

LET'S
EXPORTGREECE
THE NEWSLETTER

εξάγουμε Ελλάδα

Gulfood
30 TH
EDITION

THE WORLD'S LARGEST
MOST TRUSTED
F&B SOURCING EVENT

17 - 21 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2025
DUBAI WORLD TRADE CENTRE

Θα είμαστε εκεί!

«Σ' ΑΓΑΠΩ»: Η ΦΡΑΣΗ ΠΟΥ ΚΟΥΒΑΛΑΕΙ ΑΙΩΝΕΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Καλώς ήρθες στη μέρα που οι σοκολατοβιομηχανίες τρίβουν τα χέρια τους, οι ανθοπώλες κάνουν περισσότερες πωλήσεις από όλο τον υπόλοιπο χρόνο και οι single φίλοι μας χωρίζονται σε δύο κατηγορίες: σε εκείνους που λένε «μια χαρά είμαι μόνος μου» και σε εκείνους που προσπαθούν να μην "ξεράσουν" με τόση αγάπη στον αέρα.

Ναι, φίλε μου, είναι 14 Φεβρουαρίου, η περιβόητη Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου, που σε άλλους φέρνει ρομαντικές εξομολογήσεις και σε άλλους... τροφική δηλητηρίαση από υπερβολική σοκολάτα.

Ρομαντισμός ή καταναλωτική παράνοια;

Εξαρτάται από το πώς το βλέπεις. Αν έχεις σχέση, πιθανότατα είσαι στην κλασική φάση του «Τι δώρο να του/της πάρω;», ενώ αν είσαι single, μάλλον προσπαθείς να αποφύγεις όλα τα ρομαντικά posts στο Instagram. Και μεταξύ μας, έχεις κάθε δικαίωμα να αναρωτιέσαι:

Χρειαζόμαστε μια συγκεκριμένη μέρα για να δείξουμε την αγάπη μας;

Ε, όχι! Αν αγαπάς κάποιον, το δείχνεις κάθε μέρα. Όχι μόνο με λουλούδια και σοκολάτες, αλλά και με μικρές κινήσεις: όταν του φτιάχνεις καφέ το πρωί, όταν τον αφήνεις να διαλέξει ταινία στο Netflix (ενώ εσύ ήθελες κάτι άλλο), όταν θυμάσαι πώς πίνει το ποτό του χωρίς να στο πει.

Και τι γίνεται αν είσαι single;

Μην αγχώνεσαι. Σήμερα είναι η τέλεια μέρα για self-love. Πάρε εκείνη τη σοκολάτα που πάντα ήθελες (τυχερέ!!! δε θα χρειαστεί και να τη μοιραστείς), βάλε την αγαπημένη σου σειρά, πιες ένα ποτήρι κρασί και απόλαυσε το γεγονός ότι δεν χρειάζεται να ανησυχείς για δώρα και ρομαντικά δείπνα με υποχρεωτικό concept.

Και για να λέμε την αλήθεια, οι καλύτερες σχέσεις ξεκινούν από το να περνάς καλά με τον εαυτό σου.

Αρα, τι κάνουμε σήμερα;

- ♥ Έχεις σχέση; Δείξε την αγάπη σου, αλλά χωρίς υπερβολές. Δεν χρειάζονται γιγαντιαία αρκουδάκια (εκτός αν το θέλει πολύ).
- ♥ Είσαι single; Γιόρτασέ το! Κάνε κάτι που αγαπάς, χωρίς να σε νοιάζει τι κάνουν οι άλλοι.
- ♥ Είσαι αδιάφορος για τη μέρα; Συγχαρητήρια, είσαι ο πιο cool άνθρωπος εδώ μέσα.

Στο τέλος της ημέρας, είτε έχεις σχέση είτε όχι, το θέμα είναι να αγαπάς. Τους άλλους, αλλά κυρίως τον εαυτό σου!

Tip of the Day: Για μένα η αγάπη δεν χρειάζεται μεγάλες δηλώσεις. Φαίνεται στις μικρές στιγμές, όπως όταν κάποιος θυμάται τον αγαπημένο σου καφέ χωρίς να τον ζητήσει... -ακόμα και αν δεν πίνεις συχνά!

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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



«Σ' αγαπώ»: Η φράση που κουβαλάει αιώνες ιστορίας και συναισθήματος



Το «Σ' αγαπώ» είναι ίσως η πιο δυνατή φράση που μπορεί να ειπωθεί σε οποιαδήποτε γλώσσα. Είναι η έκφραση που περιλαμβάνει πάθος, δέσμευση, στοργή, τρυφερότητα, αλλά και βαθιά σύνδεση. Όμως, όπως και η αγάπη, έτσι και οι λέξεις που τη συνοδεύουν δεν έμειναν πάντα ίδιες μέσα στους αιώνες.

Σήμερα, το λέμε με δύο μικρές λέξεις. Όμως στην ελληνική γλώσσα, η αγάπη δεν ήταν ποτέ μια απλή, μονοδιάστατη έννοια. Οι αρχαίοι Έλληνες είχαν πολλαπλές λέξεις για την αγάπη, καθεμία με τη δική της σημασία. Και αυτό δεν είναι τυχαίο.

Γιατί η αγάπη δεν έχει μόνο μία μορφή. Και αν θέλουμε να καταλάβουμε τη δύναμη της φράσης «Σ' αγαπώ», πρέπει να ανακαλύψουμε τις ρίζες της.

Πώς έλεγαν «Σ' αγαπώ» οι αρχαίοι Έλληνες;

Στην αρχαία Ελλάδα, δεν υπήρχε μόνο μία λέξη για την αγάπη. Υπήρχαν πολλές, γιατί οι Έλληνες πίστευαν ότι η αγάπη μπορεί να πάρει διαφορετικές μορφές.

♥ **«Ερώ σε» (έρῶ σε)** → Η ερωτική, παθιασμένη αγάπη. Από εδώ προέρχεται και το ρήμα «ερωτεύομαι». Αυτή ήταν η αγάπη που σχετιζόταν με τον πόθο, τον ενθουσιασμό και την επιθυμία.

♥ **«Φιλῶ σε»** → Η τρυφερή, φιλική αγάπη. Από αυτή τη λέξη προέρχεται το «φιλία», που σημαίνει αγάπη χωρίς ρομαντισμό, αλλά με αληθινή σύνδεση και αφοσίωση.

♥ **«Σέβομαι σε»** → Η αγάπη με σεβασμό και εκτίμηση. Χρησιμοποιούνταν για σχέσεις όπου κυριαρχούσε η βαθιά αναγνώριση της αξίας του άλλου.

♥ **«Αγαπῶ σε»** → Η πιο ανιδιοτελής μορφή αγάπης. Δεν είχε πάντα τη ρομαντική σημασία που της δίνουμε σήμερα, αλλά περισσότερο την έννοια της αποδοχής, της αφοσίωσης και της αγνής αγάπης.

Αυτή η τελευταία λέξη, το «αγαπῶ», ήταν εκείνη που επικράτησε στα χρόνια του Χριστιανισμού, καθώς ταίριαζε με την ιδέα της ανιδιοτελούς, πνευματικής αγάπης.

Πώς φτάσαμε από το «Αγαπῶ σε» στο «Σ' αγαπώ»;

Στα χρόνια του Βυζαντίου και της μετέπειτα ελληνικής γλώσσας, η φράση «αγαπῶ σε» μετατράπηκε σε «αγαπῶ σε» και τελικά, στην καθομιλουμένη, έγινε «Σ' αγαπῶ».

Η γλώσσα, όπως και η αγάπη, εξελίσσεται. Οι λέξεις απλοποιούνται, αλλά τα συναισθήματα που κρύβουν παραμένουν ίδια.

Το «Σ' αγαπώ» δεν είναι ίδιο παντού

Αν και οι περισσότερες γλώσσες έχουν αντίστοιχες φράσεις για να εκφράσουν την αγάπη, καμία γλώσσα δεν έχει τόσες λέξεις για την αγάπη όσες η ελληνική.

Στα αγγλικά, το «I love you» χρησιμοποιείται σχεδόν για όλες τις μορφές αγάπης - για ερωτική σχέση, για φίλους, ακόμα και για την οικογένεια.

Στα γαλλικά, υπάρχει το «Je t'aime», που είναι η βασική έκφραση της αγάπης.

Στα ισπανικά, όμως, υπάρχουν δύο εκδοχές:

♥ «Te quiero» → Για πιο φιλική και καθημερινή αγάπη.

♥ «Te amo» → Για έντονα ερωτική αγάπη.

Στην ιαπωνική κουλτούρα, το «Aishiteru» (愛してる) σημαίνει «Σ' αγαπώ», αλλά δεν λέγεται εύκολα. Οι Ιάπωνες πιστεύουν ότι η αγάπη εκφράζεται με πράξεις περισσότερο παρά με λέξεις.

Η ελληνική γλώσσα, όμως, κράτησε κάτι μοναδικό: το «Σ' αγαπώ» μπορεί να ειπωθεί με πολλούς διαφορετικούς τρόπους - όχι μόνο με λόγια, αλλά με βλέμματα, με πράξεις, ακόμα και με τη σιωπή.

Πότε λέμε «Σ' αγαπώ»;

Το «Σ' αγαπώ» δεν λέγεται πάντα εύκολα. Σε κάποιες σχέσεις, βγαίνει φυσικά, σαν ανάσα. Σε άλλες, αργεί να ειπωθεί, κουβαλάει φόβο, ανασφάλεια, δισταγμό.

- ♥ Μπορεί να ειπωθεί με πάθος σε έναν μεγάλο έρωτα.
- ♥ Μπορεί να ειπωθεί με τρυφερότητα σε ένα παιδί.
- ♥ Μπορεί να ειπωθεί με ευγνωμοσύνη σε έναν φίλο.
- ♥ Μπορεί να ειπωθεί με πόνο, όταν ξέρεις ότι ίσως είναι η τελευταία φορά που θα το πεις.

Η ουσία είναι ότι όταν το λες, έχει πάντα βάρος. Δεν είναι μια φράση που πρέπει να χρησιμοποιούμε μηχανικά, αλλά μια φράση που πρέπει να εννοούμε κάθε φορά που τη λέμε.

Η αγάπη είναι γλώσσα από μόνη της

Το «Σ' αγαπώ» είναι κάτι παραπάνω από λέξεις. Είναι μια γλώσσα από μόνη της. Δεν έχει σημασία αν το πεις δυνατά ή αν το δείξεις με πράξεις - σημασία έχει να το νιώθεις και να το εκφράζεις με αυθεντικότητα.

Στο τέλος της ημέρας, η αγάπη δεν μετριέται στα λόγια, αλλά στις στιγμές, στις κινήσεις, στις επιλογές μας. Και όσο υπάρχει αγάπη, όσο υπάρχουν άνθρωποι που λένε και εννοούν το «Σ' αγαπώ», τόσο η γλώσσα -και η ζωή- θα έχει πάντα ουσία.

****Μη φοβάσαι να πεις «Σ' αγαπώ» όταν το νιώθεις. Δεν είναι απλώς μια λέξη - είναι μια γέφυρα ανάμεσα σε δύο καρδιές.*

Και όπως έλεγε ο Γκαμπριέλ Γκαρσία Μάρκες: «Σ' αγαπώ όχι για αυτό που είσαι, αλλά για αυτό που γίνομαι όταν είμαι μαζί σου.»

Happy Valentines Day!!!



Η Kaiser κάνει την Τσικνοπέμπτη την απόλυτη BBQ εμπειρία!

Αν υπάρχει μια μέρα που οι λάτρεις του κρέατος περιμένουν με ανυπομονησία, αυτή είναι η Τσικνοπέμπτη! Και φέτος, η Kaiser, η αγαπημένη Pilsner μύρα, απογειώνει τη γιορτή με έναν μοναδικό BBQ διαγωνισμό που υπόσχεται να κάνει κάθε ψήστη... επαγγελματία!

Μέχρι και την Πέμπτη 20 Φεβρουαρίου, μπες στο [Instagram της Kaiser](#), απάντηση στην ερώτηση «Πώς θα περάσεις τη φετινή Τσικνοπέμπτη;» και μπες στην κλήρωση για 10 μοναδικά δώρα που θα κάνουν το ψήσιμο παιχνίδι!

- 2 μεγάλοι νικητές θα αποκτήσουν μια premium Ψησταριά Υγραερίου Weber "Spirit", το έξυπνο θερμόμετρο Weber "Connect Smart Grilling Hub", και 3 κιβώτια Kaiser για τις απόλυτες BBQ στιγμές!
 - 8 ακόμη νικητές θα κερδίσουν 3 κιβώτια Kaiser για να συνοδεύσουν τις γευστικές τους δημιουργίες!
- Με την Kaiser στο τραπέζι σου, η Τσικνοπέμπτη μετατρέπεται σε μια γιορτή γεύσης! Πάρε μέρος και ζήσε την απόλυτη BBQ εμπειρία με μύρα που ταιριάζει σε κάθε ψήσιμο!



Press Room

Food & Beverage edition

Celebrate Love στο Beefbar Athens!



Η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου αποκτά άλλη διάσταση στο Beefbar Athens, όπου η γαστρονομία συναντά τον ρομαντισμό σε ένα σκηνικό απaráμιλλης αισθητικής.

Με θέα την Αθηναϊκή Ριβιέρα και μια ατμόσφαιρα που συνδυάζει την ανεπιτήδευτη πολυτέλεια με το effort-less cool, ετοιμαστείτε για μια αξέχαστη εμπειρία.

Απολαύστε live μουσική, ένα signature cocktail και ένα ειδικά διαμορφωμένο μενού που ξεκινά με Grand Coeur Caviar – έναν εκρηκτικό συνδυασμό από Wagyu tartar, Ossetra caviar και τραγανό toasted milk bread.

Δοκιμάστε το Dark Valentine, ένα μοναδικό cocktail με Bombay Premier Cru, Moët Rosé και λευκή σοκολάτα με βρώσιμο χρυσό, και κλείστε τη βραδιά με

το Ispahan Macaron, ένα απολαυστικό επιδόρπιο με raspberry compote, lychee και λευκή σοκολάτα.

Για μια Valentine's Day γεμάτη γεύση, ρομαντισμό και signature απολαύσεις, το Beefbar Athens είναι ο απόλυτος προορισμός!

Καλός ο Άγιος Βαλεντίνος αλλά είμαστε και εμείς που περιμένουμε την Τσικνοπέμπτη!



Άγιου Βαλεντίνου ή Τσικνοπέμπτη; Ίδού η απορία!

Ναι, καλή η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου, γεμάτη κόκκινες καρδούλες, σοκολατάκια και ρομαντικές εκπλήξεις, αλλά ας είμαστε ειλικρινείς: δεν είναι όλα για όλους. Υπάρχουν κι εκείνοι που δεν ενθουσιάζονται με τα ροδοπέταλα και τα αναμμένα κεριά, αλλά με κάτι πολύ πιο απλό, αυθεντικό και λαχταριστό. Αυτοί που δεν μετρούν αντίστροφα τις μέρες για ένα ρομαντικό δείπνο, αλλά για την Τσικνοπέμπτη - τη μέρα που ο καπνός του ψησίματος γεμίζει τον αέρα και το στομάχι προετοιμάζεται για μεγάλες στιγμές!

Love is in the... BBQ!

Για εμάς που το να δαγκώνουμε μια σωστά ψημένη μπριζόλα είναι πιο ρομαντικό από ένα φιλί κάτω από το φεγγάρι, η Τσικνοπέμπτη είναι η μέρα που αξίζει να γιορτάζεται με πάθος. Όχι κεριά

και ροδοπέταλα, αλλά φωτιά, κάρβουνα και ένα σωστό ζουμερό κομμάτι κρέας στο πιάτο.

Σκέψου το λίγο: τι είναι πιο ελκυστικό; Ένα μικρό σοκολατάκι σε σχήμα καρδιάς ή μια πιατέλα με παϊδάκια, λουκάνικα και χοιρινές πανσέτες που σερβίρονται καυτά από τη σχάρα; Και τι προτιμάς να ακούσεις; Τον ήχο από ένα βιολί που παίζει στο ρομαντικό ραντεβού ή το σιγοψήσιμο του λίπους που τσιτσιρίζει πάνω στη φωτιά;

Η Τσικνοπέμπτη είναι για όλους!

Ενώ η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου απευθύνεται κυρίως σε ζευγάρια, η Τσικνοπέμπτη είναι για όλους! Είτε είσαι σε σχέση είτε εργένης, είτε βγαίνεις με την παρέα είτε με την οικογένεια, το μόνο που χρειάζεται είναι καλή διάθεση, λαχταριστό φαγητό και μια παγωμένη μπύρα για να συμπληρώσει το παζλ της απόλαυσης.





Ας είμαστε ρεαλιστές; δεν υπάρχει τίποτα πιο δελεαστικό από μια παρέα γύρω από ένα τραπέζι γεμάτο καλούδια. Μπουκιές που φεύγουν με το χέρι, η μυρωδιά του κρέατος που πλανάται στον αέρα, ένα ποτήρι κρασί ή μια μπύρα στο χέρι και ατελείωτα γέλια. Εκεί που τα «σ' αγαπώ» αντικαθίστανται από τα «φέρε λίγη ακόμα σως» και η γλυκιά έκπληξη δεν είναι ένα δαχτυλίδι αλλά μια έξτρα μερίδα κοκορέτσι.

Οδηγός επιβίωσης για την απόλυτη Τσικνοπέμπτη

Αν ανήκεις κι εσύ στην κατηγορία των ανθρώπων που περιμένουν με ανυπομονησία αυτή τη μέρα, ορίστε μερικές χρήσιμες συμβουλές για να απολαύσεις την Τσικνοπέμπτη σου στο έπακρο:

- 1. Φρόντισε να κλείσεις τραπέζι νωρίς** – Εντάξει, το ξέρουμε πως οι κλασικοί της τελευταίας στιγμής πάντα κάτι θα βρουν, αλλά καλύτερα να μην το ρισκάρεις. Οι καλές ψησταριές γεμίζουν γρήγορα!
- 2. Αν ψήνεις σπίτι, προετοιμάσου σωστά** – Μην κάνεις το λάθος να αφήσεις τα πάντα για την τελευταία στιγμή. Προμηθεύσου τα καλύτερα κομμάτια κρέατος, βάλε τις μπύρες στην κατάψυξη και βεβαιώσου ότι έχεις αρκετά κάρβουνα.
- 3. Μην τσιγκουνευτείς τις μερίδες** – Δεν είναι ώρα για δίαιτες και μετρήσεις θερμίδων. Αν είναι να το γιορτάσεις, γιορτάσε το σωστά! Τίμησε τα παιδάκια, τα κοντοσουβλία και τα λουκάνικα όπως τους αξίζει.
- 4. Αν δεν μπορείς να τσικνίσεις έξω, φέρε την Τσικνοπέμπτη στο σπίτι σου** – Δεν έχει σημασία αν έχεις ψησταριά ή όχι. Ένα καλό τηγάνι ή ακόμα και ο φούρνος μπορούν να κάνουν θαύματα.
- 5. Μην ξεχνάς τα συνοδευτικά** – Ναι, το κρέας είναι πρωταγωνιστής, αλλά κανείς δεν είπε όχι σε μια ωραία

μελιτζανοσαλάτα, ένα καλό τζατζίκι ή μια τραγανή τηγανητή πατάτα που δίνει όλη την εμπειρία.

- 6. Φόρεσε άνετα ρούχα** – Και όταν λέμε άνετα, εννοούμε χαλαρά και με περιθώριο για επέκταση. Δεν θέλεις να μείνεις με ξεκούμπωτο κουμπί στη μέση της βραδιάς.

Και για τους ρομαντικούς;

Για να μην είμαστε άδικοι, μπορεί κάποιος να συνδυάσει και τα δύο! Ποιος είπε ότι το καλό φαγητό δεν είναι ρομαντικό; Ένα ζευγάρι που μοιράζεται μια μερίδα παιδάκια σίγουρα δεν υστερεί σε σχέση με ένα που μοιράζεται μια... καρδιά από σοκολάτα!



Αν λοιπόν ανήκεις στην κατηγορία εκείνων που αγαπούν το κρέας αλλά δεν θέλουν να αφήσουν και τον Άγιο Βαλεντίνο στην απέξω, η λύση είναι απλή: Πρώτα ψητοπωλείο, μετά επιδόρπιο και τέλος, μια καλή χωνευτική βόλτα.

Η πραγματική αγάπη περνάει από το στομάχι!

Κι επειδή η καλή παρέα και το καλό φαγητό είναι ό,τι πιο ουσιαστικό, μην ξεχνάς πως είτε γιορτάζεις τον έρωτα είτε την απόλυτη κρεατοκατάλυση, το σημαντικό είναι να το κάνεις με αγάπη, κέφι και μερακλίδικη διάθεση.

Γιατί μπορεί η αγάπη να είναι στον αέρα, αλλά και η μυρωδιά της σχάρας δεν πάει πίσω. Και αυτό, αγαπητοί μου, είναι κάτι που κανένας Άγιος Βαλεντίνος δεν μπορεί να αλλάξει!

Το Campari είναι το #1 Bestselling & Top Trending Liqueur παγκοσμίως

Το Campari, το εμβληματικό ιταλικό aperitivo, αναδείχθηκε #1 Bestselling Liqueur για 6η συνεχόμενη χρονιά, #1 Top Trending Liqueur για 2η χρονιά, και #4 στην κατηγορία "Bartender's Choice", σύμφωνα με το ετήσιο Brand Report του διεθνούς περιοδικού "Drinks International", που καταγράφει τις αγοραστικές συνήθειες και τις τάσεις κατανάλωσης αλκοολούχων ποτών στα 100 καλύτερα μπαρ του κόσμου.

Η ιστορία και η κληρονομιά του Campari, η ξεχωριστή bitter γεύση του και το εμβληματικό κόκκινο χρώμα έχουν κερδίσει τον κόσμο των επαγγελματιών bar tenders, που κλήθηκαν στην έρευνα να διαλέξουν ένα brand που ξεχωρίζουν ανά κατηγορία. Η σταθερή παρουσία του Campari στην κατάταξη "Bartender's Choice", αποδεικνύει τον ισχυρό δεσμό του με την ελίτ του bar tending, που το επιλέγουν για εμπνευσμένες δημιουργίες.

Παράλληλα, το Campari παρέμεινε και φέτος η πρώτη επιλογή των καταναλωτών, καθώς ψηφίστηκε το πιο δημοφιλές liqueur στο 24% των μπαρ που συμμετείχαν στην έρευνα και στα top 3 best sellers στο 40% των μπαρ. Η συγκεκριμένη διάκριση αποδεικνύει πως το Campari δεν είναι απλώς ένα liqueur – είναι το απόλυτο statement κι αυτό οφείλεται σε μεγάλο βαθμό στο πιο δημοφιλές κλασικό cocktail: το Negroni, μια ιστορία που έχει γραφτεί με Campari.

Εάν είσαι λάτρης της του Negroni, το μόνο που έχεις να κάνεις είναι να το απολαύσεις, ακολουθώντας τα παρακάτω βήματα:

- ▶ Γέμισε με πάγο ένα χαμηλό ποτήρι
- ▶ Πρόσθεσε 30 ml Campari, 30 ml Bulldog London Dry Gin & 30 ml γλυκό κόκκινο βερμούτ
- ▶ Γαρνίρισε με μία φέτα πορτοκαλιού

Cheers στο #1 Top Trending Liqueur παγκοσμίως, το Campari!



F.Y.I.

FREENOW: Ο απόλυτος «Οδηγός Αγάπης» για ραντεβού χωρίς άγχος!



Η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου έφτασε και το FREENOW, το Νο1 Taxi App στην Ελλάδα, είναι εδώ για να κάνει τη ρομαντική σου έξοδο πιο άνετη, διασκεδαστική και -το σημαντικότερο- χωρίς άγχος!

Σύμφωνα με τα δεδομένα της εταιρείας, στις 14 Φεβρουαρίου οι διαδρομές με ταξί υπερδιπλασιάζονται μεταξύ 20:00-23:00, με τα περισσότερα ζευγάρια να καταλήγουν σε εστιατόρια, μπαρ και ξενοδοχεία για να γιορτάσουν τη βραδιά. Αν θέλεις το ραντεβού σου να ξεκινήσει και να τελειώσει με τον καλύτερο τρόπο, το FREENOW σου δίνει πέντε χρήσιμες συμβουλές:

- 1 Φτάσε στην ώρα σου – Κλείσε τη διαδρομή σου μέσω της εφαρμογής και φρόντισε να εντυπωσιάσεις το έτερον ήμισυ με τη συνέπειά σου.
- 2 Ρομαντική διαδρομή – Επίλεξε ένα Premium Ταξί για μια αναβαθμισμένη εμπειρία, γιατί η πολυτέλεια μετράει!
- 3 Δώρο τελευταίας στιγμής – Ένας από τους 12.000 εγγεγραμμένους οδηγούς μπορεί να σε μεταφέρει άμεσα στο πλησιέστερο ανθοπωλείο ή ζαχαροπλαστείο για να σώσεις την κατάσταση!
- 4 Share your ride – Μοιράσου τη live τοποθεσία σου, για να ξέρει το ταίρι σου πότε ακριβώς θα φτάσεις.
- 5 Η επιστροφή μετράει! – Χρησιμοποίησε το FREENOW για να κλείσεις τη βραδιά με άνεση και ασφάλεια, και αξιολόγησε την εμπειρία σου με 5 αστέρια!

Η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου δεν αφορά μόνο τα ζευγάρια. Το 35% των singles βλέπει τη μέρα ως ευκαιρία να γιορτάσει την αγάπη με φίλους και οικογένεια. Είτε έχεις ραντεβού είτε όχι, το FREENOW σε πάει εκεί που θέλεις – με στυλ!

Η δύναμη της αγκαλιάς: Μια απλή κίνηση που αλλάζει τη ζωή μας



Αν υπάρχει μια πράξη που μπορεί να αλλάξει τη διάθεσή μας στη στιγμή, αυτή είναι η αγκαλιά. Μια απλή, αυθόρμητη κίνηση που κρύβει μέσα της αγάπη, ζεστασιά και υποστήριξη. Είναι κάτι που όλοι έχουμε ανάγκη, είτε το συνειδητοποιούμε είτε όχι. Από τη στιγμή που γεννιόμαστε μέχρι τα βαθιά μας γεράματα, η αγκαλιά αποτελεί βασικό στοιχείο της ανθρώπινης επαφής.

Δεν είναι απλώς μια χειρονομία τρυφερότητας, αλλά μια βιολογική και ψυχολογική ανάγκη. Οι επιστήμονες έχουν αποδείξει ότι οι αγκαλιές έχουν θετικό αντίκτυπο στην ψυχική και σωματική μας υγεία, προσφέροντας ανακούφιση, ασφάλεια και ευτυχία.

Τι συμβαίνει στο σώμα μας όταν αγκαλιαζόμαστε

Όταν κάποιος μας αγκαλιάζει, το σώμα μας απελευθερώνει ωκυτοκίνη, μια ορμόνη που συνδέεται με την αγάπη, την εμπιστοσύνη και τη σύνδεση με τους άλλους. Η ωκυτοκίνη μειώνει την παραγωγή της κορτιζόλης, της ορμόνης του στρες, κάνοντάς μας να νιώθουμε πιο χαλαροί και ασφαλείς.

Ταυτόχρονα, η αγκαλιά έχει θετική επίδραση στην καρδιαγγειακή υγεία, καθώς μειώνει την αρτηριακή πίεση και επιβραδύνει τον καρδιακό ρυθμό. Έρευνες έχουν δείξει ότι όσοι αγκαλιάζονται συχνά εμφανίζουν χαμηλότερα επίπεδα άγχους και κατάθλιψης.

Αλλά δεν είναι μόνο η φυσιολογική μας κατάσταση που ωφελείται. Μια αγκαλιά μπορεί να έχει ισχυρό συναισθηματικό αντίκτυπο, δημιουργώντας βαθύτερες σχέσεις και ενισχύοντας το αίσθημα του ανήκειν.

Η αγκαλιά ως παγκόσμια γλώσσα

Δεν υπάρχει πολιτισμός που να μη γνωρίζει την αγκαλιά.

Είναι μια παγκόσμια μορφή επικοινωνίας, που εκφράζει συναισθήματα χωρίς λόγια. Όπου κι αν βρίσκεσαι, μια αγκαλιά μπορεί να σημαίνει “σε καταλαβαίνω”, “σε στηρίζω”, “είμαι εδώ για σένα”.





2. Μην υποτιμάς τη δύναμη της αγκαλιάς σε δύσκολες στιγμές.

Αν κάποιος περνάει μια δύσκολη περίοδο, μερικές φορές δεν χρειάζονται λόγια – μια αγκαλιά αρκεί.

3. Δοκίμασε να δώσεις μια αγκαλιά έκπληξη.

Μπορεί να φέρει ένα χαμόγελο στο πρόσωπο κάποιου και να κάνει τη μέρα του καλύτερη.

4. Δώσε μια αγκαλιά ακόμα και στον εαυτό σου!

Αν νιώθεις άγχος ή θλίψη, δοκίμασε να σταυρώσεις τα χέρια σου γύρω από το σώμα σου και να πάρεις μια βαθιά ανάσα. Είναι μια τεχνική που χρησιμοποιείται στη θεραπεία για τη μείωση του στρες.

Υπάρχουν αγκαλιές παρηγοριάς, αγκαλιές ευγνωμοσύνης, αγκαλιές ενθάρρυνσης. Στις πιο δύσκολες στιγμές, μια αγκαλιά μπορεί να είναι το πιο δυνατό στήριγμα, ενώ στις χαρούμενες στιγμές γίνεται ένας τρόπος έκφρασης ενθουσιασμού και αγάπης.

Η σημασία της αγκαλιάς στην καθημερινότητά μας

Συχνά ξεχνάμε πόσο σημαντική είναι η φυσική επαφή στην καθημερινότητά μας. Ζούμε σε μια εποχή όπου οι περισσότερες επικοινωνίες γίνονται ψηφιακά, μέσω οθονών, και η ανθρώπινη επαφή μπαίνει σε δεύτερη μοίρα.

Κι όμως, μια αγκαλιά την ημέρα μπορεί να κάνει τη διαφορά. Μπορεί να:

- Βελτιώσει τη διάθεση και να μειώσει το άγχος.
- Ενισχύσει τις σχέσεις με τους γύρω μας.
- Βοηθήσει στην αυτοπεποίθηση, κάνοντάς μας να νιώθουμε ότι ανήκουμε κάπου.
- Ενδυναμώνει την οικογενειακή και φιλική σύνδεση, υπενθυμίζοντάς μας ότι είμαστε αγαπητοί και σημαντικοί.

Πώς να βάλεις περισσότερες αγκαλιές στη ζωή σου

Αν νιώθεις ότι δεν αγκαλιάζεις αρκετά, ίσως είναι η στιγμή να το αλλάξεις. Δεν χρειάζεται κάποιος συγκεκριμένος λόγος για να το κάνεις – αρκεί να βρεις τις ευκαιρίες:

1. Αγκάλιασε την οικογένειά σου κάθε μέρα. Ένα απλό «καλημέρα» ή «καληνύχτα» με μια αγκαλιά μπορεί να δημιουργήσει ένα αίσθημα ζεστασίας και σύνδεσης.

Το μυστικό μιας καλής αγκαλιάς

Όλες οι αγκαλιές δεν είναι ίδιες. Μια αληθινή, ειλικρινής αγκαλιά ξεχωρίζει από μια τυπική, ψυχρή χειρονομία. Το μυστικό είναι να αφήνεις στη στιγμή και να μην τη βιάζεις. Μια καλή αγκαλιά κρατά τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, γιατί αυτός είναι ο χρόνος που χρειάζεται το σώμα για να απελευθερώσει ωκυτοκίνη και να αποκομίσει όλα τα θετικά οφέλη.

Σκέψου την τελευταία φορά που αγκάλιασες κάποιον αληθινά. Πώς ένιωσες; Άνεση, ασφάλεια, αγάπη; Αυτά είναι τα συναισθήματα που προσφέρει μια ουσιαστική αγκαλιά – και αυτά είναι που χρειαζόμαστε όλοι περισσότερο στη ζωή μας.

Μια μικρή κίνηση με μεγάλη σημασία

Στην καθημερινότητα, παρασυρόμαστε από τις υποχρεώσεις και ξεχνάμε πόσο πολύτιμες είναι οι μικρές, ανθρώπινες στιγμές. Η αγκαλιά είναι ένας από τους πιο απλούς, αλλά και πιο ισχυρούς τρόπους να δείξουμε την αγάπη και την υποστήριξη μας στους άλλους.

Αν λοιπόν ψάχνεις έναν εύκολο τρόπο να κάνεις τη μέρα σου (και τη μέρα κάποιου άλλου) καλύτερη, δεν έχεις παρά να το δοκιμάσεις!



ΤΣΙΛΙΛΗΣ: Γιορτάζει 35 χρόνια με μια επειτειακή φιάλη του αγαπημένου μας τσίπουρου

Μια διαδρομή 35 χρόνων αφιερωμένη στην τέχνη της απόσταξης συμπλήρωσε η Αποσταγματοποιία Τσιλιλή και τη γιορτάζει με την κυκλοφορία μιας συλλεκτικής φιάλης του αγαπημένου Τσίπουρου Τσιλιλή.

Η συλλεκτική φιάλη που δημιουργήθηκε για τα 35 χρόνια του Τσίπουρου Τσιλιλή αποτελεί φόρο τιμής σε αυτή την πορεία και είναι διαθέσιμη για όλους όσοι θέλουν να γευτούν την ιστορία, το πάθος και την τέχνη που περικλείονται σε κάθε σταγόνα της.

Το επειτειακό μπουκάλι φέρει το χάλκινο χρώμα με έμπνευση τους χάλκινους άμβυκες πο αποστάζεται το ελληνικό ποτό, καθώς και την υπογραφή του δημιουργού του, Κώστα Τσιλιλή.

Το 1989, στις απαρχές της εμφιάλωσης του τσίπουρου στην Ελλάδα, η εταιρεία έκανε τα πρώτα της βήματα, ταυτισμένα με την πρωτοπορία. Γεννημένο από το όραμα του πρωτοπόρου αποσταγματοποιού Κώστα Τσιλιλή, το Τσίπουρο Τσιλιλή ήταν το πρώτο που εμφιαλώθηκε στη Θεσσαλία, συνδέοντας το όνομά του με την εξέλιξη και την καθιέρωση του εμφιαλωμένου τσίπουρου και μέχρι σήμερα παραμένει πρώτο στις προτιμήσεις Ελλήνων και Ελληνίδων.

Με έδρα τη Ράξα Τρικάλων, στα Μετέωρα, η Αποσταγματοποιία Τσιλιλή πρωτοστατεί στον χώρο των αυθεντικών ελληνικών αποσταγμάτων σταφυλής, ενσωματώνοντας την εμπειρία τεσσάρων γενεών. Συνδυάζοντας παράδοση και καινοτομία, συνεχίζει να διευρύνει τα όρια της κατηγορίας, προτείνοντας νέους τρόπους κατανάλωσης του τσίπουρου.

Πέρα από το εμβληματικό Τσίπουρο Τσιλιλή, η γκάμα των προϊόντων της περιλαμβάνει το ελαφρώς παλαιωμένο τσίπουρο «Αγιονέρι», που έχει αγαπηθεί για την ξεχωριστό του χαρακτήρα. Το premium μακράς παλαιώσης Dark Cave και το μοναδικό Dark Cave Black, το πρώτο τσίπουρο με 12 χρόνια παλαιώσης, ξεχωρίζουν στην κατηγορία τους. Παράλληλα, η εταιρεία προσφέρει μονοποικιλιακά αποστάγματα σταφυλής και ιδιαίτερες συλλεκτικές εκδόσεις, όπως το Αγιονέρι Last Barrel Islay Cask Finish, που εμπλουτίζουν διαρκώς την εμπειρία των καταναλωτών.



F.Y.I.

Wolt: Οι κορυφαίες επιλογές των Ελλήνων για τον Άγιο Βαλεντίνο & η νέα λειτουργία Gifting

Η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου ήρθε και η Wolt αποκαλύπτει τις πιο δημοφιλείς επιλογές των Ελλήνων χρηστών της για το 2024, καθώς και μια νέα, πρωτοποριακή λειτουργία που κάνει τα δώρα πιο εύκολα από ποτέ!

Τι παραγγέλνουν οι Έλληνες για τη γιορτή της αγάπης;

- Λουλούδια, φυσικά! Περισσότερες από 5.000 παραγγελίες καταγράφηκαν, με την ακριβότερη παραγγελία παγκοσμίως να φτάνει τα 595€!
- Ώρες αιχμής: Οι περισσότερες παραγγελίες έγιναν μεταξύ 11:00 και 19:00, αλλά δεν έλειψαν και οι τελευταίες στιγμές – ακόμα και λίγο πριν τα μεσάνυχτα!



- Η αγάπη ταξιδεύει: 126 παραγγελίες λουλουδιών στάλθηκαν από την Ελλάδα σε άλλες χώρες, δείχνοντας ότι τα συναισθήματα δεν γνωρίζουν σύνορα.

Gifting: Στείλε προσωποποιημένα δώρα με λίγα κλικ!

Φέτος, η Wolt λανσάρει τη νέα λειτουργία Gifting, επιτρέποντας στους χρήστες να στέλνουν δώρα στα αγαπημένα τους πρόσωπα απευθείας μέσω της εφαρμογής. Η διαδικασία είναι απλή:

- Επιλέγεις τη διεύθυνση του παραλήπτη
- Παραγγέλνεις το δώρο σου επιλέγοντας «Αποστολή ως Δώρο»
- Προσθέτεις ένα προσωπικό μήνυμα σε ψηφιακή κάρτα
- Ο παραλήπτης λαμβάνει ειδοποίηση με SMS χωρίς να χρειάζεται λογαριασμό Wolt!

Το Gifting δεν είναι μόνο για τη Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου, αλλά και για γενέθλια, επετείους ή κάθε στιγμή που θέλεις να κάνεις κάποιον να χαμογελάσει.

Γιατί με τη Wolt, η προσφορά γίνεται πιο προσωπική από ποτέ!

Πώς η γενιά Z λέει το «σ' αγαπώ»



Η γενιά Z φαίνεται πως έχει βρει νέους τρόπους για να εκφράσει την αγάπη, με την τεχνολογία και τα κοινωνικά δίκτυα να διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο σε αυτή την αλλαγή. Από την εμφάνιση των emojis μέχρι τη χρήση αριθμών, η νέα γενιά επικοινωνεί διαφορετικά τα πιο τρυφερά συναισθήματα. Αυτές οι αλλαγές, που παρατηρούνται κυρίως σε πλατφόρμες όπως το TikTok, αντικατοπτρίζουν μια νέα κουλτούρα επικοινωνίας, που συνδυάζει τη δημιουργικότητα με την τεχνολογία.

Σύμφωνα με μια έρευνα της εφαρμογής Babel, οι νέοι χρησιμοποιούν πλέον διαφορετικές γλωσσικές και συναισθηματικές μεθόδους για να δηλώσουν τα συναισθήματά τους.

Ένας νέος τρόπος για να πει κανείς «σ' αγαπώ» είναι μέσω αριθμών. Για παράδειγμα, το «143» χρησιμοποιείται για να εκφράσει την φράση «I love you» (σ' αγαπώ) και αυτή η τάση φαίνεται να γίνεται όλο και πιο δημοφιλής, ειδικά μέσω κοινωνικών δικτύων όπως το TikTok. Αυτοί οι αριθμοί βασίζονται στην αντιστοιχία του αριθμού των γραμμάτων στις λέξεις, όπως το «1543» για «je t'aime encore» (εξακολουθώ να σ' αγαπώ) ή το «1437» για «je t'aime toujours» (σ' αγαπώ για πάντα).

Η χρήση των emojis έχει επίσης καταστεί βασικό εργαλείο για την εκδήλωση συναισθημάτων. Ορισμένα emoticons, όπως το «Melting face», προσδιορίζουν χαριτωμένες καταστάσεις, ενώ το «δαγκώνοντας τα χείλη» χρησιμοποιεί-

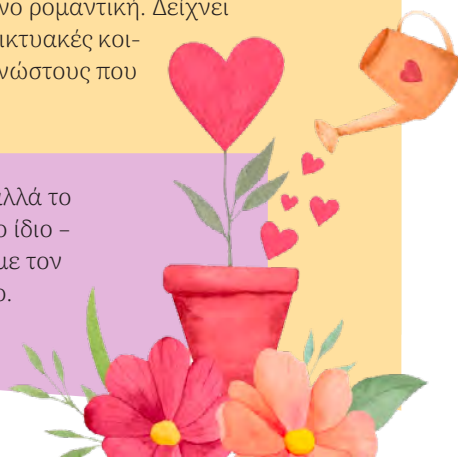
ται για να εκφράσει επιθυμία. Το emoji με το «χέρι δείκτη που δείχνει αριστερά και δεξιά» υποδηλώνει ντροπαλότητα και αμηχανία στο φλερτ.

Ήξερες ότι ...η γενιά Z επαναπροσδιορίζει το «σ' αγαπώ»;

Για τη γενιά Z, το «σ' αγαπώ» δεν είναι μόνο μια φράση – είναι στάση ζωής. Δεν το λένε εύκολα, αλλά το εκφράζουν με τρόπους που σπάνε τα στερεότυπα των προηγούμενων γενεών.

Δεν χρειάζεται μια μεγάλη ρομαντική εξομολόγηση ή ένα μελόδραμα καθώς η γενιά Z έχει απομακρυνθεί από την ιδέα ότι η αγάπη είναι μόνο ρομαντική. Δείχνει αγάπη σε φίλους, σε διαδικτυακές κοινότητες, ακόμα και σε αγνώστους που χρειάζονται υποστήριξη.

Το «σ' αγαπώ» αλλάζει, αλλά το συναίσθημα παραμένει το ίδιο – απλώς, η γενιά Z το λέει με τον δικό της, αυθεντικό τρόπο.





Η μαγεία του **kritharoto**
με τη σεφ Ντίνα Νικολάου!



«Το Κριθαρότο Ταξιδεύει»: Η ΗΛΙΟΣ και η Ντίνα Νικολάου γιορτάζουν την ημέρα των ερωτευμένων

Η Ημέρα των Ερωτευμένων αποκτά γεύση, άρωμα και δημιουργική έμπνευση μέσα από τη γαστρονομική δράση της Βιομηχανίας Ζυμαρικών ΗΛΙΟΣ, «Το Κριθαρότο Ταξιδεύει».

Σήμερα, Παρασκευή 14 Φεβρουαρίου, από τις 17:00 έως τις 20:00, το super market Θανάπουλος στην Κηφισιά μεταμορφώνεται σε έναν γαστρονομικό προορισμό, με πρωταγωνίστρια τη σεφ Ντίνα Νικολάου.

Η πρέσβειρα της ελληνικής γαστρονομίας θα αποκαλύψει στο κοινό τις ατελείωτες δυνατότητες του κριθαρακίου ΗΛΙΟΣ, μέσα από μοναδικές συνταγές: κριθαρότο μπολονέζ με κριθαράκι χωρίς γλουτένη, κριθαρότο με γαρίδες, πιπεριές Φλωρίνης και φινόκιο με κριθαράκι λαχανικών, και κριθαρότο με παντζάρι και χαλούμι με το βιολογικό κριθαράκι ΗΛΙΟΣ.

Οι επισκέπτες θα έχουν την ευκαιρία να παρακολουθήσουν live τη σεφ, να μάθουν πολύτιμα tips και, φυσικά, να δοκιμάσουν τις δημιουργίες της! Για το καλύτερο γιουβέτσι, τη πιο σπυρωτή μανέστρα και το απόλυτο κριθαρότο, η απάντηση είναι μία: κριθαράκι ΗΛΙΟΣ!

Με τη δράση «Το Κριθαρότο Ταξιδεύει», η ΗΛΙΟΣ επαναπροσδιορίζει το αγαπημένο ζυμαρικό, συνδέοντας τη γαστρονομική παράδοση με τη δημιουργική κουζίνα!

Νέα συλλεκτική συλλογή Catrice KISS & GLOW Λάμψτε από αγάπη την ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου!



Ετοιμαστείτε να ερωτευτείτε τη νέα συλλεκτική συλλογή Catrice KISS & GLOW! Με γυαλιστερές υφές, εκτυφλωτικές λάμψεις και σαγηνευτικές αποχρώσεις του ροζ, του μούρου και του χρυσού, αυτή η σειρά θα σας χαρίσει ακαταμάχητες εμφανίσεις για την Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου – και όχι μόνο! Η αγάπη είναι στον αέρα... και στα χείλη, τα μάγουλα και τα ζυγωματικά σας!

Η συλλογή KISS & GLOW διατίθεται από τον Φεβρουάριο έως τον Μάρτιο 2025 και περιλαμβάνει:

- 🔥 KISS & GLOW BLUSH STICK (€6,99*)
 - Κρεμώδης, ευκολοαναμείξιμη υφή
 - Χρώμα που «χτίζεται» σε στρώσεις
 - Ενσωματωμένο απλικατέρ
- 🔥 KISS & GLOW HIGHLIGHTER STICK (€6,99*)
 - Κρεμώδης υφή με πολυδιάστατη λάμψη
 - Διαμορφώσιμη ένταση
 - Ενσωματωμένο απλικατέρ
- 🔥 KISS & GLOW LIP BALM (€4,49*)
 - Διάφανο βάλσαμο χειλιών με ιριδίζοντα σωματίδια
 - Μοναδική συσκευασία σε σχήμα χειλιών
- 🔥 KISS & GLOW PLUMPING LIP LINER (€2,99*)
 - Εφέ διόγκωσης για πιο γεμάτα χείλη
 - Ματ φινίρισμα
 - Διατίθεται σε 3 αποχρώσεις
- 🔥 KISS & GLOW PEPTIDE LIP TINT (€4,49*)
 - Θρεπτική & ενυδατική σύνθεση
 - Διακριτικό, λαμπερό χρώμα με πεπτίδια
- 🔥 Αποκτήστε την & λάμψτε από έρωτα!

Πώς γιορτάζουν τον Άγιο Βαλεντίνο σε όλο τον κόσμο



Η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου, που γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 14 Φεβρουαρίου, έχει βαθιές ρίζες στην Ιστορία, με ποικιλία μύθων και παραδόσεων που την περιβάλλουν. Καταρχάς, η Καθολική Εκκλησία αναγνωρίζει τουλάχιστον τρεις αγίους με το όνομα Βαλεντίνος, οι οποίοι θεωρούνται μάρτυρες. Ο πιο διάσημος από αυτούς συνδέεται με έναν θρύλο, που λέει ότι ο Βαλεντίνος, ένας ιερέας της Ρώμης, αψήφησε το διάταγμα του αυτοκράτορα Κλαύδιου Β', ο οποίος είχε απαγορεύσει τον γάμο για τους νεαρούς άνδρες, πιστεύοντας ότι οι άγαμοι στρατιώτες ήταν καλύτεροι στον πόλεμο. Παρά την απαγόρευση, ο Βαλεντίνος συνέχισε να τελεί γάμους μεταξύ νέων ζευγαριών και για αυτό κατέληξε να εκτελεστεί.

Σε άλλες εκδοχές του θρύλου, λέγεται ότι ο Βαλεντίνος, ενώ ήταν φυλακισμένος, ερωτεύθηκε την κόρη του δεσμοφύλακα και της έστειλε ένα γράμμα με την υπογραφή "από τον Βαλεντίνο σου", μια έκφραση που έχει διατηρηθεί έως σήμερα στις επιστολές ερωτευμένων. Αυτές οι ιστορίες εμπλουτίζουν την εικόνα του Αγίου Βαλεντίνου ως σύμβολο της αγάπης και του ρομαντισμού, κάτι που ενισχύθηκε περαιτέρω κατά τη διάρκεια του Μεσαίωνα, ιδιαίτερα στη Γαλλία και την Αγγλία, όπου ο Βαλεντίνος έγινε ένας από τους πιο αγαπητούς αγίους.



Η ιστορία πίσω από την Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου έχει και μια άλλη διάσταση. Ενώ πολλοί πιστεύουν ότι η ημερομηνία αυτή επιλέχθηκε για να τιμήσει τον θάνατο του Αγίου Βαλεντίνου γύρω στο 270 μ.Χ., άλλοι υποστηρίζουν ότι η ημερομηνία επιλέχθηκε από την Χριστιανική Εκκλησία για να αντικαταστήσει τα ειδωλολατρικά Λουπερκάλια, μια αρχαία ρωμαϊκή γιορτή προς τιμήν του θεού Λούπερκου, που ήταν θεός της γονιμότητας. Τα Λουπερκάλια, που πραγματοποιούνταν στις 15 Φεβρουαρίου, είχαν σχεδόν τα ίδια χαρακτηριστικά με τη σύγχρονη Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου, καθώς περιλάμβαναν και μια μορφή μουσικών ζευγαρωμάτων μέσω ενός παιχνιδιού, όπου οι νεαρές γυναίκες έβαζαν τα ονόματά τους σε ένα δοχείο και οι άντρες διάλεγαν μία γυναίκα για να περάσουν μαζί το υπόλοιπο της χρονιάς.



Με την εμφάνιση του Χριστιανισμού, τα Λουπερκάλια απαγορεύτηκαν και αντικαταστάθηκαν από την Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου, η οποία διαδόθηκε ιδιαίτερα στη Γαλλία και την Αγγλία κατά τη διάρκεια του Μεσαίωνα. Εκεί, οι άνθρωποι πίστευαν ότι στις 14 Φεβρουαρίου τα πουλιά άρχιζαν να ζευγαρώνουν, κάτι που ενίσχυσε την αντίληψη ότι αυτή η ημέρα ήταν ιδανική για ρομαντικές σχέσεις. Στη διάρκεια του 17ου και 18ου αιώνα, οι άνθρωποι στη Βρετανία και τη Γαλλία άρχισαν να ανταλλάσσουν μικρά δώρα ή χειρόγραφες κάρτες, ενώ τον 19ο αιώνα, με την πρόοδο της τυπογραφίας, οι κάρτες Αγίου Βαλεντίνου έγιναν δημοφιλείς.

Η γιορτή πέρασε και στον Νέο Κόσμο, με την Αμερική να εισάγει τις πρώτες εκτυπωμένες κάρτες το 1840 από την Εσθερ Α. Χόουλαντ, που θεωρείται η "Μητέρα του Βαλεντίνου". Σήμερα, υπολογίζεται ότι στέλνονται πάνω από 1 δισεκατομμύριο κάρτες Αγίου Βαλεντίνου παγκοσμίως, και η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου έχει καταστεί μία από τις πιο εμπορικές γιορτές του χρόνου.

Ωστόσο, οι γιορτές του Αγίου Βαλεντίνου δεν περιορίζονται μόνο στη Δύση. Στην Κίνα, για παράδειγμα, η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου είναι μια σύγχρονη γιορτή που έχει αρχίσει να εορτάζεται με την ανταλλαγή δώρων και την έξοδο σε ραντεβού, αλλά η χώρα έχει τη δική της παρα-

δοσιακή "Ημέρα των Ερωτευμένων", την "Εβδομη Νύχτα", η οποία γιορτάζεται τον έβδομο μήνα του σεληνιακού ημερολογίου. Στην Ιαπωνία, οι γυναίκες δίνουν σοκολάτες στους άντρες, ενώ στην Νότια Κορέα υπάρχει μια παραδοσιακή "Λευκή Ημέρα" στις 14 Μαρτίου, όπου οι άντρες ανταποδίδουν τα δώρα στις γυναίκες. Στη Βραζιλία, η γιορτή των ερωτευμένων γιορτάζεται στις 12 Ιουνίου, ενώ στην Αργεντινή η γιορτή επεκτείνεται σε μία εβδομάδα τον Ιούλιο, γνωστή ως "Γλυκιά Εβδομάδα".



Η Ιταλία και η Γαλλία, χώρες με μεγάλη παράδοση στον ρομαντισμό, γιορτάζουν την Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου με ιδιαίτερη έμφαση στην ανταλλαγή ποιημάτων, δώρων και σοκολατένιων γλυκισμάτων. Στην Ιταλία, τα ζευγάρια απολαμβάνουν μία ανοιξιότικη ατμόσφαιρα και τα "baci perugini", σοκολατένια φιλάκια, αποτελούν παραδοσιακό δώρο. Στη Γαλλία, το Παρίσι θεωρείται η "Πόλη του Έρωτα", και πολλοί τουρίστες έρχονται για να γιορτάσουν την ημέρα αυτή στην πόλη των φώτων.

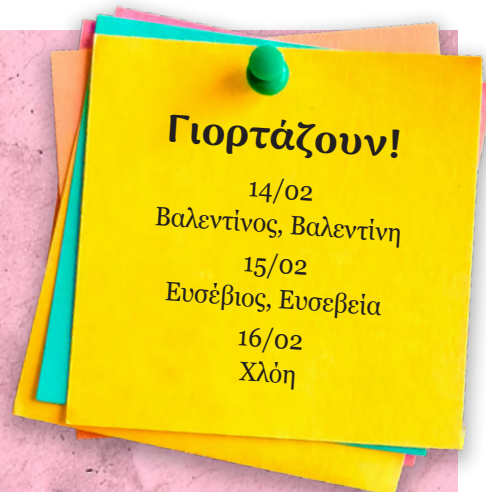
Ανεξαρτήτως της χώρας, η Ημέρα του Αγίου Βαλεντίνου παραμένει μία γιορτή αγάπης και ρομαντισμού που ενώνει ανθρώπους σε όλο τον κόσμο, με κάθε πολιτισμό να προσθέτει τα δικά του χαρακτηριστικά στη γιορτή αυτή.



quote of the day

LOVE IS SPACE AND TIME MEASURED BY THE HEART

Marcel Proust



Γιορτάζουν!

14/02
Βαλεντίνος, Βαλεντίνη
15/02
Ευσέβιος, Ευσεβεία
16/02
Χλόη

14 Φεβρουαρίου

- › Valentine's Day
- › Organ Donor Day
- › International Book Giving Day
- › Read to Your Child Day
- › Library Lovers' Day
- › Madly In Love With Me Day
- › National Black Literacy Day
- › National Impotence Day

15 Φεβρουαρίου

- › International Childhood Cancer Day
- › World Cholangiocarcinoma Day
- › World Hippo Day
- › National Gumdrop Day
- › Make Mine Chocolate
- › Annoy Squidward Day

16 Φεβρουαρίου

- › Friday Fish Fry Day
- › Innovation Day
- › Love Reset Day
- › National Almond Day
- › National Caregivers Day
- › National Tartar Sauce Day
- › No One Eats Alone Day

tip of the day



Being deeply loved by someone gives you strength, while loving someone deeply gives you courage.

Lao Tzu