

THE BEER
IN THE BLUE BOTTLE

1664 BLANC

GOOD TASTE

WITH A TWIST



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

TEEN TRENDS 2025: ΜΗΠΩΣ ΟΙ ΕΦΗΒΟΙ ΞΕΡΟΥΝ ΚΑΤΙ ΠΟΥ ΔΕΝ ΞΕΡΟΥΜΕ;



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Ξέρεις τι δεν λέμε ποτέ δυνατά; Ότι η πρώτη μας θεραπεία ξεκινά πολύ πριν πατήσουμε το πόδι μας σε ένα γραφείο ψυχολόγου. Ξεκινά όταν κάποιος μας ρωτήσει «Τι έχεις;» και δεν απαντήσουμε με το καθιερωμένο «τίποτα». Ξεκινά όταν αρχίσουμε να λέμε αυτά που μας πνίγουν αντί να τα καταπίνουμε μαζί με τον καφέ μας. Ξεκινά, απλώς, με μια συζήτηση.

Όχι απαραίτητα από αυτές τις βαθιές, βαρύγδουπες, με μουσική υπόκρουση και δάκρυα έτοιμα να μας πνίξουν. Αλλά από τις άλλες, τις απλές. Που κάπου λες «κουράστηκα», και δεν αλλάζουν θέμα. Που σε κοιτούν χωρίς να σου δίνουν λύσεις αλλά σου δίνουν χώρο. Που σε ακούν χωρίς να σε διορθώνουν. Και που σου θυμίζουν ότι δεν είσαι υπερβολικός, δεν είσαι παράλογος, είσαι απλώς... άνθρωπος.

Και κάπου εδώ, αν έχεις μεγαλώσει σε μια εποχή που δεν επιτρεπόταν το κλάμα, αν σου είχαν μάθει ότι τα «προβλήματα λύνονται με λογική», τότε ίσως η λέξη «συζήτηση» σε ζορίζει. Γιατί κάθε κουβέντα που πάει βαθιά σε φέρνει κοντά σε μέρη που απέφευγες χρόνια. Μα ξέρεις τι; Αν δεν πας εκεί, δεν θα καταλάβεις ποτέ γιατί κουβαλάς αυτό το βάρος.

Η αλήθεια είναι μία: κανείς δεν σώθηκε μόνος του. Χρειαζόμαστε ο ένας τον άλλον – όχι μόνο για να γελάμε στα εύκολα, αλλά για να μιλάμε στα δύσκολα. Να λέμε «δεν είμαι καλά» χωρίς να αισθανόμαστε βάρος. Να μοιραζόμαστε τα «αντέχω» μας και τα «δεν μπορώ άλλο» μας. Όχι για να μας διορθώσουν. Αλλά για να μας "δουν" και να μας νιώσουν.

Γιατί η συζήτηση είναι το πρώτο αντίο στον πόνο που κουβαλάς μόνος σου. Το πρώτο «σ' ακούω» που ίσως ποτέ δεν είπες στον εαυτό σου.

Οπότε ναι. Ίσως σήμερα να μην είσαι έτοιμος να ξεκινήσεις θεραπεία. Αλλά μπορείς να ξεκινήσεις με κάτι άλλο, λίγο πιο απλό: να μιλήσεις. Όχι σε όλους. Σε έναν. Στον σωστό. Αυτόν που θα καθίσει δίπλα σου, όχι απέναντί σου. Και θα σε ακούσει όχι για να απαντήσει, αλλά για να σε νιώσει.

Και κάπως έτσι, ξεκινάει η θεραπεία που νόμιζες ότι δεν άρχισες ποτέ.

Tip of the day: Αν δεν ξέρεις από πού να ξεκινήσεις, ξεκίνα με το «νιώθω λίγο μπερδεμένος». Είναι πιο αληθινό απ' όσο νομίζεις.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



E-Mail



Viber



WhatsApp

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



Costa Navarino & Nestlé Ελλάς: Συμμαχία για καφέ χωρίς απορρίμματα

Η Costa Navarino ενώνει δυνάμεις με τη Nestlé Ελλάς σε μια στρατηγική συνεργασία για την ανακύκλωση υπολειμμάτων καφέ, με στόχο την επίτευξη «zero-waste coffee» σε όλα τα ξενοδοχεία και τις εγκαταστάσεις της.

Πάνω από 4,3 τόνοι υπολειμμάτων Buondi Craft και Roastelier, καθώς και καψουλών Nespresso, ανακυκλώθηκαν μόνο το 2024.

Το πρόγραμμα, που ξεκίνησε πιλοτικά στο The Westin Resort Costa Navarino, επεκτάθηκε στα The Romanos και W Costa Navarino, καλύπτοντας ανάγκες λίπανσης για 1.000 δέντρα.

Τα υπολείμματα κομποστοποιούνται και επαναχρησιμοποιούνται ως φυσικό λίπασμα, προάγοντας την κυκλική οικονομία. Αντίστοιχα, περισσότερες από 7.000 κάψουλες Nespresso έχουν ήδη ανακυκλωθεί, ενώ στο πρόγραμμα προστίθεται και το Mandarin Oriental, Costa Navarino.

Ο CEO της ΤΕΜΕΣ, κ. Ευγένιος Δενδρινός, δήλωσε: «Αποδεικνύουμε στην πράξη πως η βιωσιμότητα είναι καθημερινή μας δέσμευση».

Ο CEO της Nestlé Ελλάς, κ. Νίκος Εμμανουηλίδης, πρόσθεσε: «Η βιώσιμη ανάπτυξη είναι αναγκαιότητα. Μέσα από συνεργασίες σαν αυτή, πετυχαίνουμε πραγματική πρόοδο».

Η συνεργασία ενισχύει τον ρόλο της Costa Navarino ως πρότυπο βιώσιμου τουριστικού προορισμού, αναδεικνύοντας την οικολογική υπευθυνότητα στην πράξη, με μετρήσιμο περιβαλλοντικό αποτύπωμα.

Η Coca-Cola φέρνει ξανά το «Share a Coke» και... το όνομά σου στο πιο μουσικό καλοκαίρι



Η εμβληματική καμπάνια «Share a Coke» επιστρέφει δυναμικά, με επίκεντρο την Gen Z και τη μουσική, καλώντας τους καταναλωτές να μοιραστούν μοναδικές στιγμές με τα αγαπημένα τους πρόσωπα – και μια παγωμένη Coca-Cola με το όνομά τους.

Για τρίτη χρονιά, η Coca-Cola συνεργάζεται με τον Κωνσταντίνο Αργυρό και παρουσιάζει νέες, προσωποποιημένες εμπειρίες.

Στην πρώτη φάση (9-22 Ιουνίου), οι καταναλωτές μπορούν να συμμετάσχουν σε διαγωνισμό στο Instagram, ανεβάζοντας story με τη φιάλη που φέρει το όνομά τους ή κάποιου αγαπημένου προσώπου, κάνοντας tag τα προφίλ του καλλιτέχνη και της Coca-Cola. Οι νικητές θα κερδίσουν προσωπική αφιέρωση από τον Κωνσταντίνο Αργυρό.

Από τις 23 Ιουνίου, ξεκινά η δεύτερη φάση, με μία καινοτόμο μουσική εμπειρία. Σκανάροντας το QR code στη συσκευασία, οι χρήστες θα μπορούν να ακούσουν τον Κωνσταντίνο Αργυρό να τραγουδά το όνομά τους μέσα στη νέα του επιτυχία «To Party (θα έχει το όνομά σου)», σε 79 διαφορετικές εκδοχές.

Η καμπάνια κορυφώνεται με τη φυσική παρουσία της Coca-Cola στα μεγαλύτερα μουσικά φεστιβάλ της χώρας και τις συναυλίες του καλλιτέχνη.

Εκεί, οι επισκέπτες θα μπορούν να δημιουργήσουν την προσωποποιημένη τους φιάλη και να ζήσουν διαδραστικές εμπειρίες.

Η Coca-Cola καλεί όλους να ανακαλύψουν ξανά τη μαγεία της προσωπικής έκφρασης, μέσα από την πιο μουσική εκδοχή της «Share a Coke».

Teen trends 2025: Μήπως οι έφηβοι ξέρουν κάτι που δεν ξέρουμε;



Ξεχάστε όσα νομίζατε πως ξέρετε για τη Gen Z. Οι έφηβοι του 2025 δεν είναι μόνο scroll-άκια στα TikTok, ούτε μόνο οι βασιλιάδες των memes και των YouTube challenges. Είναι κάτι πολύ πιο βαθύ. Είναι αυτοί που βάζουν όρια στην τεχνολογία, αποθεώνουν την ψυχική υγεία, επιλέγουν με ιεροτελεστία κάθε skincare προϊόν που ακουμπάει το πρόσωπό τους, και... φέρνουν πίσω τα dumb phones. Ναι, σωστά διάβασες.

Ακολουθούν τα 6 μεγαλύτερα teen trends του 2025 — όχι μόνο για να καταλάβουμε τι συμβαίνει, αλλά ίσως και για να πάρουμε ιδέες. Γιατί, τελικά, οι έφηβοι κάνουν κάτι πιο σοφό απ' όσο φαίνεται.

1. Dumb phones: Η ησυχία ξανά hot

Δεν έχουν apps. Δεν κάνουν scrolling. Δεν φωτίζουν το πρόσωπό σου στις 3 το πρωί. Και όμως, οι λεγόμενες «χαζές συσκευές» — τύπου Nokia 3310, flip phones και minimal κινητά χωρίς internet — είναι το νέο απόλυτο gadget για τη Gen Z.

Οι έφηβοι θέλουν αποσύνδεση. Θέλουν να μιλάνε στο τηλέφωνο για να πουν κάτι. Θέλουν να αφήσουν το WhatsApp στο πλάι και να ξαναθυμηθούν πώς είναι να περιμένεις με ανυπομονησία ένα μήνυμα χωρίς την πίεση της άμεσης απάντησης. Το dumb phone είναι επανάσταση με ήχο κλήσης mono.

Πραγματικός λόγος επιλογής; Ξεκούραστο μυαλό, λιγότερο άγχος, περισσότερο "εδώ και τώρα".

2. Anime: Από χόμπι σε πολιτισμική ταυτότητα

Αν νομίζεις ότι το anime είναι απλώς κινούμενα σχέδια με ιαπωνικές φωνές, σε καλούμε ευγενικά να ξανασκεφτείς. Για τη σημερινή νεολαία, το anime είναι στάση ζωής.

Από τα retro classics (Sailor Moon, Dragon Ball) μέχρι τα νέα blockbusters (Attack on Titan, Demon Slayer), οι έφηβοι βλέπουν, φοράνε, μιλάνε και ζουν μέσα σε αυτόν τον κόσμο.



Περισσότερο από 60% των νέων 13-17 ετών δηλώνουν πως το anime επηρεάζει το στυλ και τις αξίες τους. Δεν είναι απλά binge-watching: είναι προσωπική έκφραση. Τα φούτερ με σχέδια manga, τα TikTok cosplays και τα συλλεκτικά μπρελόκ στα σχολικά σακίδια δείχνουν πως η ιαπωνική αισθητική έχει ριζώσει.

Γιατί anime; Γιατί συνδυάζει επικές ιστορίες, συναισθηματικό βάθος και καλλιτεχνική υπεροχή. Και γιατί επιτρέπει στον νέο να πει «αυτό είμαι».

3. Skincare = self-care

Γιατί η εφηβεία να είναι μόνο για σπυράκια και ορμόνες; Οι έφηβοι του 2025 το έχουν πάρει αλλιώς.

Η περιποίηση του δέρματος είναι πλέον ιεροτελεστία — και δεν μιλάμε μόνο για τα κορίτσια.

Από cleansers με νούμερα pH που θυμίζουν χημεία, μέχρι ceramides και niacinamide drops, τα νεανικά πρόσωπα του σήμερα ξέρουν τι χρειάζονται και το διεκδικούν. Εκατοντάδες videos στο TikTok δείχνουν αγόρια και κορίτσια να μοιράζονται τις skincare routines τους. Το μήνυμα είναι σαφές: «αν φροντίζεις το δέρμα σου, φροντίζεις και τον εαυτό σου».

Αλήθεια: Το skincare είναι το νέο mindfulness.

4. Digital detox (στα σοβαρά)

«Δεν με νοιάζει αν δεν δω stories για 2 μέρες.» — Αυτό, που για πολλούς ενήλικες ακούγεται εξωπραγματικό, για αρκετούς εφήβους του 2025 είναι επιλογή ζωής. Η γενιά που μεγάλωσε με το τηλέφωνο στο χέρι ξέρει πόσο το χρειάζεται... να το αφήσει.

Οι digital detox προκλήσεις έχουν αρχίσει να γίνονται μέρος της νεανικής καθημερινότητας. Από “one week off Instagram” μέχρι “no screen Sundays”, οι teens διδάσκουν όρια. Και όχι για show. Το κάνουν αθόρυβα, χωρίς να το διαφημίζουν. Απλώς... εξαφανίζονται για λίγο.

Σκέψη: Το digital detox δεν είναι μόδα. Είναι μέθοδος να γίνεις πιο χαρούμενος.



5. Mindful hobbies: Η στροφή στην «ήσυχη δημιουργικότητα»

Από το journaling μέχρι το να πλέκεις με βελονάκι και από το scrapbooking μέχρι τις φυτεύσεις σε μπαλκόνι, οι νεανικές ασχολίες δεν είναι μόνο δημιουργικές, αλλά και θεραπευτικές.

Οι έφηβοι επιστρέφουν σε χόμπι που έχουν απτή επαφή με τον χρόνο και τον εαυτό τους. Όχι γρήγορα αποτελέσματα, όχι dopamine hits — αλλά επανάληψη, σιωπή, εξέλιξη.

Τάση που κερδίζει: Το “slow crafting” αναγνωρίζεται διεθνώς ως εργαλείο μείωσης άγχους και βελτίωσης συγκέντρωσης.

6. Ανθρώπινες σχέσεις εκτός app: το “low-key love”

Το dating apps fatigue είναι γεγονός και η νέα γενιά λέει “όχι” σε endless swiping. Αντίθετα, επιστρέφει σε κάτι παλιό – και πιο όμορφο: την τυχαία γνωριμία, τη συστολή, το να «σου αρέσει κάποιος και να μην το ξέρει ακόμα».

Όλο και περισσότεροι έφηβοι δηλώνουν ότι προτιμούν να γνωρίσουν κάποιον από κοντά, χωρίς προσδοκίες και χωρίς ψηφιακό φίλτρο. Θέλουν το αληθινό βλέμμα, όχι το emoji. Θέλουν το “δεν ξέρω τι θα γίνει” και όχι το “match”.

Ένας έφηβος στο Reddit το είπε τέλεια: “Θέλω να με κοιτάξει κάποιος και να το νιώσω, όχι να μου κάνει like.”

Μήπως η εφηβεία του σήμερα είναι σοφότερη από ποτέ;

Μπορεί να αγαπούν τα digital trends, αλλά ξέρουν πότε να σταματήσουν. Μπορεί να βλέπουν anime για ώρες, αλλά ξέρουν να λένε όχι στην πίεση του multitasking. Ξέρουν ότι το skincare δεν είναι ματαιοδοξία, αλλά φροντίδα. Ξέρουν ότι το low-key είναι πιο δυνατό από το viral.

Αυτοί οι teens... μάλλον κάτι ξέρουν...

QUIZ:

Ποιο trend του σήμερα ταιριάζει πιο πολύ στον δικό σου χαρακτήρα;

Οι τάσεις αλλάζουν, αλλά κάποιες έχουν κάτι το διαχρονικό. Μήπως έχεις μέσα σου κάτι από τα πιο δυνατά “ρεύματα” του 2025 χωρίς καν να το καταλαβαίνεις; Κάνε το κουίζ και ανακάλυψε σε ποια κατηγορία ανήκεις!

1. Πώς μοιάζει για σένα μια «ιδανική μέρα»;

- α) Ήσυχη, με καφέ, σκέψεις και χαρτί.
- β) Με λίγο από ταινίες, λίγο από φαντασία και πολλή αφοσίωση.
- γ) Χωρίς τηλέφωνα και ειδοποιήσεις, μόνο με κανονικές κουβέντες.
- δ) Να κάνω κάτι για τον εαυτό μου – περιποίηση, ξεκούραση, φροντίδα.
- ε) Να νιώσω κοντά σε κάποιον άνθρωπο, με έναν αληθινό τρόπο.





2. Ποιο από τα παρακάτω αντικείμενα θα ήθελες να κουβαλάς μαζί σου;

- α) Ένα σημειωματάριο ή βιβλίο.
- β) Μια καρτ ποστάλ ή κάτι συλλεκτικό.
- γ) Ένα παλιό κινητό ή κάτι χωρίς εφαρμογές.
- δ) Κρέμα προσώπου και ένα καθαρό μαντηλάκι.
- ε) Ένα γράμμα που δεν έστειλες ποτέ ή μια φωτογραφία.

3. Τι σε ενοχλεί περισσότερο στην καθημερινότητα;

- α) Ο θόρυβος και η συνεχής πληροφορία.
- β) Όταν οι άλλοι υποτιμούν τις "παιδικές" μας αγάπες.
- γ) Όταν σε διακόπτει ένα μήνυμα ενώ μιλάς.
- δ) Όταν σε βλέπουν επιφανειακά και δεν καταλαβαίνουν πόσο προσπαθείς.
- ε) Όταν όλα γίνονται μέσω οθόνης και όχι από κοντά.

4. Ποια φράση σε εκφράζει πιο πολύ;

- α) «Λίγα και ουσιαστικά.»
- β) «Οι ιστορίες είναι η καρδιά των ανθρώπων.»
- γ) «Ας μιλήσουμε πρόσωπο με πρόσωπο.»
- δ) «Αν δεν σε φροντίσεις, ποιος θα το κάνει;»
- ε) «Μάτια που συναντιούνται λένε περισσότερα από 100 μηνύματα.»

5. Ποιο χρώμα σου ταιριάζει περισσότερο;

- α) Γήινο – καφέ, μουσταρδί, ζεστό
- β) Έντονο – κόκκινο, μπλε, φούξια
- γ) Απλό – λευκό, μαύρο, γκρι
- δ) Απαλό – ροζ, βεραμάν, σομόν
- ε) Κλασικό – μπεζ, navy, μπορντό

Αποτελέσματα:

Περισσότερα Α → Ο σκεπτόμενος/η

Εσύ αγαπάς τη σιωπή και τη δύναμη του «λίγο αλλά καλό». Σου ταιριάζουν οι ήρεμες ασχολίες, το γράψιμο, το διάβασμα και κάθε τι που αφήνει χώρο για εσωτερική αναζήτηση. Η μόδα για «ήσυχο μυαλό» σου πάει γάντι!

Περισσότερα Β → Ο ρομαντικός/η του φανταστικού

Λατρεύεις τις ιστορίες, το σινεμά, τις σειρές με μυστήριο και ψυχή. Έχεις κάτι από παιδί μέσα σου και δεν ντρέπεσαι να το δείξεις. Σου ταιριάζουν τα σύγχρονα παραμύθια, έστω κι αν δεν είναι αληθινά.

Περισσότερα Γ → Ο πρακτικός επαναστάτης

Δεν σε συγκινούν τα πολλά «κουμπιά». Θες απλά πράγματα, καθαρές κουβέντες και ανθρώπινες σχέσεις χωρίς διαμεσολαβητές. Λες «όχι» στον πανικό των social media και προτιμάς να ζεις στο τώρα.

Περισσότερα Δ → Ο άνθρωπος της φροντίδας

Δεν ξεχνάς τον εαυτό σου. Ξέρεις ότι όταν αισθάνεσαι καλά, γίνεσαι καλύτερος άνθρωπος για όλους. Σου ταιριάζει η περιποίηση, η καλή διατροφή, η ηρεμία και κάθε τι που σε ανακουφίζει χωρίς υπερβολές.

Περισσότερα Ε → Ο/η νοσταλγικός/ή ρομαντικός/ή

Για σένα τα «παλιά» δεν είναι ξεπερασμένα. Είναι αληθινά. Δεν σε ενδιαφέρουν τα φίλτρα και τα likes, σε ενδιαφέρει η στιγμή, η επαφή, το συναίσθημα. Μοιάζει με παλιό τραγούδι που δεν σταματά ποτέ να συγκινεί.

Iced Tea Zero από την ΕΨΑ: Η πιο δροσερή πρόταση του καλοκαιριού, χωρίς ζάχαρη

Η ΕΨΑ, με ιστορία που ξεκινά από το 1924, συνεχίζει να καινοτομεί, παραμένοντας πιστή στις αξίες της ποιότητας και της αυθεντικής ελληνικής γεύσης. Ανταποκρινόμενη στις σύγχρονες διατροφικές απαιτήσεις, παρουσιάζει το νέο της προϊόν: Iced Tea Zero Πράσινο Τσάι Φράουλα - Δυόσμος.

Πρόκειται για έναν απολαυστικό συνδυασμό από πράσινο τσάι με αντιοξειδωτικές ιδιότητες, γλυκιά φράουλα και δροσερό δυόσμο. Το αποτέλεσμα; Ένα ρόφημα χωρίς ίχνος ζάχαρης, που προσφέρει έντονη γεύση και αναζωογονητική αίσθηση, σε μια κομψή συσκευασία CAN 330ml – ιδανική για κάθε στιγμή της ημέρας.

Η νέα προσθήκη στη σειρά των Iced Teas της ΕΨΑ δεν είναι απλώς μια τάση, αλλά μια συνειδητή επιλογή. Οι καταναλωτές στρέφονται όλο και περισσότερο σε RTD (ready to drink) ποτά με φυσικά συστατικά και λιγότερες θερμίδες, χωρίς να κάνουν εκπώσεις στη γεύση. Η ΕΨΑ ανταποκρίνεται με ένα προϊόν που συνδυάζει τη φροντίδα για την υγεία με την απόλαυση.

Το Iced Tea Zero Φράουλα - Δυόσμος είναι η γεύση του φετινού καλοκαιριού. Δοκιμάστε το και νιώστε τη διαφορά που μόνο η ΕΨΑ ξέρει να προσφέρει.

Περισσότερες πληροφορίες στο: www.epsa.gr



Νέα καμπάνια NESCAFÉ® Frappé: Είναι απολαυστικό να είσαι ο εαυτός σου!



Ο αγαπημένος NESCAFÉ® Frappé επιστρέφει με νέα καμπάνια και υπενθυμίζει με τον πιο δροσερό τρόπο ότι η απόλαυση είναι προσωπική υπόθεση. Φέτος, ο εμβληματικός στιγμιαίος καφές προτάσσει την αυθεντικότητα και προσκαλεί το κοινό να ζήσει το καλοκαίρι όπως πραγματικά επιθυμεί: με ελευθερία, αυτοπεποίθηση και χωρίς κανένα φίλτρο.

Ακόμα κι αν μοιάζεις «εκτός εποχής», ακόμα κι αν κάποιος σε θεωρεί «τουρίστα από άλλη δεκαετία», αν νιώθεις ότι σε κοιτούν περίεργα όταν ανακατεύεις σχολαστικά τον καφέ σου – με τον NESCAFÉ® Frappé είσαι απλώς ο εαυτός σου. Και αυτό είναι που μετράει. Ο πλούσιος αφρός, ο ήχος από τα παγάκια, η χαρακτηριστική γεύση – όλα συνθέτουν μια εμπειρία που δεν χρειάζεται εξηγήσεις.

Η φετινή καμπάνια κάνει ένα βήμα παραπέρα, καθώς είναι η πρώτη προσβάσιμη καμπάνια του NESCAFÉ®

Frappé σε τηλεόραση και digital μέσα για άτομα με οπτική και ακουστική αναπηρία, ενισχύοντας την έννοια της απόλαυσης χωρίς αποκλεισμούς.

Γιατί η αληθινή απόλαυση δεν έχει καλούπια. Δεν έχει στερεότυπα. Έχει μόνο στιγμές που σε κάνουν να νιώθεις ο εαυτός σου.

Παρακολούθησε το νέο video της καμπάνιας με υπότιτλους και ακουστική περιγραφή στο [YouTube](https://www.youtube.com).

Μικροί εργάτες, μεγάλα ερωτήματα



Παγκόσμια Ημέρα κατά της Παιδικής Εργασίας σήμερα. Και η αλήθεια είναι πικρή: σε έναν κόσμο που προχωρά με apps, AI και τεχνολογικά άλματα, υπάρχουν ακόμη εκατομμύρια παιδιά που δεν ξέρουν τι σημαίνει σχολείο, παιχνίδι, ή ξεγνοιασιά. Ξυπνούν σε εργοστάσια, κοιμούνται στα φανάρια και κουβαλούν βάρη μεγαλύτερα από τα όνειρά τους. Γιατί; Γιατί γεννήθηκαν στις λάθος συντεταγμένες.

Σύμφωνα με τη Διεθνή Οργάνωση Εργασίας, πάνω από 160 εκατομμύρια παιδιά σε όλο τον κόσμο αναγκάζονται να δουλεύουν. Παιδιά 5, 7, 9 χρονών.

Παιδιά που δεν πρόλαβαν να είναι παιδιά. Και όσο κι αν αυτή η φράση ακούγεται σλόγκαν, δεν είναι. Είναι πραγματικότητα. Μια πραγματικότητα που σπάει κόκαλα.



Δεν είναι όλα τα παιδικά χέρια για να ζωγραφίζουν

Είναι εύκολο να νομίζεις πως αυτό αφορά κάποιες "μακρινές χώρες". Αλλά δεν είναι έτσι. Η παιδική εργασία, στις πιο σκληρές μορφές της, υπάρχει και στην Ευρώπη. Και στην Ελλάδα. Μπορεί να μην έχει τη μορφή της εργασίας σε ορυχεία, αλλά παίρνει άλλες μορφές: σε αγροτικές περιοχές, σε εποχικές δουλειές, σε αδήλωτα νοικοκυριά, στη σκιά της οικονομικής ανέχειας.

Και κάπου εδώ αρχίζουν τα δύσκολα ερωτήματα:

- Ποιος προστατεύει αυτά τα παιδιά;
- Πώς επιτρέπουμε να υπάρχει ακόμη αυτό το φαινόμενο;
- Και τι κάνουμε εμείς;

Η σιωπή, συνένοχος

Η παιδική εργασία δεν είναι απλώς ένα κοινωνικό πρόβλημα. Είναι ένα συλλογικό έγκλημα σιωπής. Όσο κοιτάμε αλλού, όσο "κατανοούμε" τις καταστάσεις, όσο αγνοούμε το ποιος έραψε τα ρούχα μας, ποιος έφτιαξε



το τάμπλετ μας, ποιος μαζεύει τα κακάο για τη σοκολάτα μας, τόσο το πρόβλημα γιγαντώνεται.

Μπορεί να μην είμαστε εμείς οι εργοδότες. Αλλά είμαστε οι καταναλωτές. Και κάθε φορά που επιλέγουμε ένα προϊόν χωρίς να κοιτάξουμε ποιος βρίσκεται πίσω του, συμβάλλουμε — άθελά μας, αλλά ουσιαστικά.

Τι σημαίνει πραγματική πρόοδος;

Η αληθινή πρόοδος δεν μετριέται σε οικονομικούς δείκτες. Ούτε σε tech start-ups. Ούτε σε τουριστικά ρεκόρ.

Μετριέται σε παιδικά χαμόγελα. Σε σχολικές τσάντες.

Σε γόνατα γρατζουνισμένα από παιχνίδι και όχι από δουλειά. Σε ψυχές που προλαβαίνουν να ανθίσουν.

Ποιο παιδί θέλει να δουλεύει;

Η παιδική εργασία δεν είναι επιλογή. Είναι ανάγκη. Είναι επιβίωση. Είναι ο θάνατος της παιδικότητας στο όνομα της φτώχειας. Κανένα παιδί δεν λέει «θέλω να σταματήσω το σχολείο για να δουλέψω 12ωρο με 1 ευρώ τη μέρα». Το λένε οι συνθήκες. Το λένε οι ανύπαρκτες πολιτικές προστασίας. Το λέει η σκληρή πραγματικότητα που τους στερεί το βασικότερο δικαίωμα: να μεγαλώσουν με ασφάλεια και αξιοπρέπεια.





Say Yes στη φωνή που υψώνεται

Η σημερινή μέρα είναι αφορμή να σταματήσουμε για λίγο και να δούμε τι συμβαίνει έξω από τον δικό μας μικρόκοσμο. Να κοιτάξουμε λίγο πιο μακριά. Να διαβάσουμε. Να αμφισβητήσουμε. Να ελέγξουμε πού πηγαίνουν τα χρήματά μας. Να μιλήσουμε στα παιδιά μας γι' αυτά τα θέματα. Να στηρίξουμε φορείς που μάχονται γι' αυτά τα παιδιά. Να φωνάξουμε εκεί που άλλοι σιωπούν.

Η παιδική εργασία δεν είναι «πρόβλημα άλλων». Είναι ντροπή όλων μας.

Μην προσπερνάς. Ρώτα, μάθε, μιλά. Στήριξε brands που έχουν ethical supply chains και οργανώσεις που βοηθούν παιδιά να επιστρέψουν στο σχολείο.

🧐 Έρευνες δείχνουν ότι η εκπαίδευση είναι το ισχυρότερο «αντίδοτο» στην παιδική εργασία: κάθε επιπλέον χρόνος στο σχολείο μειώνει κατά 6,5% την πιθανότητα να στραφεί ένα παιδί στην εργασία.

🧐 Πολλοί από τους πιο δημοφιλείς κλάδους παραγωγής — όπως το κακάο, ο καφές και τα ρούχα — έχουν ιστορικά συνδεθεί με φαινόμενα παιδικής εκμετάλλευσης.

🧐 Η Παγκόσμια Ημέρα κατά της Παιδικής Εργασίας καθιερώθηκε το 2002 από τη Διεθνή Οργάνωση Εργασίας και τιμάται κάθε χρόνο στις 12 Ιουνίου.

Ήξερες ότι...

🧐 1 στα 10 παιδιά παγκοσμίως εργάζεται; Σύμφωνα με τη Διεθνή Οργάνωση Εργασίας, 160 εκατομμύρια παιδιά — δηλαδή σχεδόν ένα στα δέκα — βρίσκονται σε κατάσταση παιδικής εργασίας.

🧐 Η υποσαχάρια Αφρική έχει τα υψηλότερα ποσοστά παιδικής εργασίας, αλλά το φαινόμενο υπάρχει και σε πιο «ανεπτυγμένες» περιοχές, με άλλες μορφές.

🧐 Τα μισά από τα παιδιά που εργάζονται ασκούν επικίνδυνες εργασίες: από χειρωνακτικές εργασίες σε ορυχεία, μέχρι γεωργικές δραστηριότητες με τοξικά φυτοφάρμακα ή εξαντλητικά ωράρια.

🧐 Κάθε παιδί που δουλεύει, στερείται το δικαίωμα στην εκπαίδευση — σε χώρες με υψηλή παιδική εργασία, η σχολική διαρροή ξεπερνά το 30%.



Το Dixan και τα Supermarket Μασούτης «καθάρισαν σε βάθος» το Δάσος Σέιχ Σου

Για 5η συνεχόμενη χρονιά, η Henkel Consumer Brands και τα Supermarket Μασούτης ένωσαν δυνάμεις για την προστασία του περιβάλλοντος, στο πλαίσιο του προγράμματος Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης του Dixan «Καθάρισε σε Βάθος – Καθάρισε στην Πηγή».

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Βιοποικιλότητας, εθελοντές των δύο εταιρειών συγκεντρώθηκαν στο Δάσος Σέιχ Σου στη Θεσσαλονίκη, μία περιοχή ιδιαίτερα επιβαρυνμένη από απορρίμματα, με σκοπό να προσφέρουν «ανάσα ζωής» στον μεγαλύτερο πνεύμονα πρασίνου της πόλης. Η συλλογική προσπάθεια 40 εθελοντών είχε ως αποτέλεσμα τη συγκέντρωση 800 κιλών πλαστικών και άλλων απορριμμάτων.

Η δράση υπογραμμίζει τη σημασία της πρόληψης, της ορθής διαχείρισης των φυσικών πόρων και της προστασίας των δημόσιων χώρων, αναδεικνύοντας τον ρόλο της συνεργασίας μεταξύ επιχειρήσεων και κοινωνίας.

Όπως δήλωσε ο Θάνος Καλουδιώτης, Head of Sustainability @ Laundry Category για την Henkel Consumer Brands Ελλάδας @ Κύπρου: «Παραμένουμε Ξεκάθαρα Μαζί, για ένα καλύτερο αύριο για τις επόμενες γενιές και δεσμευόμαστε να συνεχίσουμε να καθαρίζουμε σε βάθος, όχι μόνο τα ρούχα μας, αλλά και τις περιοχές που το έχουν ανάγκη.»

Το πρόγραμμα «Καθάρισε σε Βάθος – Καθάρισε στην Πηγή» αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι του οράματος του Dixan για ένα καθαρότερο, βιώσιμο μέλλον με κοινωνική υπευθυνότητα.



Η Campreón «υιοθετεί» την παραλία Γαλήνη στη Βουλιαγμένη



Η προστασία του περιβάλλοντος στο επίκεντρο της CSR στρατηγικής της για το 2025.

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Περιβάλλοντος, η Campreón εγκαινιάζει το νέο της τριετές περιβαλλοντικό πρόγραμμα, αναλαμβάνοντας την «υιοθεσία» της παραλίας Γαλήνη στη Βουλιαγμένη. Στο πλαίσιο της δράσης πραγματοποιήθηκε καθαρισμός της ακτής από την εθελοντική ομάδα της εταιρείας, Campreón Action Team, σε συνεργασία με τη HELMEPA (Ελληνική Ένωση Προστασίας Θαλάσσιου Περιβάλλοντος).

Η συγκεκριμένη πρωτοβουλία εντάσσεται σε μια ολοκληρωμένη στρατηγική βιωσιμότητας, με τουλάχιστον δύο καθαρισμούς ετησίως και συνεχή παρακολούθηση των θαλάσσιων απορριμμάτων βάσει διεθνών προτύπων. Η HELMEPA, με πολυετή εμπειρία στην προστασία του θαλάσσιου περιβάλλοντος, αποτελεί στρατηγικό συνεργάτη του προγράμματος.

«Ο σχεδιασμός των δράσεών μας έχει πάντα ως οδηγό τη διάρκεια, τη συνέπεια και τη θετική επιρροή», ανέφερε η Σταυρούλα Φίλη, Head of Corporate Communications @ CSR της Campreón. «Η αλλαγή ξεκινά από τις πράξεις – ακόμη και τις φαινομενικά μικρές – και ενισχύεται από τη συνεργασία και την αλληλεγγύη».

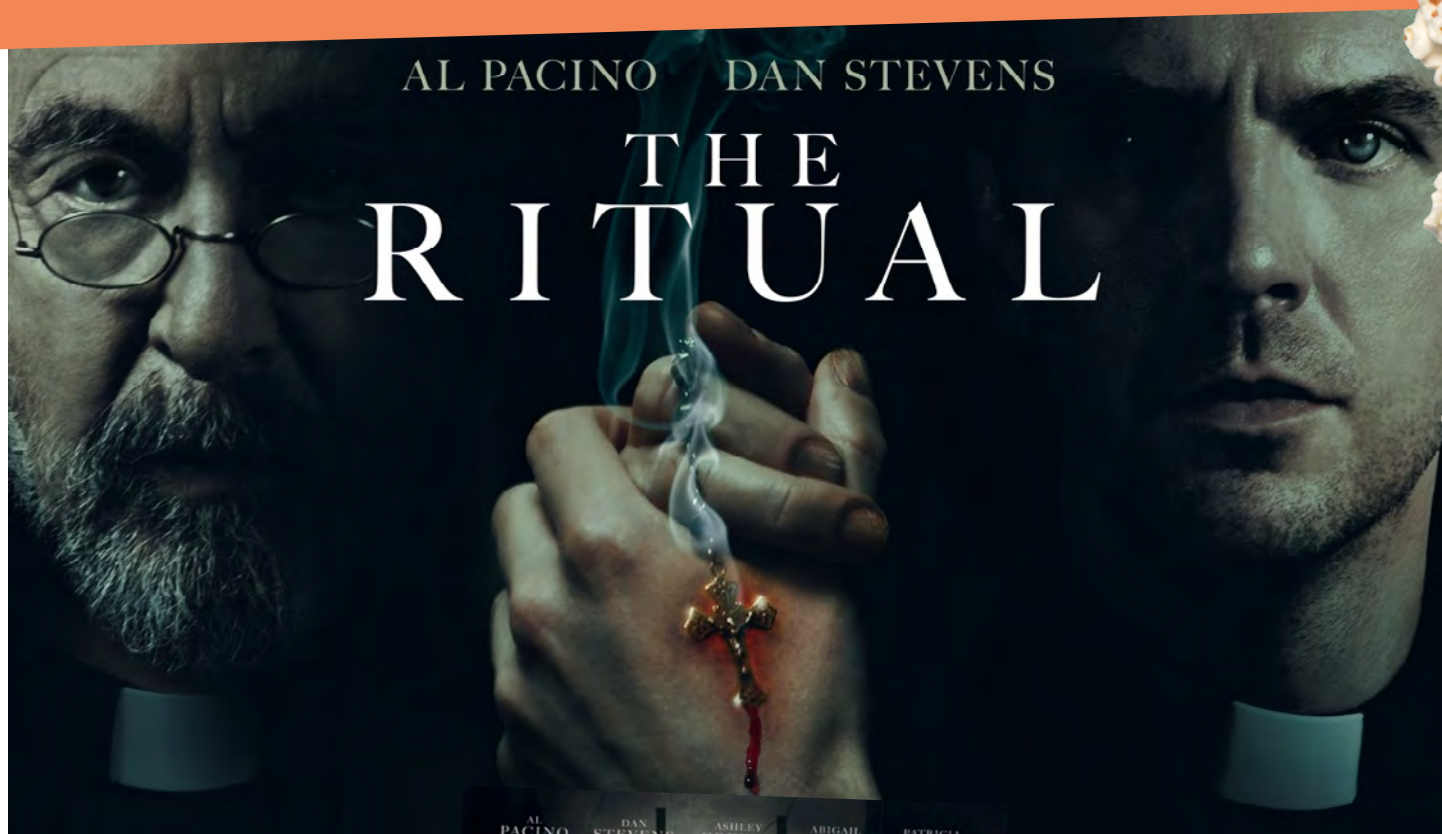
Με ουσιαστικές ενέργειες και ενεργή συμμετοχή των εργαζομένων της, η Campreón αποδεικνύει πως η εταιρική υπευθυνότητα δεν είναι απλώς υπόσχεση, αλλά πράξη με πραγματικό περιβαλλοντικό και κοινωνικό αποτύπωμα.



Χρήστος Αρφάνης,
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος

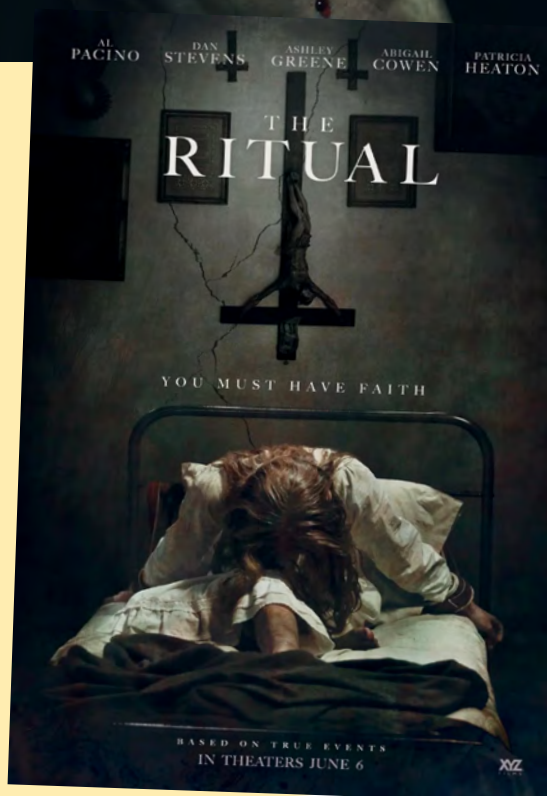


Η Ιεροτελεστία: Από σήμερα στους κινηματογράφους



Η ταινία "Η Ιεροτελεστία" (με πρωτότυπο τίτλο στα αγγλικά: The Ritual) κάνει πρεμιέρα σήμερα 12 Ιουνίου 2025 στους κινηματογράφους.

Σε Σκηνοθεσία David Midell, με τους Al Pacino, Dan Stevens, Ashley Greene, η ταινία είναι βασισμένη στα αληθινά γεγονότα που ενέπνευσαν τον Εξορκιστή. Η πλοκή της ακολουθεί δυο ιερείς, ο ένας σε αμφισβήτηση της πίστης του και ο άλλος αντιμέτωπος με το παρελθόν του, που πρέπει να αφήσουν στην άκρη τις διαφορές τους για να σώσουν μια δαιμονισμένη γυναίκα μέσα από μια σειρά δύσκολων και επικίνδυνων εξορκισμών.



Τον Ιούλιο του 2023, ο Al Pacino και ο Ben Foster υπέγραψαν συμβόλαιο για να πρωταγωνιστήσουν στην ταινία. Τον Ιανουάριο του 2024, ξεκίνησαν τα γυρίσματα στο Νάτσεζ του Μισισιπή.

Τρεις μήνες αργότερα αναφέρθηκε ότι ο Foster είχε αποχωρήσει από την παραγωγή, με τον Dan Stevens να τον αντικαθιστά.

Η ταινία είναι εμπνευσμένη από το βιβλίο του 1935, "Begone Satan!".

Μπορείς να δεις το trailer της ταινίας [εδώ](#).



Ο γύρος του κόσμου... σε 3 μέρες! Ένα φεστιβάλ που θα ξετρελάνει μικρούς και μεγάλους

Στις 19, 20 και 21 Σεπτεμβρίου, το Εκθεσιακό Κέντρο Περιστερίου μεταμορφώνεται στο πιο συναρπαστικό σημείο της πόλης! Το παιδικό φεστιβάλ «Ο Γύρος του Κόσμου σε 3 Μέρες» επιστρέφει δυναμικά, εμπνευσμένο από το διάσημο μυθιστόρημα του Ιουλίου Βερν, με πρωταγωνιστή τον θρυλικό Φιλέα Φογκ.

Σε έναν χώρο 2.000 τ.μ., τα παιδιά και οι οικογένειες θα έχουν την ευκαιρία να «ταξιδέψουν» σε όλες τις ηπείρους μέσα από παιχνίδια, θεατρικά δρώμενα, κουλτούρες, γρίφους και πολύ γέλιο. Μικροί ταξιδιώτες θα γνωρίσουν τη Σφίγγα και τις καμήλες της Αιγύπτου, τον Πύργο της Πίζας, το Big Ben, το Άγαλμα της Ελευθερίας και πολλά ακόμα εμβληματικά σημεία του πλανήτη – όλα σε μια φαντασμαγορική εμπειρία μάθησης και διασκέδασης!

Με ηθοποιούς εποχής, θεατρικές παραστάσεις, μάγους, ζογκλέρ, εργαστήρια χειροτεχνίας, ζωγραφικής, το Θέατρο Σκιών του Αθω Δανέλλη και πολλές ακόμα δράσεις, το φεστιβάλ εγγυάται αξέχαστες στιγμές. Από τις 11 το πρωί έως τις 11 το βράδυ, με ένα μόνο εισιτήριο ανά ημέρα!

Μην το χάσετε!

Εισιτήρια: more.com

Early bird: 12€, Οικογενειακά από 30€

«Αλεξάνδρεια»
Μια θεατρική ωδή στη
μνήμη, τον έρωτα και τον
πολιτισμό, από τον Νοέμβριο
στο Θέατρο Παλλάς



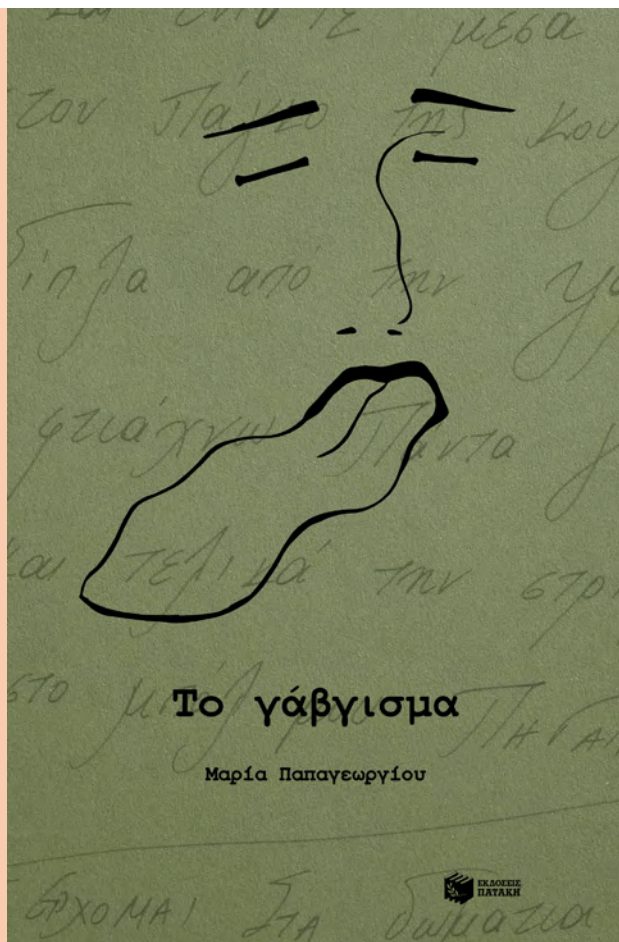
Η νέα μεγάλη παραγωγή του Θεάτρου Παλλάς για τη σεζόν 2025-2026 φέρει τον τίτλο «Αλεξάνδρεια» και αποτελεί μια σκηνική ωδή στη μαγεία της πόλης των αντιθέσεων. Σε σύλληψη και σκηνοθεσία Φωκά Ευαγγελινού και με πρωτότυπο κείμενο της Ζέτης Φίτσιου, η παράσταση μας μεταφέρει στην Αλεξάνδρεια του Μεσοπολέμου, σ' ένα πολιτισμικό σταυροδρόμι γεμάτο πάθη, πολιτικά παιχνίδια και ένα βαθύ ελληνικό αποτύπωμα.

Μέσα από μια δυνατή ερωτική ιστορία και τη μουσική της Ευανθίας Ρεμπούτσικα, ξετυλίγεται μια εποχή που το ελληνικό πνεύμα συνυπήρχε αρμονικά με Άγγλους, Αραβες, Γάλλους και Εβραίους. Η παράσταση ενώνει την ποίηση, τη θεατρική αφήγηση και τη μουσική σε ένα εντυπωσιακό σύνολο υψηλής αισθητικής.

Το καστ περιλαμβάνει κορυφαίους Έλληνες ηθοποιούς όπως οι Άννα Μάσχα, Ιωάννης Παπαζήσης, Εριέττα Μανούρη και Ελένη Καρακάση. Σκηνικά: Μανόλης Παντελιδάκης, φωτισμοί: Γιώργος Τέλλος, κοστούμια: Ιωάννα Τσάμη.

«Αλεξάνδρεια», μια θεατρική εμπειρία γεμάτη ποίηση, ιστορία και συγκίνηση, από τον Νοέμβριο στο Θέατρο Παλλάς.

Προπώληση: pallastheater.com, more.com & ταμεία θεάτρου.



«Το Γάβγισμα»

Όταν οι σκέψεις δεν γίνονται τραγούδι, γίνονται λέξεις. Και γαβγίζουν.

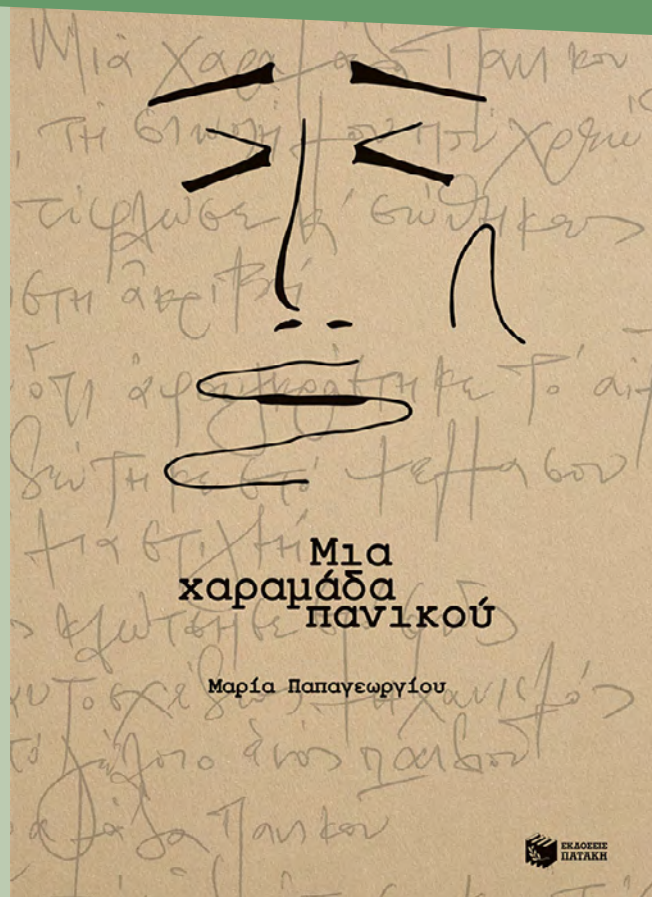
Η Μαρία Παπαγεωργίου, μία από τις πιο ξεχωριστές φωνές της σύγχρονης ελληνικής σκηνής, συστήνεται για πρώτη φορά ως συγγραφέας, με ένα βιβλίο διαφορετικό, προσωπικό, τολμηρό. Το «Γάβγισμα» δεν είναι ημερολόγιο, δεν είναι ποιητική συλλογή, δεν είναι ακριβώς αφήγηση. Είναι όλα μαζί και κάτι παραπάνω: μια κατάδυση στο υποσυνείδητο, στις μνήμες, στις αφηγήσεις που δεν έγιναν ποτέ τραγούδι – αλλά ήθελαν πολύ να ακουστούν.

Μέσα από κείμενα μικρής φόρμας, εικόνες, ψιθύρους και σιωπές, η Παπαγεωργίου ισορροπεί ανάμεσα στο αληθινό και το φανταστικό, στο δικό της βίωμα και στις ιστορίες των άλλων. Κάθε σελίδα είναι ένας μικρός κόσμος, ένα απόκοσμο αλλά αναγνωρίσιμο «γαβγισμα», μια κραυγή ή ένας ψίθυρος που ζητά να βρει αποδέκτη.

«Το Γάβγισμα» είναι το ντεμπούτο μιας καλλιτέχνιδας που γράφει όπως τραγουδά: με τρυφερότητα, ένταση και αλήθεια. Για όσους αγαπούν τη μουσική, τις λέξεις και τα ενδιάμεσα τοπία της ψυχής.

Διατίθεται στα βιβλιοπωλεία και στο www.patakis.gr.

«Μια χαραμάδα πανικού»



Όταν η ψυχή ασφυκτιά, ψάχνει χαραμάδα. Όχι για να φύγει, αλλά για να ανασάνει.

Η Μαρία Παπαγεωργίου, γνωστή και αγαπημένη για τη βαθιά της ερμηνεία και τη μουσική ευαισθησία, επιστρέφει με ένα νέο βιβλίο-μαρτυρία. Στο «Μια χαραμάδα πανικού», μιλά ανοιχτά και γενναία για τη δική της εμπειρία με τις κρίσεις άγχους και πανικού, σε μια συγκινητική αφήγηση που φωτίζει το σκοτάδι με λέξεις.

Με ειλικρίνεια, τρυφερότητα και ουσία, μοιράζεται όσα ένωσε, σκέφτηκε και έμαθε κατά τη διάρκεια αυτής της μακρόχρονης και συχνά σιωπηρής διαδρομής. Δεν επιχειρεί να δώσει λύσεις – αλλά να προσφέρει κατανόηση, ανακούφιση και κυρίως: μια αίσθηση συντροφικότητας. Δεν είσαι μόνος.

«Οι κρίσεις άγχους είναι ένα νόμισμα με δύο όψεις», γράφει. Κι αν μια από αυτές φέρνει τρόπο, η άλλη μπορεί να φέρει δύναμη, φως και αποδοχή.

«Μια χαραμάδα πανικού» είναι ένα βιβλίο για όποιον ένωσε κάποτε την ψυχή του να ασφυκτιά και αναζητά τη χαραμάδα. Εκείνη που λέει: υπάρχει κι άλλος δρόμος. Μην φοβάσαι.

Διαθέσιμο στα βιβλιοπωλεία και στο www.patakis.gr.

quote of the day

THE QUIET MOMENTS ARE THE LOUDEST MEMORIES.

Σήμερα
γιορτάζουν!

Ονούφριος,
Ονούφρης,
Ονουφρία

12 Ιουνίου

- › Nursing Assistants Week
- › Child Labor Day
- › International Falafel Day
- › National Peanut Butter Cookie Day
- › Philippines Independence Day
- › National Great Dane Day
- › Pulse Night of Remembrance
- › Raggedy Ann and Andy Day
- › National Loving Day
- › National Jerky Day
- › Red Rose Day
- › Superman Day
- › Russia Day