

BabyonBoard

THE FUNMILY PROJECT

Θα μας βρείτε... στα καλύτερα!



Just arrived
στο Αεροδρόμιο
Ελ. Βενιζέλος!



ΤΟ ΠΙΟ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΟ FREE PRESS ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΓΙΑ ΟΛΗ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ!

♥ ΜΗΤΕΡΑ Ιδιωτική Γενική, Μαιευτική-Γυναικολογική & Παιδιατρική Κλινική
★ Ecali Club ♥ Golf Prive Γλυφάδας ★ Golden Hall ♥ Politia Tennis Club ♥ Playmobil FunPark
...και σε 3.000 ακόμα σημεία σε όλη την Ελλάδα αλλά και στην Κύπρο!



Αν θέλετε να γίνετε συνδρομητές, επικοινωνήστε μαζί μας

✉ babyonboard@sayes.gr ☎ 2130990585

sayes
communications

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

**ΔΕΝ ΕΧΕΙΣ ΠΟΤΕ
ΤΙΠΟΤΑ ΝΑ ΦΟΡΕΣΕΙΣ;
ΩΡΑ ΓΙΑ CAPSULE WARDROBE!**



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Έχεις ακούσει το λαϊκό άσμα "λένε για μένα;" Είμαι σίγουρη πως κάπου το έχει πάρει το αυτί σου. Και ξέρεις τι λένε, έτσι;

Όταν σταματήσεις να δίνεις πρόσβαση, αρχίζουν να χτίζουν αφήγημα. Όταν πάψεις να απαντάς, αρχίζουν να ερμηνεύουν. Κι όταν δεν έχουν πια τρόπο να σε πλησιάσουν, αρχίζουν να μιλάνε για σένα.

Γιατί; Γιατί έχασαν το προνόμιο να μιλούν με σένα.

Το πρόβλημα δεν είναι ποτέ ότι μιλούν. Το πρόβλημα είναι πού ήταν όταν μιλούσες εσύ. Πού ήταν όταν εξηγούσες, όταν άφηνες πόρτες ανοιχτές, όταν ακόμη έπινες καφέ μαζί τους και τους έλεγες τα μέσα σου. Τότε δεν άκουγαν. Τώρα, που δεν έχει πια γραμμή, παριστάνουν τους ειδικούς στη μετάφραση σιωπών.

Μα να σου πω κάτι; Δεν σε αφορά. Όχι πια. Όταν κάποιος δεν σε σεβάστηκε όταν ήσουν παρών, δεν του χρωστάς απολύτως τίποτα όταν είσαι απών.

Δεν είναι αγένεια να κόβεις γέφυρες που οδηγούν στην αυτοκαταστροφή. Είναι αυτοπροστασία. Δεν είναι σνομπισμός να μην απαντάς πια σε κουτσομπολιά. Είναι αυτογνωσία. Είναι αυτή η στιγμή που λες: μεγάλωσα, και ξέρω πού αξίζει να πάει η ενέργειά μου.

Κι αν κάποτε έδωσες χώρο σε ανθρώπους που το μόνο που ήξεραν να κάνουν ήταν να γεμίζουν τον δικό τους, κι όχι να σέβονται τον δικό σου... ήρθε η ώρα να τον πάρεις πίσω.

Γιατί μιλούν για σένα μόνο όταν δεν μπορούν πια να σε έχουν κοντά. Και αυτό δεν είναι απλή νίκη. Είναι απελευθέρωση.

Tip of the Day: Μάθε να ξεχωρίζεις ποιος θέλει πραγματικά να σε καταλάβει από ποιον απλώς θέλει να σε ελέγχει.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

«Το μέσα μας κάνει τη διαφορά»: Η νέα καμπάνια από τα Γεμιστά Παπαδοπούλου!



Τα Γεμιστά Παπαδοπούλου επιστρέφουν με μια νέα καμπάνια που μας θυμίζει πως ό,τι αξίζει ξεκινά από... μέσα. Με το κεντρικό μήνυμα «Το μέσα μας κάνει τη διαφορά», η καμπάνια αναδεικνύει τον αυθεντικό εαυτό που κουβαλάμε όλοι μας, όπως ακριβώς η κλασική γέμιση που κάνει τα Γεμιστά να ξεχωρίζουν σταθερά εδώ και δεκαετίες.

Στην ταινία της καμπάνιας, ο πρωταγωνιστής παρασύρεται από τους ρυθμούς του εμβληματικού τραγουδιού «Στην ντισκοτέκ», δίνοντας χώρο στην αυθόρμητη, αληθινή του πλευρά, καθώς απολαμβάνει ένα Γεμιστό μπισκότο που του ξυπνά παιδικές μνήμες και την αίσθηση του «είμαι ο εαυτός μου». Γιατί τα Γεμιστά Παπαδοπούλου είναι συνώνυμα της αυθεντικότητας!

Με την απaráμιλλη γέμιση που τα χαρακτηρίζει, τα Γεμιστά είναι διαθέσιμα στις διαχρονικές γεύσεις Σοκολάτα και Βανίλια, αλλά και στις φρουτένιες επιλογές Φράουλα, Λεμόνι, Καρύδα, Πορτοκάλι και Μπανάνα – ιδανικά για κάθε στιγμή που θέλεις να θυμηθείς ποιος είσαι πραγματικά.

Τη νέα καμπάνια υπογράφει η 4 Wise Monkeys, ενώ την παραγωγή ανέλαβε η STEFI PRODUCTIONS σε σκηνοθεσία Αργύρη Παπαδημητρώπουλου, χαρίζοντας στην καμπάνια έναν νοσταλγικό αλλά ταυτόχρονα σύγχρονο αέρα.

Press Room

«30 Χρόνια Natura, 30 νικητές κάθε μήνα!»

Το αγαπημένο brand της Παπουτσάνης γιορτάζει με έναν μεγάλο διαγωνισμό και δυνατές προσφορές!

Η χρονιά αυτή ανήκει στο Natura, το brand που εδώ και 30 χρόνια αποτελεί κορυφαία επιλογή στην καθημερινή υγιεινή φροντίδα των χεριών. Με αφορμή τα 30 χρόνια παρουσίας του, το Natura προσκαλεί τους καταναλωτές να γιορτάσουν μαζί του, μέσα από τον μεγάλο διαγωνισμό «30 χρόνια Natura, 30 νικητές κάθε μήνα!», που ήδη «τρέχει» και θα διαρκέσει έως τις 31 Οκτωβρίου 2025.

Με την αγορά προϊόντων Natura, που διατίθενται σε ειδικές επετειακές προσφορές, οι καταναλωτές μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή στο www.naturadi-agonismos.gr και να διεκδικήσουν μοναδικά δώρα. Κάθε μήνα, 30 τυχεροί κερδίζουν:

- Ηλεκτρικές συσκευές (smartwatch, smartTV, multistylers) • Δωροεπιταγές, σετ προϊόντων Natura και συλλεκτικές αντλίες
- Είδη ταξιδιού για τις καλοκαιρινές αποδράσεις

Παράλληλα, βρίσκεται στον αέρα μια επετειακή καμπάνια που μας θυμίζει γιατί το Natura είναι διαχρονικά συνδεδεμένο με την εγγυημένη προστασία και τη φροντίδα που εμπιστευόμαστε.

Η ανανεωμένη σειρά Natura περιλαμβάνει μεγάλη ποικιλία κρεμοσάπωνων, αντισηπτικών και spray, με υπέροχα αρώματα, φιλικές συνθέσεις και πρακτικές συσκευασίες για όλη την οικογένεια.

Natura – 30 χρόνια, 30 νικητές κάθε μήνα. Με νέα εμφάνιση, πάντα εγγυημένη προστασία!

ΜΕΓΑΛΟΣ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ

30 χρόνια

Natura

30

νικητές κάθε μήνα!



Δεν έχεις ποτέ τίποτα να φορέσεις; Ώρα για capsule wardrobe!

Γιατί μια μίνιμαλ ντουλάπα μπορεί να σου αλλάξει τη ζωή
(και το πρωινό σου ξύπνημα)



Έχεις βρεθεί ποτέ μπροστά σε μια γεμάτη ντουλάπα, φορώντας μόνο την πετσέτα σου, με την απόλυτη βεβαιότητα ότι δεν έχεις τίποτα να φορέσεις;

Συγχαρητήρια. Είσαι ένας από εμάς.

Σε έναν κόσμο που μας έχει πείσει ότι περισσότερα σημαίνει καλύτερα, η έννοια της capsule wardrobe μοιάζει με ανάσα καθαρού αέρα — ή έστω με το στιλιστικό ισοδύναμο της Marie Kondo που ψιθυρίζει: «Μήπως ήρθε η ώρα να αγαπήσεις ξανά τα ρούχα σου;».

Τι είναι η capsule wardrobe;

Η capsule wardrobe (ή αλλιώς, η ντουλάπα που σε καταλαβαίνει) είναι μια μικρή, ευέλικτη συλλογή ρούχων που μπορείς να συνδυάσεις μεταξύ τους εύκολα, χωρίς άγχος, χωρίς σπαζοκεφαλιές και χωρίς τις παγίδες του "δεν έχω τίποτα να βάλω".

Σκέψου τη σαν ένα σύστημα. Μια στρατηγική. Μια επανάσταση στο προσωπικό σου στυλ, που δεν χρειάζεται ούτε influencer έγκριση, ούτε τάσεις που αλλάζουν κάθε τρεις και λίγο. Απλώς λειτουργεί.

Τα βασικά του capsule concept

Αν πρέπει να το συνοψίσουμε:

-  Λιγότερα κομμάτια, περισσότερη λειτουργικότητα.
-  Απλά, διαχρονικά, ευέλικτα ρούχα.
-  Ποιότητα > Ποσότητα.
-  Στυλ που ταιριάζει στη ζωή σου. Όχι μόνο στο Instagram σου.

Το capsule είναι ο συνδυασμός πρακτικότητας, προσωπικότητας και σχεδόν θεραπευτικής μινιμαλιστικής ηρεμίας. (Ναι, μπορείς να έχεις και τα τρία.)



Πόσα κομμάτια πρέπει να έχει;

Δεν υπάρχει ένας μαγικός αριθμός. Μερικοί ξεκινούν με 30-40, άλλοι με 50. Το θέμα δεν είναι το πόσα. Είναι το να έχεις ό,τι χρειάζεσαι και φοράς.

Μικρή cheat list:

-  4 παντελόνια (ή φούστες/σόρτς ανάλογα με την εποχή)
-  5 tops (t-shirts, πουκάμισα ή μπλουζες)
-  3 ζακέτες/σακάκια
-  3 παπούτσια
-  2 εξωτερικά (π.χ. παλτό ή μπουφάν)
-  1 "wow" κομμάτι (για βραδινά/ιδιαίτερες περιστάσεις)
-  1-2 αξεσουάρ που δίνουν χαρακτήρα (και κάνουν τα βασικά να μη φαίνονται καθόλου basic)

Απλώς αντικαθιστάς κάθε κομμάτι όταν χαλάσει ή όταν δεν σε εκπράζει πια.

Γιατί να το κάνεις;

Εδώ είναι το ζουμί. Η capsule wardrobe δεν είναι μόνο στιλιστική επιλογή. Είναι στάση ζωής.

1. Πρωινά χωρίς πανικό.

Δε χρειάζεται να στήσεις fashion show για να βρεις outfit. Όλα συνδυάζονται με όλα. Σαν Lego, αλλά με υφάσματα.

2. Χώρος. Ψυχικά και φυσικά.

Αν έχεις ντουλάπα που αναστενάζει κάθε φορά που την ανοίγεις, θα νιώσεις τη διαφορά από την πρώτη μέρα.

3. Λιγότερα λεφτά σε fast fashion.

Αντί να αγοράζεις 5 φτηνά μπλουζάκια που θα ξεχειλώσουν, αγοράζεις 1 ποιοτικό που θα αγαπήσεις για χρόνια.

4. Βιωσιμότητα.

Δεν είναι απλώς trend. Είναι συνείδηση. Λιγότερες αγορές = λιγότερα σκουπίδια = λιγότερο οικολογικό άγχος.

5. Ανακάλυψη του προσωπικού σου στυλ.

Αποφασίζεις τι θέλεις να φοράς, όχι τι λένε οι βιτρίνες.

Πώς να ξεκινήσεις;

1. Κατέβασε (νοητά ή όχι) όλα τα ρούχα σου.

Κοίτα τα με καθαρό μάτι. Τι φοράς πραγματικά; Τι απλώς πιάνει χώρο;

2. Καθάρισε τα "ίσως".

Αν δεν το έχεις φορέσει τους τελευταίους 6 μήνες, πιθανότατα δεν θα το φορέσεις και τον επόμενο. Όσο ωραίο κι αν ήταν "τότε".

3. Επένδυσε στα βασικά.

Ένα λευκό πουκάμισο, ένα καλό jean, ένα παλτό που σε κάνει να νιώθεις βασίλισσα/βασιλιάς.

4. Όρισε παλέτα.

Χρώματα που συνδυάζονται μεταξύ τους. (Hint: Όσο πιο ουδέτερα, τόσο πιο εύκολα.)

5. Φτιάξε συνδυασμούς.

Αν κάθε κομμάτι μπορεί να φορεθεί με τουλάχιστον 3 άλλα, είσαι σε καλό δρόμο.





Extra tips για unisex capsule wardrobe

- ✓ Διάλεξε γραμμές και υφές που σε εκφράζουν, όχι βάσει φύλου αλλά βάσει άνεσης και στυλ.
- ✓ Προτίμησε διαχρονικά παπούτσια: λευκά sneakers, loafers, Chelsea boots.
- ✓ Πειραματίσου με layering. Ένα hoodie μέσα από blazer μπορεί να δείξει ultra stylish.

Capsule Wardrobe Checklist

- ✓ Φοράω το κάθε κομμάτι τουλάχιστον 1 φορά τον μήνα
- ✓ Μπορώ να το συνδυάσω με τουλάχιστον 3 άλλα κομμάτια
- ✓ Με εκφράζει — όχι απλώς μου κάνει
- ✓ Το ύφασμα είναι ποιοτικό και αντέχει στον χρόνο
- ✓ Δε νιώθω την ανάγκη να το «σώσω» με styling tricks
- ✓ Το αγαπάω. Τελεία.

Και αν βαρεθείς;

Το capsule δεν είναι φυλακή. Μπορείς πάντα να αλλάξεις ένα κομμάτι, να προσθέσεις ένα χρώμα, να ανανεώσεις ένα πατρόν. Το κλειδί είναι η συνειδητή επιλογή.

Η capsule wardrobe δεν είναι η άρνηση της μόδας — είναι η ανάκτηση του ελέγχου. Είναι το “ναι” που λες στον εαυτό σου κάθε πρωί, μπροστά στον καθρέφτη. Όχι γιατί ακολουθείς τάσεις. Αλλά γιατί νιώθεις ωραία μέσα στα ρούχα σου.

Τελική σκέψη: Όταν ξέρεις τι σε εκφράζει, όλα γίνονται πιο εύκολα. Και πιο όμορφα.

Κάνε χώρο στη ζωή και στη ντουλάπα σου για τα σημαντικά. Και πες Yes — σε σένα, στο στυλ σου, στο τώρα.





Skrutz: Σταθερά ανοδική η πορεία στις πωλήσεις βιβλίου – Πρωταγωνιστούν τα μικρά βιβλιοπωλεία

Σημαντικά ευρήματα φέρνει στο φως η ανάλυση του Skrutz για τις online αγορές βιβλίων την περίοδο 2022-2024, επιβεβαιώνοντας την ανοδική δυναμική του βιβλίου στο ηλεκτρονικό εμπόριο.

Πρωταγωνιστές στην τάση αυτή αναδεικνύονται τα μικρά βιβλιοπωλεία, που κατέγραψαν αύξηση πωλήσεων κατά 100% και πλέον συμμετέχουν με 46% στις συνολικές πωλήσεις της κατηγορίας.

Η μέση αξία του καλαθιού παραμένει σταθερή στα 28-29€, ενώ οι καταναλωτές αγοράζουν περίπου 2,5 βιβλία ανά παραγγελία. Ιδιαίτερη άνθηση παρουσιάζει η κατηγορία Παιδικών Βιβλίων, με αύξηση πωλήσεων 73% και μέσο καλάθι που φτάνει πλέον τα 22€.

Ξεχωρίζουν επίσης οι κατηγορίες Manga (+1.303%), Αυτοβελτίωσης (+277%) και Εκμάθησης Γλωσσών, με τα παιδικά κόμικς να καταγράφουν εντυπωσιακή αύξηση 112%.

Οι πωλήσεις κορυφώνονται τον Δεκέμβριο, επιβεβαιώνοντας το βιβλίο ως κορυφαία επιλογή για δώρο, ενώ ο Σεπτέμβριος ενισχύει τις κατηγορίες σχολικών βοηθημάτων.

Το Skrutz λειτουργεί ως γέφυρα ανάπτυξης για τα μικρά βιβλιοπωλεία, προσφέροντάς τους εθνική εμβέλεια και διατηρώντας τη βιβλιοφιλία των Ελλήνων ζωντανή και προσβάσιμη.

Το Aperol πρωταγωνιστεί στα μεγαλύτερα φεστιβάλ του καλοκαιριού



Το πορτοκαλί κύμα του Aperol Spritz πλημμύρισε την πόλη, σηματοδοτώντας με τον πιο απολαυστικό τρόπο την έναρξη του φετινού καλοκαιριού.

Με περισσότερα από 17.000 δροσιστικά Aperol Spritz, 10 ξεχωριστές εκδηλώσεις και αμέτρητες αυθόρμητες στιγμές, το πιο διάσημο ιταλικό aperitivo βρέθηκε στο επίκεντρο των πιο συναρπαστικών φεστιβάλ της σεζόν.

Από τον Λυκαβηττό και το πάρκο Ελευθερίας μέχρι την ταρατσα του ΕΜΣΤ και το θερινό σινεμά της Αίγλης Ζαπτείου, το Aperol δημιούργησε μοναδικές εμπειρίες στο πλαίσιο του Φεστιβάλ του Δήμου Αθηναίων, γεμάτες μουσική, φίλους και Cheers.

Το Aperol ήταν επίσης παρόν στο Athens και Thessaloniki Street Food Festival, όπου για 14 ημέρες οι επισκέπτες απόλαυσαν aperitivo bites, παιχνίδια, μοναδικά cocktails και –φυσικά– το κλασικό Aperol Spritz με θέα το ηλιοβασίλεμα, στην ειδικά διαμορφωμένη Aperol rooftop.

Η παρουσία του Aperol στα φεστιβάλ αποδεικνύει για ακόμα μία χρονιά ότι δεν είναι απλώς ένα ποτό, αλλά μια ανοιχτή πρόσκληση να ζήσουμε το καλοκαίρι στο έπακρο.

Να τολήσουμε την απόλαυση, να μοιραστούμε τη στιγμή και να υψώσουμε τα ποτήρια μας με στυλ, χρώμα και ανεμελιά.

Γιατί το Aperol είναι ένα – και είναι για όλους!

Ένα φεστιβάλ, άπειρα Stories – Τι να μην χάσεις στα Οινοξένεια 2025

Από 23 Ιουνίου έως 2 Ιουλίου, τα Οινοξένεια γίνονται ένα ζωντανό φωτογραφικό κάδρο: μια θεαματική δεκαήμερη γιορτή που παντρεύει κρασί, τέχνη, φύση και πολιτισμό – με κεντρικό θέμα το «Ανθρώπων Έργα».

Story #1 - Κλικ στους Αμπελώνες

Οι μαγευτικοί ορεινοί αμπελώνες μεταμορφώνονται σε μουσική σκηνή, τεράστιο τραπεζομάντιλο πικ-νικ, ποδηλατικό μονοπάτι, έμπνευση για φωτογραφικό σεμινάριο.

Διαλέγεις το μέρος – ένα ή όλα – και γεμίζεις μπαταρίες και stories!

Story #2 - Κλικ στον Πολιτισμό

Βουτιά στις αρχαίες ρίζες της Αιγιάλειας και στη σύγχρονη τέχνη. Μαθαίνουμε για την Αχαϊκή Συμπολιτεία, την Αρχαία Κερύνεια και τους μεγάλους σύγχρονους Έλληνες εικαστικούς, μέσα σε ειδυλλιακά τοπία και βιομηχανικούς ιστορικούς χώρους.

Story #3 - Κλικ στα Οινοποιεία

Τα οινοποιεία της Αιγιάλειας ανοίγουν τις πόρτες τους για ανεπανάληπτες εμπειρίες: δοκιμές απευθείας από βαρέλια, βιωματικά wine workshops, ζωντανές μουσικές βραδιές και food & wine pairings.

Story #4 - Κλικ στην Οινοξένεια Πολιτεία

Ένα διήμερο που δεν χωράει σε λέξεις αλλά σε εικόνες και εμπειρίες: από συναπάντημα ρεμπέτικου με tango και γνωριμία με ρομπότ-σομμελιέ, μέχρι γαστρονομικά happenings και δοκιμές κρασιών από όλη την Πελοπόννησο.

Story #5 - Κλικ στις Μουσικές Σκάλες του Αιγίου

Σκάλες που οδηγούν από την πόλη στην παραλία, ατμοσφαιρικά φωτισμένες, όπου κάθε πλατύσκαλο φιλοξενεί μουσικά σχήματα και γεύσεις από τα δροσερά κρασιά των Πλαγιών Αιγιάλειας.

Story #6 - Κλικ στην Αρχαιότητα

Λαμπαδηδρομία με αναμμένους δαυλούς στο Αρχαίο Θέατρο Αιγείρας, ως αναβίωση των αρχαίων αγώνων, και μουσικό χορωδιακό φινάλε κάτω από τα αστέρια.

ΟΙΝΟ
ΞΕΝΕΙΑ | 20
25 | ΑΝΘΡΩΠΩΝ
ΕΡΓΑ
23 ΙΟΥΝΙΟΥ
2 ΙΟΥΛΙΟΥ



Κάθε ιστορία των Οινοξενείων είναι και ένα φίλτρο ζωής – γεμάτη φως, γεύση και ανθρώπινη δημιουργία.

Εσύ, ποιο story θα ανεβάσεις πρώτο;

[Δες το πρόγραμμα](#) και φτιάξε το δικό σου άλμπουμ του Φεστιβάλ Οινοξένεια

Facebook:
Οινοξένεια
Αιγιάλειας

Instagram:
Oinoxeneia

TikTok: Οινοξένεια_Αιγιάλειας

#oinoxeneia
#oinoxeneia2025
#oinoxeneiafestival





Το βιώσιμο μέλλον της LG: Eco design και προϊόντα με επίκεντρο τη βιωσιμότητα

Με τα ηλεκτρονικά απόβλητα να αυξάνονται διαρκώς, η LG επενδύει συστηματικά στην ενσωμάτωση του eco-design και στη δημιουργία προϊόντων φιλικών προς το περιβάλλον. Από τις οικιακές συσκευές έως τις τηλεοράσεις, η LG αποδεικνύει έμπρακτα τη δέσμευσή της για ένα βιώσιμο μέλλον.

Το eco-design εστιάζει στον σχεδιασμό προϊόντων με χαμηλότερο περιβαλλοντικό αποτύπωμα καθ' όλη τη διάρκεια ζωής τους. Τα πλυντήρια TurboWash™360, τα ψυγεία με DoorCooling+™, αλλά και τα νέα soundbars από ανακυκλωμένα υλικά είναι παραδείγματα της φιλοσοφίας αυτής.

Η εταιρεία ξεχωρίζει και για τις επιδόσεις της: ο ψυγειοκαταψύκτης NatureFRESH™ εξοικονομεί έως 59% ενέργεια, ενώ το πλυντήριο EZDispense™ ρυθμίζει αυτόματα το απορρυπαντικό για μεγαλύτερη οικονομία. Το DUAL Dry™ συνδυάζει AI και έξυπνη διαχείριση ενέργειας μέσω του LG ThinQ™.

Η βιωσιμότητα της LG επιβραβεύεται: οι τηλεοράσεις OLED ενο λαμβάνουν πιστοποιήσεις για περιορισμένες εκπομπές CO₂ και χρήση λιγότερων υλικών. Στην IFA 2024 και τα IDEA Awards, η LG αναδείχθηκε για την καινοτομία και τη λειτουργικότητα με κοινωνικό πρόσημο.

Με τις πρωτοβουλίες αυτές, η LG ενισχύει την κυκλική οικονομία και προσφέρει στους καταναλωτές προϊόντα υψηλής απόδοσης και περιβαλλοντικής συνείδησης.

Η Worldline στην Ελλάδα συνεργάζεται με τη Save Your Hood και φροντίζει για το μέλλον του πλανήτη



Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Περιβάλλοντος, η Worldline [Euronext:WLN], κορυφαίος παγκόσμιος πάροχος τεχνολογιών πληρωμών, πραγματοποίησε τη δεύτερη Ημέρα Καθαρισμού στην Ελλάδα, σε συνεργασία με τη ΜΚΟ Save Your Hood, στο πλαίσιο της στρατηγικής βιωσιμότητάς της.

Περισσότεροι από 50 εθελοντές από τις ομάδες της Worldline Greece και της Cardlink συμμετείχαν στον καθαρισμό του υγρότοπου και της παραλίας του Αγίου Νικολάου στον Δήμο Αρτέμιδας, συγκεντρώνοντας 7.200 λίτρα απορριμμάτων – εκ των οποίων 600 λίτρα ανακυκλώσιμα. Ο σημαντικός αυτός υγρότοπος αποτελεί καταφύγιο για την ορνιθοπανίδα της Ανατολικής Αττικής.

Η δράση προηγήθηκε εκπαίδευσης από την ομάδα της Save Your Hood, ενισχύοντας την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση και καλές πρακτικές.

Ο Ιωάννης Κιτιξής, Country Head & Managing Director της Worldline στην Ελλάδα, δήλωσε: «Η αλλαγή ξεκινά από εμάς. Είμαστε περήφανοι που προσφέρουμε έμπρακτα στην κοινωνία και το περιβάλλον.»

Η πρωτοβουλία αυτή εντάσσεται στη σειρά δράσεων που υλοποιεί η Worldline διεθνώς.

Από την Εβδομάδα Βιωσιμότητας του 2024 έως την επόμενη Ημέρα Καθαρισμού τον Σεπτέμβριο του 2025, η Worldline παραμένει αφοσιωμένη στη δημιουργία ενός καλύτερου κόσμου, με την ενεργό συμμετοχή των ανθρώπων της.



Χρήστος Αρφάνης,
Σκηνοθέτης - Αρθρογράφος



Διπλή Ταυτότητα, από σήμερα στους κινηματογράφους

Η ταινία ΔΙΠΛΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ (με αυθεντικό τίτλο: LA INFILTRADA και τίτλο στα αγγλικά UNDERCOVER), κάνει πρεμιέρα στην χώρα μας σήμερα 19 Ιουνίου 2025.

Σε σκηνοθεσία Arantxa Echevarría με τούς Carolina Yuste και Luis Tosar, η πλοκή του Ισπανικού Θρίλερ ΔΙΠΛΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ βασίζεται στην αληθινή ιστορία ενός μυστικού πράκτορα που διέσδωσε στην ETA με το όνομα «Aranzazu Berradre Marín» και κατάφερε να εξαρθρώσει τον πυρήνα «Donosti».

Η ταινία είναι μια παραγωγή των Bowfinger International Pictures, Beta Fiction Spain, Esto también pasará και Infiltrada LP AIE, με τη συνεργασία της Filmfactory Entertainment, τη συμμετοχή των Movistar Plus+, Atresmedia, EITB και Crea SGR και την υποστήριξη της ICAA. Τα γυρίσματα ξεκίνησαν στις 5 Φεβρουαρίου 2024 και έλαβαν χώρα και στο Σαν Σεμπασιτιάν.

Διανεμημένη από την Beta Fiction Spain, η ταινία κυκλοφόρησε στους κινηματογράφους στην Ισπανία στις 11 Οκτωβρίου 2024. Άνοιξε στις αίθουσες με πάνω από 1,1 εκατομμύριο ευρώ, καθιστώντας την έτσι το δεύτερο μεγαλύτερο άνοιγμα για ισπανική ταινία το 2024 μέχρι εκείνη την ημερομηνία.

Μέχρι τον Φεβρουάριο του 2025, η ταινία είχε αποφέρει περίπου 8,5 εκατομμύρια ευρώ στο ισπανικό box office. Μέχρι τότε, είχε ήδη γίνει η ισπανική ταινία με τις υψηλότερες εισπράξεις με γυναίκα σκηνοθέτη. Η CDI Films ανέλαβε τη διανομή στην Αργεντινή, ορίζοντας ημερομηνία κυκλοφορίας στις 15 Μαΐου 2025. Άραγε πώς θα τα πάει η ταινία στην χώρα μας;

Η María Bescós του HobbyConsolas έδωσε στην ταινία 80 βαθμούς («πολύ καλή») επαινώντας το πώς «ο ρυθμός και η ένταση είναι σταθεροί» και την ερμηνεία της Yuste ως το καλύτερο κομμάτι της ταινίας.

Ο Rubén Romero Santos του Cinemanía βαθμολόγησε την ταινία με 4 στα 5 αστέρια, γράφοντας ότι «απογειώνεται



και διαπρέπει όταν η πολιτική τρομοκρατία αναμειγνύεται και συγχέεται με την έμφυλη τρομοκρατία».

Ο Juan Sardá του El Cultural βαθμολόγησε την ταινία με 4 στα 5 αστέρια, γράφοντας ότι «κολλάει σαν τα καλύτερα θρίλερ και απεικονίζει με τόλμη και γνώση μια πρόσφατη ιστορική εποχή που σήμερα φαίνεται δύσκολο να πιστέψει κανείς».

Δείτε το trailer της ταινίας [εδώ](#).

Από τον μόλυβδο στον χρυσό (κυριολεκτικά): Επιστημονικά επιτεύγματα που μας κάνουν να τρίβουμε τα μάτια μας



Η μετατροπή μολύβδου σε χρυσό θεωρούνταν για αιώνες το απόλυτο ανέφικτο. Το όνειρο των αλχημιστών, ο ορισμός της επιστημονικής φαντασίας. Μέχρι που το CERN το έβαλε στο πείραμα. Κυριολεκτικά.

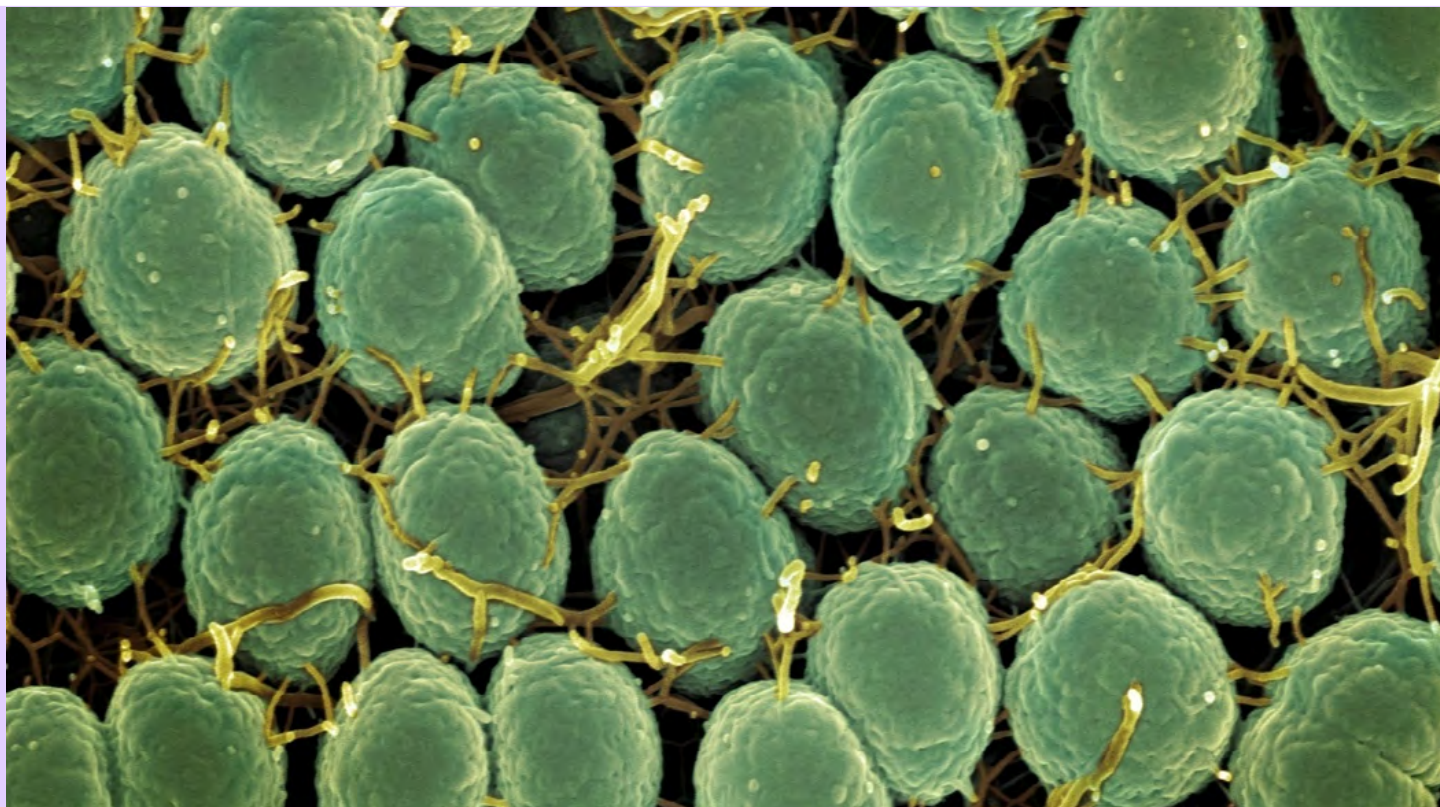
Το πείραμα ALICE, ένα από τα μεγαλύτερα ερευνητικά προγράμματα στο Ευρωπαϊκό Κέντρο Πυρηνικών Ερευνών, ανακοίνωσε πρόσφατα ότι κατάφερε να παρατηρήσει — σε εξαιρετικά ελεγχόμενο και εργαστηριακό επίπεδο — τη μετατροπή μολύβδου σε χρυσό, μέσω συγκρούσεων βαρέων ιόντων. Όχι, δεν πρόκειται να γεμίσουν οι τράπεζες με ράβδους από CERN-made χρυσό. Αλλά το νόημα είναι αλλού: η επιστήμη κάνει ό,τι κάποτε θεωρούσαμε αδύνατο. Και το κάνει με ακρίβεια, με επιμονή και με έναν σχεδόν... ποιητικό τρόπο.

Επιστήμη που αγγίζει την αληθεία

Η επιτυχία του ALICE δεν είναι ένα οικονομικό ή μεταλλευτικό θαύμα. Είναι μια νίκη της φυσικής.

Η μετατροπή του ενός στοιχείου σε άλλο απαιτεί ακραίες συνθήκες — υψηλές ενέργειες και τρομακτική ακρίβεια — και γίνεται όχι για να βγάλουμε χρυσάφι, αλλά για να καταλάβουμε πώς δουλεύει ο κόσμος σε επίπεδο πυρήνων και κουάρκς. Όταν μεταβάλλεις έναν πυρήνα, αλλάζεις την ίδια τη φύση της ύλης. Δεν είναι επιστημονική φαντασία. Είναι επιστήμη σε δράση.





Ο έρωτας με τη γονόρροια... τελειώνει;

Και ενώ κάποιοι σήκωναν τα φρύδια στον μόλυβδο-χρυσό, ήρθε και η είδηση από το Ηνωμένο Βασίλειο ότι το πρώτο εμβόλιο κατά της γονόρροιας δοκιμάζεται ήδη σε ευρεία κλίμακα και παρουσιάζει αποτελεσματικότητα 30% έως 40%.

Για όσους δεν το γνωρίζουν, η γονόρροια είναι μια σεξουαλικά μεταδιδόμενη λοίμωξη που εδώ και χρόνια προκαλεί πονοκέφαλο στους γιατρούς — όχι μόνο λόγω των συμπτωμάτων της, αλλά και γιατί τα αντιβιοτικά σήκωσαν τα χέρια ψηλά. Οι μεταλλάξεις του παθογόνου *Neisseria gonorrhoeae* έχουν κάνει το μικρόβιο σχεδόν άτρωτο.

Γι' αυτό και η εμφάνιση εμβολίου θεωρείται ιστορικό βήμα στη δημόσια υγεία. Μπορεί να μην είναι πανάκεια ακόμα, αλλά είναι η αρχή ενός τέλους. Ένας κόσμος με ασφαλέστερο σεξ, λιγότερες μεταδιδόμενες λοιμώξεις και λιγότερη μικροβιακή αντοχή.

Και τώρα... ο εγκέφαλος

Σε άλλη γωνιά της επιστήμης, αυτή του νου, μια ακόμη ανακάλυψη ήρθε να βάλει τάξη στο χάος: ερευνητές ανακοίνωσαν την ταυτοποίηση 250 γονιδίων που συνδέονται με την ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή (OCD). Για πρώτη φορά, ανοίγει ένας νέος δρόμος στη γενετική κατανόηση των ψυχικών παθήσεων. Το OCD δεν είναι μια "παραξενιά" ή απλώς "συμπεριφορά". Είναι μια βιολογικά ριζωμένη δυσλειτουργία, που επηρεάζει σκέψη, συναίσθημα και συμπεριφορά.

Η ταυτοποίηση αυτών των γονιδίων σημαίνει ότι μπορούμε πλέον να σχεδιάσουμε στοχευμένες θεραπείες, να αναγνωρίζουμε από νωρίς την προδιάθεση, και — γιατί όχι — να σπάσουμε το στίγμα γύρω από την ψυχική υγεία.

Γιατί όταν ξέρεις πού βρίσκεται το πρόβλημα, μπορείς να αρχίσεις να το λύνεις. Όχι με στερεότυπα, αλλά με δεδομένα.

Η επιστήμη γράφει ιστορία

Κι αν κάτι μας δείχνουν όλες αυτές οι εξελίξεις, είναι ότι η επιστήμη δεν σταματάει ποτέ. Όσο κι αν ο κόσμος μοιάζει απογοητευμένος, κουρασμένος, κυνικός, πίσω από κλειστές πόρτες εργαστηρίων, κάποιοι αλλάζουν την ιστορία.





Και δεν την αλλάζουν με παχιά λόγια ή με hashtags. Την αλλάζουν με υπομονή, με πειράματα που αποτυγχάνουν εκατοντάδες φορές, με ιλιγγιώδεις εξισώσεις και συσκευές που δουλεύουν σε κλίμακες απειροελάχιστες. Εκεί, στον χώρο που δεν φαίνεται, γράφεται το μέλλον.

Όχι απλώς ελπίδα – κατεύθυνση

Το σημαντικότερο σε όλες αυτές τις εξελίξεις είναι ότι δείχνουν προς κάπου. Ότι δεν πρόκειται απλώς για τυχαίες ανακαλύψεις, αλλά για προσανατολισμό. Για μια κοινωνία που ίσως αρχίζει σιγά-σιγά να καταλαβαίνει ότι η επένδυση στη γνώση δεν είναι πολυτέλεια, αλλά προϋπόθεση επιβίωσης.

Δεν πρόκειται μόνο για το εμβόλιο, τον χρυσό ή το DNA. Πρόκειται για τη δυνατότητα να ερμηνεύουμε τον κόσμο. Να πατάμε πάνω στην άγνοια και να την μετατρέπουμε σε εργαλείο.

Αυτό είναι το θαύμα. Και ναι, αυτό είναι και το πραγματικό χρυσάφι.



Ήξερες ότι...

Το πείραμα ALICE στο CERN εστιάζει στη σύγκρουση βαρέων ιόντων, για να μελετήσει την κατάσταση της ύλης όπως ήταν μικροδευτερόλεπτα μετά το Big Bang.

Η γονόρροια θεωρείται σήμερα ένα από τα "superbugs", τα βακτήρια που αντιστέκονται στα φάρμακα λόγω υπερκατανάλωσης αντιβιοτικών.

Το OCD επηρεάζει περίπου 2% του παγκόσμιου πληθυσμού και συνδέεται με αγχώδεις διαταραχές, κατάθλιψη και κοινωνική απομόνωση.

Η αλχημεία, παρότι συνδέεται με τη μαγεία, ήταν στην ουσία ο πρόδρομος της χημείας.

Ο μόλυβδος και ο χρυσός διαφέρουν στον αριθμό πρωτονίων – αλλά με την κατάλληλη ενέργεια και συνθήκες, αυτό μπορεί να αλλάξει. Στο CERN, το έκαναν. Κυριολεκτικά.



T. GRANDIN - D. MOORE

ΠΛΟΗΓΗΣΗ στον αυτισμό

9 νοοτροπίες για να βοηθήσετε
τα παιδιά στο φάσμα

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ: Πύργος Τσακονίτης
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: Αγγελική Γενά

GUTENBERG

«Πλοήγηση στον αυτισμό: 9 νοοτροπίες για να βοηθήσετε τα παιδιά στο Φάσμα»

Η Αλυσίδα Πολιτισμού ΙΑΝΟΣ και οι Εκδόσεις Gutenberg παρουσιάζουν το βιβλίο των Temple Grandin και Debra Moore με τίτλο «Πλοήγηση στον αυτισμό – 9 νοοτροπίες για να βοηθήσετε τα παιδιά στο Φάσμα», μια σημαντική έκδοση για την υποστήριξη παιδιών και εφήβων με αυτισμό.

Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί την Πέμπτη 19 Ιουνίου στις 19:30 στον ΙΑΝΟ (Σταδίου 24, Αθήνα) και θα μεταδοθεί ζωντανά μέσω YouTube.

Για το βιβλίο θα μιλήσουν οι:

Έρη Καλογεροπούλου, Πρόεδρος Συλλόγου Αυτισμού Λάρισας

Νατάσα Κεσμέτη, πεζογράφος

Γιάννης Παπακωνσταντίνου, παιδοψυχίατρος – Ιδρυμα Θεοτόκος

Τον συντονισμό έχει η Αγγελική Γενά, Κλινική Ψυχολόγος και Καθηγήτρια στο Πανεπιστήμιο Αθηνών.

Η Temple Grandin, διεθνώς αναγνωρισμένη αυτιστική συγγραφέας και επιστήμονας, και η ψυχολόγος Debra Moore ενώνουν τις γνώσεις και την εμπειρία τους για να παρουσιάσουν εννέα βασικές νοοτροπίες που μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά στο Φάσμα να αναπτύξουν τις μοναδικές τους ικανότητες.

Το βιβλίο απευθύνεται σε γονείς, εκπαιδευτικούς, θεραπευτές και επαγγελματίες υγείας.

Δες το βιβλίο [εδώ](#)

Ηλέκτρα 7: Όταν η αρχαία τραγωδία συναντά τον σύγχρονο κινηματογράφο



Στο πλαίσιο του επετειακού εορτασμού για τα 70 χρόνια του Φεστιβάλ Αθηνών Επιδαύρου, η διοργάνωση ενώνει τις δυνάμεις της με την Ελληνική Ακαδημία Κινηματογράφου για τη δημιουργία της ταινίας Ηλέκτρα 7 – ενός τολμηρού, κινηματογραφικού εγχειρήματος εμπνευσμένου από την τραγωδία του Σοφοκλή.

Η ταινία θα προβληθεί στο Μικρό Θέατρο της Αρχαίας Επιδαύρου την Παρασκευή 18 Ιουλίου 2025, ενταγμένη στον κύκλο Contemporary Ancients, που ανοίγεται φέτος για πρώτη φορά και στον κινηματογράφο.

Το φιλμ αποτελείται από επτά ξεχωριστά κεφάλαια, το καθένα σκηνοθετημένο από έναν διαφορετικό δημιουργό της σύγχρονης ελληνικής κινηματογραφίας: Αλέξανδρος Βούλγαρης, Σοφία Εξάρχου, Νερίτάν Ζιντζιρία, Χριστίνα Ιωακειμίδη, Μπάμπης Μακρίδης, Αργύρης Παπαδημητρόπουλος και Ελίνα Ψύκου. Οι επτά τους, με σημαντική παρουσία σε εγχώρια και διεθνή φεστιβάλ, προσεγγίζουν την ηρωίδα της αρχαίας τραγωδίας με το δικό τους ξεχωριστό βλέμμα.

Το σενάριο υπογράφει ο Παναγιώτης Χριστόπουλος, ενώ μετά την προβολή θα ακολουθήσει live εμφάνιση του Blaine L. Reiningger (Tuxedomoon), με τον Παντελή Μάκκα σε ρόλο VJ.

Μια πολυαναμενόμενη βραδιά που υπόσχεται να γεφυρώσει την αρχαία δραματουργία με τον μοντέρνο κινηματογράφο – και το παρελθόν με το σήμερα.



Νταντά-Τέρας: Υπόγεια περιπέτεια

Η Μάγια επιστρέφει με μια περιπέτεια... κάτω από τη γη! Στο δεύτερο βιβλίο της πολυαγαπημένης σειράς «Νταντά-Τέρας», η μικρή ηρωίδα αποφασίζει να ακολουθήσει την καρδιά της και να βρει τον Γκρα -το λατρεμένο της χνουδωτό τέρας που μυρίζει... λίγο μούχλα, αλλά της έχει λείψει πάρα πολύ!

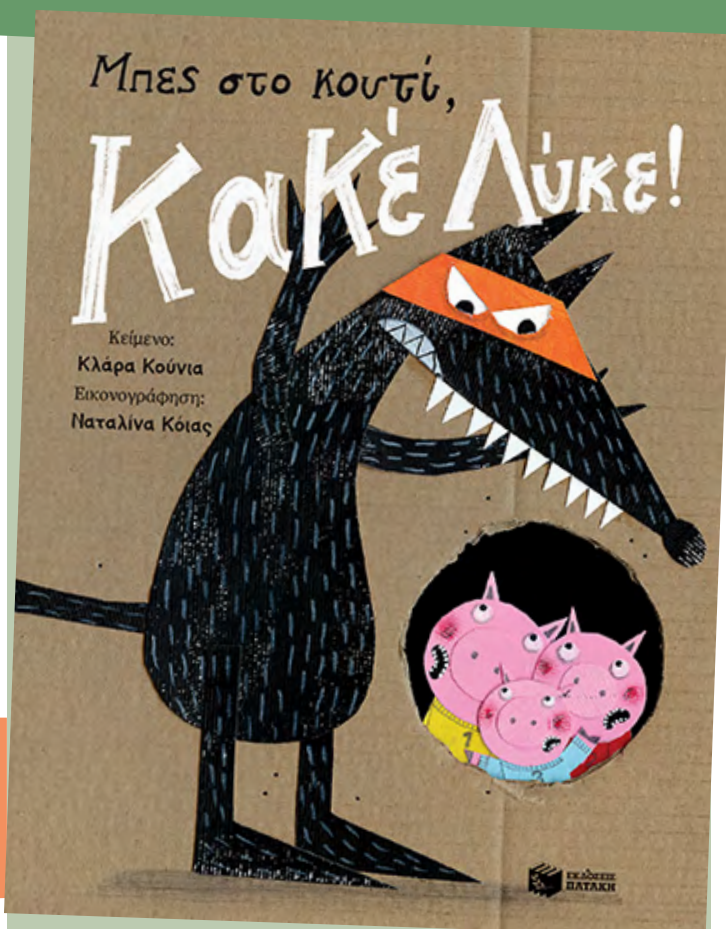
Το ταξίδι της την οδηγεί σε έναν αλλόκοτο υπόγειο κόσμο γεμάτο μυστήρια, πύλες, επίπεδα και απρόβλεπτες εκπλήξεις. Και σαν να μην έφταναν όλα αυτά, το μπουρνούζι της (που παλιά της έπιανε κουβέντα) τώρα έχει πεισμώσει και δεν της μιλάει καθόλου! Ευτυχώς, έχει για οδηγό τον αινιγματικό Φύλακα της Πύλης - αλλά μπορεί να τον εμπιστευτεί;

Εν τω μεταξύ, στην επιφάνεια, οι φίλοι της, Χίλλα και Κάσπερ, κάνουν τα αδύνατα δυνατά για να βρουν τρόπο να επικοινωνήσουν μαζί της.

Με χιούμορ, αγωνία και φαντασία, το βιβλίο συνεχίζει να μιλά στα παιδιά για τη φιλία, το θάρρος και τη σημασία του να ακολουθείς το ένστικτό σου. Μια ιστορία που σε ρουφάει στον κόσμο της και σε κάνει να μη θέλεις να κλείσεις το βιβλίο - ακόμη κι όταν τελειώσει!

Για ηλικίες 8+.

Μπες στο κουτί, Κακέ Λύκε



Ο Κακός Λύκος είναι εδώ... αλλά όχι όπως τον ξέρεις! Αυτή τη φορά, δεν κυνηγάει μόνο τα παραμυθένια ζωάκια - κυνηγάει και την περιπέτεια που κρύβει ένα απλό χαρτόκουτο.

Όλα ξεκινούν όταν ο ήρωάς μας κάνει μια βόλτα στο δάσος και πέφτει πάνω σε ένα εντελώς άδειο χαρτόκουτο. Η πρώτη του σκέψη, όπως πάντα, είναι «τι μπορώ να πιάσω με αυτό και να το φάω;». Όμως, το κουτί αυτό δεν είναι όπως φαίνεται. Είναι κάτι πολύ περισσότερο από παγίδα. Είναι πύλη για παιχνίδι, φαντασία, δημιουργικότητα.

Σε αυτό το απολαυστικό εικονογραφημένο βιβλίο των 32 σελίδων, ο Κακός Λύκος ανακαλύπτει (χωρίς να το καταλάβει καν!) τη δύναμη του παιχνιδιού και της φαντασίας. Κι ενώ ξεκινάει με σκοτεινές προθέσεις, καταλήγει να παίρνει μέρος σε ένα γιορτινό μπάχαλο χαράς, γέλιου και... μαγείας από χαρτόνι.

Η σειρά «Κακός Λύκος» φέρνει έναν ήρωα με άποψη - και αδυναμία στις σκανταλιές - σε νέες, ανατρεπτικές περιπέτειες, ιδανικές για μικρούς αναγνώστες από 3 ετών και πάνω.

Ένα βιβλίο που αποδεικνύει πως ακόμη κι ένας Κακός Λύκος μπορεί να γίνει παιδί - με ένα κουτί.

quote of the day

**YOUR CLOSET IS A REFLECTION OF
YOUR LIFE — CLUTTERED OR CLEAR,
CHAOTIC OR CALM**

**Σήμερα
γιορτάζουν!**
Παῖσιος, Παῖσια,
Ιούδας, Ζώσιμος,
Ζώσης, Ζήσιμος,
Ζήσης, Ζωσιμαῖος,
Ζώσα, Ζωσιμαῖα

19 Ιουνίου

- › World Sauntering Day
- › Juneteenth
- › World Sickie Cell Day
- › National Garfield the Cat Day
- › International Day for the Elimination of Sexual Violence in Conflict
- › National FreeBSD Day
- › World Tapas Day
- › National Martini Day
- › National Dump the Pump Day
- › National Watch Day