

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

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



masoutis.gr



Ένα ολόκληρο supermarket στο χέρι σου.

μασούτης

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

Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΗΣΥΧΙΑΣ ΣΤΗ ΖΩΗ ΜΑΣ



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Υπάρχουν μέρες που ξυπνάς και νιώθεις ότι κάτι σε πονάει, αλλά δεν ξέρεις ακριβώς τι. Μπορεί να είναι το κεφάλι σου, το στομάχι σου, η μέση σου. Ή μπορεί να είναι κάτι πιο βαθύ. Ένας κόμπος στον λαιμό, ένα βάρος στο στήθος, μια σκέψη που σε σφίγγει και δεν λέει να φύγει.

Και τότε λες: "Θα πάρω ένα παυσίπονο και ας γιατρέψει ό,τι βρει."

Γιατί, κακά τα ψέματα, δεν είναι πάντα εύκολο να ξεχωρίσεις αν ο πόνος είναι σωματικός ή αν είναι απλά μια καμουφλαρισμένη κούραση ψυχής. Κάποιες φορές, οι μέρες μοιάζουν με ένα ατελείωτο «βάλε πλυντήριο - απάντησε στα email - βγάλε τα σκουπίδια - θυμήσου να είσαι καλά». Και κάπου εκεί, μέσα σε όλη αυτή τη φασαρία, ξεχνάς να ακούσεις τον εαυτό σου.

Γιατί αυτό είναι το πρόβλημα με τον πόνο. Δεν έρχεται πάντα με κραυγές. Άλλες φορές, είναι απλά μια σιωπηλή ενόχληση που σε κάνει να λες "κάτι δεν πάει καλά, αλλά δεν ξέρω τι".

Το παυσίπονο της εποχής μας

Και τι κάνεις; Παίρνεις ό,τι «παυσίπονο» έχεις πρόχειρο.

Λίγη ώρα στα social να ξεχαστείς.

Ένα ποτήρι κρασί το βράδυ, «για να χαλαρώσεις».

Μια online αγορά που θα σου φτιάξει τη διάθεση (τουλάχιστον μέχρι να έρθει ο λογαριασμός).

Μόνο που αυτά τα «παυσίπονα» δεν γιατρούν, απλά μουδιάζουν. Και ο πραγματικός πόνος, αν δεν τον ακούσεις, θα συνεχίσει να επιστρέφει.

Μήπως, αντί για παυσίπονο, χρειάζεσαι ένα διάλειμμα;

Όχι, δεν λέω να παρατήσεις τα πάντα και να πας να γίνεις ερημίτης στο Θιβέτ (αν και δεν ακούγεται κακή ιδέα). Λέω όμως ότι ίσως ήρθε η ώρα να σταματήσεις λίγο και να ακούσεις τι πραγματικά χρειάζεσαι.

Μήπως χρειάζεσαι ξεκούραση; (Όχι άλλο καφέ στις 9 το βράδυ για να βγάλεις τη μέρα.)

Μήπως χρειάζεσαι έναν καλό φίλο να μιλήσεις; (Και όχι απλά να στείλεις ένα emoji στο chat.)

Μήπως χρειάζεσαι να πεις "όχι" σε κάτι που σε εξαντλεί;

Το θέμα δεν είναι να μην παίρνεις παυσίπονα. Το θέμα είναι να μην γίνονται η λύση για όλα. Γιατί, ο μεγαλύτερος πόνος είναι αυτός που δεν επιτρέπεις στον εαυτό σου να αισθανθεί. Και η καλύτερη θεραπεία είναι να σταματήσεις για λίγο και να δεις τι πραγματικά χρειάζεσαι.

Tip of the Day: Οπότε, σήμερα, πριν πάρεις άλλο ένα «παυσίπονο», κάτσε λίγο με τον εαυτό σου και ρώτα: "Τι πραγματικά με πονάει;" Και ίσως η απάντηση να είναι το πρώτο βήμα για να νιώσεις καλύτερα. Πριν προσπαθήσεις να καλύψεις τον πόνο, δώσε του λίγο χώρο. Κάποιες φορές, το να επιτρέψεις στον εαυτό σου να νιώσει, είναι η πιο ουσιαστική θεραπεία.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Η αξία της ησυχίας στη ζωή μας

Ησυχία. Αυτή η σπάνια, σχεδόν εξωτική έννοια στον σημερινό κόσμο του αδιάκοπου θορύβου. Ζούμε σε μια εποχή όπου οι ειδοποιήσεις, οι συνομιλίες, η τηλεόραση, οι δρόμοι, τα social media και οι ατέλειωτες απαιτήσεις της καθημερινότητας δημιουργούν ένα ασταμάτητο βουητό στο μυαλό μας. Η ησυχία έχει γίνει είδος πολυτελείας. Και όμως, η αξία της είναι ανεκτίμητη.

Η σημερινή, Quiet Day μας δίνει την αφορμή να κάνουμε μια παύση και να σκεφτούμε: πότε ήταν η τελευταία φορά που επιδιώξαμε πραγματικά τη σιωπή; Πότε ακούσαμε τον ήχο της αναπνοής μας χωρίς περισπασμούς; Πότε αφήσαμε τον εαυτό μας να απολαύσει τη γαλήνη μιας στιγμής χωρίς να γεμίσουμε το κενό με λέξεις, ήχους, ειδοποιήσεις ή περισπασμούς;

Η ησυχία δεν είναι απουσία ήχου, αλλά παρουσία του εαυτού μας

Η σιωπή δεν σημαίνει απλά να κλείσουμε τη μουσική ή να απομακρυνθούμε από τον θόρυβο. Είναι η επιλογή να συνδεθούμε με τον εαυτό μας, να επιτρέψουμε στον νου μας να ηρεμήσει και να επεξεργαστεί τα πάντα χωρίς εξωτερικές παρεμβολές.

Σκεφτείτε πόσο σπάνιες είναι αυτές οι στιγμές. Πόσο εύκολα γεμίζουμε κάθε κενό με μια συνομιλία, μια playlist, ένα βίντεο, ένα podcast. Δεν αφήνουμε τον εαυτό μας να μείνει με τις σκέψεις του.

Όμως, μέσα από τη σιωπή, μπορούμε να ακούσουμε τα πραγματικά σημαντικά πράγματα – τις ανησυχίες μας, τις ανάγκες μας, τις επιθυμίες μας.

Η ησυχία λειτουργεί σαν καθρέφτης. Όταν δεν υπάρχει θόρυβος να μας αποσπά, βλέπουμε με μεγαλύτερη διαύγεια ποιοι είμαστε και τι χρειαζόμαστε.

Και αυτό είναι μια εμπειρία βαθιά ανακουφιστική.



Ο θόρυβος κουράζει το μυαλό μας

Ο εγκέφαλός μας δεν είναι φτιαγμένος για να δέχεται ασταμάτητα πληροφορίες. Ο συνεχής θόρυβος – είτε είναι κυριολεκτικός είτε μεταφορικός – τον εξουθενώνει.

Οι επιστημονικές έρευνες δείχνουν πως η έλλειψη ησυχίας αυξάνει το άγχος, μειώνει τη συγκέντρωση και μας κάνει πιο αντιδραστικούς.



Η δύναμη της ησυχίας στις ανθρώπινες σχέσεις

Πόσο συχνά νιώθουμε άβολα στη σιωπή όταν βρισκόμαστε με άλλους ανθρώπους; Όταν υπάρχει ένα κενό στη συζήτηση, σπεύδουμε να το γεμίσουμε με λέξεις. Όμως, η αληθινή σύνδεση δεν χρειάζεται πάντα ήχο.

Από την άλλη, η ησυχία δρα σαν φυσική θεραπεία. Μειώνει τα επίπεδα κορτιζόλης (της ορμόνης του στρες), βελτιώνει τη δημιουργικότητα και μας βοηθά να επαναφέρουμε την πνευματική μας ενέργεια.

Δεν είναι τυχαίο ότι ορισμένοι από τους πιο επιτυχημένους ανθρώπους στον κόσμο επιδιώκουν συνειδητά στιγμές απόλυτης ησυχίας.

Ο Στιβ Τζομπς έκανε βόλτες στη φύση χωρίς μουσική. Ο Αλμπερτ Αϊνστάιν έλεγε πως οι καλύτερες ιδέες του έρχονταν όταν ήταν μόνος και αμίλητος.

Η σιωπή είναι το έδαφος όπου ανθίζει η σκέψη.

Σκεφτείτε τις πιο ουσιαστικές στιγμές που έχετε ζήσει με κάποιον αγαπημένο σας. Είναι πιθανό να περιλαμβάνουν μια ματιά, ένα χαμόγελο, μια αγκαλιά χωρίς λέξεις.

Οι σιωπές ανάμεσα σε δύο ανθρώπους μπορούν να είναι γεμάτες κατανόηση, αμοιβαιότητα και οικειότητα.

Αντί να φοβόμαστε τη σιωπή, μπορούμε να τη δούμε ως έναν χώρο όπου οι σχέσεις αναπνέουν. Μερικές φορές, το να μην μιλάς, αλλά απλώς να είσαι παρών, είναι το πιο δυνατό μήνυμα που μπορείς να στείλεις.



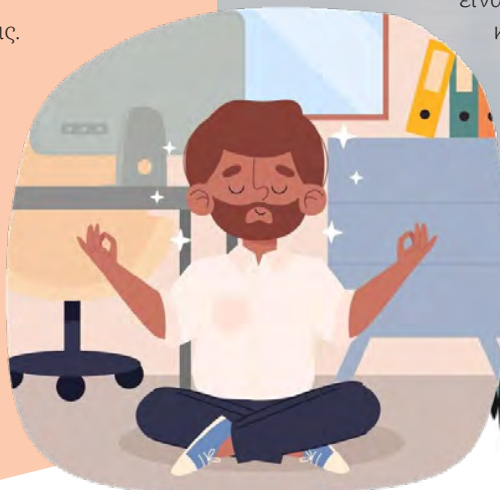


Πώς μπορούμε να φέρουμε περισσότερη ησυχία στη ζωή μας;

Η ησυχία δεν είναι κάτι που απλώς συμβαίνει. Είναι κάτι που δημιουργούμε συνειδητά. Και στον κόσμο του σήμερα, χρειάζεται να την προστατεύουμε ενεργά.

Μερικοί απλοί τρόποι να το πετύχουμε:

- ➔ Κλείστε το κινητό για 30 λεπτά την ημέρα. Δοκιμάστε να αποσυνδεθείτε πλήρως από κάθε ειδοποίηση και ακούστε μόνο το περιβάλλον σας.
- ➔ Περάστε χρόνο μόνοι σας στη φύση. Το περπάτημα χωρίς ακουστικά, δίπλα στη θάλασσα ή στο βουνό, βοηθά τον εγκέφαλο να επανέλθει σε φυσιολογικούς ρυθμούς.
- ➔ Μην φοβάστε τις σιωπές στις συζητήσεις. Μάθετε να απολαμβάνετε τη συντροφικότητα χωρίς να γεμίζετε κάθε στιγμή με λόγια.
- ➔ Δοκιμάστε διαλογισμό ή απλά καθίστε σε ηρεμία για λίγα λεπτά. Ακόμα και 5 λεπτά απόλυτης ησυχίας μπορούν να σας χαλαρώσουν.
- ➔ Αποφύγετε την υπερβολική κατανάλωση περιεχομένου. Δεν χρειάζεται να γεμίζετε κάθε λεπτό με social media, τηλεόραση ή μουσική.



Η ησυχία είναι πολυτέλεια, αλλά και ανάγκη

Η Quiet Day μας υπενθυμίζει ότι η σιωπή δεν είναι απλώς απουσία ήχου, αλλά παρουσία ηρεμίας, συγκέντρωσης και βαθύτερης σύνδεσης με τον εαυτό μας.

Μέσα στον ασταμάτητο ρυθμό της ζωής, η ησυχία είναι ένα καταφύγιο. Είναι η στιγμή που μπορούμε να ανασάνουμε βαθιά, να ακούσουμε τι πραγματικά θέλουμε και να δώσουμε χώρο στη σκέψη και τη διαίσθησή μας.

Ο θόρυβος πάντα θα υπάρχει. Το ερώτημα είναι αν θα τον αφήσουμε να μας κυβερνήσει ή αν θα βρούμε το θάρρος να κλείσουμε τον διακόπτη και να ανακαλύψουμε ξανά την αξία της σιωπής.

Μήπως ήρθε η ώρα να αφιερώσουμε λίγο χρόνο στη σιωπή σήμερα;





Πανελλήνια Ομοσπονδία
Νόσου Alzheimer και
Συναφών Διαταραχών

μασούτης
ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΑ

Η Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. στηρίζει την επιστημονική έρευνα για την πρόληψη και αντιμετώπιση της άνοιας

Η Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. ενισχύει την επιστημονική έρευνα στη μάχη κατά της άνοιας, χρηματοδοτώντας μία από τις υποτροφίες της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών. Η πρωτοβουλία αυτή στηρίζει νέους επιστήμονες που ερευνούν τη νευροεκφυλιστική νόσο CSA1, στοχεύοντας στην πρόληψη και αντιμετώπιση της άνοιας.

Η υποτροφία απονεμήθηκε στην υποψήφια διδάκτορα, της οποίας η μελέτη ξεχώρισε μεταξύ 13 υποψηφιοτήτων. Η απονομή πραγματοποιήθηκε στο 14ο Πανελλήνιο Συνέδριο Νόσου Alzheimer και το 6ο Μεσογειακό Συνέδριο Νευροεκφυλιστικών Νοσημάτων, παρουσία διακεκριμένων επιστημόνων και θεσμικών εκπροσώπων.

Η εταιρεία τιμήθηκε με το Βραβείο Ευγνωμοσύνης για τη συνεχή στήριξή της στο έργο της Ομοσπονδίας και την κοινωνική της ευαισθησία. Ο Γενικός Διευθυντής της Μασούτης, κ. Θεόδωρος Γεροστεργιούδης, τόνισε τη δέσμευση της εταιρείας στην προαγωγή της γνώσης και της επιστήμης.

Με αυτή την πρωτοβουλία, η Μασούτης Α.Ε. αποδεικνύει ότι η κοινωνική υπευθυνότητα και η επιστημονική καινοτομία μπορούν να συμβαδίζουν, δημιουργώντας ένα πιο υγιές και βιώσιμο μέλλον για όλους.

Κωτσόβολος: Νέο επεισόδιο REACT Docuseries για τον Αυτισμό και την Αισθητηριακή Προσβασιμότητα



Η Κωτσόβολος παρουσιάζει το 8ο επεισόδιο του REACT Docuseries, αφιερωμένο στον Αυτισμό και την Αισθητηριακή Προσβασιμότητα. Με παρουσιαστή τον Γιώργο Λέντζα και καλεσμένους την Μαρία Καρακασίδου, Εκπαιδευτικό Ειδικής Αγωγής και Συνιδρύτρια της TheHappyAct, καθώς και τον Δημήτρη Πατανικολάου, πρώην μπασκετμπολίστα και Autism Awareness Motivator, το επεισόδιο εστιάζει στη σημασία της συμπερίληψης και της άρσης των προκαταλήψεων γύρω από τον αυτισμό.

Μέσα από συνεντεύξεις, επιστημονικά δεδομένα και προσωπικές ιστορίες, αναδεικνύονται οι καθημερινές προκλήσεις των ατόμων στο φάσμα του αυτισμού και η ανάγκη για έγκαιρη διάγνωση και αισθητηριακή προσβασιμότητα. Η Κωτσόβολος, σε συνεργασία με τη TheHappyAct, έχει χαρτογραφήσει 11 καταστάματα με αισθητηριακές πληροφορίες, ενώ δοκιμάζει την "Ησυχία Ώρα" στο κατάστημα του Νέου Ηρακλείου, παρέχοντας ένα πιο ήρεμο περιβάλλον αγορών.

Με τη σειρά REACT Docuseries, η Κωτσόβολος προωθεί την ευαισθητοποίηση και την κοινωνική αλλαγή, αποδεικνύοντας ότι η τεχνολογία και η επιχειρηματικότητα μπορούν να συμβάλλουν σε έναν καλύτερο, πιο συμπεριληπτικό κόσμο.
#reactforabetterworld

Δείτε το νέο επεισόδιο [εδώ](#).

Το να μιλάς φωναχτά στον εαυτό σου είναι δείγμα ευφυΐας και όχι ψυχική ασθένεια



Το να μιλάς φωναχτά στον εαυτό σου μπορεί να φαίνεται περίεργο, ή ακόμα και να προκαλεί την αίσθηση ότι «τρελαίνεσαι», ειδικά όταν βρίσκεσαι σε δημόσιο χώρο και κάποιος σε ακούει. Ωστόσο, αν παρατηρήσουμε προσεκτικά, οι περισσότεροι από εμάς, σε κάποια στιγμή της καθημερινότητας, μιλάμε μόνοι μας.

Το κάνουμε όταν προσπαθούμε να λύσουμε ένα πρόβλημα στον υπολογιστή, όταν ψάχνουμε κάτι στο σπίτι, όταν οδηγούμε και όταν εκτελούμε άλλες δραστηριότητες που απαιτούν συγκέντρωση ή ηρεμία. Αυτή η συνήθεια, αν και φαίνεται απλή, κρύβει μια σειρά από οφέλη για την ψυχική και πνευματική μας υγεία, τα οποία μπορεί να μην έχουμε συνειδητοποιήσει.

Τα οφέλη της αυτό-ομιλίας

Η ψυχολόγος Linda Sapadin υποστηρίζει ότι το να μιλάμε φωναχτά στον εαυτό μας μας βοηθά να οργανώσουμε τις σκέψεις μας, να αναλύσουμε καλύτερα τις καταστάσεις και να καταλήξουμε σε πιο σίγουρες αποφάσεις.

Μιλώντας με τον εαυτό μας, ενισχύουμε τη διαδικασία σκέψης, γεγονός που συμβάλλει στην καλύτερη κατανόηση των καταστάσεων και στη λήψη πιο συνειδητών αποφάσεων. Η αυτο-ομιλία βοηθά στο να αναγνωρίσουμε τι είναι πραγματικά σημαντικό και να πάρουμε τις απαραίτητες αποφάσεις, χωρίς να επιτρέψουμε στα συναισθήματα ή την εξωτερική πίεση να μας επηρεάσουν αρνητικά. Αυτό είναι ιδιαίτερα χρήσιμο όταν βρισκόμαστε σε καταστάσεις άγνωστες ή αγχωτικές..

Πολλοί διάσημοι στοχαστές και επιστήμονες, όπως ο Albert Einstein, συνήθιζαν να επαναλαμβάνουν σκέψεις στον εαυτό τους για να τις αναλύσουν σε βάθος και να κατανοήσουν καλύτερα τα προβλήματα που αντιμετώπιζαν. Η επιστημονική έρευνα δείχνει ότι η αυτο-ομιλία είναι συνδεδεμένη με την ενίσχυση της γνωστικής λειτουργίας. Στην ουσία, όταν μιλάμε φωναχτά στον εαυτό μας, αναγκάζουμε το μυαλό μας να εστιάσει και να επεξεργαστεί τις πληροφορίες πιο εντατικά. Αυτό συμβαίνει γιατί η φωνή μας βοηθά να διατηρούμε ζωντανές τις εικόνες και τις ιδέες στο μυαλό μας.



Η αυτο-ομιλία μπορεί επίσης να λειτουργήσει ως εργαλείο συναισθηματικής ρύθμισης. Όπως εξηγεί ο καθηγητής ψυχολογίας Thomas Brinthaup, οι άνθρωποι που περνούν πολύ χρόνο μόνοι τους, ή τα μοναχοπαίδια, συχνά χρησιμοποιούν τη φωνή τους για να «μιλήσουν» με τον εαυτό τους. Αυτό μπορεί να μας βοηθήσει να εκτονώσουμε τα συναισθήματα, να ανακουφιστούμε και να κατανοήσουμε τι αισθανόμαστε, ή γιατί αισθανόμαστε έτσι.

Ένας άλλος λόγος για τον οποίο μιλάμε στον εαυτό μας είναι ότι αυτό μπορεί να μας προσφέρει κίνητρο και να μας ενθαρρύνει να παραμείνουμε συγκεντρωμένοι στους στόχους μας.

Στον αθλητισμό, για παράδειγμα, η θετική αυτο-ομιλία είναι μια συχνή τακτική. Οι αθλητές επαναλαμβάνουν φράσεις και ενθαρρυντικά λόγια για να ενισχύσουν την απόδοσή τους και να ξεπεράσουν τις δυσκολίες, που συναντούν κατά την εκτέλεση μιας άσκησης ή μιας αγωνιστικής πρόκλησης.

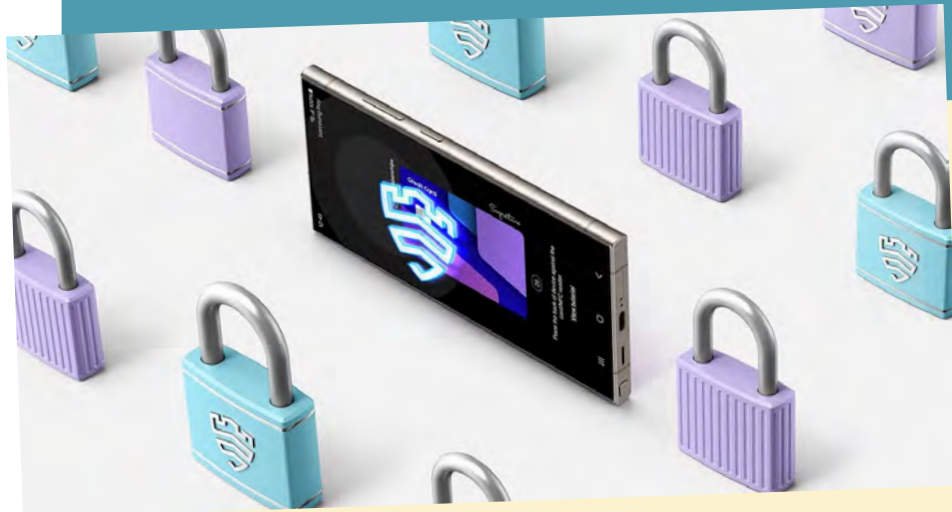
Η αυτο-ομιλία έχει επίσης ψυχοθεραπευτικά οφέλη, καθώς μπορεί να βοηθήσει τους ανθρώπους να αναγνωρίσουν και να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους. Για παράδειγμα, το να επικρίνουμε τον εαυτό μας για κάτι που κάναμε, ή να λέμε φωναχτά «θα τα καταφέρω», όταν βρισκόμαστε σε μια δύσκολη στιγμή, μπορεί να μας βοηθήσει να μειώσουμε το άγχος, να αποφορτιστούμε και να δούμε τα πράγματα από μια πιο νηφάλια και θετική οπτική.

Επιπλέον, η αυτο-ομιλία μπορεί να ενισχύσει την επίλυση προβλημάτων. Όταν αντιμετωπίζουμε ένα πρόβλημα, το να το εκφράσουμε δυνατά μπορεί να μας βοηθήσει να το κατανοήσουμε καλύτερα και να βρούμε πιο άμεσα λύσεις. Είναι σαν να εξωτερικεύουμε τη σκέψη μας και να την αναλύουμε πιο καθαρά.

Η αυτο-ομιλία λοιπόν είναι ένα φυσιολογικό και υγιές εργαλείο που χρησιμοποιούμε για να διαχειριστούμε καλύτερα τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις καταστάσεις της καθημερινότητας. Επομένως, επόμενη φορά που βρεθείς να μιλάς φωναχτά στον εαυτό σου, να θυμάσαι ότι πρόκειται για μια υγιή και αποτελεσματική στρατηγική για να ενισχύσεις τη συγκέντρωσή σου και να αντιμετωπίσεις τις προκλήσεις.



Το Samsung Wallet διαθέσιμο σε Ελλάδα και Κύπρο



Η Samsung Electronics ανακοινώνει την άφιξη του Samsung Wallet στην Ελλάδα και την Κύπρο. Η εφαρμογή θα επιτρέπει στους χρήστες να οργανώνουν και να χρησιμοποιούν με ασφάλεια τα κλειδιά του σπιτιού, του αυτοκινήτου, επιλεγμένες loyalty cards και τις ψηφιακές κάρτες εργασίας μέσα από το smartphone τους.

Με το Samsung Wallet οι χρήστες δεν χρειάζεται να έχουν μαζί τους διαφορετικά αντικείμενα, ή να ανησυχούν μήπως ξεχάσουν κάτι σημαντικό. Η καθημερινότητα

γίνεται πιο εύκολη, αφού μπορούν μέσα από απλές κινήσεις, όπως το διπλό πάτημα του πλευρικού κουμπιού να ανοίξουν την εφαρμογή. Ταυτόχρονα, από ένα σημείο, οι χρήστες μπορούν να διαχειριστούν τα εισιτήρια και κάρτες τους, αλλά και να συνδεθούν σε εφαρμογές και υπηρεσίες, χρησιμοποιώντας απλώς τα βιομετρικά τους δεδομένα.

Το Samsung Wallet προστατεύεται από την πλατφόρμα ασφαλείας Samsung Knox, η οποία αξιοποιεί την αναγνώριση δακτυλικών αποτυπωμάτων και την κρυπτογράφηση, για να διασφαλίσει ότι τα προσωπικά στοιχεία παραμένουν ασφαλή. Επιπλέον, οι πιο ευαίσθητες πληροφορίες αποθηκεύονται σε ένα απομονωμένο περιβάλλον, το embedded Secure Element, προσφέροντας ένα επιπλέον επίπεδο προστασίας από ψηφιακές και φυσικές απειλές.

Τέλος, αξίζει να σημειωθεί πως το Samsung Wallet είναι ήδη διαθέσιμο σε περισσότερες από 30 χώρες παγκοσμίως.

Green News

Volkswagen: Ορόσημο στην κλιματικά ουδέτερη παραγωγή

Από την 1η Ιανουαρίου 2025, το εργοστάσιο της Volkswagen Επαγγελματικά Οχήματα (VWCV) στο Ανόβερο τροφοδοτείται αποκλειστικά με ηλεκτρική ενέργεια από ανανεώσιμες πηγές.

Η φιλική προς το κλίμα παροχή ενέργειας αποτελεί σημαντικό μοχλό για τη μείωση των εκπομπών άνθρακα παράλληλα με διατήρηση των πόρων. Μέχρι το 2040, όλες οι εγκαταστάσεις παραγωγής της Volkswagen Επαγγελματικά Οχήματα θα παράγουν με κλιματικά ουδέτερο τρόπο.



Το εργοστάσιο του Hanover-Stöcklen στράφηκε στην ηλεκτρική ενέργεια από ανανεώσιμες πηγές στην αλλαγή του έτους. Εκεί παράγονται, μεταξύ άλλων μοντέλων, όλες οι εκδόσεις του αμιγώς ηλεκτρικού ID. Buzz για τη Γερμανία και όλες τις διεθνείς αγορές. Το εργοστάσιο της Volkswagen στο Ροζναή της Πολωνίας, το οποίο ξεκίνησε να λειτουργεί το 2018 και που μεταξύ άλλων παράγει το Caddy, έχει στραφεί πλήρως στην πράσινη ηλεκτρική ενέργεια ήδη από το 2019.

Το εργοστάσιο Września, επίσης στην Πολωνία, όπου κατασκευάζεται το Crafter και ξεκίνησε να λειτουργεί το 2019, έχει αυτάρκεια όσον αφορά στην παροχή ενέργειας. Είναι χαρακτηριστικό ότι τον Σεπτέμβριο του 2024, το φωτοβολταϊκό σύστημα του εργοστασίου παρήγαγε αρκετή ηλεκτρική ενέργεια για να τροφοδοτήσει για πρώτη φορά το σύνολο των εργασιών παραγωγής του. Αποτελείται από 25.000 μονάδες χωρητικότητας 15,2 μεγαβάτ (MW) και καλύπτει έκταση 22 εκταρίων.

ΚατtenKabinet: Το μοναδικό μουσείο γάτας του κόσμου βρίσκεται στο Άμστερνταμ



Σε ένα ιστορικό κτίριο δίπλα από το διάσημο κανάλι της Άμστερνταμ, στην οδό Herengracht 497, βρίσκεται το μουσείο τέχνης KattenKabinet, γνωστό και ως το Μουσείο Γάτας. Εδώ δεν θα βρείτε μόνο έργα τέχνης με θέμα τις γάτες, αλλά και πραγματικές γάτες, που περιπλανιούνται στους διαδρόμους του μουσείου, καθώς κατοικούν μόνιμα στον χώρο.

Το κτίριο χτίστηκε το 1667 για τους αδερφούς Willem και Adriaen van Loon, δύο πατρικούς της πόλης, και αρχικά κατοικήθηκε από τον δήμαρχο Άμστερνταμ Jan Calckoen και τον Engelbert François van Berckel, τον οποίο επισκέφθηκε ο Αμερικανός πρόεδρος, John Adams. Το 1985 ανακαινίστηκε και το 1990 ο Bob Meijer ίδρυσε το Μουσείο Γάτας, αφιερωμένο στη μνήμη του αγαπημένου του γάτου, John Pierpont Morgan.

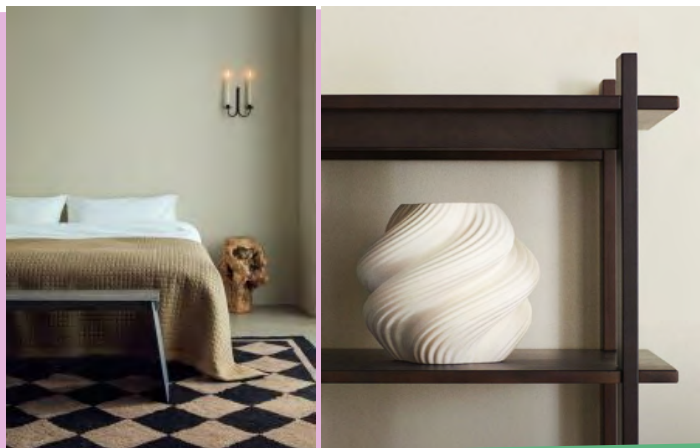
Ο γάτος Morgan (1966-1983) υπήρξε πηγή έμπνευσης για πλήθος έργων τέχνης, όπως ένα πορτρέτο που ζωγράφησε ο Ansel Sandberg και ένα χάλκινο γλυπτό που του αφιερώθηκε για τα δέκατα γενέθλιά του. Παρά την κλοπή του γλυπτού πριν από τα εγκαίνια του μουσείου, οι φίλοι του Morgan συνέταξαν ένα βιβλίο με ποιήματα προς τιμήν του για τα 15α γενέθλιά του.

Η συλλογή του μουσείου περιλαμβάνει έργα από διάσημους καλλιτέχνες, όπως οι Pablo Picasso, Rembrandt, Henri de Toulouse-Lautrec, και Sal Meijer, καθώς και αφίσες, φωτογραφίες, και μουσική που απεικονίζουν γάτες. Ο χώρος συνδυάζει την επαγγελματική παρουσίαση της τέχνης με μια διασκεδαστική ατμόσφαιρα, που αποπνέει χιούμορ.

Το μουσείο καταλαμβάνει τους δύο πρώτους ορόφους του κτιρίου, ενώ στον επάνω όροφο παραμένει ο ιδιοκτήτης του, ο οποίος μπορεί να συναντηθεί τυχαία από τους επισκέπτες. Στο μουσείο, μερικές γάτες περιφέρονται ελεύθερα, προσφέροντας μια μοναδική εμπειρία, ενώ εξερευνάτε τα εκθέματα.

Αν θέλετε μια αλλαγή από τα συνηθισμένα αυστηρά μουσεία, το Cat Cabinet μπορεί να σας προσφέρει μια ευχάριστη και ξεχωριστή εμπειρία. Αν και το θέμα μπορεί να φαίνεται διασκεδαστικό, η ποικιλία και ποιότητα των έργων είναι αξιοσημείωτη και η παρουσίασή τους ιδιαίτερα πρωτότυπη.





H&M Home: Οι λεπτομέρειες κάνουν τη διαφορά

Τα είδη σπιτιού του H&M προσφέρουν μεγάλη ποικιλία από ύψιστης ποιότητας είδη εσωτερικής διακόσμησης και διακοσμητικά που θα ανανεώσουν τον χώρο σας.

Αλλωστε, οι μικρές λεπτομέρειες μπορούν να κάνουν τη διαφορά, φέρνοντας αέρα πολυτέλειας χωρίς μεγάλο κόστος, όπως ένα πολύ όμορφο κεραμικό βάζο που εκτός από οικονομικό, είναι και σε κομψό σχέδιο. Διαλέξτε ανάμεσα σε χαλιά, βάζα και καλύμματα μαξιλαριών από τη νέα συλλογή και αναμορφώστε το σπίτι σας.

Η Zara Home παρουσιάζει τη νέα κυκλοφορία της στη σειρά Editions, με κεντρικό θέμα την εμπειρία του ταξιδιού



Η Zara Home παρουσιάζει τη νέα κυκλοφορία της στη σειρά Editions, με κεντρικό θέμα, για άλλη μια φορά, την εμπειρία του ταξιδιού. Σε αυτήν τη μοναδική συλλογή, αντικείμενα και υφές με έντονες αντιθέσεις ξεδιπλώνονται με απλότητα, ισορροπία και αρμονία.

Έπιπλα, διακοσμητικά, κεραμικά και υφάσματα συνδυάζουν κλασικές επιρροές με μια σύγχρονη αισθητική. Κάθε κομμάτι λειτουργεί ως υπενθύμιση του ταξιδιού, αλλά και ως μέσο έκφρασης—μια γέφυρα που ενώνει το σπίτι, τις αναμνήσεις και τη φύση, δίνοντας μορφή στον χώρο.

Ξύλο, ρατάν, γεωμετρικά μοτίβα—σε βαμβάκι και μαλλί— και γυάλινα αντικείμενα πρωταγωνιστούν σε αυτήν τη νέα συλλογή. Η χρωματική παλέτα κινείται σε ζεστούς, γήινους τόνους, με φυσικές υφές που αναδεικνύουν το φως.

Ως σκηνικό για τη φωτογράφιση επιλέχθηκε η Villa Besson, ένα εμβληματικό έργο του γαλλικού μοντερνισμού, σχεδιασμένο από τον Jean Balladur το 1965. Αυτό το σπίτι από γυαλί και ατσάλι, τοποθετημένο μέσα σε ένα φυσικό περιβάλλον, επαναπροσδιορίζει τη σχέση ανάμεσα στον εσωτερικό και τον εξωτερικό χώρο.

illy #takeartaway: Η τέχνη συναντά τον καφέ μέσα από έναν μοναδικό καλλιτεχνικό διαγωνισμό

Η illycaffè και η KAFEΑ TERRA παρουσιάζουν τον διαγωνισμό illy #takeartaway, σε συνεργασία με την Ανώτατη Σχολή Καλών Τεχνών (ΑΣΚΤ), δίνοντας στους φοιτητές την ευκαιρία να εκφράσουν τη δημιουργικότητά τους μέσω της τέχνης του καφέ.

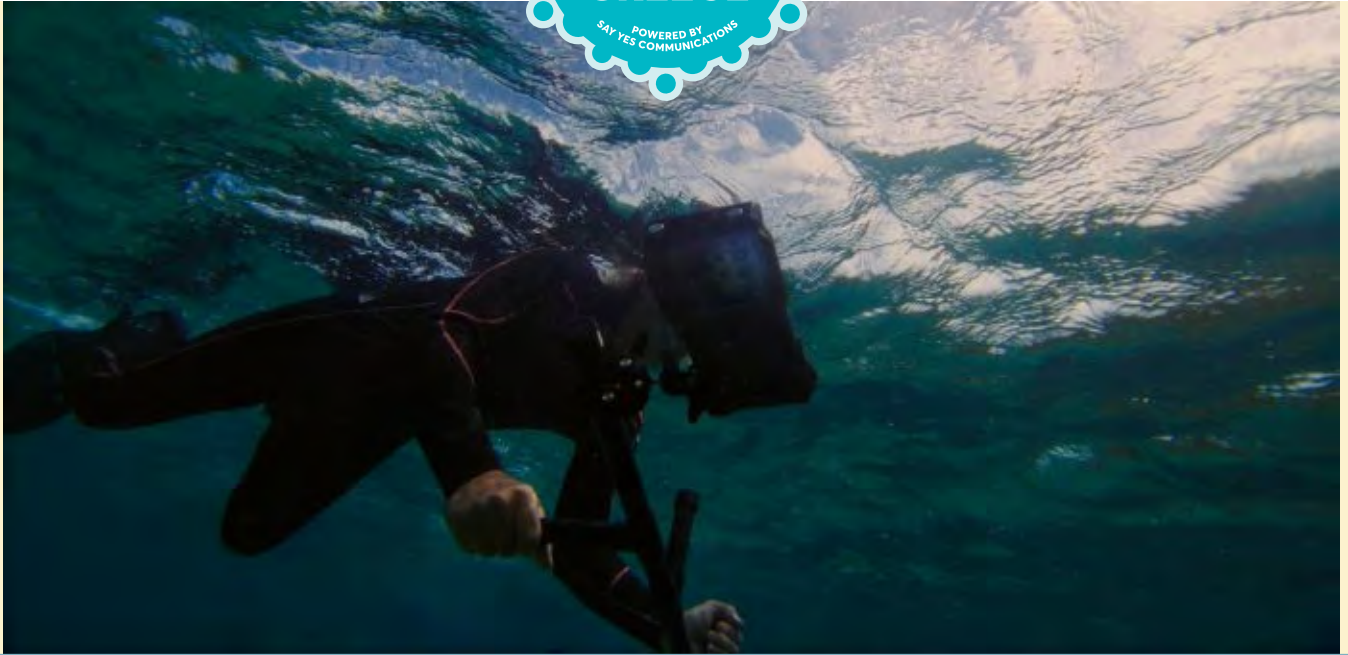
Με θέμα "Creative Energy", οι συμμετέχοντες καλούνται να μετατρέψουν τα χάρτινα ποτήρια illy σε έργα τέχνης, αναδεικνύοντας τη σύνδεση ανάμεσα στην τέχνη και την απόλαυση του καφέ. Η κριτική επιτροπή, αποτελούμενη από εκπροσώπους της illycaffè, της KAFEΑ TERRA και της ΑΣΚΤ, θα επιλέξει δύο νικητές, των οποίων τα έργα θα διακοσμήσουν τα ποτήρια illy take away.

Το illy #takeartaway δεν είναι απλώς ένας διαγωνισμός, αλλά μια πρωτοβουλία που στηρίζει την καλλιτεχνική έκφραση και προάγει τη σύνδεση τέχνης και καθημερινής εμπειρίας, ενισχύοντας τη δημιουργικότητα των νέων καλλιτεχνών.

Διαγωνισμός
#takeartaway

f illy Greece





Η Samsung ενισχύει τη δέσμευσή της για τους ωκεανούς, αξιοποιώντας την τεχνολογία Galaxy

Η Samsung Electronics Co., Ltd. προχωρά σε νέα δράση προστασίας των ωκεανών, αξιοποιώντας τη δυναμική της τεχνολογίας Galaxy για την αποκατάσταση των κοραλλιογενών υφάλων. Σε συνεργασία με την Seatrees και το Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια στο Σαν Ντιέγκο, η εταιρεία προσφέρει την τεχνολογία της στους ερευνητές, διευκολύνοντας τη συλλογή δεδομένων και την παρακολούθηση των δράσεων αποκατάστασης.

Από τα δίκτυα-φαντάσματα στην προστασία των υφάλων

Από το 2022, η Samsung μετατρέπει πεταμένα δίκτυα ψαρέματος -γνωστά και ως δίκτυα-φαντάσματα- σε ανακυκλωμένα υλικά για τις συσκευές Galaxy. Τώρα, η εταιρεία επεκτείνει τις δράσεις της, χρησιμοποιώντας την κάμερα Galaxy ως εργαλείο αποκατάστασης των κοραλλιογενών υφάλων, οι οποίοι πλήττονται από τη ρύπανση, την υπεραλίευση και την κλιματική αλλαγή.

Η Samsung, με την υποστήριξη της Seatrees, προσφέρει τεχνολογία σε ερευνητές και τοπικές κοινότητες στις Φίτζι, την Ινδονησία και τις Ηνωμένες Πολιτείες, επιτρέποντάς τους να παρακολουθούν την εξέλιξη της αποκατάστασης των υφάλων σε πραγματικό χρόνο.

Η σημασία των κοραλλιογενών υφάλων και οι προκλήσεις


Παρά το γεγονός ότι οι κοραλλιογενείς ύφαλοι καλύπτουν λιγότερο από το 1% των ωκεανών, υποστηρίζουν το 25% της θαλάσσιας ζωής και αποτελούν βασικό οικοσύστημα για τροφή, εισόδημα και παράκτια προστασία. Ωστόσο, με τον τρέχοντα ρυθμό μείωσης, εκτιμάται ότι οι ύφαλοι μπορεί να εξαφανιστούν έως το 2050.


Η συλλογή υποβρύχιων εικόνων υψηλής ακρίβειας είναι κρίσιμη για την παρακολούθηση και την προστασία των


κοραλλιογενών υφάλων. Ωστόσο, οι ερευνητές αντιμετωπίζουν προκλήσεις, καθώς η θολότητα του νερού και η απορρόφηση των θερμών χρωμάτων καθιστούν δύσκολη την καταγραφή των κοραλλιών με ακρίβεια.

Ocean Mode: Η καινοτομία της Samsung για τους ωκεανούς

Για να ξεπεράσει αυτά τα εμπόδια, η Samsung ανέπτυξε το Ocean Mode, μια προσαρμοσμένη λειτουργία κάμερας που βελτιστοποιεί τις λήψεις κάτω από το νερό.

 Μειώνει το θόλωμα κίνησης, εξασφαλίζοντας ευκρινείς εικόνες

 Διορθώνει την ισορροπία λευκού, αποκαθιστώντας τα αληθινά χρώματα των κοραλλιών

 Βελτιώνει την ακρίβεια των δεδομένων, διευκολύνοντας την αξιολόγηση της επιτυχίας των δράσεων

Αποκατάσταση 11.000 κοραλλιών και επέκταση του προγράμματος

Κατά τη διάρκεια του 2024, η Samsung υποστήριξε την αποκατάσταση κοραλλιογενών υφάλων σε περιοχές που έχουν πληγεί, όπως το Μπαλί, τα νησιά Φίτζι και η Φλόριντα, με πάνω από 11.000 νέα θραύσματα κοραλλιών να έχουν ήδη φυτευτεί.

Με τη δύναμη της τεχνολογίας Galaxy, η Samsung αναδεικνύει τον ρόλο της καινοτομίας στην προστασία του περιβάλλοντος, θέτοντας τα θεμέλια για ένα πιο βιώσιμο μέλλον των ωκεανών. Η εταιρεία, μαζί με τους συνεργάτες της, θα συνεχίσει να επεκτείνει την πρωτοβουλία σε περισσότερες περιοχές, φέρνοντας την τεχνολογία πιο κοντά στην αποκατάσταση της θαλάσσιας ζωής.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις ευρύτερες προσπάθειες βιωσιμότητας της Samsung, δείτε [εδώ](#).



H&M: Κάνε την κάθε ημέρα μαγική με τους ήρωες κινουμένων σχεδίων



Οι αγαπημένοι ήρωες του παιδιού σου, σε νέα έκδοση, στα καθημερινά κομμάτια της συλλογής της H&M. Ανακάλυψε τους ήρωες κινουμένων σχεδίων για παιχνιδιάρικα outfits που θα λατρέψουν όλα τα παιδιά σε φούτερ, ζακέτες, μπλούζες και φορέματα.



Food for Thought

kids' edition

Το παιδί και το χταπόδι



Ο Στάνλεϊ λατρεύει το παιχνίδι του, το χταπόδι. Ονειρεύεται τον μαγικό τρόπο με τον οποίο το δέρμα του αλλάζει χρώμα και καταφέρνει να κρύβεται όταν εμφανίζεται κάτι τρομακτικό. Η αλήθεια είναι πως, μερικές

φορές, ο Στάνλεϊ θα ήθελε να μπορεί κι εκείνος, όπως το χταπόδι του, να ΕΞΑΦΑΝΙΖΕΤΑΙ.

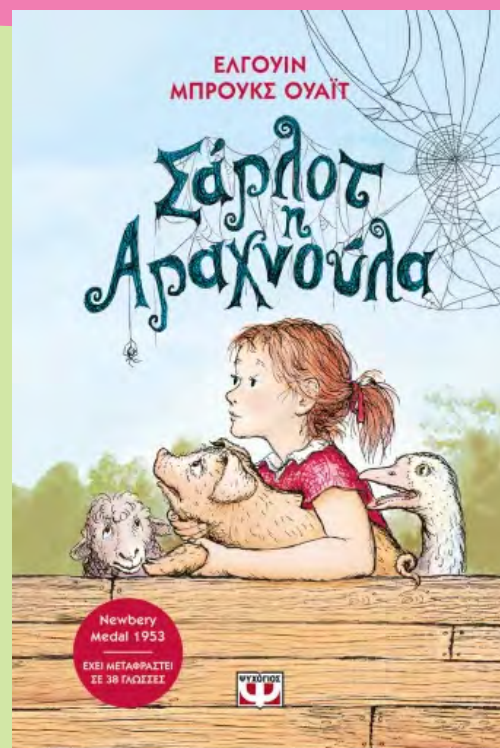
Όμως, μήπως μπορεί το Χταπόδι να βοηθήσει τον Στάνλεϊ να αντιμετωπίσει τους φόβους του και να ΒΡΕΙ ΤΗ ΔΙΚΗ ΤΟΥ ΦΩΝΗ; Μια ιστορία, ύμνος στη φαντασία, τη δύναμη της έκφρασης και την περηφάνια που νιώθεις όταν σε αποδέχονται όπως είσαι, από τους δημιουργούς του βιβλίου "ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΠΟΥ ΟΝΕΙΡΕΥΟΤΑΝ ΔΡΑΚΟΥΣ".

Σάρλοτ, η αραχνούλα

Αυτή είναι η ιστορία ενός μικρού κοριτσιού, της Φερν, που αγαπούσε ένα μικρό γουρουνάκι, τον Γουίλμπαρ. Είναι, επίσης, η ιστορία της Σάρλοτ, της πολυαγαπημένης του φίλης.

Με τη βοήθεια του Τέμπλετον του πορντικού, η Σάρλοτ θα προσπαθήσει να σώσει τη ζωή του Γουίλμπαρ. Αραγε, θα τα καταφέρει;

Μια τρυφερή ιστορία για τη φιλία, την αγάπη, τη ζωή και τον θάνατο, ένα βιβλίο που ανήκει πλέον στα κλασικά έργα της παγκόσμιας παιδικής λογοτεχνίας και συνεχίζει να συγκινεί μικρούς και μεγάλους!





Το σκληρό έργο του Vassily Sigarev στο Θέατρο ArtBox Fargani

«Πλαστελίνη». Το σκληρό έργο της μετασοβιετικής εποχής του Vassily Sigarev ανεβαίνει από την Εταιρεία Θεάτρου Πρόταση σε σκηνοθεσία Στέλιου Βραχνή και μετάφραση Γιώργου Κουτλή στο Θέατρο ArtBox Fargani, από το Σάββατο 1 Μαρτίου. Ο σκηνοθέτης βυθίζει το μαχαίρι στο ζήτημα της αθωότητας που καταρρέει, εκεί όπου η σεξουαλικότητα ξυπνά μέσα μια κοινωνία βίας και κυνισμού.

Σε μια βιομηχανική πόλη της Ρωσίας, άνθρωποι βυθισμένοι στη φτώχεια και την απόγνωση μεθούν, εκτονώνουν την οργή τους και απαιτούν σεξ. Ο Μαξίμ, ένας 14χρονος μαθητής, παλεύει να επιβιώσει μέσα σε αυτήν την αστική κόλαση. Ο θάνατος ενός φίλου, ο ξυλοδαρμός του στο σχολείο λόγω της σεξουαλικότητας του, οι ωμές παρενοχλήσεις και, τελικά, η ενέδρα που του στήνει μια κοπέλα, η οποία καταλήγει στο βιασμό του από δυο άνδρες, τον σηματοδοτούν ανεξίτηλα. Η μόνη του διέξοδος είναι το δωμάτιό του, όπου εκτονώνεται απροσποίητος μέσα από την τέχνη, δίνοντας τη δική του μάχη ενάντια σε ό,τι ζει.

Θέατρο ArtBox Fargani, Αγίου Παντελεήμονος
10 Καμάρα, Θεσ/νίκη

Έναρξη: Σάββατο 1 Μαρτίου 2025

Παραστάσεις

Παρασκευή – Σάββατο: 21:30 και Κυριακή: 19:30

Προπώληση εισιτηρίων

Δίκτυο more.com @ στο ταμείο του θεάτρου

Τιμές εισιτηρίων

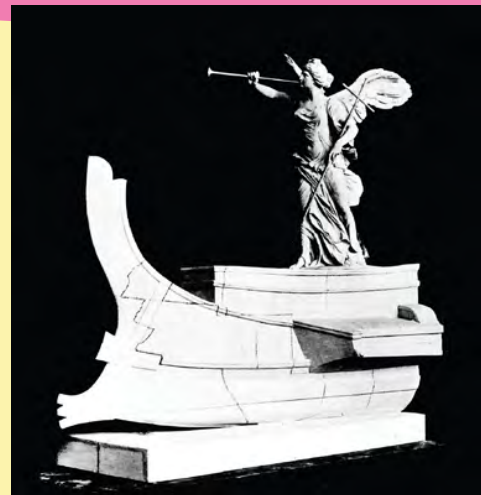
16 ευρώ (κανονικό, γενική είσοδος),

13 ευρώ (φοιτητών, ανέργων, ΑμεΑ)

Πληροφορίες - κρατήσεις: 2310 208007

«Εικάζοντας/Εικονίζοντας τη Σαμοθράκη: Από τον Όμηρο στο HoloLens»

Η Αμερικανική Σχολή Κλασικών Σπουδών στην Αθήνα εγκαινιάζει στις 20 Φεβρουαρίου τη νέα περιοδική έκθεση με τίτλο Εικάζοντας/Εικονίζοντας τη Σαμοθράκη, σε επιμέλεια των Bonna D. Wescoat, Ellen M. Archie και Rebecca A. Salem.



Η έκθεση εξερευνά τις ποιητικές και οπτικές αναπαραστάσεις της Σαμοθράκης και της λατρείας των Μεγάλων Θεών μέσα από μια διαδρομή δυόμισι χιλιετιών, αναδεικνύοντας τις διαφορετικές αντιλήψεις της κάθε εποχής, αλλά και τις διαχρονικές συνδέσεις που παραμένουν ισχυρές έως σήμερα. Από την εποχή του Ομήρου έως τη μεικτή πραγματικότητα του HoloLens, η Σαμοθράκη έχει εμπνεύσει ποιητές, χαρτογράφους, καλλιτέχνες, αρχαιολόγους και ψηφιακούς μοντελιστές.

Η έκθεση συνδυάζει ποικίλα μέσα, συγκεντρώνοντας εκθέματα από τον 15ο έως και τον 21ο αιώνα, που αντικατοπτρίζουν τον τρόπο με τον οποίο οι καλλιτέχνες εξέφρασαν τις φυσικές, συναισθηματικές και πνευματικές διαστάσεις της σχέσης τους με το νησί. Ανάμεσα στα αντικείμενα ξεχωρίζουν σπάνια αναγεννησιακά σχέδια των αρχαιοτήτων της Σαμοθράκης από τον αρχαιοδίφη Κυριάκο Αγκωνίτη, που εκτίθενται για πρώτη φορά στην Ελλάδα.

Παράλληλα, ο χάρτης του Cristoforo Buondelmonti του 15ου αιώνα, οι αρχαιολογικές φωτογραφίες του Wilhelm Burger, τα αρχιτεκτονικά σχέδια του John Kurtich, οι μεταπολεμικές φωτογραφίες του Σπύρου Μελετζή, τα έργα των Ελλήνων καλλιτεχνών των μέσων του 20ου αιώνα, Πάρι Πρέκα και Πολύκλειτου Ρέγκου, και, από τον 21ο αιώνα, ο πίνακας της Μαρίας Φιλοπούλου που απεικονίζει τον καταρράκτη του Φονιά.

Είσοδος ελεύθερη

Αμερικανική Σχολή Κλασικών Σπουδών στην Αθήνα
Πτέρυγα Μακρυγιάννη, Σουηδίας 61, 106 76 Κολωνάκι
Διάρκεια Έκθεσης: 20 Φεβρουαρίου – 29 Ιουνίου 2025

Εκπαιδευτικά προγράμματα για σχολεία, κατόπιν συνεννόησης: steinmetz-athens@ascsa.edu.gr

Ομαδικές ξεναγήσεις, κατόπιν συνεννόησης: imantzavinou.admin@as

ΓΙΩΤΑ ΒΕΗ

Το τραγούδι του δρόμου
Αυτοβιογραφία



Παρουσίαση του βιβλίου της Γιώτας Βέη, με τίτλο «Το τραγούδι του δρόμου - Αυτοβιογραφία»

Την Πέμπτη 27 Φεβρουαρίου, στις 19:30 η Αλυσίδα Πολιτισμού IANOS και οι Εκδόσεις Πατάκη, διοργανώνουν παρουσίαση του βιβλίου της Γιώτας Βέη, με τίτλο «Το τραγούδι του δρόμου - Αυτοβιογραφία».

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

Λίγα λόγια για το βιβλίο

Στο Τραγούδι του δρόμου, η Γιώτα Βέη, η σημαντική ερμηνεύτρια της δημοτικής μουσικής παράδοσης, καταγράφει τις αναμνήσεις της και τους σταθμούς της προσωπικής και μουσικής της πορείας. Με μια αφήγηση συναρπαστική, που κυλάει σαν γάργαρο νερό, ηντραγουδίστρια που ο Ρίτσος αποκάλυψε «η Κάλλας του δημοτικού τραγουδιού» μάς ταξιδεύει από τη γενέτειρά της, τα Λουτρά Πλατυστόμου, μέχρι την Αθήνα, την πόλη που στέγασε τα καλλιτεχνικά της όνειρα. Αναφέρεται στις καθοριστικές για τη ζωή της συναντήσεις με τη Μελίνα Μερκούρη, την Πόλυ Πάνου, τον Βασίλη Τσιτσάνη, την Ελένη Καραϊνδρου, τον Θόδωρο Αγγελόπουλο (και άλλες προσωπικότητες από το καλλιτεχνικό στερέωμα), στις εντυπώσεις της από τα αμέτρητα ταξίδια και τις συναυλίες που πραγματοποίησε, αλλά και στην ουσιαστικότερη εμπειρία για την ίδια – εκείνη της μητρότητας.

Η Μαθητεία των Προέδρων

ΓΡΗΓΟΡΗΣ Ε. ΠΑΝΤΕΛΟΓΛΟΥ

Η ΜΑΘΗΤΕΙΑ ΤΩΝ ΠΡΟΕΔΡΩΝ



Σ' αυτόν τον επαγγελματικό χώρο, τέτοιες ιστορίες επαναλαμβάνονταν σαν να ξεκινούσε και πάλι η παρτίδα σκακιού που σκόπιμα οι παίχτες της την είχαν αφήσει στη μέση. Η εγκατάσταση στον Οργανισμό σε θέση ευθύνης νέων κομματικών στελεχών ή προσώπων εμπιστοσύνης των στελεχών της κεντρικής πολιτικής σκηνής επαναλαμβανόταν με πανηγυρικό ύφος και άπειρες παραλλαγές. Ο αένας κύκλος της Μαθητείας των Προέδρων συνεχιζόταν.

Εκείνη η ώρα, που το ψιλόβροχο γινόταν μπόρα που ξέπλενε τα πάντα γύρω της, σηματοδοτούσε πως η ζωή στον Οργανισμό θα προχωρούσε, αδιάφορη για το ποιος θα έφευγε και ποιος πάλι θα ερχόταν. Σαν ένας άλλος αδιέξοδος, τελικά, κοπετός. Καταστροφικός σαν κηλίδα πετρελαίου, που στην αρχή έπαιρνε τη μορφή ενός ουράνιου τόξου, ή μιας μεταλλικής λάμψης, και κατέληγε να γίνεται μπάλωμα και θλιβερός ιριδισμός στις ταραγμένες θάλασσες της Δημόσιας Διοίκησης.

Από τις αποθήκες μνήμης του Οργανισμού έβγαιναν διόλου λησμονημένες οι ιστορίες, τα σχέδια και οι αυταπάτες των μέχρι τότε προέδρων του, για να διασταυρωθούν αυτόματα με τα ανάμικτα, γεμάτα «αιφνίδια» μίμηση, όνειρα και τις προσδοκίες των επόμενων, μαζί με τις κενολογίες και τις μωρολογίες της πληθωρικής και πολύχρωμης κομματικής γλώσσας τους. Ήταν η στιγμή που ο ήλιος θόλωνε πριν από τη δύση των ξέφρενων φαντασιώσεών τους. Οι τελευταίες είχαν καταντήσει η περιορισμένη φωτεινή τους περιοχή.

quote of the day

IDEAS SHAPE THE COURSE OF HISTORY
John Maynard Keynes

Σήμερα
γιορτάζουν!
Ρήγας, Ρεγγίνα,
Ρηγινή, Ταρσώ

tip of the day

To the mind that is
still, the whole
universe
surrenders.

Lao Tzu

25 Φεβρουαρίου

- > Quiet Day
- > Day of Liberation and Innovation
- > National Chocolate Covered Nut Day
- > Pistol Patent Day
- > National Jessica Day
- > National Kathy Day
- > People Power Revolution