοιάζει βουνό, σπασ' το σε μικρά βήματα.

Κι αν ακόμα αισθάνεσαι μπλοκαρισμένος, θυμήσου την έρευνα του οικονομολόγου Steven Levitt: οι άνθρωποι που τολμούν σημαντικές αλλαγές –έστω κι αν τις αποφάσισαν γυρνώντας ένα νόμισμα!– τείνουν να είναι πιο ευτυχημένοι στο τέλος.

Tip of the Day: Η αναποφασιστικότητα δεν είναι εχθρός, αν την ελέγχεις. Σκέψου, αλλά μην παρασκέφτεσαι. Εξάλλου, το πιο δύσκολο πράγμα στη ζωή είναι να αποφασίσεις να ξεκινήσεις. Από εκεί και πέρα, τα πάντα γίνονται πιο εύκολα. – Amelia Earhart

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

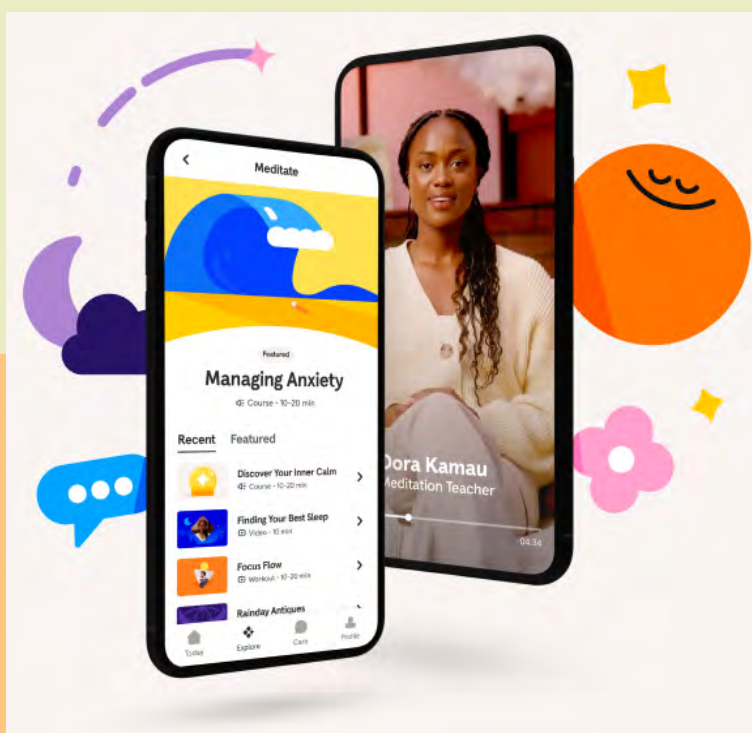
Θωρακίζουμε την ψυχική μας υγεία καινοτομώντας: Το μέλλον της ευεξίας

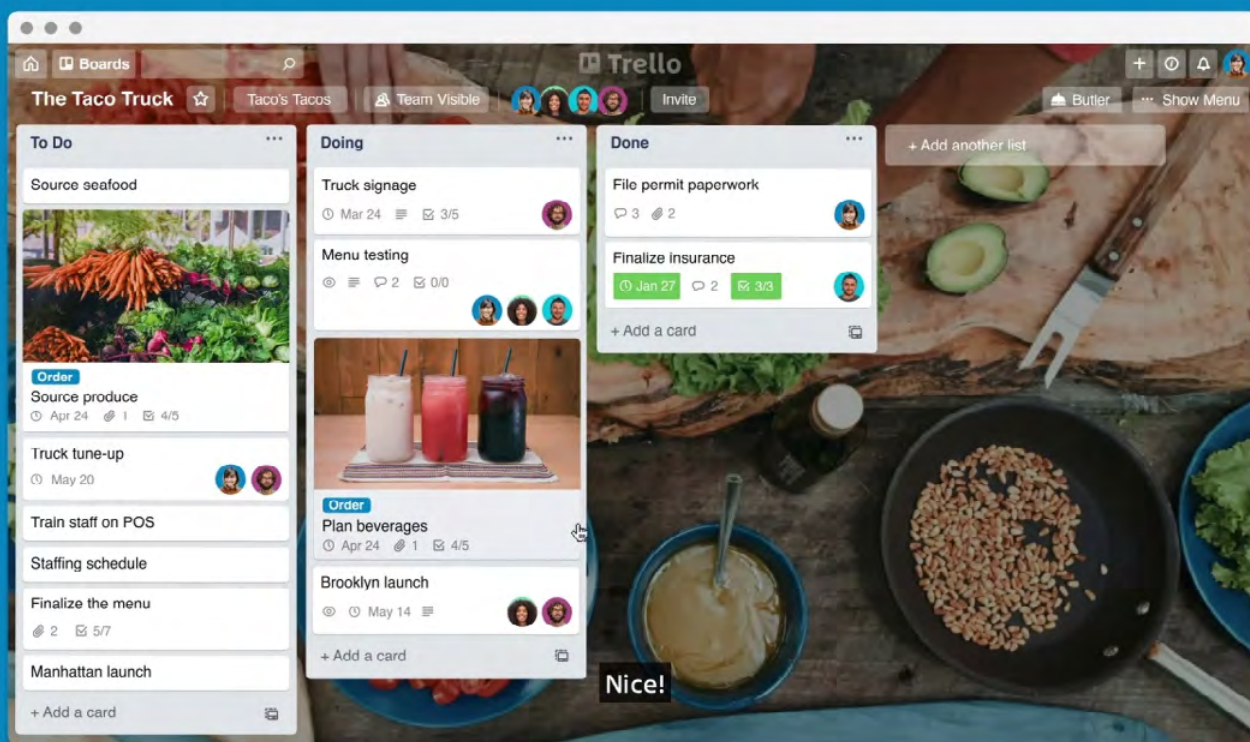


Η ψυχική υγεία αποτελεί θεμέλιο της ευημερίας μας. Σε έναν κόσμο που τρέχει με ιλιγγιώδεις ρυθμούς, η καθημερινότητα συχνά γίνεται αφόρητη, με την πίεση και το στρες να επιβαρύνουν την ψυχική μας κατάσταση. Ωστόσο, οι σύγχρονες καινοτομίες και η τεχνολογία μπορούν να αποτελέσουν ισχυρά εργαλεία για τη θωράκιση της ψυχικής μας υγείας. Πώς; Με την αξιοποίηση εφαρμογών, ψηφιακών εργαλείων και πρωτοποριακών προσεγγίσεων που φέρνουν την ευεξία πιο κοντά μας από ποτέ.

Η ψυχολογία της τεχνολογίας

Οι τεχνολογικές εξελίξεις δεν είναι μόνο για την ψυχαγωγία ή την εργασία μας. Εδώ και λίγα χρόνια, αποτελούν ένα σημαντικό μέσο για την προαγωγή της ψυχικής υγείας. Εφαρμογές όπως το Headspace και το Calm φέρνουν πρακτικές διαλογισμούς και mindfulness στο κινητό μας, ενώ συσκευές όπως τα wearables (Fitbit, Apple Watch) παρακολουθούν τη φυσική μας κατάσταση, δίνοντάς μας χρήσιμες ειδοποιήσεις για τη διαχείριση του άγχους και του στρες.





Ακόμη πιο καινοτόμες είναι οι πλατφόρμες που συνδυάζουν τεχνητή νοημοσύνη (AI) για την παροχή συμβουλών ή την παρακολούθηση ψυχικής κατάστασης. Για παράδειγμα, υπάρχουν εφαρμογές που εντοπίζουν πρώιμα σημάδια άγχους μέσω ανάλυσης της φωνής ή του τρόπου γραφής μας, προσφέροντας έγκαιρες προτάσεις για αντιμετώπιση.

Καινοτόμες λύσεις για την καθημερινότητα

Η τεχνολογία προσφέρει εργαλεία που μας βοηθούν να διαχειριστούμε την καθημερινότητα πιο αποτελεσματικά:

- **Εικονική Πραγματικότητα (VR):** Η VR δεν είναι πια μόνο για παιχνίδια. Πλέον χρησιμοποιείται και για ψυχοθεραπευτικούς σκοπούς. Ειδικές εφαρμογές παρέχουν χαλαρωτικά εικονικά περιβάλλοντα, όπως παραλίες ή δάση, τα οποία βοηθούν στη μείωση του άγχους. Παράλληλα, η VR χρησιμοποιείται και για την αντιμετώπιση φοβιών, δίνοντας τη δυνατότητα σταδιακής έκθεσης σε φοβικές καταστάσεις με ασφαλή τρόπο.
- **Ψηφιακή Ψυχοθεραπεία:** Οι online πλατφόρμες ψυχοθεραπείας, όπως το BetterHelp και το Talkspace, διευκολύνουν την πρόσβαση σε επαγγελματική υποστήριξη. Πλέον, ένας θεραπευτής μπορεί να είναι διαθέσιμος όπου κι αν βρισκόμαστε, καταρρίπτοντας γεωγραφικούς και οικονομικούς περιορισμούς.
- **Βιοανάδραση (Biofeedback):** Αυτή η μέθοδος επιτρέπει στους χρήστες να παρακολουθούν τις φυσιολογικές τους αντιδράσεις, όπως ο καρδιακός ρυθμός ή η αναπνοή, σε πραγματικό χρόνο. Με τη χρήση ειδικών συσκευών, μπορούμε να εκπαιδευσουμε το σώμα μας να αντιδρά καλύτερα στο στρες.

Καινοτομία στη διαχείριση του χρόνου

Ένας από τους μεγαλύτερους παράγοντες που επηρεάζουν την ψυχική μας υγεία είναι η διαχείριση του χρόνου. Οι καινοτόμες εφαρμογές παραγωγικότητας, όπως το Trello, το Notion και το Forest, μας βοηθούν να οργανώσουμε τη μέρα μας, να βάζουμε προτεραιότητες και να αποφεύγουμε το burn-out.

Ειδικά για όσους εργάζονται από το σπίτι, αυτές οι εφαρμογές μπορούν να δημιουργήσουν ένα πιο ισορροπημένο πρόγραμμα, δίνοντας χώρο για μικρά διαλείμματα που ενισχύουν την ψυχική μας ευεξία.

Η σημασία της σύνδεσης

Η ψυχική υγεία δεν είναι μόνο προσωπική υπόθεση. Η αίσθηση της σύνδεσης με άλλους είναι εξίσου σημαντική. Ψηφιακές κοινότητες, ομάδες υποστήριξης και online προγράμματα mindfulness μέσω Zoom ή άλλων πλατφορμών δίνουν την ευκαιρία να νιώσουμε μέρος μιας κοινότητας, ακόμα και από απόσταση.

Καινοτομία και πρόληψη: Το μέλλον της ψυχικής υγείας

Το μέλλον της ψυχικής υγείας βασίζεται στην πρόληψη. Εταιρείες τεχνολογίας επενδύουν σε συστήματα τεχνητής νοημοσύνης που μπορούν να ανιχνεύσουν σημάδια ψυχικών διαταραχών νωρίτερα από ποτέ. Έρευνες δείχνουν ότι τέτοιες πλατφόρμες μπορούν να παρέχουν έγκαιρες παρεμβάσεις, μειώνοντας την επιβάρυνση των χρηστών.

Η καινοτομία δεν είναι μόνο τεχνολογία. Είναι ο τρόπος που προσεγγίζουμε τη ζωή μας: πιο συνειδητά, με έμφαση στη φροντίδα του εαυτού μας και στην ισορροπία.

Τριπλή χρυσή διάκριση για την ΜΠΑΡΜΠΑ ΣΤΑΘΗΣ στα Food & Drink Innovation Awards 2025

Η ΜΠΑΡΜΠΑ ΣΤΑΘΗΣ ξεχώρισε στα Food & Drink Innovation Awards, με το νέο προϊόν της σειράς 360° Plant based meal «Φυτικός Γύρος από πρωτεΐνη αρακά με πατάτες κλασικές» να κατακτά τρία χρυσά βραβεία, επιβεβαιώνοντας για ακόμη μία φορά τη δέσμευση της εταιρείας στην καινοτομία στον τομέα των τροφίμων.

Ο «Φυτικός Γύρος από πρωτεΐνη αρακά με πατάτες κλασικές» κατέκτησε κορυφαίες διακρίσεις στα πρόσφατα κλαδικά βραβεία, αποσπώντας τρία χρυσά στις κατηγορίες «Κατεψυγμένα Προϊόντα», «Vegan - Φυτικά Προϊόντα» και «Ερευνα & Ανάπτυξη».

Η αναγνώριση αυτή υπογραμμίζει τη δέσμευση της εταιρείας στην ανάπτυξη προϊόντων υψηλών προδιαγραφών. Παράλληλα, το προϊόν αποτελεί μία από τις πιο πρόσφατες προσθήκες στη plant-based σειρά της ΜΠΑΡΜΠΑ ΣΤΑΘΗΣ, η οποία αγκαλιάστηκε από τους καταναλωτές από την πρώτη στιγμή του λανσαρίσματος, ενισχύοντας τη θέση της εταιρείας στον τομέα των φυτικών γευμάτων.



Good News

Τα "Bread Factory" στηρίζουν τον σύλλογο "Αγάπη Βασιλική Κόμνου"!



Τα "Bread Factory" διοργάνωσαν, για ακόμη μια χρονιά ένα μοναδικό Christmas charity event, προσφέροντας οικονομική και ψυχολογική υποστήριξη στον σύλλογο "Αγάπη Βασιλική Κόμνου", που σκοπό έχει την προάσπιση των δικαιωμάτων των ανηλίκων με καρδιολογικές παθήσεις, αλλά και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων που πάσχουν από καρδιολογικά νοσήματα.

Charity Ambassador της βραδιάς ήταν, η πάντα ευαισθητοποιημένη παρουσιάστρια, Ζήνα Κουτσελίνη που έχει ενεργό ρόλο στην εκούσια παροχή βοήθειας. Τη σημαντική αυτή πρωτοβουλία υποστήριξε και πλήθος προσωπικοτήτων του δημοσιογραφικού, καλλιτεχνικού χώρου αλλά και εκπρόσωποι του δημοσιογραφικού γίνεσθαι.

Η ιδρύτρια και πρόεδρος του συλλόγου "Αγάπη Βασιλική Κόμνου", Ελένη Τσώνη ευχαρίστησε τον κ. Παναγιώτη Δημητρόπουλο και όλο

το επιτελείο του "Bread Factory" για την τόσο σημαντική πρωτοβουλία τους.

Το "Bread Factory" είναι ένας σύγχρονος χώρος, που συνδυάζει Bakery, patisserie, gelateria, coffee corner, restaurant, salad bar και delicatessen store ανοιχτό 24/7 και 365 ημέρες το χρόνο και έχει γίνει ήδη σημείο αναφοράς τόσο στην καθημερινότητα των καταναλωτών όσο και στην βελτίωσή της, συμμετέχοντας σε δράσεις και ενέργειες που πρωτοστατεί ο άνθρωπος.

Στα πλαίσια της εταιρικής κοινωνικής ευθύνης καθιέρωσε το #FOODFORTHOUGHT, μια σειρά από φιλανθρωπικές ενέργειες, δείχνοντας την ισχυρή του υποστήριξη σε κοινωνικά θέματα, ενώ έχει ήδη βοηθήσει στην ενίσχυση δεκάδων ιδρυμάτων και οργανισμών, όπως το νοσοκομείο παιδών "Η ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ", το "Μ.Α.μ.Α", τα "ΚΑΠΗ Αμαρουσίου", τον Σύλλογο Τυφλών "ΦΑΡΟΣ", το "Χριστοδούλειο Ορφανοτροφείο", το "Αγάπη Βασιλική Κόμνου" κ.ά κ

Πού βρίσκεται η χαρά;



Μία μελέτη που δημοσιεύθηκε στο Journal of Personality, εστίασε για πρώτη φορά στον αντίκτυπο διαφορετικών αξιών στα επίπεδα της αντιληπτής ευτυχίας.

Όσοι συμμετείχαν στη μελέτη συμπλήρωσαν ένα ημερολόγιο για εννέα ημέρες όπου κατέγραφαν πώς τους επηρέασε το να ακολουθούν διαφορετικές αξίες.

Είναι ενδιαφέρον ότι οι άνθρωποι από διαφορετικές χώρες και κουλτούρες (Ινδία, Τουρκία, Κίνα, Ηνωμένο Βασίλειο) συνέδεσαν την αξία της διασκέδασης και της «αυτοκατεύθυνσης» με αυξημένη ευτυχία. Οι αξίες που συνδέονταν με τα επιτεύγματα δεν είχαν καμία απολύτως επίδραση στο αίσθημα ευτυχίας.

Τα πραγματικά οφέλη βρίσκονται στην ισορροπημένη ζωή, που μπορούμε να αφιερώνουμε χρόνο για να επικεντρωθούμε στον εαυτό μας, εστιάζοντας ταυτόχρονα και σε ατομικούς στόχους, επαγγελματικούς και μη» αναφέρει ο Δρ. Paul Hanel, leader της ομάδας ερευνητών.

«Με αυτόν τον τρόπο οι άνθρωποι θα μπορούσαν να είναι πιο επιτυχημένοι, καθώς θα είναι πιο χαλαροί, πιο χαρούμενοι και ικανοποιημένοι» εξηγεί ο ίδιος.

Πώς μας επηρεάζουν τα επιτεύγματα;

Ωστόσο, οι ερευνητές πιστεύουν ότι το επίτευγμα θα μπορούσε να επηρεάσει την ευτυχία όταν συνδέεται με την ικανοποίηση από την εργασία ή τον αριθμό των ημερών εργασίας.

«Οι άνθρωποι περνούν τις περισσότερες μέρες τους δουλεύοντας σκληρά για το καθημερινό τους εισόδημα, τις σπουδές και τη σταδιοδρομία τους.

Σε αυτό το πλαίσιο, όπου αφιερώνουμε μεγάλο μέρος του χρόνου μας σε αξίες που συνδέονται με τα επιτεύγματα, διαπιστώσαμε ότι βοηθάει να εκτιμάμε και να δίνουμε προτεραιότητα στην ελευθερία και άλλες αξίες, όπως η διασκέδαση και η αυτονομία, αρκεί να διατηρούμε την ισορροπία. Στο μέλλον, θα είναι ενδιαφέρον να εξετάσουμε τον τρόπο που μπορούμε να βρούμε αυτήν την ισορροπία στην καθημερινότητά μας» καταλήγουν οι ερευνητές.

Ήξερες ότι...

Η χαρά μπορεί να ενισχύσει το ανοσοποιητικό σου σύστημα;



Έρευνες δείχνουν ότι οι στιγμές χαράς και γέλιου αυξάνουν την παραγωγή αντισωμάτων και ενεργοποιούν τα T-λεμφοκύτταρα, που είναι βασικά για την άμυνα του οργανισμού. Ακόμη και 15 λεπτά γέλιου την ημέρα μπορούν να βελτιώσουν τη φυσική σου άμυνα, κάνοντας τη χαρά όχι μόνο ένα συναίσθημα, αλλά και μια φυσική «ασπίδα» για την υγεία!

Αυτά τα Χριστούγεννα, η νέα συλλογή Sleepwear των Marks & Spencer προσφέρει άνεση και ζεστασιά σε όλη την οικογένεια!



Ασορτί πιτζάμες με κλασικά και παιχνιδιάρικα σχέδια προσθέτουν μαγεία στις γιορτινές σας στιγμές. Από εξαιρετικά μαλακό βαμβάκι μέχρι ζεστά fleece υφάσματα, η συλλογή είναι φτιαγμένη από υψηλής ποιότητας υλικά, προσφέροντας απαλότητα, ζεστασιά και αντοχή.

Για όσους αγαπούν τα καρό μοτίβα ή τις χαριτωμένες λεπτομέρειες, όπως το εμβληματικό print του Spencer Bear™, η συλλογή περιλαμβάνει σχέδια για όλα τα στυλ και όλες τις ηλικίες. Είτε αναζητάτε κομψά σατέν σετ για ενήλικες είτε χαριτωμένα φορμάκια για τα βρέφη, τα M&S υπόσχονται να κάνουν τις γιορτές σας πιο άνετες από ποτέ.

Ανακαλύψτε τις ασορτί επιλογές της συλλογής για όλη την οικογένεια και χαρίστε αξέχαστες, ζεστές στιγμές αυτές τις γιορτές με τα M&S!

Βρείτε τη νέα συλλογή Sleepwear στα καταστήματα M&S, καθώς και online [εδώ](#).

Good News

Η LG υποστήριξε και το 2024 το έργο της Ithaca Laundry

Η LG Electronics Hellas, μένοντας πιστή στη δέσμευσή της για τη δημιουργία θετικού κοινωνικού αντίκτυπου, συνεχίζει να υποστηρίζει έμπρακτα το έργο της Ithaca Laundry, μιας καινοτόμου μη κυβερνητικής οργάνωσης, που παρέχει δωρεάν υπηρεσίες σε συνανθρώπους μας που διαβιούν σε συνθήκες αστεγίας.

Με την υποστήριξη της LG, η Ithaca Laundry συνεχίζει εδώ και 9 χρόνια να προσφέρει τις υπηρεσίες της, μέρος των οποίων είναι και ο καθαρισμός των ρούχων των συμπολιτών μας που το έχουν ανάγκη, μέσω της κινητής μονάδας LG πλυντηρίων-στεγνωτηρίων, που διαθέτει.

Στα πλαίσια της συνεργασίας τους, LG και Ithaca Laundry πραγματοποίησαν τη Δευτέρα, 9 Δεκεμβρίου, διανομή χειμερινού ρουχισμού σε άτομα που βρίσκονται σε συνθήκες αστεγίας στο κέντρο της Αθήνας. Συγκεκριμένα, μοιράστηκαν 70 επαναχρησιμοποιούμενοι αδιάβροχοι σακί με γάντια, σκούφους, ισοθερμικές κάλτσες, ισοθερμικές μπλούζες, περιλαίμια και κουβέρτες fleece. Στη δράση συμμετείχαν μέλη από την διοικητική και εθελοντική ομάδα της Ithaca, καθώς και τρία άτομα από το δυναμικό της LG.

Όμως, η ανάγκη της LG για προσφορά στο κοινωνικό σύνολο δεν περιορίζεται σε απλές δράσεις, αλλά στην ανάδειξη του έργου της Ithaca Laundry, έτσι, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Αστεγών η LG Electronics Hellas και η ομάδα της Danezis Stories δημιούργησαν μια σειρά από videos με πρωταγωνιστές τους ανθρώπους της Ithaca Laundry.

Στο πλαίσιο της ενέργειας και για την περαιτέρω ανάδειξη του έργου της Ithaca Laundry, η LG συνεργάστηκε με γνωστούς influencers, οι οποίοι με τη σειρά τους προώθησαν τα videos από τους δικούς τους λογαριασμούς, ώστε να φτάσει το έργο της Ithaca σε όσο περισσότερο κόσμο γινόταν.



Η El Sabor παρουσιάζει τα No1 Wraps στην Ελλάδα με νέα βελτιωμένη συνταγή και επανακλεινόμενες συσκευασίες!

Η El Sabor, εμπλουτίζει τη σειρά Wraps με δύο νέες γευστικές προτάσεις: Wholemeal Wraps και Multigrain Wraps. Τα Wholemeal Wraps ισορροπούν ιδανικά μεταξύ γεύσης και θρεπτικής αξίας, ενώ τα Multigrain Wraps, εμπλουτισμένα με τσία και λιναρόσπορο, ξεχωρίζουν για την πλούσια υφή και τα διατροφικά οφέλη τους.

Με βελτιωμένη συνταγή που προσφέρει ακόμα πιο ελαστική υφή και πλούσια γεύση, τα Wraps της El Sabor υπόσχονται να κάνουν κάθε γεύμα μια ξεχωριστή εμπειρία. Επιπλέον, οι επανακλεινόμενες συσκευασίες διατηρούν τη φρεσκάδα τους από την πρώτη μέχρι την τελευταία μπουκιά.

Η σειρά περιλαμβάνει επιλογές για κάθε ανάγκη: από τα αγαπημένα Original Wraps έως τα ευέλικτα Mini Wraps και τα χορταστικά Big Wraps. Ανακαλύψτε τη νέα γενιά Wraps της El Sabor και απολαύστε κάθε γεύμα σαν να είναι η πρώτη φορά!



Press Room

Το Hendrick's Gin διοργάνωσε το πιο Unusual X-mas Workshop των γιορτών!



Το Hendrick's gin, το πιο unusual super premium gin, εν όψει των Χριστουγέννων, διοργάνωσε το πιο ασυνήθιστο Χριστουγεννιάτικο workshop!

Οι καλεσμένοι, διακόσμησαν το δικό τους Χριστουγεννιάτικο στεφάνι, με στολίδια με χαρακτήρα Hendrick's, φωτογραφήθηκαν στο... χιόνι και απόλαυσαν μοναδικά festive Hendrick's cocktails υπό τους ήχους εορταστικών jingles και αντάλλαξαν ευχές για χαρούμενα Χριστούγεννα και ευτυχισμένο Νέο έτος!

Το HENDRICK'S GIN είναι ένα ασυνήθιστο απολαυστικό Super Premium τζιν που παρασκευάζεται στη Σκωτία με μια μοναδική διαδικασία απόσταξης. Αντίθετα με τα συνηθισμένα τζιν, το HENDRICK'S GIN αποστάζεται σε παρτίδες μόλις των 500 λίτρων κάθε φορά, ενώ είναι το μόνο που παρασκευάζεται με εκχύλισμα

από τριαντάφυλλο και αγγούρι καθώς και πλήθος άλλων βοτάνων. Έτσι δημιουργείται ένα υπέροχο δροσιστικό τζιν με απολαυστικά ξεχωριστό άρωμα.

Το HENDRICK'S GIN παρασκευάζεται χρησιμοποιώντας δύο εντελώς ανόμοιους αποστακτήρες: έναν σπάνιο αποστακτήρα τύπου Carterhead και έναν ιστορικό χάλκινο άμβυκα μη συνεχούς απόσταξης τύπου Bennett. Έτσι δημιουργείται το σπάνιο αυτό ποτό, τόσο περίπλοκα γευστικό και τόσο απολαυστικά παράξενο.

Το Μουσείο Μαρία Κάλλας υποψήφιο για το Βραβείο Ευρωπαϊκού Μουσείου της Χρονιάς 2025

Μετρώντας μόλις έναν χρόνο λειτουργίας, το Μουσείο Μαρία Κάλλας έχει ήδη καταφέρει να ξεχωρίσει ως υποψήφιο στα European Museum of the Year Awards 2025 (EMYA), αποδεικνύοντας τη δυναμική του ως ένας σύγχρονος πολιτιστικός οργανισμός με διεθνή προσανατολισμό.

Το βραβείο αυτό, μαζί με τα επιμέρους βραβεία ειδικών κατηγοριών, αποτελούν την ύψιστη ευρωπαϊκή διάκριση. Η οργανωμένη και αντικειμενική διαδικασία αξιολόγησης διασφαλίζει την αναγνώριση της επαγγελματικής αριστείας, της καινοτομίας και της δημιουργικότητας, παρά τις μεγάλες διαφορές ανάμεσα στα είδη των μουσείων, τις κλίμακες και τις πηγές χρηματοδότησής τους.

Τα βραβεία EMYA απονέμονται σε μουσεία που υπερβαίνουν τα όρια της παραδοσιακής αφήγησης, προωθώντας πρότυπα αριστείας, βιωσιμότητας και κοινωνικής ευθύνης. Αξιολογούν τη συμβολή των μουσείων στην κοινωνία, τη σύνδεσή τους με τις κοινότητες, την ικανότητά τους να εμπνέουν μέσα από τη δημιουργικότητα και τη δέσμευσή τους για βιωσιμότητα, διάλογο και συμπερίληψη.

Ανάμεσα σε συνολικά 41 υποψήφια μουσεία από όλη την Ευρώπη, ο μεγάλος νικητής θα ανακοινωθεί τον Μάιο του 2025 στο Sybir Memorial Museum, στο Białystok της Πολωνίας.



Special News

Μια σπουδαία διοργάνωση για την ποδηλασία στην Ελλάδα: Το UCI GRAN FONDO έρχεται στο Λουτράκι



Η Kyvernitis Sports & Events ανακοινώνει την συμφωνία με την Διεθνή Ομοσπονδία Ποδηλασίας για τη διοργάνωση του ποδηλατικού αγώνα UCI Gran Fondo στην χώρα μας. Ο αγώνας UCI Gran Fondo Greece Loutraki θα διεξαχθεί στις 2 Νοεμβρίου 2025, στην περιοχή του Λουτρακίου και θα καλύψει μια διαδρομή 110 χιλιομέτρων, που θα περάσει από εμβληματικά τοπία της Κορινθίας και της Δυτικής Αττικής.

Πρόκειται για έναν από τους προκριματικούς αγώνες της σειράς UCI Gran Fondo World Series, της παγκόσμιας διοργάνωσης που περιλαμβάνει 28 αγώνες σε πέντε ηπείρους, προσφέροντας σε ερασιτέχνες ποδηλάτες από όλο τον κόσμο, τη δυνατότητα να δοκιμάσουν τις δυνάμεις τους στην ποδηλασία δρόμου και να αναδειχτούν στην παγκόσμια σκηνή του αθλήματος.

Η σειρά UCI Gran Fondo είναι ανοιχτή σε ποδηλάτες και Ηπειρώτες. Οι αθλητές και οι αθλήτριες, που θα τερματίσουν ανάμεσα στο 25% των πρώτων θα προκριθούν στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Gran Fondo, που θα διεξαχθεί στην πόλη Niseko, στο νησί Hokaido της Ιαπωνίας στο διάστημα 26-30 Αυγούστου του 2026.

Η υποβολή συμμετοχών στον αγώνα ξεκινά στις 16 Δεκεμβρίου με το ενδιαφέρον να είναι θερμό από την ποδηλατική κοινότητα αφού το UCI Gran Fondo Greece Loutraki θα προσφέρει στους συμμετέχοντες μια μοναδική ευκαιρία να αγωνιστούν σε μια απαιτητική διαδρομή και να ανταγωνιστούν συμμετέχοντες από την Ελλάδα και το εξωτερικό παίρνοντας εμπειρίες από έναν αγώνα διεθνούς επιπέδου.

Η Κάτια Γέρου, ο Σάββας Στρούμπος και η Ναταλία Γεωργοσοπούλου μας εξηγούν γιατί "Ο πόλεμος δεν έχει πρόσωπο γυναίκας"

Η σπουδαία πρωταγωνίστρια του Θεάτρου Τέχνης Κάτια Γέρου, ο σταθερός συνεργάτης του Θόδωρου Τερζόπουλου ηθοποιός και σκηνοθέτης Σάββας Στρούμπος και η ταλαντούχα Ναταλία Γεωργοσοπούλου μεταφέρουν στη σκηνή του θεάτρου Φούρνος το έργο της βραβευμένης με Νόμπελ Λογοτεχνίας (2015) Λευκορωσίδα δημοσιογράφου και συγγραφέως Σβετλάνα Αλεξίεβιτς «Ο πόλεμος δεν έχει πρόσωπο γυναίκας». Μεταξύ έρωτα και πολέμου, μνήμης, οργής και χιούμορ, οι γυναίκες της Αλεξίεβιτς αφηγούνται την τραγική ιστορία της θηλυκότητας μέσα στα πεδία των μαχών και επαναδιεκδικούν τις ζωές τους, τα σώματά τους, τα συναισθήματά τους, τους εαυτούς τους απέναντι σε κάθε μορφή καταπίεσης.



Ανεβάζετε το πολυφωνικό ντοκουμέντο της Αλεξίεβιτς για τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο. Τι διαφορετικό έχει αυτό το βιβλίο και γιατί το επιλέξατε;

Ναταλία Γεωργοσοπούλου: Όπως είπατε πρόκειται για ένα πολυφωνικό ντοκουμέντο της γυναικείας μνήμης από τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο. Σε αυτό το βιβλίο, παρακολουθούμε τη διαδρομή της ψυχής αυτών των γυναικών από τα πεδία των μαχών, στον έρωτα, την παιδικότητα, την αθωότητα. Άλλωστε, όταν πολέμησαν δεν ήταν παρά κορίτσια 13-18 ετών. Μια γυναίκα

εξομολογείται: «Κατά τη διάρκεια του πολέμου ψήλωσα». Και δεν ήταν η μόνη. Αυτό που μας συντάραξε στο βιβλίο είναι ακριβώς αυτά τα απλά λόγια, αυτό το απλό καθρέφτισμα της ζωής σε συνθήκες καταστροφής. Λόγια που σε κάνουν να απορείς, όταν τα διαβάζεις και όταν τα ακούς. Απορείς για την αντοχή, την ανθεκτικότητα του ανθρώπου. «Σε μένα έγινε; Σε μένα συνέβη;» αναρωτιούνται πολλές. Αυτή είναι η διαφορετικότητα αυτού του βιβλίου, αυτή και η μοναδικότητα.



Πώς δουλέψατε τη διασκευή του σε θεατρικό κείμενο;

Ναταλία Γεωργοσοπούλου: Τη δραματουργική επεξεργασία του βιβλίου έχει επιμεληθεί ο Παντελής Μπουκάλας. Με ιδιαίτερη ευαισθησία και λεπτότητα ανέδειξε τον πυρήνα της κάθε ιστορίας. Την αγωνία και τη λαχτάρα της κάθε εξομολόγησης. Γιατί αυτές οι ιστορίες τελικά δεν είναι παρά εξομολόγηση, μέσα από τις οποίες οι γυναίκες τολμούν να πουν- ίσως και να θυμηθούν- για πρώτη φορά. Έπειτα η Κάτια Γέρου, ο Σάββας Στρούμπος κι εγώ διαλέξαμε και τοποθετήσαμε τις ιστορίες κατά τη διάρκεια των προβών. Δεν προαποφασίζαμε. Πηγαίναμε στην πρόβα και με κάποιον μαγικό τρόπο η καθεμία από τις ιστορίες έπαιρνε τη δική της θέση. Έπειτα και τη δική της μορφή.

Ποιος είναι τελικά ο ρόλος της γυναίκας μέσα στον πόλεμο; Μια συνθήκη εντελώς πατριαρχική, μπορεί να πεϊ κανείς;

Σάββας Στρούμπος: Ο πόλεμος δεν έχει φύλα. Δεν είναι ούτε γυναικείος, ούτε αντρικός. Είναι ένας: ο πόλεμος. Υπάρχουν πλήθος παραδείγματα γυναικών από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα, που πολέμησαν στην πρώτη γραμμή του μετώπου δίπλα στους αγαπημένους τους. Σε πολλές μάλιστα περιπτώσεις η συμμετοχή των γυναικών έπαιξε αποφασιστικό χαρακτήρα προς τη νίκη, όπως στην περίπτωση των γυναικών του βιβλίου της Σ. Αλεξίεβιτς. Πάνω από 500.000 Σοβιετικές γυναίκες πήραν μέρος στον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, κατά του Φασισμού, και διακρίθηκαν ως φοβερές μαχήτριες. Η ίδια γυναίκα που σκότωνε φασίστες, διέσωζε άντρες με 2 και τρεις φορές μεγαλύτερο βάρος. Η ίδια γυναίκα μιλούσε για ποίηση και για έρωτα στο κελί των μελλοθανάτων και διαφύλαξε την ομορφιά της, γιατί αυτό που έτρεμε ήταν μήπως και πεθάνει άσχημη. Υπάρχει ένα σύνθημα στον γυναικείο κουρδικό στρατό: «Η επανάσταση δεν θα σώσει τις γυναίκες, αλλά χρειάζεται τη σκέψη, τη δράση και την οργάνωση των γυναικών. Η Επανάσταση χρειάζεται το χρώμα της γυναίκας».

Πόσες διαφορετικές ιστορίες ακούγονται στην παράσταση και πώς δουλεύετε αυτή την εναλλαγή των προσώπων;

Σάββας Στρούμπος: Θα άλλαζα λίγο την ερώτησή σας με την απάντηση δεν είναι πολλές οι ιστορίες που ακούγονται, είναι πολλές οι φωνές, η θέαση ενός γεγονότος από διαφορετική γωνία. Η ιστορία είναι μία και είναι ενιαία, τη βλέπουμε σε διαφορετικούς ποιητικούς μετασχηματισμούς. Ακριβώς έτσι είναι και η εναλλαγή των φωνών και όχι των προσώπων. Από τη χαρά και την οδύνη, στα πεδία των μαχών και στην αυτοθυσία

για τα μεγάλα, τα ιδανικά. Οι εξομολογήσεις αυτών των γυναικών είναι μοναδικές, όχι μόνο γιατί αποκαλύπτουν τι βίωσαν στον πόλεμο, αλλά γιατί αποκαλύπτουν αυτό το τοπίο με μια εσωτερική σπιρτάδα, με μια εγρήγορση σαν αυτή η μάχη, αυτός ο πόλεμος μέσα τους να κράτησε για πάντα. Δεν συμφιλιώνονται με τον θάνατο. Διεκδικούν την ύπαρξή τους με αυθόρμητο, σχεδόν παιδικό ένστικτο. Αυτό είναι πολύ ξεκάθαρο στο βιβλίο και προσπαθήσαμε να ακολουθήσουμε ακριβώς αυτή τη συχνότητα και στην παράσταση. Σαν να πρόκειται για ένα στοιχείο που συνεχώς αλλάζει, μεταβάλλεται. Όπως τα στοιχεία της φύσης, έτσι και ο άνθρωπος έχει την ικανότητα να μεταβάλλεται, άλλοτε αρμονικά και άλλοτε βίαια.

Με ποια από αυτές τις ιστορίες συνδέεστε περισσότερο;

Ναταλία Γεωργοσοπούλου: Δεν μπορώ να πω πια. Είναι ο δεύτερος χρόνος της παράστασης και είχαμε την τύχη και τη χαρά να την παρουσιάσουμε σε αρκετά μέρη και σε διαφορετικές συνθήκες. Για μένα δεν είναι πια μια ιστορία και άλλη μία. Αντιλαμβάνομαι το έργο ως μια ενιαία ιστορία. Σαν να πρόκειται για μια γυναίκα με δύο όψεις και πολλές φωνές. Καθεμία από αυτές τις φωνές έχει το δικό της χρώμα, τη δική της έκφραση. Η επόμενη φωνή έρχεται για να συμπληρώσει είτε για να εκπλήξει την προηγούμενη. Αλλά όχι δεν πιστεύω πια ότι είναι ξεχωριστές ιστορίες.

Κυρία Γέρου, τα τελευταία χρόνια έχετε έναν μόνιμο προσανατολισμό σε αμιγώς πολιτικά κείμενα. Γιατί έχετε επιλέξει αυτή την κατεύθυνση;

Κάτια Γέρου: Τα τελευταία χρόνια έχω παίξει και σκηνοθετήσει τη «Μήδεια» του Ευριπίδη, έχω γράψει ένα καμπαρέ με το όνομα «Stand up Tragedy» και το έχω υποδυθεί στη σκηνή κτλ. Στη διάρκεια των χρόνων που εργαζομαι, κάποιες φορές έχω ασχοληθεί με το θέμα του πολέμου: σ' τις τραγωδίες του θεάτρου Τέχνης στην Επίδαυρο, στο «Templo» του Κυριάκου Κατζουράκη και στη φετινή μας παράσταση. Θεωρώ ότι δυστυχώς το θέμα

του πολέμου, το ότι δηλαδή οι άνθρωποι σφαζόμαστε μεταξύ μας, είναι πάντα στην πρώτη γραμμή της επικαιρότητας.

Τελικά ποιο είναι το πρόσωπο του πολέμου;

Σάββας Στρούμπος: Δεν έχει πρόσωπο. Δεν έχει ταυτότητα. Δεν μπορεί να προσδιοριστεί. Ποιο είναι το πρόσωπο του ανθρώπου; Η απάντηση είναι ανάλογη. Δύσβατη, κακοτράχαλη και με ερωτηματικά. Ίσως αν μπορούμε να προσδιορίσουμε «τι είναι ο άνθρωπος», να απαντήσουμε και στο «γιατί πόλεμοι». Γιατί αυτό είναι το θέμα τελικά. Όχι ποιο είναι το πρόσωπο του πολέμου, αλλά γιατί; Γιατί συμβαίνει στο γύρισμα των εποχών;

Πως είναι η σύμπραξή σας με τον Σάββα Στρούμπο, ένα σκηνοθέτη που πειραματίζεται με διαφορετικές φόρμες από όσες έχετε δοκιμάσει εσείς μέχρι σήμερα;

Κάτια Γέρου: Νιώθω ότι όταν ένας καλλιτέχνης αφοσιώνεται και εξερευνά συγκεκριμένες φόρμες, αυτό δεν τον καθλώνει στις φόρμες που εξερευνά. Τον κάνει ευέλικτο να κινείται σε όποια φόρμα χρειαστεί και συναντά μπροστά του. Αυτό το σημείο που μας συνδέει με τον Σάββα, εκτός της αμοιβαίας εμπιστοσύνης και αγάπης, είναι το ότι και οι δύο υπηρετήσαμε συγκεκριμένες φόρμες και ότι και οι δύο έχουμε γίνει πολύ ευέλικτοι να κινούμαστε σε όποια φόρμα συναντούμε μπροστά μας. Αυτή είναι η σύνδεση που έχουμε και αυτός είναι ο λόγος που τις δύο φορές που έχουμε συνεργαστεί ήταν για μένα μια ευφρόσυνη και δημιουργική διαδικασία.

Πόσο έχετε αλλάξει εσείς, αλλά και το θέατρο σήμερα από την εποχή που ήσασταν στον Κουν;

Κάτια Γέρου: Εγώ δεν έχω αλλάξει καθόλου. Η καρδιά μου χτυπάει το ίδιο δυνατά, όπως στο πρώτο μου ξεκίνημα κάθε φορά που δουλεύω σ' ένα κείμενο. Η λαχτάρα μου- ή η μανία μου αν θέλετε- είναι η εξής απλή: Όσες σκέψεις και αισθήματα προκαλεί σε μένα το κείμενο πάνω στο οποίο δουλεύω, να καταφέρω να το μεταδώσω και στους θεατές. Με διαύγεια και απλότητα. Ούτε το θέατρο πιστεύω ότι αλλάζει. Τι σημαίνει θέατρο; Να βγαίνεις από μια παράσταση και να πάλλεται η ψυχή σου, να αφυπνίζεται η σκέψη σου, να θες να αλλάξεις τα κακώς



κείμενα αυτού του κόσμου. Το αν θες αν χρησιμοποιήσεις πχ. Videowall, να χρησιμοποιήσεις και άλλα κείμενα μέσα στο κείμενό σου, και άλλες φόρμες, όλα αυτά μπορεί να κάνουν μια διαφορά, όμως ένα είναι το τελικό ζητούμενο: Να παθιάσεις, να ταραξεις και να βγάλεις από τη βολή τους θεατές. Να μη θεωρούν τίποτα δεδομένο. Εν τέλει το ζητούμενο είναι η ανταλλαγή, η επικοινωνία.

Η παράσταση είναι αφιερωμένη στον Κυριάκο Κατζουράκη. Πώς την έχει επηρεάσει το έργο του και η μνήμη του;

Κάτια Γέρου: Θα σας πω μια ιστορία που έχει ενδιαφέρον. Ο Σάββας ήρθε από τις πρώτες κιάλας πρόβες με μια ιδέα: να αιωρούνται φωτογραφίες στον χώρο. Και του είπα-εμβρόντητη- ότι αυτό μου θυμίζει μια εγκατάσταση που είχε κάνει ο Κυριάκος χρόνια πριν, όπου η ιδέα του Σάββα ταυτιζόταν απόλυτα με αυτό. Φωτογραφίες να κρέμονται από νήματα, σχηματίζοντας ένα μικρό κουβούκλιο ή κλουβάκι. Αποφασίσαμε λοιπόν να κάνουμε το ίδιο. Θέλω να πω ότι ο Κυριάκος και ο Σάββας συνέπεσαν απόλυτα πάνω σε μια καθαρή εικόνα. Είναι αυτή η όσμωση ανάμεσα σε καλλιτέχνες, που όταν συμβαίνει είναι κάτι θεσπέσιο. Σε πολλά ταυτιζόμαστε με τον Κυριάκο Κατζουράκη, και πάνω απ' όλα στη φράση του: «Δεν βάζω ούτε μια πινελιά, αν δεν πιστεύω ότι αυτή μπορεί να αλλάξει τον κόσμο». Ουτοπία θα πείτε; Ναι, αλλά είναι μια ουτοπία ευφρόσυνη.

«Όνειρο: Εταιρεία Παραγωγής»



Η νέα σειρά της Pixar Animation Studios, «Όνειρο: Εταιρεία Παραγωγής», από τον κόσμο του «Τα Μυαλά που Κουβαλάς», είναι τώρα διαθέσιμη, με όλα τα επεισόδια, αποκλειστικά στο Disney+. Η σειρά διαδραματίζεται χρονικά ανάμεσα στην ταινία «Τα Μυαλά που Κουβαλάς» και «Τα Μυαλά που Κουβαλάς 2». Μάθετε περισσότερα στο www.disneyplus.com.

Η Ράιλι μεγαλώνει και οι αναμνήσεις της χρειάζονται λίγη παραπάνω επεξεργασία. Γι' αυτό η Χαρά και τα άλλα Βασικά Συναισθήματα στέλνουν τις αναμνήσεις στην Εταιρεία Παραγωγής: Όνειρο. Η διάσημη σκηνοθέτης Paula Persimmon αντιμετωπίζει τον δικό της εφιάλτη: πρέπει να δημιουργήσει το επόμενο όνειρο-επιτυχία, ενώ την αναγκάζουν να συνεργαστεί με τον Χενί, έναν ξιπασμένο σκηνοθέτη ονειροπολήσεων, που θέλει να ανέβει στη μεγάλη κατηγορία των νυχτερινών ονείρων.

Σκηνοθέτης και σεναριογράφος της νέας ξεκαρδιστικής σειράς της Pixar Animation Studios είναι ο Mike Jones και παραγωγός η Jaclyn Simon, ενώ τη μουσική επένδυση της σειράς υπογράφει η Nami Melumad.

Travel News

Το πρώτο ξενοδοχείο Destination by Hyatt στην Ελλάδα αναμένεται να ανοίξει στην Πάρο το 2026

Το πρώτο ξενοδοχείο Destination by Hyatt στην Ελλάδα προγραμματίζεται να ανοίξει τις πύλες του στην Πάρο, το 2026. Ιδιοκτήτρια εταιρεία αυτού του σημαντικού έργου και υπεύθυνη για την κατασκευή είναι η PAROSTEC, διακεκριμένη εταιρεία στο χώρο των κατασκευών. Τη διαχείριση του Destination by Hyatt στην Πάρο θα αναλάβει η SWOT Hospitality, κορυφαία εταιρεία διαχείρισης πολυτελών ξενοδοχείων, προσφέροντας έναν μοναδικό συνδυασμό υπηρεσιών διεθνών προδιαγραφών, εκλεπτυσμένου σχεδιασμού και αυθεντικής τοπικής φιλοξενίας.

Το Destination by Hyatt στην Πάρο θα περιλαμβάνει 50 κομψά σχεδιασμένα δωμάτια, εκ των οποίων τα 25 θα είναι Standard και τα υπόλοιπα 25 σουίτες. Τα 39 δωμάτια θα διαθέτουν ιδιωτικές πισίνες και τα 11 υδρομασάζ. Οι επισκέπτες θα απολαμβάνουν πολυτελείς παροχές, όπως ένα μοναδικής αισθητικής εστιατόριο με εμπνευσμένα πιάτα, έναν θεματικό χώρο εστίασης με μοναδικές γαστρονομικές εμπειρίες και ένα υπερσύγχρονο spa για απόλυτη χαλάρωση και ευεξία.

Τον σχεδιασμό του ξενοδοχείου έχει αναλάβει το αναγνωρισμένο αρχιτεκτονικό γραφείο Makridis & Associates, με στόχο να αντικατοπτρίζει την ομορφιά του κυκλαδίτικου τοπίου.



Φέτος η καρδιά των Χριστουγέννων χτυπάει στο Κτήμα Φιξ στο Ηράκλειο Αττικής!

Οι επισκέπτες μπορούν να χαρούν ένα μεγάλο παγοδρόμιο για ατέλειωτη διασκέδαση, το σπίτι του Αη Βασίλη με τα ξωτικά, το χριστουγεννιάτικο τρενάκι καθώς και πολλά παιχνίδια και δραστηριότητες για τα παιδιά.

Ακόμα θα βρουν την μεγαλύτερη Χριστουγεννιάτικη Αγορά !

Και φυσικά θα απολαύσουν παραδοσιακές λιχουδιές, φαγητό ,ζεστό κρασί και ζωντανή μουσική!

Πρόκειται για Ένα Mega-Event που θα διαρκέσει από τις 14/12/24 έως τις 7/1/25, και ώρες 10π.μ.-10 μμ.

Με δωρεάν είσοδο.

Το Κτήμα Φιξ, βρίσκεται στην Λεωφόρο Ηρακλείου 524!

Είσοδος και από την οδό Αγίου Λουκά.



Press Room

Όμιλος Furlis : Έκθεση Βιώσιμης Ανάπτυξης και Κοινωνικής Υπευθυνότητας 2023

Έκθεση Βιώσιμης Ανάπτυξης και Κοινωνικής Υπευθυνότητας 2023

Σύνοψη

73 χρόνια δημιουργία αξίας



INTERSPORT

EKKA

TRADE LOGISTICS

HollandBarrett

TradeEstates

Ο Όμιλος Furlis δημοσίευσε για 15η συνεχή χρονιά την Έκθεση Βιώσιμης Ανάπτυξης και Κοινωνικής Υπευθυνότητας, επιβεβαιώνοντας τη δέσμευσή του στη βιώσιμη ανάπτυξη και τη στήριξη της κοινωνίας.

Το 2023, ο όμιλος διέθεσε πάνω από €550.000 για δράσεις που υποστήριξαν ευπαθείς κοινωνικές ομάδες, παιδιά και πληγέντες από φυσικές καταστροφές. Παράλληλα, με τη συμμετοχή περισσότερων από 100 εργαζομένων, υλοποιήθηκαν 11 δράσεις εθελοντισμού για την κοινωνία και το περιβάλλον.

Στον τομέα της περιβαλλοντικής προστασίας, καταγράφηκε μείωση των άμεσων εκπομπών αερίων θερμοκηπίου (Score 1) κατά 25,72% και

των έμμεσων εκπομπών (Score 2) κατά 0,59% σε σχέση με το 2022, ενώ η παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας από φωτοβολταϊκά συστήματα έφτασε τις 1.855,8 MWh.

Ο όμιλος έθεσε τον άνθρωπο στο επίκεντρο, ενισχύοντας την εκπαίδευση, με τον μέσο όρο δια ζώσης εκπαίδευσης των γυναικών να αυξάνεται κατά 26,58% και των ανδρών κατά 4,59%. Παράλληλα, μέσω του προγράμματος «EY ZHN», εστίασε στη σωματική και ψυχική ευεξία των εργαζομένων, με δράσεις που περιλάμβαναν υγεία, άθληση και διατροφή.

Η κα Λήδα Φουρλή, Διευθύντρια Βιώσιμης Ανάπτυξης και Κοινωνικής Υπευθυνότητας, δήλωσε: «Εδώ και 75 χρόνια, ο Όμιλος Furlis παραμένει πιστός στις αξίες του, οι οποίες καθοδηγούν κάθε ενέργεια και απόφαση. Οραματιζόμαστε συνθήκες ευημερίας για όλους, δημιουργώντας μια βιώσιμη ζωή γεμάτη ικανοποίηση για κάθε άνθρωπο και κοινωνία. Με διαφάνεια, ήθος και ακέραιες σχέσεις, συνεχίζουμε να προσφέρουμε αξία σε όλους».

Η πλήρης Έκθεση Βιώσιμης Ανάπτυξης και Κοινωνικής Υπευθυνότητας για το οικονομικό έτος 2023 είναι διαθέσιμη στην ελληνική και αγγλική γλώσσα [εδώ](#).

ΚΑΛΛΙΔΑ ΖΑΧΟΠΟΥΛΟΥ

Όταν
νυχτώνει
στα στενά



μυθιστόρημα

Παρουσίαση του βιβλίου «Όταν νυχτώνει στα στενά» στον ΙΑΝΟ

Την Τρίτη 17 Δεκεμβρίου, στις 17.30 η Αλυσίδα Πολιτισμού ΙΑΝΟΣ και οι Εκδόσεις Ψυχογιός, διοργανώνουν παρουσίαση του βιβλίου της Καλλιδα Ζαχοπούλου, με τίτλο «Όταν νυχτώνει στα στενά».

Με τη συγγραφέα θα μιλήσει η blogger Αλεξάνδρα Βαλά.

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 Χαρά έχει τάσεις φυγής και στη Μάγδα αρέσουν και οι γυναίκες, ο Χρήστος χάνεται σε εγκεφαλικά μαρτύρια και ο Νίκος πίνει υπερβολικά πολύ. Μια παρέα που ξενοχτά και διαλύεται και συναρμολογείται με φόντο το χαοτικό κέντρο της Αθήνας. Μια παρέα που ζει σε ένα τοπίο κίτρινο, μπλε και κόκκινο, ένα τοπίο μαγικό με μπόλικες ερωτήσεις και ελάχιστες απαντήσεις. Ένα συγκινητικό αφήγημα για τον πόνο, τη λύτρωση και την αναζήτηση του ίδιου μας του εαυτού μέσα στο αστικό τοπίο.

Η πορεία ενός κοινού καθάρματος



Ο Κλεμάν Ντιπρέ, άριστος φοιτητής Νομικής, προσλαμβάνεται στη γαλλική αστυνομία το 1942. Σε αντίθεση με άλλους συναδέλφους του, ο Ντιπρέ δεν αναμειγνύεται στην πολιτική. Θέτει την εξυπνάδα και την παρατηρητικότητα του στην υπηρεσία των ανωτέρων του και αναλαμβάνει να εντοπίζει και να εξουδετερώνει όσους διάκινται εχθρικά προς το δωσιλογικό καθεστώς του Βισί. Αρχίζει έτσι μια μακρά δημοσιοϋπαλληλική σταδιοδρομία που φαινομενικά είναι άμεμπτη...

Μέσα από τη δράση τού πρωταγωνιστή ο συγγραφέας ζωντανεύει σαράντα χρόνια γαλλικής ιστορίας, από τις μαζικές συλλήψεις των Εβραίων το 1941 έως τις προεδρικές εκλογές του 1981: τη γερμανική κατοχή, την απελευθέρωση, το τέλος της αποικιοκρατίας, τα φοιτητικά κινήματα, τα πολιτικά σκάνδαλα, τις εργατικές απεργίες και την αστυνομική καταστολή.

quote of the day

NATURE, TO BE COMMANDED, MUST BE OBEYED

Francis Bacon

**Σήμερα
γιορτάζουν!**

Διονύσιος,
Διονυσία, Δανιήλ,
Δανιέλα, Ανανίας



tip of the day

**Nothing can have
value without
being an object of
utility.**

Karl Marx