



ΓΙΑ ΣΕΝΑ
ΠΟΥ ΨΑΧΝΕΙΣ
ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΟΥ
ΝΗΣΟ

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

ΟΡΟΣ ΣΙΝΑ: Ο ΙΕΡΟΣ ΤΟΠΟΣ ΠΟΥ ΑΠΕΙΛΕΙΤΑΙ



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser** και καλό μήνα!!!

Λένε πως οι δυνατοί άνθρωποι δεν αλλάζουν ποτέ γνώμη. Ε, λοιπόν, ψέματα λένε. Οι πραγματικά δυνατοί είναι εκείνοι που μπορούν να πουν: «Ναι, το πίστευα τότε. Τώρα όμως το βλέπω αλλιώς». Αυτοί που γυρίζουν πίσω, όχι γιατί δεν ήξεραν πού πάνε, αλλά γιατί κατάλαβαν πως δεν θέλουν πια να πάνε εκεί. Πόση δύναμη θέλει να ακυρώσεις κάτι που κάποτε ορκίστηκες;

Αλλάζεις γνώμη και το νιώθεις σαν προδοσία. Προς εσένα. Προς τους άλλους. Προς τα λόγια που είπες με στόμφο και πίστη. Πώς να τους κοιτάξεις τώρα στα μάτια και να πεις «έκανα λάθος»; Να σου πω εγώ πώς: Με περηφάνια. Γιατί όποιος αλλάζει γνώμη είναι ζωντανός. Αναπνέει, νιώθει, βλέπει τον εαυτό του ξανά και ξανά. Δεν είναι στατικός, δεν είναι άκαμπτος. Δεν είναι ρομπότ. Είναι άνθρωπος.

Άλλαξες δουλειά. Χώρισες. Επέστρεψες. Δεν πήγες τελικά. Ξεκίνησες δίαιτα και την πέταξες απ' το παράθυρο. Δήλωσες παντοτινή πίστη σε κάτι και την ανακάλεσες. Ε και; Αυτό σημαίνει πως άκουσες τη φωνή σου εκείνη τη στιγμή. Κι αν αύριο σου ψιθυρίσει κάτι άλλο; Ε, τότε θα πας αλλού. Αυτό δεν είναι η ζωή;

Δεν πειράζει που άλλαξες γνώμη. Πειράζει μόνο να συνεχίσεις κάτι που δεν είσαι πια εσύ. Πειράζει να μένεις κάπου από εγωισμό, από φόβο ή από υποχρέωση. Το ναι του χθες δεν είναι συμβόλαιο για πάντα.

Ο Ιούνιος μπήκε. Και, ξέρεις τι; Είναι ο πιο κατάλληλος μήνας να πεις "άλλαξα γνώμη". Να φορέσεις άλλο μαγιό απ' αυτό που ορκίζόσουν πως θα βάλεις. Να πας αλλού διακοπές. Να διαγράψεις μηνύματα που δεν απαντήθηκαν ποτέ. Να ξεχάσεις ποιος ήσουν τον χειμώνα. Να ξανασυστηθείς στο καλοκαίρι.

Και ναι, να αλλάξεις πάλι γνώμη τον Ιούλιο. Γιατί μπορείς. Γιατί έχεις το δικαίωμα. Γιατί δεν χρωστάς σταθερότητα όταν δεν έχεις ησυχία.

Tip of the Day: Άλλαξες γνώμη; Μπράβο σου. Αν κάτι δεν σου κάνει πια, μην το πιέξεις να χωρέσει. Ούτε τα παπούτσια δεν το αντέχουν αυτό – πόσο μάλλον η ζωή σου.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



E-Mail



Viber



WhatsApp

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

Όρος Σινά: Ο ιερός τόπος που απειλείται



Υπάρχουν μέρη στον κόσμο που δεν είναι απλώς γεωγραφικά σημεία στον χάρτη. Είναι σύμβολα. Είναι καρδιές που χτυπούν εδώ και αιώνες, φορτισμένες με ιστορία, πίστη και πολιτισμό.

Το Όρος Σινά είναι ένας τέτοιος τόπος. Εκεί όπου, σύμφωνα με την Παλαιά Διαθήκη, ο Μωυσής παρέλαβε τις Δέκα Εντολές. Εκεί όπου στέκει εδώ και 15 αιώνες, αδιάλειπτα, η Ιερά Μονή της Αγίας Αικατερίνης. Ένα μοναστήρι που δεν είναι απλώς ένα κτήριο. Είναι ένα ζωντανό μουσείο. Ένα φρούριο πνευματικότητας. Κι όμως, σήμερα, αυτός ο ιερός χώρος βρίσκεται αντιμέτωπος με ένα πρωτοφανές κύμα αμφισβήτησης.

Η ιστορική σημασία

Η Ιερά Μονή της Αγίας Αικατερίνης χτίστηκε τον 6ο αιώνα μ.Χ., κατόπιν εντολής του Βυζαντινού Αυτοκράτορα Ιουστινιανού. Από τότε λειτουργεί αταμάτητα, φιλοξενώντας ορθόδοξους μοναχούς και προσκυνητές από όλο τον κόσμο. Είναι αναγνωρισμένη από την UNESCO ως Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς και διαθέτει μία από τις παλαιότερες και πιο πολύτιμες βιβλιοθήκες στον κόσμο, με χειρόγραφα που χρονολογούνται από τον 4ο αιώνα.

Το συγκλονιστικό είναι πως η Μονή επιβίωσε ανά τους αιώνες όχι μόνο χάρη στη θρησκευτική της σημασία, αλλά και εξαιτίας της ικανότητάς της να χτίζει γέφυρες: ανάμεσα σε θρησκείες, πολιτισμούς και κατακτητές. Χριστιανοί, μουσουλμάνοι και Εβραίοι την σέβονται ως ιερό τόπο.

Τι συμβαίνει σήμερα

Κι όμως, αυτή η ιστορική συνέχεια φαίνεται να απειλείται. Πρόσφατα, αιγυπτιακό δικαστήριο έλαβε απόφαση που μεταβιβάζει την κυριότητα της Μονής και της περιουσίας της στο αιγυπτιακό κράτος. Επίσημη πρόθεση είναι να "αναδειχθεί ως μουσείο πολιτιστικής κληρονομιάς", με τρόπο που, κατά την κυβέρνηση, θα προσελκύσει τουρισμό και θα προστατεύσει τα ιστορικά της κειμήλια.

Η Ιερά Μονή όμως, δεν είναι απλώς ένα μουσείο

Δεν είναι έκθεμα. Είναι ένας ζωντανός, ενεργός μοναστικός χώρος με μοναχούς, λατρευτική ζωή και πνευματική αποστολή. Η απόφαση αυτή έχει προκαλέσει έντονες αντιδράσεις από την Ελληνορθόδοξη Εκκλησία,

τη διεθνή θρησκευτική κοινότητα και οργανισμούς που ασχολούνται με την προστασία πολιτιστικής κληρονομιάς.

Η Αρχιεπισκοπή Σινά κάνει λόγο για «ιστορική αλλοίωση και έμμεση απαξίωση του μοναστικού καθεστώτος». Η Ελληνική Πολιτεία έχει ήδη κινητοποιηθεί διπλωματικά, ζητώντας διευκρινίσεις και διασφαλίσεις.

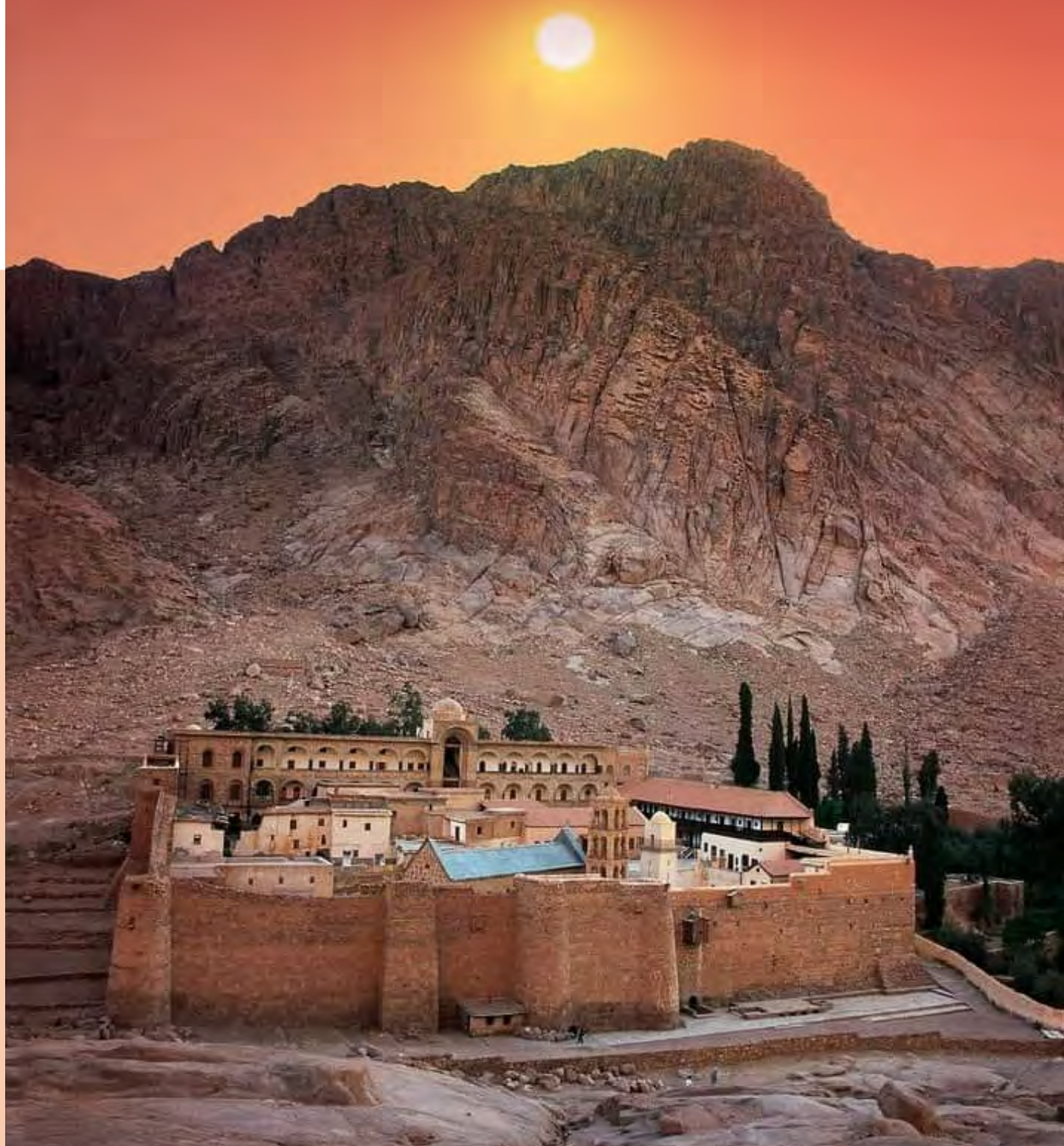
Το παγκόσμιο διακύβευμα

Το θέμα δεν είναι στενά ελληνικό ή ορθόδοξο. Είναι βαθιά παγκόσμιο. Γιατί αν σήμερα αποδυναμωθεί η θρησκευτική αυτονομία της Μονής Σινά, αύριο μπορεί να χαθεί η

πολιτιστική αυτονομία άλλων αντίστοιχων τόπων. Και η γραμμή είναι λεπτή ανάμεσα στην "ανάδειξη" και την "κατάληψη".

Η αιγυπτιακή κυβέρνηση έχει διαβεβαιώσει ότι η Μονή δεν θα σταματήσει να λειτουργεί και ότι οι μοναχοί θα παραμείνουν στον χώρο.

Ωστόσο, δεν είναι λίγοι αυτοί που ανησυχούν πως η διαχείριση από κρατικό μηχανισμό μπορεί μελλοντικά να περιορίσει το πνευματικό της έργο, να επιβάλει γραφειοκρατικά φίλτρα ή να προχωρήσει σε "τουριστικού τύπου" αξιοποίηση.





Γιατί πρέπει να μας νοιάζει

Αυτό που κρίνεται δεν είναι μόνο η τύχη ενός μοναστηριού στην έρημο του Σινά. Είναι η αξία που δίνουμε, ως παγκόσμια κοινότητα, στην ιστορική συνέχεια. Είναι το κατά πόσο σεβόμαστε το δικαίωμα των θρησκευτικών κοινοτήτων να διατηρούν τους ιερούς τους τόπους, χωρίς παρεμβάσεις που αλλοιώνουν τον χαρακτήρα τους.

Το Όρος Σινά δεν είναι μονάχα ένα βουνό. Είναι ένα σύμβολο. Κι η Ιερά Μονή της Αγίας Αικατερίνης δεν είναι μονάχα ένα παλιό κτήριο. Είναι μία διαρκής υπενθύμιση ότι πίστη και ιστορία, όταν συμβαδίζουν με σεβασμό, μπορούν να γίνουν πυλώνες πολιτισμού.

Ήξερες ότι...

...η Βιβλιοθήκη της Μονής Αγίας Αικατερίνης είναι η δεύτερη παλαιότερη στον κόσμο (μετά του Βατικανού), με περισσότερα από 3.300 χειρόγραφα και περισσότερα από 8.000 σπάνια βιβλία;

...ο Προφήτης Μωυσής, σύμφωνα με την Παλαιά Διαθήκη, ανέβηκε στο Όρος Σινά δύο φορές για να λάβει τις Δέκα Εντολές – και τις έσπασε*** την πρώτη φορά λόγω της ειδωλολατρίας των Ισραηλιτών;

...η Μονή της Αγίας Αικατερίνης δεν έχει ποτέ κλείσει τις πόρτες της από την ίδρυσή της τον 6ο αιώνα, ούτε καν σε περιόδους πολέμου ή κατοχής;

...οι μουσουλμάνοι Bedouin της περιοχής θεωρούν τη Μονή ιερή και την προστατεύουν εδώ και αιώνες, βασιζόμενοι σε ειδικό "διάταγμα προστασίας" που λέγεται πως έδωσε ο ίδιος ο Μωάμεθ;

...το μοναστήρι είναι αυτόνομο και αυτοδιοικούμενο εκκλησιαστικό ίδρυμα, που υπάγεται απευθείας στο Πατριαρχείο Ιεροσολύμων αλλά θεωρείται "Αυτόνομη Αρχιεπισκοπή Σινά, Φαράν και Ραϊθώ";

...στο ψηφιδωτό του 6ου αιώνα που κοσμεί το Καθολικό της Μονής, ο Χριστός απεικονίζεται με τρία διαφορετικά βλέμματα – συμβολίζοντας τη θεία και ανθρώπινη φύση Του;

*** Ο Μωυσής ανέβηκε στο Όρος Σινά για να συναντήσει τον Θεό, ο οποίος του έδωσε τις Δέκα Εντολές γραμμένες σε πέτρινες πλάκες από το ίδιο το χέρι του Θεού. Όμως, όταν κατέβηκε από το βουνό μετά από 40 ημέρες και νύχτες, βρήκε τον λαό του να έχει δημιουργήσει και προσκυνήσει το Χρυσό Μοσχάρι, παραβιάζοντας τις εντολές του Θεού.

Ο Μωυσής, οργισμένος, έσπασε τις πέτρινες πλάκες πετώντας τις στο έδαφος. Στη συνέχεια τιμώρησε τους ειδωλολάτρες και ανέβηκε ξανά στο βουνό, όπου ο Θεός του έδωσε νέες πλάκες με τις ίδιες εντολές.

Αρα ναι, ανέβηκε δύο φορές για να παραλάβει τις Δέκα Εντολές – η πρώτη αποτυχημένη, λόγω της αμαρτίας του λαού, και η δεύτερη επιτυχημένη, αφού πρώτα αποκαταστάθηκε η τάξη.

**δίρφυς**

Εμφιαλωμένο νερό

Στο διεθνές προσκήνιο το νερό Δίρφυς μέσα από ιατρική έρευνα

Όταν η επιστήμη επιβεβαιώνει την αξία του ελληνικού φυσικού πλούτου.

Μπορεί ένα μπουκάλι νερό να ανοίξει τον δρόμο για τη διεθνή αναγνώριση της ελληνικής επιχειρηματικότητας; Αν πρόκειται για το νερό Δίρφυς, τότε η απάντηση είναι «ναι» – και μάλιστα με επιστημονικά τεκμήρια.

Με αφορμή την αναζωπύρωση του ενδιαφέροντος για τις ευεργετικές ιδιότητες του νερού στην ανθρώπινη υγεία, η ΔΙΡΦΥΣ Α.Ε. επανέφερε στο προσκήνιο μια πιλοτική μελέτη που είχε διεξαχθεί το 2019 και δημοσιεύθηκε το 2020 στο διεθνές περιοδικό Journal of Food and Nutrition Research. Πρόσφατα, η έρευνα προβλήθηκε και από το αμερικανικό δίκτυο Fox8, καθιστώντας το ελληνικό φυσικό μεταλλικό νερό αντικείμενο διεθνούς διαλόγου.

Η μελέτη, διάρκειας 9 μηνών, είχε στόχο να αξιολογήσει την επίδραση της κατανάλωσης νερού πλούσιου σε μαγνήσιο – και συγκεκριμένα του νερού Δίρφυς – σε άτομα με ιστορικό υποτροπιάζουσών ουρολοιμώξεων. Το αποτέλεσμα: Μείωση κατά 15% των επεισοδίων ουρολοιμώξεων στους συμμετέχοντες που κατανάλωναν Δίρφυς, καθώς και αυξημένα επίπεδα μαγνησίου στον ορό τους.

Παρότι η μελέτη διακόπηκε λόγω της πανδημίας Covid-19, παραμένει σημείο αναφοράς, αναδεικνύοντας τόσο την ποιότητα του ελληνικού φυσικού πλούτου όσο και τις δυνατότητες της επιστημονικής τεκμηρίωσης να ενισχύσει την εικόνα των ελληνικών προϊόντων στη διεθνή αγορά.

Η Expert Hellas εξοπλίζει το μέλλον: Δωρεά τεχνολογικού εξοπλισμού στο 56ο Δημοτικό Σχολείο Πειραιά

**expert**

Με μια πρωτοβουλία που ενώνει την τεχνολογία με την παιδεία, η Expert Hellas προχώρησε σε δωρεά σύγχρονου τεχνολογικού εξοπλισμού στο 56ο Δημοτικό Σχολείο Πειραιά, στηρίζοντας ενεργά τις ανάγκες της εκπαιδευτικής κοινότητας και των μαθητών.

Η δωρεά περιλαμβάνει φορητούς υπολογιστές, πολυμέσα και λοιπό εξοπλισμό που θα αξιοποιηθεί τόσο για τη διδασκαλία όσο και για την ενίσχυση της ψηφιακής εξοικείωσης των παιδιών.

Πρόκειται για μια δράση με ουσιαστικό αποτύπωμα, καθώς δίνει στα παιδιά τη δυνατότητα να έχουν πρόσβαση σε μέσα που εμπλουτίζουν τη μάθηση, ενισχύουν τη δημιουργικότητα και ενθαρρύνουν τις δεξιότητες του αύριο.

«Η τεχνολογία δεν πρέπει να είναι προνόμιο λίγων αλλά δικαίωμα όλων, ιδίως όταν πρόκειται για παιδιά. Με αυτή τη δωρεά, θέλουμε να συμβάλουμε σε ένα πιο δίκαιο και ελπιδοφόρο εκπαιδευτικό μέλλον», δήλωσε εκπρόσωπος της Expert Hellas.

Η συγκεκριμένη ενέργεια αποτελεί μέρος της ευρύτερης κοινωνικής στρατηγικής της εταιρείας, που επιδιώκει να επιστρέφει αξία στις τοπικές κοινωνίες, στηρίζοντας ουσιαστικές ανάγκες και χτίζοντας γέφυρες προόδου.

Για την Expert Hellas, η τεχνολογία είναι εργαλείο προόδου. Και το μέλλον ξεκινά από το σχολείο.

Παγωμένη μπύρα σε χρόνο μηδέν; Γίνεται – και μάλιστα με στιλ



Υπάρχουν στιγμές που δεν προειδοποιούν: μια ξαφνική επίσκεψη, μια απρόσμενα ζεστή μέρα, μια μικρή γιορτή που στήνεται από το πουθενά. Και πάντα – μα πάντα – υπάρχει στο κάδρο η επιθυμία για μια παγωμένη μπύρα. Όχι χλιαρή, όχι «εντάξει μωρέ δροσερή είναι!», αλλά παγωμένη, όπως πρέπει.

Μην ανησυχείς αν δεν έχεις προνοήσει. Με τα παρακάτω απλά και δοκιμασμένα κόλπα, θα έχεις τη δροσιά που ζητάς, χωρίς να περιμένεις ώρες. Και ναι, μπορείς να τα δοκιμάσεις ακόμα κι αν δεν έχεις ούτε πάγο.

Ο συνδυασμός που σώζει: πάγος + νερό + αλάτι

Το αλάτι έχει την ιδιότητα να ρίχνει τη θερμοκρασία του νερού κάτω από το μηδέν, χωρίς αυτό να παγώνει. Τι σημαίνει

αυτό στην πράξη; Ότι η μπύρα σου θα παγώσει πολύ πιο γρήγορα από ό,τι σε έναν απλό κουβά με πάγο.

Τι κάνεις:

Σε ένα μεγάλο μπολ ή κουβά βάζεις μπόλικο πάγο και αρκετό νερό για να καλυφθούν τα κουτάκια.

Ρίχνεις 2-3 κουταλιές αλάτι και ανακατεύεις.

Τοποθετείς τις μπύρες και τις αφήνεις για 5-6 λεπτά. Αν τις περιστρέψεις λίγο ενδιάμεσα, ακόμα καλύτερα.

Αποτέλεσμα; Μπύρες που θυμίζουν εκείνες που σου φέρνουν στα καλά μαγαζιά, με θολό τζάμι και σταγόνες δροσιάς.





Πετσέτα και κατάψυξη

Μια από τις πιο γνωστές και σωτήριες λύσεις. Ιδανική αν έχεις ελάχιστο χρόνο και καθόλου πάγο.

Τι κάνεις:

Βρέχεις καλά μια χαρτοπετσέτα ή πανί.

Τυλίγεις τη μπίρα και τη βάζεις στην κατάψυξη.

Σε 12-15 λεπτά, είναι έτοιμη.

(Μην ξεχαστείς, γιατί σε 30 λεπτά θα έχεις... έργο τέχνης και όχι μπίρα.)

Παγάκια από μπίρα

Αν δεν θέλεις ποτέ ξανά να δεις την μπίρα σου να νερώνει, ετοίμασε παγάκια μπίρας από πριν.

Πώς:

Γέμισε μια παγοθήκη με μπίρα και άφησέ τη στην κατάψυξη.

Χρησιμοποίησέ τα αντί για νερό όταν θέλεις να δροσίσεις ένα ποτήρι μπίρας χωρίς να αλλοιώσεις τη γεύση.

Είναι ωραίο και για εντυπωσιακό σερβίρισμα – και ιδανικό για homemade cocktails τύπου beer margarita.

Αντικείμενο-έκπληξη: μεταλλικό shaker ή θερμός

Μπορεί να μην είναι ο πιο διαδεδομένος τρόπος, αλλά λειτουργεί εντυπωσιακά. Τοποθέτησε την μπίρα μέσα σε ένα μεταλλικό θερμός ή shaker με πάγο – ή και χωρίς

πάγο, αν το έχεις ήδη στο ψυγείο.

Το μέταλλο ψύχει εξαιρετικά γρήγορα και διατηρεί τη θερμοκρασία για αρκετή ώρα.

Και μια υπενθύμιση: παγωμένο ποτήρι

Μπορεί να μη βοηθήσει να κρυώσει η ίδια η μπίρα, αλλά κάνει θαύματα στην αίσθηση της δροσιάς. Βάλε ποτήρια στην κατάψυξη για 15 λεπτά πριν το σερβίρισμα και απόλαυσε αυτό το φίνο «κρακ» της πρώτης γουλιάς.

Μικρά tips που κάνουν τη διαφορά:

Μην βάζεις μπίρα στον καταψύκτη και το ξεχνάς. Παγώνει, σκάει και... κλαίς.

Αν βιάζεσαι, μην πειραματιστείς με νερό και παγάκια. Χρειάζεται πάγος και αλάτι για να έχεις αποτέλεσμα σε 5 λεπτά.

Μην ρίχνεις παγάκια από νερό στο ποτήρι. Αραιώνουν το ποτό και χάνεται η γεύση. Αν θες παγάκια, κάνε τα από μπίρα ή χρησιμοποίησε ειδικές πέτρες ψύξης.

Γιατί όλα αυτά έχουν σημασία;

Γιατί δεν είναι θέμα μόνο γεύσης. Είναι και θέμα αίσθησης, παρέας, στιγμής. Η παγωμένη μπίρα είναι το απόλυτο καλοκαιρινό σύμβολο χαλάρωσης – και τώρα ξέρεις πώς να την εξασφαλίζεις ακόμα κι όταν δεν είχες καν σκοπό να πιεις.



Από σχολίο σχολείο



Χτίζοντας ξανά την ελπίδα, με τη δύναμη του «μαζί»

Η Anytime εγκαινιάζει το ανακαινισμένο Δημοτικό Σχολείο στο Μεγάλο Μοναστήρι.

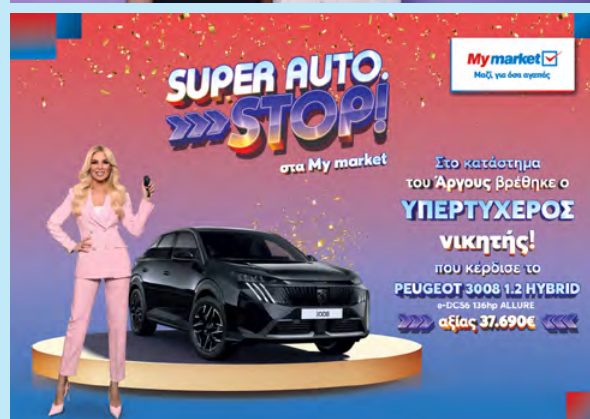
Λάρισα, 29 Μαΐου 2025 – Σε μια συγκινητική τελετή αφιερωμένη στη συλλογική μνήμη, την ανθεκτικότητα και την πίστη στο αύριο, η Anytime και η Humanity Greece παρέδωσαν στην τοπική κοινωνία της Θεσσαλίας το ανακαινισμένο Δημοτικό Σχολείο στο Μεγάλο Μοναστήρι του Δήμου Κιλελέρ.

Η εκδήλωση σηματοδότησε όχι μόνο την ολοκλήρωση ενός έργου ουσιαστικής αποκατάστασης, αλλά και την έναρξη ενός νέου κύκλου ελπίδας για τα παιδιά και τις οικογένειες της περιοχής. Στο πλαίσιο των εγκαινίων παρουσιάστηκε και η φωτογραφική έκθεση «Rebuilding Hope», σε επιμέλεια του Νίκου Ζήκου και υπό την αιγίδα της Περιφέρειας Θεσσαλίας. Μέσα από τα πορτρέτα κατοίκων και ωφελομένων της Humanity Greece, αποτυπώνονται οι ιστορίες δύναμης και επανεκκίνησης.

Ο Πάνος Κούβαλης, Chief Operations Officer του Ομίλου Interamerican, τόνισε πως «η παρουσία μας εδώ μεταφράζεται σε πράξεις, σε μακροπρόθεσμη στήριξη των ανθρώπων που δοκιμάστηκαν». Την κορδέλα των εγκαινίων έκοψαν η Linda Nieuwenhuizen, Chief Commercial Officer του Ομίλου, και η Γεωργία Παράσχου, Πρόεδρος της Humanity Greece, ενώ παρών ήταν και ο ambassador της καμπάνιας «Από σχολίο... σχολείο», Φάνης Λαμπρόπουλος.

Η πρωτοβουλία εντάσσεται στο ευρύτερο πρόγραμμα Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης του Ομίλου Interamerican, υπενθυμίζοντας πως όταν το «μαζί» γίνεται πράξη, η ελπίδα χτίζεται ξανά από την αρχή.

Ο υπερτυχερός του διαγωνισμού «SUPER AUTO. STOP!» παρέλαβε το νέο του αυτοκίνητο σε μία μοναδική απονομή!



Με μεγάλη επιτυχία ολοκληρώθηκε ο Πασχαλινός διαγωνισμός των My market «SUPER AUTO. STOP!», με τον μεγάλο υπερτυχερό να παραλαμβάνει το πολυαναμενόμενο δώρο του: ένα ολοκαίνουργιο PEUGEOT 3008 1.2 HYBRID e-DC56 136hp ALLURE, αξίας 37.690€!

Η απονομή πραγματοποιήθηκε στο κατάστημα των My market στην Κηφισιά, σε μια γιορτινή εκδήλωση γεμάτη μουσική, χαμόγελα και πολλές εκπλήξεις.

Την απονομή έκανε η Κατερίνα Καινούργιου, ενώ την εκδήλωση έντυσε μουσικά η live ραδιοφωνική μετάδοση της εκπομπής «Τα Κουνάβια» από τον Music 89.2, δίνοντας ακόμα μεγαλύτερο παλμό στη στιγμή.

Ο τυχερός πελάτης, που ψωνίζει στο My market στο Αργος, παρέλαβε με συγκίνηση το νέο του αυτοκίνητο, δηλώνοντας ενθουσιασμένος για το απρόσμενο δώρο που του χάρισε η συμμετοχή του στον διαγωνισμό.

Η ενέργεια «SUPER AUTO. STOP!» διήρκεσε δύο εβδομάδες, με καθημερινές κληρώσεις και πολλά super δώρα, κρατώντας σταθερά αμείωτο το ενδιαφέρον των πελατών.

Μαζί για όσα αγαπάς!

Κόκκινα φανάρια, φωτεινές αλήθειες: Τι δεν ξέρεις για τις εργαζόμενες του σεξ (αλλά θα έπρεπε)

Γιατί η 2η Ιουνίου δεν είναι απλώς «μια περίεργη μέρα» στο ημερολόγιο.



Υπάρχουν παγκόσμιες ημέρες που μας κάνουν να χαμογελάμε. Άλλες που μας συγκινούν. Και κάποιες που, αν είμαστε ειλικρινείς, μας φέρνουν μια αμηχανία. Η Διεθνής Ημέρα Εργατριών του Σεξ (2 Ιουνίου) ανήκει στην τρίτη κατηγορία. Όχι γιατί δεν έχει νόημα – αλλά γιατί μας αναγκάζει να δούμε κάτι που συχνά προσπερνάμε, με προκατάληψη ή άγνοια.

Ας βάλουμε όμως τα πράγματα στη θέση τους. Δεν πρόκειται για “γιορτή”, ούτε για φολκλόρ. Πρόκειται για διεκδίκηση. Για μια μέρα που θυμίζει ότι πίσω από ταμπέλες, στερεότυπα και σιωπή, υπάρχουν άνθρωποι που ζητούν τα αυτονόητα: σεβασμό, ασφάλεια, δικαιώματα.



Ήξερες ότι...

Το 1975, στη Λυών της Γαλλίας, εργαζόμενες του σεξ κατέλαβαν εκκλησίες για να διαμαρτυρηθούν για την κρατική αδιαφορία, τις διώξεις και τη βία. Από αυτή την ιστορική κίνηση καθιερώθηκε η 2α Ιουνίου.

Ο όρος sex worker προτάθηκε για να αντικαταστήσει λέξεις με αρνητικό φορτίο, δίνοντας έμφαση στην εργασία – όχι στην ταυτότητα.

Στην Ολλανδία, η εργασία στο σεξ είναι νόμιμη, φορολογούμενη και ασφαλισμένη. Στη Γερμανία, οι εργαζόμενες έχουν μέχρι και επαγγελματική κάρτα.



Fun facts που δεν είναι τόσο "fun" όσο... αληθινά:

Στην Κολομβία, η εργασία στο σεξ είναι νόμιμη και αναγνωρισμένη ως επάγγελμα από το Ανώτατο Δικαστήριο, επιτρέποντας σε εργαζόμενες/ους να διεκδικούν ασφαλιστική κάλυψη, σύνταξη και εργατικά δικαιώματα, όπως κάθε άλλος πολίτης.

Στην Ελβετία λειτουργούν drive-in «σπιτάκια», σχεδιασμένα για μεγαλύτερη ασφάλεια και ιδιωτικότητα των εργαζομένων.

Στην αρχαία Ελλάδα, οι εταίρες δεν είχαν καμία σχέση με την εικόνα της "εκδιδόμενης". Είχαν μόρφωση, περιουσία και λόγο στα κοινά.

Γιατί μας αφορά;

Όχι γιατί όλοι πρέπει να έχουμε άποψη για το επάγγελμα. Αλλά γιατί η σιωπή γεννά βία. Και όταν μια ολόκληρη επαγγελματική ομάδα ζει στο περιθώριο, χωρίς νομική προστασία, χωρίς φωνή, χωρίς δικαιώματα, τότε έχουμε αποτύχει σαν κοινωνία.

Δεν μιλάμε για κάτι "ρομαντικό", ούτε για κάτι "σκανδαλώδες". Μιλάμε για εργασία σε ακραία συνθήκες. Πολλές φορές χωρίς δυνατότητα επιλογής, με κινδύνους καθημερινούς, με κράτος-θεατή και κοινωνία που κοιτά αλλού.

Αν δεν μπορείς να καταλάβεις γιατί υπάρχει αυτή η μέρα, ίσως να μην έχεις ποτέ αναρωτηθεί:

Ποια είναι αυτά τα πρόσωπα; Ποια ιστορία κουβαλούν; Πόση δύναμη χρειάζεται να σταθούν;

Και τώρα;

Ας μην προσπεράσουμε αυτή τη μέρα με μισό χαμόγελο. Ας πούμε: «Σε βλέπω. Δεν σε ξέρω. Δεν χρειάζεται να συμφωνώ. Αλλά σε σέβομαι.»

Και ίσως τότε, η 2α Ιουνίου να πάψει να είναι αμήχανη. Και να γίνει αυτό που της αξίζει να είναι:

Μια μέρα για να μιλήσουμε ανοιχτά. Και με σεβασμό.

Sex work & νόμοι στον κόσμο – 3 facts που θα σε εκπλήξουν

Νέα Ζηλανδία

Ίσως η πιο προοδευτική χώρα στον πλανήτη στο θέμα: η εργασία στο σεξ αποποινικοποιήθηκε πλήρως το 2003, με στόχο την προστασία των δικαιωμάτων όσων εργάζονται στον χώρο και την καταπολέμηση της εμπορίας ανθρώπων.

Σουηδία

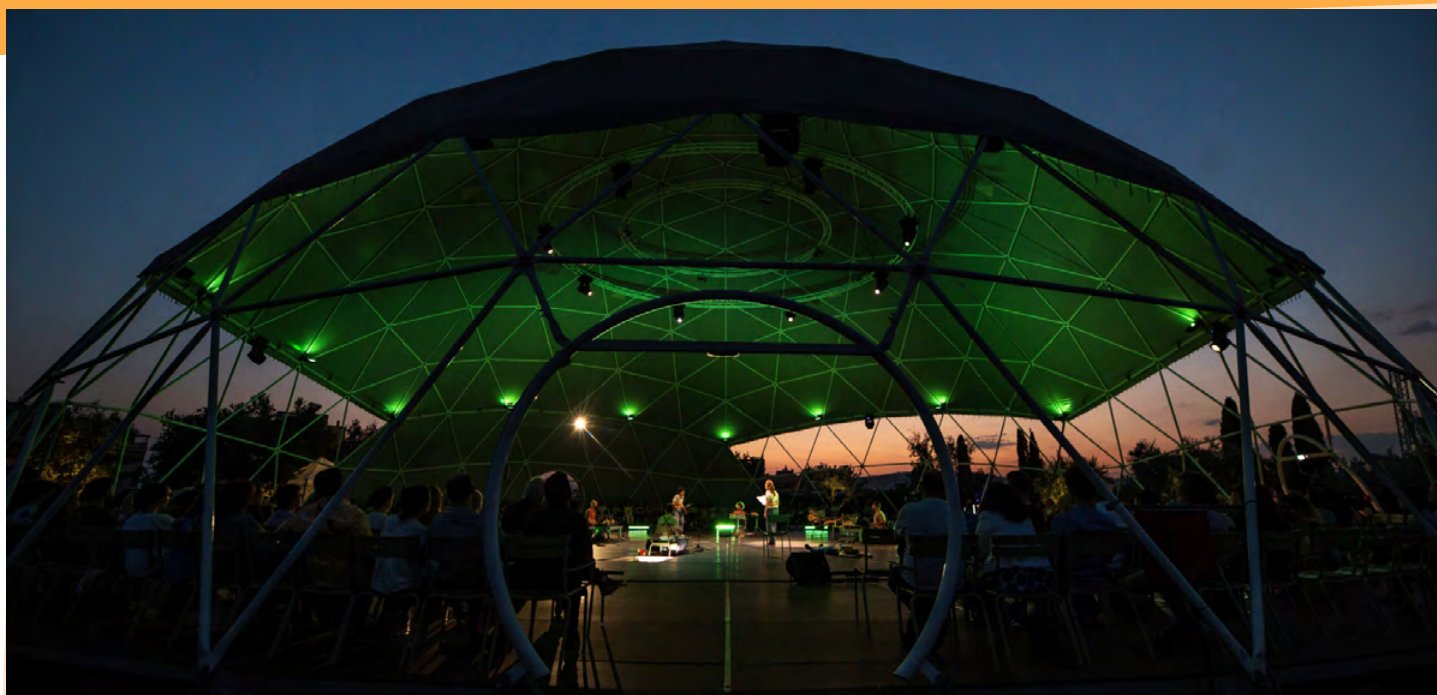
Το λεγόμενο "σουηδικό μοντέλο" ποινικοποιεί τον πελάτη – όχι τον εργαζόμενο/η. Ο στόχος είναι να μειωθεί η ζήτηση και να προστατευτούν όσοι ασκούν το επάγγελμα. Το ίδιο μοντέλο έχει υιοθετηθεί και από τη Γαλλία, την Ιρλανδία και τον Καναδά.

Ελλάδα

Η εργασία στο σεξ είναι νόμιμη υπό όρους, αλλά στην πράξη ελάχιστα ρυθμισμένη. Οι περισσότεροι χώροι λειτουργούν παράνομα ή ημι-νόμιμα, με ελάχιστες παροχές προστασίας και σχεδόν ανύπαρκτη υποστήριξη από την πολιτεία.

Πίσω από τους νόμους, υπάρχουν ζωές. Πίσω από τα στατιστικά, υπάρχουν πρόσωπα. Κι αν θέλουμε να είμαστε μια κοινωνία με φως, πρέπει να μάθουμε να κοιτάμε κι εκεί που μέχρι τώρα κοιτούσαμε αλλού.

Ένας ήχος που σε αγκαλιάζει από παντού



Το MONOM 4DSOUND έρχεται στο ΚΠΙΣΝ – και αλλάζει τα δεδομένα της ακρόασης

Όταν η τέχνη συναντά την τεχνολογία, συμβαίνει κάτι που δεν ακούγεται απλώς – βιώνεται. Το Φεστιβάλ Αθηνών Επιδαύρου και το Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ΚΠΙΣΝ) παρουσιάζουν για πρώτη φορά στην Ελλάδα το MONOM 4DSOUND, μια ηχητική εμπειρία που δεν μοιάζει με καμία άλλη. Από τις 6 έως τις 12 Ιουνίου, ο θόλος του ΚΠΙΣΝ μεταμορφώνεται σε ένα ολογραφικό ηχητικό τοπίο με τη δύναμη 48 πανκατευθυντικών ηχείων και 9 subwoofers. Ο ήχος δεν έρχεται απλώς από παντού – γίνεται ο χώρος ο ίδιος.

Το βερολινέζικο στούντιο MONOM φέρνει στην Αθήνα μια σειρά έργων φτιαγμένα ειδικά για το πρωτοποριακό σύστημα 4DSOUND, που καταργεί τα σύνορα μεταξύ τέχνης και επιστήμης, αίσθησης και αντίληψης. Το κοινό δεν ακούει απλώς – κινείται μέσα στον ήχο.

Από παραμύθια μέχρι στοιχεία της φύσης

Ανάμεσα στις δημιουργίες, ξεχωρίζει το παραμύθι «Ο βασιλιάς του γκρι και της σιωπής» της Σοφιάνας Θεοφάνους (αφήγηση: Αλεξάνδρα Λέρτα) – ένα έργο για μικρούς και μεγάλους που μιλά για την ελπίδα και τη δύναμη της φαντασίας, μέσα από την οπτική του πολυδιάστατου ήχου. Παράλληλα, το ηχητικό project The Elements μας συνδέει με τη Γη, τη Φωτιά, το Νερό, τον Αέρα και τον Αιθέρα – τις δυνάμεις που μας περιβάλλουν.

Ζωντανά... και πέρα από την πραγματικότητα

Δύο live συναυλίες θα κορυφώσουν την εμπειρία: στις 10 Ιουνίου ο Σπύρος Πολυχρονόπουλος παρουσιάζει το «Nearfield», μια ακουστική διαδρομή μεταξύ φυσικού και συνθετικού ήχου, ενώ στις 12 Ιουνίου ο Ben Frost – ο δημιουργός με συνεργασίες με Björk και Swans – κατασκευάζει έναν ζωντανό ηχητικό λαβύρινθο που αγκαλιάζει το κοινό.

Το MONOM είναι κάτι πολύ περισσότερο από μια εγκατάσταση. Είναι μια εμπειρία που σε κάνει να σκεφτείς τον ήχο όχι σαν κύμα – αλλά σαν τόπο.



Η αρκούδα που νίκησε τον καρκίνο... χάρη στο μέλι!



Και κάπου εκεί που λες ότι τα έχεις δει όλα, έρχεται μια 13χρονη αρκούδα του ήλιου από τον ζωολογικό κήπο του Εδιμβούργου και σου ανατρέπει τα δεδομένα. Τη λένε Μπαμπού και -κρατήσου- κατάφερε να μπει σε ύφεση από λέμφωμα, δηλαδή έναν καρκίνο που είχε διαγνωστεί ως μη αναστρέψιμος. Και ξέρεις πώς; Με φάρμακα... μέσα σε μέλι!

Αν η ατάκα "μια κουταλιά ζάχαρη βοηθάει το φάρμακο να κατέβει" σου θυμίζει Mary Poppins, η Μπαμπού την έκανε επιστήμη. Οι κτηνίατροι, βλέποντας ότι δεν συνεργαζόταν με τις συμβατικές μεθόδους, αποφάσισαν να κάνουν το αυτονόητο: να δώσουν το φάρμακο μαζί με την αγαπημένη της λιχουδιά. Το μέλι. Και όχι, δεν είναι παραμύθι.

Η μαγεία της φροντίδας (και του ενστίκτου)

Μέσα σε έξι μήνες, οι εξετάσεις έδειξαν κάτι που κανείς δεν περίμενε: σημαντική μείωση των καρκινικών κυττάρων. Και λίγο αργότερα; Υποτροπή μηδέν. Η Μπαμπού είναι πλέον σε ύφεση και συνεχίζει τη ζωή της... με κουταλιές ευτυχίας.

Κανείς δεν λέει ότι το μέλι είναι φάρμακο. Αλλά ίσως είναι υπενθύμιση. Ότι ακόμη και οι πιο δύσκολες μάχες μπορούν να δοθούν με ευαισθησία. Ότι η φροντίδα και η επιμονή έχουν τη δική τους δύναμη. Κι ότι η λύση καμιά φορά κρύβεται σε κάτι μικρό, γλυκό και απλό.

Ήξερες ότι...

...η αρκούδα του ήλιου (αγγλ. sun bear – επιστημονική ονομασία *Helarctos malayanus*) είναι το μικρότερο είδος αρκούδας στον κόσμο και ζει κυρίως στα τροπικά δάση της Νοτιοανατολικής Ασίας;

 Το όνομά της το πήρε από τον ηλιοειδή λευκοκίτρινο λεκέ που έχει στο στήθος της και μοιάζει σαν να φοράει έναν ήλιο πάνω της.

 Είναι πολύ καλή αναρριχήτρια και περνάει μεγάλο μέρος της ζωής της πάνω στα δέντρα.

 Λατρεύει το μέλι, γι' αυτό και λέγεται και honey bear σε κάποιες περιοχές.

 Τρέφεται με έντομα, φρούτα, μικρά θηράματα και, φυσικά, μέλι.

 Είναι πολύ μικρότερη από τις συνηθισμένες αρκούδες – έχει μήκος περίπου 1,2 μέτρα και βάρος γύρω στα 30-60 κιλά.

 Είναι είδος υπό εξαφάνιση, κυρίως λόγω της αποψίλωσης των δασών και του παράνομου εμπορίου άγριας ζωής.

Στην περίπτωση της Μπαμπού, η γλυκιά της φύση και η αδυναμία της στο μέλι έγιναν αφορμή για μια ιστορία που αξίζει να θυμόμαστε – όχι μόνο για την επιστημονική της σημασία, αλλά για την ελπίδα που μεταφέρει.



Ειδική προβολή CineFIX στο ΕΜΣΤ: «ΑΚΟΕ/ΑΜΦΙ: Η Ιστορία μιας επανάστασης (να κοιμάμαι στο στήθος του...)»

Στο πλαίσιο των δράσεων του Athens Pride, το CineFIX και το ΕΜΣΤ φιλοξενούν την Πέμπτη 5 Ιουνίου στις 20:30 την ειδική προβολή του ντοκιμαντέρ του Ιωσήφ Βαρδάκη *«ΑΚΟΕ/ΑΜΦΙ: Η Ιστορία Μιας Επανάστασης (να κοιμάμαι στο στήθος του...)» (2023, διάρκεια 71'), παραγωγής Laika Productions.

Το ντοκιμαντέρ φωτίζει την ίδρυση του Απελευθερωτικού Κινήματος Ομοφυλόφιλων Ελλάδος το 1977, και τη δυναμική πορεία του μέσα από το περιοδικό «Αμφί» και το ιστορικό υπόγειο της Ζαλόγγου. Εκεί γεννήθηκε ένας χώρος ελευθερίας, αποδοχής και πολιτικής δράσης, σε μια εποχή που η ύπαρξη και μόνο των ΛΟΑΤΚΙ+ ατόμων ήταν επαναστατική πράξη. Η ταινία ανασυνθέτει αυτό το κομμάτι της σύγχρονης ιστορίας με ευαισθησία και μαρτυρίες.

Μετά την προβολή θα ακολουθήσει ανοιχτή συζήτηση με τους Γρηγόρη Βαλιανάτο, Δημήτρη Ξανθούλη, Άγγελο Παπαδημητρίου, Στήβ Στιβακλή και Maria Cyber, με συντονιστή τον Φοίβο Σακαλή.

Η ταινία απέσπασε το Βραβείο Κοινού Fischer στο 25ο Διεθνές Φεστιβάλ Ντοκιμαντέρ Θεσσαλονίκης και ήταν υποψήφια για δύο Βραβεία Ίρις 2024 (Καλύτερου Ντοκιμαντέρ & Καλύτερου Πρωτοεμφανιζόμενου Σκηνοθέτη).

Ένα κινηματογραφικό ντοκουμέντο για την ιστορία που δεν γράφτηκε στα σχολικά βιβλία – αλλά γράφτηκε με αγώνες, αγάπη και φωνή.

Πέμπτη 5 Ιουνίου | 20:30

Σε συνεργασία με το Athens Pride.

«Το Ακρωτήριο» του Sharr White για 2η σεζόν στο Θέατρο Ιλίσια



ΙΛΙΣΙΑ

ΤΟ ΑΚΡΩΤΗΡΙ
THE OTHER PLACE - SHARR WHITE

ΜΑΡΙΑ ΝΑΥΠΛΙΩΤΟΥ
ΝΙΚΟΛΑΣ ΠΑΠΑΓΙΑΝΝΗΣ

ΣΤΕΦΑΝΙΑ ΖΩΡΑ
ΑΥΓΟΥΣΤΙΝΟΣ ΚΟΥΜΟΥΛΟΣ

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ:
ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΠΑΠΑΣΠΗΛΙΟΠΟΥΛΟΣ

2ος χρόνος

Μία από τις πιο πολυσυζητημένες παραστάσεις της περσινής χρονιάς, «Το Ακρωτήριο» (The Other Place) του Sharr White, επιστρέφει για δεύτερη σεζόν στο Θέατρο Ιλίσια, με τη σκηνοθετική υπογραφή του Οδυσσέα Παπασπηλιόπουλου και την εξαιρετική Μαρία Ναυπλιώτου να επαναλαμβάνει τον συγκλονιστικό ρόλο της Τζουλιάνας. Φέτος, στο πλευρό της, ο Νικόλας Παπαγιάννης στον ρόλο του Ίαν.

Το έργο παρακολουθεί την σταδιακή κατάρρευση μιας νευρολόγου, η οποία, στο απόγειο της καριέρας της, έρχεται αντιμέτωπη με μια ασθένεια που διαβρώνει τη συνειδησή της. Η παράσταση ισορροπεί ανάμεσα στο ψυχολογικό δράμα και το μυστήριο, σκιαγραφώντας με ακρίβεια τις ανθρώπινες αντιστάσεις και την εύθραυστη φύση της πραγματικότητας.

Το βραβευμένο έργο του White έχει ξεχωρίσει διεθνώς για το δυνατό του κείμενο και τις ανατροπές του. Η παράσταση θα παίζεται έως τις 11 Ιανουαρίου 2025, και στη συνέχεια θα μεταφερθεί στη Θεσσαλονίκη, στο Ράδιο Σίτυ.

Πρεμιέρα: 8 Οκτωβρίου 2025

ΝΙΝΑ
ΡΑΠΗΠΕΔΙΟ
ΡΟΗΣ

διηγήματα

κάπα εκδοτική

Νίνα Ράπη Πεδίο Ροής

Δεκαπέντε ιστορίες που κινούνται ανάμεσα στο ονειρικό και το απρόβλεπτο.

Από την Κάπα Εκδοτική κυκλοφορεί το νέο βιβλίο της Νίνας Ράπη «Πεδίο Ροής», μια συλλογή από δεκαπέντε πολυεπίπεδες ιστορίες που ξετυλίζουν τις ζωές διαφορετικών ανθρώπων, αγγίζοντας με οξυδέρκεια τις λεπτές αποχρώσεις της ύπαρξης.

Με φόντο την Αθήνα, το Λονδίνο αλλά και φανταστικούς τόπους-σύνορα, η Ράπη μάς ταξιδεύει μέσα από αφήγημα που ισορροπεί ανάμεσα στο πραγματικό και το φανταστικό, στο οικείο και το ανοίκειο. Θέματα όπως η ρευστότητα των σχέσεων, η σεξουαλικότητα, ο έρωτας, η επιθυμία και η απώλεια, διαπερνούν τις σελίδες με λοξή ματιά και υπόγεια ένταση.

Το «Πεδίο Ροής» συνθέτει μικρές και μεγάλες αφηγηματικές φόρμες με δυναμισμό και λυρική οξύτητα, αποτυπώνοντας τη σύγκρουση ανάμεσα στην εσωτερική ανάγκη και την κοινωνική πραγματικότητα. Ένα βιβλίο που τολμά να κοιτάξει κατάματα το σκοτάδι, ψάχνοντας ταυτόχρονα για εκείνες τις ρωγμές από όπου μπαίνει το φως.

Η Νίνα Ράπη, θεατρική συγγραφέας και διηγηματογράφος με διεθνή παρουσία, έχει διδάξει Δημιουργική Γραφή σε πανεπιστήμια του Λονδίνου και υπήρξε ιδρύτρια του Brand Literary Magazine. Τα έργα της έχουν παρουσιαστεί σε φεστιβάλ και θέατρα σε Ελλάδα, Ευρώπη, ΗΠΑ και Ινδία, ενώ η πρώτη της ταινία μικρού μήκους έχει διακριθεί διεθνώς.

Η περιπέτεια της Θεσσαλονίκης

ΓΙΩΡΓΟΣ & ΜΑΚΗΣ ΑΔΑΜΤΖΙΛΟΓΛΟΥ

Η ΠΕΡΙΠΕΤΕΙΑ
ΤΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Εικονογραφημένη ιστορία της πόλης



ΙΑΝΟΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ

Μια μοναδική «εικονογραφημένη περιπέτεια» για μικρούς και μεγάλους κυκλοφορεί από τις Εκδόσεις ΙΑΝΟΣ: το νέο βιβλίο του Μάκη και Γιώργου Αδαμτζιλογλου, με τίτλο Η περιπέτεια της Θεσσαλονίκης. Πρόκειται για ένα εικονογραφημένο χρονικό της μακρόχρονης ιστορίας της πόλης, γραμμένο με απλό, εκλαϊκευμένο λόγο και ζωντανές εικόνες σε μορφή κόμικ.

Η Θεσσαλονίκη ζωντανεύει μέσα από τις σελίδες του βιβλίου: από τις εποχές δόξας και καταστροφής μέχρι τη σύνθεση πολιτισμών και παραδόσεων, που διαμόρφωσαν τον μοναδικό χαρακτήρα της. Το έργο επιχειρεί να γεφυρώσει την ιστορική ακρίβεια με τη λαϊκή αφήγηση, εντάσσοντας θρύλους και παραδόσεις που βοηθούν στην κατανόηση των γεγονότων.

Η επιμέλεια της έκδοσης ανήκει στον Γιώργο Αδαμτζιλογλου, ενώ τα κείμενα επιμελήθηκε η Νάντια Φαμέλου. Η εικονογράφηση αποτελεί έργο των Γιώργου και Μάκη Αδαμτζιλογλου, με τον τελευταίο να υπογράφει και το κείμενο – το οποίο έμεινε ημιτελές λόγω του ξαφνικού του θανάτου το 2021.

Με 88 σελίδες και μεγάλες διαστάσεις (20,7 x 29 cm), Η περιπέτεια της Θεσσαλονίκης αποτελεί ένα βιβλίο-φόρο τιμής στην πόλη και ταυτόχρονα έναν πρωτότυπο οδηγό ιστορίας για κάθε ηλικία.

quote of the day

**RESPECT IS NOT A REWARD.
IT'S A RIGHT.**

**Σήμερα
γιορτάζουν!**

**Μαρίνος,
Νικηφόρος,
Νικηφορία**



2 Ιουνίου

- › Διεθνής Ημέρα Εργατριών του Σεξ
- › Western Australia Day
- › National Rotisserie Chicken Day
- › National Leave Work Early Day
- › National I Love My Dentist Day
- › National Rocky Road Day
- › National Bubba Day