

  
*Kaiser*

The BBQ  
Masters

**ΤΣΙΚΝΟΠΕΜΠΤΗ  
ΜΕ ΜΠΥΡΑ...**

ή *Kaiser*;



Απολαύστε υπεύθυνα

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

**Ο ΑΠΟΛΥΤΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ  
ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΤΣΙΚΝΟΠΕΜΠΗ –  
ΟΠΩΣ ΚΙ ΑΝ ΤΗ ΓΙΟΡΤΑΣΕΙΣ!**



# Good morning SayYessers!



## Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser** από το Ντουμπάι ακόμα!!!

Αν κάτι απολαμβάνω στα ταξίδια είναι η συναναστροφή με ανθρώπους διαφορετικούς, παράταιρους και άλλες φορές πιο ταιριαστούς. Ανθρώπους άγνωστους που οι ελπίδες να συναντηθούμε ξανά είναι απειροελάχιστες. Αλλά ακόμα και αν τους ξαναδώ το πιθανότερο είναι πως δεν θα τους θυμάμαι καν...

Πόσες φορές έχεις πιάσει κουβέντα με κάποιον που δεν ήξερες και αυτή η στιγμή έμεινε χαραγμένη στη μνήμη σου; Ξέρεις τι λένε; Πως οι άγνωστοι έχουν αυτή τη μαγική ικανότητα να λένε κάτι που χρειάζομαι να ακούσεις την πιο απρόσμενη στιγμή. Μια ατάκα, μια ιστορία, μια τυχαία κουβέντα που έρχεται χωρίς προσδοκίες, χωρίς βάρος, χωρίς παρελθόν ή μέλλον.

- Ο ταξιτζής που σου διηγείται μια ιστορία και ξαφνικά βλέπεις τη ζωή σου αλλιώς.
- Ο ηλικιωμένος στο σούπερ μάρκετ που σου θυμίζει ότι όλα περνάνε - και τα καλά και τα δύσκολα.
- Ο συνεπιβάτης στο αεροπλάνο που γίνεται ο καλύτερος συνομιλητής σου για μία ώρα.

Γιατί συμβαίνει αυτό;

Γιατί με τους ξένους δεν προσποιείσαι. Δεν υπάρχει το «θα πει», δεν υπάρχει φόβος μήπως σε κρίνουν, δεν χρειάζεται να εξηγήσεις ποιος είσαι. Είναι μια ελευθερία που σπάνια έχουμε στις σχέσεις μας. Και κάποιες φορές, η αλήθεια βγαίνει πιο εύκολα όταν δεν υπάρχει κανείς να την κρατήσει απέναντί μας.

Αυτές οι μικρές στιγμές μας θυμίζουν κάτι σημαντικό: Ο κόσμος είναι γεμάτος ιστορίες, εμπειρίες και σκέψεις που δεν είναι μόνο δικές μας. Μια τυχαία κουβέντα μπορεί να σου αλλάξει τη μέρα, ακόμα και τη ζωή.

Οπότε, την επόμενη φορά που θα βρεθείς δίπλα σε έναν άγνωστο, μην βιαστείς να χαθείς στη σιωπή. Αφησε τον εαυτό σου να ακούσει - ποιος ξέρει τι μπορεί να μάθεις;

**Tip of the Day:** Την επόμενη φορά που θα βρεθείς σε μια ουρά, σε ένα ταξί, σε ένα αεροπλάνο, αντί να χαθείς στο κινητό σου, μίλα σε κάποιον άγνωστο. Μπορεί να είναι η πιο ενδιαφέρουσα κουβέντα της ημέρας σου! Εξάλλου όπως λέει και ο William Butler Yeats, κάθε άγνωστος είναι ένας φίλος που δεν έχεις γνωρίσει ακόμα...

Claire Styliara  
Chief of SayYessers



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

# Ο απόλυτος οδηγός για την καλύτερη Τσικνοπέμπτη – Όπως κι αν τη γιορτάσεις!



Η Τσικνοπέμπτη έφτασε, και αν δεν έχεις κάνει ακόμα πλάνα, μην αγχώνεσαι! Είτε επιλέξεις να το γιορτάσεις παραδοσιακά με ψήσιμο, είτε να βγεις έξω και να απολαύσεις τη μέρα χωρίς κόπο, σου έχουμε όλες τις συμβουλές για να περάσεις την πιο τσικνισμένη, απολαυστική και αξέχαστη μέρα με την παρέα σου!

## Πάμε να οργανωθούμε σωστά;

### Ψήσιμο στο σπίτι; Οργάνωση από πριν για να μην τρέχεις τελευταία στιγμή!

Αν ανήκεις στην κατηγορία των ψήστες-μερακλήδες, ξέρεις ότι η σωστή προετοιμασία είναι το παν. Η Τσικνοπέμπτη δεν είναι η μέρα για πειραματισμούς! Θες να ψήσεις σωστά, γρήγορα και κυρίως να το απολαύσεις.

### Τι να κάνεις για να βγει τέλειο το ψήσιμο

👉 Μην πέσεις στην παγίδα των φτηνών κάρβουνων → Αγόρασε καλής ποιότητας κάρβουνα που καίνε ομοιόμορφα και διαρκούν περισσότερο.



- 👉 Κοψίματα στα κρέατα με σωστό τρόπο → Ζήτησε από τον κρεοπώλη σου να κόψει τα κρέατα σε μέγεθος που ψήνεται ομοιόμορφα.
- 👉 Μην ξεχάσεις τα συνοδευτικά → Οι σαλάτες, οι πατάτες, τα τυριά και τα dips κάνουν τη διαφορά. Μια καλή τζατζίκι-μαγιονέζα είναι απαραίτητη!
- 👉 Διασκέδασε! → Δεν χρειάζεται να αγχωθείς. Η ψυχή της Τσικνοπέμπτης είναι η παρέα, όχι αν το κρέας έγινε «Michelin» επίπεδο!

### Θα βγείτε έξω; Μην το αφήσεις στην τύχη!

Δεν έχεις όρεξη να ψήσεις; Κανένα πρόβλημα! Τα ταβερνάκια, οι ψησταριές και οι street food αγορές είναι η τέλεια εναλλακτική. Αλλά προσοχή: Μην κάνεις το λάθος να πας χωρίς κράτηση.

### Tips για έξοδο χωρίς δράματα

- 👉 Κλείσε τραπέζι ΤΩΡΑ! Τα καλά μαγαζιά γεμίζουν γρήγορα.
- 👉 Ψάξε για hidden gems → Αντί για τις γνωστές

πολυσύχναστες ταβέρνες, ψάξε νέα μέρη που μπορεί να προσφέρουν μια εναλλακτική Τσικνοπέμπτη εμπειρία.

👉 Αν δεν βρίσκεις τραπέζι, street food is the answer! → Οι καντίνες και τα σουβλατζιδικα θα έχουν τη δική τους γιορτή!

👉 Μην οδηγήσεις αν πεις! → Η Τσικνοπέμπτη χωρίς ένα κρασάκι ή τσίπουρο δεν έχει νοστιμιά, αλλά ας είμαστε υπεύθυνοι. Βρες το designated driver της παρέας ή απλά πάρε ταξί.

### Τα SOS της Τσικνοπέμπτης

#### Μην πέσεις στα κλασικά λάθη της μέρας!

- 👉 Μην φας σαν να μην υπάρχει αύριο → Θυμήσου ότι η Καθαρά Δευτέρα είναι κοντά και αν φας σαν να έχεις τρεις μέρες να δεις φαγητό, το στομάχι σου θα εκδικηθεί άμεσα.
- 👉 Μην ξεχάσεις τους χορτοφάγους της παρέας → Όχι, δεν θα πεθάνουν της πείνας. Φρόντισε να έχεις κάτι και για αυτούς (ψητά λαχανικά, χαλούμι, μανιτάρια, ακόμα και ένα καλό λαδωμένο ψωμάκι!).
- 👉 Μην το παρακάνεις με το αλκοόλ → Ναι, είναι γιορτή, αλλά κανείς δεν θέλει να σε κουβαλάει μετά!
- 👉 Μην ξεχάσεις τη μουσική → Η Τσικνοπέμπτη χωρίς λαϊκά ή ρεμπέτικα δεν είναι Τσικνοπέμπτη! Βάλε playlist και ανέβασε τη διάθεση στα ύψη.

#### Γιατί η Τσικνοπέμπτη είναι κάτι παραπάνω από μια αφορμή για φαγητό

Ναι, όλοι αγαπάμε την Τσικνοπέμπτη γιατί είναι η απόλυτη κρεατοφαγική μέρα. Αλλά σκέψου λίγο: τι την κάνει τόσο ξεχωριστή;



Είναι η ανεπίσημη έναρξη της Αποκριάς → Εδώ ξεκινάει το "let's have fun" mode, οπότε αν σου αρέσουν οι στολές, είναι η τέλεια στιγμή να ξεκινήσεις το κλίμα!

Είναι μια τέλεια αφορμή για να έρθεις πιο κοντά με φίλους και οικογένεια → Ειδικά αν δεν προλαβαίνεις να βλέπεις συχνά την παρέα, είναι η μέρα να μαζευτείτε όλοι ξανά γύρω από ένα τραπέζι.

Είναι η μέρα που το karaoke επιβάλλεται → Αν έχετε όρεξη για έξτρα τρέλα, λίγο μετά το φαγητό, βγάλτε μικρόφωνα και αρχίστε το τραγούδι.

#### Η καλύτερη Τσικνοπέμπτη είναι αυτή που απολαμβάνεις στο έπακρο!

Δεν έχει σημασία αν θα ψήσεις, αν θα φας έξω, αν θα τραγουδήσεις ή απλά θα λιώσεις από το φαγητό στον καναπέ. Σημασία έχει να τη γιορτάσεις με όσους αγαπάς, να γελάσεις, να τσικνίσεις και να κάνεις αναμνήσεις.

Γιατί στο τέλος της ημέρας, η Τσικνοπέμπτη δεν είναι μόνο για το κρέας – είναι για την παρέα! Στο λέω εγώ που φέτος θα τσικνίσω μόνη μου παρέα με τις καμήλες...!



## Η SKAG περνάει σε άλλη διάσταση με την HP Indigo 18K

Η SKAG κάνει το επόμενο βήμα στην εκτύπωση, εγκαθιστώντας πρώτη πανευρωπαϊκά την HP Indigo 18K, μια μηχανή που αλλάζει το παιχνίδι στον χώρο της ψηφιακής εκτύπωσης.

Τι σημαίνει αυτό στην πράξη; Ακόμα πιο γρήγορες, προσωποποιημένες και υψηλής ποιότητας εκτυπώσεις. Η SKAG πλέον προσφέρει μοναδικά χαρτικά γραφής, είδη αρχειοθέτησης, premium συσκευασίες και εταιρικά έντυπα, με εξαιρετική λεπτομέρεια και κορυφαία αντοχή. Το μεγάλο ατού; Custom-made λύσεις, ακόμα και για μικρές παραγγελίες, κάτι που ανοίγει νέες δυνατότητες σε επιχειρήσεις που θέλουν μοναδικά προϊόντα.

Η HP Indigo 18K δεν είναι απλώς μια ακόμα εκτυπωτική μηχανή. Είναι ταχύτητα, ποιότητα και βιωσιμότητα σε ένα. Μειώνει το κόστος παραγωγής, ενώ παράλληλα είναι περιβαλλοντικά φιλική, περιορίζοντας τα απόβλητα και την κατανάλωση ενέργειας.

Με αυτή τη στρατηγική επένδυση ύψους 1,2 εκατ. ευρώ, η SKAG επιβεβαιώνει ξανά τη θέση της στην αιχμή της καινοτομίας. Δεν ακολουθεί τις εξελίξεις – τις δημιουργεί. Και αν κάτι είναι σίγουρο, είναι ότι το μέλλον της ψηφιακής εκτύπωσης μόλις έγινε πιο συναρπαστικό!



### F.Y.I.

## Smashed: Εκπαίδευση για τους κινδύνους της κατανάλωσης αλκοόλ από ανήλικους



Το “Smashed” είναι ένα διεθνώς αναγνωρισμένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα που στοχεύει στην ενημέρωση των εφήβων για τους κινδύνους της κατανάλωσης αλκοόλ από ανήλικους. Ξεκίνησε το 2005 Smashed: Εκπαίδευση για τους κινδύνους της κατανάλωσης αλκοόλ από ανήλικους την Collingwood Learning και εφαρμόζεται σε 38 χώρες με την υποστήριξη της DIAGEO, στο πλαίσιο της δέσμευσής της να εκπαιδεύσει 10 εκατομμύρια νέους έως το 2030.

Στην Ελλάδα, το πρόγραμμα απευθύνεται σε μαθητές 13-17 ετών, που παρακολουθούν τις ιστορίες τριών εφήβων χαρακτήρων και προβληματίζονται για τις συνέπειες της κατανάλωσης αλκοόλ στην υγεία, τις σχέσεις και το μέλλον τους. Μέσα από διαδραστικές τεχνικές, το “Smashed” βοηθά τους μαθητές να αναπτύξουν κριτική σκέψη και αυτοπεποίθηση, ώστε να αντιστέκονται στην πίεση των συνομηλίκων.

Το πρόγραμμα ξεκίνησε στην Ελλάδα το 2021, με ψηφιακή μορφή, και έχει ήδη υλοποιηθεί σε 230 σχολεία, αγγίζοντας πάνω από 11.000 μαθητές. Από τον Φεβρουάριο 2025, επεκτείνεται με το “Smashed Live”, μια θεατρική εκδοχή σε συνεργασία με το Θέατρο Τέχνης Κάρολος Κουν, που φέρνει την εμπειρία του προγράμματος στο σχολικό περιβάλλον.

Το “Smashed” είναι διαθέσιμο δωρεάν σε σχολεία σε όλη την Ελλάδα, μέσω του φορέα LaFabbrica, με την υποστήριξη της DIAGEO Hellas, συμβάλλοντας ενεργά στην πρόληψη και την ενημέρωση των νέων για την υπεύθυνη στάση απέναντι στο αλκοόλ.

# Τσικνοπέμπτη: Πώς γιορτάζεται σε διάφορες περιοχές της Ελλάδας



Η Τσικνοπέμπτη, η ημέρα που σηματοδοτεί την κορύφωση των αποκριάτικων εορτών στην Ελλάδα, αποτελεί μια από τις πιο ιδιαίτερες παραδόσεις της χώρας. Η γιορτή αυτή, που λαμβάνει χώρα 11 μέρες πριν από την Καθαρά Δευτέρα, πέφτει την Πέμπτη της 2ης εβδομάδας της Αποκριάς και είναι γνωστή και ως Κρεατινή. Συνδυάζει τη χαρά του φαγητού με τη γιορτή και αποτελεί τη μετάβαση από την αργία της αποκριάτικης περιόδου στη νηστεία της Σαρακοστής.

Το όνομα «Τσικνοπέμπτη» προέρχεται από τη λέξη «τσίκνα», που αναφέρεται στην οσμή του καμένου ψημένου κρέατος. Η Πέμπτη επιλέχθηκε παραδοσιακά ως ημέρα κρεατοφαγίας, δεδομένου ότι οι Τετάρτες και οι Παρασκευές είναι οι ημέρες νηστείας για τους Ελληνορθόδοξους. Έτσι, η Τσικνοπέμπτη σηματοδοτεί την τελευταία ημέρα «ανοχής» πριν από την έναρξη της αυστηρής νηστείας της Σαρακοστής.



## Έθιμα ανά την Ελλάδα

Η ημέρα αυτή γιορτάζεται με διαφορετικό τρόπο σε κάθε γωνιά της Ελλάδας, όπου οι τοπικές παραδόσεις και τα ήθη εμπλουτίζουν την εμπειρία. Στην Πελοπόννησο, για παράδειγμα, το κρέας που θα ψηθεί την Τσικνοπέμπτη είναι κεντρικό στοιχείο της ημέρας.

Στη Πάτρα, στο πλαίσιο του Πατρινού Καρναβαλιού, οι δρόμοι γεμίζουν με ψησταριές και μουσική και οι κάτοικοι οργανώνουν χιουμοριστικά δράματα, όπως «ο γάμος της Γιαννούλας της Κουλουρούς».



Στις Σέρρες, οι φωτιές καίνε τη νύχτα και οι πιο τολμηροί πηδούν από πάνω τους σε μια παράδοση, που παραπέμπει σε αρχαία έθιμα.

Στην Κομοτηνή, η Τσικνοπέμπτη έχει τη δική της σπεσιαλιτέ, όπου οι νοικοκυρές «καφαλίζουν» μια κότα, η οποία θα καταναλωθεί την Κυριακή της Αποκριάς.

Στην Κοζάνη, η γιορτή συνδέεται με την ανάφλεξη του πρώτου φανού στην κεντρική πλατεία και την έναρξη των αποκριάτικων εκδηλώσεων, ενώ οι συμμετέχοντες χορεύουν γύρω από τις φλόγες και απολαμβάνουν το τοπικό κρασί.

Στην Κέρκυρα, οι «Κορφιάτικες Πετεγολέτσια» (ή «Πέτε Γόλια») είναι μια ιδιότυπη παράδοση, όπου οι ντόπιοι υποδύονται κουτσομπόληδες, σε μια γιορτή γεμάτη χιούμορ και κοινωνική κριτική.

Στην Αμαλιάδα η «Τσικνοπέφτη» ήταν η μέρα που ετοιμαζαν το «παστό». Έβραζαν το λίπος με λίγο νερό, ραντίζοντάς το συγχρόνως με νερό. Το σούρωναν στη συνέχεια. Αυτή ήταν η «γουρναλοιφή». Φυλαγόταν σε δοχεία (πήλινα). Χρησιμοποιούνταν ως άρτυμα για όλη τη χρονιά. Στον πάτο του λεβητιού (καζανιού) έμεναν οι «τσιγαρίδες» που νοστιμίζαν τα φαγητά (με χόρτα, αυγά, όσπρια).

Στην Ιο Το βράδυ της Τσικνοπέμπτης μασκαράδες ζωσμένοι με κουδούνια προβάτων διασχίζουν με κέφι τη Χώρα, επισκεπτόμενοι σπίτια και καταστήματα. Στον Πόρο Την Τσικνοπέμπτη «τσίκνιζαν» το ψητό κρέας για να μυρίσει στη γειτονιά γιορτάζοντας την «κρεατινή» Αποκριά, και μετά την «Τυρινή», οι νέοι έκλεβαν ένα μακαρόνι και το έβαζαν κάτω από το μαξιλάρι τους για να ονειρευτούν ποια θα πάρουν. Εκείνες τις μέρες οι νέοι έφτιαχναν και αερόστατα. Ένα ελαφρύ στεφάνι μια κόλα λεπτό χρωματιστό χαρτί κι ένα στουπί ποτισμένο με πετρέλαιο μέσα σε ένα τενεκεδάκι και ήταν έτοιμα. Τα άφηναν να πάνε ψηλά, και συναγωνίζονταν ο ένας τον άλλο ποιος θα κάνει το μεγαλύτερο και ποιο θα πάει ψηλότερα.

Σύμφωνα με τη λαογραφία την ημέρα της Τσικνοπέμπτης στη Θήβα αρχίζει ο «βλάχικος γάμος», που ξεκινά με το προξενικό δύο νέων, συνεχίζει με το γάμο και τελειώνει την Καθαρή Δευτέρα με την πορεία των προικιών της νύφης και το γλέντι των συμπεθερών. Όλες αυτές οι διαδικασίες είναι γεμάτες από σατυρική αθυροστομία, κέφι, γλέντι και χορό.

## Η Τσικνοπέμπτη σε άλλες χώρες

Η Τσικνοπέμπτη έχει, επίσης, την αντίστοιχη μέρα της και σε άλλες χώρες με παράδοση στις αποκριάτικες γιορτές. Στη Γερμανία, γιορτάζεται η «Weiberfastnacht», και στη Γαλλία η «Mardi Gras», γνωστή και ως «Λιπαρή Τρίτη». Αυτές οι γιορτές, αν και διαφέρουν από την ελληνική παράδοση, μοιράζονται τον ίδιο πνεύμα εορταστικής ατμόσφαιρας και υπερβολής, συνδέοντας την ημέρα με την τελευταία ευκαιρία για «αμαρτίες» πριν από την έναρξη της νηστείας.



## Το Τριώδιο έχει άρωμα Coral Gas Smart Grill!

Η ιδανική λύση για BBQ, κι όχι μόνο, όπου κι αν βρίσκεστε!

Η Τσικνοπέμπτη πλησιάζει και οι ψησταριές παίρνουν φωτιά! Είτε είσαι του μπαλκονιού, της αυλής ή της εξοχής, η Coral Gas έχει την τέλεια λύση για ατελείωτο ψήσιμο, με ευκολία, ασφάλεια και απόλυτο έλεγχο.

Το GoGas Smart Grill είναι φορητό, εύχρηστο και πολυχρηστικό, αφού μπορεί να λειτουργήσει τόσο ως εστία μαγειρέματος όσο και ως BBQ. Το μυστικό του; Μια αντικολλητική πλάκα 30 εκ., που εξασφαλίζει ομοιόμορφο ψήσιμο χωρίς κόπο.

Κι επειδή το Τριώδιο δεν είναι μόνο για κρέας, το Smart Grill είναι ιδανικό και για μαγειρική! Από την Τυρινή εβδομάδα μέχρι το Πάσχα στο χωριό, αυτή η συσκευή τα κάνει όλα και παντού.

Και αν θέλεις ακόμα μεγαλύτερη άνεση, υπάρχει και XL αντικολλητική πλάκα 38 εκ., που καθαρίζεται πανεύκολα και μεταφέρεται άνετα με την ειδική τσάντα μεταφοράς.

Το GoGas Smart Grill γιορτάζει 10+ χρόνια στην ελληνική αγορά και μπορείτε να το βρείτε στο [www.allsmart.gr](http://www.allsmart.gr), σε συνεργάτες Coral Gas, αλλά και σε επιλεγμένα πρατήρια Shell & AVIN. Για παραγγελίες καλέστε στο 18331 ή στο 800 11 90 600 (χωρίς χρέωση) και ετοιμαστείτε για τέλειες ψηστικές εμπειρίες!



## Special News

## ΤΣΙΚΝΑ ΠΑΡΤΥ στην Αγορά Μοδιάνο



Σήμερα, Τσικνοπέμπτη στη θεματικά στολισμένη Αγορά Μοδιάνο, οι Zoo Radio 90.8, Velvet 96.8 & a TRANZISTOP 100.3, ενώνουν τις δυνάμεις τους και μαζί με τα καταστήματα: Κύριος Μπαμπάτσικος, ΓΡΝ, Falafel Taste Middle East, Tarantino, Ochsenkopf & Meat-ing Place Διδασκάλου που ετοιμάζουν τις κρεατολιχουδιές της ημέρας, αναλαμβάνουν να λικνο-τσικνίσουν το κοινό!

Οι ψησταριές παίρνουν φωτιά και ετοιμάζονται να προσφέρουν την απόλυτη, γευστική τσικνο-εμπειρία! Παράλληλα, το ποτό ρέει άφθονο με τις κλασικές επιλογές σε μύρα, ρετσίνα, κρασί αλλά και μοναδικά κοκτέιλ εμπνευσμένα με βάση την ρετσίνα.

Στα decks από τις 12:00 μέχρι όσο πάει, οι Λάμπης Δημητριάδης & Βασίλης Βαρσάμης ετοιμάζουν έναν μουσικό χαμό με λαϊκά, δημοτικά, latin, dance, disco και γενικά «κετελαμπόνγκο» κομμάτια, που όλοι μας λατρεύουμε να ακούμε και να χορεύουμε, κάθε Τσικνοπέμπτη.

Ανακάλυψε τις εκπλήξεις που ετοιμάζουμε, πάρε την παρέα σου, φόρα τη στολή σου ή έλα... όπως είσαι, στο απόλυτο place-to-be της πόλης!

# Πώς να βγάλεις τις τέλειες ομαδικές φωτογραφίες



Όταν φωτογραφίζουμε μια ομάδα, το να καταφέρουμε μια λήψη που να αναδεικνύει όλα τα μέλη είναι πιο δύσκολο. Για να έχουμε καλύτερα αποτελέσματα, ένα σημαντικό tip είναι η χρήση ομοιόμορφου φωτισμού. Αυτό είναι το πλέον σημαντικό, κυρίως όταν το φόντο περιλαμβάνει εντυπωσιακά τοπία, όπως εθνικά πάρκα ή ιστορικά κάστρα. Αν το τοπίο ή τα κτίρια βρίσκονται στη σκιά, τότε και οι άνθρωποι θα πρέπει να τοποθετηθούν στη σκιά. Αν το φόντο είναι φωτισμένο πλήρως από τον ήλιο, τότε καλύτερα να τοποθετηθούν και οι άνθρωποι στον ήλιο. Αυτό αποτρέπει το φαινόμενο του «διαχωρισμένου φωτισμού», όπου το φως κατανέμεται άνισα, με μισούς να είναι στη σκιά και τους άλλους στο άμεσο φως.

Όλοι έχουμε βρεθεί σε ομαδικές φωτογραφίες όπου κάποιο πρόσωπο είναι κρυμμένο πίσω από κάποιον άλλον. Αν είσαι ο φωτογράφος, βεβαιώσου ότι όλα τα πρόσωπα είναι ορατά, κάνοντας μια γρήγορη ανασκόπηση. Σε αυτή την περίπτωση άλλωστε, έχεις την ευχέρεια να καθοδηγήσεις τη λήψη. Η επικοινωνία με τα άτομα που φωτογραφίζεις επίσης είναι σημαντική για να επιτευχθεί το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα.

Ιδιαίτερα για κάμερες iPhone με λειτουργία 0.5, ο ευρυγώνιος φακός είναι χρήσιμος για ομαδικές φωτογραφίες σε περιορισμένο χώρο. Ωστόσο, πρόσεξε τις παραμορφώσεις στις άκρες του πλαισίου. Για να αποφύγεις τη θολούρα στα άτομα που βρίσκονται πίσω, χρησιμοποίησε μικρότερο διάφραγμα. Για δύο σειρές ατόμων, το f/5.6 είναι το κατώτερο, αλλά για καλύτερη απόδοση χρησιμοποίησε f/8 ή f/11 για περισσότερες σειρές.

Για να αυξήσεις τις πιθανότητες να έχεις μια καλή φωτογραφία, κάνε πολλές λήψεις από διαφορετικές αποστάσεις και γωνίες. Οι άνθρωποι συχνά τείνουν να σφίγγονται μπροστά από την κάμερα. Θύμισέ τους να χαλαρώσουν τους ώμους τους, να κρατήσουν τα χέρια τους φυσικά και να τεντώσουν το πηγούνι



τους. Οι περισσότεροι δεν είναι επαγγελματίες μοντέλα, γι' αυτό καλό είναι να κάνεις μερικές δοκιμαστικές λήψεις και να τους δείξεις τα αποτελέσματα, ώστε να κάνουν τις απαραίτητες προσαρμογές.

Για πιο προχωρημένους, ο «Κανόνας Vanity Fair» βασίζεται στην οργάνωση των προσώπων έτσι ώστε να σχηματίζουν τρίγωνα. Αυτό προσθέτει οπτικό ενδιαφέρον στην φωτογραφία και εντυπωσιάζει. Για μια πιο αυθεντική και διασκεδαστική φωτογραφία, μπορείς να προτείνεις σε όλους να κάνουν μια αστεία ή «τρολ» πόζα, δημιουργώντας μια χαλαρή ατμόσφαιρα.

## Συμβουλές για γάμους

Παρόλο που σε πολλές γαμήλιες τελετές υπάρχει κάποιος επαγγελματίας για τις επίσημες φωτογραφίες, υπάρχουν και κάποιοι που θέλουν να τραβήξουν τις δικές τους ομαδικές λήψεις.

Σε αυτές τις περιπτώσεις, για αποφύγουμε τις συνθήκες φωτισμού με έντονη αντίθεση, είναι καλύτερο να τοποθετήσουμε την ομάδα σε σκιασμένο χώρο, όπως κάτω από ένα μεγάλο δέντρο ή στη σκιά ενός κτιρίου με ωραίο φόντο. Σημαντικό είναι να υπάρχει απόσταση μεταξύ των ατόμων και του φόντου, ώστε η προσοχή να εστιάζει στα άτομα και όχι στο φόντο.

Όσον αφορά στη σύνθεση της φωτογραφίας, το καλύτερο είναι να τοποθετήσετε τη νύφη και τον γαμπρό στο κέντρο της εικόνας και να οργανώσετε την υπόλοιπη ομάδα γύρω τους, σε μια γραμμή με ίσα άτομα από κάθε πλευρά, όλα στραμμένα προς το ζευγάρι.

Ζητήστε επίσης από τα άτομα να πλησιάσουν για να μειώσετε τον ελεύθερο χώρο στην εικόνα και να εστιάσετε καλύτερα στα πρόσωπα.

## Ήξερες ότι... οι ομαδικές φωτογραφίες αποκαλύπτουν περισσότερα από όσα νομίζεις;

Όταν βγάζεις μια ομαδική φωτογραφία, νομίζεις ότι είναι απλά μια στιγμή παγωμένη στον χρόνο. Αλλά η ψυχολογία λέει άλλα...



Ήξερες ότι... ο τρόπος που στέκεσαι σε μια ομαδική φωτογραφία μπορεί να αποκαλύψει την κοινωνική σου δυναμική μέσα στην ομάδα; Συνήθως, τα πιο εξωστρεφή και κυρίαρχα άτομα τείνουν να στέκονται στο κέντρο, ενώ εκείνοι που νιώθουν πιο άβολα ή έχουν χαμηλότερη αυτοπεποίθηση τοποθετούνται προς τα άκρα.

Και κάτι ακόμα... σε μια ομάδα φίλων, το άτομο που κρατάει το κινητό και τραβάει τις περισσότερες selfies είναι συνήθως αυτό που νιώθει πιο ανασφαλές για τη θέση του στην παρέα!

Ήξερες ότι... όταν ξαναβλέπεις μια ομαδική φωτογραφία, το πρώτο πρόσωπο που κοιτάς είναι το δικό σου; Αυτό συμβαίνει γιατί ο εγκέφαλός μας έχει μια έμφυτη τάση να αναζητά τον εαυτό του πρώτα, προκειμένου να αξιολογήσει πώς φαίνεται στους άλλους.

Οπότε, την επόμενη φορά που θα βγάλεις ομαδική φωτογραφία, κοίτα λίγο παραπάνω τις θέσεις και τις εκφράσεις - μπορεί να ανακαλύψεις πολλά περισσότερα απ' όσα φαίνονται!





**Χρήστος Αρφάνης**  
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος



12

# ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΠΝΟΗ, η ταινία του Κώστα Γαβρά από σήμερα στους κινηματογράφους

Ο Κώστα Γαβράς επιστρέφει με την ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΠΝΟΗ, μια συγκινητική ταινία που ξεχειλίζει από τη σοφία και την ανθρωπιά που έχουμε μάθει να περιμένουμε από τον σπουδαίο σκηνοθέτη. Με Παγκόσμια πρεμιέρα στο Διεθνές Φεστιβάλ Κινηματογράφου του Σαν Σεμπαστιάν, η ταινία κάνει πρεμιέρα στις ελληνικές αίθουσες στις 20 Φεβρουαρίου 2025.

Στην ταινία του Γαβρά, ακολουθούμε μια φιλοσοφική κουβέντα μεταξύ του Dr. Augustin Masset και του σκιώδη συγγραφέα Fabrice Toussaint, οι οποίοι μιλούν για ζωή και θάνατο... Σε αυτή τη δίνη των συναντήσεων, ο γιατρός είναι ο οδηγός, ενώ ο συγγραφέας είναι ο συνεπιβάτης του, που δεν θα έχει άλλη επιλογή από το να αντιμετωπίσει τους φόβους και τις ανησυχίες του. Σε έναν ποιητικό χορό, κάθε ασθενής είναι μια καθαρή σύνθεση συναισθημάτων, γέλιου και δακρύων. Ένα ταξίδι στην καρδιά της ζωής μας που χτυπάει.

Το σενάριο της ταινίας ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΠΝΟΗ είναι του Κώστα Γαβρά, βασισμένο στο βιβλίο *Le Dernier Souffle* των Claude Grange και Régis Debray. Την μουσική έχει γράψει ο Armand Amar, ενώ το cast αποτελείται από τους Denis Podalydès, Kad Merad, Marilyne Canto, Angela Molina, Charlotte Rampling, Hiam Abbass, Karin Viard, Agathe Bonitzer.

Δες το trailer [εδώ](#).

MICHELLE GAVRAS  
RÉALISATEUR

DENIS PODALYDÈS KAD MERAD  
MARILYNE CANTO

AVEC LA PARTICIPATION DE  
ÁNGELA MOLINA CHARLOTTE RAMPLING HIAM ABBASS KARIN VIARD

SSIFF  
Donostia Zinemaldia  
Festival de San Sebastián  
OFFICIAL SELECTION

**LE  
DERNIER  
SOUFFLE**

UN FILM DE  
**COSTA-GAVRAS**

D'APRÈS LE LIVRE DE  
CLAUDE GRANGE ET RÉGIS DEBRAY  
© EDITIONS GALLIMARD 2023

**AU CINÉMA LE  
12 FÉVRIER**

© 2023. Réalisé par COSTA-GAVRAS. Musique d'Armand Amar. Montage de Régis Debray. Distribution MCM. B&W

# Η πιο λαχταριστή σπιτική cherry pie – Μια συνταγή που θα σε ξετρελάνει!

Τι καλύτερο από μια τραγανή, αρωματική και γεμάτη ζουμερά κεράσια πίτα για να γιορτάσουμε τη Cherry Pie Day; Αυτή η κλασική αμερικάνικη συνταγή είναι ό,τι πρέπει για γλυκές στιγμές απόλαυσης, είτε τη σερβίρεις ζεστή με μια μπάλα παγωτό, είτε την απολαμβάνεις μόνη της με έναν αχνιστό καφέ.

Πιάσε ποδιά και πάμε να φτιάξουμε μαζί την απόλυτη cherry pie!

## Υλικά για τη ζύμη (για ένα ταψί 22-24 εκ.):

- 2 ½ φλιτζάνια (300 γρ.) αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- 1 κ.σ. ζάχαρη
- ½ κ.γ. αλάτι
- 230 γρ. παγωμένο βούτυρο, κομμένο σε κυβάκια
- 6-8 κ.σ. παγωμένο νερό

## Υλικά για τη γέμιση

- 700 γρ. κεράσια (φρέσκα ή κατεψυγμένα), χωρίς κουκούτσια
- ¾ φλιτζανιού (150 γρ.) ζάχαρη
- 2 κ.σ. κορν φλάουρ
- 1 κ.σ. χυμό λεμονιού
- ½ κ.γ. εκχύλισμα βανίλιας
- 1 κ.σ. βούτυρο, κομμένο σε μικρά κομματάκια

## Για το φινίρισμα

- 1 αυγό, χτυπημένο (για επάλειψη)
- 1 κ.σ. ζάχαρη (για πασπάλισμα)



## Πώς γίνεται:

- **Ετοιμάζουμε τη ζύμη:** Σε ένα μεγάλο μπολ, ανακατεύουμε το αλεύρι, τη ζάχαρη και το αλάτι. Προσθέτουμε το παγωμένο βούτυρο και το τρίβουμε με τα δάχτυλα ή με έναν κόφτη ζύμης, μέχρι το μείγμα να μοιάζει με βρεγμένη άμμο. Προσθέτουμε σταδιακά το παγωμένο νερό (κουταλιά-κουταλιά), ανακατεύοντας, μέχρι να σχηματιστεί μια μαλακή ζύμη. Χωρίζουμε τη ζύμη σε δύο μέρη, τυλίγουμε σε μεμβράνη και την αφήνουμε στο ψυγείο για τουλάχιστον 30 λεπτά.
- **Φτιάχνουμε τη γέμιση:** Σε ένα μπολ, ανακατεύουμε τα κεράσια, τη ζάχαρη, το κορν φλάουρ, το χυμό λεμονιού και τη βανίλια. Ζεσταίνουμε το μείγμα σε μέτρια φωτιά για 5-7 λεπτά, ανακατεύοντας μέχρι να δέσει η γέμιση. Αφήνουμε να κρυώσει.
- **Στήνουμε την πίτα:** Ανοίγουμε το πρώτο κομμάτι ζύμης σε έναν δίσκο διαμέτρου 30 εκ. και το απλώνουμε σε ένα βουτυρωμένο ταψί. Ρίχνουμε τη γέμιση και προσθέτουμε τα κομματάκια βουτύρου από πάνω. Ανοίγουμε το δεύτερο κομμάτι ζύμης και καλύπτουμε την πίτα, είτε ολόκληρο είτε φτιάχνοντας πλέγμα (lattice crust). Αν χρησιμοποιούμε ολόκληρη τη ζύμη, κάνουμε μικρές τομές στο κέντρο για να βγαίνει ο ατμός.
- **Ψήνουμε την πίτα:** Αλείφουμε με το χτυπημένο αυγό και πασπαλίζουμε με λίγη ζάχαρη. Ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C για 15 λεπτά. Χαμηλώνουμε τη θερμοκρασία στους 180°C και ψήνουμε για άλλα 35-40 λεπτά, μέχρι να πάρει χρυσαφένιο χρώμα. Αφήνουμε να κρυώσει τουλάχιστον 2 ώρες πριν την κόψουμε (αν αντέξεις!).

## TIPS ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΕΛΕΙΑ CHERRY PIE!

Αν χρησιμοποιήσεις κατεψυγμένα κεράσια, άφησέ τα να στραγγίξουν καλά πριν τα χρησιμοποιήσεις!

👉 Μην παραλείψεις το λεμόνι! Αναδεικνύει τη γεύση των κερασιών και ισορροπεί τη γλύκα.

👉 Χρησιμοποίησε γάλα αντί για αυγό στην επάλειψη για πιο ματ αποτέλεσμα.

👉 Σέρβιρέ τη ζεστή με μια μπάλα παγωτό βανίλια – θα απογειωθεί! Και αν δεν προλάβεις να φτιάξεις cherry pie σήμερα...

Μην αγχώνεσαι! Η πίτα αυτή τρώγεται κάθε μέρα, κάθε εποχή! Δοκίμασέ τη με άλλα φρούτα, όπως μήλα ή ροδάκινα, και κάνε τη δική σου παραλλαγή!

🍒 Happy Cherry Pie Day! 🍒

## Γαστρονομικές δημιουργίες στον αέρα από την Emirates

Οι επιβάτες της διακεκριμένης θέσης της Emirates θα έχουν τη δυνατότητα να απολαύσουν μια ακόμα πιο εκλεπτυσμένη γαστρονομική εμπειρία εν πτήσει, καθώς αυτό το καλοκαίρι παρουσιάζεται μια νέα σειρά 18 εξαιρετικών πιάτων.

Επιμελημένα με απόλυτη φροντίδα από τον βραβευμένο με αστέρι Michelin, Jean Michel Bardet, Head chef της Moët & Chandon, και τον Doxis Bekris, Αντιπρόεδρο

Γαστρονομικού Σχεδιασμού της Emirates, κάθε πιάτο έχει συνδυαστεί άρτια με μια εκλεκτή σαμπάνια, προσφέροντας μια κορυφαία γευστική εμπειρία στους αιθέρες.

Από τον Μάιο του 2025, οι επιβάτες της διακεκριμένης θέσης της Emirates θα έχουν την ευκαιρία να απολαύσουν για πρώτη φορά εν πτήσει έναν εξαιρετικό συνδυασμό σαμπάνιας και γαστρονομίας, με την προσθήκη 18 νέων ορεκτικών και κυρίως πιάτων σε επιλεγμένα δρομολόγια. Το μενού αυτό αποτελεί το αποτέλεσμα μιας ενδεδειγμένης δημιουργικής διαδικασίας που διήρκεσε πάνω από έναν χρόνο, σε συνεργασία μεταξύ των κορυφαίων σεφ της Emirates και της θρυλικής Maison Moët & Chandon στη Γαλλία. Οι βραβευμένοι σεφ ανέλαβαν την πρόκληση να συνθέσουν πιάτα υψηλής γαστρονομίας, χρησιμοποιώντας εκλεκτά υλικά, τα οποία ανταποκρίνονται στις απαιτήσεις της μεγαλύτερης διεθνούς αεροπορικής εταιρείας, που σερβίρει 149 γεύματα το λεπτό και ξεπερνά τα 77 εκατομμύρια γεύματα ετησίως.

### Νέες γαστρονομικές δημιουργίες στην διακεκριμένη θέση της Emirates

Οι νέοι γαστρονομικοί συνδυασμοί στη διακεκριμένη θέση της Emirates περιλαμβάνουν εκλεπτυσμένα ορεκτικά, όπως ποσέ χτένια με πράσινο πεπόνι, ζεματισμένο κουμκουάτ, τζελ λεμονιού και καβουρδισμένα αμύγδαλα. Επιπλέον, οι νέες δημιουργίες περιλαμβάνουν και εξαιρετικές vegan



επιλογές, όπως βελούδινο τόφου κομμένο σε φέτες, σερβιρισμένο με ποσέ σπαράγγια, γαλάκτωμα σόγιας με ελαιόλαδο, τζελ λεμονιού και κρέμα κάσιους.

Τα κυρίως πιάτα της νέας γαστρονομικής σειράς της Emirates υπόσχονται να εντυπωσιάσουν με συνδυασμούς όπως η ψητή πάπια που συνοδεύεται από μπραζέ μελιτζάνα, ρεβίθια, κουσκούς με μπαχαρικά raz el hanout και ντοματίνια, και σερβίρεται με τη σαμπάνια Moët & Chandon Rosé Impérial.

Για τους λάτρεις των θαλασσινών, το σοταρισμένο χιλιανό λαβράκι με πουρέ αγκινάρας, σάλτσα λεμονόχορτου και βουτυρωμένα γλυκομπίτζελα συνδυάζεται με την Moët & Chandon Brut Impérial. Επιπλέον, υπάρχουν και vegan επιλογές, όπως οι μπραζέ φακές με καρύδα και πικάντικο κουνουπίδι, σερβιρισμένες με ατμισμένο ρύζι μπασμάτι και ναάν, και συνδυασμένες με τη Moët & Chandon Rosé Impérial.

Η Emirates διατηρεί μια στρατηγική συνεργασία 33 ετών με τον οίκο Moët Hennessy, καθιστώντας τις σαμπάνιες Moët & Chandon, αναπόσπαστο μέρος της ταξιδιωτικής εμπειρίας της. Οι εκλεκτές ετικέτες του διάσημου οίκου διατίθενται σε όλα τα σαλόνια της Emirates και παρέχονται ως μέρος της premium φιλοξενίας στις καμπίνες της πρώτης και διακεκριμένης θέσης, ενώ είναι διαθέσιμες προς αγορά στην premium οικονομική και την οικονομική θέση.



μαρμαρυγή

Από την ομάδα ΛΕΣΤΡΕΦ

## Μαρμαρυγή από την Ομάδα Λεστρέφ

Δύο συνηθισμένες μαμάδες αποφασίζουν να επανενώσουν μια χρόνια διαλυμένη πανκ μπάντα. Ξέρουν όμως τα καινούργια μέλη πως είθισται να παίζουν κάποιο μουσικό όργανο για να είναι σε μια μπάντα; Κάπου ανάμεσα στην αποτυχημένη μουσική (ή και όχι, ποιος ξέρει) και στο αναπόφευκτο ταίριασμα των μελών, ο χρόνος τελειώνει. Οι διαφορετικές ιστορίες θα καταφέρουν ν' ακουμπήσουν η μια την άλλη;

Τι είναι αυτό που βλέπουμε πάνω στη σκηνή; Είναι συναυλία; Performance; Πρόβα; Γυναικείο παραδοσιακό πανκ της μανούλας; Ή κάτι εντελώς άλλο;

Με μοχλό την ίδια την ανθρώπινη ιστορία η παράσταση ανοίγει μια κουβέντα για το φεμινιστικό ζήτημα και την ανάγκη να αλλάξει ο τρόπος με τον οποίο αντιμετωπίζονται οι γυναίκες από τους συντρόφους, τους εργοδότες, τους γονείς, τη θρησκεία, τους φίλους αλλά και από τις ίδιες τις γυναίκες.

Σκηνοθεσία: Μαρκέλλα Φανού, Κείμενο: ομάδα Λεστρέφ, Α' Βοηθός Σκηνοθέτη: Νάνσυ Παλτά, Β' Βοηθός Σκηνοθέτη: Νότα Αυγερινού, Σκηνικά: Γιώργος Λυντζέρης, Κοστούμια: Γιώργος Λυντζέρης, Ιωάννα Αλυγιζάκη Λε Παζολέκ, Σχεδιασμός Φώτων: Γιώργος Λυντζέρης, Χάρης Πουρνιάς, Βίντεο-Ηχητικά: Διονύσης Σιδηροκαστρίτης, Φωτογραφία: Διονύσης Σιδηροκαστρίτης Παραγωγή: Ekso Productions

Παίζουν: Γιούλη Στάμου, Δήμητρα Καμνή, Μαργαρίτα Αλυγιζάκη Λε Παζολέκ, Μαρκέλλα Φανού

Πρεμιέρα: Παρασκευή 7 Μαρτίου στις 21:15

Παραστάσεις από 7 Μαρτίου έως 11 Απριλίου κάθε Παρασκευή στις 21:15. Διάρκεια: 60 λεπτά

Εισιτήρια: 14 ευρώ, 12 ευρώ μειωμένο

ΘΕΑΤΡΟ 104, Ευμολπιδών 41, Αθήνα

## "Σε φιλώ, Πέτρος" στο Θέατρο Δίπυλον



Ο σκηνοθέτης Βασίλης Βηλαράς ανοίγει το επόμενο κεφάλαιο στην δραματουργία του και συνεργάζεται με την Λένα Κιτσοπούλου, φέρνοντας δύο μοναδικά ασυνήθιστους κόσμους κοντά, σε μια ξεχωριστή καλλιτεχνική σύμπραξη.

Πρόκειται για την αληθινή ιστορία κάποιου Πέτρου, όπως την κατέγραψε ο ίδιος και την έστειλε προς δημοσίευση στο περιοδικό ΑΜΦΙ, το πρώτο περιοδικό στην Ελλάδα που μίλησε ανοιχτά για την ομοφυλόφιλη επιθυμία, αλλά και για έναν διάλογο μεταξύ της Πάτρας του 1977 και της Αθήνας του 2025 μέσα από παραδοχές, μυστικά και... καψουροτράγουδα.

Πάτρα, 1977. Ο Πέτρος αποφασίζει να στείλει ένα γράμμα στη μητέρα του με το οποίο της αποκαλύπτει ότι είναι gay. Εκείνη, με ένα δικό της γράμμα αντιδρά αδέξια. Γίνεται αδιάκριτη, αγενής. Ξεκινάει ωστόσο έτσι μια αλληλογραφία μεταξύ τους, μέσω της οποίας προσπαθούν να συνεννοηθούν για φλέγοντα θέματα σε πολύ αργό χρόνο. Ξεδιπλώνονται έτσι μπροστά μας δυο μυαλά που απέχουν πολύ μεταξύ τους, αλλά και δύο καρδιές που παλεύουν για το ίδιο πράγμα: την σχέση τους.

Σκηνοθεσία / Σύνθεση κειμένου: Βασίλης Βηλαράς, Δραματουργία: Λεμονιά Γιαννίρη, Μουσική: Ecati, Σκηνικά / Κοστούμια: Δήμος Κλιμενώφ, Φωτισμοί: Βάσια Ατταριάν, Βοηθός σκηνοθέτη: Lele, Φωτογραφίες/video: Ερρίκος Ανδρέου, Graphic design: Δήμητρα Παράσχου, Video edit: Γεωργία Λαβράνου

Παίζουν: Βασίλης Βηλαράς, Λένα Κιτσοπούλου

Από 8 Μαρτίου έως 13 Απριλίου 2025

Πέμπτη, Παρασκευή, Σάββατο στις 21:00, Κυριακή στις 19:30, Διάρκεια: 80 λεπτά

Εισιτήρια: 18 ευρώ κανονικό, 14 ευρώ μειωμένο

Προπώληση: [www.more.com](http://www.more.com)

Θέατρο Δίπυλον, Σαμουήλ Καλογήρου 2

## HOLLY GRAMAZIO



## Οι σύζυγοι

Επιστρέφοντας στο διαμέρισμά της, ύστερα από μια βραδινή έξοδο με φίλες, η Λόρεν βρίσκει να την περιμένει στην πόρτα ο σύζυγός της, ο Μάικλ. Μόνο που υπάρχει ένα πρόβλημα: δεν είναι παντρεμένη... Δεν έχει δει αυτόν τον άντρα ποτέ στη ζωή της. Σύμφωνα όμως με τους φίλους της, το πολύ βελτιωμένο ντεκόρ στο σπίτι της και τις φωτογραφίες στο τηλέφωνό της, είναι μαζί εδώ και χρόνια.

Καθώς η Λόρεν προσπαθεί να λύσει το αίνιγμα του πώς μπορεί να είναι παντρεμένη με κάποιον που δε θυμάται να τον έχει συναντήσει καν, ο Μάικλ ανεβαίνει στη σοφίτα να αλλάξει λάμπα και ξαφνικά εξαφανίζεται. Στη θέση του εμφανίζεται ένας νέος σύζυγος και η ζωή της παίρνει μια νέα, ελαφρώς διαφορετική μορφή.

Όταν πλέον συνειδητοποιεί ότι η σοφίτα της παράγει μια ατελείωτη σειρά από συζύγους, η Λόρεν έρχεται αντιμέτωπη με το ερώτημα: Αν το ν' αλλάξεις ζωή είναι το ίδιο εύκολο με το ν' αλλάξεις λάμπα, πώς θα καταλάβεις ότι είσαι στον σωστό δρόμο; Πότε θα σταματήσεις να προσπαθήσεις να βρεις την καλύτερη εκδοχή και θ' αρχίσεις να ζεις;

## Τα πράσινα και κίτρινα πιόνια



Μετά από ένα αυτοκινητιστικό ατύχημα, ο Στέφαν όχι μόνο χάνει τη μνήμη του, αλλά όταν συνέρχεται συμπεριφέρεται εντελώς παράταιρα με τη μέχρι πριν από το ατύχημα συμπεριφορά του. Οι φίλοι του και συμμαθητές του -τρία αγόρια και ένα κορίτσι-, μέσα από ένα παράξενο γράμμα, με αποστολέα την άγνωστη Υακίνθη, ανακαλύπτουν ότι για να βοηθήσουν τον Στέφαν να ξαναβρεί τον εαυτό του πρέπει να πάρουν μέρος στους αγώνες ενός παράξενου και πολύ επικίνδунου παιχνιδιού, που παίζεται χωρίς διακοπή από τα βάθη των αιώνων.

Η πίστα του παιχνιδιού βρίσκεται καλά κρυμμένη στις όχθες του ποταμού Λοίτσαχ, στο Γκάρμις της Βαυαρίας. Ακολουθώντας την Υακίνθη, που είναι η ψυχαγωγός της ομάδας τους, και με μπροστάρη τον Ανδρέα θα συμμετάσχουν σε αγώνες και θα έρθουν αντιμέτωποι με πολλές παράξενες και επικίνδυνες καταστάσεις, είτε υπερασπιζόμενοι τους εαυτούς τους είτε ακόμα και το ίδιο το παιχνίδι. Οι νεαροί θα ανακαλύψουν την πραγματική σημασία του παιχνιδιού μόνο όταν φτάσουν στην όχθη του ποταμού, που διασχίζει την πίστα του παιχνιδιού.

Ένα παιχνίδι γεμάτο περιπέτεια και αγωνία ξεκίνησε μόλις έπιασες στα χέρια σου αυτό το βιβλίο. Μόνο μια ομάδα μπορεί να φτάσει ως το τέλος. Αντέχεις να μάθεις όλη την αλήθεια;



quote of the day

**THERE IS NO SINCERER LOVE THAN  
THE LOVE OF FOOD**  
George Bernard Shaw



tip of the day

If you can't feed a  
hundred people,  
then feed just one.

Mother Teresa

20 Φεβρουαρίου

- › Statehood Day of Arunachal Pradesh
- › National Cherry Pie Day
- › National Whistleblower Reward Day
- › National Day of Solidarity with Muslim
- › Arab and South Asian Immigrants
- › National Handcuff Day
- › National Comfy Day
- › National Leadership Day
- › National Love Your Pet Day
- › National Muffin Day
- › National Student Volunteer Day
- › Introduce A Girl To Engineering Day