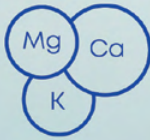


Καθαρό σαν την αλήθεια

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



**ΓΙΑΤΙ ΤΣΑΚΩΝΟΜΑΣΤΕ ΣΤΑ ΓΙΟΡΤΙΝΑ
ΤΡΑΠΕΖΙΑ; ΤΟ HARVARD ΒΡΗΚΕ
ΤΗΝ ΕΞΗΓΗΣΗ**

Good
morning
SayYessers!



**Φτιάξε καφέ
να στα πω...**



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Καλή χρονιά και καλώς μας ήρθες, 2025!

Νέα χρονιά, νέες ευκαιρίες, νέες ελπίδες! Αλλά ξέρεις τι άλλο φέρνει μαζί της; Εκείνη την παλιά, γνωστή αγωνία: «Τι θα κάνω φέτος; Θα πετύχω τους στόχους μου; Θα καταφέρω να αλλάξω τη ζωή μου όπως θέλω;» Και κάπου εκεί αρχίζει το τρέξιμο, το άγχος, το γνωστό πανηγύρι των «πρέπει».

STOP! Πάτα το φρένο! Γιατί το 2025 δεν ήρθε για να μας δει να σέρνουμε βαλίτσες γεμάτες υποχρεώσεις και ενοχές. Ήρθε για να μας προκαλέσει να ζήσουμε. Και ξέρεις τι σημαίνει αυτό; Να βάλουμε λίγο πάθος, λίγο θάρρος και πολύ «εγώ αξίζω» στη μέρα μας.

Ξέχνα τους τέλειους στόχους και τις μεγαλεπήβολες λίστες. Ξεκίνα από τα μικρά. Ξεκίνα από αυτά που κάνουν την καρδιά σου να χτυπάει πιο γρήγορα. Θέλεις να πας εκείνο το ταξίδι που ονειρεύεσαι χρόνια; Κλείσε το εισιτήριο. Θέλεις να αλλάξεις δουλειά; Ξεκίνα να στέλνεις βιογραφικά. Θέλεις να αγαπήσεις λίγο παραπάνω τον εαυτό σου; Ξεκίνα να αλλάζεις μέσα και έξω ότι δεν σου αρέσει.

Δεν χρειάζεται να κάνεις τεράστιες αλλαγές. Μια μικρή απόφαση αρκεί. Γιατί; Γιατί αυτή η μικρή απόφαση είναι το πρώτο βήμα για να φέρεις την αλλαγή που τόσο θέλεις.

Και προς Θεού, μην περιμένεις ότι όλα θα πάνε ρολόι φέτος. Θα έχει μάχες. Θα έχει εμπόδια. Αλλά εδώ είναι το μυστικό: μην σταματήσεις να παλεύεις για ό,τι θέλεις. Ο κόσμος πάντα θα σου λέει ότι δεν μπορείς. Το θέμα είναι τι θα πεις εσύ στον εαυτό σου και τι θα αποδείξεις εσύ σε σένα με τις πράξεις σου.

Και αν κάπου εκεί μέσα στη χρονιά νιώσεις κουρασμένος, χαμένος, απογοητευμένος θυμήσου αυτό: κάθε μέρα είναι μια καινούργια ευκαιρία να ξαναρχίσεις. Μην το ξεχνάς.

Tip of the Day: Σήμερα, κάνε ένα «δώρο» στον εαυτό σου. Γράψε σε ένα χαρτί την πιο τρελή σου επιθυμία. Κόλλησε το στο ψυγείο και κοίταζε το κάθε μέρα. Θα σου θυμίζει γιατί αξίζει να παλεύεις.

Έτοιμος; Γιατί το 2025 είναι ήδη εδώ και περιμένει να του δείξεις τι μπορείς να κάνεις. Και εσύ, SayYesser, μπορείς τα πάντα! Εμπιστεύσου με!

Και όπως λέει και ο φίλος μας ο Μάρκος ο Zuckerberg: το πιο επικίνδυνο πράγμα είναι να μην παίρνεις ρίσκα. Τι περιμένεις λοιπόν; Βγες εκεί έξω και ζήσε!

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Γιατί τσακωνόμαστε στα γιορτινά τραπέζια; Το Harvard βρήκε την εξήγηση



Αν έχεις πέσει θύμα μιας οικογενειακής γιορτινής αψιμαχίας, είτε πάνω από τη γαλοπούλα είτε γύρω από τη βασιλόπιτα, μην αισθάνεσαι μόνος. Το φαινόμενο των καβγάδων κατά τις γιορτές είναι συχνό και όχι μόνο στη χώρα μας, όπως έδειξε και μια έρευνα του Harvard.

Οι αδιάκριτες ερωτήσεις, όπως «Εσύ πότε θα παντρευτείς;», «Πότε θα κάνεις παιδιά;», «Γιατί δεν έχεις βρει ένα καλό παιδί να νοικοκυρευτείς;» και άλλες παρόμοιες, συχνά δυναμιτίζουν το κλίμα, ειδικά σε μία οικογενειακή συγκέντρωση, η οποία προορίζεται για να διατηρηθεί η αρμονία και η οικογενειακή ατμόσφαιρα, αλλά τελικά καταλήγει να εξελίσσεται σε ναρκοπεδίο αντιπαράθεσων.

Αυτό το συνηθισμένο φαινόμενο, ωστόσο, δεν αφορά μόνο εμάς, αλλά και την επιστημονική κοινότητα,

η οποία έχει προσπαθήσει να κατανοήσει τους λόγους για τους οποίους συμβαίνουν οι καβγάδες κατά τη διάρκεια των γιορτών.

Σύμφωνα με τον Justin Gillis, έναν κλινικό θεραπευτή στο νοσοκομείο McLean που συνδέεται με το Harvard και την έρευνα που διεξήγαγε, όλοι είμαστε πιο επιρρεπείς σε αυτές τις συγκρούσεις των διακοπών εξαιτίας μιας ποικιλίας στρεσογόνων παραγόντων.



Ο Gillis επισημαίνει ότι κατά τη διάρκεια των διακοπών γινόμαστε πιο ευάλωτοι συναισθηματικά, γεγονός που δυσχεραίνει την αποτελεσματική επικοινωνία. Οι αυξημένες συναισθηματικές ανάγκες μας για αγάπη, τρυφερότητα και αποδοχή, μας δημιουργούν εντάσεις, που επηρεάζουν τη

λογική και τη συμπεριφορά μας, οδηγώντας μας σε αμυντικές ή επιθετικές τακτικές, ανάλογα την περίπτωση.

Παράλληλα, η κατανάλωση αλκοόλ κατά τις γιορτές μπορεί να εντείνει τις διαφωνίες. Σύμφωνα με έρευνα του 2021 από τα Κέντρα Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (CDC), το 57% των συμμετεχόντων δήλωσε ότι είδε τουλάχιστον ένα μέλος της οικογένειας να γίνεται πιο επιρρεπές σε συγκρούσεις κατά τη διάρκεια των διακοπών λόγω υπερβολικής κατανάλωσης αλκοόλ. Όπως είναι γνωστό, το αλκοόλ μειώνει τις αναστολές και δυσκολεύει τη διατήρηση της ψυχραιμίας και της συγκέντρωσης.

Αν και οι εντάσεις είναι σύνηθες φαινόμενο κατά τις γιορτές, υπάρχουν αποτελεσματικές μέθοδοι για να τις διαχειριστούμε και να τις αποτρέψουμε από το να κλιμακωθούν. Ο σωστός προγραμματισμός και ο καθορισμός σαφών ορίων εκ των προτέρων είναι σημαντικά βήματα για την αποφυγή περιττών διαφωνιών.

Ο Gillis προτείνει κάποιες πρακτικές συμβουλές:

Όρισε χρονικά όρια για τις οικογενειακές συγκεντρώσεις. Δεν χρειάζεται να διαρκούν ατελείωτα. Φάτε, κουβεντιάστε και μετά ας επιστρέψει ο καθένας στις δραστηριότητές του.

Ζήτησε βοήθεια από κάποιον που εμπιστεύεσαι. Η στήριξη από κάποιον με τον οποίο συμφωνείς, μπορεί να βοηθήσει να μετριαστούν οι εντάσεις σε δύσκολες στιγμές.

Προετοίμασε απαντήσεις για τις αδιάκριτες ερωτήσεις. Αυτό θα σε βοηθήσει να σταματήσεις οποιαδήποτε άβολη κουβέντα και να αποτρέψεις τη συνέχισή της.



Πώς να μειώσεις την ένταση την επόμενη φορά, αν δεν την έχεις προλάβει:

Αν κάποιος κάνει μια άβολη ή προκλητική ερώτηση, είναι καλό να αλλάξεις θέμα και να στραφείς σε κάτι πιο ουδέτερο ή θετικό. Αναγνωρίζοντας ότι κάποιες απόψεις είναι αμετάβλητες, όπως και τα άτομα που τις εκφέρουν, μπορείς να καταλάβεις ότι η εμπλοκή σε συγκρούσεις δεν οδηγεί σε λύσεις. Οπότε το καλύτερο που έχεις να κάνεις είναι να παραμείνεις ψυχραιμος. Αν κάποιος είναι επιθετικός ή επικριτικός, ίσως αυτό να δείχνει την αξία που αποδίδει στη γνώμη σου. Η διατήρηση μιας ήρεμης και συμπονετικής στάσης μπορεί να βοηθήσει στην εκτόνωση της έντασης.

Επιπλέον, μην ξεχνάς ότι το οικογενειακό τραπέζι είναι για να γιορτάσεις και να περάσεις ευχάριστα, όχι για να εμπλακείς σε καβγάδες. Αυτό ίσως είναι το πιο σημαντικό από όλα.





Δώρα αγάπης από το Σύνδεσμο Ελλήνων Βιοτεχνών Παιδικών Παιχνιδιών και Αμαξών στο Παιδικό Χωριό SOS Βάρης

Μία απέραντη αγκαλιά, ένα ζεστό χαμόγελο και πολύ αγάπη μας πρόσφεραν τη Δευτέρα 30 Δεκεμβρίου 2024, τα παιδιά που φιλοξενούνται στο Παιδικό Χωριό SOS Βάρης.

Οι αγαπημένοι τραγουδιστές Καίτη Γαρμπή και Δημήτρης Σχοινάς, στηρίζοντας ανιδιοτελώς την κοινωνική μας δράση, μέσα σε μία όμορφη, εορταστική ατμόσφαιρα μοίρασαν στα παιδιά παιχνίδια μαζί με τον Πρόεδρο του Σ.Ε.Β.Π.Π.Α. Γιάννη Παπαδόπουλο.

Γέλια, χαρούμενες φωνούλες και χαμόγελα κατά την παραλαβή των παιχνιδιών, που δόθηκαν ονομαστικά και με βάση την ηλικία του κάθε παιδιού. Ο ενθουσιασμός των παιδιών απεριγράφτος όταν ξεκίνησε να τους τραγουδά η Καίτη Γαρμπή και ο γιός της Δημήτρης Σχοινάς, οι οποίοι έδωσαν απλόχερα στα παιδιά αγάπη και τρυφερότητα.

Οι επιχειρήσεις, που στήριξαν φέτος την πρωτοβουλία, είναι αλφαβητικά οι ακόλουθες:

ANG SALES I.K.E., MATTEL A.E.B.E., MAX STORES A.B.E.E., STAR BALLS & TOYS A.E., ΔΕΝΕΓΡΗΣ Δ. Β. & ΣΙΑ Ε.Ε. / LION BALLOONS & PARTY, ΔΕΣΥΛΛΑΣ Α. ΜΟΝ/ΠΗ Ε.Π.Ε. / ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΔΕΣΥΛΛΑΣ, ΕΝΑΡΞΙΣ ΔΥΝΑΜΙΚΑ ΜΕΣΑ Ε.Π.Ε. / ENARXIS DYNAMIC MEDIA, ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΕΣ ΒΕΡΔΕ ΚΥΒΙΚΑ ΛΟΓΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ Α.Ε.Β.Ε., ΚΟΥΡΚΑΚΗ Α. & ΚΟΥΡΚΑΚΗ Β. Ο.Ε. / PLAN TOYS GREECE, ΚΟΥΤΡΟΠΟΥΛΟΣ Α. & Γ. & ΣΙΑ Ο.Ε., ΛΙΜΝΙΔΗΣ Α.Ε.Β.Ε. / MG TOYS, ΜΟΥΣΤΑΚΑΣ Ν. ΓΕΩΡΓΙΟΣ Α.Ε.Β.Ε., ΝΤΟΒΑΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ & ΣΙΑ Ε.Ε. / A PLAY, ΡΕΜΟΥΝΔΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ & ΣΙΑ Ε.Ε. / REMOUNDO TOYS, ΤΖΙΤΖΙΔΟΥ ΧΡ. ΕΛΕΝΗ / A TOYS, ΧΡΙΣΤΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ Α.Ε.Γ.Ε.Ε.

Δ. Μασούτης: Η μοναδική αλυσίδα σούπερ μάρκετ που έκλεισε 1 ώρα νωρίτερα την παραμονή Χριστουγέννων για να γιορτάσουν οι εργαζόμενοι με τις οικογένειές τους

Σε μια κίνηση που αποδεικνύει έμπρακτα τον σεβασμό και την αγάπη της προς το ανθρώπινο δυναμικό της, η Δ. Μασούτης επέλεξε να κλείσει όλα τα καταστήματά της την παραμονή των Χριστουγέννων στις 20:00, μία ώρα νωρίτερα από το συνηθισμένο ωράριο. Η Δ. Μασούτης ήταν η μοναδική αλυσίδα σούπερ μάρκετ που προχώρησε σε αυτή την πρωτοβουλία, δίνοντας τη δυνατότητα στους εργαζομένους της να περάσουν περισσότερο χρόνο με τις οικογένειές τους σε αυτές τις ξεχωριστές στιγμές.

Αυτή η συμβολική αλλά ουσιαστική ενέργεια τονίζει τη δέσμευση της εταιρείας στην ευημερία των ανθρώπων της και έρχεται να προστεθεί σε ένα ευρύτερο πλαίσιο ενεργειών στήριξης του προσωπικού, όπως είναι τα μέτρα έκτακτης οικονομικής ενίσχυσης και οι συνεχείς παροχές προς τους εργαζομένους.

Η Δ. Μασούτης αναγνωρίζει τις απαιτητικές συνθήκες που επικρατούν κατά την εορταστική περίοδο και εκφράζει την ευγνωμοσύνη της για την αφοσίωση και την υπερπροσπάθεια του προσωπικού της. Με αυτή την πρωτοβουλία, στέλνει ένα ισχυρό μήνυμα ανθρωπιάς και ενσυναίσθησης, επιβεβαιώνοντας ότι το ανθρώπινο δυναμικό βρίσκεται στην καρδιά της φιλοσοφίας της.

Η αλυσίδα Μασούτης παραμένει αφοσιωμένη στη φροντίδα των ανθρώπων της, αποδεικνύοντας για ακόμη μία φορά ότι οι εργαζόμενοι είναι το μεγαλύτερο κεφάλαιο της εταιρείας.



Κλοπή δεδομένων μέσα από αυτόματες ταΐστρες κατοικίδιων



Καθώς τα πάντα, συμπεριλαμβανομένων των κατοικίδιων μας, αρχίζουν να αποκτούν μία ψηφιακή διάσταση, η ασφάλεια των συνδεδεμένων συσκευών και των δικτύων τους θα είναι το κλειδί για να διατηρήσουμε τις πληροφορίες αλλά και τα πιο πολύτιμα υπάρχοντά μας ασφαλή. Οι ερευνητές της Kaspersky μελέτησαν αρκετές δημοφιλείς αυτόματες ταΐστρες κατοικίδιων και διαπίστωσαν ότι ορισμένες από αυτές έχουν ευπάθειες που επιτρέπουν σε εισβολείς να κατασκοπεύουν κρυφά τα θύματα, να κλέβουν δεδομένα -συμπεριλαμβανομένων εγγραφών κάμερας και μικροφώνου- να έχουν πρόσβαση σε άλλες συσκευές μέσα στο ίδιο δίκτυο και να αποκτούν τον πλήρη έλεγχο της συσκευής.

Στον διασυνδεδεμένο κόσμο μας, συσκευές όπως οι ταΐστρες κατοικίδιων γίνονται πιο έξυπνες με τη σύνδεση στο διαδίκτυο. Οι έξυπνες ταΐστρες κατοικίδιων χορηγούν φαγητό βάσει χρονοδιαγράμματος και προσφέρουν απομακρυσμένη παρακολούθηση και επικοινωνία μέσω λειτουργιών όπως μικρόφωνα, ηχεία και κάμερες. Ελέγχονται μέσω μιας εφαρμογής για κινητά, επιτρέποντας εύκολη διαχείριση και ενημερώσεις.

Οι ειδικοί της Kaspersky πραγματοποίησαν ανάλυση ασφαλείας σε μία δημοφιλή έξυπνη ταΐστρα κατοικίδιων που διατίθεται σε online marketplaces. Η μελέτη αποκάλυψε πολλά σημαντικά ζητήματα ασφαλείας, συμπεριλαμβανομένης της χρήσης hard-coded διαπιστευτηρίων και μιας επισφαλούς διαδικασίας ενημέρωσης firmware. Εάν γίνει εκμετάλλευση από απομακρυσμένο εισβολέα, αυτές οι ευπάθειες θα μπορούσαν να επιτρέψουν τη μη εξουσιοδοτημένη εκτέλεση κώδικα, την τροποποίηση των ρυθμίσεων της συσκευής και την κλοπή ευαίσθητων πληροφοριών, συμπεριλαμβανομένων των ζωντανών ροών βίντεο που αποστέλλονται στον cloud server. Τέτοιες αδυναμίες θα μπορούσαν ενδεχομένως να μετατρέψουν το pet feeder σε εργαλείο παρακολούθησης, θέτοντας σε κίνδυνο το απόρρητο και την ασφάλεια των χρηστών.

Η υπό μελέτη έξυπνη ταΐστρα είναι συμβατή με φωνητικούς βοηθούς, επιτρέποντας στους χρήστες να την ελέγχουν χρησιμοποιώντας φωνητικές εντολές. Ωστόσο, υπάρχει ένα κρίσιμο ελάττωμα ασφαλείας στη ρύθμισή της. Το όνομα χρήστη και ο κωδικός πρόσβασης του MQTT broker είναι κωδικοποιημένα στο εκτελέσιμο αρχείο,

Investigating the weaknesses of smart pet feeders



kaspersky



Unauthorized Access & Data Theft

Your pet feeder can become a surveillance tool. Attackers can gain access to the device and steal sensitive information, like video footage, jeopardizing your privacy.



Pet's Health at Risk

Tampering with feeding schedules can harm your pet's health. Ensure their well-being and avoid unnecessary financial and emotional burdens.



Chain Reaction of Attacks

Beware of chain reaction attacks. Once an attacker controls your pet feeder, they can pivot to target other devices in your network, putting your entire system at risk.

καθιστώντας τα ίδια για όλες τις συσκευές του ίδιου μοντέλου. Αυτή η ευπάθεια ενέχει σημαντικό κίνδυνο, επειδή ένας εισβολέας που αποκτά τον έλεγχο μιας ταΐστρας μπορεί να την εκμεταλλευτεί για να εξαπολύσει επόμενες επιθέσεις σε άλλες συσκευές του δικτύου. Ο εισβολέας μπορεί να υποκλέψει και να χειριστεί τις εντολές, αναλαμβάνοντας ενδεχομένως τον πλήρη έλεγχο της συσκευής.

Τέλος, η παραβίαση των προγραμμάτων ταΐματος θα μπορούσε να θέσει σε κίνδυνο την υγεία του κατοικίδιου και να προσθέσει επιπλέον οικονομική και συναισθηματική επιβάρυνση στον ιδιοκτήτη.

«Καθώς οι ζωές μας είναι άρρηκτα συνυφασμένες με έξυπνες συσκευές, οι εισβολείς εκμεταλλεύονται τη δυνατότητα να επωφεληθούν από τους πιο αδύναμους κρίκους στο διασυνδεδεμένο οικοσύστημά μας. Είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε τους πιθανούς κινδύνους που θέτουν οι απροσδόκητες συσκευές και να διατηρούμε μια συνεχή κατάσταση επαγρύπνησης. Παραμένοντας ενημερωμένοι, εφαρμόζοντας καλή ψηφιακή υγιεινή και ενισχύοντας τη συλλογική ευθύνη για την ασφάλεια, μπορούμε να εμποδίσουμε την ενίσχυση των επιτιθέμενων και να διατηρήσουμε την ακεραιότητα του διασυνδεδεμένου κόσμου μας», σχολιάζει ο Roland Sako, ειδικός σε θέματα ασφάλειας της Kaspersky.

Η ομάδα της Kaspersky έχει αναφέρει στον προμηθευτή όλα τα τρωτά σημεία που εντοπίστηκαν.

Μάθετε περισσότερα σχετικά με την αδυναμία των έξυπνων pet feeders στο [Securelist.com](https://www.securelist.com).

Ήξερες ότι...

η πρώτη αυτόματη ταΐστρα πουλιών εφευρέθηκε για να βοηθήσει στην παρατήρηση άγριων πτηνών;

Η ιδέα ανήκει στον φυσιολάτρη Χανς Γκίλμπερτ, ο οποίος ήθελε να προσελκύσει σπάνια πουλιά στον κήπο του για να τα μελετήσει. Η ταΐστρα λειτουργούσε με έναν μηχανισμό που απελευθέρωνε σπόρους όταν τα πουλιά προσγειώνονταν σε αυτή, δίνοντας την ευκαιρία στον εφευρέτη να τα παρατηρεί χωρίς να τα ενοχλεί. Σήμερα, οι αυτόματες ταΐστρες έχουν εξελιχθεί και χρησιμοποιούνται από χιλιάδες λάτρεις των πουλιών παγκοσμίως!



Όμιλος ΔΕΗ: Ξεκίνησε η εμπορική λειτουργία δύο νέων αεριοστροβιλικών μονάδων στη Σαντορίνη Τι είναι και που χρησιμεύουν;



Ο Όμιλος ΔΕΗ ανακοίνωσε την έναρξη της εμπορικής λειτουργίας δύο νέων αεριοστροβιλικών μονάδων στο σταθμό ηλεκτροπαραγωγής στον Μονόλιθο Θήρας, με συνολική ονομαστική ισχύ 30 MW. Οι νέες μονάδες, με βαθμό απόδοσης 33%, έχουν σχεδιαστεί για να διασφαλίσουν την ενεργειακή επάρκεια του νησιού, ιδιαίτερα κατά τη θερινή περίοδο όπου η ζήτηση κορυφώνεται.

Με τη λειτουργία τους, οι δύο μονάδες θα καλύπτουν έως και το 50% των ενεργειακών αναγκών της Σαντορίνης κατά τους καλοκαιρινούς μήνες, προσφέροντας σταθερότητα και ασφάλεια στο δίκτυο ηλεκτροδότησης.

Τεχνολογική Αναβάθμιση με Περιβαλλοντική Συνείδηση

Οι νέες μονάδες ενσωματώνουν σύγχρονα συστήματα για τη μείωση των εκπομπών αέριων ρύπων και σωματιδίων, μειώνοντας το περιβαλλοντικό τους αποτύπωμα. Επιπλέον, η στάθμη θορύβου περιορίζεται στα 65 db στα όρια του σταθμού, γεγονός που τις καθιστά πιο φιλικές προς το περιβάλλον σε σχέση με τις υφιστάμενες μονάδες.

Εκσυγχρονισμός Σταθμών στη Νησιωτική Ελλάδα

Ο Όμιλος ΔΕΗ υλοποιεί ένα φιλόδοξο σχέδιο αναβάθμισης των σταθμών παραγωγής στη νησιωτική Ελλάδα. Στο πλαίσιο αυτό, τέσσερα επιπλέον μεγάλα έργα βρίσκονται

σε εξέλιξη σε Ηράκλειο Κρήτης, Σορώνη Ρόδου, Χίο και Λέσβο, με συνολική ισχύ άνω των 300 MW. Οι νέες μονάδες συμμορφώνονται πλήρως με την ευρωπαϊκή περιβαλλοντική νομοθεσία, αντικαθιστώντας τις παλαιότερες τεχνολογίες με σύγχρονες, υψηλής απόδοσης και χαμηλών ρύπων.

Στρατηγικός Στόχος: Ενεργειακή Επάρκεια και Ανεξαρτησία

Οι νέες μονάδες παραγωγής συμβάλλουν στη μείωση της εξάρτησης από το βαρύ πετρέλαιο (HFO) μέσω της χρήσης ντίζελ (LFO), ενώ μειώνουν σημαντικά τα λειτουργικά κόστη και τις Υπηρεσίες Κοινής Ωφέλειας (ΥΚΩ). Επιπλέον, η ευελιξία τους ενισχύει τη σταθερότητα του δικτύου και επιτρέπει μεγαλύτερη ενσωμάτωση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας.

Προοπτική για το Μέλλον: Νέες Μονάδες 1,8 GW έως το 2027

Σύμφωνα με το Στρατηγικό Σχέδιο του Ομίλου ΔΕΗ για την περίοδο 2025-2027, προβλέπονται σημαντικές επενδύσεις σε ευέλικτες μονάδες παραγωγής ενέργειας, όπως αεριοστροβιλικές και αντλησιοταμιευτικές, με στόχο την προσθήκη 1,8 GW εγκατεστημένης ισχύος έως το 2027. Οι μονάδες αυτές θα διασφαλίζουν την ενεργειακή επάρκεια και τη σταθερότητα του δικτύου, ενώ θα λειτουργούν υποστηρικτικά στις ΑΠΕ.



Ο Όμιλος ΔΕΗ συνεχίζει να επενδύει σε τεχνολογικές λύσεις αιχμής, ενισχύοντας την ενεργειακή ανεξαρτησία της χώρας και συμβάλλοντας ενεργά στη βιώσιμη ανάπτυξη.

Τι είναι όμως οι αεριοστροβιλικές μονάδες και σε τι χρησιμεύουν;

Οι αεριοστροβιλικές μονάδες είναι σύγχρονες μονάδες παραγωγής ηλεκτρικής ενέργειας, οι οποίες λειτουργούν με τη βοήθεια αεριοστροβίλων – μηχανών που μετατρέπουν την ενέργεια του καυσίμου (συνήθως φυσικό αέριο ή ντίζελ) σε ηλεκτρική ενέργεια. Μοιάζουν με μεγάλους κινητήρες αεροπλάνου που αντί να δίνουν ώθηση, παράγουν ηλεκτρισμό.

Πώς λειτουργούν;

- 1. Καύσιμο και αέρας:** Καύσιμο (όπως φυσικό αέριο ή ντίζελ) αναμιγνύεται με αέρα και καίγεται σε υψηλές θερμοκρασίες.
- 2. Περιστροφή του αεριοστροβίλου:** Η καύση δημιουργεί θερμά αέρια που κινούν τον στρόβιλο.
- 3. Παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας:** Η κίνηση του στροβίλου μετατρέπεται σε ηλεκτρική ενέργεια μέσω γεννήτριας.



Σε τι χρησιμεύουν;

1. Ενεργειακή επάρκεια:

Οι αεριοστροβιλικές μονάδες παράγουν ρεύμα γρήγορα και αποτελεσματικά, καλύπτοντας τις ανάγκες περιοχών όπου η ζήτηση είναι αυξημένη, όπως σε τουριστικά νησιά κατά τη θερινή περίοδο.

2. Ευελιξία στο δίκτυο:

Μπορούν να λειτουργούν σε σύντομο χρόνο και να υποστηρίζουν το ηλεκτρικό δίκτυο όταν υπάρχει αυξημένη ζήτηση ή διακοπή από άλλες πηγές ενέργειας.

3. Υποστήριξη ανανεώσιμων πηγών:

Επειδή η παραγωγή από ανανεώσιμες πηγές (όπως αιολικά ή φωτοβολταϊκά) εξαρτάται από τον καιρό, οι αεριοστροβιλικές μονάδες λειτουργούν συμπληρωματικά, εξασφαλίζοντας σταθερή παροχή ρεύματος.

4. Περιβαλλοντική βελτίωση:

Οι νέες αεριοστροβιλικές μονάδες είναι πιο αποδοτικές και εκπέμπουν λιγότερους ρύπους σε σχέση με τις παλιότερες μονάδες που λειτουργούν με βαρύ πετρέλαιο.

Γιατί είναι σημαντικές;

Σε περιοχές όπως τα νησιά, όπου το δίκτυο ηλεκτροδότησης είναι απομονωμένο από την ηπειρωτική Ελλάδα, οι αεριοστροβιλικές μονάδες διασφαλίζουν ότι θα υπάρχει επαρκές και αξιόπιστο ρεύμα, ακόμα και στις πιο απαιτητικές περιόδους. Με αυτές τις μονάδες, η ενέργεια γίνεται πιο καθαρή, πιο σταθερή και πιο οικονομική.

Το μεγαλύτερο σιδηροδρομικό ταξίδι του κόσμου: Από την Πορτογαλία στη Σιγκαπούρη σε 21 ημέρες



Το μεγαλύτερο ταξίδι με τρένο στον κόσμο ξεκινά από την πόλη Λάγκος, την πιο μεγάλη πόλη στο δυτικό Αλγκάρβε της Πορτογαλίας. Οι ταξιδιώτες έχουν την ευκαιρία να χαλαρώσουν σε μία από τις πολλές παραλίες, να θαυμάσουν τους μοναδικούς βραχώδεις σχηματισμούς Ponta da Piedade, ή να περπατήσουν στα στενά δρομάκια της παλιάς πόλης πριν επιβιβαστούν στο τρένο. Το ταξίδι συνεχίζεται στην πρωτεύουσα της Πορτογαλίας, τη Λισαβόνα, και κατόπιν προς την μικρή γαλλική κοινότητα Hendaye στη Χώρα των Βάσκων και το Παρίσι.

Η διαδρομή περνά από διάφορες πόλεις, με τους επιβάτες να φτάνουν στην Κίνα. Στη συνέχεια, αλλάζουν τρένο και κατευθύνονται προς το Λάος. Ακολουθώντας, αλλάζουν

ξανά τρένο για να ταξιδέψουν προς την Μπανγκόκ, την πρωτεύουσα της Ταϊλάνδης. Τελευταία στάση είναι το Padang Besar, μια μικρή πόλη στα σύνορα μεταξύ Ταϊλάνδης και Μαλαισίας, όπου οι επιβάτες παίρνουν το τελευταίο τρένο προς τη Σιγκαπούρη.

Αυτή η εξαιρετική διαδρομή διαρκεί περίπου 21 ημέρες, περνώντας από 13 χώρες και προσφέροντας στους ταξιδιώτες μια μοναδική εμπειρία σε Ευρώπη και Ασία. Παρά το μακρύ ταξίδι, το σιδηροδρομικό ταξίδι δεν είναι τόσο ακριβό όσο μπορεί να φαίνεται, με το κόστος για τους επιβάτες να ανέρχεται σε 1.350 δολάρια (1.065 λίρες ή 1.200 ευρώ).

Ήξερες ότι...

υπάρχει σιδηροδρομικό ταξίδι που διαρκεί έξι ημέρες χωρίς στάση;

Το Υπερσιβηρικό Τρένο στη Ρωσία είναι το μακρύτερο συνεχές σιδηροδρομικό δρομολόγιο στον κόσμο! Η διαδρομή καλύπτει περίπου 9.289 χιλιόμετρα, συνδέοντας τη Μόσχα με το Βλαδιβοστόκ. Κατά τη διάρκεια του ταξιδιού, περνάς από 8 ζώνες ώρας, βλέπεις αμέτρητα τοπία και διασχίζεις 16 μεγάλες ποτάμιες γέφυρες. Ένας πραγματικός μαραθώνιος πάνω σε ράγες!



Η μακρά ιστορία του πανετόνε: Πώς δημιουργήθηκε το ιταλικό χριστουγεννιάτικο γλυκό, που έχει κατακτήσει τον πλανήτη;



Το πανετόνε, αυτό το αφράτο και απολαυστικό γλύκισμα με καραμελωμένα φρούτα, σταφίδες ή σοκολάτα, είναι το απόλυτο χριστουγεννιάτικο γλυκό. Συνοδεύει τέλεια τον καφέ, ή ολοκληρώνει με τον πιο γλυκό τρόπο ένα εορταστικό δείπνο. Η ιστορία του χάνεται στους αιώνες και συνοδεύεται από θρύλους, μύθους και ανταγωνισμούς, που διαμόρφωσαν τη σημερινή του μορφή.

Η λέξη «πανετόνε» προέρχεται, σύμφωνα με κάποιους γλωσσολόγους, από το ιταλικό «panetto», που σημαίνει «μικρό ψωμί», το οποίο με την αυξητική κατάληξη «-one» γίνεται «μεγάλο ψωμί». Άλλοι πάλι θεωρούν ότι προέρχεται από τη μιλανέζικη φράση «pan del ton», που σημαίνει «πολυτελές ψωμί». Ένας θρύλος υποστηρίζει ότι το όνομα συνδέεται με τον Τόνι, έναν φούρναρη που φέρεται να δημιούργησε τυχαία αυτή τη λιχουδιά.

Οι πιο γνωστοί μύθοι

Ένας από τους πιο γνωστούς μύθους αναφέρει πως ο Τόνι, υπεύθυνος για τα γιορτινά ψωμιά του δούκα Λουδοβίκου Ντι Μόρο, αναγκάστηκε να αυτοσχεδιάσει, όταν κάηκαν οι focaccas που ετοίμαζε. Χρησιμοποιώντας ό,τι υλικά είχε στη διάθεσή του, έφτιαξε μια ζύμη με αυγά, μέλι, σταφίδες και ζαχαρωμένα φρούτα, δημιουργώντας αυτό που σήμερα γνωρίζουμε ως πανετόνε.

Ένας άλλος μύθος συνδέει τη δημιουργία του με τον αριστοκράτη Ουγκέτο, ο οποίος, μεταμφιεσμένος σε φούρναρη, έφτιαξε αυτό το γλυκό ψωμί για να εντυπωσιάσει την αγαπημένη του και την οικογένειά της, καταφέροντας να κερδίσει την καρδιά της.





Στις αρχές του 20ού αιώνα, το πανετόνε απέκτησε τη σύγχρονη μορφή του. Το 1919, ο Angelo Motta επέκτεινε τη διαδικασία ζύμωσης, αφήνοντας τη ζύμη να φουσκώσει για 20 ώρες, και τριπλασίασε το ύψος του γλυκίσματος. Παράλληλα, ο Gioacchino Alemagna δημιούργησε τη δική του εκδοχή, ξεκινώντας έναν ανταγωνισμό, που οδήγησε τους φούρνους σε όλη την Ιταλία να τελειοποιούν τις συνταγές τους.



Πώς φτιάχνεται το πανετόνε

Η παραγωγή του πανετονε παραμένει απαιτητική και περιλαμβάνει τη χρήση φυσικού προζυμιού, το οποίο ωριμάζει για περίπου 15 ημέρες. Μετά από το ψήσιμο, κρεμιέται ανάποδα μέχρι να κρυώσει, διατηρώντας το χαρακτηριστικό του σχήμα. Συχνά, πασπαλίζεται με άχνη ζάχαρη, ή επικαλύπτεται με σοκολάτα, ενώ διάσημοι σεφ το εμπλουτίζουν με κρέμες, όπως μασκαρπόνε ή κρεμ ανγκλέζ.

Προσιτό σε όλους μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, το πανετόνε καθιερώθηκε ως το αγαπημένο γλυκό των Χριστουγέννων. Από τις κουζίνες της Ιταλίας μέχρι τα γιορτινά τραπέζια όλου του κόσμου, αποτελεί μια λιχουδιά γεμάτη παράδοση, γεύση και ιστορία.

SAY *yes* to the Pastry Chef

Δοκιμάστε!

Ο pastry chef Αντώνης Σελέκος έχει δημιουργήσει φέτος το «Hazelnut», με δύο είδη σοκολάτας εσωτερικά -μπίτερ και γάλακτος- και με πάρα πολλά καραμελωμένα φουντούκια στην κορυφή, τα οποία κάθονται πάνω σε πλούσια αμυρή καραμέλα. Το «Signature», με σταφίδες από την Κρήτη, βακκίνια (cranberries), μπίτερ σοκολάτα και κονφί πορτοκάλι και λεμόνι και το «Μήλο» φτιαγμένο με καραμελωμένα ξινόμηλα, κανέλα, μοσχοκάρυδο και στην κορυφή καραμέλα και μπισκότα streusel από κανέλα και καστανή ζάχαρη θα ικανοποιήσουν και τους πιο απαιτητικούς ουρανίσκους. Τις επόμενες ημέρες σκοπεύει να δημιουργήσει ακόμη ένα με εσπρέσο, τζιαντούγια και toffee caramel.

Μάλιστα, στον χώρο του, το Antonis Selekos Conceptual Desserts (Εριφύλης 2, Παγκράτι, τηλ.: 2107248888) μπορεί να δει κανείς όλη τη διαδικασία παρασκευής.



Τα κρυφά ημερολόγια της βασίλισσας Ελισάβετ αποκαλύπτονται στο κοινό



Τα προσωπικά ημερολόγια της βασίλισσας Ελισάβετ ετοιμάζονται να αποκαλύψουν ένα κρυμμένο κομμάτι της ζωής της, δύο χρόνια μετά από τον θάνατό της, τον Σεπτέμβριο του 2022. Αν και το κοινό δεν θα έχει άμεση πρόσβαση σε αυτά, οι σημειώσεις της θα μελετηθούν από έμπειρους βιογράφους, προσφέροντας μια σπάνια ματιά στον ιδιωτικό της κόσμο.

Η παράδοση θέλει κάθε μονάρχη να αναθέτει σε έναν ιστορικό τη συγγραφή της βιογραφίας του προκατόχου του. Αυτό είχε γίνει για τελευταία φορά τη δεκαετία του 1950, όταν καταγράφηκε η ζωή του βασιλιά Γεωργίου VI, πατέρα της Ελισάβετ. Τώρα, ο βασιλιάς Κάρολος Γ' φαίνεται αποφασισμένος να συνεχίσει αυτή την πρακτική, επιλέγοντας έναν ιστορικό, που θα αντλήσει στοιχεία από τις προσωπικές καταγραφές της βασίλισσας.

Τα ημερολόγια αυτά δεν είναι απλώς αρχεία γεγονότων. Αποτυπώνουν δεκαετίες προσωπικών σκέψεων, διλημάτων και αποφάσεων, αποκαλύπτοντας τον άνθρωπο πίσω από το στέμμα. Μέσα από τις σημειώσεις της βασίλισσας, αναμένεται να ξεδιπλωθούν άγνωστες πτυχές της ζωής της: από τα συναισθήματα και τις αμφιβολίες της έως τον τρόπο που χειρίστηκε κρίσιμες στιγμές της Ιστορίας.

Παρόλο που οι πιο ιδιωτικές της σκέψεις θα παραμείνουν προστατευμένες, αυτά τα γραπτά θα δώσουν στον βιογρά-

φο τη δυνατότητα να σκιαγραφήσει ένα πλήρες και ακριβές πορτρέτο της βασίλισσας. Μέσα από αυτά, θα φωτιστούν οι ισορροπίες που διατήρησε ανάμεσα στον δημόσιο ρόλο της και στην προσωπική της ζωή.

Το υλικό που θα αντληθεί από τα ημερολόγια δεν είναι μόνο ένα μέσο για να κατανοηθεί η ιστορική σημασία της βασιλείας της, αλλά και ένας τρόπος να έρθουμε πιο κοντά στην προσωπικότητα και την ανθρώπινη πλευρά μιας γυναίκας, που αποτέλεσε σύμβολο σταθερότητας για πάνω από επτά δεκαετίες. Οι αποκαλύψεις που θα προκύψουν έχουν ήδη δημιουργήσει προσδοκίες για ένα βαθύ, συναρπαστικό ταξίδι στον κόσμο της βασίλισσας Ελισάβετ.

Ήξερες ότι...

η βασίλισσα Ελισάβετ είχε δικό της προσωπικό προπονητή για τα... περισσότερα της;

Η βασίλισσα αγαπούσε τα αγωνιστικά περισσότερα και διατηρούσε περισσότερα στο Σάντρινγκχαμ. Μάλιστα, τα περισσότερα της συμμετείχαν σε διεθνείς αγώνες, και η ίδια παρακολουθούσε με ενδιαφέρον την προετοιμασία τους, αποδεικνύοντας ότι το πάθος της για τη φύση πήγαινε πέρα από τα συνηθισμένα βασιλικά ενδιαφέροντα!



Οι ΟΝΑΡ Παρέα με τους Ποιητές

Το συγκρότημα ΟΝΑΡ «γεμίζει» το απόγευμα της Κυριακής, 12 Ιανουαρίου 2025, το Art Stage του Ωδείου "Πυξίδα" με μια ξεχωριστή καλλιτεχνική εμπειρία.

Με τις ερμηνείες του συγκροτήματος και τη συμμετοχή της χορωδίας του Ωδείου "Πυξίδα", θα ζωντανέψουν τραγούδια που άφησαν ανεξίτηλο σημάδι στη μνήμη και την ψυχή μας.

Στο αφιέρωμα αυτό, θα ταξιδέψουμε μέσα από τη μουσική και την ποίηση σπουδαίων Ελλήνων ποιητών, όπως ο Νίκος Καββαδίας, ο Οδυσσεάς Ελύτης, ο Μάνος Ελευθερίου, ο Νίκος Νεγρεπόντης, ο Τάσος Λειβαδίτης και ο Νίκος Γκάτσος.

Η ποίησή τους μετατράπηκε σε αριστουργήματα της ελληνικής μουσικής σκηνής από μεγάλους συνθέτες όπως ο Θάνος Μικρούτσικος, ο Μίκης Θεοδωράκης, ο Γιάννης Μαρκόπουλος, ο Γιάννης Σπανός και ο Δημήτρης Παπαδημητρίου.

Μετά το αφιέρωμα, η βραδιά θα συνεχιστεί με τραγούδια από τη δισκογραφία των ΟΝΑΡ και αγαπημένες διασκευές άλλων καλλιτεχνών, ολοκληρώνοντας ένα αξέχαστο μουσικό ταξίδι από την ποίηση στις νότες και από τους στίχους στις καρδιές μας.

Ημερομηνία: Κυριακή, 12 Ιανουαρίου 2025

Ώρα: 19:30

Τοποθεσία: Art Stage,

Ωδείο "Πυξίδα",

Τατοίου 58, Μεταμόρφωση, 2ος όροφος

Είσοδος: 7 ευρώ

Πληροφορίες & Κρατήσεις: 6937239163

Μιχάλης Μανουσάκης «Τέχνη Νοημοσύνη. Αναδρομή σαν μισή ανάσα»



Η έκθεση «Τέχνη Νοημοσύνη. Αναδρομή σαν μισή ανάσα» του Μιχάλη Μανουσάκη οργανώνεται υπό την αιγίδα της Ανωτάτης Σχολής Καλών Τεχνών, του Υπουργείου Πολιτισμού και του ΟΠΑΝΔΑ.

Η έκθεση συγκεντρώνει περίπου 200 έργα, που εκφράζουν τις προσωπικές του αγωνίες, συγκινήσεις και αναζητήσεις και καλύπτουν την περίοδο 1969-2024: έργα παλιά και νέα - κάποια από τα όποια παρουσιάζονται για πρώτη φορά-, ζωγραφικά έργα, γλυπτά, εγκαταστάσεις, βίντεο, παιχνίδια και έργα φίλων.

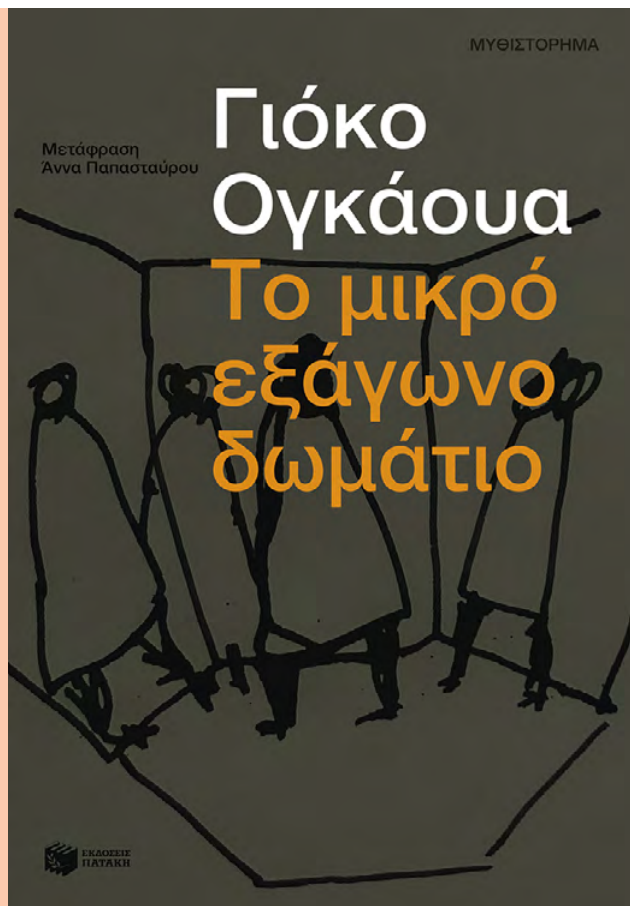
Στην αίθουσα «Νίκος Κεσσανλής» της ΑΣΚΤ, ο καλλιτέχνης αποτυπώνει τις σκέψεις του μέσα από ένα ταξίδι αφηγήσεων, χρωμάτων, ρυθμών και εικόνων που αντηχούν τον βαθύτερο ψυχισμό του.

Με θεματική που αναδεικνύει τις διαχρονικές αξίες της επιστροφής στις ρίζες, της αναγέννησης και της καθημερινής ελπίδας, ο Μανουσάκης συνθέτει μια οπτική και συναισθηματική εμπειρία. Το έργο του αποτελεί μια κατάθεση μνήμης και προσωπικών στιγμών, ένα οδοιπορικό ανάμεσα στο φως και το σκοτάδι.

Από: 09/01/2025 Εως: 15/02/2025 Εγκαίνια: Πέμπτη 9 Ιανουαρίου 2025, στις 19:00

Ώρες λειτουργίας: Πέμπτη, Παρασκευή, Σάββατο, Κυριακή 15:00 - 20:30

Αίθουσα «Νίκος Κεσσανλής» - Ανώτατη Σχολή Καλών Τεχνών, Πειραιώς 256, Αγ. Ιωάννης Ρέντης



Το μικρό εξάγωνο δωμάτιο

Μια νεαρή γυναίκα συναντάει στα αποδυτήρια ενός κολυμβητηρίου μια άγνωστη -παρουσία εντελώς συνηθισμένη και σιωπηλή-, που για κάποιο λόγο την εντυπωσιάζει. Την ξαναβρίσκει, μερικές μέρες αργότερα, να περπατάει στην πόλη συντροφιά με μια ηλικιωμένη κυρία. Αποφασίζει να τις ακολουθήσει. Μετά από ώρα, καταλήγουν σ' ένα εγκαταλελειμμένο συγκρότημα κτιρίων και πηγαίνουν στο γραφείο του επιστάτη. Τις βλέπει να κάθονται σε δυο καρέκλες, μοιάζουν κάτι να περιμένουν. Τι;

Τη σειρά τους για να μπουν σε μια μεγάλη λυόμενη ντουλάπα, στο «μικρό εξάγωνο δωμάτιο», το δωμάτιο των αφηγήσεων. Εκεί που μπαίνει κανείς και αφηγείται μια ιστορία κοιτάζοντας τον εαυτό του στον καθρέφτη. Εκεί που μπορεί να πει δυνατά ακόμα και πράγματα που δεν έχει ομολογήσει ποτέ και σε κανέναν, ιστορίες του παρελθόντος ως όνειρα του μέλλοντος, να αφηγηθεί στον εαυτό του την πραγματικότητα ως φαντασία και να γίνει, έτσι, η μνήμη του μυθοπλασία του εαυτού.

Το "Μικρό εξάγωνο δωμάτιο", γραμμένο το 1994, είναι μια ιστορία ενδοσκόπησης, παράξενη και διεισδυτική, που φωτίζει, σ' ένα «άνοιγμα» του χρόνου, σαν το εφήμερο εξάγωνο δωμάτιο, το πιο μύχιο κομμάτι του «εγώ».

«Φλας – Ένας σκύλος αφηγείται»



Το πρόσωπο της δεσποινίδας Μπάρετ ήταν το κουρασμένο πρόσωπο ενός άρρωστου ανθρώπου, που στερήθηκε τον αέρα, το φως, την ελευθερία. Ήταν το ζεστό χρωματιστό πρόσωπο ενός μικρού ζώου. Γεμάτη υγεία και ενέργεια. Χωρισμένοι και παρόλα αυτά προερχόμενοι από το ίδιο καλούπι, θα μπορούσε ο καθένας να εξέφραζε αυτό που κοιμόταν στον άλλον; Θα μπορούσε να ήταν – όλα αυτά, και αυτός – Αλλά όχι. Ανάμεσά τους άνοιξε ο βαθύτερος κόλπος που μπορούσε να χωρίσει δύο πλάσματα. Είχε το χάρισμα του λόγου. Του στερήθηκε. Ήταν γυναίκα. Ήταν σκύλος. Στενά συνδεδεμένοι, για πάντα διακριτοί, στάθηκαν εκεί παρατηρώντας ο ένας τον άλλον.

Μια φανταστική βιογραφία γεμάτη τρυφερότητα, η οποία αντικατοπτρίζει με λεπτότητα τη συγκινητική σχέση της δεσποινίδας Μπάρετ και του Φλας, του νεαρού κόκερ σπάνιελ της. Μεταξύ τους δημιουργείται ένας σιωπηλός διάλογος, χωρίς λόγια, που χαρακτηρίζεται από χειρονομίες και στοργικά βλέμματα

Η μεταφράστρια του βιβλίου Σπάρτη Γεροδήμου, σημειώνει: «Η Βιρτζίνια Γουλφ με την ιδιόμορφη, εξαιρετική γραφή της, με την ελευθερία και το χιούμορ της, την αντισυμβατικότητα του ύφους -κυρίως το ότι πειραματίστηκε και διέπρεψε στη "ροή της συνείδησης" (άλλως: "εσωτερικός μονόλογος": stream of consciousness)- μας δίνει ένα συναρπαστικό πορτραίτο της μεγάλης ποιήτριας Ελίζαμπεθ Μπάρετ Μπράουνινγκ».

quote of the day

I DO NOT SEEK. I FIND.
Pablo Picasso

Σήμερα
γιορτάζουν!
Ιωάννης, Ιωάννα,
Πρόδρομος



tip of the day

Once you bring life into
the world, you must
protect it. We must
protect it by changing
the world.

Elie Wiesel

7 Ιανουαρίου

- > Golden Globe Awards
- > Distaff Day
- > Harlem Globetrotter's Day
- > I Am a Mentor Day
- > I'm Not Going To Take It Anymore Day
- > National Bobblehead Day
- > National Pass Gas Day
- > National Tempura Day
- > Old Rock Day