



GREAT EXHIBITIONS

Συμμετέχουμε

foodexpo Greece

Hall 3 - A20a / Hall 4 - C17a



Η εμπειρία μας, η δύναμή μας
στις Διεθνείς εκθέσεις

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



**ΟΙ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΠΟΥ ΑΛΛΑΞΑΝ
ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΑΛΛΑ ΚΑΝΕΙΣ
ΔΕΝ ΘΥΜΑΤΑΙ**

Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Έλα, κάτσε. Σου έφτιαξα καφέ – σήμερα θα τα πούμε λίγο αλλιώς. Γιατί ξέρεις τι σκέφτομαι κάθε φορά που πλησιάζει η Μέρα της Γυναίκας; Ότι, αν είσαι γυναίκα και δεν παντρευτήκες μέχρι τα 30, κάπου εκεί αρχίζουν τα σχόλια. «Ακόμα τίποτα;», «Δεν σκέφτεσαι τα παιδιά;», «Καλά, θα μείνεις μόνη σου;». Αν έχεις περάσει τα 35, το ενδιαφέρον γίνεται σχεδόν ανησυχία – οι ματιές γεμίζουν υπονοούμενα, οι ερωτήσεις βαραίνουν. Και αν, λέω αν, έχεις αποφασίσει ότι προτιμάς τη μοναξιά σου από το να βολευτείς σε κάτι μέτριο, τότε κάπου εδώ πρέπει να αρχίσεις να δικαιολογείσαι.

Έλα τώρα, πες μου την αλήθεια. Αν ήσουν άντρας και στα 40 σου ζούσες σε ένα ωραίο σπίτι, ταξίδευες, είχες την ησυχία σου, κανείς δεν θα σε ρωτούσε γιατί δεν έχεις παντρευτεί. Θα ήσουν ο «πετυχημένος εργένης», το «ελεύθερο πνεύμα», αυτός που «εστιάζει στην καριέρα του». Αν όμως είσαι γυναίκα; Τότε κάτι πάει λάθος. Τότε μάλλον «δεν βρήκες κάποιον», «φοβάσαι τη δέσμευση», «δεν έχεις καταλάβει ακόμα τι θες».

Γιατί τόσα χρόνια μάς έχουν μάθει ότι η γυναίκα πρέπει να ανήκει κάπου. Να είναι κόρη κάποιου, σύζυγος κάποιου, μητέρα κάποιου. Αν δεν ανήκει σε κανέναν, τότε τι;

Ας το ξεκαθαρίσουμε μια και καλή: η μοναξιά δεν είναι τραγωδία. Είναι επιλογή, είναι φάση, είναι μια υπέροχη κατάσταση όπου γνωρίζεις τον εαυτό σου καλύτερα. Και ξέρεις ποιο είναι το πιο ειρωνικό; Πολλές από αυτές που έτρεξαν να προλάβουν το «πρέπει» και τώρα εγκλωβίστηκαν σε γάμους-φυλακές, θα έδιναν τα πάντα για να ζουν αυτό που εσύ τώρα απολαμβάνεις.

Δεν λέω ότι όλοι οι γάμοι είναι καταπίεση. Λέω όμως ότι δεν είναι ο μοναδικός δρόμος. Ότι η γυναίκα που ζει μόνη της δεν είναι «η καμμένη» – είναι εκείνη που επέλεξε να μην κάνει εκπτώσεις. Εκείνη που ξέρει πως η ζωή της δεν χρειάζεται άλλοθι.

Tip of the Day: Λοιπόν, SayYesser, ας κάνουμε μια χάρη ο ένας στον άλλο. Αντί την επόμενη φορά να ρωτήσουμε το κλασικό «Πότε θα παντρευτείς;» ή το ακόμα πιο passive aggressive «Δεν φοβάσαι τη μοναξιά;», ας πούμε κάτι που έχει πραγματικό νόημα: «Είσαι ευτυχισμένος;»

Γιατί αυτό είναι που μετράει στο τέλος της ημέρας. Όχι αν έκανες «ό,τι πρέπει», αλλά αν έκανες ό,τι σε κάνει χαρούμενο. Και αν αυτό σημαίνει ότι η μόνη φωνή που ακούγεται στο σπίτι σου είναι η δική σου και δεν σε ενοχλεί κανείς; Ακόμα καλύτερα.

Να θυμάσαι: η ζωή είναι δική σου. Και δεν χρωστάς σε κανέναν καμία απολογία.

Καλό σαββατοκύριακο είπαμε;

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Οι γυναίκες που άλλαξαν τον κόσμο αλλά κανείς δεν θυμάται

Η ιστορία είναι γεμάτη από μεγάλες εφευρέσεις, επιστημονικές ανακαλύψεις, καλλιτεχνικά έργα και τεχνολογικά επιτεύγματα που άλλαξαν τη ζωή μας. Όμως, αν ριξουμε μια προσεκτική ματιά, θα διαπιστώσουμε ότι πολλές από αυτές τις στιγμές ανήκαν σε γυναίκες—που είτε αγνοήθηκαν είτε οι ιδέες τους αποδόθηκαν σε άντρες.

Η Μέρα της Γυναίκας δεν είναι μόνο για να γιορτάζουμε, αλλά και για να αποκαθιστούμε αδικίες. Ας γνωρίσουμε μερικές από τις γυναίκες που άλλαξαν τον κόσμο, αλλά η ιστορία δεν φρόντισε να τους δώσει τη θέση που τους αξίζει.

Rosalind Franklin – Το αδικημένο μυαλό πίσω από τη δομή του DNA

Αν ρωτήσεις ποιος ανακάλυψε τη δομή του DNA, οι περισσότεροι θα σου πουν «οι Watson και Crick». Όμως, ο περιφημος διπλός έλικας δεν θα είχε αποκαλυφθεί ποτέ χωρίς τις ακτίνες X της Rosalind Franklin. Οι δύο άντρες χρησιμοποίησαν τα δεδομένα της χωρίς άδεια, πήραν το Νόμπελ και εκείνη πέθανε στα 37 της, χωρίς να αναγνωριστεί ποτέ η συνεισφορά της όσο ζούσε.

Hedy Lamarr – Η σταρ του Χόλιγουντ που μας έδωσε το Wi-Fi

Όταν ακούς το όνομα Hedy Lamarr, μάλλον σκέφτεσαι μια γοητευτική ηθοποιό του '40. Κι όμως, η Hedy δεν ήταν απλώς μια όμορφη γυναίκα—ήταν μια ιδιοφυΐα. Κατά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, ανέπτυξε ένα σύστημα κρυπτογραφημένης επικοινωνίας για τις συμμαχικές δυνάμεις, μια τεχνολογία που έγινε η βάση για το Wi-Fi, το Bluetooth και το GPS. Δεν κέρδισε ποτέ χρήματα από την εφεύρεσή της και μόνο δεκαετίες αργότερα αναγνωρίστηκε το έργο της.



Ada Lovelace – Η πρώτη προγραμματίστρια της ιστορίας

Όλοι γνωρίζουν τον Charles Babbage, τον «πατέρα των υπολογιστών», αλλά ελάχιστοι γνωρίζουν ότι η Ada Lovelace ήταν αυτή που έγραψε τον πρώτο αλγόριθμο στην ιστορία—ένα πρόγραμμα για την Αναλυτική Μηχανή του Babbage. Ήταν το 1843, και όμως εκείνη κατάλαβε πριν από όλους τις δυνατότητες των υπολογιστών.



Katherine Johnson – Η γυναίκα που έστειλε τον άνθρωπο στο διάστημα

Το πρόγραμμα Apollo της NASA δεν θα είχε υπάρξει χωρίς την Katherine Johnson, τη μαθηματικό που υπολόγισε τις τροχιές των πρώτων επανδρωμένων αποστολών. Αντί να την αναγνωρίσουν, για χρόνια εργαζόταν σε ένα γραφείο αποκλειστικά για μαύρες γυναίκες—γιατί, εκτός από γυναίκα, ήταν και Αφροαμερικανή. Χρειάστηκε να φτάσουμε στο 2015 για να της απονεμηθεί το Μετάλλιο της Ελευθερίας από τον Barack Obama.

Lise Meitner – Η γυναίκα που έδωσε στον κόσμο την πυρηνική σχάση

Ο Otto Hahn πήρε το Νόμπελ για την ανακάλυψη της πυρηνικής σχάσης, αλλά η Lise Meitner ήταν αυτή που ερμήνευσε σωστά το φαινόμενο. Όταν οι Ναζί πήραν την εξουσία, η Meitner, ως Εβραία, αναγκάστηκε να φύγει από τη Γερμανία. Ο Hahn συνέχισε μόνος του, πήρε τη δόξα, ενώ εκείνη έμεινε στην αφάνεια.

Γιατί η ιστορία ξέχασε αυτές τις γυναίκες;

Δεν είναι τυχαίο ότι τα επιτεύγματα των γυναικών συχνά χάνονται ή αποδίδονται σε άντρες. Η επιστήμη, η τεχνολογία και οι τέχνες ήταν για αιώνες ανδροκρατούμενοι χώροι, και η κοινωνία δεν ήταν έτοιμη να δεχτεί ότι οι γυναίκες μπορούσαν να καινοτομήσουν. Ακόμα και σήμερα, οι γυναίκες στον χώρο της τεχνολογίας, της επιχειρηματικότητας και της επιστήμης αντιμετωπίζουν μεγαλύτερη δυσκολία στο να πάρουν αναγνώριση, χρηματοδότηση ή υψηλές θέσεις.



Ας ξαναγράψουμε την ιστορία

Αν κάτι μας διδάσκουν αυτές οι ιστορίες, είναι ότι η ισότητα δεν είναι αυτονόητη—την κατακτάς. Η αναγνώριση της προσφοράς των γυναικών είναι ένα βήμα για να δημιουργήσουμε έναν κόσμο όπου το φύλο δεν θα καθορίζει το ποιος θα μείνει στην Ιστορία. Η Μέρα της Γυναίκας είναι μια ευκαιρία να τιμήσουμε όσες πάλεψαν για το μέλλον μας—και να μην επιτρέψουμε να ξεχαστούν ξανά.





Περισσότερες γυναίκες στο τιμόνι: Η FREENOW σπάει τα στερεότυπα στον κλάδο του ταξί

Σε έναν χώρο όπου η παρουσία των γυναικών είναι ακόμα περιορισμένη, η FREENOW κάνει τη διαφορά, δημιουργώντας περισσότερες ευκαιρίες και στηρίζοντας ενεργά τις γυναίκες οδηγούς. Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας, η εταιρεία λανσάρε νέα κίνητρα, ενθαρρύνοντας περισσότερες γυναίκες να ενταχθούν στον κλάδο του ταξί και να διεκδικήσουν τη θέση τους στο τιμόνι.

Διπλάσια ανταμοιβή, διπλάσια ευκαιρία

Καθ' όλη τη διάρκεια του Μαρτίου, η FREENOW προσφέρει διπλό bonus στους οδηγούς που συστήνουν μια νέα γυναίκα οδηγό στην πλατφόρμα, ενώ οι ίδιες οι νέες οδηγοί λαμβάνουν διπλή ανταμοιβή μόλις ολοκληρώσουν τις πρώτες τους διαδρομές.

Η οδήγηση δεν έχει φύλο

Η Αναστασία, οδηγός της FREENOW, τονίζει: «Η παρουσία περισσότερων γυναικών στον κλάδο είναι σημαντική. Η οδήγηση δεν έχει φύλο και μπορούμε να είμαστε εξίσου επαγγελματίες. Η συνεργασία με τη FREENOW μου προσφέρει ελευθερία, ευελιξία και ασφάλεια.»

Γιατί να το τολμήσεις

Η FREENOW εξασφαλίζει στους συνεργάτες της σταθερή ροή διαδρομών, οικονομική σταθερότητα και τη μεγαλύτερη βάση επιβατών στην Ελλάδα και την Ευρώπη. Η Γενική Διευθύντρια, Άσπα Τοπαλίδου, επισημαίνει: «Θέλουμε περισσότερες γυναίκες στο τιμόνι, σε ένα δίκαιο και ασφαλές εργασιακό περιβάλλον.»

Το μέλλον του ταξί είναι ισότιμο. Είναι ώρα να δούμε περισσότερες γυναίκες στο δρόμο!

Η Megan Fox είναι το Νέο πρόσωπο της HELL ICE COFFEE



Υπάρχει ένα όνομα που δεν χρειάζεται συστάσεις. Η Megan Fox προστέθηκε επίσημα στο εντυπωσιακό lineup της HELL, που στο παρελθόν περιλάμβανε τον Bruce Willis, και θα βρίσκεται στο πλευρό των Michele Morrone και Eva Mendes. Το HELL ICE COFFEE και η Megan Fox αλλάζουν τον τρόπο με τον οποίο βλέπουμε τον παγωμένο καφέ, μετατρέποντάς τη καθημερινή μας συνήθεια σε τρόπο ζωής.

Η Megan Fox είναι μία από τις πιο συναρπαστικές προσωπικότητες του Χόλιγουντ, γνωστή παγκοσμίως για τη μοναδική της γοητεία και την εκθαμβωτική της ομορφιά. Εκτός από την επιτυχημένη της καριέρα ως ηθοποιός, έχει καταφέρει να γίνει ένα αληθινό σύμβολο της pop κουλτούρας και ένα από τα μεγαλύτερα fashion icon, καθώς συνεχώς καινοτομεί και επιθυμεί να εμπνεύσει με το στυλ της. Είτε πρόκειται για μια τολμηρή εμφάνιση στο κόκκινο χαλί, είτε για ένα πιο casual look, η Megan εκπέμπει πάντα τελειότητα. Η δυναμική της προσωπικότητα διαμορφώνει όχι μόνο τη βιομηχανία της μόδας, αλλά και ολόκληρο τον χώρο της ψυχαγωγίας.

Τα προϊόντα HELL ICE COFFEE παρασκευάζονται αποκλειστικά από υψηλής ποιότητας εκχυλίσματα καφέ Arabica και Robusta, σε συνδυασμό με γάλα, συνδυασμός που προσφέρει μια εκλεπτυσμένη και μοναδική γευστική εμπειρία. Η σειρά περιλαμβάνει ποικιλία γεύσεων, από κλασικές Latte και Cappuccino, έως και πιο τολμηρές εκδοχές, όπως το Pink Latte.

Αυτή η συνεργασία όχι μόνο ενισχύει το κύρος του brand, αλλά αναδεικνύει και το πώς η δυναμική της Fox εκτείνεται πέρα από τον κινηματογράφο. Η αισθητική της καμπάνιας ευθυγραμμίζεται απόλυτα με τη σύγχρονη και δυναμική εικόνα της Megan. Στο πλαίσιο της εν λόγω διαφημιστικής καμπάνιας, η οποία θα λανσαριστεί σε περισσότερες από 20 χώρες μέσω ψηφιακών πλατφορμών, τηλεόρασης και billboard, το πρόσωπο της Megan θα βρίσκεται παντού.

«Click Block Delete»: Πώς το διαδίκτυο έγινε επιβλαβής για τις γυναίκες



Κάθε 8η Μαρτίου, γεμίζουμε το διαδίκτυο με λουλούδια, αφιερώματα και φράσεις για τη «δύναμη της γυναίκας». Όμως, η Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας δεν είναι απλώς μια ευκαιρία για όμορφες λέξεις. Είναι μια υπενθύμιση. Για όλα όσα κερδήθηκαν με αγώνες και για όλα όσα μένουν να γίνουν.

Είναι η μέρα που θυμόμαστε τις γυναίκες που πάλεψαν για δικαιώματα που κάποτε θεωρούνταν αδιανόητα – το δικαίωμα να ψηφίζουν, να μορφώνονται, να έχουν τον έλεγχο του σώματός τους, να εργάζονται χωρίς να πληρώνονται λιγότερο απλώς επειδή γεννήθηκαν γυναίκες. Είναι όμως και η μέρα που κοιτάμε κατάματα την πραγματικότητα: οι γυναίκες εξακολουθούν να ζουν σε έναν κόσμο που τις θεωρεί “δεύτερες”, που περιορίζει τις επιλογές τους, που τις κάνει να φοβούνται για την ασφάλειά τους, ακόμα και μέσα στο ίδιο τους το σπίτι.

Σήμερα, λοιπόν, δεν θα μιλήσουμε για το πόσο «ξεχωριστές» είναι οι γυναίκες. Θα μιλήσουμε για το πόσο σημαντικές είναι οι φωνές τους. Θα μιλήσουμε για όλα όσα δεν χωρούν σε ευχετήριες κάρτες – για τις προκλήσεις, τις μάχες, τις ανισότητες, αλλά και για τη δύναμη που πηγάζει από την αλληλεγγύη και τη διεκδίκηση.

Η Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας δεν είναι μόνο μια γιορτή. Είναι μια υπενθύμιση ότι ο δρόμος δεν τελείωσε ακόμα. Και είναι στο χέρι όλων μας να τον διανύσουμε μαζί.

Αν το ίντερνετ είναι το νέο δημόσιο πεδίο, τότε οι γυναίκες δεν είναι ποτέ πραγματικά ασφαλείς. Από τη στιγμή που μια γυναίκα εκφράζει άποψη, τολμά να αποκτήσει φωνή ή απλώς... υπάρχει στο διαδίκτυο, μετατρέπεται σε στόχο. Μια απλή ανάρτηση μπορεί να πυροδοτήσει κύματα μίσους. Ένα σχόλιο να καταλήξει σε στοχευμένο bullying. Μια φωτογραφία να γίνει εργαλείο εκβιασμού. Και όλα αυτά, επειδή απλά τόλμησε να είναι γυναίκα στο πιο τοξικό περιβάλλον της εποχής μας.

Το διαδίκτυο δεν είναι «ισότιμο» για όλους

Θα περίμενε κανείς ότι σε έναν ψηφιακό κόσμο που υποτίθεται πως δίνει φωνή σε όλους, οι γυναίκες θα μπορούσαν να εκφραστούν ελεύθερα. Αλλά τα στατιστικά αποδεικνύουν το αντίθετο. Σύμφωνα με έρευνα του ΟΗΕ, το 73% των γυναικών έχει δεχτεί διαδικτυακή παρενόχληση.



Και αυτό δεν είναι μόνο ενοχλητικά σχόλια. Μιλάμε για οργανωμένα κύματα επιθέσεων, απειλές βιασμού και δολοφονίας, διαρροή προσωπικών φωτογραφιών (revenge porn) και εξευτελισμό σε δημόσια θέα.

Μάλιστα, οι γυναίκες που έχουν δημόσιο προφίλ ή δουλεύουν σε ανδροκρατούμενους τομείς (πολιτική, δημοσιογραφία, τεχνολογία) δέχονται πολλαπλάσιες επιθέσεις από τους άντρες συναδέλφους τους. Ένα παράδειγμα; Όταν η δημοσιογράφος Maria Ressa από τις Φιλιππίνες κατήγγειλε τη διαφθορά της κυβέρνησης, μέσα σε μία μέρα δέχτηκε 90 απειλές βιασμού και 3000 σχόλια μίσους.

Revenge porn: Το έγκλημα που η κοινωνία κατηγορεί τα θύματα

Η μη συναινετική διαρροή γυμνών φωτογραφιών είναι πλέον μάλιστα. Και όσο κι αν θεωρούμε ότι είναι φαινόμενο της «γενιάς των social media», έχει τεράστιες επιπτώσεις. Σε πολλές περιπτώσεις, τα θύματα χάνουν δουλειές, διασύρονται, πέφτουν σε κατάθλιψη – ενώ οι δράστες συχνά δεν τιμωρούνται καν. Μάλιστα, το 90% των θυμάτων revenge porn είναι γυναίκες, αποδεικνύοντας ότι η κουλτούρα της εκδικητικής διαρροής είναι ένα ακόμα εργαλείο καταπίεσης.

Και το χειρότερο; Αντί η κοινωνία να κατηγορεί τους δράστες, συχνά στρέφεται εναντίον των θυμάτων. «Γιατί έβγαλες τέτοιες φωτογραφίες;» είναι η μόνιμη ερώτηση. Ποτέ «Γιατί κάποιος θεώρησε ότι έχει δικαίωμα να τις διαρρεύσει;».

Mansplaining, gaslighting και τοξική αρρενωπότητα online

Οι γυναίκες που τολμούν να εκφράσουν άποψη στο διαδίκτυο έρχονται αντιμέτωπες με ένα ακόμα φαινόμενο: την ατελείωτη, ψυχοφθόρα υποτίμηση. Αν μιλήσεις για πολιτική, σίγουρα ένας άντρας θα σου εξηγήσει ότι δεν ξέρεις αρκετά. Αν καταγγείλεις την ανισότητα, θα σε πουν «υπερβολική». Αν υπερασπιστείς τον εαυτό σου, θα ακούσεις το κλασικό «Χαλάρωσε, απλά ένα αστείο ήταν».





Το mansplaining (η υποτιμητική εξήγηση από άντρες), το gaslighting (η διαρκής αμφισβήτηση της πραγματικότητας μιας γυναίκας) και το trolling είναι τα όπλα που χρησιμοποιούνται εναντίον των γυναικών για να τις κάνουν να σωπάσουν. Και ξέρετε ποιο είναι το αποτέλεσμα; Πολλές γυναίκες σταματούν να μιλούν. Απλά εγκαταλείπουν το διαδίκτυο.

Πώς το αλλάζουμε αυτό;

Το να λέμε «απλά μην δίνεις σημασία» δεν είναι λύση. Η διαδικτυακή παρενόχληση έχει πραγματικές συνέπειες, ψυχολογικές, επαγγελματικές, ακόμα και νομικές. Οπότε τι μπορούμε να κάνουμε;

- **Εκπαιδευόμαστε:** Καταλαβαίνουμε πώς λειτουργεί η online κουλτούρα μίσους και πώς να αναγνωρίζουμε τις μορφές της.
- **Υποστηρίζουμε:** Αν μια γυναίκα δέχεται επίθεση, δεν γυρίζουμε το βλέμμα. Τη στηρίζουμε, καταγγέλλουμε το περιστατικό και μιλάμε ανοιχτά.
- **Διεκδικούμε νομικές αλλαγές:** Χρειάζονται αυστηρότεροι νόμοι για την προστασία των θυμάτων διαδικτυακής βίας, ειδικά για το revenge porn.
- **Αλλάζουμε την κουλτούρα:** Διδάσκουμε στα αγόρια από μικρά ότι το διαδίκτυο δεν είναι πεδίο κυριαρχίας τους και ότι η παρενόχληση, ακόμα και «για πλάκα», είναι βία.

Γιατί πρέπει να μιλήσουμε τώρα

Το διαδίκτυο είναι κομμάτι της ζωής μας. Είναι το μέρος που μιλάμε, ενημερωνόμαστε, συνδεόμαστε. Αν οι γυναίκες δεν μπορούν να νιώθουν ασφαλείς εκεί, τότε δεν είναι πραγματικά ασφαλείς πουθενά. Η σιωπή δεν είναι επιλογή. Αν θέλουμε έναν κόσμο όπου οι γυναίκες δεν θα φοβούνται να πουν τη γνώμη τους – είτε σε μια αίθουσα συνεδριάσεων, είτε σε ένα tweet – τότε πρέπει να αλλάξουμε τους κανόνες του παιχνιδιού.

Γιατί το πιο επαναστατικό πράγμα που μπορεί να κάνει μια γυναίκα στο διαδίκτυο σήμερα, είναι απλά να συνεχίσει να μιλάει.



Η COSMOTE TV γιορτάζει την Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας με δυναμικά αφιερώματα

Η COSMOTE TV τιμά την Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας με ένα πλούσιο αφιέρωμα που αναδεικνύει τις γυναίκες του αθλητισμού, της τέχνης και του κινηματογράφου.

Στο COSMOTE SPORT 7HD, το καθιερωμένο αφιέρωμα "Women in Sports" φέρνει στο προσκήνιο Ελληνίδες αθλήτριες που ξεχώρισαν παγκοσμίως. Μέσα από αποκλειστικές συνεντεύξεις, μιλούν για τον αγώνα, τις θυσίες και τις επιτυχίες τους, εμπνέοντας την επόμενη γενιά.

Στο COSMOTE HISTORY HD, θα προβληθούν ντοκιμαντέρ για εμβληματικές Ελληνίδες, όπως η Μαρία Κάλλας, η Μαρίνα Καρέλλα και η Κυβέλη Ανδριανού, που με το έργο τους ανέδειξαν τη χώρα μας διεθνώς.

Στο COSMOTE CINEMA 1HD, το αφιέρωμα "Women in Motion" εστιάζει σε τέσσερις γυναίκες που κατέκτησαν το Hollywood: Kate Winslet, Sharon Stone, Dolly Parton και Glenn Close, με βιογραφικά ντοκιμαντέρ που φωτίζουν τη διαδρομή τους στη βιομηχανία του κινηματογράφου.

Μια δυνατή γιορτή της γυναικείας δύναμης, μέσα από ιστορίες που αξίζει να ειπωθούν!



Η ΔΕΗ και η Euroleague Basketball ανακοινώνουν πολυετή συνεργασία

Η Euroleague Basketball και ο Όμιλος ΔΕΗ, κορυφαίος ενεργειακός όμιλος στη Νοτιοανατολική Ευρώπη ανακοινώνουν την έναρξη της πολυετούς συνεργασίας τους. Η ΔΕΗ γίνεται επίσημος χορηγός για τις διοργανώσεις Turkish Airlines EuroLeague και BKT EuroCup, στην Ελλάδα, μέχρι το 2027.

Στο πλαίσιο της συμφωνίας, η ΔΕΗ θα εμφανίζεται σε περίοπτη θέση στους αγώνες των ελληνικών ομάδων της Euroleague και του EuroCup, εντός γηπέδου αλλά και στις τηλεοπτικές μεταδόσεις. Επιπλέον, η συνεργασία θα αξιοποιήσει το εκτεταμένο ψηφιακό οικοσύστημα της Euroleague Basketball, προσφέροντας στη ΔΕΗ ευκαιρίες για μοναδική προβολή και αλληλεπίδραση μέσω πολλαπλών ψηφιακών πλατφορμών.

Παράλληλα, η συνεργασία θα επικεντρωθεί σε πρωτοβουλίες βιωσιμότητας, σε πλήρη ευθυγράμμιση με την αποστολή της ΔΕΗ να προωθεί λύσεις καθαρής ενέργειας και ενεργειακής απόδοσης.

Στο πλαίσιο του στρατηγικού ενεργειακού μετασχηματισμού του, ο Όμιλος ΔΕΗ ενισχύει τη δέσμευσή του στο μπάσκετ, στηρίζοντας το άθλημα σε όλες του τις μορφές - από τις κορυφαίες διοργανώσεις της Euroleague έως το 3x3 μπάσκετ. Αυτή η συνεργασία ευθυγραμμίζεται με τη δέσμευση της ΔΕΗ να προάγει τον αθλητισμό και τη βιώσιμη ανάπτυξη, αναδεικνύοντας θεμελιώδεις αξίες όπως η ομαδικότητα, το πάθος και το ευ αγωνίζεσθαι.





Ήξερες ότι ...μία απλή εξέταση αίματος μπορεί να σου σώσει τη ζωή;



Όλοι ξέρουμε πόσο σημαντική είναι η πρόληψη. Το ακούμε από παντού: «Κάνε τις εξετάσεις σου», «Η έγκαιρη διάγνωση σώζει ζωές», «Μην το αμελείς». Και έχουν απόλυτο δίκιο. Αλλά ας είμαστε ειλικρινείς. Πόσες φορές σκεφτήκαμε να κλείσουμε ραντεβού για έναν προληπτικό έλεγχο και το αναβάλαμε για αργότερα; Πόσες φορές φοβηθήκαμε ότι ίσως βρούμε κάτι που δεν θέλουμε να ξέρουμε;

Μια εξέταση που μπορεί να αλλάξει τα πάντα

Μέχρι τώρα, οι προληπτικές εξετάσεις για τον καρκίνο ήταν συγκεκριμένες. Μαστογραφία για τον μαστό, τεστ Παπανικολάου για τον τράχηλο, κολonosκόπηση για το παχύ έντερο. Και αν ο καρκίνος που μας αφορά δεν έχει αντίστοιχη εξέταση ρουτίνας; Αν εξελίσσεται αθόρυβα, χωρίς κανένα σύμπτωμα;

Οι επιστήμονες εργάζονται πάνω σε μια πραγματική επανάσταση: μια απλή αιμοληψία που μπορεί να ανιχνεύσει δεκάδες είδη καρκίνου προτού καν εμφανιστούν τα πρώτα σημάδια.

Πώς γίνεται αυτό;

Το αίμα μας κρύβει μικρές πληροφορίες για το τι συμβαίνει στο σώμα μας. Τα νέα τεστ πρώιμης ανίχνευσης πολλαπλών καρκίνων (MCCED) αναλύουν μικροσκοπικά ίχνη DNA ή πρωτεϊνών που προέρχονται από καρκινικά

κύτταρα. Αν υπάρχει κάτι ύποπτο, η τεχνολογία μπορεί να το εντοπίσει προτού προλάβει να εξελιχθεί σε κάτι σοβαρό.

Γιατί έχει σημασία να το ξέρεις νωρίτερα;

Αν ο καρκίνος διαγνωστεί σε αρχικό στάδιο, οι πιθανότητες ίασης είναι πολλαπλάσιες. Σκέψου το σαν ένα μικρό σπύρτο που πέφτει στο πάτωμα. Αν το σβήσεις αμέσως, δεν θα συμβεί τίποτα. Αν το αφήσεις, μπορεί να γίνει πυρκαγιά. Έτσι και με τον καρκίνο: όσο νωρίτερα ανακαλυφθεί, τόσο πιο εύκολα αντιμετωπίζεται.

Και τώρα τι;

Αυτά τα τεστ είναι ακόμα νέα. Δεν έχουν γίνει ακόμα μέρος των καθιερωμένων ελέγχων και η επιστήμη δουλεύει πάνω στο να τα τελειοποιήσει. Αλλά είναι ξεκάθαρο ότι το μέλλον της πρόληψης αλλάζει. Ίσως σε λίγα χρόνια να μην χρειάζεται να κάνουμε δεκάδες διαφορετικές εξετάσεις, αλλά μια απλή αιμοληψία να μας δίνει όλες τις απαντήσεις που χρειαζόμαστε.

Μέχρι τότε, ας κάνουμε αυτό που ήδη ξέρουμε ότι σώζει ζωές: τις κλασικές μας προληπτικές εξετάσεις. Ας μην περιμένουμε να γίνει κάτι για να τρέξουμε. Γιατί η καλύτερη μάχη απέναντι στον καρκίνο είναι αυτή που δίνουμε πριν καν εμφανιστεί.



Καθαρότερες θάλασσες με τη δύναμη της συνεργασίας

Η Αίγινα και το Αγκίστρι ετοιμάζονται να γίνουν πιο καθαρές και πιο όμορφες, χάρη σε μια πρωτοβουλία που φέρνει κοντά ανθρώπους με κοινό στόχο: την προστασία του θαλάσσιου περιβάλλοντος. Το πρόγραμμα "Προσφέρω", μια κοινή προσπάθεια της ΡΘΓ και της ΑΒ Βασιλόπουλος, επιστρέφει το 2025, εστιάζοντας στη μείωση της θαλάσσιας ρύπανσης.

Η iSea, περιβαλλοντική οργάνωση που δραστηριοποιείται στην προστασία των ελληνικών θαλασσών, θα πραγματοποιήσει καθαρισμούς ακτών και βυθών από τις 8 έως τις 15 Μαρτίου. Οι δράσεις ξεκινούν με μια ενημερωτική εκδήλωση στην Παλαιά Προβλήτα της Αίγινας, δίνοντας το στίγμα της σημασίας της ενεργής συμμετοχής.

Στη συνέχεια, εθελοντές δύτες και ομάδες καθαρισμού θα αναλάβουν δράση στις παραλίες και τα λιμάνια των δύο νησιών, συλλέγοντας απορρίμματα και αναδεικνύοντας την αξία της προστασίας των οικοσυστημάτων.

Από το 2018 έως σήμερα, το πρόγραμμα έχει υλοποιησει 291 καθαρισμούς, αφαιρώντας 88 τόνους απορριμμάτων από τις ελληνικές θάλασσες, με τη συμμετοχή 128 δυτών και περισσότερων από 1.500 πολιτών.

Γιατί η προστασία του περιβάλλοντος είναι συλλογική υπόθεση! Αν αγαπάς τη θάλασσα και θέλεις να συμβάλεις στη διατήρησή της, αυτή είναι η ευκαιρία να κάνεις τη διαφορά. Εσύ, θα συμμετέχεις;



ΔΩΡΕΑΝ ΔΡΑΣΕΙΣ ΙΝΕ ΓΣΕΕ

ΕΝΗΜΕΡΩΝΟΜΑΙ

ΣΧΕΔΙΑΖΩ

ΕΞΕΛΙΣΣΟΜΑΙ

Δράσεις νομικής πληροφόρησης και επαγγελματικής συμβουλευτικής εργαζομένων και ανέργων.

**ΔΗΛΩΣΕ
ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ!**

2 ΔΕΚΑΗΜΕΡΑ

100 ΔΡΑΣΕΙΣ ΣΕ ΟΛΗ
ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΙΝΕ
Ινστιτούτο Εργασίας Γ.Σ.Ε.Ε.

Γνώση που οδηγεί σε δράση: Το ΙΝΕ ΓΣΕΕ δίπλα σε εργαζόμενους και ανέργους

Σε έναν κόσμο που αλλάζει διαρκώς, η γνώση είναι το πιο ισχυρό εργαλείο για επαγγελματική εξέλιξη και ασφάλεια στην εργασία. Το Ινστιτούτο Εργασίας της ΓΣΕΕ αναλαμβάνει δράση, προσφέροντας ένα πανελλαδικό πρόγραμμα συμβουλευτικής και νομικής πληροφόρησης για όσους αναζητούν στήριξη και καθοδήγηση.

Από 10 Μαρτίου έως 11 Απριλίου 2025, το πρόγραμμα "Ενημερώνομαι, Σχεδιάζω, Εξελίσσομαι" φέρνει 100 δράσεις σε 30 πόλεις σε όλη την Ελλάδα, προσφέροντας σε εργαζομένους και ανέργους πρακτικά εργαλεία για την επαγγελματική τους πορεία.

Εργαστήρια για το επόμενο επαγγελματικό βήμα

Με 55 εργαστήρια επαγγελματικής συμβουλευτικής, οι συμμετέχοντες θα αποκτήσουν πολύτιμες δεξιότητες, από τη διαχείριση εργασιακού άγχους και συγκρούσεων, μέχρι τη βελτίωση της συναισθηματικής νοημοσύνης και τις τεχνικές συνέντευξης.

Νομική πληροφόρηση για τα δικαιώματά σου

Οι 45 εκδηλώσεις νομικής πληροφόρησης καλύπτουν θέματα όπως η συνταξιοδότηση, οι συλλογικές συμβάσεις, η ψηφιακή κάρτα εργασίας και τα δικαιώματα σε εργασιακούς κλάδους.

Πώς να συμμετάσχεις

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή στην ιστοσελίδα www.inegsee.gr/draseis.

Γιατί η γνώση είναι δύναμη—και με τις σωστές πληροφορίες, κάθε επαγγελματικό βήμα γίνεται πιο σίγουρο.



Μαμούθ και ποντίκια: Όταν η επιστήμη παίζει με τον χρόνο



Φαντάσου να περπατάς σε έναν κόσμο όπου γιγάντια μαμούθ περιφέρονται ξανά στις αχανείς στέπες. Σου φαίνεται σενάριο ταινίας επιστημονικής φαντασίας; Κι όμως, μπορεί να είναι πιο κοντά στην πραγματικότητα απ' όση νομίζεις. Πρόσφατα, Ιάπωνες επιστήμονες κατάφεραν να εισάγουν DNA μαμούθ σε ζωντανά κύτταρα ποντικών, κάνοντας ένα μικρό αλλά εντυπωσιακό βήμα προς την αναβίωση αυτών των προϊστορικών γιγάντων.

Όταν το DNA «ξυπνά» μετά από χιλιάδες χρόνια

Η ιστορία ξεκινά από ένα παγωμένο μαμούθ που βρέθηκε σχεδόν ανέπαφο στη Σιβηρία. Το DNA του, αν και φθαρμένο από τον χρόνο, έκρυβε ακόμα «σπίθες» ζωής. Οι επιστήμονες πήραν αυτά τα γενετικά απομεινάρια και τα τοποθέτησαν σε κύτταρα ποντικών, ελπίζοντας ότι θα δουν κάποια αντίδραση. Και όντως, το αρχαίο DNA έδειξε σημάδια κυτταρικής δραστηριότητας – όχι αρκετά για να αρχίσει η διαίρεση των κυττάρων, αλλά αρκετά για να αποδείξει ότι το γενετικό υλικό των μαμούθ δεν είναι εντελώς ανενεργό.

Και τώρα τι; Θα γεμίσει ο κόσμος μαμούθ;

Μην περιμένεις να δεις μαμούθ να περιφέρονται στους ζωολογικούς κήπους αύριο το πρωί. Η αναβίωση ενός εξαφανισμένου είδους είναι μια διαδικασία που απαιτεί χρόνο, έρευνα και, πάνω απ' όλα, πολλές ηθικές

απαντήσεις. Γιατί να το κάνουμε; Μπορούμε να φέρουμε πίσω ένα είδος που έχει εκλείψει χωρίς να διαταράξουμε την ισορροπία του πλανήτη;

Υπάρχει μια θεωρία που λέει ότι τα μαμούθ μπορεί να βοηθήσουν στην καταπολέμηση της κλιματικής αλλαγής. Αν επιστρέψουν στις στέπες της Σιβηρίας, θα μπορούσαν να συμβάλουν στη διατήρηση του permafrost (του μόνιμα παγωμένου εδάφους), εμποδίζοντας την απελευθέρωση τεράστιων ποσοτήτων διοξειδίου του άνθρακα στην ατμόσφαιρα. Ακούγεται σαν επιστημονική ουτοπία, αλλά ποιος ξέρει;

Παίζοντας με τη φύση ή διορθώνοντας λάθη του παρελθόντος;

Υπάρχει, φυσικά, και η σκοτεινή πλευρά της ιστορίας. Πού σταματάει η επιστήμη και πού αρχίζει η ηθική ευθύνη; Αν μπορούμε να επαναφέρουμε τα μαμούθ, τι μας εμποδίζει από το να προσπαθήσουμε με άλλα εξαφανισμένα είδη; Και, ακόμη χειρότερα, αν φτάσουμε σε σημείο να παίζουμε τόσο ελεύθερα με τη γενετική, μήπως αρχίσουμε να «πειράζουμε» ακόμα και τον ίδιο τον άνθρωπο;

Η απάντηση δεν είναι απλή. Το μόνο σίγουρο είναι ότι η επιστήμη δεν σταματά. Το αν αυτή η εξέλιξη θα μας οδηγήσει σε ένα καλύτερο μέλλον ή σε ένα Jurassic Park σενάριο, μένει να το δούμε. Προς το παρόν, τα μαμούθ κοιμούνται ακόμα στον πάγο, αλλά οι επιστήμονες δουλεύουν πυρετωδώς για να τους ξυπνήσουν. Η ερώτηση είναι: πρέπει να το κάνουν;

Ο Όμιλος Ιατρικού Αθηνών στηρίζει το Οικουμενικό Πατριαρχείο και τους Έλληνες της Ίμβρου και της Τενέδου



Ο Όμιλος Ιατρικού Αθηνών, στο πλαίσιο του πολυδιάστατου κοινωνικού έργου προσφοράς και αλληλεγγύης που υλοποιεί με συνέπεια επί τέσσερις δεκαετίες, και της διαρκούς δέσμευσής του για τη στήριξη του Ελληνισμού και της ομογένειας, επεκτείνει το «Πρόγραμμα Ιατρικής Υιοθεσίας», προσφέροντας δωρεάν ιατρικές υπηρεσίες στις Κλινικές του Ομίλου του, στους Έλληνες κατοίκους της Ίμβρου και της Τενέδου, καθώς και σε όλο το ανθρώπινο δυναμικό του Οικουμενικού Πατριαρχείου.

Με αφορμή αυτή την πρωτοβουλία, ο Διευθύνων Σύμβουλος του Ομίλου Ιατρικού Αθηνών, Δρ. Βασίλης Γ. Αποστολόπουλος, επισκέφθηκε το Οικουμενικό Πατριαρχείο και είχε θερμή συνάντηση με τον Παναγιώτατο Οικουμενικό Πατριάρχη κ.κ. Βαρθολομαίο. Κατά τη διάρκεια της συνάντησης, στην οποία παρίσταντο επίσης, ο Σεβασμιότατος Μητροπολίτης Ίμβρου και Τενέδου κ. Κύριλλος και ο κ. Παύλος Ευθυμίου, Εντεταλμένος Σύμβουλος του Ομίλου Ιατρικού, επιβεβαιώθηκε η διαχρονική σχέση αλληλεγγύης

και προσφοράς του Ομίλου Ιατρικού Αθηνών προς το Οικουμενικό Πατριαρχείο και του απανταχού Ελληνισμού.

Συνδυάζοντας την ιατρική αριστεία με την κοινωνική ευθύνη και γνώμονα τη φροντίδα όταν παραστεί ανάγκη στην Ελλάδα, το νεότερο αυτό πρόγραμμα ιατρικής προσφοράς απευθύνεται προς τις ελληνικές κοινότητες της Ίμβρου και της Τενέδου, καθώς και προς το δυναμικό του Οικουμενικού Πατριαρχείου, εκφράζοντας έμπρακτα τη στήριξη του Ομίλου Ιατρικού στο ανεκτίμητο έργο που αυτό επιτελεί σε όλο τον κόσμο.

Το πρόγραμμα, μεταξύ άλλων, περιλαμβάνει ένα ευρύτατο φάσμα δωρεάν υπηρεσιών πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας περίθαλψης μέσω του δικτύου Κλινικών του Ομίλου σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη.

Press Room

Κτίριο Ασάνη: Η ΕΤΑΔ αξιοποιεί το εμβληματικό κτίριο της Κέρκυρας

Η Εταιρεία Ακινήτων Δημοσίου Α.Ε. (ΕΤΑΔ Α.Ε.) προκηρύσσει ηλεκτρονικό πλειοδοτικό διαγωνισμό (e-auction) για την εκμίσθωση του κτιρίου Ασάνη στην Παλαιά Πόλη της Κέρκυρας, ενός ιστορικού ακινήτου 867,4 τ.μ., με καταληκτική ημερομηνία υποβολής προσφορών την 20ή Μαΐου 2025.

Το κτίριο βρίσκεται δίπλα από το Δημαρχείο (θέατρο San Giacomo) και αποτελεί μέρος ενός μνημειακού συνόλου της UNESCO, αντικατοπτρίζοντας την ενετική αρχιτεκτονική και την ιστορία της Κέρκυρας.

Η μίσθωση έχει διάρκεια 30 έτη με δυνατότητα παράτασης 10 ετών, με στόχο τη διατήρηση και ανάδειξη του ακινήτου.

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να ενημερωθούν και να υποβάλουν αίτηση [εδώ](#). Η υποβολή δικαιολογητικών γίνεται έως 20 Μαΐου 2025, 14:00, στα γραφεία της ΕΤΑΔ Α.Ε. στο Σύνταγμα.





ΣΥΜΠΟΣΙΟ του ΠΛΑΤΩΝΑ σε σκηνοθεσία Άννας Κοκκίνου

Το ΘΕΑΤΡΟ ΣΦΕΝΔΟΝΗ παρουσιάζει τη νέα του παράσταση το "Συμπόσιο του Πλάτωνα", από 22 Μαρτίου για περιορισμένο αριθμό παραστάσεων.

Το αριστουργηματικό φιλοσοφικό κείμενο του Πλάτωνα (427π.Χ-347π.Χ), εξετάζει τις πολλαπλές όψεις του Έρωτα σ' ένα εορταστικό συμπόσιο. Οκτώ πρόσωπα εγκωμιάζουν τον Έρωτα. Οκτώ εγκώμια φανερώνουν τις τάσεις της κοινωνίας για το θέμα του Έρωτα στην Αθήνα της εποχής. Η ευθυμία της συντροφιάς αποτελεί φρόντο που τονίζει αντιθετικά τη μεγάλη σοβαρότητα του λόγου του μουσικιστή Σωκράτη.

Το Συμπόσιο όταν γράφτηκε το 386 περίπου, κανένα από τα πρόσωπα δεν ήταν στη ζωή. Ο διάλογος έχει τη μορφή δράματος εξιστορημένου σε πλάγιο λόγο. Ο πραγματικός αφηγητής, ο Απολλόδωρος ο Φαληρέας (αναφέρεται γι' αυτόν ότι ξέσπασε σε υστερικά κλάματα όταν ο Σωκράτης άδειασε το ποτήρι με το κώνειο) εξιστορεί όσα του έχει αφηγηθεί ο Αριστόδημος που ήταν παρών σε αυτό το Συμπόσιο προς τιμή του ποιητή Αγάθωνα για τη πρώτη νίκη του στη τραγωδία. Διηγείται λοιπόν πώς αποφασίζει η συντροφιά να περάσουν τη βραδιά εκφωνώντας ο καθένας ένα εγκώμιο για τον Έρωτα. Ο Σωκράτης συμφώνησε αμέσως με την ιδέα αφού η "τέχνη του έρωτα" ήταν η μόνη που κατείχε.

Πρεμιέρα: Σάββατο 22 Μαρτίου στις 19:00

Παραστάσεις: Τετάρτη, Πέμπτη, Παρασκευή, Σάββατο στις 19:00 ☺ Κυριακή στις 18:00

Τιμές εισιτηρίων: 20 ευρώ, 15 ευρώ

Διάρκεια: 140 λεπτά (χωρίς διάλειμμα)

Προπώληση: ticketservices

Το ΕΜΣΤ υποδέχεται την άνοιξη με τους διεθνώς αναγνωρισμένους καλλιτέχνες Τζάνις Ράφα, Sammy Baloji, Kasper Bosmans, Emma Talbot



Το ΕΜΣΤ υποδέχεται την άνοιξη με 2 ατομικές εκθέσεις και 2 μεγάλης κλίμακας in situ νέες αναθέσεις των διεθνώς αναγνωρισμένων καλλιτεχνών Τζάνις Ράφα, Sammy Baloji, Kasper Bosmans και Emma Talbot.

Η υποβλητική και εμβυστική ατομική έκθεση της Τζάνις Ράφα «Εμείς που Προδώσαμε τα Αλογα» διερευνά θέματα ελέγχου, οικειότητας και εκμετάλλευσης των ζώων αυτών, ενώ η πρώτη ατομική έκθεση του Sammy Baloji στην Ελλάδα «Απόηχοι της Ιστορίας, σκιές της προόδου» αποτελεί μια έντονη κριτική ματιά στο θέμα της αποικιακής κληρονομιάς και της εκμετάλλευσης των πόρων.

Η νέα καλειδοσκοπική τοιχογραφία 30 μέτρων του Kasper Bosmans «Το θολό βλέμμα» (2025) εξετάζει την εργαλειοποίηση των ζώων από τους ανθρώπους, ενώ η νέα μνημειώδης ζωγραφική εγκατάσταση από μετάξι, ύψους 9 μέτρων, «Human/Nature» (2025) της Emma Talbot μας προσκαλεί να φανταστούμε ένα καλύτερο μέλλον με πιο αρμονικές σχέσεις ανθρώπων και φύσης.

Τρίτη, Τετάρτη, Παρασκευή, Σάββατο ☺ Κυριακή: 11.00 – 19:00

Πέμπτη: 11.00 – 22.00

Ηλεκτρονική κράτηση εισιτηρίων: emst.gr

ΜΙΛΤΙΑΔΗΣ ΖΗΚΑΣ

Δύο χέρια



ΕΚΔΟΣΕΙΣ
ΕΠΙΜΕΤΡΟ

Παρουσίαση του βιβλίου του Μιλτιάδη Ζήκα με τίτλο «Δύο Χέρια»

Την Δευτέρα 10 Μαρτίου, στις 19:30 η Αλυσίδα Πολιτισμού IANOS και οι Εκδόσεις Επίμετρο, διοργανώνουν παρουσίαση του βιβλίου του Μιλτιάδη Ζήκα, με τίτλο «Δύο Χέρια».

Για το βιβλίο θα μιλήσουν οι:

Μαρίνα Παπαδογιάννη, Ψυχολόγος - Κλινική Νευροψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια

Λίνα Σωτηροπούλου, Φιλολόγος, Υπ. Δρ. Τμήματος Φιλολογίας ΕΚΠΑ

Την εκδήλωση θα συντονίσει η Ανδριάννα Κάλφα-Ubunuki, Performance Executive Coach

Η Άννα Πολτζόγλου θα συνοδεύσει μουσικά τη βραδιά με πιάνο και τραγούδι

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

Λίγα λόγια για το βιβλίο

Ο Αμπού Χασάν, ένας πατέρας από τη Συρία, κρατά στα χέρια του τα παιδιά του, καθώς αναζητούν ένα μέλλον μακριά από τη βία και την απώλεια. Σε έναν κόσμο που δεν αφήνει χώρο για τα όνειρα των ξεριζωμένων, παλεύει για μια ζωή γεμάτη αξιοπρέπεια και ασφάλεια. Πόσες θυσίες αντέχει κάποιος στην πορεία προς την ελευθερία;

Αυτό το βιβλίο σε καλεί να βαδίσεις δίπλα τους, να αφουγκραστείς τη δική τους ιστορία και να νιώσεις την αβάσταχτη αλήθεια των ψυχών που παλεύουν για την ελευθερία τους. Όταν ακούσεις για άλλη μια βυθισμένη βάρκα, ίσως θυμηθείς τον Αμπού Χασάν.

Οι Ρωμαίοι Αυτοκράτορες

MARY BEARD



ΟΙ ΡΩΜΑΙΟΙ ΑΥΤΟΚΡΑΤΟΡΕΣ

ΟΙ ΗΓΕΜΟΝΕΣ ΤΟΥ ΑΡΧΑΙΟΥ ΡΩΜΑΪΚΟΥ ΚΟΣΜΟΥ

Μετάφραση: Ανδρέας Παππάς



Καλωσήρθατε στον κόσμο των Ρωμαίων αυτοκρατόρων! Τα ονόματα ορισμένων εξ αυτών –ή, μάλλον, τα προσωνύμια– χρησιμοποιούνται ακόμα και σήμερα σαν συνώνυμα των υπερβολών, της χρήσης βίας, ακόμα και του σαδισμού. Ορισμένοι άλλοι, όπως ο «αυτοκράτορας-φιλόσοφος» Μάρκος Αυρήλιος, έγραψαν βιβλία, τα οποία μάλιστα εξακολουθούν και σήμερα να έχουν πολύ μεγάλο αναγνωστικό κοινό. Άλλων, πάλι, τα ονόματα αναφέρονται σπανιότατα ακόμα και από συγγράμματα που αφορούν την εποχή τους.

Το βιβλίο εντρυφεί σε γεγονότα αλλά και σε φήμες που σχετίζονται με τους Ρωμαίους αυτοκράτορες. Εξετάζει τι ακριβώς έκαναν, γιατί το έκαναν, καθώς και το γιατί συχνά οι σχετικές αφηγήσεις είναι γεμάτες με πράξεις ακραίες, ενίοτε φρικιαστικές. Εστιάζει στον τρόπο άσκησης της εξουσίας εκ μέρους τους, στα φαινόμενα διαφθοράς, στις συνωμοσίες, αλλά και στην καθημερινή ζωή τους. Τι έτρωγαν και σε ποιους χώρους; Με ποιους και ποιες μοιράζονταν το κρεβάτι τους; Με τι μέσα ταξίδευαν;

Πρωταγωνιστές στο βιβλίο είναι περίπου τριάντα αυτοκράτορες και οι συμβίες τους, που κυβέρνησαν τη Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία, από τον Ιούλιο Καίσαρα, που δολοφονήθηκε το 44 π.Χ., μέχρι τον Αλέξανδρο Σεβήρο, ο οποίος επίσης δολοφονήθηκε το 235.

quote of the day

**BIG DOESN'T NECESSARILY MEAN BETTER.
SUNFLOWERS AREN'T BETTER THAN VIOLETS**

Edna Ferber

Γιορτάζουν!

7/03

Ευγένιος

8/03

Θεόδωρος, Θεοδώρα,
Ερμής, Θεοφύλακτος

9/03

Σμαράγδα, Λυσίμαχος, Ηλιανή,
Βιβιανός, Βιβιανή, Αέπιος, Σαράντης,
Ρωξάνη, Ορθοδοξία, Δόξα

7 Μαρτίου

- > World Day of Prayer
- > National Crown Roast of Pork Day
- > National Flapjack Day
- > National Cereal Day
- > National Middle Name Pride Day
- > Plant Power Day
- > Sock Monkey Day

8 Μαρτίου

- > International Women's Day
- > Be Nasty Day
- > United Nations Day for Women's Rights and International Peace
- > National Proofreading Day
- > National Retro Video Game Day
- > National Oregon Day
- > National Peanut Cluster Day

9 Μαρτίου

- > International School Meals Day
- > National Heroes and Benefactors Day
- > National Dishwasher Day
- > National Crab Meat Day
- > National False Teeth Day
- > National Get Over It Day
- > National Meatball Day
- > National Barbie Day

tip of the day

Don't grieve.
Anything you lose
comes round in
another form.

Rumi