

ΛΟΥΞ

Φυσική Ελληνική Απόλαυση



ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΣΘΗΚΗ ΖΑΧΑΡΗΣ!

ΧΩΡΙΣ ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΑ!

ΧΩΡΙΣ ΤΕΧΝΗΤΑ ΓΛΥΚΑΝΤΙΚΑ!

ΧΩΡΙΣ ΑΝΘΡΑΚΙΚΟ!

ΑΠΟΛΑΥΣΗ ΧΩΡΙΣ ΕΝΟΧΕΣ!



*Ανεξάρτητη καταναλωτική έρευνα, που διεξήχθη από την Circana σε δείγμα 3.200 καταναλωτών στην Ελλάδα.

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



**LOUD LOOKING:
ΤΙ ΑΠΟΚΑΛΥΠΤΕΙ Η ΕΡΕΥΝΑ
ΤΟΥ TINDER ΓΙΑ ΤΗ ΝΕΑ ΤΑΞΗ
ΣΤΙΣ ΓΝΩΡΙΜΙΕΣ ΤΟ 2025**

Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Πόσες φορές έμεινες σε καταστάσεις που ήξερες πως δεν σου κάνουν καλό; Σε σχέσεις που είχαν χάσει τη μαγεία τους, δουλειές που δεν σου έδιναν καμία ικανοποίηση, ή ακόμα και σε φίλιες που έμοιαζαν με αναμνήσεις παρά με ζωντανές συνδέσεις; Κι όμως, όσο περισσότερο έμενες, τόσο πιο δύσκολο γινόταν να φύγεις. Είναι σαν να κάθεται σε λάθος τρένο, ξέρεις πως δεν πάει εκεί που θες, αλλά φοβάσαι να κατέβεις – μήπως χάσεις την ευκαιρία να φτάσεις κάπου αλλού. Όμως βάλε καλά στο κεφαλάκι σου ότι όσο πιο πολύ μένεις στο λάθος τρένο, τόσο πιο ακριβό θα είναι το εισιτήριο της επιστροφής.

Κάθε απόφαση έχει το τίμημά της, αλλά ξέρεις ποια είναι η πραγματική παγίδα; Το εισιτήριο της επιστροφής. Όσο πιο πολύ παραμένεις σε κάτι που δεν σου ταιριάζει, τόσο μεγαλύτερο είναι το κόστος όταν έρθει η στιγμή να κάνεις το σωστό για σένα. Αυτό το κόστος δεν είναι πάντα χρηματικό. Μπορεί να είναι συναισθηματικό, ψυχικό ή ακόμα και σωματικό.

Αν το καλοσκεφτείς, το λάθος τρένο σου δίνει συνεχώς σήματα: η δυσφορία που νιώθεις κάθε πρωί, η αίσθηση ότι χάνεις τον εαυτό σου, η έλλειψη ενθουσιασμού. Όλα αυτά είναι τα σημάδια που σου λένε πως ήρθε η ώρα να πατήσεις το κουμπί «στάση».

Ναι, η αλλαγή είναι δύσκολη. Το άγνωστο φοβίζει. Αλλά θυμήσου: δεν έχεις ρίζες και σίγουρα δεν είσαι δέντρο. Μπορείς να μετακινηθείς. Κι αν δεν βρεις αμέσως το σωστό τρένο, δεν πειράζει. Καλύτερα να περιμένεις στον σταθμό παρά να κινείσαι συνεχώς προς τη λάθος κατεύθυνση.

Η ζωή είναι πολύτιμη και σύντομη για να τη σπαταλάς σε λάθος διαδρομές. Τι θα γινόταν αν έκανες σήμερα αυτό το βήμα που φοβάσαι; Αν κατέβαινες από εκείνο το τρένο που σε έχει εξουθενώσει; Ναι, μπορεί να χρειαστεί χρόνος για να ξαναβρεις τον δρόμο σου. Αλλά το να ζεις με αυθεντικότητα και ευθυμία είναι ανεκτίμητο.

Tip of the Day: Κάνε σήμερα μια μικρή πράξη που θα σε φέρει πιο κοντά σε αυτό που πραγματικά θες. Μπορεί να είναι μια συζήτηση, ένα τηλεφώνημα ή ακόμα και απλά να σημειώσεις τους στόχους σου σε ένα χαρτί. Ίσως η λύση είναι απλά μπροστά σου γιατί μπορεί να φαντάζει δύσκολο να αλλάξεις τη διαδρομή ενός τρένου, αλλά μπορείς πάντα να κατέβεις στην επόμενη στάση.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Loud Looking: Τι αποκαλύπτει η έρευνα του Tinder για τη νέα τάση στις γνωριμίες το 2025



Η νέα αναφορά του Tinder για το 2024, με τίτλο "Year in Swipe", φανερώνει τις σημαντικές τάσεις, που κυριάρχησαν στις online γνωριμίες τους τελευταία 12 μήνες, αλλά και τις προβλέψεις για το μέλλον των σχέσεων.

Ένα από τα βασικά ευρήματα της μελέτης είναι η αλλαγή στην νοοτροπία των χρηστών: οι ελεύθεροι πλέον επιθυμούν σχέσεις με ουσία και προοπτική, καθώς δείχνουν να απομακρύνονται από τις εφήμερες και ασαφείς "situationships", που κυριαρχούσαν τα προηγούμενα χρόνια.

Ξέρεις τι είναι το Vision Board

Αυτή η τάση συνδυάζεται με μια νέα προσέγγιση στην αναζήτηση συντρόφου, την οποία το Tinder υποστηρίζει για το 2025 μέσω εργαλείων όπως το "Vision Board". Το εργαλείο αυτό επιτρέπει στους χρήστες να θέσουν συγκεκριμένες προθέσεις για τις γνωριμίες τους και να διατυπώσουν ξεκάθαρα τις επιθυμίες τους για το νέο έτος.

Αυτή η στροφή προς το "loud looking", που σημαίνει να δηλώνει κανείς ξεκάθαρα τι αναζητάει, ενισχύει τη σημασία του να γνωρίζουμε ακριβώς τι θέλουμε από μια σχέση και να μην φοβόμαστε να το εκφράσουμε.





Τι αναζητούν οι περισσότεροι χρήστες στις πλατφόρμες γνωριμίας

Αν το 2024 χαρακτηριζόταν από το "dating for the plot", όπου οι γνωριμίες αναπτύσσονταν πιο αβίαστα, το 2025 φαίνεται να είναι η χρονιά που οι χρήστες θα είναι πιο ξεκάθαροι στις προθέσεις τους. Οι άνθρωποι πλέον δεν διστάζουν να δηλώνουν τα χαρακτηριστικά, που αναζητούν στον σύντροφό τους, είτε αυτό αφορά επαγγελματικές κατηγορίες («άντρας στον τομέα των οικονομικών»), είτε συγκεκριμένα ενδιαφέροντα («κοπέλα gamer»).

Τα πιο επιθυμητά χαρακτηριστικά σε έναν σύντροφο για το 2025, σύμφωνα με την έρευνα του Tinder, είναι η αξιοπιστία, οι κοινές αξίες και η συναισθηματική διαθεσιμότητα. Το πιο εντυπωσιακό στοιχείο είναι ότι σχεδόν το 45% των χρηστών αναζητούν έναν σύντροφο με τα χαρακτηριστικά του "Golden Retriever", δηλαδή κάποιον που να φέρνει θετική ενέργεια, πίστη και φιλικότητα.

Το μήνυμα για το 2025 είναι ξεκάθαρο: αν θέλεις να βρεις μια ουσιαστική σχέση, είναι καιρός να εκφράσεις τις προθέσεις σου με σαφήνεια και να αφήσεις πίσω τις απογοητεύσεις και τα τραύματα του παρελθόντος.

Ήξερες ότι...το Tinder δεν είναι αποκλειστικά για γνωριμίες;

Η γνωστή εφαρμογή, που ξεκίνησε το 2012, έχει εξελιχθεί σε μια παγκόσμια πλατφόρμα με πάνω από 75 εκατομμύρια ενεργούς χρήστες τον μήνα. Πλέον, δεν περιορίζεται στο φλερτ και τις ρομαντικές συναντήσεις. Πολλοί το χρησιμοποιούν για επαγγελματική δικτύωση, εύρεση ταξιδιωτικών συντρόφων ή ακόμα και για δημιουργία φιλικών σχέσεων.

Εντυπωσιακά, περίπου το 30% των χρηστών αναζητούν φίλιες ή κοινές δραστηριότητες αντί για ρομαντικές σχέσεις. Επιπλέον, η premium λειτουργία Tinder Passport, που επιτρέπει στους χρήστες να «σουηπάσουν» άτομα από οποιοδήποτε σημείο του πλανήτη, είναι ιδιαίτερα δημοφιλής στους ψηφιακούς νομάδες και τους ταξιδιώτες. Το πιο ενδιαφέρον; Το 2020, εν μέσω πανδημίας, το Tinder κατέγραψε ρεκόρ συνομιλιών και πιο βαθιές συζητήσεις από ποτέ. Σε μια εποχή απομόνωσης, έγινε εργαλείο για τη διατήρηση κοινωνικών σχέσεων.

Fun fact: Η λέξη "tinder" σημαίνει προσάναμμα - ακριβώς όπως η αρχική φιλοσοφία της εφαρμογής, που στόχευε να «ανάψει τη φλόγα» στις ανθρώπινες σχέσεις, ανεξάρτητα από τη μορφή που αυτές παίρνουν.

Έτσι, την επόμενη φορά που θα ακούσεις για το Tinder, θυμήσου ότι είναι κάτι περισσότερο από μια εφαρμογή γνωριμιών. Είναι ένα εργαλείο για να συνδέσεις με τον κόσμο, είτε ψάχνεις μια καλή παρέα για καφέ είτε μια νέα φίλια.



Η BOX NOW παρουσιάζει το νέο τηλεοπτικό σποτ για την υπηρεσία «Στείλε Δέμα»



Η BOX NOW λανσάρει το νέο της τηλεοπτικό διαφημιστικό σποτ, αναδεικνύοντας την καινοτόμο υπηρεσία «Στείλε Δέμα». Με φόντο ένα ρετρό παιχνίδι, το σποτ εστιάζει στα καθημερινά προβλήματα των αποστολέων, όπως οι περιορισμοί στο ωράριο των καταστημάτων, το βάρος των δεμάτων και οι χρονοβόρες ουρές.

Μέσα από τη δημιουργική αφήγηση, ο πρωταγωνιστής βιώνει μια «ψηφιακή» περιπέτεια. Σε κάθε level εμφανίζονται εμπόδια, τα οποία η BOX NOW ξεπερνά με ευκολία:

- Αποστολή 24/7: Χωρίς περιορισμούς στο ωράριο.
- Καμία ογκομετρική χρέωση: Το βάρος δεν αποτελεί πια πρόβλημα.
- Άμεση εξυπηρέτηση: Όλα γίνονται γρήγορα μέσω του app.

Με πάνω από 130.000 θυρίδες σε Ελλάδα και Κύπρο, η υπηρεσία «Στείλε Δέμα» εξασφαλίζει ταχύτητα, άνεση και ευελιξία. Το σποτ, σχεδιασμένο από την εταιρεία Relevance, αποτυπώνει τη δέσμευση της BOX NOW να προσφέρει μοναδικές εμπειρίες στην αποστολή και παραλαβή δεμάτων.

Η νέα αυτή καμπάνια υπόσχεται να φέρει επανάσταση στις ταχυδρομικές υπηρεσίες, καθιστώντας την BOX NOW πρωτοπόρο στον κλάδο.

Μπορείτε να δείτε το σποτ [εδώ](#).

Good News

ΜΑΚΒΕΛ-EURIMAC: Με Οδηγό τον Άνθρωπο το 2024

Με ανθρωποκεντρική φιλοσοφία και δέσμευση για ένα βιώσιμο μέλλον, η ΜΑΚΒΕΛ-EURIMAC αφιερώνει και το 2024 πόρους για κοινωνικές δράσεις.

Από την τοπική κοινωνία έως πανελλήνιο επίπεδο, η εταιρεία πρωτοστάτησε σε πρωτοβουλίες που στηρίζουν ευάλωτες ομάδες:

- Συμμετείχε στο πρόγραμμα ευαισθητοποίησης «Pink Together» για τον Καρκίνο του Μαστού.
- Στήριξε τον 9ο Περίπατο Υγείας & Αλληλεγγύης του Δήμου Κιλκίς.
- Παρείχε βοήθεια στο Χαμόγελο του Παιδιού, ενισχύοντας παιδιά και οικογένειες.

Με έμφαση στην εκπαίδευση, προσέφερε εξοπλισμό σε σχολεία, προάγοντας ίση πρόσβαση στη μάθηση. Επιπλέον, δώρισε καρδιογράφο στο Κέντρο Κοινωνικής Στήριξης ΑμεΑ.

Η εταιρεία υποστήριξε τη δράση «Με Οδηγό τον Διαβήτη», ενημερώνοντας κατοίκους απομακρυσμένων νησιών για την πρόληψη του διαβήτη, και υπέγραψε τη Χάρτα Διαφορετικότητας, προωθώντας την ισότητα και τον αυτοπροσδιορισμό.

Με σύνθημα «Νοιαζόμαστε για τους Ανθρώπους», η ΜΑΚΒΕΛ-EURIMAC συνεχίζει να επενδύει σε δράσεις που κάνουν τη διαφορά στη ζωή των συνανθρώπων μας.



Έλον Μασκ: Στο τραπέζι η εξαγορά του TikTok στις ΗΠΑ, εν μέσω γεωπολιτικών και ρυθμιστικών προκλήσεων



Σύμφωνα με πρόσφατες αναφορές, ο Έλον Μασκ, ιδρυτής των Tesla και SpaceX, εξετάζει το ενδεχόμενο εξαγοράς των δραστηριοτήτων του TikTok στις Ηνωμένες Πολιτείες. Αυτή η κίνηση έρχεται ως απάντηση στις αυξανόμενες πιέσεις της αμερικανικής κυβέρνησης προς την κινεζική μητρική εταιρεία ByteDance, λόγω ανησυχιών για την εθνική ασφάλεια και την προστασία των δεδομένων των χρηστών.

Η κυβέρνηση των ΗΠΑ έχει εκφράσει φόβους ότι το TikTok, με την εκτεταμένη του βάση χρηστών, μπορεί να χρησιμοποιηθεί από την κινεζική κυβέρνηση για κατασκοπεία ή προπαγάνδα. Ως αποτέλεσμα, έχει προτείνει είτε την πώληση των αμερικανικών δραστηριοτήτων του TikTok σε εταιρεία με έδρα τις ΗΠΑ είτε την πλήρη απαγόρευση της εφαρμογής στη χώρα. Η ByteDance, από την πλευρά της, έχει προσφύγει στο Ανώτατο Δικαστήριο των ΗΠΑ, αμφισβητώντας τη νομιμότητα αυτών των απαιτήσεων.

Σε αυτό το πλαίσιο, η πιθανή εμπλοκή του Έλον Μασκ παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Μετά την εξαγορά του Twitter το 2022 και τη μετονομασία του σε X, ο Μασκ έχει δείξει έντονο ενδιαφέρον για τις πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης και την επιρροή τους. Η ενδεχόμενη εξαγορά του TikTok θα του παρείχε πρόσβαση σε μια τεράστια βάση χρηστών, κυρίως νεαρής ηλικίας, ενισχύοντας περαιτέρω την παρουσία του στον χώρο των κοινωνικών μέσων.

Ωστόσο, η διαδικασία μιας τέτοιας εξαγοράς δεν είναι απλή. Πρώτον, η κινεζική κυβέρνηση έχει δηλώσει ότι δεν θα επιτρέψει την πώληση του TikTok χωρίς την έγκρισή της, καθιστώντας την οποιαδήποτε συμφωνία περίπλοκη. Δεύτερον, το κόστος μιας τέτοιας εξαγοράς εκτιμάται σε δεκάδες δισεκατομμύρια δολάρια, ποσό που, αν και εντός των δυνατοτήτων του Μασκ, απαιτεί σημαντική χρηματοδότηση και συνεργασίες με επενδυτές.

Επιπλέον, υπάρχουν ανησυχίες σχετικά με τη συγκέντρωση τόσης επιρροής στα χέρια ενός μόνο επιχειρηματία. Η εξαγορά του Twitter από τον Μασκ έχει ήδη προκαλέσει αντιδράσεις, με ορισμένους να εκφράζουν φόβους για τον τρόπο με τον οποίο διαχειρίζεται την πλατφόρμα και τις επιπτώσεις στην ελευθερία του λόγου. Η προσθήκη του TikTok στο χαρτοφυλάκιό του θα ενίσχυε περαιτέρω αυτές τις ανησυχίες.

Τέλος, αξίζει να σημειωθεί ότι ο ίδιος ο Μασκ έχει εκφράσει επιφυλάξεις σχετικά με την απαγόρευση του TikTok στις ΗΠΑ, υποστηρίζοντας ότι τέτοιες κινήσεις μπορεί να οδηγήσουν σε λογοκρισία και περιορισμό της ελευθερίας της έκφρασης. Αυτό υποδηλώνει ότι, ενώ ενδιαφέρεται για την εξαγορά, αναγνωρίζει τις προκλήσεις και τις επιπτώσεις που μπορεί να προκύψουν.



George Clooney: Detective George στη νέα καμπάνια της Nespresso

Η Nespresso κάνει δυναμική έναρξη στη νέα χρονιά, παρουσιάζοντας τον George Clooney ως «Detective George» στη νέα της τηλεοπτική καμπάνια. Μαζί του, οι Eva Longoria, Camille Cottin και Kim Go Eun συμμετέχουν σε μια ιστορία μυστηρίου, που διαδραματίζεται σε ένα πολυτελές τρένο. Το σενάριο εστιάζει στον πολύτιμο καφέ Nespresso, ο οποίος κλέβεται, προκαλώντας τον Detective George να αναλάβει δράση.

Στην καρδιά της καμπάνιας βρίσκεται ένα αστείο και κομψό παιχνίδι ανατροπών, με υπόπτους και μυστικά που αποκλύπτονται σταδιακά. Η Camille Cottin υποδύεται μια κληρονόμο που αναφέρει την κλοπή, ενώ οι Eva Longoria και Kim Go Eun ενσαρκώνουν τη σεφ και τη sous-chef, αντίστοιχα. Μέσα από έξυπνους διαλόγους και γοητευτικές ερμηνείες, η διαφήμιση ενσωματώνει το κλασικό στυλ και την ποιότητα της Nespresso.

Ο George Clooney δήλωσε: «Η συνεργασία με τη Nespresso είναι πάντα μια ευχάριστη εμπειρία. Το σενάριο και το καστ έκαναν τα γυρίσματα απίστευτα διασκεδαστικά.» Παράλληλα, η Eva Longoria μίλησε για τη χαρά της συμμετοχής σε μια τόσο εμβληματική καμπάνια, ενώ η Camille Cottin και η Kim Go Eun τόνισαν την απόλαυση της συνεργασίας με τον Clooney.

Η καμπάνια, που θα προβληθεί παγκοσμίως, υπόσχεται να συνδυάσει τον κινηματογράφο με τη μοναδική γεύση της Nespresso, προσκαλώντας το κοινό σε ένα συναρπαστικό ταξίδι γεμάτο μυστήριο και απόλαυση.

Δείτε το spot [εδώ](#).

Ενισχύεται η παρουσία του Ομίλου Motor Oil στη λιανική αγορά Convenience Stores



Η Core Innovations, θυγατρική του Ομίλου Motor Oil, προχώρησε στην εξαγορά της αλυσίδας TWENTY 4 SHOPEN, εδραιώνοντας τη θέση της στη λιανική αγορά των Convenience Stores. Με περισσότερα από 25 καταστήματα, η TWENTY 4 SHOPEN προσφέρει παντοπωλεία, καφέ, αρτοσκευάσματα και είδη περιπτέρου, ανταποκρινόμενη στις ανάγκες του σύγχρονου καταναλωτή.

Η εξαγορά αποτελεί μέρος της στρατηγικής του Ομίλου Motor Oil για τη δημιουργία ενός ολοκληρωμένου οικοσυστήματος λιανικής υπό το Brand Smartshop, το οποίο ήδη αριθμεί πάνω από 80 σημεία, κυρίως σε πρατήρια Shell. Επιπλέον, η Core Innovations διαχειρίζεται το ηλεκτρονικό κατάστημα allSmart.gr, με περισσότερα από 55.000 προϊόντα, ενισχύοντας την εμπειρία του καταναλωτή με λύσεις e-commerce.

Παράλληλα, επεκτείνεται στα mobility centers μέσω του Brand Plinto, εγκαινιάζοντας self-service πλυντήρια οχημάτων που προσφέρουν υπηρεσίες καθαρισμού, ηλεκτροφόρτισης και διαχείρισης μικρών δεμάτων.

Η στρατηγική αυτή αντικατοπτρίζει την παγκόσμια τάση διαφοροποίησης των ενεργειακών ομίλων, με στόχο την παροχή καινοτόμων υπηρεσιών και τη συνεχή βελτίωση της καταναλωτικής εμπειρίας.

11η ΕΞΠΟΤΡΟΦ: Η Γαστρονομική Έκθεση της Χρονιάς

11^η ΕΞΠΟΤΡΟΦ
The B2B Fine Food Exhibition

01-03
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2025

M.E.C.
Μεσογειακό Εκθεσιακό Κέντρο

ΟΡΓΑΝΩΣΗ
AM INTERNATIONAL
ORGANIZING EXHIBITIONS

www.expotrof.gr

Η 11η ΕΞΠΟΤΡΟΦ - The B2B Fine Food Exhibition επιστρέφει από 1 έως 3 Φεβρουαρίου 2025 στο εκθεσιακό κέντρο MEC Παιανίας, υποσχόμενη να αποτελέσει το κορυφαίο γαστρονομικό γεγονός της χρονιάς. Με τη συμμετοχή περισσότερων από 300 εκθετών, η έκθεση συγκεντρώνει επαγγελματίες από την Ελλάδα και το εξωτερικό, παρουσιάζοντας προϊόντα εξαιρετικής ποιότητας που αναδεικνύουν τη γαστρονομική κληρονομιά της χώρας.

Ευκαιρίες Δικτύωσης και Γνώσης

Η ΕΞΠΟΤΡΟΦ είναι ιδανική πλατφόρμα για επαγγελματίες της βιομηχανίας τροφίμων και ποτών. Μέσα από προγραμματισμένες B2B συναντήσεις, οι εκθέτες έχουν τη δυνατότητα να συνάψουν νέες συνεργασίες και να προσεγγίσουν επενδυτές. Επιπλέον, οι επισκέπτες μπορούν να συμμετάσχουν σε εξειδικευμένα σεμινάρια και workshops, όπου θα εξεταστούν θέματα όπως οι νέες γευστικές τάσεις και η βιώσιμη παραγωγή τροφίμων.

Κορυφαία Χαρακτηριστικά

- **Γαστρονομικές Επιδείξεις:** Καταξιωμένοι σεφ θα δημιουργήσουν μοναδικές συνταγές χρησιμοποιώντας τα προϊόντα της έκθεσης, στο πλαίσιο της ενότητας «Μαγειρεύουμε Ελλάδα».
- **Γευσιγνωσία:** Οι ενότητες «Olive Oil Bar» και «Wine Walk» προσφέρουν στους επισκέπτες τη δυνατότητα να δοκιμάσουν και να ενημερωθούν για ποιοτικά ελαιόλαδα και κρασιά.

- **Βραβεύσεις Προϊόντων:** Τα Athens Fine Food Awards 2025 θα αναδείξουν τα καλύτερα προϊόντα με τη βοήθεια ειδικών και βραβευμένων σεφ.
- **Διαγωνισμός Μαγειρικής:** Ο 3ος Μεσογειακός Διαγωνισμός Μαγειρικής και Ζαχαροπλαστικής φέρνει κοντά επαγγελματίες από τη Μεσόγειο και πέρα.



Τιμώμενη Περιφέρεια: Δυτική Ελλάδα

Η φετινή διοργάνωση τιμά την Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας, με έμφαση στα

τοπικά προϊόντα της. Στο

stage «Μαγειρεύουμε Ελλάδα», διακεκριμένοι σεφ της περιοχής θα παρουσιάσουν παραδοσιακές συνταγές, ενώ οι επισκέπτες θα έχουν την ευκαιρία να δοκιμάσουν και να γνωρίσουν τα προϊόντα από κοντά.

Με έμφαση στην ποιότητα, τη δικτύωση και την καινοτομία, η ΕΞΠΟΤΡΟΦ επιδιώκει να προωθήσει την ελληνική γαστρονομία και να ενισχύσει τις επιχειρηματικές συνεργασίες.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε την επίσημη ιστοσελίδα της έκθεσης www.expotrof.gr.

To Export Greece είναι χορηγός επικοινωνίας.



Ποπ Κορν: Το θρεπτικό και υγιεινό σνακ που θα σε εκπλήξει



Το ποπ κορν μπορεί να φαίνεται μια απλή και συνηθισμένη επιλογή για σνακ, αλλά αν το παρασκευάσετε με τον σωστό τρόπο, θα εκπλαγείτε από τα οφέλη του για την υγεία.

Όταν φτιάχνεται στο σπίτι χωρίς επιπλέον λιπαρά ή αλάτι, το ποπ κορν αποτελεί ένα εξαιρετικά υγιεινό σνακ, που περιέχει ελάχιστες θερμίδες και πολλά θρεπτικά συστατικά. Πρώτον, είναι γεμάτο πολυφαινόλες, αντιοξειδωτικές ενώσεις που βοηθούν στην καταπολέμηση της φλεγμονής και της οξειδωτικής βλάβης στο σώμα. Αυτές οι ενώσεις, που συχνά βρίσκονται σε φρούτα και λαχανικά, συγκεντρώνονται σε μεγαλύτερη ποσότητα στο ποπ κορν λόγω της χαμηλής του περιεκτικότητας σε νερό. Επιπλέον, οι πολυφαινόλες μπορούν να προσφέρουν αντικαρκινική προστασία, εμποδίζοντας την ανάπτυξη καρκινικών κυττάρων και μειώνοντας τη φλεγμονή, που είναι βασικός παράγοντας για την καρδιαγγειακή υγεία.

Το ποπ κορν είναι επίσης μια πλούσια πηγή δημητριακών ολικής άλεσης, περιέχοντας πάνω από το 70% της συνιστώμενης ημερήσιας πρόσληψης. Αυτό το καθιστά ιδανικό για άτομα που θέλουν να αυξήσουν την κατανάλωση φυτικών ινών και να ενισχύσουν τη συνολική τους διατροφή.

Οι φυτικές ίνες του βοηθούν στην καλή λειτουργία του πεπτικού συστήματος και μπορούν να προσφέρουν ανακούφιση από τη δυσκοιλιότητα. Η υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες σημαίνει ότι το ποπ κορν μας βοηθά να νιώθουμε χορτάτοι για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα, οπότε είναι ιδανικό για όσους προσπαθούν να χάσουν βάρος.

Τέλος, αποτελεί μια ασφαλή επιλογή για άτομα με διαβήτη, καθώς επιβραδύνει την πέψη, βοηθώντας στη σταδιακή αύξηση του σακχάρου στο αίμα. Μάλιστα, περιέχει μικρές ποσότητες σιδήρου, κάτι που μπορεί να είναι χρήσιμο για γυναίκες που χρειάζονται περισσότερη πρόσληψη σιδήρου.





Συνταγή για σπιτικά ποπ κορν

Υλικά:

100 γρ. σπόροι καλαμποκιού (κατά προτίμηση βιολογικοί)
3 κουτ. σούπας ελαιόλαδο
Αλάτι

Διαδικασία:

- Σε μια μεγάλη και βαθιά κατσαρόλα, ζεστάνετε το ελαιόλαδο σε δυνατή φωτιά για 1-2 λεπτά.
- Ρίξτε τους σπόρους καλαμποκιού στην κατσαρόλα και σκεπάστε την με το καπάκι.
- Κουνήστε ελαφρώς την κατσαρόλα για να καλυφθούν όλοι οι σπόροι με το ελαιόλαδο.
- Σε περίπου 2 λεπτά, το καλαμπόκι αρχίζει να σκάει. Περιμένετε να κοπάσει ο ήχος για περίπου 3-4 λεπτά.
- Μόλις σταματήσει το σκάσιμο, βγάλτε το καπάκι και αποσύρετε την κατσαρόλα από τη φωτιά.

- Πασπαλίστε με αλάτι και ανακατέψτε καλά.
- Σερβίρετε το ποπ κορν σε ένα μεγάλο μπολ.

Extra Tips

- Το βιολογικό καλαμπόκι μπορεί να βρεθεί σε καταστήματα με βιολογικά προϊόντα, ή σε μεγάλα σούπερ μάρκετ.
- Αν θέλουμε πιο πλούσια γεύση, μπορούμε να προσθέσουμε 2 κουταλιές της σούπας λιωμένο βούτυρο πριν το αλάτι.

Ήξερες ότι ...το ποπ κορν είναι μια από τις παλαιότερες τροφές στον κόσμο;

Αρχαιολογικές ανακαλύψεις δείχνουν ότι οι πρώτοι κόκκοι καλαμποκιού που "έσκασαν" βρέθηκαν σε σπηλιές στο Νέο Μεξικό και χρονολογούνται πάνω από 5.000 χρόνια πριν! Οι ιθαγενείς της Αμερικής ήταν από τους πρώτους που ανακάλυψαν αυτή την εκπληκτική ιδιότητα του καλαμποκιού.

Εκτός από σνακ, το ποπ κορν είχε και συμβολική χρήση. Οι αρχαίοι Αζτέκοι το χρησιμοποιούσαν σε τελετές, διακοσμώντας ακόμα και τα αγάλματα των θεοτήτων τους με ποπ κορν.

Η μαζική δημοτικότητα του ποπ κορν, όμως, εκτοξεύτηκε στις αρχές του 20ού αιώνα, με την εφεύρεση των πρώτων μηχανών ποπ κορν και τη σύνδεσή του με τις κινηματογραφικές αίθουσες. Σήμερα, είναι ένα από τα πιο αγαπημένα σνακ παγκοσμίως, ειδικά όταν συνοδεύει ταινίες!

Καλή απόλαυση!





Χρήστος Αρφάνης,
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος



Queer του Λούκα Γκουαντανίνο με τον Ντάνιελ Κρεγκ από σήμερα στους κινηματογράφους

QUEER



Το *Queer* είναι μια ρομαντική δραματική ταινία εποχής του 2024 σε σκηνοθεσία Λούκα Γκουαντανίνο από σενάριο του Τζάστιν Κουρίτσγκες, βασισμένη στη νουβέλα του 1985 του William S. Burroughs. Τοποθετημένο στην Πόλη του Μεξικού της δεκαετίας του 1950, η ταινία ακολουθεί έναν απόκληρο Αμερικανό ομογενή (Ντάνιελ Κρεγκ) που ερωτεύεται έναν πολύ νεότερο άντρα (Ντρου Στάρκι). Πρωταγωνιστούν επίσης οι Τζέισον Σβαρτςμαν, Ενρίκε Ζάγκα, Λέσλι Μάνβιλ. Η φωτογραφία είναι του Σαγιόμπου Μουκντιπρόμ και το Μοντάζ του Μάρκο Κόστα.

Τον Δεκέμβριο του 2022, ανακοινώθηκε ότι ο Ντάνιελ Κρεγκ ήταν σε συζητήσεις για να πρωταγωνιστήσει στην ταινία. Ο Κρεγκ επιλέχτηκε αφού ο ατζέντης του Γκουαντανίνο, Μπράιαν Λουρντ, είχε στείλει το σενάριο στον ηθοποιό. Το *Queer* έκανε πρεμιέρα στο 81ο Διεθνές Φεστιβάλ Κινηματογράφου της Βενετίας στις 3 Σεπτεμβρίου 2024. Η αρχική περικοπή



που υποβλήθηκε και έγινε αποδεκτή από το Φεστιβάλ Κινηματογράφου της Βενετίας ήταν διάρκειας 185 έως 200 λεπτών πριν μειωθεί στην τελική διάρκεια των 135 λεπτών.

Στον ιστότοπο συγκέντρωσης κριτικών Rotten Tomatoes, το 77% των 193 κριτικών έδωσαν θετική κριτική στην ταινία και η μέση βαθμολογία ήταν 7,1 στα 10. Η συναίνεση των κριτικών στον ιστότοπο λέει: "...το *Queer* σηματοδοτεί μια από τις εξοχότερες ερμηνείες του Ντάνιελ Κρεγκ μέχρι σήμερα". Ο σκηνοθέτης John Waters κατέλαβε το *Queer* δεύτερο στη λίστα με τις αγαπημένες του ταινίες του 2024. Οι σκηνοθέτες Agnieszka Holland, Edward Berger, Denis Villeneuve,

Azazel Jacobs και Celine Song την ανέφεραν επίσης ως από τις αγαπημένες τους ταινίες του 2024. Το PopMatters το έβαλε στη λίστα με τα «Καλύτερα του 2024».

Δες το trailer [εδώ](#).

Λαμπερές παρουσίες στο "Lux Stage Athens" με την premium vodka "Beneluxe"!



Τις μοναδικές βραδιές στο ανανεωμένο "Lux Stage Athens" (Λ. Ανδρέα Συγγρού 165) επιλέγει να παρακολουθήσει πλήθος επώνυμων καλεσμένων και όχι μόνο, για να διασκεδάσει με αγαπημένους τραγουδιστές στον πιο upcoming χώρο διασκέδασης της πόλης.

Αγαπημένα πρόσωπα της ελληνικής showbiz καθώς και προσωπικότητες του δημοσιογραφικού και επιχειρηματικού κόσμου καταφθάνουν επίσης στο place-to-be της Αθηναϊκής νύχτας, για να απολαύσουν την premium Dutch vodka "Beneluxe" και το υπέροχο πρόγραμμα, που διαρκεί έως τις πρώτες πρωινές ώρες. Ιδανική για να απογειώνει τη διάθεση, είτε σκέτη αλλά πολύ παγωμένη, είτε σε ποτήρι με πάγο, συμπληρώνει κάθε festive experience, όπου ο χορός και τα χαμόγελα έχουν τον πρώτο λόγο.

Η ιστορία της Premium Dutch Vodka "Beneluxe" ξεκίνησε στο Ρότερνταμ της Ολλανδίας με σκοπό να κατακτήσει τον κόσμο και είναι το αποτέλεσμα ενός ταξιδιού τριών φίλων, που κατέχουν τη γνώση για την τέλεια, άψογη vodka, που μπορεί να κάνει τον καθένα να γιορτάσει τη ζωή. Η premium vodka "Beneluxe" παράγεται στο Ρότερνταμ, την πόλη του νερού, του εμπορίου και της πλούσιας ιστορίας των διεθνώς φημισμένων αποστακτηρίων. Έκτοτε έχει συνδεθεί με αξέχαστες βραδιές και private events, όλα με κοινό χαρακτηριστικό την ανεπιτήδευτη πολυτέλεια. Συνδυάζει αιώνες δεξιοτεχνίας με την επιθυμία του σύγχρονου ανθρώπου: μια αποκλειστική, υψηλής ποιότητας vodka με διεθνή αίσθηση. Απολαύστε κάθε λεπτό της ζωής.

Ήξερες ότι...

Η βότκα είναι ένα από τα πιο καθαρά ποτά στον κόσμο;

Η λέξη "βότκα" προέρχεται από τη ρωσική λέξη **водка** (vodka), που σημαίνει "νερό", υποδηλώνοντας την καθαρότητα και την απλότητά της. Η παραδοσιακή βότκα περιέχει μόνο δύο βασικά συστατικά: νερό και αιθυλική αλκοόλη, γεγονός που την καθιστά σχεδόν άοσμη και άγευστη.

Επιπλέον, η βότκα είναι γνωστή για τη χρήση της σε πολλές διαφορετικές περιπτώσεις: από κοκτέιλ όπως το Bloody Mary και το Moscow Mule μέχρι και για ιατρικούς σκοπούς στο παρελθόν, καθώς θεωρούνταν αντισηπτικό.

Μάλιστα, σε πολλές χώρες, όπως η Ρωσία και η Πολωνία, η βότκα αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της παράδοσης, συνοδεύοντας γιορτές και σημαντικά γεγονότα. Ένα ακόμα ενδιαφέρον στοιχείο; Η βότκα είναι τόσο καθαρή που σε ορισμένες περιπτώσεις χρησιμοποιείται ακόμη και για την απολύμανση επιφανειών!





Το Ολυμπιακό Μουσείο Αθήνας παρουσιάζει την Περιοδική Έκθεση «18 Διάλογοι με το 2004»

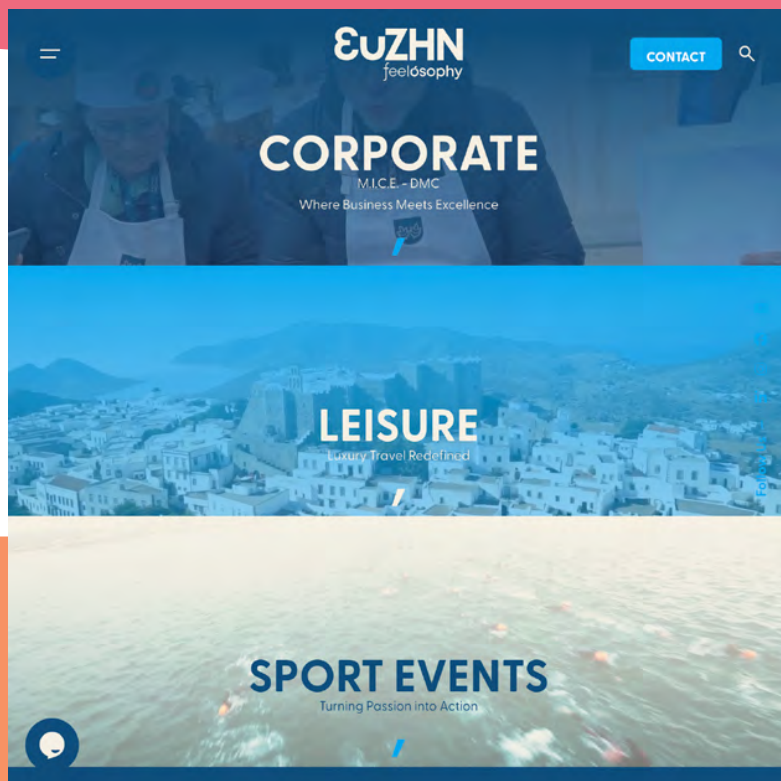
Το Ολυμπιακό Μουσείο Αθήνας, που στεγάζεται στο Golden Hall, φιλοξενεί τη νέα Περιοδική Έκθεση «18 Διάλογοι με το 2004». Η έκθεση περιλαμβάνει ζωγραφικά έργα του Δημήτρη Κούκου, δημιουργημένα ειδικά για τους Αγώνες ΑΘΗΝΑ 2004, και αποτελεί φόρο τιμής στην 20ή επέτειο της διοργάνωσης.

Με την υποστήριξη της ΑΜΚΕ «ΣΥΜΜΑΧΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ» και την αιγίδα του Υπουργείου Πολιτισμού, η έκθεση ενσωματώνει 18 μοναδικά έργα στη Μόνιμη Έκθεση του Μουσείου, προσκαλώντας τους επισκέπτες σε έναν δημιουργικό διάλογο με την ιστορία των Ολυμπιακών Αγώνων. Μέσα από τις σύγχρονες απεικονίσεις των αθλημάτων, οι επισκέπτες έχουν την ευκαιρία να εξερευνήσουν την εξέλιξη των Ολυμπιακών αθλημάτων από την αρχαιότητα έως σήμερα, ανακαλώντας παράλληλα τις ένδοξες στιγμές των Ελλήνων Ολυμπιονικών του 2004.

Η έκθεση πραγματοποιείται στο πλαίσιο της θεματικής «Από την Αθήνα του 2004 στο Παρίσι 2024» και θα διαρκέσει έως τις 29 Μαρτίου 2025. Πρόκειται για μια μοναδική πολιτιστική εμπειρία που αναδεικνύει τον άρρηκτο δεσμό μεταξύ τέχνης και αθλητισμού, τιμώντας την κληρονομιά των Ολυμπιακών Αγώνων.

Μάθετε περισσότερα για το Ολυμπιακό Μουσείο Αθήνας στην επίσημη ιστοσελίδα του, [εδώ](#).

Η EY ZHN Greece γίνεται ευZHN feelosophy: Ένα νέο κεφάλαιο γεμάτο προοπτικές



Η EY ZHN Greece, που από το 1991 έχει διακριθεί για την οργάνωση κορυφαίων εταιρικών εκδηλώσεων, ταξιδιών και αθλητικών διοργανώσεων, παρουσιάζει τη νέα της ταυτότητα: ευZHN feelosophy. Το ολικό rebranding σηματοδοτεί μια στρατηγική στροφή, ενσωματώνοντας όλες τις υπηρεσίες της εταιρείας σε μια ενιαία φιλοσοφία που προάγει την ευεξία και τη δημιουργία μοναδικών εμπειριών.

Με τη νέα της μορφή, η ευZHN feelosophy στοχεύει να συνδυάσει τις αξίες της με τις σύγχρονες τάσεις, ανταποκρινόμενη στις ανάγκες τόσο ιδιωτών όσο και οργανισμών. Η εταιρεία παραμένει προσηλωμένη στο όραμά της: την παροχή εξατομικευμένων, ολοκληρωμένων εμπειριών που αφήνουν ανεξίτηλο αποτύπωμα.

Η CEO, Βάσια Μπιρλιράκη, δήλωσε: «Αυτός ο νέος σταθμός αποτελεί ορόσημο για την εταιρεία μας. Με το ευZHN feelosophy, ενσαρκώνουμε τη φιλοσοφία μας, βάζοντας στο επίκεντρο την ισορροπία και την ποιότητα ζωής. Είμαστε ενθουσιασμένοι για τις νέες εμπειρίες που θα προσφέρουμε.»

Η ευZHN feelosophy φιλοδοξεί να αποτελέσει πηγή έμπνευσης για συναρπαστικές εμπειρίες, ανοίγοντας νέους δρόμους στην ελληνική και διεθνή αγορά.

Μάθετε περισσότερα στο ανανεωμένο website [feelosophy.gr](#)



Το Athens Photo World επιστρέφει για έκτη χρονιά

Το Athens Photo World, που πραγματοποιείται στις 18 και 19 Ιανουαρίου στην Τεχνόπολη Δήμου Αθηναίων, διοργανώνει, για πρώτη φορά φέτος, ένα διήμερο κατά τη διάρκεια του οποίου παρουσιάζει το Διήμερο Ψηφιακών Προβολών και απονέμει το Βραβείο Athens Photo World 2024.

Το διήμερο των ψηφιακών προβολών, μια πρωτοβουλία που πρώτη φορά φέτος παρουσιάζεται στο κοινό, πραγματοποιείται από το Athens Photo World με τη σημαντική υποστήριξη της ΔΕΗ και του Υπουργείου Πολιτισμού.

Φέτος, το Athens Photo World, με την οικονομική υποστήριξη του Υπουργείου Πολιτισμού και της ΔΕΗ, οργανώνει για έκτη χρονιά τον ετήσιο διαγωνισμό Φωτορεπορτάζ, για επαγγελματίες φωτογράφους, που ζουν και εργάζονται στην Ελλάδα και / ή την Κύπρο.

Το Athens Photo World θα απονεμίσει φέτος συνολικά το ποσό των πέντε χιλιάδων ευρώ (5.000 ευρώ) σε τρία ολοκληρωμένα ή εξελισσόμενα projects φωτογραφίας ντοκουμέντου ή φωτορεπορτάζ ως εξής:

Πρώτο Βραβείο: Τρεις Χιλιάδες ευρώ (3.000 ευρώ)

Δεύτερο Βραβείο: Χίλια Πεντακόσια ευρώ (1.500 ευρώ)

Τρίτο Βραβείο: Πεντακόσια ευρώ (500 ευρώ)

Όλες οι εκδηλώσεις πραγματοποιούνται στο Αεριοφυλάκιο 1 - Αμφιθέατρο "Μιλτιάδης Έβερτ", στην Τεχνόπολη Δήμου Αθηναίων.

«Λουλού»: Μια πολύ προσωπική ιστορία αγάπης



Η «Λουλού» είναι μια θεατρική αφήγηση από την Άννα Βαγενά του ομώνυμου βιβλίου της, που θα κυκλοφορήσει σύντομα από τις εκδόσεις Πατάκη. Το βιβλίο είναι το ημερολόγιο της σκυλίτσας της, της Λουλούς.

Η υπέροχη τετράποδη Λουλού αφηγείται την περιπετειώδη και ενδιαφέρουσα ζωή της. Πριν από δεκατέσσερα χρόνια ήταν ένα κακοποιημένο αδεσποτάκι που γεννήθηκε στις Σέρρες, υιοθετήθηκε από την τρανς Βίκυ, αλλά βρέθηκε έπειτα δεμένη με αλυσίδα έξω από μια ταβέρνα. Εκεί την πρωτοείδε η Άννα Βαγενά κι έκτοτε έγινε ισότιμο μέλος της οικογένειάς της.

Μια παράσταση που, με την αθωότητα και την άδολη αγάπη που δείχνουν τα ζώα στους ανθρώπους τους, μιλά για σημαντικά και, ενίοτε, δύσκολα θέματα. Συγχρόνως, μέσω της «Λουλούς» δίνεται φωνή σε όλα τα κακοποιημένα ζώακια, που βρήκαν στοργή και αγάπη κοντά σε κάποιους ανθρώπους που τα φρόντισαν και τα φροντίζουν.

Πρεμιέρα: Πέμπτη 30 Ιανουαρίου
Κείμενο- Σκηνοθεσία-Ερμηνεία: Άννα Βαγενά
Τραγούδι παράστασης «Υπόσχεση»: Μαρία Κηληδόνη
Μουσική επιμέλεια: Νείλος Καραγιάννης
Στα γαυγίσματα της «Λουλούς», τη φωνή της δανείζει η Μαρίνα Καραγιάννη
Θέατρο «Μεταξουργείο», Ακαδημίου 14 @ Κεραμεικού, τηλ 210-5234382, www.metaxourgeiotheatre.gr

Από 30 Γενάρη και κάθε Πέμπτη στις 20:00
Εισιτήρια: 15 € (κανονικό), 12 € (μειωμένο)
Προπώληση: MORE.COM
Προσφορά προπώλησης: 10 € (έως 29/1)

*Η «Λουλού» με το εισιτήριό σας, σας προσφέρει κι ένα ποτήρι σαγκρία.
**Μέρος των εισπράξεων θα διατίθενται για φιλοζωικούς σκοπούς.



Παρουσίαση του βιβλίου του Γιάννη Γιαννέλη-Θεοδοσιάδη, με τίτλο «Εριέττα»

Την Τετάρτη 22 Ιανουαρίου, στις 19:30 η Αλυσίδα Πολιτισμού ΙΑΝΟΣ και οι εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, διοργανώνουν παρουσίαση του βιβλίου του Γιάννη Γιαννέλη-Θεοδοσιάδη, με τίτλο «Εριέττα».

Για το βιβλίο θα μιλήσουν οι:

Αγγελική Ράλλη, ομότιμη καθηγήτρια Γλωσσολογίας του Τμήματος Φιλολογίας του Πανεπ. Πατρών
Ιωάννης Παπάνης, φιλόλογος-συγγραφέας, μέλος της Εταιρείας Ελλήνων Λογοτεχνών

Γιάννης Γιαννέλλης-Θεοδοσιάδης, συγγραφέας

Την εκδήλωση συντονίζει ο δημοσιογράφος Στρατής Λιαρέλλης.

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στον ΙΑΝΟ της Αθήνας, Σταδίου 24 και θα προβάλλεται ζωντανά στο κανάλι YouTube και στη σελίδα Facebook του ΙΑΝΟΥ.

Λίγα λόγια για το βιβλίο

Η καταγιστική ιστορία μιας νέας γυναίκας και ενός ώριμου άντρα που, παρά τη μεγάλη διαφορά ηλικίας, βιώνουν έναν παράφορο έρωτα, ο οποίος δεν ταιριάζει με τα αδυσώπητα «πρέπει» της κοινωνίας, τους κίβδηλους ηθικολογικούς κανόνες και τον ερωτικό μετρονόμο της. Οι αλλεπάλληλες ανατροπές και ο καταγισμός των γεγονότων τούς φέρνουν μπροστά σε αμείλικτα ερωτήματα. Αυτά που μας αλυσοδούν και κουμαντάρουν τη ζωή μας. Μπορούν, άραγε, να συμβιβαστούν με μια κοινωνία που αδιαφορεί αν ο έρωτας γιομίζει τους ερωτευμένους με όμορφα συναισθήματα, αν η ψυχή τους πλημμυρίζει με φως σε κάθε άγγιγμά τους, αν χάνονται ηδονικά μέσα στις αγκαλιές τους;

Παράξενοι γείτονες



Δύο ορκισμένες εχθροί και γειτόνισσες ενώνουν τις δυνάμεις τους προκειμένου να σταματήσουν έναν επικίνδυνο εγκληματία...

Η εικοσιπεντάχρονη Κατ Μπένετ δεν αισθάνεται πουθενά σαν στο σπίτι της, ιδίως στο ετοιμόρροπο Σέλεϊ Χάους. Σύμφωνα με τους γείτονές της, είναι ευέξαπτη και απρόσιτη, αλλά πίσω από το σκληρό προσωπείο της κρύβεται ένα ένοχο παρελθόν.

Η εβδομηνταεπτάχρονη Ντόροθι Ντάρλινγκ είναι η παλαιότερη ένοικος του Σέλεϊ Χάους και, κατά τα λεγόμενα των ενοίκων, ο πιο στριφνός και μνησικάκος άνθρωπος του κόσμου. Περνάει τον χρόνο της κατασκοπεύοντας τους πάντες, ενώ σπάνια βγαίνει από το αγαπημένο της διαμέρισμα.

Το ιστορικό κτίριο πλέον απειλείται με κατεδάφιση και οι δύο γυναίκες συμμαχούν απρόσμενα προσπαθώντας να το σώσουν. Όταν ένας άγνωστος επιτίθεται σε έναν ένοικο της πολυκατοικίας, η Ντόροθι και η Κατ υποψιάζονται ότι κάποιος ανάμεσά τους παίζει βρόμικο παιχνίδι...

Και εφόσον η αστυνομία έχει σταματήσει την έρευνα, αυτό το αταίριαστο δίδυμο είναι το μόνο που μπορεί να φέρει τον εγκληματία ενώπιον της δικαιοσύνης.

quote of the day

ALL OF US, AT CERTAIN MOMENTS OF OUR LIVES, NEED TO TAKE ADVICE AND TO RECEIVE HELP FROM OTHER PEOPLE

Alexis Carrel

Σήμερα
γιορτάζει!
Δανάη



16 Ιανουαρίου

- › Book Publishers Day
- › International Hot and Spicy Food Day
- › Appreciate a Dragon Day
- › National Good Teen Day
- › National Nothing Day
- › National Quinoa Day
- › Printing Ink Day
- › Prohibition Remembrance Day
- › Rid the World of Fad Diets & Gimmicks Day
- › Signing of the Peace Accords

tip of the day

Be of love a little more careful than of anything.

E.E. Cummings