

HOLLYGLAZING –

ALL EYES ON GLOW

Glossy χείλη, απαλή λάμψη, elegant αποχρώσεις: η νέα limited edition συλλογή HOLLYGLAZING της Catrice φέρνει ό, τι χρειάζεσαι για να δημιουργήσεις την ιδανική εορταστική εμφάνιση.

Τα glazed apple vibes συναντούν τη λάμψη των στολιδιών – αυτή η συλλογή αποπνέει festive διάθεση με μία δόση coolness. Εμπνευσμένη από αστραφτερές λεπτομέρειες και ιριδίζουσες πινελιές, δημιουργεί ένα look που επαναπροσδιορίζει το holiday glam: μοντέρνο, minimal και απόλυτα επίκαιρο.

Από έντονες μπορντό αποχρώσεις μέχρι πιο ήπιους ροζ τόνους – τα υγρά ρουζ, τα glow sticks και τα προϊόντα χειλιών σου δίνουν την ελευθερία να επιλέξεις. Θα κρατήσεις το look διακριτικό ή θα κάνεις ένα statement;

CATRICE



HOLLYGLAZING GLAZING EYESHADOW

- Glazing eyeshadow duo με δύο festive αποχρώσεις
- Δυνατότητα διαβάθμισης της έντασης του χρώματος με απαλό, ιριδίζον φινίρισμα
- Συλλεκτικό charm ring για λάμψη ... παντού και πάντα!



HOLLYGLAZING LIQUID BLUSH

- Ανάλαφρο υγρό ρουζ με προσαρμόσιμη ένταση σε εορταστικές ροζέ και βαθιές burgundy αποχρώσεις
- Ημι-ματ φινίρισμα για φυσικό ή πιο έντονο αποτέλεσμα – ιδανικό για όλους τους τύπους επιδερμίδας
- Γιορτινή συσκευασία με cute charm ring, για να κρεμιέται στην τσάντα, τα κλειδιά – ακόμα και στο χριστουγεννιάτικο δέντρο



HOLLYGLAZING GLAZING LIP COLOUR

- Lip colour σε μοβ τόνους με buildable ένταση και λαμπερό τελείωμα
- Ανάλαφρη, άνετη υφή που αγκαλιάζει απαλά τα χείλη
- Festive συσκευασία με charm ring – ιδανική για δώρο ή για τη συλλογή σου



HOLLYGLAZING CHARM RING

- Αξεσουάρ σε μεταλλική ροζέ απόχρωση για να συγκρατεί τα προϊόντα της συλλογής HOLLYGLAZING
- Περιλαμβάνει charm σε σχήμα καρδιάς για μια stylish πινελιά
- Εύκολη εφαρμογή σε τσάντες, μπρελόκ, ή festive decorations

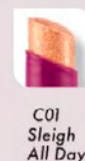
HOLLYGLAZING SHIMMER LIP BALM

- Διάφανη balm υφή με ιριδίζον, λαμπερό τελείωμα
- Διχρωμία που προσφέρει ένα απαλό tint στα χείλη
- Μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο του ή πάνω από κραγιόν για επιπλέον λάμψη



HOLLYGLAZING MULTI-USE GLITTER STICK

- Πολυχρηστικό stick για λαμπερά highlights
- Απαλή jelly υφή με δροσερή αίσθηση
- Εφαρμόζεται εύκολα και ομοιόμορφα με μία μόνο κίνηση



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



**ΝΕΡΟ ΥΠΟ ΕΞΑΦΑΝΙΣΗ:
ΤΙ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ ΣΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ — ΚΑΙ ΓΙΑΤΙ Η
ΕΛΛΑΔΑ ΕΙΝΑΙ ΗΔΗ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ**

Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Φτιάξε καφέ να στα πω: Είμαι τόσο κοινωνικά απροσάρμοστη που όταν παίρνω τηλέφωνο και δεν μου το σηκώνουν... ανακουφίζομαι.

Να τα λέμε και αυτά μεταξύ μας, γιατί κάπου πρέπει να τα πούμε. Και ναι το παραδέχομαι— υπάρχει ένα μικρό, περίεργο κύμα ανακούφισης όταν παίρνω κάποιον στο τηλέφωνο «γιατί πρέπει», και το κινητό μένει στο τουτ-τουτ. Αναπάντητες κλήσεις παντού, που λέει και το άσμα.

Δεν είναι κάτι που το λέω με περηφάνια. Δεν το λέω όμως ούτε και αδυναμία. Το λέω... ανακούφιση. Αυτό το μικρό "ουφ" που μου ξεφεύγει όταν κάποιος δεν σηκώνει το τηλέφωνο!

Γιατί, μεταξύ μας; Μερικές φορές το να μιλήσεις με άνθρωπο μοιάζει σαν να χρειάζεται να κάνεις πρόβα. Να θυμηθείς πώς λειτουργούν οι λέξεις χωρίς emoji. Και εκεί που πας να πεις "εντάξει, ας το σηκώσει, είμαι ενήλικας, μπορώ", βλέπεις να χτυπάει... να χτυπάει... και να σταματάει. Και νιώθεις σαν να πέρασες πίστα χωρίς να ιδρώσεις.

Όχι γιατί δεν θες τους ανθρώπους. Αλλά γιατί δεν θες τον θόρυβο που κουβαλάει η επικοινωνία. Τα "τι κάνεις;" που πρέπει να απαντήσεις ευγενικά, τα "έχεις ένα λεπτό;" που ποτέ δεν είναι λεπτό, τα "να σου πω κάτι;" που σε βάζουν σε mode συμβούλου.

Μερικοί το λένε αντικοινωνικότητα. Εγώ το λέω εξοικονόμηση ενέργειας. Μια ήσυχη επανάσταση απέναντι στο να είσαι διαθέσιμος κάθε δευτερόλεπτο της ημέρας.

Γιατί η κοινωνικότητα — όπως την πλασάρουμε — είναι συχνά performance. Να είσαι χαρούμενος. Να είσαι διαθέσιμος. Να έχεις διάθεση. Να έχεις άποψη. Όλα αυτά την ώρα που μέσα σου θες απλά ένα ησυχαστήριο και δύο λεπτά να μη χρειάζεται να αλληλεπιδράσεις με κανέναν.

Κάπου εκεί, σε μια τέτοια μικρή στιγμή — ένα τηλεφώνημα που δεν απαντήθηκε — και νιώθεις ότι κερδίζεις χρόνο. Χρόνο να μαζευτείς. Χρόνο να ανασάνεις. Χρόνο να είσαι. Και όσο πιο πολύ μεγαλώνεις, τόσο πιο πολύ καταλαβαίνεις ότι αυτό δεν είναι κακό. Είναι προστασία. Από τον θόρυβο, από την υπερφόρτωση, από τις απαιτήσεις που δεν διάλεξες ποτέ.

Η αλήθεια; Πολλοί από εμάς δεν είμαστε αντικοινωνικοί. Απλώς δεν θέλουμε να κοινωνικοποιούμαστε συνεχώς για χάρη της εντύπωσης.

Εκεί έξω υπάρχουν άνθρωποι που παίρνουν ενέργεια από τους άλλους. Υπάρχουν όμως και άνθρωποι που χρειάζονται λίγο χρόνο μόνοι τους για να μην καούν.

Και οι δύο κατηγορίες είναι OK.

Αρκεί να το ξέρεις — και να το σέβεσαι μέσα σου.

Tip of the Day: Μην εξηγείς τις "χαμηλές μπαταρίες" σου.

Όποιος σε καταλαβαίνει, δεν θέλει εξηγήσεις — και όποιος θέλει εξηγήσεις, δεν σε καταλαβαίνει.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



E-Mail



Viber



WhatsApp

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

IKEA Advent Calendar



Η IKEA φέρνει και φέτος τη μαγεία των γιορτών στο σπίτι με το ανανεωμένο Advent Calendar

Η IKEA, εταιρεία του Ομίλου Furlis, υποδέχεται τη γιορτινή περίοδο με το ανανεωμένο IKEA Advent Calendar, που επιστρέφει για να γεμίσει κάθε ημέρα του Δεκεμβρίου με μια ξεχωριστή έκπληξη. Από την 1η έως και την 25η Δεκεμβρίου, οι επισκέπτες του IKEA.gr μπορούν να ανακαλύπτουν καθημερινά ένα νέο προϊόν σε προνομιακή τιμή, αποκλειστικά για το IKEA e-shop, κάνοντας την αντίστροφη μέτρηση των Χριστουγέννων ακόμη πιο απολαυστική.

Το φετινό Advent Calendar περιλαμβάνει περισσότερα από τα δημοφιλή προϊόντα της εταιρείας, καλύπτοντας ένα μεγάλο εύρος κατηγοριών για το σπίτι, ενώ για πρώτη φορά ενσωματώνει προσφορές-έκπληξη που προσφέρουν ακόμη μεγαλύτερο όφελος στις αγορές. Κάθε ημέρα, ανοίγοντας το αντίστοιχο «παραθυράκι» στο IKEA.gr, οι χρήστες βλέπουν το προϊόν της ημέρας, συνοδευόμενο από τη λέξη-κουπόνι που χρειάζεται για την ενεργοποίηση της έκπτωσης.

Στο πρώτο «κουτάκι», την 1η Δεκεμβρίου, αποκαλύφθηκε το βοηθητικό τραπέζι TINGBY με ροδάκια, με έκπτωση -30%, χρησιμοποιώντας την κωδική λέξη Snowball στο καλάθι αγορών.

Με το πνεύμα των γιορτών να κορυφώνεται, η IKEA συνεχίζει να προσφέρει στιγμές χαράς, έμπνευσης και μικρές καθημερινές εκπλήξεις. Το IKEA Advent Calendar είναι μια ανοιχτή πρόσκληση να γεμίσει το σπίτι με θαλπωρή, δημιουργικότητα και τη μαγεία των Χριστουγέννων.

20 χρόνια The Mall Athens – Μια νέα εποχή ξεκινά



Το The Mall Athens, το μεγαλύτερο εμπορικό και ψυχαγωγικό κέντρο της Ελλάδας, γιορτάζει φέτος 20 χρόνια και καλωσορίζει μια εντελώς νέα εποχή. Από το 2005 έως σήμερα, έχει αποτελέσει έναν αγαπημένο προορισμό για όλες τις γενιές – έναν χώρο όπου άνθρωποι κάθε ηλικίας συναντιούνται, δημιουργούν στιγμές και ζουν εμπειρίες που εξελίσσονται μαζί τους.

Είκοσι χρόνια μετά, το απόλυτο σημείο συνάντησης της πόλης αλλάζει. Με ολοκληρωμένη αισθητική, λειτουργική και ενεργειακή αναβάθμιση, το The Mall Athens μεταμορφώνεται, προσφέροντας έναν πιο φωτεινό, πιο σύγχρονο και πιο βιώσιμο προορισμό. Η νέα κεντρική είσοδος, η ανανεωμένη εξωτερική πλατεία που έχει ήδη γίνει σημείο αναφοράς, καθώς και οι νέοι πράσινοι χώροι, δίνουν νέα πνοή στην καθημερινότητα των επισκεπτών.

Τα ανανεωμένα concepts εστίασης, οι νέοι χώροι διασκέδασης και τα flagship καταστήματα διαμορφώνουν ένα περιβάλλον που συνδυάζει εμπειρία, αισθητική και άνεση.

Με αφορμή τη σημαντική επέτειο, το The Mall Athens παρουσιάζει τη νέα του καμπάνια «Generation Mall – Gen M», μια ταυτότητα που ενώνει όλες τις γενιές – Boomers, Gen X, Millennials, Gen Z και Gen A – μέσα από κοινές εμπειρίες και αυθεντικές στιγμές.

20 χρόνια The Mall Athens. Η νέα εποχή είναι εδώ – και είναι για όλους.

Μπορείτε να παρακολουθήσετε το σχετικό βίντεο κάνοντας κλικ [εδώ](#).

Νερό υπό εξαφάνιση: Τι συμβαίνει στην Ευρώπη — και γιατί η Ελλάδα είναι ήδη μέσα στο πρόβλημα



Δεν είναι είδηση “κάπου μακριά”. Δεν είναι θεωρία. Δεν είναι ένα ακόμα τρομακτικό headline που θα ξεχαστεί μέχρι αύριο.

Είναι το εξής απλό: Η Ευρώπη στεγνώνει — και η Ελλάδα δεν είναι εξαίρεση, είναι μέσα στο “κόκκινο” της νέας κλιματικής πραγματικότητας.

Μια μεγάλη έρευνα του UCL, βασισμένη σε 20 χρόνια δορυφορικών δεδομένων, έδειξε με τον πιο ψυχρό, επιστημονικό τρόπο ότι τα αποθέματα γλυκού νερού στον ευρωπαϊκό Νότο κατεβαίνουν κάθε χρόνο. Υπόγεια νερά, ποτάμια, λίμνες, υγρασία εδάφους — όλα μειώνονται. Στην Ισπανία, στην Ιταλία, στη Γαλλία, στη Ρουμανία. Και ναι: και στην Ελλάδα.

Τι σημαίνει αυτό πρακτικά;

Ότι οι χώρες της Μεσογείου — η δική μας πρώτη — μπαίνουν σε μια νέα εποχή όπου το νερό δεν είναι δεδομένο. Η εποχή που ανοίγεις τη βρύση και τρέχει άφθονο νερό με σταθερή πίεση... δεν είναι εγγυημένη.

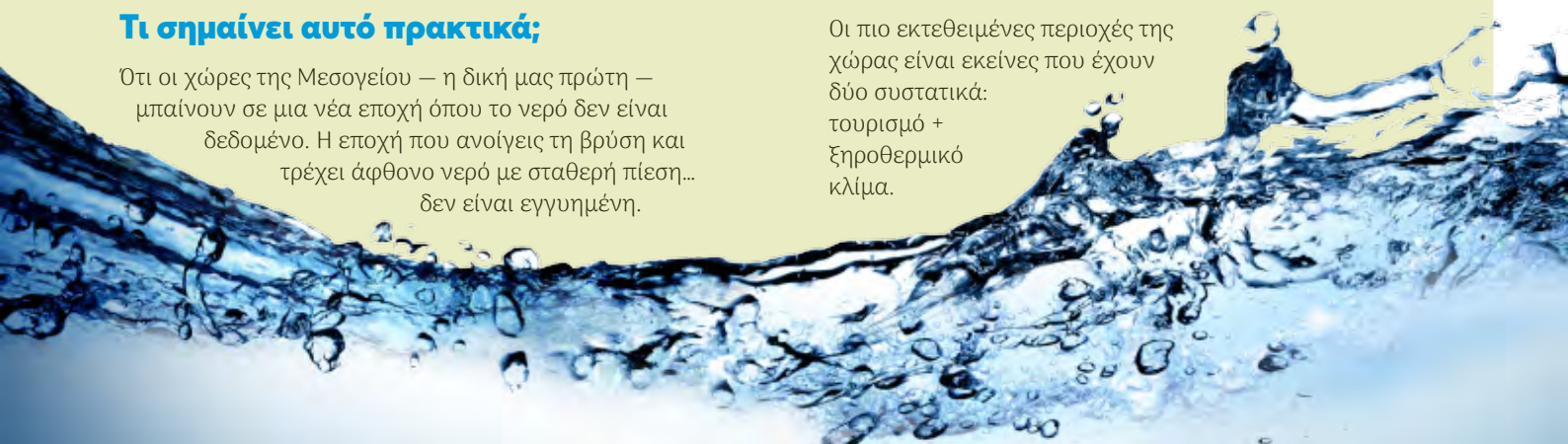
Ειδικά όταν:

- ▶ οι χειμώνες μικραίνουν,
- ▶ οι καλοκαιρινές βροχές εξαφανίζονται,
- ▶ οι καταιγίδες γίνονται τόσο έντονες που το νερό “φεύγει” πριν προλάβει να απορροφηθεί,
- ▶ και το σύστημα των υπόγειων υδροφορέων γεμίζει όλο και πιο αργά.

Και πάνω σε όλα αυτά, η Ελλάδα κουβαλάει το δικό της “βαρύ” φορτίο: τεράστιες απώλειες στα δίκτυα. Σε κάποιες περιοχές, χάνουμε μέχρι και το 50% του νερού πριν καν φτάσει στα σπίτια.

Ποιοι είναι οι μεγάλοι χαμένοι;

Οι πιο εκτεθειμένες περιοχές της χώρας είναι εκείνες που έχουν δύο συστατικά: τουρισμό + ξηροθερμικό κλίμα.





Αρα:

- ▶ Αττική
- ▶ Κυκλάδες
- ▶ Κρήτη
- ▶ Δωδεκάνησα
- ▶ Ανατολική Πελοπόννησος
- ▶ Θεσσαλία (λόγω υπεράντλησης)

Σε αυτές τις περιοχές, τα υπόγεια νερά κατεβαίνουν σταθερά. Μερικές φορές τόσο, που δεν προλαβαίνουν να αναπληρωθούν ούτε τον χειμώνα.

Ποιο είναι το πραγματικό σοκ;

Ότι όσα βλέπαμε για χρόνια να συμβαίνουν στην Αφρική, στη Μέση Ανατολή ή στην Ινδία, τώρα τα βλέπουμε στη Μεσόγειο. Η ξηρασία δεν είναι ένα πρόβλημα του "Νότου του Νότου". Είναι πια σπίτι μας.

Και το άρθρο του Guardian το λέει ξεκάθαρα: η Ευρώπη σπάει στα δύο — ένας πιο υγρός βορράς, ένας στεγνός νότος.

Τι κάνουμε;

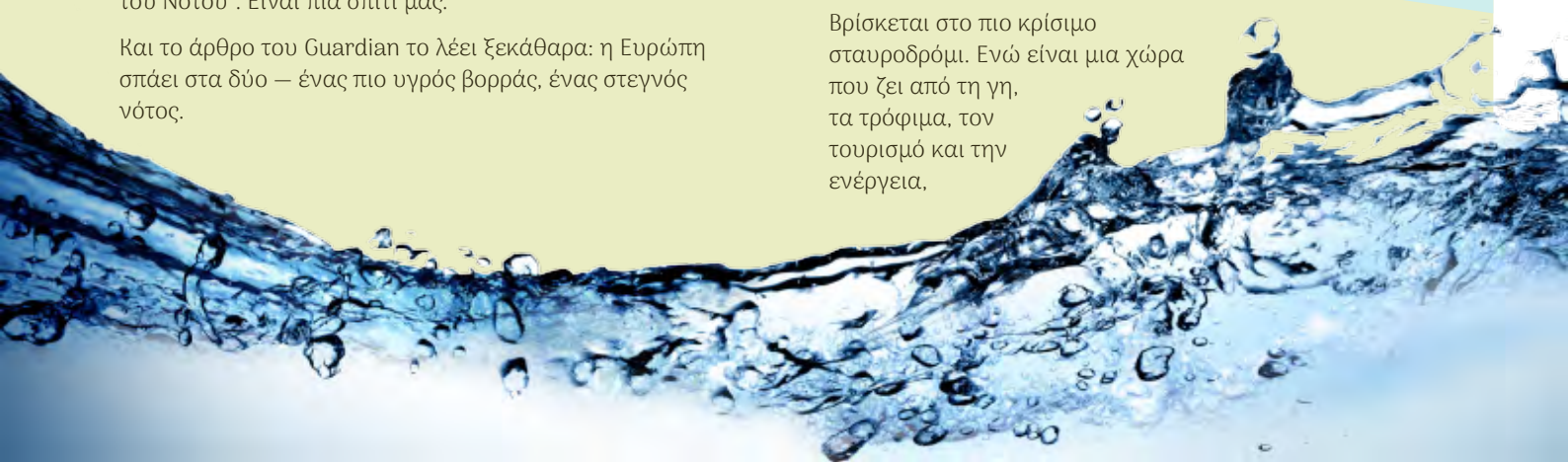
Δεν θα σωθεί η κατάσταση με ένα μεγάλο φράγμα που θα ολοκληρωθεί το 2045. Ούτε με υποσχέσεις.

Η λύση έρχεται από μικρά, γρήγορα, πρακτικά πράγματα:

- ▶ καλύτερη διαχείριση νερού,
- ▶ νέες τεχνολογίες εξοικονόμησης,
- ▶ ανακύκλωση και επαναχρησιμοποίηση,
- ▶ συλλογή βρόχινου νερού σε κτίρια,
- ▶ "έξυπνα" δίκτυα που δεν αφήνουν το νερό να χάνεται σε διαρροές,
- ▶ και, ναι, αλλαγή νοοτροπίας — το νερό δεν είναι ανεξάντλητο.

Και η Ελλάδα;

Βρίσκεται στο πιο κρίσιμο σταυροδρόμι. Ενώ είναι μια χώρα που ζει από τη γη, τα τρόφιμα, τον τουρισμό και την ενέργεια,





Οι Έλληνες χρησιμοποιούν 4 φορές περισσότερο νερό την ημέρα από τους Δανούς.

Κυρίως λόγω μπάνιου, κήπων και πλυντηρίων ρούχων και πιάτων.

Μια μέση ντουζιέρα “τρώει” 12 λίτρα το λεπτό.
Δηλαδή ένα 10λεπτο ντους = 120 λίτρα

νερό. Όσο χρειάζεται ένα παιδί στην Αφρική για 7 ημέρες.

βρίσκεται αντιμέτωπη με μια υδατική πραγματικότητα που αλλάζει γρήγορα.

Το νερό γίνεται στρατηγικός πόρος — όχι προαιρετικός.

Κι αυτό, τελικά, είναι το “wake-up call”: όταν στεγνώνει η Ευρώπη, στεγνώνει και η Ελλάδα.

Και το νερό που χάσαμε σήμερα... το πληρώνουμε αύριο.

FUN FACTS

Το νερό που έχουμε σήμερα είναι το ίδιο νερό που υπήρχε την εποχή των δεινοσαύρων.

Κυριολεκτικά το ίδιο μόρια νερού ανακυκλώνονται εδώ και 4 δισ. χρόνια.

Ο μέσος Ευρωπαίος “κουβαλάει” 4 λίτρα νερού χωρίς να το ξέρει.

Τόσο νερό περιέχει το ανθρώπινο σώμα μόνο στον εγκέφαλο.

Στα ελληνικά νησιά, η απώλεια νερού στα δίκτυα είναι μεγαλύτερη από την κατανάλωση ενός μικρού χωριού.
Μερικές περιοχές χάνουν έως και 55% πριν φτάσει στη βρύση.

Η Αθήνα έχει από τις πιο “διψασμένες” πράσινες ζώνες στην Ευρώπη.

Τα αστικά πάρκα χρειάζονται έως και 30 φορές περισσότερο νερό το καλοκαίρι σε σχέση με τον χειμώνα.

Το νερό είναι ο μόνος φυσικός πόρος που όσο μειώνεται... τόσο αυξάνεται η κατανάλωσή του.

Οι καύσωνες, οι τουριστικές ροές και οι ξηρασίες το εκτοξεύουν.

Ήξερες ότι...

...η Ελλάδα έχει 130+ αφαλατώσεις — αλλά οι περισσότερες λειτουργούν μόνο το καλοκαίρι;
Για να καλύψουν τουρισμό, όχι κατοίκους.

...ένα βαμβακερό t-shirt χρειάζεται 2.700 λίτρα νερό για να παραχθεί;

Όσο πίνει ένας άνθρωπος σε 2,5 χρόνια.

...η Κρήτη έχει περιοχές όπου η στάθμη των υδροφορέων έχει πέσει 18 μέτρα σε 30 χρόνια;
Σαν να “έχουμε ανοίξει” πηγάδι χωρίς πάτο.

...η ΕΕ χάνει κάθε χρόνο 40 δισ. ευρώ από ζημιές ξηρασίας;

Περισσότερα από όσα προκαλούν οι πλημμύρες.

...στο μέλλον το νερό μπορεί να γίνει “το νέο πετρέλαιο”;

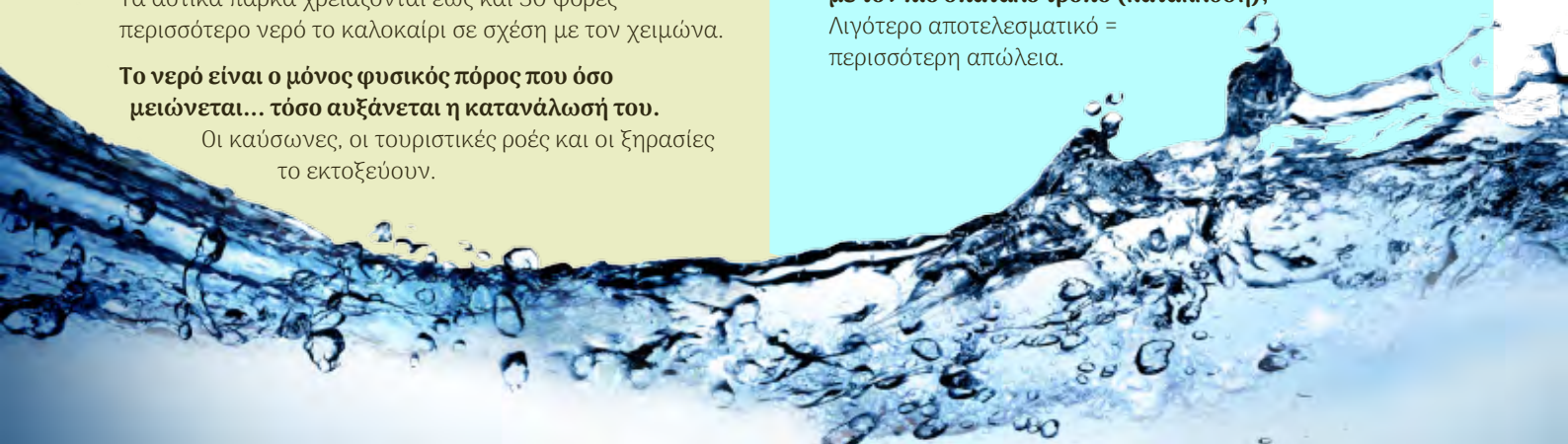
Ήδη υπάρχουν χώρες που το εμπορεύονται στρατηγικά.

...πολλές χώρες πλησιάζουν στο “Day Zero”;

Τεχεράνη, Κέιπ Τάουν, Σάο Πάολο — και ορισμένες ευρωπαϊκές πόλεις μπαίνουν στη λίστα.

...το 1/3 των ελληνικών καλλιεργειών ποτίζεται ακόμα με τον πιο σπάταλο τρόπο (κατάκλυση);

Λιγότερο αποτελεσματικό = περισσότερη απώλεια.



GivingTuesday 2025: 18 εταιρείες στηρίζουν τη βιωσιμότητα του Δεσμού στο μεγαλύτερο παγκόσμιο κίνημα προσφοράς



Την Τρίτη 2 Δεκεμβρίου 2025, ο Δεσμός συμμετέχει για ακόμη μία χρονιά στο GivingTuesday, τη μεγαλύτερη παγκόσμια ημέρα προσφοράς και αλληλεγγύης, με τη στήριξη 18 εταιρειών που διαθέτουν μέρος των εσόδων τους για την ενίσχυση του οργανισμού. Το GivingTuesday, που ξεκίνησε το 2012 στις ΗΠΑ ως αντίβαρο στις εμπορικές δράσεις της Black Friday, πραγματοποιείται σήμερα σε περισσότερες από 75 χώρες, εμπνέοντας πράξεις γενναιοδωρίας και συλλογικής προσφοράς.

Η συμβολή των συνεργαζόμενων εταιρειών ενισχύει άμεσα το έργο της μικρής, αφοσιωμένης ομάδας του Δεσμού, η οποία καθημερινά υλοποιεί δράσεις υποστήριξης σε σχολεία, νοσοκομεία, κοινωνικές υπηρεσίες και φορείς σε όλη την Ελλάδα. Σύμφωνα με τη μελέτη αντικτύπου της Deloitte (Απρίλιος 2025), κάθε 1€ που λαμβάνει ο Δεσμός αποδίδει 10,7€ κοινωνικής αξίας, επιβεβαιώνοντας τον ρόλο του ως αξιόπιστου συνδετικού κρίκου ανάμεσα στην προσφορά και τις πραγματικές ανάγκες.

Οι 18 εταιρείες που συμμετέχουν καλύπτουν τους τομείς μόδας, λιανικής, τροφίμων, καφέ, φιλοξενίας, ομορφιάς και υπηρεσιών, προσφέροντας μέρος των πωλήσεών τους για καλό σκοπό. Η διαδικασία για το κοινό είναι απλή: οι αγορές από τις συμμετέχουσες εταιρείες μετατρέπονται αυτομάτως σε ενίσχυση για τον Δεσμό.

Η πλήρης λίστα των συμμετεχουσών εταιρειών, οι ημερομηνίες συμμετοχής τους και οι τρόποι ενίσχυσης είναι διαθέσιμα [εδώ](#).

Βράβευση της SKAG για την πρωτοβουλία "UN-COVER THE FUTURE... ΓΙΑ ΚΑΛΟ ΣΚΟΠΟ"

Η SKAG διακρίθηκε στα Bravo Sustainability Dialogue @ Awards 2025, στον Πυλώνα «ΚΟΙΝΩΝΙΑ» και στη θεματική CSR Actions @ SDGs, για την καινοτόμα πρωτοβουλία "UN-COVER THE FUTURE... ΓΙΑ ΚΑΛΟ ΣΚΟΠΟ". Η δράση ενεργοποίησε τη νεανική δημιουργικότητα ως μοχλό κοινωνικής και περιβαλλοντικής αλλαγής, προσκαλώντας νέους 13-23 ετών να σχεδιάσουν θεματικά εξώφυλλα τετραδίων SKAG. Ο ψηφιακός διαγωνισμός συγκέντρωσε 241 συμμετοχές, κινητοποιώντας μαθητές, γονείς και τοπικές κοινότητες σε όλη την Ελλάδα.

Τα πέντε νικητήρια έργα ενσωματώθηκαν στη συλλεκτική σειρά τετραδίων SKAG "UN-COVER THE FUTURE", συνδέοντας την τέχνη με τον θετικό κοινωνικό αντίκτυπο. Παράλληλα, σε συνεργασία με τον περιβαλλοντικό οργανισμό We4All, η SKAG υλοποίησε δράσεις περιβαλλοντικής ενημέρωσης και δενδροφύτευσης σε έξι σχολικές μονάδες σε Αθήνα, Νέα Σμύρνη και Ηράκλειο, ενισχύοντας την περιβαλλοντική εκπαίδευση και καλλιεργώντας κουλτούρα υπευθυνότητας στους μαθητές.

Το βραβείο παρέλαβαν η κα Λίνα Σακκά, Marketing Director, και ο κ. Χρίστος Σουλτάτος, Sales Director της SKAG. Όπως δήλωσε η κα Σακκά, η πρωτοβουλία αντικατοπτρίζει το νέο rebranding της εταιρείας, επιβεβαιώνοντας τη σταθερή δέσμευσή της προς τα παιδιά, τη νέα γενιά και το περιβάλλον.

Η δράση ευθυγραμμίζεται με τον Παγκόσμιο Στόχο 11 – «Βιώσιμες Πόλεις και Κοινότητες», δίνοντας ουσιαστικό χώρο στους νέους να συμμετέχουν ενεργά στη δημιουργία ενός πιο βιώσιμου μέλλοντος.



Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία: Μια μέρα για να δούμε καθαρά — όχι να “θυμηθούμε”



Δεν χρειάζεσαι μια συγκεκριμένη ημερομηνία για να σεβαστείς έναν άνθρωπο.

Αλλά χρειάζεσαι μερικές φορές μια αφορμή για να δεις πόσο στραβά, δύσκολα και άδικα έχουν χτιστεί ακόμη πολλές από τις καθημερινές μας συνήθειες.

Η Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία δεν υπάρχει «για να τιμήσουμε», «να θυμηθούμε», «να πούμε δυο λόγια». Υπάρχει για να κάνουμε μια παύση και να αναρωτηθούμε: Αν αυτός ο κόσμος δεν είναι προσβάσιμος για όλους — τότε για ποιον είναι;

Εμείς βλέπουμε μία πόλη. Κάποιοι βλέπουν εμπόδια.

Το πεζοδρόμιο που για σένα είναι “δύο λεπτά περπάτημα”, για κάποιον άλλον είναι 200 μέτρα λακκούβες, κολώνες,

ράμπες που δεν υπάρχουν και αυτοκίνητα παρκαρισμένα όπου να 'ναι.

Το μαγαζί στο οποίο μπαίνεις “για έναν καφέ”, για κάποιον άλλο είναι ένα σκαλοπάτι που δεν του επιτρέπει να μπει.

Η δημόσια υπηρεσία που σε κουράζει, για κάποιον άλλο δεν είναι καν προσβάσιμη.

Κι αν δεν το βλέπεις; Είναι γιατί δεν αναγκάστηκες ποτέ να ζήσεις μέσα σε αυτό.

Το πρόβλημα δεν είναι οι άνθρωποι. Είναι οι δομές που τους αγνοούν.

Ατομα με αναπηρία δεν χρειάζονται οίκτο, υπερλόφες ιστορίες ή “ηρωοποίηση”.

Χρειάζονται:

- προσβάσιμες υποδομές,
- ίσες ευκαιρίες,
- χώρο στη δημόσια συζήτηση χωρίς όρους και υποσημειώσεις,
- εργασία χωρίς εμποδία και προκαταλήψεις,
- εκπαίδευση που τους χωράει,
- κοινωνία που δεν μπερδεύει την αναπηρία με την αδυναμία.

Και — πάνω απ' όλα — χρειάζονται τον κόσμο να καταλάβει ότι το να "χωράς" κάπου δεν είναι χάρη. Είναι δικαίωμα.

Η πραγματική αλλαγή ξεκινάει όταν καταλάβουμε ένα πράγμα: η προσβασιμότητα δεν αφορά "κάποιους". Αφορά όλους.

Γιατί η ζωή είναι στιγμές. Στιγμές που μπορεί να φέρουν μια μόνιμη ή προσωρινή αναπηρία. Στιγμές που αλλάζουν το σώμα, το μυαλό, τη δυνατότητα μετακίνησης.

Στιγμές που συμβαίνουν στον καθένα.

Η αναπηρία δεν είναι κατηγορία. Είναι ανθρώπινη πιθανότητα. Και όταν το καταλάβεις αυτό, κάτι αλλάζει βαθιά: σταματάς να "αναγνωρίζεις", και αρχίζεις να σέβεσαι.

Αν θες να βοηθήσεις; Ξεκίνα από τα απλά.

- Μην παρκάρεις σε ράμπα.
- Μην χρησιμοποιείς τη θέση ΑμεΑ "για δύο λεπτά".
- Κοίτα το χώρο σου: θα μπορούσε να τον χρησιμοποιήσει άτομο με αναπηρία;
- Μίλα με σεβασμό. Όχι "μετάφραση", όχι φωνές, όχι πατρονάρισμα.
- Άκου: οι ίδιοι οι άνθρωποι με αναπηρία ξέρουν καλύτερα τι χρειάζονται.

Και κυρίως: μην περιμένεις το κράτος. Ξεκίνα από σένα.

Γιατί μπορεί ο κόσμος να μην είναι φτιαγμένος για όλους — αλλά μπορούμε να τον ξαναφτιάξουμε.

Και κάπου εδώ, κάτι προσωπικό: Special U

Σε έναν κόσμο που ακόμα παλεύει να αποκτήσει ενιαία γλώσσα απέναντι στην αναπηρία, εμείς διαλέξαμε να



φτιάξουμε κάτι που λείπει: ένα περιοδικό που δεν μιλάει "για", αλλά μαζί με τα άτομα με αναπηρία· που δεν δείχνει, αλλά δίνει χώρο.

Ένα περιοδικό που λέει την αλήθεια, χωρίς περιτύλιγμα, χωρίς ρόλους και χωρίς φιλτράρισμα.

Το Special U δεν είναι project. Είναι θέση. Και κάθε τεύχος του έχει έναν πυρήνα: όλοι χωράνε.

Όχι επειδή το λέμε. Επειδή έτσι πρέπει να είναι.

Αν υπάρχει μια μέρα για να σταθούμε λίγο πιο συνειδητά απέναντι στην αναπηρία, τότε αυτή η μέρα δεν πρέπει να τελειώσει στις 24 ώρες της.

Πρέπει να συνεχιστεί. Στην καθημερινότητα. Στις αποφάσεις μας. Στον τρόπο που σχεδιάζουμε τον κόσμο.

Και εμείς θα είμαστε εκεί — με το Special U, με τις ιστορίες, με τους ανθρώπους, και με ό,τι χρειάζεται για έναν κόσμο που δεν κάνει εξαιρέσεις.

Μπορείς να δεις [εδώ](#) το τεύχος που κυκλοφορεί!



Ελένη Κορμηνού,
Clinical Assistant Professor of University of Nicosia,
 Ειδική Ρευματολόγος, Επιστημονικά Υπεύθυνη
 Ρευματολογικού Τμήματος Metropolitan General,
 Διευθύντρια Κλινικής "Αυτοάνοσων
 Ρευματικών Νοσημάτων" Metropolitan General,
 Υπεύθυνη Τμήματος "Αυτοάνοσων Ρευματικών
 Νοσημάτων και Κύησης" ΜΗΤΕΡΑ



Αυτοανοσία: Τα 3 Πρόσωπα



Τα αυτοάνοσα νοσήματα αναπτύσσονται σε μεγάλο χρονικό διάστημα, το οποίο τουλάχιστον εκτείνεται σε αρκετά χρόνια.

Αυτό ίσως αποδεικνύεται καλύτερα από την παρουσία αυτοαντισωμάτων ειδικών για τη νόσο χρόνια πριν από τη διάγνωση της αντίστοιχης αυτοάνοσης νόσου.

Η παρουσία αυτοαντισωμάτων ειδικών για τη νόσο, ωστόσο, δεν προβλέπει αξιόπιστα εάν η κλινική εκδήλωση της αντίστοιχης αυτοάνοσης νόσου θα εμφανιστεί στο μέλλον. Επομένως, ορισμένοι βιοδείκτες που καθορίζουν τη μετάβαση (i) από την υγεία στην αυτοανοσία, (ii) από την αυτοανοσία στην αυτοάνοση νόσο και (iii) στη χρονιότητα ή την υποχώρηση της φλεγμονής θα επέτρεπαν την εφαρμογή μέτρων για την επιβράδυνση ή την πρόληψη της εξέλιξης της νόσου. Αυτό θα είχε σημαντικό αντίκτυπο στα προσβεβλημένα άτομα, καθώς και στο σύστημα υγειονομικής περίθαλψης, επειδή η συχνότητα εμφάνισης αυτοάνοσων και μη μεταδοτικών φλεγμονωδών νοσημάτων αυξάνεται και εξακολουθούν να υπάρχουν πολλές ανεκπλήρωτες ιατρικές ανάγκες στη φροντίδα ασθενών με αυτές τις διαγνώσεις.

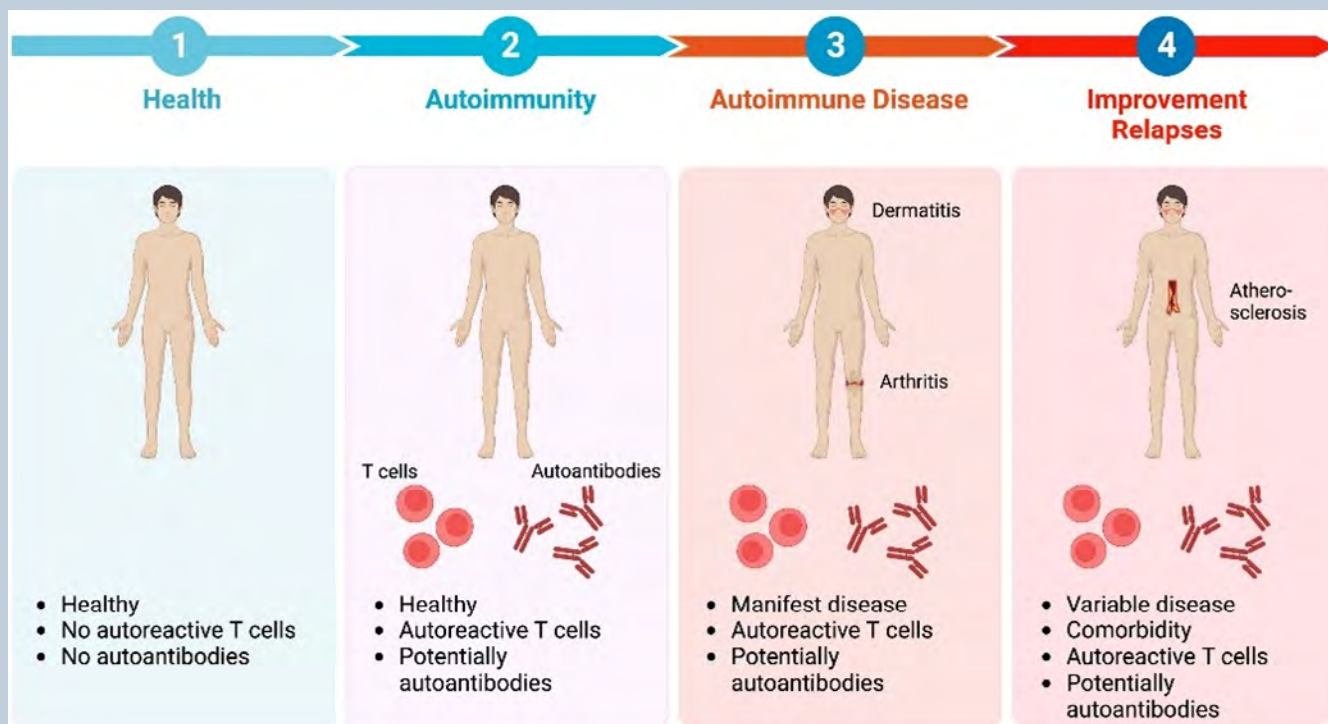
Όταν το ανοσοποιητικό σύστημα λειτουργεί σωστά, είναι σε θέση να διακρίνει ξένες ουσίες (μη εαυτές) από τους δικούς σας ιστούς και κύτταρα (εαυτούς).

Για παράδειγμα, όταν εμφανίζεται μια λοίμωξη, μια ομάδα ανοσοκυττάρων αναγνωρίζει το βακτήριο ή τον ιό ως ξένη απειλή και το επισημαίνει έτσι ώστε το ανοσοποιητικό σύστημα να μπορεί να εξαπολύσει επίθεση, να καταστρέψει το εισβάλλον παθογόνο και να επαναφέρει το σώμα σε μια κατάσταση υγείας. Αυτή η διαδικασία διάκρισης του εαυτού από το μη εαυτούς μπορεί, ωστόσο, να δυσλειτουργήσει.

Στην αυτοανοσία, το ανοσοποιητικό σύστημα εσφαλμένα επισημαίνει τον δικό ιστό ως «ξένο» και, έτσι, τον επισημαίνει για καταστροφή.

Αν και οι ακριβείς μηχανισμοί με τους οποίους αναπτύσσεται η αυτοάνοση νόσος δεν είναι πλήρως γνωστοί, έχουν εντοπιστεί διάφοροι παράγοντες που μπορούν να πυροδοτήσουν την αυτοάνοση διαδικασία:

Τρόφιμα: Αλλεργίες ή ευαισθησίες σε τρόφιμα όπως η γλουτένη, τα γαλακτοκομικά, η σόγια ή τα αυγά.



Τοξίνες: Οι χημικοί παράγοντες που προκαλούν το άσθμα περιλαμβάνουν την BPA, τα φυτοφάρμακα, τα βαρέα μέταλλα και το βενζόλιο.

Λοιμώξεις: Οι λοιμώδεις παράγοντες που πυροδοτούν τη νόσο περιλαμβάνουν τον ιό Epstein Barr, τον ιό του έρπητα, την Candida, τον ιό Lyme και την ηπατίτιδα C.

Τρόπος ζωής: Οι παράγοντες που πυροδοτούν την κατάσταση περιλαμβάνουν το χρόνιο στρες, την αϋπνία, την έλλειψη σωματικής δραστηριότητας, το κάπνισμα και τη χρήση ναρκωτικών/αλκοόλ.

Η αυτοανοσία έχει τρεις όψεις, καθεμία από τις οποίες αντικατοπτρίζει τα διαφορετικά στάδια ανάπτυξης μιας αυτοάνοσης νόσου.

Σιωπηλή Αυτοανοσία:

Το ανοσοποιητικό σύστημα αρχίζει να χαρακτηρίζει τον δικό ιστό ως απειλή, δημιουργώντας αντισώματα σε διάφορα μέρη του σώματος, όπως, ενδεικτικά:

Θυρεοειδής: Μπορεί να εξελιχθεί σε θυρεοειδίτιδα Hashimoto

Οι αρθρώσεις: Μπορεί να εξελιχθούν σε ρευματοειδή αρθρίτιδα

Το πάγκρεας: Μπορεί να εξελιχθεί σε διαβήτη τύπου 1

Τα νευρικά έλντρα: Μπορεί να εξελιχθούν σε σκλήρυνση κατά πλάκας

Το έντερο: μπορεί να εξελιχθεί σε κοιλιοκάκη ή νόσο του Crohn ή ελκώδη κολίτιδα

Ενώ μπορεί να μην εμφανίζονται συμπτώματα κάποια συγκεκριμένη στιγμή, τα αντισώματα είναι ανιχνεύσιμα στο αίμα.

Η προσέγγιση της ιατρικής αξιολογεί τον κίνδυνο αυτοάνοσης νόσου με βάση το ιστορικό υγείας και το οικογενειακό ιστορικό. Δεδομένου ότι η αυτοάνοση νόσος μπορεί να είναι κληρονομική, είναι σημαντικό να εντοπιστεί εάν υπάρχει κίνδυνος, ώστε να ληφθούν προληπτικά μέτρα. Επιπλέον, εάν υπάρχει μία αυτοάνοση νόσος, υπάρχει αυξημένος κίνδυνος να αναπτυχθεί μια δεύτερη αυτοάνοση νόσος.

Αντιδραστική Αυτοανοσία:

Καθώς η αυτοάνοση επίθεση στους ιστούς εξελίσσεται, αρχίζουν να εμφανίζονται συμπτώματα, αλλά δεν έχει ακόμη αναπτυχθεί μια πλήρης αυτοάνοση ασθένεια με τις χαρακτηριστικές αλλαγές στους ιστούς και τους αιματολογικούς δείκτες.

Ωστόσο, τα επίπεδα αντισωμάτων μπορεί να έχουν αυξηθεί περαιτέρω και να αρχίσει να εμφανίζεται αρχική βλάβη στους ιστούς ή τα όργανα.

Τα συμπτώματα της αυτοάνοσης αντιδραστικότητας είναι συχνά κοινά προβλήματα υγείας που γίνονται χρόνια, όπως:

- Αλλεργίες
- Ανησυχία
- Ομίχλη εγκεφάλου
- Πεπτικά προβλήματα
- Ξηροστομία
- Κούραση
- Πονοκέφαλοι
- Υπερκινητικότητα
- Δερματικά εξανθήματα, συμπεριλαμβανομένου του



εκζέματος και της ακμής

- Πόνος στις αρθρώσεις ή στους μυς
- Απώλεια ή αύξηση βάρους

Επειδή τα πρώιμα συμπτώματα συχνά αγνοούνται ή αποδίδονται σε άλλες αιτίες, η διάγνωση της αυτοανοσίας και η αποτελεσματική φροντίδα της μπορεί να καθυστερήσει για αρκετά χρόνια.

Αυτοάνοση νόσος:

Σε αυτό το στάδιο, αυξημένα επίπεδα αντισωμάτων είναι μετρήσιμα στην κυκλοφορία του αίματός και τα συμπτώματά έχουν γίνει πιο σοβαρά με ενδείξεις καταστροφής ιστών.

Αυτοανοσία: Βήματα που μπορεί να γίνουν για να περιοριστεί η εξέλιξη:

Δεδομένου ότι πολλά από τα αίτια της αυτοανοσίας σχετίζονται με το περιβάλλον, είναι σημαντικό να αναπτύξει ο ασθενής έναν τρόπο ζωής που προάγει το υγιές ανοσοποιητικό σύστημα, όπως:

Ακολουθώντας μια δίαιτα μεσογειακού τύπου, καθώς και τα επεξεργασμένα τρόφιμα ή τα τρόφιμα με υψηλή περιεκτικότητα σε ζάχαρη και σιρόπι καλαμποκιού.

- Να κοιμάστε ξεκούραστα τακτικά
- Παραμονή σωματικά δραστήρια
- Αποτελεσματική διαχείριση του στρες
- Αποτοξίνωση του σώματός σε τακτική βάση

- Αντιμετώπιση χρόνιων ιογενών ή βακτηριακών φορτίων

Ο Ρευματολόγος θα παρέχει ένα σχέδιο φροντίδας που στοχεύει στη βελτίωση των συμπτωμάτων και στην αναστολή ή ακόμα και στη μείωση μέρους της βλάβης που προκαλείται στους ιστούς.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΙΚΑ

Η κατανόηση του τρόπου με τον οποίο αναπτύχθηκε η αυτοάνοση νόσος και η ανάπτυξη μιας στρατηγικής για τον έλεγχο της είναι απαραίτητη για τη βελτιστοποίηση της ανοσολογικής υγείας και την ανάρρωσή από πιθανές υποτροπές. Αυτή η στρατηγική διαχείρισης περιλαμβάνει:

Αντιφλεγμονώδες διατροφικό πλάνο

Πρωτόκολλο συμπληρωμάτων: Εξατομικευμένο πρόγραμμα συμπληρωμάτων που προάγει ένα ισορροπημένο ανοσοποιητικό σύστημα.

Συγκεκριμένες καθημερινές δραστηριότητες: όπως ποιοτικός ύπνος, σωματική δραστηριότητα και υποστηρικτική προσωπική αλληλεπίδραση που μειώνουν το άγχος και υποστηρίζουν την υγιή λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος.

Οι τυπικές εργαστηριακές εξετάσεις και οι ετήσιοι έλεγχοι συχνά δεν καταφέρνουν να εντοπίσουν τα σημάδια αυτοανοσίας.

Home reset: Ο επανασχεδιασμός του προσωπικού μας σύμπαντος

Το σπίτι μας σήμερα δεν είναι μόνο ο χώρος που επιστρέφουμε... το καταφύγιό μας. Είναι κάτι πολύ πιο σύνθετο: ένα περιβάλλον εργασίας, χαλάρωσης, δημιουργίας, εκτόνωσης, κοινωνικοποίησης και το προσωπικό μας καταφύγιο.

Το σπίτι πλέον αναδιαμορφώνεται ριζικά. Οι άνθρωποι αναζητούν όχι απαραίτητα μεγαλύτερα, αλλά σίγουρα ευφύστερα σπίτια — χώρους που υποστηρίζουν τη συγκέντρωση, την ψυχική ηρεμία και την οργάνωση.

Η αισθητική της απλότητας κερδίζει ξανά

Η σύγχρονη τάση απομακρύνεται από την περίπλοκη διακόσμηση. Προτιμά την καθαρότητα: φυσικό φως, γήινα χρώματα, ανοιχτές επιφάνειες, λίγα αντικείμενα. Η απλότητα βοηθά τον εγκέφαλο να ηρεμεί. Σπίτι σημαίνει ανάσα, όχι ερέθισμα.



Θέλουν να νιώθουν το περιβάλλον τους και όχι απλώς να το βλέπουν.

Το γραφείο που αλλάζει θέσεις!

Πολλοί δεν θέλουν πλέον ένα σταθερό, απομονωμένο γραφείο. Θέλουν έναν χώρο που μπορεί να αλλάζει με τις ανάγκες τους: τραπέζι που γίνεται workstation, φορητά ράφια, καθίσματα που προσαρμόζονται, φωτισμός που αλλάζει θερμοκρασία ανάλογα με την ώρα.

Αυτή η νέα εκδοχή του γραφείου ενισχύει τη συγκέντρωση αλλά δεν μας εγκλωβίζει.

Micro-zones: Το σπίτι ως σύνολο μικρών κόσμων

Το μεγάλο trend στο interior design είναι τα "micro-zones": μικρές θεματικές περιοχές που έχουν ξεκάθαρη λειτουργία. Για παράδειγμα, μια γωνιά ανάγνωσης με χαμηλό φωτισμό,

μια επιφάνεια αποκλειστικά για δημιουργία, μια γωνιά χωρίς τεχνολογία. Με αυτόν τον τρόπο το μυαλό εκπαιδεύεται να συνδέει κάθε περιοχή με μια συγκεκριμένη κατάσταση.

Η επιστροφή των φυσικών υλικών

Ξύλο, λινό, κεραμικό, βαμβάκι, πέτρα. Το σπίτι γίνεται ένα "αντίδοτο" στην ψηφιακή υπερφόρτωση. Οι άνθρωποι αναζητούν πια όλο και περισσότερο τη φυσική υφή.

Ο φωτισμός ως εργαλείο ψυχολογίας

Ο φωτισμός δεν είναι απλώς διακοσμητικό στοιχείο — είναι ρυθμιστής διάθεσης.

Ζεστοί τόνοι για ηρεμία, ψυχροί για συγκέντρωση. Το "layered lighting", οι πολλαπλές μικρές πηγές φωτός αντί για έναν μεγάλο κεντρικό φωτισμό, δημιουργεί αίσθηση ασφάλειας και περιορίζει το στρες.

Το σπίτι πλέον πρέπει να υποστηρίζει την ηρεμία, και αυτό σημαίνει: λιγότερα αντικείμενα, καλύτερη αποθήκευση, επιφάνειες καθαρές, όχι φορτωμένες, λειτουργικές λύσεις που μειώνουν το οπτικό χάος.

Το decluttering ως στρατηγική για καλύτερη διάθεση

Με την κοινωνική κόπωση, την υπερπληροφόρηση και τη συνεχή ανάγκη για απόδοση, πολλοί επιλέγουν πλέον να περνούν περισσότερο ποιοτικό χρόνο μέσα.

Το σπίτι γίνεται ο χώρος όπου το μυαλό αποσυμπίεζεται και ο άνθρωπος ανακαλύπτει ξανά την αίσθηση του προσωπικού χρόνου.

Καθώς πλησιάζουμε στο 2026, η τάση είναι ξεκάθαρη: οι άνθρωποι δεν ζητούν πιο πολλά, αλλά πιο ουσιαστικά. Αναζητούν σπίτια που αναβαθμίζουν την καθημερινότητά τους.

Τα άνθη του κακού

Χήνες

Η Στέλλα Ζαφειροπούλου παρουσιάζει στο ΠΛΥΦΑ το νέο της έργο, Χήνες, ένα δυνατό, σύγχρονο δράμα που φωτίζει τα ανομολόγητα ρήγματα μέσα στις μικρές κοινωνίες και τις οικογένειες που νομίζουν πως όλα τα ξέρουν.

Σε μια επαρχιακή πόλη όπου τίποτα δεν μένει κρυφό, η Σοφία — υιοθετημένη κόρη της Κυριακής — παλεύει με την ταυτότητά της, ενώ τα σχόλια του περίγυρου εντείνουν τις συγκρούσεις ανάμεσα στις δύο γυναίκες.

Την ίδια στιγμή, η Κυριακή αντιμετωπίζει μυστικά ζητήματα περιουσίας, ενώ η Σοφία γνωρίζει έναν έρωτα που υπόσχεται ευτυχία. Όμως οι αποκαλύψεις που ακολουθούν ανατρέπουν τις βεβαιότητες όλων, οδηγώντας σε τραγικές εξελίξεις.

Βασισμένο σε πραγματικά συμβάντα και τιμημένο με το Βραβείο Ένωσης Σεναριογράφων Ελλάδος (2017), το έργο τολμά να αγγίξει θέματα γονεϊκότητας, προκαταλήψεων απέναντι στο διαφορετικό και της βαθιάς επιθυμίας των ανθρώπων για αποδοχή και δικαιοσύνη.

Η παράσταση σηματοδοτεί την πρώτη σκηνοθεσία της Ζαφειροπούλου.

Παίζουν: Ντίνα Αβαγιανού, Μάρθα Ακάσογλου, Ηλέκτρα Τζιβάκη, Δημήτρης Τσιγκριμάνης

Πρεμιέρα: 11 Φεβρουαρίου 2026

Κάθε Τετάρτη & Πέμπτη 21:00

Προπώληση: ticketservices.gr

Early Bird 12€ έως 11/01



Ο Σέρχιο Μπλάνκο επιστρέφει στο θέατρο του Νέου Κόσμου με το έργο Τα άνθη του κακού, ένα αυτομυθοπλαστικό μονόλογο που ερευνά τα όρια της βίας, συνδυάζοντας αριστοτεχνικά προσωπική εμπειρία και μυθοπλασία. Γραμμένο το 2017 και αρχικά ερμηνευμένο από τον ίδιο τον δημιουργό στο Μοντεβιδέο, το έργο αποτελεί το δεύτερο μέρος της τριλογίας “Εξομολογήσεις”, όπου ο Μπλάνκο πειραματίζεται με τη λεπτή γραμμή ανάμεσα στο πραγματικό και το επινοημένο.

Στην παράσταση, ο συγγραφέας στέκεται μπροστά στον πίνακα του Ρέμπραντ Η τύφλωση του Σαμφών και ξεκινά μια τολμηρή “διάλεξη” για τη βία: τη βία που βιώνεται, τη βία της λογοτεχνίας, το ψέμα που αγγίζει την αλήθεια και την αλήθεια που μοιάζει με επινόηση. Η Δέσποινα Σαραφείδου ερμηνεύει τον ρόλο του Μπλάνκο, συνεχίζοντας τη στενή συνεργασία τους και εντείνοντας το θεατρικό παιχνίδι αποστασιοποίησης που χαρακτηρίζει το έργο.

Με σκηνοθεσία του ίδιου του Μπλάνκο, η παράσταση οδηγεί το κοινό σε μια απρόβλεπτη, διανοητικά αιχμηρή εμπειρία, όπου η θεατρική πράξη συναντά την ακαδημαϊκή οξυδέρκεια και την προσωπική εξομολόγηση.

Πρεμιέρα: 1 Δεκεμβρίου 2025

Θέατρο του Νέου Κόσμου – Κάτω Χώρος

Από 1 Δεκεμβρίου, κάθε Δευτέρα & Τρίτη στις 21:00



600 νέα δέντρα ριζώνουν για μια πιο πράσινη Θεσσαλονίκη

Με ιδιαίτερα μεγάλη συμμετοχή πραγματοποιήθηκε την Τρίτη 25 Νοεμβρίου στη Θεσσαλονίκη μια σημαντική δράση δενδροφύτευσης, προσφέροντας μια ζωτική «ανάσα» πρασίνου στην πόλη. Η πρωτοβουλία διοργανώθηκε από το Europe Direct Κεντρικής Μακεδονίας και την Αμερικανική Γεωργική Σχολή Θεσσαλονίκης, ευθυγραμμισμένη με τον ευρωπαϊκό στόχο για τη φύτευση τριών δισεκατομμυρίων δέντρων έως το 2030. Η δράση υλοποιήθηκε με την υποστήριξη του We4All, Εταίρου του Ευρωπαϊκού Συμφώνου για το Κλίμα, και του INZEB, στο πλαίσιο του European Climate Pact.

Η δενδροφύτευση εξελίχθηκε σε δύο φάσεις, καλύπτοντας την έκταση μεταξύ της Αμερικανικής Γεωργικής Σχολής και του CEDEFOP, στο ύψος της Τεχνόπολης. Συνολικά φυτεύτηκαν 600 νέα δέντρα, τα οποία με την πάροδο του χρόνου θα διαμορφώσουν έναν νέο αστικό πνεύμονα πρασίνου. Το έναυσμα για τη δράση είχε δοθεί λίγες εβδομάδες νωρίτερα από τον Έλληνα Επίτροπο της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για τις βιώσιμες μεταφορές και τον τουρισμό, Απόστολο Τζιτζικώστα, ο οποίος προχώρησε σε συμβολική φύτευση δύο δενδρυλίων στο ίδιο σημείο.

Η Κατερίνα Ρουμελιώτη, Επικεφαλής του Europe Direct Κεντρικής Μακεδονίας, τόνισε ότι τα νέα δέντρα θα ενισχύσουν τη βιοποικιλότητα και θα συμβάλουν στην ανθεκτικότητα της περιοχής απέναντι στις σύγχρονες

κλιματικές προκλήσεις, υπογραμμίζοντας πως η συντήρηση των φυτών στους επόμενους μήνες αποτελεί βασική προτεραιότητα. Από την πλευρά της, η Εύα Ηλιάδη Βαγενά, Corporate Relations Officer του We4All, ανέδειξε τη σημασία της συνεργασίας όλων των φορέων, επισημαίνοντας πως η φύτευση εκατοντάδων δέντρων αποτελεί όχι μόνο περιβαλλοντική πράξη αλλά και συλλογική προσπάθεια για το μέλλον της πόλης.

Στη δράση συμμετείχαν ενεργά μαθητές, φοιτητές, οικογένειες, εκπαιδευτικοί, εθελοντές και πλήθος οργανισμών, ανάμεσά τους τα Λύκεια της Αμερικανικής Γεωργικής Σχολής, το Perrotis College, ο Παιδικός Σταθμός της ΑΓΣ, το 2ο Γυμνάσιο και το Νηπιαγωγείο Θέρμης, το 1ο Λύκειο Ελευθερίου Κορδελιού, το CEDEFOP, η Ελληνική Ομάδα Διάσωσης, το Συμβούλιο Νέων Δήμου Θέρμης, η Εταιρεία Σπαστικών Βορείου Ελλάδος, καθώς και Πρεσβευτές του Ευρωπαϊκού Συμφώνου για το Κλίμα.

Η πρωτοβουλία απέδειξε ότι οι συνέργειες ανάμεσα σε περιβαλλοντικούς οργανισμούς, εκπαιδευτικά ιδρύματα και την τοπική κοινωνία μπορούν να οδηγήσουν σε ουσιαστικά αποτελέσματα, αφήνοντας ένα έντονο περιβαλλοντικό και κοινωνικό αποτύπωμα. Με τη δέσμευση για συνέχιση αντίστοιχων δράσεων, η Θεσσαλονίκη κάνει ακόμη ένα βήμα προς μια πιο πράσινη και ανθεκτική μελλοντική πραγματικότητα.



quote of the day

**WE NEVER KNOW THE WORTH OF
WATER UNTIL THE WELL IS DRY**
Thomas Fuller

Σήμερα
γιορτάζουν!
Γλυκέριος, Γλυκερός

3 Δεκεμβρίου

- > Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρία
- > National Day of Giving
- > Διεθνής Ημέρα της Βασκικής Γλώσσας