

μασούτης

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΚΑΙ ΕΛΛΗΝΙΚΑ

Κάθε μέρα περισσότερα

*** SUPER ***
Διαγωνισμός
10/6 - 8/7/2025

Η mascard γιορτάζει!

Κ Α Θ Ε 1 0 0 0 €
Μ Ε Ρ Α

για το ταξίδι σου!



Κάνε τις αγορές σου
με τη mascard.

**Μπορεί να είσαι ένας
από τους τυχερούς!**

* Μάθε περισσότερα στο masoutis.gr
Ισχύουν όροι και προϋποθέσεις.



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



**ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ
ΧΩΡΙΣ ΤΣΙΜΠΗΜΑΤΑ:
Ο ΑΠΟΛΥΤΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΕΠΙΒΙΩΣΗΣ
ΑΠΟ ΚΟΥΝΟΥΠΙΑ, ΖΩΥΦΙΑ & ΚΑΘΕ
ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΕΝΟΧΛΗΣΗ**

Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser** από το Τυχερό Έβρου (όνομα και πράγμα)!!

Καλό μήνα, καλό καλοκαίρι και καλώς ήρθες Ιούλιε!

Λοιπόν... πες μου: έχεις νιώσει ποτέ ότι τίποτα δε σου πάει καλά; Ότι ο τροχός της τύχης έχει κολλήσει στη "χρεωκοπία" και εσύ το μόνο που κάνεις είναι να περιστρέφεις γύρω απ' το ίδιο γκρίζο; Αν ναι, φτιάξε καφέ να στα πω: δεν είσαι μόνος. Κι όχι, δεν είναι ότι "δεν προσπαθείς αρκετά" ή "δε σκέφτεσαι θετικά" ή όλα αυτά τα ψυχαναγκαστικά quotes που κυκλοφορούν στο Instagram. Μερικές φορές απλώς... η ζωή κάνει το δικό της.

Αλλά. Υπάρχει πάντα ένα «αλλά» – κι είναι το πιο ωραίο αλλά του κόσμου.

Ο τροχός γυρνάει.

Όχι επειδή το λέει η γιαγιά σου ή ο αστρολόγος. Αλλά επειδή έτσι είναι φτιαγμένος. Δεν υπάρχει καμία κορυφή που να είναι μόνιμη, ούτε κανέναν πάτος που να μην έχει πόρτα διαφυγής. Η ζωή δεν είναι στατική. Είναι μια ρόδα που στριφογυρίζει, άλλοτε πάνω και άλλοτε κάτω. Και ναι, όταν είσαι από κάτω δεν βλέπεις τον ήλιο. Αλλά πίστεψέ με, τίποτα δεν κρατάει για πάντα.

Οπότε τι κάνεις όσο περιμένεις;

Αντέχεις. Επιμένεις. Σηκώνεις κάθε μέρα και λες "κι ας μην βλέπω ακόμα φως, εγώ θα ανοίξω τα παντζούρια".

Και όταν γυρίσει ξανά ο τροχός – γιατί θα γυρίσει – θα είσαι εκεί, όρθιος. Κουρασμένος ίσως, μερικές γρατζουνιές παραπάνω, αλλά πιο έτοιμος από ποτέ να χαρείς τη βόλτα.

Μην αφήσεις κανέναν να σου πει ότι η τύχη είναι για τους άλλους. Η τύχη δεν είναι club για εκλεκτούς. Είναι επίμονη, πεισματάρα, και αρέσκεται στο να εκπλήσει. Το μόνο που θέλει είναι να σε βρει ακόμα εδώ.

Tip of the Day: Αν νιώθεις ότι η τύχη σε ξέχασε, κάνε της εσύ την έκπληξη. Βγες, χαμογέλα, άλλαξε πορεία, συνάντησε το πεπρωμένο σου, πες ναι σε κάτι που φοβάσαι, με απλά λόγια βγες εκεί έξω. Γιατί; Γιατί η τύχη αγαπάει τους θαρραλέους.

Οπότε καλό μήνα, SayYesser μου. Και θυμήσου: ο τροχός δεν σταμάτησε – απλώς μαζεύει φόρα.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Η Lidl Ελλάς επαναπροσδιορίζει τη φρεσκάδα, με έμφαση στην ελληνικότητα και την αυθεντικότητα

Η Lidl Ελλάς παρουσιάζει τη νέα της καμπάνια «Πραγματικά Φρέσκα στα Lidl», ένα οπτικοακουστικό αφιέρωμα στην ελληνική γη και τους ανθρώπους της. Με κινηματογραφική αισθητική, αυθεντικά πλάνα και food styling υψηλής αισθητικής, η καμπάνια μετατρέπει τη φρεσκάδα σε εμπειρία — τιμώντας την ποιότητα, την τοπικότητα και το ελληνικό καλοκαίρι.

Μέσα σε 60 δευτερόλεπτα, η Lidl Ελλάς εστιάζει στην αίσθηση και όχι απλώς στην εικόνα: μέσα από προσωπικές οπτικές, ήχους και υφές, ο θεατής μεταφέρεται σε έναν κόσμο γεύσης, παράδοσης και αυθεντικής απόλαυσης. Δεν πρόκειται για διαφήμιση, αλλά για αφήγηση — μια ιστορία με επίκεντρο το φρέσκο προϊόν και τον Έλληνα παραγωγό.

Η Lidl Ελλάς επενδύει στρατηγικά στην τοπική παραγωγή. Το 90% των φρούτων της προέρχονται από Έλληνες προμηθευτές, ενώ 102 Έλληνες συνεργάτες προμηθεύουν καθημερινά τα καταστήματα. Από αυτούς, 78 εξάγουν προϊόντα σε 19 χώρες, με συνολικό κύκλο εργασιών ύψους 186 εκατομμυρίων ευρώ.

Με περισσότερες από 110 επιλογές φρούτων και λαχανικών καθημερινά και πάνω από 1.600 ποιοτικούς ελέγχους ετησίως, η Lidl Ελλάς εγγυάται φρεσκάδα που αποδεικνύεται στην πράξη.

Η Lidl Ελλάς διακρίθηκε για δεύτερη συνεχή χρονιά με το Best Buy Award 2024/2025 από τον διεθνή οργανισμό ICERTIAS, ως η τοπική αλυσίδα με την καλύτερη σχέση ποιότητας-τιμής.



The graphic features the Lidl logo in the top left corner. The main text 'Φρεσκάδα' is written in large, bold, white letters on a blue circular background. To the right of the text is a vibrant image of various fresh fruits including apples, oranges, and grapes. A red banner with white text 'Κάθε μέρα φρέσκο' is positioned above the fruit. Below the main text, there is a list of bullet points in Greek: '102 Έλληνες προμηθευτές φροντίζουν το καλάθι μας', 'Κάθε 10 φρούτα, τα 9 είναι από Έλληνες προμηθευτές', 'Φροντίζουμε 78 Έλληνες προμηθευτές να ταξινομηθούν τα προϊόντα τους σε πάνω από 19 χώρες', '110+ επιλογές φρούτων & λαχανικών - κάθε μέρα', and '1000+ ποιοτικοί έλεγχοι φρούτων & λαχανικών'. The hashtag '#PragmatikaFreska' is at the bottom left. On the bottom right, there is a 'No.1' badge with the text 'στη σχέση ποιότητας-τιμής' and a small ICERTIAS logo.

Silver Award για τη Νερά Πηγών Γράμμου Α.Ε. στα Water Awards 2025

Με σημαντική διάκριση τιμήθηκε η Νερά Πηγών Γράμμου Α.Ε. στα Water Awards 2025, κατακτώντας το Silver Award στην κατηγορία "Water Challenge Initiatives aligned with Sustainable Development Goals", μόλις στον δεύτερο χρόνο λειτουργίας της. Η βράβευση αφορά την υπεύθυνη και διαφανή διαχείριση της πηγής Κεφαλόβρυσο, από την οποία αναβλύζει το Φυσικό Μεταλλικό Νερό ΑρρένΑ, καθώς και τις δράσεις προστασίας του ποταμού Σαραντάπορου, ενός πολύτιμου οικοσυστήματος ενταγμένου στο δίκτυο Natura 2000.

Όπως δήλωσε η Μαρία Κατσαμπούρη, Διευθύντρια Marketing & Επικοινωνίας:

«Η καρδιά της εταιρείας "χτυπάει" στο όρος Γράμμος. Για εμάς, το γεγονός ότι δραστηριοποιούμαστε σε μια τόσο ευαίσθητη περιβαλλοντική περιοχή δεν είναι περιορισμός αλλά τιμητική ευθύνη. Σχεδιάσαμε και εφαρμόσαμε ένα ολοκληρωμένο σχέδιο βιώσιμης διαχείρισης νερού με γνώμονα τη διατήρηση της οικολογικής ισορροπίας. Η συγκεκριμένη διάκριση αναγνωρίζει την προσπάθειά μας και μας δίνει δύναμη να συνεχίσουμε».

Η επιβράβευση αυτή αναδεικνύει την δέσμευση της Νερά Πηγών Γράμμου Α.Ε. στην αειφόρο ανάπτυξη, ενισχύοντας το θετικό αποτύπωμα της εταιρείας στην προστασία του περιβάλλοντος και της τοπικής βιοποικιλότητας.



Καλοκαίρι χωρίς τσιμπήματα: Ο απόλυτος οδηγός επιβίωσης από κουνούπια, ζωύφια & κάθε καλοκαιρινή ενόχληση



Λατρεύουμε το καλοκαίρι. Αλλά, ας είμαστε ειλικρινείς: αν κάτι μπορεί να μετατρέψει μια χαλαρή βραδιά στο μπαλκόνι σε θρίλερ... είναι το «ζζζζ» δίπλα στο αυτί σου. Καλώς ήρθατε στον οδηγό που θα σας σώσει, κυριολεκτικά και μεταφορικά, από όλα εκείνα τα μικροσκοπικά αλλά μεγαλοπρεπώς ενοχλητικά πλάσματα που θέλουν να μοιραστούν το καλοκαίρι σας.

1. Κουνούπια: τα γνωστά-άγνωστα

Τι θέλουν: το αίμα σου.

Πότε χτυπάνε: κυρίως σούρουπο και βράδυ.

Τι τα τραβάει: CO₂, ιδρώτας, μαύρα ρούχα, και το αλκοόλ (δυστυχώς).

Αντίδοτο:

- Κουνουπιέρες, ανεμιστήρες (δεν τα αντέχουν), citronella και αιθέρια έλαια λεβάντας ή ευκαλύπτου.
- Αντικουνουπικά σπρέι με DEET ή ικαριδίνη (ναι, λειτουργούν).
- DIY: κόψτε ένα λεμόνι στη μέση, καρφώστε του

γαρίφαλα και αφήστε το δίπλα σας.

- Αλλιώς, αποδεχτείτε το νέο σας τατουάζ από τσιμπήματα.

2. Μυρμήγκια: οι υπόγειοι στρατηγοί

Εισβάλλουν όπου υπάρχει φαγητό, δηλαδή παντού.

Αντίδοτο:

- Καθαρίστε καλά τα ψίχουλα.
- Ξύδι και λεμόνι στις γωνίες, η φυσική τους Νέμεσις.
- Βάλτε λίγη σκόνη κανέλας στα σημεία εισόδου – τους χαλάει το GPS.

3. Σφήκες & μέλισσες: οι φτερωτοί νταήδες

Τις ελκύει: το γλυκό άρωμα, τα ανθισμένα ρούχα και η φρουτοσαλάτα σας.

Μην: κάνετε απότομες κινήσεις. Θα νομίσουν ότι τις απειλείτε.

**Αντίδοτο:**

- Φορέστε ουδέτερα χρώματα και αρώματα.
- Σκεπάστε τα ποτά σας (κατά προτίμηση όχι με σφήκα).
- Έχετε μαζί σας αμμωνία ή αντιισταμινικό gel. Αν έχετε αλλεργία, auto-injector πάντα μαζί.

- Το ίδιο ισχύει και για σας: αποφεύγετε το περπάτημα σε χορτάρια με σαγιονάρα. Εκτός αν σας αρέσει η περιπέτεια.

4 Κατσαρίδες: οι απρόσκλητοι επισκέπτες

Εμφανίζονται όταν δεν το περιμένεις. Πιο συχνά όταν έχεις καλεσμένους.

Αντίδοτο:

- Μην αφήνετε νερά/υγρασία/σκουπίδια – τα λατρεύουν.
- Τσιμούχες στις πόρτες, καθαρά σιφόνια, και μια ανελέητη αποφασιστικότητα. Το σπίτι μου ανήκει! Βέβαια αν έχει φτερά, της το παραχωρώ αμαχητί!
- Σπιτικό DIY: μαγειρική σόδα και ζάχαρη (τη μπερδεύουν με τροφή, και boom).

5 Ψύλλοι και τσιμπούρια: μικροί εφιάλτες με νύχια

Αν έχετε κατοικίδιο, είστε ήδη στο στόχαστρο.

Αντίδοτο:

- Αντιπαρασιτικά, τακτικά μπάνια και έλεγχος μετά από βόλτα.

6 Μύγες: οι ενοχλητικοί DJ του καλοκαιριού

Δεν φεύγουν με τίποτα και σιχαίνονται το καλό φαγητό... γιατί το θέλουν μόνο για εκείνες.

Αντίδοτο:

- Σίτες, ανεμιστήρες, κλειστά σκουπίδια.
- DIY παγίδα: βάζετε ξίδι και λίγο σαπούνι σε ένα μπολάκι.
- Ή ακόμα καλύτερα, υιοθετήστε μια... σαύρα. Μιλάμε για φυσικό insect killer.

+ EXTRA: Γιατί τσιμπάνε μόνο εσένα;

Είσαι:

- Ο πιο ζεστός στο τραπέζι (κυριολεκτικά).
- Φοράς άρωμα/αποσμητικό με γλυκές νότες.





- Αγαπάς τις μπύρες.
- Ή απλώς, είσαι... νόστιμος.

Κι αν όλα αποτύχουν;

Αγκαλιάστε τη φύση. Ή πηγαίνετε για διακοπές στον... Βόρειο Πόλο. Εκεί, κανένα κουνούπι δεν επιβιώνει. Τουλάχιστον όχι ακόμα.

...η κατσαρίδα μπορεί να ζήσει για μια βδομάδα χωρίς κεφάλι;

Ανατριχιαστικό, το ξέρουμε. Πεθαίνει τελικά... από αφυδάτωση. Αν δεν είναι αυτό δράμα, τι είναι;

...οι πεταλούδες δοκιμάζουν τις γεύσεις με τα πόδια τους;

Τα πέλματά τους έχουν γευστικούς αισθητήρες. Κυριολεκτικά "δοκιμάζουν" το μέρος πριν κάτσουν.

...μια μέλισσα όταν σε τσιμπήσει, πεθαίνει;

Οπότε πριν φρικάρεις, θυμήσου ότι εκείνη πλήρωσε πιο ακριβά το τίμημα.

...τα τριζόνια έχουν αυτιά στα γόνατά τους;

Γι' αυτό μάλλον σε «ακούνε» να κλείνεις το παράθυρο και αρχίζουν ακόμα πιο δυνατά.

...ο μέσος άνθρωπος καταπίνει άθελά του 5-8 έντομα τον χρόνο στον ύπνο του;

Καλώς ήρθες στην παρέα των αναίσθητων... gourmet.

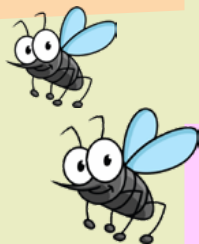
Ήξερες ότι...

...τα κουνούπια προτιμούν τους ανθρώπους που πίνουν μπύρα;

Όχι, δεν είναι haters - απλώς λατρεύουν τη μυρωδιά της αιθανόλης που εκπνέεται πιο έντονα.

...μόνο τα θηλυκά κουνούπια τσιμπάνε;

Τα αρσενικά προτιμούν τον χυμό από τα φυτά. Οι κυρίες, όμως, χρειάζονται αίμα για να παράγουν αυγά. (Ποιος είπε ότι η μητρότητα είναι εύκολη;)



...τα μυρμήγκια μπορούν να σηκώσουν 50 φορές το βάρος τους;

Φαντάσου να έπαιρνες το ασανσέρ κουβαλώντας το αμάξι σου στον ώμο. Respect.

Και αν όλα αυτά αποτύχουν, απλώς διάβασε τη συνέντευξη που ακολουθεί και ίσως λύσω κάποια από τα ενοχλητικά καλοκαιρινά σου προβλήματα...!

Thank me later...

Ξεπέρασαν τα 50 τα Καταστήματα ΔΕΗ νέας γενιάς πανελλαδικά

Η ΔΕΗ συνεχίζει με δυναμικό ρυθμό τον εκσυγχρονισμό του δικτύου της, με περισσότερα από 50 νέα και πλήρως ανακαινισμένα καταστήματα να λειτουργούν ήδη πανελλαδικά. Με σύγχρονο αρχιτεκτονικό σχεδιασμό, ανοιχτούς φιλόξενους χώρους και προηγμένες ψηφιακές υπηρεσίες, τα νέα καταστήματα ανταποκρίνονται στις σύγχρονες ανάγκες των πελατών, προσφέροντας γρήγορη και ποιοτική εξυπηρέτηση.

Η εξυπηρέτηση διαρθρώνεται σε τρεις ζώνες: γρήγορης εξυπηρέτησης, συμβούλων ενέργειας και ηλεκτρονικής υποστήριξης μέσω του myΔΕΗ ServicePoint. Παράλληλα, το διευρυμένο ωράριο (έως και τις 20:00 Τρίτη, Πέμπτη, Παρασκευή) επιτρέπει ακόμη μεγαλύτερη ευελιξία στους πελάτες.

Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στα εξειδικευμένα προγράμματα ενέργειας, όπως το ΔΕΗ myHome 4Students, που προσφέρει χαμηλό κόστος και οικολογικά οφέλη για φοιτητές, και το ΔΕΗ myHome EnterTwo, με σταθερές τιμές για δύο χρόνια και προνόμια μέσω GreenPass και myRewards.

Στα καταστήματα διατίθεται πλέον και το ΔΕΗ Fiber, η νέα υπηρεσία οπτικής ίνας για υπερυψηλές ταχύτητες διαδικτύου, ήδη διαθέσιμη σε 13 δήμους της Αττικής.

Η ΔΕΗ επενδύει σταθερά στη βελτίωση της εμπειρίας των πελατών, υλοποιώντας ένα σύγχρονο μοντέλο εξυπηρέτησης που συνδυάζει την τεχνολογία, τη βιωσιμότητα και την άμεση επαφή.



Market Trends

Η Heineken® παρουσιάζει το The Boring Mode: λιγότερα στο τηλέφωνο, περισσότερα στη ζωή

Λιγότερα στο τηλέφωνο, περισσότερα στη ζωή.

BORING MODE

Available on the App Store
GET IT ON Google Play

Μετά την επιτυχία του The Boring Phone, της limited edition συσκευής που σχεδιάστηκε με τη Bodega για να ενθαρρύνει την αποσύνδεση από την ψηφιακή εξάρτηση, η Heineken® παρουσιάζει το επόμενο βήμα: την εφαρμογή The Boring Mode.

Πρόκειται για μια καινοτόμα λειτουργία που βοηθά τους χρήστες να μειώσουν τους ψηφιακούς περισπασμούς, απελευθερώνοντας χώρο για τις στιγμές που έχουν πραγματικά σημασία. Η εφαρμογή κάνει το ντεμπούτο της στην Ελλάδα μέσα από ένα έξυπνο PR stunt που παρουσιάστηκε στη συναυλία των Keinemusik: ένα φαινομενικά άδειο panel αποκάλυπτε το μήνυμα «Κράτα τη στιγμή στη μνήμη σου – όχι στο κινητό σου» μόνο μέσα από την κάμερα του κινητού.

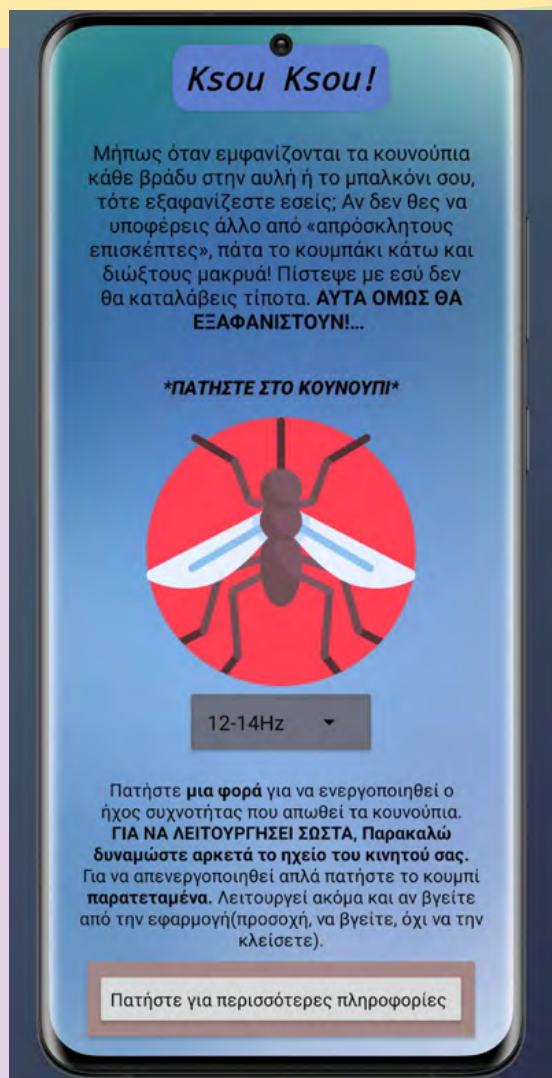
Η Heineken® απαντά σε μια αυξανόμενη ανάγκη της Generation Z και των Zillennials: να ζουν πιο αυθεντικά. Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα, οι νέοι στην Ελλάδα παραδέχονται ότι ελέγχουν το κινητό τους κατά μέσο όρο επτά φορές σε κάθε κοινωνική έξοδο, αν και πολλοί δηλώνουν ότι επιλέγουν συχνά να το αφήνουν στο στίτι.

Το The Boring Mode είναι πλέον διαθέσιμο για λήψη σε συσκευές iOS και Android, μεταφέροντας την εμπειρία του Boring Phone από ένα φυσικό προϊόν σε μια καθημερινή, απλή αλλά ουσιαστική επιλογή.

Μάθε περισσότερα [εδώ](#).

Κσου Κσου και φύγαμε! Πώς μια καθημερινή ενόχληση γίνεται αφορμή για έμπνευση

Τι κοινό έχουν τα κουνούπια, οι κατσαρίδες και η ελληνική καινοτομία; Μα φυσικά, τον **Χρήστο Αποστόλου**. Τον άνθρωπο που κατάφερε να βάλει τεχνολογία και χιούμορ στην ίδια πρόταση — και να την κάνει viral. Με τις εφαρμογές Κσου Κσου και KatsaridoKsouKsou, που μετρούν πάνω από 500.000 λήψεις, ο Χρήστος απέδειξε ότι οι καλύτερες ιδέες ξεκινούν από την καθημερινότητα και... ένα κουνούπι που δεν σε αφήνει να κοιμηθείς. Σε μια συνέντευξη που τα έχει όλα — επιστήμη, αστείες ιστορίες, τεχνητή νοημοσύνη και λίγο «εκδικητικό satisfaction» — λέμε μαζί του ένα μεγάλο Say Yes στην τεχνολογία που φτιάχτηκε με ψυχή (και πολλή δουλειά πίσω από την οθόνη).



Ας ξεκινήσουμε με τα βασικά: Πώς γεννήθηκε η ιδέα για μια εφαρμογή που λέει “Ξου Ξου” σε κουνούπια και κατσαρίδες;

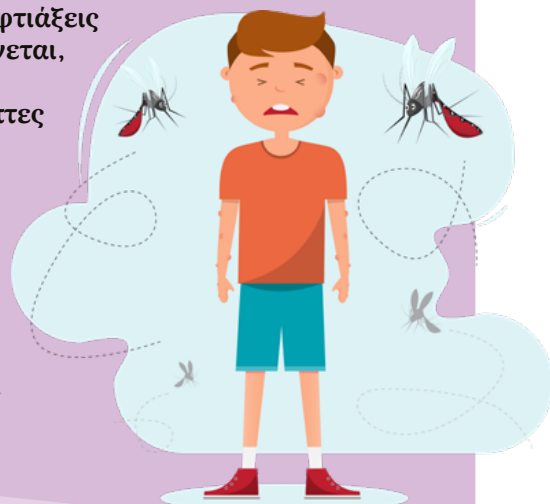
Η ιδέα γεννήθηκε μέσα από μία πολύ απλή αλλά επαναλαμβανόμενη εμπειρία που έχουμε όλοι μας: να παλεύουμε με κουνούπια ή να τρομάζουμε στη θέα μιας κατσαρίδας.

Αναρωτήθηκα λοιπόν: «Μπορούμε να κάνουμε κάτι απλό αλλά τεχνολογικά έξυπνο;».

Έτσι, συνδυάζοντας την αγάπη μου για την τεχνολογία και την καινοτομία, γεννήθηκε το Κσου Κσου και στη συνέχεια το KatsaridoKsouKsou.

Πόσο δύσκολο είναι να φτιάξεις έναν ήχο που δεν ακούγεται, αλλά διώχνει τους πιο ανεπιθύμητους επισκέπτες του καλοκαιριού;

Ήταν αρκετά απαιτητικό. Πέρα από τον προγραμματισμό, έπρεπε να βασιστώ σε εκτενή βιβλιογραφική έρευνα για να κατανοήσω πώς αλληλεπιδρούν τα κουνούπια με εξωτερικά ακουστικά ερεθίσματα.





KatsaridoKsouKsou!
Η πρώτη Ελληνική δωρεάν
εφαρμογή κινητών που
απωθεί τις κατσαρίδες
μέσω του ήχου!



Οι ήχοι που επέλεξα να χρησιμοποιηθούν στην εφαρμογή είναι παρόμοιοι με εκείνους που παράγουν φυσικοί εχθροί των κουνουπιών – όπως συγκεκριμένα αρπακτικά ή ανταγωνιστικά είδη.

Το αποτέλεσμα είναι ότι τα κουνούπια νιώθουν απειλή και απομακρύνονται. Αυτό δεν σημαίνει 100% αποτελεσματικότητα πάντα και παντού, αλλά σίγουρα λειτουργεί στις περισσότερες περιπτώσεις.

Έχουν υπάρξει περίεργες ή ξεκαρδιστικές αντιδράσεις χρηστών στις εφαρμογές σου;

Αρκετές! Μία από τις πιο ξεκαρδιστικές ήταν ένα σχόλιο χρήστη που είπε ότι ένιωσε «εκδικητική ικανοποίηση» όταν είδε κουνούπια να εξαφανίζονται.

Αλλά γενικότερα μου θυμίζουν γιατί αξίζει να δίνεις μια δημιουργική νότα στην καθημερινότητα των άλλων.

Από πού αντλείς έμπνευση για τις ονομασίες; Γιατί Ksou Ksou και γιατί... KatsaridoKsouKsou; Πόση δόση χιούμορ βάζεις στη δουλειά σου;

Το όνομα «Ksou Ksou» βγήκε αυθόρμητα – είναι μια έκφραση που λέμε συχνά όταν θέλουμε να διώξουμε κάτι.

Ήθελα η εφαρμογή να προκαλεί χαμόγελο. Το χιούμορ είναι απαραίτητο συστατικό σε ό,τι κάνω – ακόμα και η τεχνολογία πρέπει να έχει ψυχή.





Πάνω από 500.000 λήψεις — περιμένες αυτή την απήχηση; Ποια στιγμή κατάλαβες ότι «κάτι γίνεται εδώ»;

Στην αρχή ήταν απλά ένα πείραμα. Όταν όμως είδα τις πρώτες 10.000 λήψεις χωρίς διαφήμιση, κατάλαβα ότι είχα αγγίξει ένα καθημερινό “νεύρο” του κόσμου.

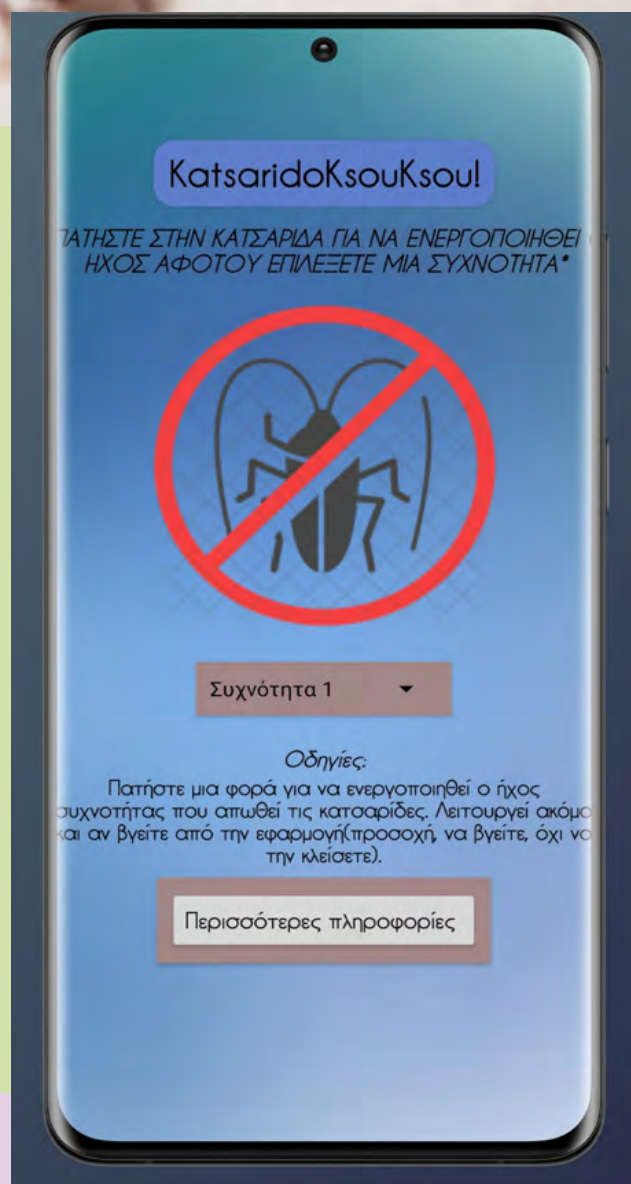
Η στιγμή που είδα την εφαρμογή να συζητιέται σε ραδιοφωνικές εκπομπές και το feedback των χρηστών να πολλαπλασιάζεται, ήταν το σημείο που είπα «ναι, κάτι γίνεται».

Πόσο εύκολη ή δύσκολη είναι η πορεία ενός νέου Έλληνα developer που θέλει να δημιουργήσει κάτι δικό του από το μηδέν;

Είναι δύσκολη – κυρίως λόγω περιορισμένων πόρων και υποστήριξης. Όμως η τεχνολογία δίνει απεριόριστες δυνατότητες. Από μικρός ήμουν αυτοδίδακτος, και μέσα από αυτή την προσέγγιση απέδειξα ότι με επιμονή και πίστη, μπορείς να δημιουργήσεις κάτι από το τίποτα – ακόμη και χωρίς αρχικό κεφάλαιο.

Ποια άλλη “έξυπνη” εφαρμογή θα ήθελες να δημιουργήσεις στο μέλλον; Έχεις κάτι στα σκαριά;

Αυτή την περίοδο δουλεύω πάνω σε μια εφαρμογή που αξιοποιεί τεχνητή νοημοσύνη για την αυτόματη αναγνώριση της νοηματικής γλώσσας μέσω κάμερας. Είναι ένα ιδιαίτερα απαιτητικό project, γιατί αφορά ανθρώπους με αυξημένες ανάγκες επικοινωνίας και κάθε





λεπτομέρεια έχει σημασία.

Παρόλα αυτά, παλεύω με επιμονή για να το φτάσω στο καλύτερο δυνατό επίπεδο. Η τεχνολογία μπορεί και πρέπει να είναι προσβάσιμη και για όσους μέχρι τώρα δεν είχαν “φωνή”.

Αν μπορούσες να διώξεις από τη ζωή σου ένα πρόβλημα... με το πάτημα ενός κουμπιού, τι θα ήταν; Σε τι θα έλεγες «Ξου - Ξου»;

Θα έλεγα «Ξου-Ξου» στην αδράνεια και στη μιζέρια. Στην τάση να αναβάλουμε τα όνειρά μας. Αν είχα ένα κουμπί, θα το πατούσα για να δώσει σε όλους λίγο θάρρος να τολμήσουν.

Ποιο είναι το καλύτερο μήνυμα που έχεις λάβει ποτέ από χρήστη σου;

Ένα από τα πιο συγκινητικά μηνύματα που έχω λάβει ήρθε από χρήστη της εφαρμογής PANICosGR. Μου έγραψε πως βρισκόταν σε μια πολύ δύσκολη και ψυχολογικά φορτισμένη στιγμή, μέσα σε μια τοξική σχέση. Χάρη στην εφαρμογή, κατάφερε με ένα μόνο πάτημα να ειδοποιήσει ένα συγγενικό του πρόσωπο και να ζητήσει βοήθεια χωρίς να κινήσει υποψίες. Αυτό το απλό εργαλείο έδωσε μια έξοδο και, όπως μου είπε, «έκανε τη διαφορά τη στιγμή

που όλα έμοιαζαν να καταρρέουν».

Για μένα, αυτό είναι το νόημα της τεχνολογίας: να είναι εκεί όταν την έχεις πραγματικά ανάγκη.

Τέλος, τι θα έλεγες σε κάποιον που έχει μια ιδέα αλλά φοβάται να την κυνηγήσει;

Θα του έλεγα: Μην περιμένεις την «τέλεια στιγμή».

Η ιδέα σου δεν χρειάζεται να είναι τέλεια - χρειάζεται να γίνει πράξη. Κι αν δεν πετύχει, τουλάχιστον θα έχεις κερδίσει γνώση και εμπειρία. Πάτα το δικό σου «Ξου Ξου» στο φόβο.

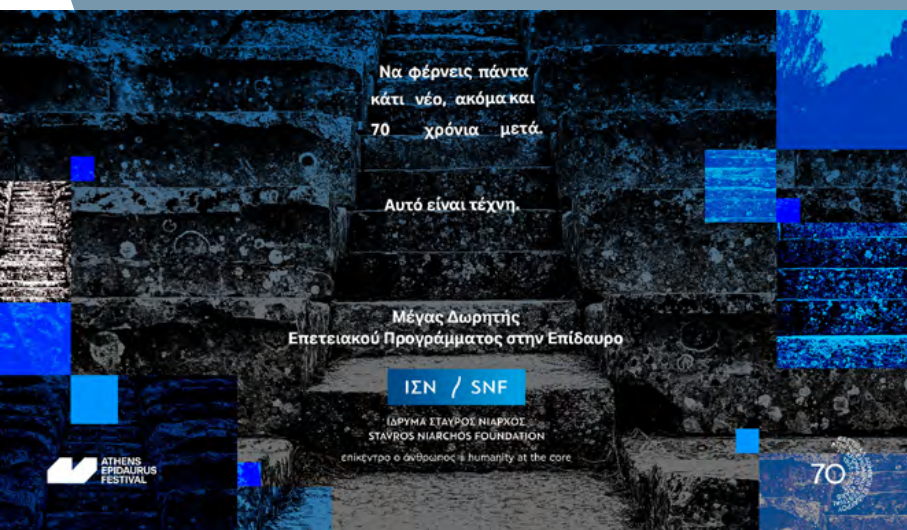
Αν μένει κάτι από αυτή τη συζήτηση, είναι πως πολλές φορές το πιο μικρό και φαινομενικά ασήμαντο — ένα έντομο, ένας φόβος, μια σκέψη που σε τρώει σιωπηλά — μπορεί να γίνει η σπίθα για κάτι αληθινά σπουδαίο.

Ο Χρήστος Αποστόλου δεν είπε απλώς «Ksou Ksou» στα έντομα. Είπε «ναι» στην τόλμη, στην έμπνευση και στην ανάγκη όλων μας για εργαλεία που κάνουν τη ζωή λίγο πιο έξυπνη, λίγο πιο ασφαλή, και πολύ πιο fun.

Εμείς λέμε: Say Yes στις ιδέες που σε ξυπνάνε το βράδυ και δεν σε αφήνουν ήσυχο μέχρι να τις κάνεις app.



Το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ) Μέγας Δωρητής του Επετειακού Προγράμματος στην Επίδαυρο



Το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ) στηρίζει ως Μέγας Δωρητής το Επετειακό Πρόγραμμα του Φεστιβάλ Αθηνών Επιδαύρου στην Επίδαυρο, με αφορμή τη συμπλήρωση 70 ετών από την έναρξη του κορυφαίου πολιτιστικού θεσμού της χώρας.

Χάρη στη δωρεά του ΙΣΝ, καθίστανται δυνατές τέσσερις εμβληματικές παραγωγές στο Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου, με διεθνή δημιουργούς, μεγάλους Έλληνες καλλιτέχνες και παγκόσμια πρεμιέρα:

- Η Αντιγόνη του Σοφοκλή, σε σκηνοθεσία Ulrich Rasche και μετάφραση Νίκου Παναγιωτόπουλου, κάνει πρεμιέρα στις 27 Ιουνίου (επαναλήψεις 28 & 29 Ιουνίου), σε συμπαραγωγή με το Εθνικό Θέατρο.

- Η Utopia, συναυλία του Θεόδωρου Κουρεντζή με έργα Μάλερ, ανεβαίνει στις 19 Ιουλίου.
- Ο Οιδίπους, σκηνοθετημένος από τον Γιάννη Χουβαρδά, παρουσιάζεται ως ενιαίο έργο στις 25 & 26 Ιουλίου.
- Ο Όρκος της Ευρώπης του Wajdi Mouawad, με τη Juliette Binoche, παρουσιάζεται στις 1 & 2 Αυγούστου.

Η στήριξη του ΙΣΝ αποτελεί συνέχεια της μακροχρόνιας σχέσης του με το Φεστιβάλ (δωρεές το 2007, 2012 και 2014) και εντάσσεται στο ευρύτερο έργο του Ιδρύματος για την προώθηση της τέχνης και τη διεύρυνση της πρόσβασης στον πολιτισμό, εντός και εκτός Ελλάδας.

Travel News

Grecotel Filoxenia Kalamata: Νέα εποχή για ένα ιστορικό ξενοδοχείο

Το εμβληματικό Filoxenia Kalamata, ένα από τα πλέον ιστορικά ξενοδοχεία της Μεσσηνίας, επιστρέφει πλήρως ανανεωμένο, μετά από ριζική ανακαίνιση, εγκαινιάζοντας μια νέα εποχή φιλοξενίας για την περιοχή. Με 95 πολυτελή δωμάτια και 67 κομψές σουίτες, σε απόλυτη αρμονία με την αρχιτεκτονική της παραθαλάσσιας Ελλάδας, το ξενοδοχείο απλώνεται σε μια μαγευτική τοποθεσία δίπλα στον Ταυγετο και 300 μέτρα παραλίας. Οι χώροι του, φωτεινοί και αυθεντικοί, πλαισιώνονται από πισίνες υπερχειλίσσης, ελαιόκηπους και εξαιρετικά εστιατόρια με γεύσεις από τη Μεσσηνία και τη Λακωνική Μάνη.

Η Grecotel, που φέτος γιορτάζει 50 χρόνια παρουσίας, επενδύει ουσιαστικά στον τοπικό χαρακτήρα: όλο το προσωπικό προέρχεται από την Καλαμάτα και την ευρύτερη περιοχή, ενώ το ξενοδοχείο προβάλλει τοπικά προϊόντα όπως το περίφημο καλαματιανό μαντήλι. Η συνολική επένδυση θα φτάσει τα 20 εκατ. ευρώ με τη δεύτερη φάση να περιλαμβάνει spa και συνεδριακό κέντρο.

«Η οικογένεια της Grecotel είναι ιδιαίτερα χαρούμενη που η επέτειος των 50 χρόνων συνέπεσε με την ανακαίνιση του Filoxenia. Γιατί αυτό πρεσβεύουμε», δήλωσε η CEO Μάρι Ν. Δασκαλαντωνάκη.

Η Grecotel παραμένει πρωτοπόρος στον ελληνικό τουρισμό, προσφέροντας αυθεντικές εμπειρίες μέσα από 40 μοναδικά ξενοδοχεία σε 15 προορισμούς.



Δέντρα αποφάσεων: Πώς να παίρνεις καλύτερες αποφάσεις, χωρίς πονοκέφαλο



Κάθε μέρα παίρνουμε αμέτρητες αποφάσεις, από το τι θα φάμε για πρωινό μέχρι ποια επαγγελματική ευκαιρία θα ακολουθήσουμε. Άλλες είναι απλές, άλλες όμως απαιτούν ανάλυση και σκέψη. Και εδώ έρχονται τα δέντρα αποφάσεων να κάνουν τη ζωή μας πιο εύκολη.

Τι είναι το δέντρο αποφάσεων;

Φαντάσου ότι πρέπει να πάρεις μια απόφαση και αντί να βασιστείς στο ένστικτό σου, δημιουργείς ένα διάγραμμα με επιλογές και πιθανά αποτελέσματα. Κάθε κόμβος (σημείο απόφασης) αντιπροσωπεύει μια ερώτηση, οι κλάδοι (διαδρομές) δείχνουν τις επιλογές σου και τα φύλλα (τελικά σημεία) είναι τα πιθανά αποτελέσματα.

Πώς βοηθάει στην καθημερινότητα;

- 👉 Λαμβάνεις πιο αντικειμενικές αποφάσεις – Βλέπεις όλες τις επιλογές και τις συνέπειές τους πριν αποφασίσεις.

- 👉 Μειώνεις το άγχος – Όταν τα βάζεις όλα κάτω γραπτώς, η απόφαση γίνεται πιο ξεκάθαρη.
- 👉 Αποφεύγεις παγίδες – Αναγνωρίζεις πιθανά προβλήματα πριν εμφανιστούν.

Παράδειγμα στην πράξη

Ας πούμε ότι θέλεις να αλλάξεις δουλειά. Το δέντρο αποφάσεων θα σε βοηθήσει να ζυγίσεις τα υπέρ και τα κατά, συγκρίνοντας παράγοντες όπως μισθός, ωράριο, εξέλιξη και ισορροπία ζωής-εργασίας.

Τα δέντρα αποφάσεων δεν είναι μόνο για μαθηματικούς και επιστήμονες. Είναι ένα απλό εργαλείο που μπορεί να σε βοηθήσει να βάλεις τάξη στις σκέψεις σου και να πάρεις αποφάσεις με λιγότερο ρίσκο και περισσότερη σιγουριά.

Την επόμενη φορά που θα βρεθείς μπροστά σε ένα δίλημμα, δοκίμασε να το χαρτογραφήσεις. Θα δεις ότι η σωστή επιλογή θα γίνει πολύ πιο ξεκάθαρη!



Νέα έκθεση του Ανδρέα Κοντέλλη στη Λήμνο: Η επιστροφή του καλλιτέχνη στον τόπο που αγαπά

Ο Ανδρέας Κοντέλλης επιστρέφει στον γενέθλιο τόπο του, τη Λήμνο, με μια νέα ενότητα ζωγραφικών έργων αφιερωμένη στο νησί που εμπνέει το σύνολο της εικαστικής του διαδρομής. Η έκθεση θα φιλοξενηθεί στον Χώρο Τέχνης ΑΠΟΘΗΚΗ, στο παλιό λιμάνι της Μύρινας, από την 1η έως και τις 30 Αυγούστου 2025, με επιμέλεια της ιστορικού τέχνης Ήρας Παπαποστόλου.

Όπως σημειώνει η ίδια στον κατάλογο της έκθεσης:

«Ο Ανδρέας Κοντέλλης αποδεικνύει για ακόμη μία φορά ότι έχει τη Λήμνο στην καρδιά του. Το φως, η γη, η θάλασσα, οι άνθρωποι του νησιού αποκτούν φωνή μέσα από τη ζωγραφική του, ενώ η έντονη γυναικεία παρουσία λειτουργεί συμβολικά, ως σύμβολο μυστήριου και ελευθερίας».

Η φετινή έκθεση αποκτά ιδιαίτερο συμβολισμό, καθώς ο Χώρος Τέχνης ΑΠΟΘΗΚΗ συμπληρώνει δέκα χρόνια λειτουργίας, έχοντας εγκαινιάσει τη διαδρομή του το 2015 ακριβώς με έργα του Ανδρέα Κοντέλλη. Δέκα χρόνια μετά, ο κύκλος αυτός κλείνει και ξανανοίγει με έναν φόρο τιμής στη Λήμνο και την καλλιτεχνική της ψυχή.

Εγκαινία: Σάββατο 1 Αυγούστου 2025, ώρα 20:00

Ώρες λειτουργίας: Καθημερινά 19:30–23:00

Τοποθεσία: Χώρος Τέχνης ΑΠΟΘΗΚΗ, Αιγαίου 13, παλιό λιμάνι Μύρινας, Λήμνος

www.limnos-experience.com/apothiki

Sydney Dance Company – Impermanence



Το Φεστιβάλ Αθηνών Επιδαύρου υποδέχεται για πρώτη φορά στην Ελλάδα τη διεθνώς αναγνωρισμένη Sydney Dance Company, με την παράσταση Impermanence. Μια συγκινητική και δυναμική χορογραφία του Rafael Bonachela, πάνω στη μουσική του βραβευμένου με Grammy Bryce Dessner, ερμηνευμένη ζωντανά από το Zaide Quartet.

Η παράσταση, εμπνευσμένη από τις καταστροφικές πυρκαγιές στην Αυστραλία και τη Notre-Dame, εξερευνά με ένταση και ποίηση τη φύση της απώλειας και της αλλαγής. Έργο μεγάλης συναισθηματικής φόρτισης, το Impermanence ταξίδεψε σε σπουδαίες σκηνές της Νέας Υόρκης, του Παρισιού και του Λονδίνου, αποσπώντας διθυραμβικές κριτικές.

Η Sydney Dance Company, υπό τη διεύθυνση του Rafael Bonachela από το 2009, είναι μια από τις σημαντικότερες ομάδες σύγχρονου χορού παγκοσμίως, με διαρκή παρουσία σε κορυφαία φεστιβάλ και χώρους όπως η Όπερα του Σίδνεϊ και το Joyce Theater. Μαζί της επί σκηνής, το γυναικείο Zaide Quartet, ένα από τα κορυφαία κουαρτέτα εγχόρδων της Ευρώπης.

Impermanence: μια παράσταση όπου ο χορός, η μουσική και το φως ενώνονται για να αφηγηθούν, χωρίς λέξεις, όσα μας αγγίζουν βαθιά.

Ωδείο Ηρώδου Αττικού

4 Ιουλίου 2025 | 21:00

Διάρκεια: 65' – Χωρίς διάλειμμα

Πληροφορίες & εισιτήρια: aefestival.gr

ΓΚΑΜΠΡΙΕΛ
ZEBINΤΟ ΑΥΡΙΟ
ΚΑΙ ΤΟ ΑΥΡΙΟ
ΚΑΙ ΤΟ ΑΥΡΙΟ

ΜΥΘΙΣΤΟΡΗΜΑ



ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ ΑΛΕΞΗΣ ΚΑΛΟΦΩΛΙΑΣ

Το αύριο και το αύριο
και το αύριο

Μια βαθιά ανθρώπινη ιστορία για τη φιλία, τη δημιουργικότητα και τις σκιές της επιτυχίας.

Ο Σαμ και η Σέιντι γνωρίζονται μικροί, σε ένα παιδιατρικό νοσοκομείο της Καλιφόρνια, και δένονται παίζοντας βιντεοπαιχνίδια. Χρόνια μετά, οι δρόμοι τους ξανασμίγουν και πυροδοτούν μια συνεργασία που θα αλλάξει τον κόσμο του gaming.

Η επιτυχία τους εκτοξεύεται, αλλά μαζί της έρχονται η φθορά, οι συγκρούσεις και η δοκιμασία μιας σχέσης που ποτέ δεν υπήρξε απλή.

Ένα μυθιστόρημα για όλους όσοι μεγάλωσαν με κονσόλες, αλλά κυρίως για όσους ξέρουν ότι τα πιο σύνθετα παιχνίδια παίζονται στην καρδιά.

Έντιμος εμπορία



Μια ιστορία που μοιάζει αληθινή — και ίσως γι' αυτό σε συγκινεί ακόμα περισσότερο. Τρεις αδελφοί, οι Σκούρας, φεύγουν από το χωριό τους με όνειρα και αποφασιστικότητα. Ο προορισμός τους: η Αθήνα. Ο στόχος τους: να αποκτήσουν ένα δικό τους κατάστημα νεωτερισμών, να φτιάξουν κάτι δικό τους, να πετύχουν. Με σκληρή δουλειά και φιλοδοξία, θα φτάσουν πιο μακριά απ' όσο μπορούσαν να φανταστούν.

Όμως η επιτυχία έχει πάντα κόστος. Και το τίμημα της φιλοδοξίας δεν είναι πάντα υλικό — πολλές φορές είναι ψυχικό, οικογενειακό, ανθρώπινο. Η «έντιμος εμπορία» γίνεται σταδιακά το σύνθημα αλλά και το ερώτημα που αιωρείται πάνω από τις επιλογές τους. Πόσο έντιμος μπορεί να είναι ο δρόμος προς την κορυφή; Και τι μένει όταν φτάσεις εκεί;

Η Μαίρη Σιάνη-Ντέιβις χτίζει με ευαισθησία ένα αφήγημα για την ελληνική οικογένεια, τα όνειρα, τις θυσίες και τις ηθικές αποφάσεις που διαμορφώνουν τις ζωές μας. Ένα βιβλίο που, αν και μυθοπλασία, διαβάζεται σαν αληθινό. Γιατί μιλάει για πράγματα που όλοι αναγνωρίζουμε: την ανάγκη για πρόοδο, την αγάπη για την οικογένεια και την εύθραυστη ισορροπία ανάμεσα στην επιτυχία και την ακεραιότητα.

quote of the day

**IF YOU THINK YOU ARE TOO SMALL TO
MAKE A DIFFERENCE, TRY SLEEPING
WITH A MOSQUITO**

Dalai Lama

**Σήμερα
γιορτάζουν!**

Ανάργυρος, Ανάγνη,
Δαμιανός, Δαμιανή,
Κοσμάς,
Μαυρίκιος, Μαυρικία,
Μαυρίκα

1 Ιουλίου

- › International Chicken Wing Day
- › American Zoo Day
- › International Joke Day
- › National Gingersnap Day
- › International Reggae Day