



GREAT EXHIBITIONS

T. +30 210 7755080 E. info@greatexhibitions.gr S. www.greatexhibitions.gr



TRULY GREECE

Truly Greek. Truly Global.



Great Exhibitions proudly presents “**Truly Greece**”, a **distinct** and **dynamic exhibition brand**, communicating the **modern**, **friendly** and **unique** profile of leading Greek producers and the rich taste of their products, in the world market.

Visit us: Hall 2.2 | Hall 4.1 | Hall 4.2 | Hall 5.1 | Hall 8 | Hall 9.1 | Hall 10.1 | Hall 10.2 | Hall 11.2

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

ΟΡΕΝΑΙ VS LINKEDIN: ΠΟΙΟΣ ΘΑ ΚΕΡΔΙΣΕΙ ΤΗ ΜΑΧΗ ΓΙΑ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ;



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Πόσες φορές έχεις πιάσει τον εαυτό σου να λέει «πρέπει να πάω», «πρέπει να κάνω», «πρέπει να αντέξω»; Το «πρέπει» είναι σαν εκείνο το ζεστό σακάκι που το φοράς ενώ έξω έχει 25 βαθμούς: σε βαραίνει, σε κουράζει, σε ιδρώνει.

Κι όμως, υπάρχει ένα μικρό τρικ – μια αλλαγή μιας λέξης – που μπορεί να ξεκουμπώσει ολόκληρο τον εγκέφαλο. Αντί για «πρέπει», δοκίμασε να πεις «έχω την ευκαιρία». Από το «I have to» στο «I get to».

Μπορεί να μοιάζει ασήμαντο, αλλά δεν είναι. Ο εγκέφαλός σου καταγράφει εμπειρίες με βάση το πώς τις «βαφτίζεις».

Το «πρέπει» χρωματίζει τα πάντα με υποχρέωση και βάρος. Το «έχω την ευκαιρία» τα κάνει να μοιάζουν με επιλογή, με προνόμιο.

Και ξαφνικά, το ίδιο task – από τα σκουπίδια μέχρι μια παρουσίαση – αλλάζει θέση στο «database» της ανταμοιβής που χτίζει το μυαλό σου.

Η αλήθεια είναι απλή: δεν μπορείς πάντα να αλλάξεις όσα συμβαίνουν, αλλά μπορείς να αλλάξεις το πώς τα κοιτάς. Κι αυτή η μικρή γλωσσική στροφή, αυτή η αντικατάσταση μιας λέξης, είναι σαν να δίνεις στον εαυτό σου οξυγόνο εκεί που πριν έπνιγες.

Tip of the Day: Την επόμενη φορά που θα ακούσεις τον εαυτό σου να λέει «πρέπει», σταμάτα μισό δευτερόλεπτο και άλλαξέ το σε «έχω την ευκαιρία». Δες πώς αλλάζει ο τόνος της φωνής σου, το σώμα σου, η διάθεσή σου. Είναι η πιο γρήγορη αναβάθμιση που μπορείς να κάνεις στη μέρα σου.

Γιατί στο τέλος, SayYesser, δεν είναι τα βάρη που μας γονατίζουν. Είναι οι λέξεις που διαλέγουμε για να τα περιγράψουμε. Και αν αυτές αλλάξουν, αλλάζει κι ολόκληρη η ζωή μας...

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

OpenAI vs LinkedIn: Ποιος θα κερδίσει τη μάχη για το μέλλον της εργασίας;



LinkedIn έχεις; Μάλλον ναι. ChatGPT έχεις χρησιμοποιήσει; Σίγουρα. Τώρα φαντάσου αυτά τα δύο να συγκρούονται. Γιατί η OpenAI – η εταιρεία πίσω από το ChatGPT – ανακοίνωσε ότι το 2026 θα λανσάρει το OpenAI Jobs Platform, μια AI-powered πλατφόρμα εύρεσης εργασίας που φιλοδοξεί να ξαναγράψει τους κανόνες στο πώς βρίσκουμε (και μας βρίσκουν) δουλειές.

Και ξέρεις τι σημαίνει αυτό; Το LinkedIn, που για χρόνια είχε το μονοπώλιο στο professional networking, ξαφνικά αποκτά έναν πολύ δυνατό αντίπαλο.

Από τα chatbots στις καριέρες

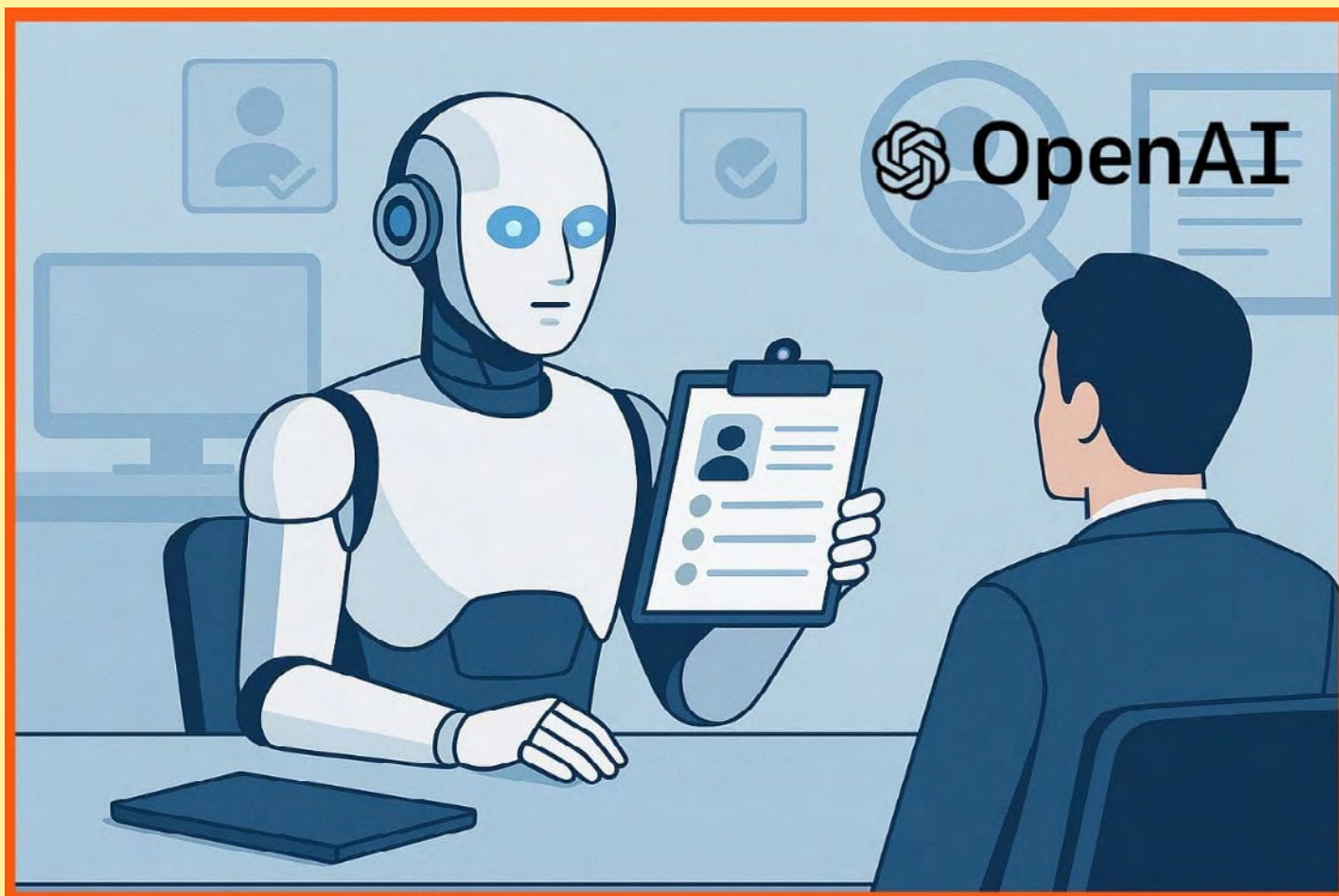
Η OpenAI δεν μένει πια στα chatbots. Θέλει να περάσει από την κουβέντα με την AI στην καριέρα μέσω της AI.

Το Jobs Platform υπόσχεται να κάνει κάτι που οι σημερινές πλατφόρμες απλώς δεν μπορούν: να βλέπει τον άνθρωπο πέρα από το βιογραφικό του.

Πώς; Με γενετικά μοντέλα AI που θα αναλύουν δεξιότητες, projects, ακόμα και potential, αντί να βασίζονται μόνο σε keywords. Αυτό σημαίνει ότι:

- ο developer που έμαθε coding μόνος του,
- ο δημιουργικός που δεν έχει fancy τίτλους σπουδών,





• ή ο μικροεπιχειρηματίας που ξέρει να φτιάχνει πράγματα hands-on,

θα μπορούν να αναδειχθούν, χωρίς να «θάβονται» από αλγορίθμους που μετράνε μόνο πτυχία και buzzwords.

Το άβολο κομμάτι: Microsoft

Και εδώ ξεκινά η αληθινή ίντριγκα. Γιατί το LinkedIn ανήκει στη Microsoft. Και ποιος είναι ο μεγαλύτερος επενδυτής της OpenAI; Ναι, η Microsoft. Επένδυσε δισεκατομμύρια για να φέρει το ChatGPT στο Office, στο Windows Copilot, παντού.

Αρα πώς γίνεται η OpenAI να βγάζει προϊόν που χτυπάει κατευθείαν το LinkedIn; Εδώ η σιωπή είναι εκκωφαντική. Ο **Reid Hoffman** (co-founder του LinkedIn και πρώιμος υποστηρικτής της OpenAI) δεν έχει σχολιάσει ακόμα.



Αλλά η κίνηση δείχνει ξεκάθαρα: η OpenAI δεν θέλει απλώς να είναι “το chatbot στο κινητό σου”. Θέλει να παίξει στο γήπεδο των μεγάλων platforms.

OpenAI Academy: το game-changer που δεν έχει LinkedIn

Το πιο δυνατό χαρτί; Η OpenAI Academy. Ένα certification program που θα ξεκινήσει πιλοτικά στο τέλος του 2025 και μέχρι το 2030 σκοπεύει να πιστοποιήσει 10 εκατομμύρια ανθρώπους σε AI δεξιότητες.

Σκέψου το έτσι:



- δεν θα χρειάζεται να γράψεις στο CV σου «ξέρω ChatGPT» ή «έχω εμπειρία σε AI».
- θα έχεις ένα επίσημο certification που θα συνδέεται αυτόματα με το Jobs Platform.
- οι εργοδότες θα μπορούν να κάνουν filter σε όσους έχουν περάσει το "AI literacy test".

Ήδη η Walmart έχει μπει στο pilot program. Και αν μπουν κι άλλοι corporate γίγαντες, τότε το παιχνίδι αλλάζει για πάντα.

Το στοίχημα της δικαιοσύνης

Μέχρι εδώ όλα ακούγονται λαμπερά. Αλλά υπάρχει και η άλλη πλευρά: bias, διαφάνεια, ηθική. Ένα AI που αποφασίζει για το αν θα περάσεις στη συνέντευξη, κουβαλάει και τεράστια ευθύνη.

Η OpenAI υπόσχεται fairness, explainability, accountability. Ωραία λόγια. Αλλά στην πράξη; Θα μπορείς να δεις γιατί δεν σε πήρε η πλατφόρμα σε μια δουλειά; Θα μπορείς να αμφισβητήσεις την απόφαση;

Γιατί το να έχεις έναν recruiter που δεν σου απαντάει ποτέ είναι εκνευριστικό. Το να έχεις έναν αλγόριθμο που δεν σου εξηγεί ποτέ είναι εφιαλτικό.

Beyond the CV: έξυπνο matching με AI

Εκεί που το OpenAI Jobs Platform πραγματικά διαφοροποιείται είναι στο contextual matching. Δεν θα βασίζεται μόνο σε «έχεις πτυχίο;», «έχεις εμπειρία 5 ετών;».

Θα μπορεί να καταλάβει ότι:

- αν ξέρεις Python, ίσως μαθαίνεις εύκολα και R,
- αν έχεις κάνει marketing σε startup, μπορείς να σταθείς και σε μεγάλο brand,
- αν έχεις εμπειρία στη διαχείριση ομάδας σε εθελοντική δράση, αυτό μετράει σαν leadership skill.





Μιλάμε δηλαδή για ένα AI career coach που όχι μόνο σε ταιριάζει με δουλειές, αλλά σου δίνει και career path guidance, βοηθά να γράψεις καλύτερο CV, ακόμη και να κάνεις mock interviews.

Η αγορά είναι έτοιμη;

Τα τελευταία πέντε χρόνια, η συζήτηση για το “μέλλον της εργασίας” γυρνάει γύρω από το ίδιο δίλημμα: θα μας φάει η AI τις δουλειές ή θα μας δώσει καλύτερες;

Η OpenAI, με αυτή την πλατφόρμα, λέει: «θα σου δώσω καλύτερες». Και η αλήθεια είναι ότι η στιγμή είναι σωστή. Μετά την πανδημία, το remote work, το reskilling και την εκρηκτική ζήτηση για AI skills, όλοι ψάχνουν τρόπο να επαναπροσδιορίσουν την καριέρα τους.

Η αγορά έχει ωριμάσει. Το ερώτημα είναι αν η κοινωνία είναι έτοιμη να αφήσει την τεχνητή νοημοσύνη να μπει και στο πιο προσωπικό κομμάτι: την καριέρα.

Το μέλλον δεν θα είναι μόνο LinkedIn

Αν κάτι μας δείχνει αυτή η ανακοίνωση, είναι ότι η εποχή του μονοπωλίου τελείωσε. Το LinkedIn για χρόνια ήταν “the only game in town”. Όποιος ήθελε να κάνει networking, εκεί πήγαινε.

Αλλά η OpenAI έρχεται να πει: «δεν αρκεί το networking. Χρειάζεται smart matching, upskilling, και πιστοποίηση σε real time». Και αυτό είναι κάτι που το LinkedIn, όσο και αν εξελίσσεται, δεν έχει ακόμα.

Τι σημαίνει για σένα

Αν δουλεύεις ήδη σε εταιρεία, η OpenAI Academy μπορεί να γίνει το νέο σου “διαβατήριο” για εξέλιξη. Αν είσαι freelancer, μπορεί να σε βοηθήσει να βρεις projects χωρίς να χαθείς στο χάος των αγγελιών. Αν ξεκινάς τώρα την καριέρα σου, μπορεί να σου ανοίξει πόρτες που παραδοσιακά ήταν κλειστές.

Η ερώτηση είναι: θα εμπιστευτείς την AI να «διαβάσει» το δυναμικό σου;

Conclusion: το μεγάλο login του μέλλοντος

Το 2026 δεν είναι μακριά. Και τότε θα δούμε αν το OpenAI Jobs Platform είναι πράγματι το LinkedIn-killer ή απλώς άλλη μια φιλόδοξη ιδέα.

Όπως και να ‘χει, η κίνηση αυτή δείχνει καθαρά: το μέλλον της δουλειάς δεν θα χτιστεί μόνο με networking και γνωριμίες. Θα χτιστεί με δεξιότητες, AI certifications και πλατφόρμες που βλέπουν τον άνθρωπο πίσω από το βιογραφικό.

Και αυτό είναι ίσως η πιο αισιόδοξη προοπτική: ότι μια γενιά εργαζομένων θα μπορεί να βρει θέση στην αγορά, όχι επειδή έχει «σωστά connections», αλλά επειδή έχει το σωστό potential.

Γιατί, τελικά, μπορεί το LinkedIn να σε δείξει ποιον ξέρεις. Αλλά το OpenAI υπόσχεται να δείξει τι μπορείς να κάνεις.

ναι ναι ναι

στις μειώσεις τιμών



Η Lidl Ελλάς λέει «ναι» στην οικονομία με μόνιμες μειώσεις τιμών

Με συνέπεια και σταθερό προσανατολισμό στη στήριξη της ελληνικής οικογένειας, η Lidl Ελλάς συνεχίζει να προσφέρει συνδυασμό ποιότητας και οικονομίας, αποδεικνύοντας έμπρακτα ότι η αξία δεν χρειάζεται να κοστίζει ακριβά.

Μέσα σε έναν χρόνο, η εταιρεία έχει προχωρήσει σε μειώσεις τιμών σε περισσότερα από 500 προϊόντα, ενώ έχει διατηρήσει σταθερές τιμές σε πάνω από 1.000.

Τις τελευταίες εβδομάδες, ακολούθησαν νέες μόνιμες μειώσεις σε 60 ακόμη βασικά προϊόντα, προσφέροντας ουσιαστική ανακούφιση στους καταναλωτές.

Παράλληλα, η εφαρμογή Lidl Plus συνεχίζει να επιβραβεύει τους χρήστες με αποκλειστικές προσφορές και έξυπνες ιδέες για οικονομικά γεύματα, ενισχύοντας την αγοραστική δύναμη των πελατών.

Όπως δήλωσε ο Martin Brandenburger, CEO και Πρόεδρος Διοίκησης της Lidl Ελλάς:

«Οι μόνιμες μειώσεις τιμών είναι δέσμευση απέναντι στην ελληνική οικογένεια. Θέλουμε να είμαστε δίπλα στους καταναλωτές, προσφέροντας καθημερινά αξία, ποιότητα και σιγουριά. Για εμάς, η τιμή έχει σημασία, αλλά η εμπιστοσύνη έχει ακόμη μεγαλύτερη.»

Γιατί στη Lidl Ελλάς, η καλύτερη ποιότητα και η καλύτερη τιμή πάνε μαζί – γιατί έτσι αξίζει.

Η Haleon γιορτάζει την Παγκόσμια Ημέρα Χαμόγελου και αναδεικνύει τη δύναμη που κρύβει κάθε χαμόγελο



Η Παγκόσμια Ημέρα Χαμόγελου είναι μια υπενθύμιση ότι ένα απλό χαμόγελο μπορεί να αλλάξει τη μέρα μας. Μπορεί να ενώσει ανθρώπους, να μεταδώσει αισιοδοξία, να μειώσει το άγχος και –σύμφωνα με επιστημονικές έρευνες– να συμβάλει ακόμη και στη μακροζωία.

Η Haleon, πιστή στη δέσμευσή της για καλύτερη καθημερινή υγεία, γιορτάζει τη μέρα αυτή μέσα από την καμπάνια «Η Δύναμη του Χαμόγελου», που στοχεύει να ενθαρρύνει τη φροντίδα της στοματικής υγείας και να αναδείξει τη σημασία της πρόληψης. Μέσα από τα brands Parodontax, Sensodyne, Aquafresh και Corega, η εταιρεία στηρίζει εκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως να διατηρούν ένα υγιές, λαμπερό χαμόγελο.

Η πρωτοβουλία συνοδεύεται από ενημερωτικές δράσεις και προσφορές σε προϊόντα στοματικής φροντίδας, ώστε όλοι να μπορούν να χαμογελούν με αυτοπεποίθηση.

Όπως δήλωσε ο Γιώργος Χουσέν, Country Manager της Haleon Ελλάδας: «Στη Haleon πιστεύουμε ότι το χαμόγελο δεν είναι απλώς μια έκφραση· είναι μια δύναμη που ενώνει τους ανθρώπους και μεταδίδει αυτοπεποίθηση. Θα συνεχίσουμε να προσφέρουμε προϊόντα και πρωτοβουλίες που βοηθούν τους ανθρώπους να χαμογελούν με υγεία και αισιοδοξία κάθε μέρα.»

15 λεπτά μακριά από μια καλύτερη ζωή;



Φαντάσου μια πόλη όπου μπορείς να καλύψεις όλες τις καθημερινές σου ανάγκες —δουλειά, σχολείο, ψώνια, άθληση, ιατρικές υπηρεσίες— μέσα σε 15 λεπτά με τα πόδια ή το ποδήλατο. Χωρίς μποτιλιάρισμα, χωρίς ατελείωτες διαδρομές, χωρίς εξάρτηση από το αυτοκίνητο. Αυτή είναι η φιλοσοφία της “πόλης των 15 λεπτών”, ενός μοντέλου αστικής ζωής που αρχίζει να γίνεται πράξη σε πολλές μητροπόλεις.

το περπάτημα, τις μετακινήσεις με ποδήλατο και τη δημιουργία μικρών κοινοτικών υπηρεσιών σε κάθε γειτονιά. Παρόμοια σχέδια έχουν ξεκινήσει και στη Βαρκελώνη, το Άμστερνταμ, το Μιλάνο και —πιο πρόσφατα— σε περιοχές των ΗΠΑ, του Καναδά και της Αυστραλίας.

Τι είναι η πόλη των 15 λεπτών

Η ιδέα ανήκει στον Κάρλος Μορένο, καθηγητή στο Πανεπιστήμιο της Σορβόνης. Η πρόταση του είναι απλή αλλά ριζοσπαστική: κάθε πολίτης πρέπει να μπορεί να ζει, να εργάζεται, να ψυχαγωγείται και να έχει πρόσβαση σε υπηρεσίες σε ακτίνα 15 λεπτών από το σπίτι του. Αυτό μεταφράζεται σε πιο πυκνές, λειτουργικές και ανθρώπινες πόλεις, όπου η καθημερινότητα γίνεται πιο απλή και ποιοτική.

Από την ιδέα στην πράξη

Η πιο γνωστή πόλη που προσπαθεί να εφαρμόσει το μοντέλο είναι το Παρίσι, με τη δήμαρχο Αν Ινταλγκό να προωθεί πολιτικές που ευνοούν

Ποια είναι τα οφέλη

1. Μείωση άγχους και βελτίωση ποιότητας ζωής

Όταν δεν χρειάζεται να μετακινηθείς για ώρες για να φτάσεις στη δουλειά ή στον γιατρό, έχεις περισσότερο χρόνο για εσένα και την οικογένειά σου.

2. Προστασία του περιβάλλοντος

Λιγότερα αυτοκίνητα σημαίνει λιγότεροι ρύποι, λιγότερος θόρυβος, καθαρότερος αέρας.

3. Κοινωνική συνοχή

Οι άνθρωποι γνωρίζουν τους γείτονές τους, συμμετέχουν περισσότερο στην κοινότητα και νιώθουν πιο ασφαλείς.

4. Τοπική οικονομία

Μικρές επιχειρήσεις ενισχύονται όταν οι κάτοικοι ψωνίζουν τοπικά.





Απλά και ουσιαστικά

Η πόλη των 15 λεπτών δεν αφορά μόνο τη φυσική απόσταση, αλλά και μια ολόκληρη φιλοσοφία ζωής που στρέφεται προς το «τοπικό». Είναι η επιστροφή σε μια καθημερινότητα πιο απλή και ουσιαστική: ψωνίζω από τον φούρνο της γειτονιάς μου, πάω για καφέ στη μικρή αλλά πολύ φιλόξενη καφετέρια που βρίσκεται κοντά μου, στηρίζω τον βιοτέχνη που ξέρω με το μικρό του εργαστήριο. Η οικονομία παύει να είναι απρόσωπη και γίνεται βιωματική. Σε αυτό το πλαίσιο, η πόλη των 15 λεπτών ενισχύει την αυτάρκεια, την ενσυναίσθηση, την επικοινωνία και την πραγματική σύνδεση.

Παράλληλα, το μοντέλο αυτό ευνοεί την κουλτούρα του slow living —μια παγκόσμια τάση που αντιστέκεται στον διαρκή βιαστικό ρυθμό και προτείνει περισσότερο «ποιοτικό χρόνο». Όταν δεν χρειάζεσαι μία ώρα για να πας στη δουλειά ή να πας το παιδί στο σχολείο, έχεις χρόνο να περπατήσεις, να σταματήσεις, να κοιτάξεις γύρω σου. Ο χρόνος παύει να είναι μόνο χρήμα και γίνεται εμπειρία. Η γειτονιά μετατρέπεται σε κοινότητα και η πόλη παύει να είναι απλώς ένας κόμβος μετακινήσεων και γίνεται χώρος ζωής, σχέσεων και εμπειριών.

Οι προκλήσεις στην εφαρμογή

Φυσικά, η μετάβαση σε αυτό το μοντέλο δεν είναι απλή υπόθεση. Απαιτείται:

- Ανακατανομή δημόσιου χώρου (π.χ. λιγότερες θέσεις πάρκινγκ, περισσότερος χώρος για πεζούς).

- Αστικές παρεμβάσεις όπως νέες σχολικές μονάδες, παιδικές χαρές, πολυχώροι.

- Κοινωνική ισότητα, ώστε όλες οι περιοχές —όχι μόνο οι «καλές»— να έχουν πρόσβαση σε ποιοτικές υπηρεσίες.

Είναι εφικτό κάτι τέτοιο στην Ελλάδα;

Σε πόλεις όπως η Αθήνα και η Θεσσαλονίκη, η εφαρμογή της ιδέας θα απαιτούσε ριζικές αλλαγές. Ωστόσο, ήδη γίνονται μικρά βήματα: πεζοδρομήσεις, ποδηλατόδρομοι και ενίσχυση τοπικών κοινοτήτων. Ακόμα και αν δεν μιλάμε για πλήρη εφαρμογή του μοντέλου, η κατεύθυνση είναι ξεκάθαρη: λιγότερη κίνηση, περισσότερη ζωή στις γειτονιές.

Πόλη ή γειτονιά;

Η πόλη των 15 λεπτών δεν είναι απλώς ένα πολεοδομικό σχέδιο. Είναι ένα νέο όραμα για το πώς ζούμε. Δεν πρόκειται μόνο για δρόμους και κτίρια, αλλά για σχέσεις, επιλογές, καθημερινότητα και ποιότητα ζωής.

Είναι η επιστροφή σε μια πιο ανθρώπινη πόλη, όπου ο χρόνος δεν χάνεται στο μπουτιλιάρισμα αλλά επενδύεται σε ό,τι έχει πραγματική αξία.





«Ίαμβος»: Το νέο εστιατόριο του Πανεπιστημίου Αθηνών στο ιστορικό κτήριο «Κωστής Παλαμάς»

Transboundary River Forum: Ένας ποταμός, δύο χώρες

Με ένα ισχυρό μήνυμα συνεργασίας Ελλάδας και Αλβανίας ολοκληρώθηκε το Transboundary River Forum (TRF), που διοργανώθηκε από το MedINA, σε συνεργασία με το EuroNatur και την EcoAlbania, στο πλαίσιο της διεθνούς εκστρατείας Save the Blue Heart of Europe. Το φόρουμ πραγματοποιήθηκε στα Ιωάννινα και την Κόνιτσα (24–27 Σεπτεμβρίου), θέτοντας τις βάσεις για τη δημιουργία του πρώτου Διασυνοριακού Πάρκου Άγριου Ποταμού στην Ευρώπη, στον ποταμό Αώο/Vjosa.

Στο επίκεντρο των εργασιών βρέθηκαν η ανάγκη ενιαίου καθεστώτος προστασίας του ποταμού, η εμπλοκή των τοπικών κοινωνιών στη λήψη αποφάσεων και η σημασία της διασυνοριακής συνεργασίας για τη βιώσιμη διαχείριση των φυσικών πόρων. Επιστήμονες, θεσμικοί φορείς και εκπρόσωποι περιβαλλοντικών οργανώσεων υπογράμμισαν την αξία του Αώου/Vjosa ως οικολογικού και πολιτιστικού διαδρόμου, αλλά και την επιτακτική ανάγκη συντονισμένων δράσεων απέναντι στις πιέσεις της ανάπτυξης και της κλιματικής κρίσης.

Όπως σημείωσε ο Αλέξης Κατσαρός, Εκτελεστικός Διευθυντής του MedINA, «το φόρουμ σηματοδοτεί μια νέα εποχή συνεργασίας για τους διακρατικούς ποταμούς, που ενώνουν και εμπνέουν πέρα από σύνορα». Η διοργάνωση ολοκληρώθηκε με μία γιορτή στην Κόνιτσα, όπου ο Φοίβος Δεληβοριάς τραγούδησε για τον Αώο, στέλνοντας το μήνυμα πως η φύση και οι άνθρωποι μπορούν να συναντηθούν ξανά μέσα από τη μουσική, τη συνεργασία και το κοινό όραμα προστασίας.



Ένα νέο γαστρονομικό κεφάλαιο άνοιξε για το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, με τη λειτουργία του εστιατορίου «Ίαμβος» στο εμβληματικό νεοκλασικό κτήριο «Κωστής Παλαμάς», στη συμβολή των οδών Ακαδημίας και Σίνα.

Σε έναν πλήρως ανανεωμένο χώρο, το «Δειπνοσοφιστήριον» υπογράφει μια εμπειρία που συνδυάζει γεύση, παράδοση και πολιτισμό.

Το όνομα «Ίαμβος» παραπέμπει στη λογοτεχνική και ακαδημαϊκή κληρονομιά του Πανεπιστημίου, ενώ το μενού ισορροπεί ανάμεσα στην παραδοσιακή και τη σύγχρονη ελληνική κουζίνα, με δημιουργικές πιναελιές και καθημερινά πιάτα ημέρας.

Με έμφαση στην επιλογή εκλεκτών πρώτων υλών και στην προσηλωση στην ποιότητα, το «Ίαμβος» φιλοδοξεί να αποτελέσει σημείο αναφοράς για τους λάτρεις της αυθεντικής ελληνικής γεύσης σε ένα περιβάλλον γεμάτο ιστορία και αισθητική.

Δείτε το μενού και τα πιάτα ημέρας στο www.dipnosofistirion.gr/iamvosgeuseis



Δρ. Αθανασία Αθανασίου: «Η περιέργεια είναι η κινητήρια δύναμη της επιστήμης»

Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος, το Καστελλόριζο μετατρέπεται σε εστία δημιουργικής σκέψης, γνώσης και επιστημονικής έμπνευσης. Στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Γρίφων, η Δρ. Αθανασία Αθανασίου μας μιλάει, μεταξύ άλλων, για τα έξυπνα και βιώσιμα υλικά και για το μεγαλύτερο ερευνητικό στοίχημα της ομάδας της στο Ιταλικό Ινστιτούτο Τεχνολογίας (IIT).

Είστε κεντρική ομιλήτρια σε ένα μοναδικό φεστιβάλ που συνδέει την επιστήμη με την αναζήτηση, τον γρίφο και την ιδιαίτερη ατμόσφαιρα του Καστελλόριζου. Πώς μπορεί ένας γρίφος να λειτουργήσει ως «γέφυρα» ανάμεσα στην επιστήμη και το κοινό; Τι ρόλο παίζει η περιέργεια στην επιστημονική σκέψη;

Η περιέργεια είναι η κινητήρια δύναμη της επιστήμης. Διαμορφώνει τον τρόπο που οι επιστήμονες σκέφτονται και δρουν. Για να φτάσεις σε νέες ανακαλύψεις, πρέπει πρώτα να θέσεις τις σωστές ερωτήσεις. Έτσι και ένας γρίφος έχει τη δύναμη να σε βάζει στη διαδικασία να αναρωτηθείς, να υποθέσεις, να αναζητήσεις, να σκεφτείς πέρα από τα προφανή.

Αυτό σκοπεύω να κάνω στο Καστελλόριζο: να θέσω τα κατάλληλα ερωτήματα, να δώσω μερικά «στοιχεία» απαντήσεων και να διεγείρω την περιέργεια γύρω από ζητήματα που σχετίζονται με το περιβάλλον, με το αποτύπωμα του ανθρώπου στον πλανήτη μας και με τις λύσεις που μπορούν να αναπτύξουν οι νέοι και οι μελλοντικές γενιές για έναν πιο καθαρό κόσμο.

Ελπίζω το υπέροχο Καστελλόριζο και η μοναδική του ατμόσφαιρα να βοηθήσουν ώστε οι παρευρισκόμενοι

να εμβαθύνουν, να εμπνευστούν και να φύγουν με νέα ερωτήματα που θα τους συνοδεύσουν σε μελλοντικές αναζητήσεις.

Ποιο μήνυμα θα θέλατε να περάσετε στα παιδιά και στους νέους που θα σας ακούσουν στο Καστελλόριζο;

Θα ήθελα να τους ενθαρρύνω να είναι υπεύθυνοι και να παίρνουν συνειδητές αποφάσεις για το μέλλον τους.





Να σπουδάσουν ώστε να μπορούν να κατανοούν σε βάθος, να θέτουν ερωτήματα και να διατηρούν μια κριτική στάση μέσα σε αυτό το «τσουνάμι» πληροφοριών που δέχονται καθημερινά.

Να δρουν, αλλά να θυμούνται πως η δράση έχει αξία μόνο όταν βασίζεται στην κατανόηση.

Παράλληλα, να καλλιεργούν την κουλτούρα τους· να διαβάζουν βιβλία, να ακούν μουσική, να ταξιδεύουν.

Όλα αυτά ενισχύουν τη δημιουργικότητα και την ικανότητα να βλέπουν τον κόσμο με ανοιχτό μυαλό.

Και, κάτι πολύ σημαντικό, να μην αποφεύγουν τον κόπο· γιατί μέσα από την προσπάθεια γεννιέται η γνώση, η δημιουργικότητα και η δύναμη να αλλάξουν τον κόσμο.

Τι ήταν αυτό που σας ενέπνευσε να ακολουθήσετε τον δρόμο της Φυσικής και της Τεχνολογίας των Υλικών;

Σπούδασα Φυσική με την επιθυμία να κατανοήσω σε βάθος τον κόσμο και τα φαινόμενα γύρω μου. Στην πορεία με κέρδισε η Επιστήμη των Υλικών, καθώς μου έδωσε τη δυνατότητα να διερευνώ τις επιλογές που έχουν γίνει διαχρονικά στη χρήση των υλικών και να κατανοώ τον αντίκτυπό τους.

Στο παρελθόν έγιναν και λάθη στις επιλογές αυτές, καθώς πολλά από τα υλικά που χρησιμοποιήθηκαν αποδείχθηκαν τοξικά ή επιβλαβή για τον πλανήτη.

Σήμερα, όμως, η γνώση που έχουμε μας επιτρέπει να αναπτύσσουμε καλύτερα υλικά, με μεγαλύτερη ασφάλεια και σεβασμό προς το περιβάλλον. Η Τεχνολογία των Υλικών προσφέρει ένα ισχυρό εργαλείο για την ανάπτυξη απτών και καινοτόμων λύσεων που βελτιώνουν την ποιότητα ζωής, ενώ ταυτόχρονα υπηρετούν τη βιωσιμότητα και την αρμονία με το περιβάλλον.

Τι ορίζουμε σήμερα ως «έξυπνα υλικά» και πώς μπορούν να επηρεάσουν την καθημερινότητά μας; Ποια θεωρείτε την πιο ριζοσπαστική ή πρωτοποριακή εφαρμογή που έχει αναπτύξει η ομάδα σας μέχρι σήμερα;

Τα «έξυπνα υλικά» είναι υλικά που μπορούν να αλλάζουν ιδιότητες και λειτουργία ανάλογα με το περιβάλλον και την εφαρμογή τους.

Για την ομάδα μου, έξυπνα υλικά είναι και τα βιώσιμα υλικά, που παραμένουν στην κυκλική αλυσίδα της ζωής, προσφέροντας λύσεις στην καθημερινότητα και στην τεχνολογία χωρίς να βλάπτουν τον πλανήτη.

Ένα παράδειγμα είναι νέα ευέλικτα και βιοδιασπώμενα ηλεκτρονικά συστήματα, ένα μέρος από τα οποία, στο τέλος της ζωής τους, μπορεί να διασπαστεί σε νερό και διοξείδιο του άνθρακα, ενώ τα πολύτιμα μέταλλα μπορούν να ανακτηθούν, μειώνοντας την ανάγκη εξόρυξης και την περιβαλλοντική επιβάρυνση.

Η ομάδα μου έχει επίσης αναπτύξει υλικά για πολλές



πρωτοποριακές εφαρμογές που βελτιώνουν τη ζωή μας και την υγεία του πλανήτη.

Παραδείγματα είναι έξυπνα υλικά που απελευθερώνουν ελεγχόμενα μόρια για την επούλωση πληγών ή για την προστασία των κοραλλιών από μικροοργανισμούς και οξειδωτική λεύκανση.

Αυτές οι εφαρμογές δείχνουν πώς η καινοτομία στα έξυπνα και βιώσιμα υλικά μπορεί να συνδέσει την τεχνολογία με την καθημερινή ζωή, προσφέροντας πρακτικές και φιλικές προς το περιβάλλον λύσεις.

Ποιο είναι το μεγαλύτερο ερευνητικό στοίχημα της ομάδας σας αυτή τη στιγμή στο IIT;

Το να αντικαταστήσουμε υπάρχοντα και απαραίτητα υλικά που μολύνουν τον πλανήτη με βιώσιμες εναλλακτικές και να αναπτύξουμε νέες λύσεις που θα στηρίξουν το οικοσύστημα και άμεσα ή έμμεσα την ανθρώπινη ευημερία.

Κλείνοντας, η μεγαλύτερη ικανοποίηση που αντλείτε από το ερευνητικό σας έργο είναι...

Η μεγαλύτερη ικανοποίηση που αντλώ από το ερευνητικό μου έργο είναι να βλέπω τις λύσεις που αναπτύσσουμε να φτάνουν στην αγορά και να βελτιώνουν την καθημερινή ζωή με βιώσιμο τρόπο.

Παράλληλα, με γεμίζει χαρά το να εμπνέω νέους επιστήμονες να στοχεύουν σε έρευνα αιχμής και σε ανακαλύψεις που μπορούν να κάνουν τον πλανήτη μας πιο βιώσιμο, μπορούν να ενισχύσουν τη βιοποικιλότητα και να βελτιώσουν την ποιότητα της ζωής μας.

info

Πληροφορίες για το 5ο Φεστιβάλ Γρίφων (17-19/10/2025) θα βρείτε [εδώ](#).



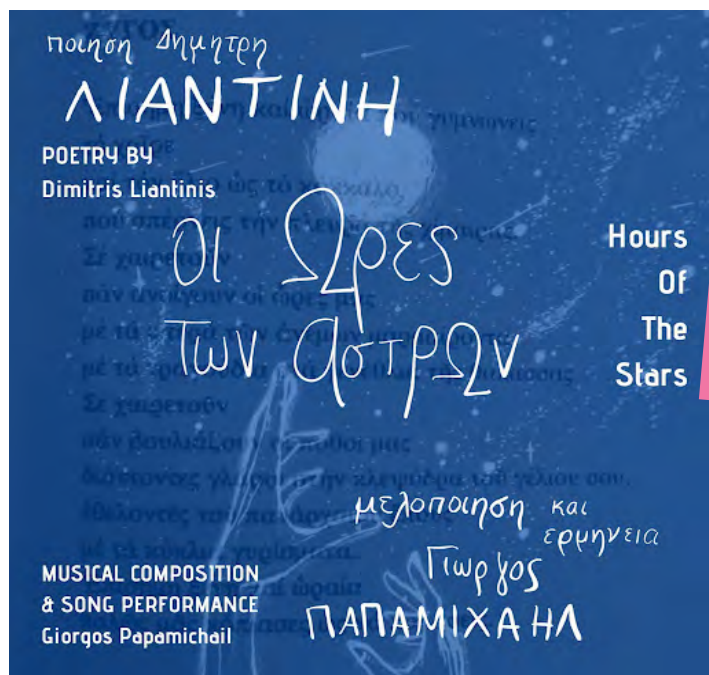
**ΦΕΣΤΙΒΑΛ
ΓΡΙΦΩΝ**



ΓΙΟΡΤΑΖΟΥΜΕ **5** ΧΡΟΝΙΑ ΜΕΓ **ΕΠΙΣΤΗ** ΜΗ

ΚΑΣΤΕΛΛΟΡΙΖΟ
17-19/10/2025

ΠΑΙΓΝΙΔΙΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ



«Οι Ώρες των Αστρων» – Ποίηση Δημήτρη Λιαντίνη, Μελοποίηση & Ερμηνεία Γιώργου Παπαμιχαήλ

Η Αλυσίδα Πολιτισμού ΙΑΝΟΣ και ο Γιώργος Παπαμιχαήλ παρουσιάζουν την Παρασκευή 10 Οκτωβρίου στις 19:30 το νέο cd με τίτλο «Οι Ώρες των Αστρων», βασισμένο στην ποίηση του Δημήτρη Λιαντίνη. Ένα έργο που συνδυάζει μουσική, λόγο και συναίσθημα, σε μια ιδιαίτερη μελοποίηση και ερμηνεία από τον ίδιο τον Γιώργο Παπαμιχαήλ.

Στην εκδήλωση θα απευθύνει χαιρετισμό η Νικολίτσα Γεωργοπούλου-Λιαντίνη, ενώ θα μιλήσουν οι Χρύσα Νικολάκη (κριτικός λογοτεχνίας, συγγραφέας, θεολόγος), Δημήτρης Πετρόπουλος (ηθοποιός, σκηνοθέτης, εκπαιδευτικός) και Βάσια Σκυλακάκη (σκηνοθέτης, παραγωγός).

Την εκδήλωση θα πλαισιώσει πενταμελής ορχήστρα, με τους:

Γιώργο Παπαμιχαήλ (ερμηνεία, κιθάρα)

Γιάννη Ανδρακάκο (πιάνο, πλήκτρα, ακορντεόν)

Γιάννη Μαστρογιάννη (βιολί)

Νάνσυ Αγγελάκη (κρουστά)

Κώστα Γκαγκαστάθης (μπάσο)

Η παρουσίαση θα πραγματοποιηθεί στον ΙΑΝΟ της Αθήνας (Σταδίου 24) και θα μεταδοθεί ζωντανά μέσω του YouTube καναλιού του ΙΑΝΟΥ.

Ακούστε το CD [εδώ](#)

Η «Εκδίκηση του Φώτη» του Βασίλη Βηλαρά – μια σόλο παράσταση για την ποπ μυθολογία μιας γενιάς



Ο Βασίλης Βηλαράς επιστρέφει στο θέατρο με την παράσταση «Η Εκδίκηση του Φώτη», μια ευφυή, συγκινητική και χιουμοριστική αναμέτρηση με την τηλεοπτική κουλτούρα που καθόρισε μια ολόκληρη γενιά. Η πρεμιέρα θα πραγματοποιηθεί τη Δευτέρα 24 Νοεμβρίου στο bijoux de kant HOOD art space, και οι παραστάσεις θα διαρκέσουν για 14 βραδιές.

Ο Φώτης είναι ένα παιδί των '90s, που μεγαλώνει κλεισμένος στο δωμάτιό του, με μοναδικό του παράθυρο προς τον κόσμο την τηλεόραση.

Μέσα από σειρές, εκπομπές και ριάλιτι, μαθαίνει τι σημαίνει "σωστό" και "λάθος", πλάθει τα όνειρα και τα τραύματά του. Ο Βηλαράς, με τη γνώση του ειλικρίνεια και το λεπτό του χιούμορ, αφηγείται μια ιστορία ενηλικίωσης που ακροβατεί ανάμεσα στο προσωπικό βίωμα και τη συλλογική μνήμη.

Η παράσταση είναι μια ποιητική εξομολόγηση και ταυτόχρονα μια σατιρική ανατομία της ελληνικής τηλεοπτικής εποχής, φωτίζοντας πώς τα μέσα διαμόρφωσαν τις αντιλήψεις, τα στερεότυπα και τις ευαισθησίες μιας ολόκληρης γενιάς.

bijoux de kant HOOD art space, Πολυκλείτου 21, Μοναστηράκι

Πρεμιέρα: 24 Νοεμβρίου 2025

Ημέρες και ώρες παραστάσεων:

Δευτέρα & Τρίτη στις 21:15

Εισιτήρια: 14€ (γενική), 12€ (φοιτητικό & άνω των 65)

Προπώληση: more.com

Δημήτρης Λάλλας
ΜΟΔΑ
Στον αστερισμό
της νεωτερικότητας

ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ



Μόδα. Στον αστερισμό της νεωτερικότητας

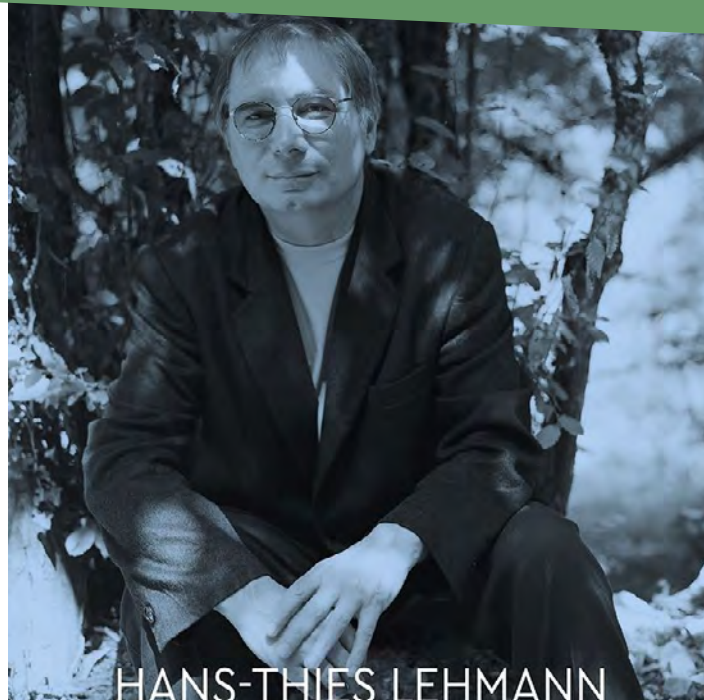
Η μόδα δεν είναι απλώς ένα παιχνίδι αισθητικής· είναι ένας καθρέφτης της εποχής. Ο Δημήτρης Λάλλας, στο βιβλίο του «Μόδα. Στον αστερισμό της νεωτερικότητας», εξερευνά πώς η λατρεία του καινούριου, η ανάγκη για συνεχή ανανέωση και η ταχύτητα που χαρακτηρίζει τον σύγχρονο τρόπο ζωής αποτελούν δομικά στοιχεία της μόδας και της ύστερης νεωτερικότητας.

Η μόδα, όπως σημειώνει, δεν περιορίζεται σε ένα σύστημα παραγωγής και κατανάλωσης. Είναι ένας κοινωνικός και πολιτισμικός μηχανισμός που προτείνει τρόπους να σχετιζόμαστε με τον εαυτό, τους άλλους, τον χρόνο και τα αντικείμενα γύρω μας. Μέσα από το «θνησιγενές καινούριο», δηλαδή την αέναη αντικατάσταση του παλιού από το νέο, η μόδα διαμορφώνει τον τρόπο που αντιλαμβανόμαστε την ταυτότητα και την επιθυμία.

Ένα διεισδυτικό δοκίμιο που συνδέει τη θεωρία με την καθημερινή εμπειρία, φωτίζοντας τη μόδα ως κοινωνικό φαινόμενο της εποχής μας.

Εκδόσεις ΠΑΤΑΚΗ

Μεταδραματικό Θέατρο



HANS-THIES LEHMANN
ΜΕΤΑΔΡΑΜΑΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ ΕΠΙΜΕΤΡΟ
ΕΛΕΝΗ ΒΑΡΟΠΟΥΛΟΥ ΠΛΑΤΩΝ ΜΑΥΡΟΜΟΥΣΤΑΚΟΣ

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ ΜΑΡΙΝΑ ΑΓΑΘΑΓΓΕΛΙΔΟΥ



Το Μεταδραματικό Θέατρο του Hans-Thies Lehmann αποτελεί ένα από τα πιο καθοριστικά θεωρητικά έργα για τη σκηνική τέχνη του 20ού και 21ου αιώνα.

Ο Γερμανός θεωρητικός περιγράφει το θέατρο «μετά το δράμα» — ένα θέατρο που δεν βασίζεται πλέον σε ένα δραματικό κείμενο, αλλά σε μια επιτελεστική αισθητική, όπου κάθε στοιχείο της παράστασης — ο ηθοποιός, το σκηνικό, ο ήχος, η μουσική, το φως ή το βίντεο — αποκτά αυτονομία και ισότιμη σημασία.

Η εμπειρία του θεατή τοποθετείται στο επίκεντρο: το μεταδραματικό θέατρο δεν ζητά απλώς να «παρακολουθηθεί», αλλά να βιωθεί.

Με νέες μορφές αφήγησης, σωματικότητας και τεχνολογικής διαμεσολάβησης, ο Lehmann χαρτογραφεί ένα θέατρο που αμφισβητεί τα όρια μεταξύ σκηνής και πλατείας, τέχνης και ζωής — ένα θέατρο που μιλά τη γλώσσα της σύγχρονης εποχής.

Εκδόσεις ΠΑΤΑΚΗ

quote of the day

AI MAY REWRITE THE JOB DESCRIPTION,
BUT HUMANITY WILL STILL SIGN THE
CONTRACT

Σήμερα
γιορτάζουν!
Σέργιος, Σεργία,
Σεργιανή, Βάκχος,
Βακχία, Πολυχρόνης,
Χρόνης, Πολυχρονία,
Πολυχρονούλα

7 Οκτωβρίου

- › International Day of Peaceful Communication
- › National Forgiveness & Happiness Day
- › National Inner Beauty Day
- › Παγκόσμια Ημέρα για την Αξιοπρεπή Εργασία
- › National Frappe Day
- › Παγκόσμια Ημέρα Κατοικίας
- › National LED Light Day
- › World Cotton Day
- › You Matter To Me Day
- › National Fruit at Work Day