

ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ ΤΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ

Η ενέργεια είναι στην καρδιά των πάντων, γι' αυτό και η ΔΕΠΑ είναι σήμερα παντού. Από το Φυσικό Αέριο μέχρι όλη την αλυσίδα της ενέργειας και από τα μεγάλα έργα και τις στρατηγικές υποδομές, μέχρι την επιχείρηση και το σπίτι. Με εξωστρέφεια και διεθνείς συνεργασίες, εγγυάται την ενεργειακή ασφάλεια της χώρας. Συμμετέχοντας σε νέες, σύγχρονες μονάδες παραγωγής ενέργειας, διασφαλίζει τη σταθερότητα του συστήματος και ενισχύει τον ανταγωνισμό. Με επενδύσεις στην καθαρή ενέργεια, τα ανανεώσιμα καύσιμα και τις νέες τεχνολογίες, δημιουργεί ένα βιώσιμο μέλλον για όλους. Και επειδή στην καρδιά της βιώσιμης στρατηγικής είναι ο άνθρωπος, η ΔΕΠΑ είναι πάντα δίπλα στον καταναλωτή, στους εργαζόμενούς της και στις τοπικές κοινωνίες.



ΟΜΙΛΟΣ



ΔΕΠΑ Εμπορίας Μ.Α.Ε.

ΦΥΣΙΚΟ ΑΕΡΙΟ
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ

FISIKON
PHYSICAL ENERGY

ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ ΤΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ

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



**THE SALAR DE UYUNI EFFECT:
Ο ΚΑΘΡΕΦΤΗΣ ΤΗΣ ΓΗΣ ΠΟΥ
ΜΠΕΡΔΕΨΕ ΤΟΝ ΧΡΟΝΟ**

Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Λένε, πως τη μέρα αντιμετωπίζεις τον κόσμο γύρω σου και τη νύχτα... τον κόσμο μέσα σου.

Τη μέρα φοράς παπούτσια, ρόλους, χαμόγελα που "πρέπει". Μιλάς, απαντάς, τρέχεις, συντονίζεσαι. Αντέχεις. Κάνεις αυτό που χρειάζεται. Είσαι λειτουργικός. Συνεπής. Εκεί.

Η μέρα είναι ο στίβος. Ο κόσμος, οι άλλοι, τα deadlines, οι προσδοκίες. Τα βλέμματα που περιμένουν κάτι από εσένα.

Και τα καταφέρνεις. Σχεδόν πάντα. Αλλά μετά έρχεται η νύχτα. Και η νύχτα δεν έχει κοινό. Δεν έχει πρόγραμμα. Δεν έχει "πώς φαίνομαι". Έχει μόνο ερωτήσεις. Εκείνες που δεν προλαβαίνεις να σκεφτείς όσο ο κόσμος σε τραβά από το μανίκι.

Τη νύχτα δεν σε ρωτά κανείς αν είσαι καλά. Το καταλαβαίνεις μόνος σου. Από το πόσο βαριά νιώθεις. Από το αν κοιτάς το ταβάνι ή το κινητό. Από το αν θες σιωπή ή θόρυβο για να μην ακούς τις σκέψεις σου. Τη νύχτα δεν έχεις πια δικαιολογίες. Δεν μπορείς να κρυφτείς πίσω από υποχρεώσεις. Δεν μπορείς να πεις "αύριο". Γιατί όλα τα "αύριο" μαζεύονται εκεί. Σκορπίζουν στο σκοτάδι και σου μιλάνε. Άλλες φορές ήσυχα. Άλλες σαν φωνές που δεν είχες κουράγιο να ακούσεις μέσα στη μέρα.

Και κάπου εδώ είναι το δύσκολο κομμάτι. Γιατί πολλοί αντέχουν τον κόσμο. Λίγοι αντέχουν τον εαυτό τους. Δεν είναι αδυναμία αυτό. Είναι ειλικρίνεια. Είναι το σημείο που καταλαβαίνεις ότι δεν γίνεται να είσαι συνέχεια δυνατός χωρίς να ραγίζεις λίγο. Ότι δεν γίνεται να δίνεις όλη μέρα χωρίς να ζητάς χώρο τη νύχτα.

Η νύχτα δεν είναι εχθρός. Είναι καθρέφτης. Σου δείχνει τι απέφυγες. Τι κατάπιες. Τι δεν είπες. Και καμιά φορά, σου δείχνει και τι χρειάζεσαι στ' αλήθεια. Μην την πολεμάς. Μην προσπαθείς να τη φιμώσεις. Άκου τη. Όχι για να πονέσεις περισσότερο, αλλά για να καταλάβεις. Γιατί αν τη μέρα χρειάζεται θάρρος για να σταθείς απέναντι στον κόσμο, η νύχτα χρειάζεται γενναιότητα για να σταθείς απέναντι στον εαυτό σου.

Και αυτό... δεν το μαθαίνεις από κανέναν. Το μαθαίνεις μόνος σου. Στο σκοτάδι.

Tip of the Day: Μην γεμίζεις τη νύχτα με θόρυβο για να μη σκέφτεσαι. Άφησε λίγη σιωπή. Εκεί κρύβεται η αλήθεια σου.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Δίψα για Χριστούγεννα; Δίψα για ΒΙΚΟΣ COLA 1+1

Για ακόμη μία χρονιά, η ΒΙΚΟΣ COLA επιστρέφει δυναμικά στις γιορτές, φέρνοντας μαζί της την καθιερωμένη και αγαπημένη χριστουγεννιάτικη προσφορά 1+1 δώρο στη χάρτινη συσκευασία, για να κάνει κάθε στιγμή των Χριστουγέννων ακόμα πιο απολαυστική.

Από τις 15 Δεκεμβρίου 2025 έως και τις 7 Ιανουαρίου 2026, η προσφορά θα είναι διαθέσιμη στα συνεργαζόμενα καταστήματα, δίνοντας σε όλους την ευκαιρία να γεμίσουν το γιορτινό τραπέζι, τα οικογενειακά τραπέζια και τις στιγμές με φίλους με την αγαπημένη, δροσιστική γεύση της ΒΙΚΟΣ COLA.

Οι γιορτές είναι συνώνυμες με τη συντροφικότητα, το μοίρασμα και τις μικρές απολαύσεις που κάνουν τη διαφορά. Είτε πρόκειται για το χριστουγεννιάτικο τραπέζι, είτε για ένα αυθόρμητο ρεβεγιόν με φίλους, είτε για τις χαλαρές στιγμές στο σπίτι, η ΒΙΚΟΣ COLA συνοδεύει κάθε γιορτινή περίσταση, προσφέροντας διπλή απόλαυση με την προσφορά 1+1 δώρο.

Με το χαρακτηριστικό της άρωμα, τη δροσιστική της γεύση και τη σταθερή της παρουσία σε κάθε ελληνικό σπίτι, η ΒΙΚΟΣ COLA συνεχίζει να αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι των γιορτών, μετατρέποντας κάθε «δίψα» σε γιορτινή εμπειρία.

Η προσφορά 1+1 δώρο ισχύει για ομοειδή προϊόντα και διατίθεται αποκλειστικά στα συνεργαζόμενα καταστήματα.

Φέτος τα Χριστούγεννα, η δίψα βρίσκει απάντηση. Δίψα για Χριστούγεννα; Δίψα για ΒΙΚΟΣ COLA 1+1.



ΔΕΗ Xmas West Park: η δική μας γιορτινή γειτονιά



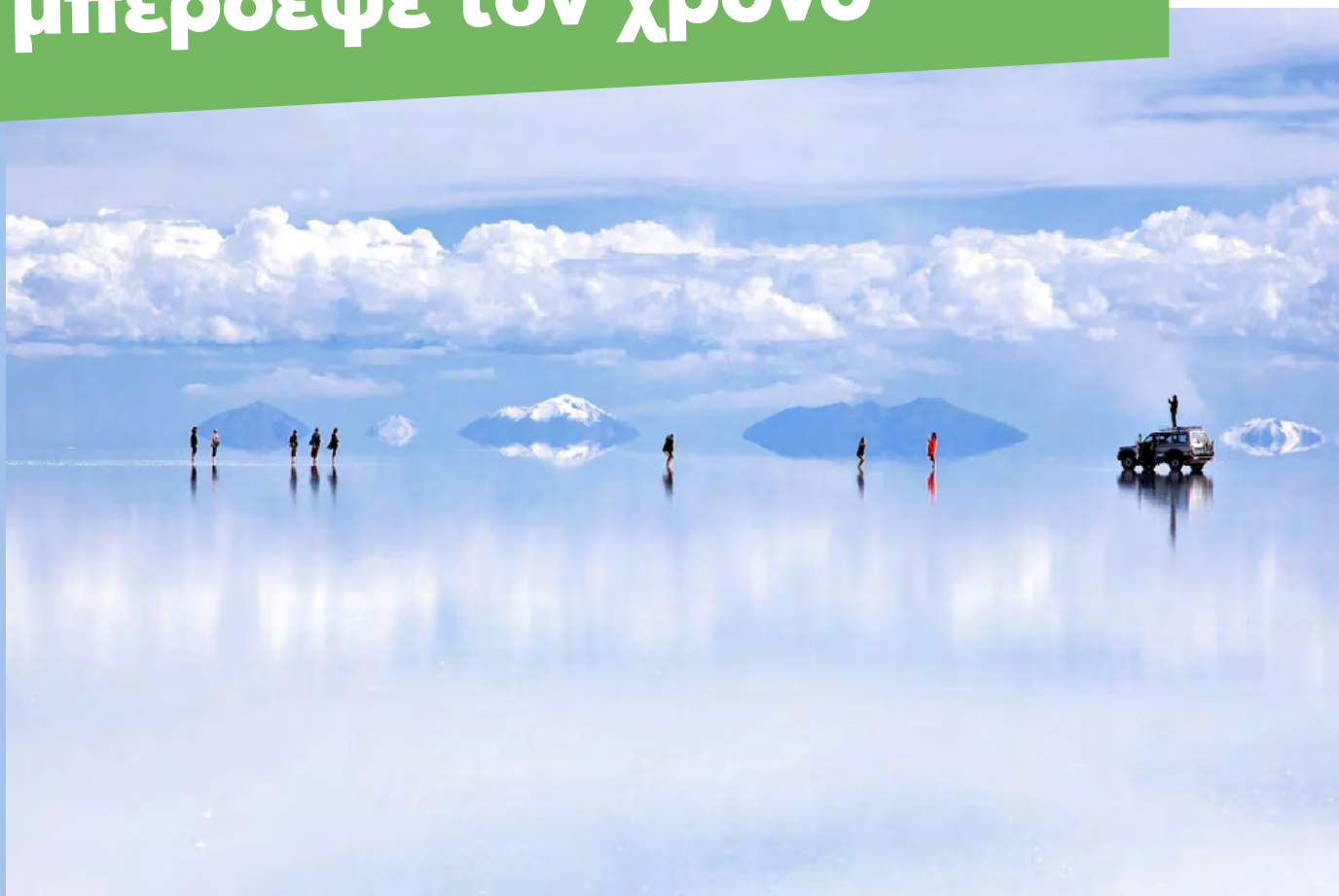
Το ΔΕΗ Xmas West Park άνοιξε τις πύλες του και μετέτρεψε το Μητροπολιτικό Πάρκο «Αντώνης Τρίτσης» σε έναν ανοιχτό, γιορτινό προορισμό για οικογένειες και παιδιά. Με ελεύθερη είσοδο και πλούσιο καλλιτεχνικό πρόγραμμα, η πρωτοβουλία της ΔΕΗ στηρίζει την ανάδειξη των δημόσιων χώρων της πόλης και προσκαλεί μικρούς και μεγάλους να ζήσουν τη μαγεία των Χριστουγέννων σε μια «γιορτινή γειτονιά» για όλους, έως τις 7 Ιανουαρίου.

Ως ονομαστικός και μεγάλος χορηγός, η ΔΕΗ συνδέει το ΔΕΗ Xmas West Park με τις αξίες της συμπερίληψης, της συμμετοχής και της ανθρώπινης σύνδεσης, δημιουργώντας καθημερινά ένα ζωντανό σημείο συνάντησης με δωρεάν συναυλίες, ψυχαγωγικά δρώμενα και διαδραστικά παιχνίδια.

Παράλληλα, παρουσιάζει το ΔΕΗ Fiber, το 100% οπτικών ινών internet μέχρι το σπίτι (FTTH), μέσα από διαδραστικές εμπειρίες, φωτεινά installations και έναν μεγάλο διαγωνισμό με έπαθλο premium πακέτο τεχνολογίας αξίας 5.000 ευρώ.

Ιδιαίτερη θέση έχει και η κοινωνική πρωτοβουλία «ΔΕΗ Ένα με τα Παιδιά», που για έκτη χρονιά στηρίζει 17 οργανισμούς παιδικής προστασίας σε όλη την Ελλάδα, αποδεικνύοντας ότι όταν η γιορτή συνδυάζεται με προσφορά, αποκτά ουσιαστικό νόημα.

The Salar de Uyuni Effect: Ο καθρέφτης της γης που μπέρδεψε τον χρόνο



Στην καρδιά της Βολιβίας εκτείνεται η μεγαλύτερη αλμυρή έρημος του κόσμου, το Salar de Uyuni. Στα 10.582 τετραγωνικά χιλιόμετρα, το τοπίο αυτό δεν μοιάζει με κανένα άλλο στον πλανήτη. Όταν η βροχή πλημμυρίζει την επιφάνεια της ερήμου, δημιουργείται ένας τεράστιος φυσικός καθρέφτης, που αντικατοπτρίζει τον ουρανό με τέτοια τελειότητα που οι επισκέπτες συχνά χάνουν την αίσθηση του χώρου και του χρόνου.

Η ψυχολογία της συμμετρίας

Οι ειδικοί της οπτικής αντίληψης έχουν μελετήσει το φαινόμενο και διαπιστώνουν ότι οι συμμετρικές αντανάκλασεις επηρεάζουν τον ανθρώπινο εγκέφαλο. Το μάτι δυσκολεύεται να διακρίνει την πραγματική επιφάνεια από την αντανάκλαση, προκαλώντας ένα είδος οπτικής ψευδαισθήσης.

Οι επισκέπτες αναφέρουν αίσθηση «αιώρησης» ή ότι ο χρόνος επιβραδύνει, μια εμπειρία που συνδέεται με μελέτες της ψυχολογίας του χώρου και της αντίληψης της κίνησης.

Το φαινόμενο που μαγεύει τον κόσμο

Το Salar de Uyuni δεν είναι μόνο προορισμός για φωτογράφους και ταξιδιώτες· είναι και ένα φυσικό εργαστήριο για επιστήμονες. Η αντανάκλαση του φωτός βοηθά στη μελέτη της ατμόσφαιρας, ενώ η οπτική εμπειρία συνδέεται με έννοιες όπως η χαλάρωση, η εστίαση και η ψυχολογική «απομάκρυνση» από την καθημερινότητα. Έρευνες δείχνουν ότι τα τοπία που προκαλούν οπτικές ψευδαισθήσεις μπορούν να μειώσουν το άγχος και να αυξήσουν τη δημιουργικότητα.

Ο καθρέφτης της Γης και η αίσθηση του χρόνου

Η μοναδική αίσθηση που δημιουργεί η αντανάκλαση του Salar de Uyuni θυμίζει ότι η φύση μπορεί να επηρεάσει βαθιά την ψυχολογία μας. Σε έναν κόσμο όπου ο χρόνος τρέχει γρήγορα και οι οθόνες κυριαρχούν στην αντίληψη μας, η εμπειρία αυτού του «καθρέφτη» προσφέρει μια παύση, μια ευκαιρία να ξαναδούμε τη σχέση μας με το περιβάλλον και τον εαυτό μας.



Το Salar de Uyuni δεν είναι μόνο ένα γεωλογικό θαύμα· είναι μια υπενθύμιση ότι η γη μπορεί να παίζει με την αντίληψή μας, να μας μπλέξει με τον χρόνο και να μας διδάξει ξανά την αίσθηση του θαύματος.

Ήξερες ότι...

- Το Salar de Uyuni είναι τόσο επίπεδο, που η απόκλιση του υψομέτρου του σε όλη την έκταση των 10.582 km² σύμφωνα με εκτιμήσεις δεν ξεπερνά τα λίγα εκατοστά. Γι' αυτό χρησιμοποιείται ακόμη και από δορυφορικές υπηρεσίες για τη βαθμονόμηση των αισθητήρων τους.
- Κάτω από το αλάτι βρίσκεται μια από τις μεγαλύτερες αποθήκες λιθίου στον κόσμο, που σύμφωνα με εκτιμήσεις αντιστοιχεί σε σημαντικό ποσοστό των παγκόσμιων αποθεμάτων. Το "λευκό χρυσάφι" της εποχής της ηλεκτροκίνησης βρίσκεται ακριβώς κάτω από αυτόν τον φυσικό καθρέφτη.
- Τη νύχτα, η αντανάκλαστική επιφάνεια μετατρέπεται σε οπτικό πεδίο για αστρονόμους, γιατί ο καθρέφτης διευκολύνει τη μέτρηση της ατμοσφαιρικής διάθλασης και την παρατήρηση αστρικών μοτίβων.
- Σχηματίστηκε πριν από περίπου 30.000–40.000 χρόνια, όταν εξατμίστηκε μια αρχαία λίμνη, η Lago Minchin. Το αλάτι που έμεινε πίσω δημιούργησε τα εξαγωνικά μοτίβα που σήμερα θεωρούνται "γεωμετρικό θαύμα της φύσης".
- Τα εξαγωνικά "πλακάκια" δεν είναι τυχαία· προκύπτουν από τη φυσική διαδικασία κρυστάλλωσης καθώς το αλμυρό νερό εξατμίζεται και το έδαφος συστέλλεται ομοιόμορφα.
- Ακόμη και τα αυτοκίνητα των tour οδηγούνται με... πυξίδα, γιατί η απουσία οπτικών σημείων αναφοράς κάνει το τοπίο να μοιάζει επίπεδο και ατελείωτο προς κάθε κατεύθυνση.
- Όταν δημιουργείται ο καθρέφτης, το βάθος του νερού σύμφωνα με εκτιμήσεις κυμαίνεται συνήθως στα 2–3 εκατοστά, όμως αρκεί για να εξαφανίσει πλήρως τον ορίζοντα και να δημιουργήσει το φαινόμενο "infinite sky".
- Οι τοπικοί οδηγοί μιλούν για το "efecto del silencio", μια παράξενη ακουστική εμπειρία όπου ο άνεμος και οι ήχοι απορροφώνται από το επίπεδο αλμυρό πεδίο, κάνοντας την απέραντη έκταση να μοιάζει σύμφωνα με τις περιγραφές των επισκεπτών εξαιρετικά ήσυχη.





Παγκόσμιες διακρίσεις ποιότητας για το Ούζο Πλωμαρίου

Από την καρδιά της Λέσβου, ένα ούζο που παραμένει πιστό στις ρίζες του συνεχίζει να ξεχωρίζει διεθνώς. Το Ούζο Πλωμαρίου, το αυθεντικό απόσταγμα που εδώ και περισσότερο από έναν αιώνα εκφράζει την ελληνική παράδοση και την τέχνη της ποτοποιίας, επιβεβαιώνει και φέτος την κορυφαία ποιότητα και τη διαχρονική αξία του, αποσπώντας σημαντικές διακρίσεις σε κορυφαίους διεθνείς διαγωνισμούς αποσταγμάτων.

Πέντε διεθνείς οργανισμοί κύρους τίμησαν το Ούζο Πλωμαρίου για τη γεύση, την καθαρότητα και την τεχνική του αρτιότητα. Στο International Taste Institute, το προϊόν απέσπασε Βραβείο Ανώτερης Γεύσης δύο αστέρων (90%), μετά από αυστηρές τυφλές δοκιμές από καταξιωμένους σεφ, sommeliers και επαγγελματίες γευσιγνώστες. Παράλληλα, στον San Francisco World Spirits Competition, έναν από τους σημαντικότερους θεσμούς του κλάδου παγκοσμίως, τιμήθηκε με Χρυσό Βραβείο για την εξαιρετική ισορροπία και ποιότητά του.

Ιδιαίτερα σημαντική ήταν και η διάκριση στα SIP Awards, όπου το Ούζο Πλωμαρίου κατέκτησε Πλατινένιο Βραβείο, καθώς η αξιολόγηση πραγματοποιείται αποκλειστικά από καταναλωτές. Επιπλέον, διακρίθηκε στα IWSC Spirits Awards και στον θεσμό World Spirits Award (WSA) με Χρυσό Βραβείο, επιβεβαιώνοντας την υψηλή πολυπλοκότητα, τη συνέπεια και την αυθεντικότητά του.

Οι φετινές βραβεύσεις αποτελούν επισφράγισμα της αφοσίωσης, της τεχνογνωσίας και της διαχρονικής ποιότητας που χαρακτηρίζουν το Ούζο Πλωμαρίου.

Έρευνα Klarna: Το 95,1% των Ελλήνων δηλώνει ότι η ακρίβεια θα επηρεάσει τις χριστουγεννιάτικες αγορές



Σημαντικές αλλαγές στη φετινή καταναλωτική συμπεριφορά των Ελλήνων ενόψει Χριστουγέννων καταγράφει νέα έρευνα της Klarna, της κορυφαίας παγκοσμίως ψηφιακής τράπεζας και παρόχου ευέλικτων πληρωμών. Σύμφωνα με τα ευρήματα, το 95,1% των καταναλωτών δηλώνει ότι η ακρίβεια επηρεάζει άμεσα τον τρόπο με τον οποίο θα πραγματοποιήσει τις εορταστικές του αγορές.

Η έρευνα διεξήχθη τον Νοέμβριο του 2025 σε συνεργασία με την Appinio, με δείγμα 1.000 Ελλήνων ηλικίας 18 έως 77 ετών. Το 46,9% των συμμετεχόντων αναφέρει ότι θα αναζητήσει πιο οικονομικά προϊόντα, ενώ το 37,9% σκοπεύει να περιορίσει τις δαπάνες σε μη απαραίτητα είδη. Παράλληλα, το 31,3% δηλώνει ότι θα προχωρήσει σε αγορές μόνο εφόσον υπάρχει προσφορά και το 21% ότι θα αγοράσει λιγότερα δώρα.

Περισσότεροι από τους μισούς καταναλωτές (50,7%) έχουν θέσει συγκεκριμένο προϋπολογισμό για τις χριστουγεννιάτικες αγορές, με το μεγαλύτερο ποσοστό να κινείται στο εύρος 101€-250€. Την ίδια στιγμή, η online έρευνα και αγορά κυριαρχεί, ενώ αυξάνεται η χρήση έξυπνων εργαλείων, όπως υπηρεσίες Buy Now, Pay Later και εφαρμογές σύγκρισης τιμών.

Τα στοιχεία επιβεβαιώνουν ότι οι φετινές γιορτές χαρακτηρίζονται από μεγαλύτερη προσοχή, προγραμματισμό και αναζήτηση αξίας σε κάθε αγορά.

Γιατί κάποιοι άνθρωποι ανθίζουν στη σιωπή...



Υπάρχει μια αλήθεια που σπάνια λέμε δυνατά: κάποιοι άνθρωποι δεν νιώθουν ότι “χάνουν τη ζωή” όταν μένουν σπίτι. Νιώθουν ότι τη βρίσκουν -και εγώ σίγουρα είμαι ένας από αυτούς!

Κι όμως, για χρόνια, το να προτιμάς τον καναπέ σου από μια έξοδο, το σπίτι σου από ένα γεμάτο μπαρ, τη σιωπή από τον θόρυβο, αντιμετωπιζόταν σχεδόν σαν σύμπτωμα. Σαν κάτι που χρειάζεται εξήγηση. Ή, ακόμα χειρότερα, διόρθωση.

Μετά την πανδημία, ο κόσμος άρχισε να μιλά πολύ για τη μοναξιά. Και σωστά. Πολλοί άνθρωποι βρέθηκαν απομονωμένοι χωρίς να το επιλέξουν. Όμως, μέσα σε αυτή τη συζήτηση, χάθηκε κάτι σημαντικό: η διαφορά ανάμεσα στη μοναξιά που πονά και στη μοναχικότητα που θεραπεύει.

Γιατί δεν είναι όλοι όσοι αγαπούν να μένουν σπίτι μόνοι. Και σίγουρα δεν είναι όλοι δυστυχημένοι.

Τα τελευταία χρόνια, η ψυχολογία αρχίζει επιτέλους να κοιτάζει με άλλο μάτι τους λεγόμενους homebodies: ανθρώπους που αισθάνονται καλύτερα στο περιβάλλον τους, στον δικό τους χώρο, με τον δικό τους ρυθμό.

Όχι επειδή φοβούνται τον έξω κόσμο. Αλλά επειδή ξέρουν πού νιώθουν ο εαυτός τους.

Οι έρευνες δείχνουν κάτι αναπάντεχο: πολλοί από αυτούς τους ανθρώπους έχουν πολύ ισχυρή αυτογνωσία. Μπορούν να μείνουν μόνοι με τις σκέψεις τους χωρίς να χρειάζονται περισπασμούς. Να αφουγκραστούν τι νιώθουν, τι τους κουράζει, τι τους γεμίζει. Και αυτό δεν είναι μικρό πράγμα. Είναι βασικό συστατικό της συναισθηματικής νοημοσύνης.

Παράλληλα, εμφανίζουν συχνά υψηλή συναισθηματική ανεξαρτησία. Δεν εξαρτούν την αξία τους από το πόσα προσκλητήρια έχουν, πόσα μηνύματα λαμβάνουν ή πόσες φορές “φαίνονται”. Δεν χρειάζονται συνεχή επιβεβαίωση για να νιώσουν ότι η ζωή τους έχει νόημα.

Και κάπου εδώ έρχεται και η δημιουργικότητα.

Πόσες φορές οι καλύτερες ιδέες δεν γεννήθηκαν στη σιωπή;

Στις στιγμές που το μυαλό χαλαρώνει και περιπλανιέται χωρίς πρόγραμμα; Οι άνθρωποι που αντλούν δύναμη από τον χρόνο μόνοι τους συχνά περιγράφουν ότι τότε



σκέφτονται καθαρά. Όχι επειδή απομονώνονται από τον κόσμο, αλλά επειδή του δίνουν χώρο να καταλαγιάσει μέσα τους.

Υπάρχει, βέβαια, και το κοινωνικό κομμάτι. Ναι, πολλοί homebodies έχουν λιγότερες σχέσεις. Αλλά αυτές οι σχέσεις τείνουν να είναι βαθύτερες.

Είναι οι φίλοι που θα εμφανιστούν όταν πραγματικά τους χρειαστείς. Που θυμούνται λεπτομέρειες, ημερομηνίες, μικρά πράγματα. Όχι γιατί έχουν άπλετο χρόνο, αλλά γιατί επιλέγουν πού τον επενδύουν.

Και κάτι ακόμα: οι άνθρωποι που αγαπούν το σπίτι τους συχνά το μετατρέπουν σε καταφύγιο. Όχι μόνο για τους ίδιους, αλλά και για όσους ζουν μαζί τους. Δημιουργούν χώρους ασφάλειας, ηρεμίας, ορίων. Και αυτό είναι μια μορφή φροντίδας που σπάνια αναγνωρίζεται.

Το άρθρο, ωστόσο, είναι ξεκάθαρο σε ένα σημείο – και καλώς. Δεν είναι κάθε “μένω σπίτι” υγιές.

Υπάρχουν φορές που πίσω από την απομόνωση κρύβεται άγχος, φόβος κριτικής, ή το αίσθημα ότι δεν ανήκεις. Υπάρχουν στιγμές που το σπίτι δεν είναι επιλογή, αλλά καταφύγιο ανάγκης. Και αυτό είναι κάτι εντελώς διαφορετικό.

Η διαφορά βρίσκεται στο ερώτημα: Μένεις μέσα γιατί το θέλεις ή γιατί φοβάσαι να βγεις;

Αν το “μέσα” σε γεμίζει, σε ξεκουράζει, σε επαναφέρει – τότε δεν έχεις τίποτα να απολογηθείς. Αν σε μικραίνει, τότε ίσως χρειάζεται βοήθεια, όχι ενοχές.

Στο τέλος της ημέρας, δεν χρειάζεται να διαλέξουμε

στρατόπεδο. Ούτε έξω, ούτε μέσα. Χρειάζεται ισορροπία. Να ξέρουμε πότε να ανοίγουμε την πόρτα και πότε να την κλείνουμε. Πότε να μοιραζόμαστε και πότε να μαζεύομαστε.

Γιατί κάποιοι άνθρωποι δεν ζουν λιγότερο. Απλώς ζουν πιο ήσυχα. Και καμιά φορά, αυτό είναι το πιο γενναίο πράγμα που μπορείς να κάνεις.



Ο Άκης Πετρετζίκης νέος Chef Ambassador της AEG



Η Electrolux Ελλάς ανακοινώνει την επίσημη συνεργασία της με τον καταξιωμένο Chef Άκη Πετρετζίκη, ο οποίος από τον Δεκέμβριο του 2025 αναλαμβάνει τον ρόλο του Chef Ambassador της AEG, σηματοδοτώντας την έναρξη μιας στρατηγικής και δημιουργικής σχέσης με μακροπρόθεσμο όραμα.

Η συνεργασία των δύο πλευρών ξεκίνησε τον Ιούνιο του 2025, όταν ο Άκης Πετρετζίκης εξόπλισε το νέο του στούντιο με συσκευές AEG, αξιοποιώντας τεχνολογία αιχμής για τη δημιουργία σύγχρονου γαστρονομικού περιεχομένου. Την ίδια περίοδο, συμμετείχε και στο διεθνές event "TASTE the Future", που πραγματοποιήθηκε στην Κροατία, στο πλαίσιο της επετείου των 30 χρόνων παρουσίας της Electrolux στην

ελληνική και κροατική αγορά και της παρουσίασης των νέων σειρών συσκευών AEG και Electrolux.

Οι παραπάνω δράσεις αποτέλεσαν τη βάση για την εξέλιξη μιας πιο ουσιαστικής συνεργασίας. Ως Chef Ambassador της AEG, ο Άκης Πετρετζίκης θα συμβάλει ενεργά στην ενίσχυση της παρουσίας και της ταυτότητας του brand στην ελληνική αγορά, συνδέοντας τη σύγχρονη γαστρονομία με την καινοτομία, τη λειτουργικότητα και το υψηλό design των συσκευών AEG.

Στο πλαίσιο της συνεργασίας, ο Chef θα παρουσιάσει μέσα από τα ψηφιακά του κανάλια δύο νέες σειρές επεισοδίων, ειδικά σχεδιασμένες για την AEG, αναδεικνύοντας πώς η τεχνολογία μπορεί να αναβαθμίσει την καθημερινή δημιουργία στην κουζίνα.

Skroutz: 9 στις 10 παραγγελίες των επιχειρήσεων της επαρχίας ταξιδεύουν εκτός περιφέρειας

Σημαντικά στοιχεία για τη δυναμική ανάπτυξη των επιχειρήσεων της ελληνικής περιφέρειας παρουσιάζει το Skroutz, μέσα από ανάλυση δεδομένων που καλύπτει την τελευταία πενταετία (2020-2025). Το 2025, περισσότερα από 2.300 καταστήματα με έδρα την επαρχία δραστηριοποιούνται στο Skroutz, αριθμός που αντιστοιχεί στο 34% του συνόλου των συνεργαζόμενων επιχειρήσεων, καταγράφοντας αύξηση 164% σε σχέση με το 2020.

Η οικονομική τους πορεία εμφανίζεται σταθερά ανοδική. Το 2024, ο μέσος τζίρος των επιχειρήσεων της περιφέρειας αυξήθηκε σημαντικά σε σύγκριση με το προηγούμενο έτος: κατά 71% στα νησιά και 69% στις ηπειρωτικές περιοχές, επιβεβαιώνοντας τον ρόλο του Skroutz ως μοχλού ανάπτυξης πέρα από γεωγραφικά όρια.

Εντυπωσιακό είναι το γεγονός ότι το 94% των παραγγελιών των επιχειρήσεων της επαρχίας αποστέλλεται σε διαφορετικές περιφέρειες από εκείνη της έδρας τους, αντιπροσωπεύοντας το 95% του συνολικού τους τζίρου. Διαχρονικά, πάνω από 9 στις 10 παραγγελίες "ταξιδεύουν" εκτός τοπικής αγοράς.

Στους «πρωταθλητές» αποστολών συγκαταλέγονται, μεταξύ άλλων, η Αχαΐα, η Κοζάνη και οι Σέρρες στην ηπειρωτική Ελλάδα, ενώ στα νησιά ξεχωρίζουν η Κρήτη, τα Δωδεκάνησα και η Λέσβος, αποδεικνύοντας ότι η τοπική έδρα δεν περιορίζει πλέον τις πανελλαδικές δυνατότητες ανάπτυξης.





Microbiome Travel: Ταξίδια που «αναζωογονούν» το μικροβίωμα

Φαντάσου ένα ταξίδι που δεν ανανεώνει μόνο το μυαλό και το σώμα σου, αλλά και το ίδιο σου το μικροβίωμα — τον αόρατο κόσμο μικροοργανισμών που ζει μέσα σου και καθορίζει την υγεία, τη διάθεση και την ευεξία σου.

Το Microbiome Travel είναι η νέα τάση στο wellness, και longevity tourism: ταξίδια σε φυσικά περιβάλλοντα με πλούσια μικροβιολογική ποικιλία, όπου κάθε βόλτα στο δάσος, κάθε γεύμα με τοπικά προβιοτικά τρόφιμα, ακόμα και η ατμόσφαιρα γύρω σου, συμβάλλουν στην ενίσχυση της άμυνας του οργανισμού και στην ψυχολογική σου ανανέωση.

Τι είναι το μικροβίωμα και γιατί έχει σημασία

Το ανθρώπινο μικροβίωμα είναι το σύνολο των μικροοργανισμών που ζουν μέσα και πάνω στο σώμα μας, κυρίως στο έντερο. Οι επιστήμονες έχουν ανακαλύψει ότι η ισορροπία αυτών των μικροβίων συνδέεται με την πέψη, το ανοσοποιητικό, τη διάθεση, ακόμα και τη γνωστική λειτουργία. Ένα πλούσιο και διαφοροποιημένο μικροβίωμα θεωρείται κλειδί για μακροζωία και καλή υγεία.

Ωστόσο, η σύγχρονη ζωή στις πόλεις — με επεξεργασμένα τρόφιμα, αντιβιοτικά, στρες και περιορισμένη επαφή με φυσικά περιβάλλοντα — μειώνει τη μικροβιολογική ποικιλία μας. Εκεί ακριβώς γεννιέται η ιδέα του Microbiome Travel: να εκθεθούμε σε περιοχές με πλούσια φυσικά οικοσυστήματα και παραδοσιακές διατροφικές πρακτικές, ώστε να «αναζωογονήσουμε» το μικροβίωμά μας.

Ταξίδια σε φυσικά οικοσυστήματα

Οι προορισμοί που ξεχωρίζουν για Microbiome Travel περιλαμβάνουν βουνά, δάση, λιμνοθάλασσες και περιοχές με μη αστικοποιημένο περιβάλλον. Το χώμα, το νερό και η χλωρίδα αυτών των περιοχών περιέχουν πλήθος μικροοργανισμών που μπορούν να επηρεάσουν θετικά την εντερική μας μικροχλωρίδα. Για παράδειγμα, ένα ταξίδι σε δάση της Σκανδιναβίας ή στα τροπικά δάση του Αμαζονίου εκθέτει τον επισκέπτη σε διαφορετικά βακτήρια, μύκητες και σπόρια που ενισχύουν την άμυνα του οργανισμού.

Ο ρόλος της διατροφής

Τα ταξιδιωτικά πακέτα συχνά περιλαμβάνουν τοπική διατροφή πλούσια σε προβιοτικά και πρεβιοτικά, όπως παραδοσιακά ζυμωμένα προϊόντα, φρούτα, λαχανικά και δημητριακά. Η διατροφή συνδυάζεται με τη φυσική έκθεση σε ποικίλα περιβάλλοντα, ενισχύοντας τη βιοποικιλότητα του εντέρου. Οι συμμετέχοντες δεν ταξιδεύουν μόνο για να δουν τοπίο, αλλά και για να «ταΐσουν» το μικροβίωμα τους με νέες, ωφέλιμες μικροχλωρίδες.



προσφέρουν εξειδικευμένα πακέτα, με workshops για διατροφή, διαλογισμό και δραστηριότητες σε φυσικά οικοσυστήματα. Η επένδυση σε τέτοιου είδους εμπειρίες

θεωρείται βιώσιμη και με μεγάλη προοπτική ανάπτυξης, καθώς η συνειδητή φροντίδα της υγείας γίνεται προτεραιότητα για όλο και μεγαλύτερο αριθμό ταξιδιωτών.

Προκλήσεις και προοπτικές

Η κύρια πρόκληση είναι η διασφάλιση ότι οι ταξιδιώτες εκτίθενται σε «καθαρά» και ασφαλή περιβάλλοντα, χωρίς να διαταράσσεται η τοπική οικολογία. Παράλληλα, απαιτείται επιστημονική παρακολούθηση για να τεκμηριωθεί η αποτελεσματικότητα αυτών των ταξιδιών στην ενίσχυση του μικροβιώματος.

Ψυχολογία και ευεξία

Η επαφή με φυσικά περιβάλλοντα δεν ωφελεί μόνο το σώμα. Μελέτες δείχνουν ότι η έκθεση σε περιοχές με υψηλή μικροβιολογική ποικιλία μειώνει το άγχος, βελτιώνει τη διάθεση και ενισχύει τη γνωστική λειτουργία. Οι φυσικοί μικροοργανισμοί που εισπνέουμε ή έρχονται σε επαφή με το δέρμα μας ενεργοποιούν το ανοσοποιητικό και επηρεάζουν την παραγωγή νευροδιαβιβαστών που συνδέονται με τη χαρά και την ηρεμία. Με άλλα λόγια, το ταξίδι γίνεται ένα εργαλείο ολιστικής ανανέωσης.

Παραδείγματα προορισμών

Τα δάση του Αμαζονίου: Προσφέρουν μοναδική ποικιλία μικροβίων και φυτοχημικών ουσιών που ενισχύουν την άμυνα του οργανισμού.

Περιοχές της Ιαπωνίας με ιαματικά λουτρά: Η σύνθεση των νερών και της γύρω χλωρίδας υποστηρίζει την εντερική υγεία και προσφέρει χαλάρωση.

Σκανδιναβικά δάση: Η σύνδεση με τη φύση και η έκθεση σε διαφορετικά βακτήρια μειώνει τα επίπεδα κορτιζόλης και ενισχύει τη συναισθηματική ισορροπία.

Οικονομία και αγορά

Το Microbiome Travel είναι μια αναδυόμενη αγορά που συνδέει wellness tourism, βιοτεχνολογία και οικολογία. Ξενοδοχεία και ταξιδιωτικοί πράκτορες

Το μέλλον του Microbiome Travel

Οι ταξιδιώτες του μέλλοντος θα αναζητούν προορισμούς που αναζωογονούν το σώμα και τη διάθεση μέσω φυσικών μικροοργανισμών. Το Microbiome Travel ανοίγει ένα νέο κεφάλαιο στο ταξιδιωτικό lifestyle: ταξίδια που φροντίζουν το σώμα, το μυαλό και το μικροβίωμα, συνδέοντας τον άνθρωπο με τη φύση με επιστημονικά τεκμηριωμένο τρόπο.





Γιορτινό μουσικό φινάλε στο Athens Metro Mall!

Το ATHENS METRO MALL ολοκληρώνει τη γιορτινή του διαδρομή με το 4ο και τελευταίο Christmas Live Stage της χρονιάς, χαρίζοντας στο κοινό ένα λαμπερό μουσικό φινάλε. Την Πέμπτη 18 Δεκεμβρίου, το αγαπημένο εμπορικό κέντρο των Νοτίων Προαστίων μετατρέπεται σε σημείο συνάντησης για όσους θέλουν να ζήσουν τη μαγεία των Χριστουγέννων μέσα από μουσική, χαμόγελα και εορταστική διάθεση.

Η βραδιά ξεκινά στις 18:00 με τον Λάμψη 92.3 να εκπέμπει ζωντανά από το ATHENS METRO MALL. Ο Νίκος Μάρκογλου δίνει τον ρυθμό, δημιουργώντας ένα warm-up γεμάτο μουσική, θετική ενέργεια και αλληλεπίδραση με το κοινό.

Στις 20:00, τη σκηνή καταλαμβάνει ο Νίκος Απέργης, ένας από τους πιο αγαπημένους καλλιτέχνες της ελληνικής μουσικής σκηνής. Με τις επιτυχίες του, τη χαρακτηριστική φωνή και τη δυναμική σκηνηκή παρουσία του, υπόσχεται να ξεσηκώσει το κοινό και να γεμίσει τον χώρο με ρυθμό, χαρά και χριστουγεννιάτικη μαγεία.

Παράλληλα, το ATHENS METRO MALL συνεχίζει το πλούσιο εορταστικό του πρόγραμμα με jazz live εμφανίσεις από τους Corner Pockets και τη Νάγια Δούκα, καθώς και με τα κάλαντα της Παιδικής Χορωδίας Σπύρου Λάμπρου. Η είσοδος είναι ελεύθερη. Ελάτε να ζήσουμε μαζί τα πιο festive live της σεζόν και να κάνουμε τα Χριστούγεννα στο ATHENS METRO MALL αξέχαστα.

Το AQUA Carpatica υποστήριξε το 18ο Πανελλήνιο Συνέδριο Διατροφολόγων



Το AQUA Carpatica, το φυσικό μεταλλικό νερό που αναβλύζει από τα Καρπάθια όρη και ξεχωρίζει για τη σύνθεσή του με σχεδόν μηδενικά νιτρικά, υποστήριξε το 18ο Πανελλήνιο Συνέδριο Διατροφής & Διαιτολογίας, ένα κορυφαίο επιστημονικό γεγονός αφιερωμένο στη διατροφή και την υγεία.

Στο τριήμερο συνέδριο συμμετείχαν περισσότεροι από 1.800 διατροφολόγοι, διαιτολόγοι, επαγγελματίες υγείας και φοιτητές, οι οποίοι είχαν την ευκαιρία να ενημερωθούν για τις σύγχρονες εξελίξεις, τις νέες επιστημονικές έρευνες και τις τάσεις στον χώρο της διατροφής.

Κατά τη διάρκεια του συνεδρίου, οι σύνεδροι επισκέφθηκαν τον ειδικά διαμορφωμένο χώρο του AQUA Carpatica, όπου μπόρεσαν να δοκιμάσουν το φυσικό μεταλλικό και το φυσικώς ανθρακούχο νερό — το μοναδικό φυσικώς ανθρακούχο νερό στην Ελλάδα — καθώς και να γνωρίσουν από κοντά τη νέα σειρά AQUA Carpatica Flavours. Παράλληλα, ενημερώθηκαν αναλυτικά για την προέλευση του νερού, τη μοναδική του σύνθεση και τη σημασία της σωστής και ποιοτικής ενυδάτωσης στην καθημερινή υγεία.

Για το AQUA Carpatica, η ποιοτική ενυδάτωση αποτελεί βασικό πυλώνα ευεξίας και υγείας. Μέσα από τη συμμετοχή του στο συνέδριο, το brand είχε την ευκαιρία να μοιραστεί τη φιλοσοφία και την αξία του φυσικού μεταλλικού νερού με τους ίδιους τους ειδικούς του κλάδου.

“ROUTE 2025”: Ο Διεθνής Αερολιμένας Αθηνών πρωτοπόρος στη βιωσιμότητα



Ο Διεθνής Αερολιμένας Αθηνών δεν μιλά πια για βιωσιμότητα ως θεωρία. Τη μετρά, τη σχεδιάζει και –κυρίως– τη φέρνει εις πέρας. Με την ολοκλήρωση του φιλόδοξου προγράμματος «ROUTE 2025», το αεροδρόμιο της Αθήνας περνά σε μια νέα εποχή: από την 1η Ιανουαρίου 2026, όλες οι ανάγκες του σε ηλεκτροδότηση θα καλύπτονται αποκλειστικά από καθαρή, ανανεώσιμη ηλεκτρική ενέργεια που παράγεται εντός των εγκαταστάσεών του.

Πρόκειται για ένα ορόσημο ευρωπαϊκής εμβέλειας. Ο ΔΑΑ καθίσταται το μοναδικό αεροδρόμιο στην Ευρώπη που καλύπτει το 100% των ενεργειακών του αναγκών με αυτοπαραγωγή, αποθήκευση και ιδιοκατανάλωση καθαρής ενέργειας, επιτυγχάνοντας μηδενικό ισοζύγιο εκπομπών 25 χρόνια νωρίτερα από τον κοινό στόχο του αεροπορικού κλάδου για το 2050.

Όπως χαρακτηριστικά δήλωσε ο Πρόεδρος του Δ.Σ. του ΔΑΑ, Μιχαήλ Κεφαλογιάννης: «Η απανθρακοποίηση στον αεροπορικό κλάδο δεν είναι επιλογή, αλλά αναγκαιότητα. Τα αεροδρόμια, ως πύλες προς τον κόσμο, έχουν την ευθύνη και τη δύναμη να γίνουν πρωτοπόροι της αλλαγής».

Από όραμα σε ολοκληρωμένο ενεργειακό οικοσύστημα

Το πρόγραμμα «ROUTE 2025» ξεκίνησε τον Δεκέμβριο του 2019 ως ένας τολμηρός οδικός χάρτης με ξεκάθαρο στόχο:

την πλήρη απανθρακοποίηση των εκπομπών που βρίσκονται υπό τον άμεσο έλεγχο της Εταιρείας Αεροδρομίου (Scope 1 και Scope 2). Έξι χρόνια μετά, και παρά τις πρωτόγνωρες κρίσεις που αντιμετώπισε ο κλάδος, το πρόγραμμα ολοκληρώνεται εντός χρονοδιαγράμματος.

Κεντρικό στοιχείο του αποτελεί η παράδοση σε πλήρη λειτουργία του δεύτερου και μεγαλύτερου φωτοβολταϊκού σταθμού αυτοπαραγωγής σε αεροδρόμιο στην Ελλάδα, ισχύος 35,5 MWp, σε συνδυασμό με μονάδα αποθήκευσης ενέργειας 82 MWh. Μαζί με τον πρώτο σταθμό (16 MWp), η συνολική εγκατεστημένη ισχύς φτάνει πλέον τα 51,5 MWp.

Ο Διευθύνων Σύμβουλος του ΔΑΑ, Γιάννης Παράσχης, τόνισε: «Παρά τις εξαιρετικά κρίσιμες συνθήκες της τελευταίας πενταετίας, μείναμε προσηλωμένοι στο πρόγραμμα και ολοκληρώσαμε όχι μόνο τη μεγαλύτερη μονάδα αυτοπαραγωγής στην Ελλάδα, αλλά και όλες τις προϋποθέσεις που έθετε ο Οδικός Χάρτης ROUTE 2025».

Πραγματική απανθρακοποίηση, όχι θεωρία

Το «ROUTE 2025» δεν αποτελεί μεμονωμένη επένδυση, αλλά ένα ενιαίο ενεργειακό οικοσύστημα, από τα πιο ολοκληρωμένα μεταξύ ευρωπαϊκών αεροδρομίων. Περιλαμβάνει:

- παραγωγή καθαρής ενέργειας εντός του ακινήτου του αεροδρομίου



- αποθήκευση ενέργειας αποκλειστικά για ιδιοκατανάλωση
- εξηλεκτρισμό του εταιρικού στόλου (λεωφορεία, follow-me, vans)
- εκτεταμένο δίκτυο φορτιστών για επιχειρησιακά και επιβατικά οχήματα
- αντλίες θερμότητας και κατάργηση φυσικού αερίου στα κτίρια
- σύστημα ψηφιακής διαχείρισης ενέργειας σε πραγματικό χρόνο.

Η ετήσια παραγωγή φτάνει τις 88.000 μεγαβατώρες, ποσότητα που αντιστοιχεί περίπου στην κατανάλωση 22.000 νοικοκυριών. Μέχρι το 2046, η λειτουργία των φωτοβολταϊκών σταθμών θα αποτρέψει εκπομπές CO₂ ισοδύναμες με τη φύτευση ενός δάσους 1,5 φορές μεγαλύτερου από την έκταση του αεροδρομίου.

του ACI-Europe, Olivier Jankovec, δήλωσε: «Η επίτευξη του ROUTE 2025 τοποθετεί τον Διεθνή Αερολιμένα Αθηνών μεταξύ των κορυφαίων αεροδρομίων παγκοσμίως όσον αφορά την αποτελεσματική δράση για την κλιματική αλλαγή».

Ένα μοντέλο για το μέλλον

Η ολοκλήρωση του «ROUTE 2025» δεν αφορά μόνο το αεροδρόμιο. Αφορά την πόλη, τον τουρισμό, την οικονομία και το μέλλον των μεταφορών. Ο Διεθνής Αερολιμένας Αθηνών αποδεικνύει έμπρακτα ότι η βιωσιμότητα μπορεί να είναι ρεαλιστική, επενδύσιμη και μετρήσιμη.

Και κυρίως, δείχνει ότι όταν υπάρχει σχέδιο, συνέπεια και τόλμη, η πράσινη μετάβαση δεν είναι υπόσχεση. Είναι αποτέλεσμα.

Διεθνής αναγνώριση και εθνική υπερφάνεια

Ο Υπουργός Περιβάλλοντος & Ενέργειας, Σταύρος Παπασταύρου, σημείωσε: «Η μετάβαση σε μια οικονομία μηδενικών εκπομπών δεν είναι βάρος. Είναι ευκαιρία για ανάπτυξη, ανταγωνιστικότητα και τεχνολογική πρωτοπορία».

Αντίστοιχα, ο Υπουργός Υποδομών & Μεταφορών, Χρήστος Δήμας, υπογράμμισε ότι το ROUTE 2025 αποτελεί τομή στις ελληνικές υποδομές αεροναυτιλίας, ενώ η Υπουργός Τουρισμού, Όλγα Κεφαλογιάννη, έκανε λόγο για μια πρωτοβουλία-ορόσημο που ενισχύει τη θέση της Αθήνας ως κορυφαίου βιώσιμου προορισμού.

Σε ευρωπαϊκό επίπεδο, ο Γενικός Διευθυντής





Η εκπομπή «Αλήθειες με τη Ζήνα» στηρίζει και φέτος τα Παιδικά Χωριά SOS

Τα Παιδικά Χωριά SOS εκφράζουν τις θερμές τους ευχαριστίες στη δημοσιογράφο Ζήνα Κουτσελίνη και στην εκπομπή «Αλήθειες με τη Ζήνα» για τη διαχρονική, ουσιαστική στήριξη στο έργο τους, η οποία συνεχίστηκε και φέτος κατά την εορταστική περίοδο των Χριστουγέννων.

Μέσα από την προβολή του 5ψήφιου αριθμού υποστήριξης 19820, στο διάστημα από 9 έως και 12 Δεκεμβρίου, το τηλεοπτικό κοινό ανταποκρίθηκε με συγκινητικό τρόπο, αποδεικνύοντας έμπρακτα την αλληλεγγύη του προς τα παιδιά που μεγαλώνουν στα Παιδικά Χωριά SOS. Χάρη στη συμμετοχή χιλιάδων τηλεθεατών, συγκεντρώθηκε το συνολικό ποσό των 14.326€, το οποίο προήλθε από 5.264 τηλεφωνικές κλήσεις (13.370€) και 376 SMS (955€).

Το ποσό αυτό θα αξιοποιηθεί για την κάλυψη βασικών αναγκών διατροφής και θέρμανσης στα Παιδικά Χωριά SOS Βάρης, Κρήτης και Θράκης, προσφέροντας στα παιδιά ασφάλεια, ζεστασιά και φροντίδα τις γιορτινές ημέρες.

Η εκπομπή «Αλήθειες με τη Ζήνα» αποτελεί εδώ και χρόνια έναν σταθερό και πολύτιμο σύμμαχο των Παιδικών Χωριών SOS, αναδεικνύοντας το έργο τους και ενισχύοντας τη φωνή της κοινωνικής προσφοράς. Ευχαριστούμε θερμά τη Ζήνα Κουτσελίνη, τη δημοσιογραφική της ομάδα και όλους τους τηλεθεατές που συνέβαλαν ώστε κανένα παιδί να μη στερηθεί τα απαραίτητα αυτές τις γιορτές.

Παράδοση και εγκαίνια για τη δωρεά μηχανήματος λυοφιλίωσης στη Myronolos Organics στη Χίο



Η ανάπτυξη ποιοτικών και καινοτόμων προϊόντων προϋποθέτει σύγχρονα και εξειδικευμένα εργαλεία. Σε αυτό το πλαίσιο εντάσσεται η δωρεά ενός υπερσύγχρονου μηχανήματος λυοφιλίωσης από τη Nikolopoulou Foods και το Κοινωφελές Ίδρυμα Αθανασίου Κ. Λασκαρίδη, μέσω του οργανισμού The People's Trust, προς τη Myronolos Organics στη Χίο.

Η δωρεά στοχεύει στην ανάπτυξη ενός νέου καινοτόμου προϊόντος: ενός μίγματος βοτάνων σε κύβο, που φιλοδοξεί να αποτελέσει σημείο αναφοράς στον τομέα των λειτουργικών αρεψημάτων, με προοπτική διάθεσης στην ελληνική, ευρωπαϊκή και διεθνή αγορά. Το προϊόν αποτελεί αποτέλεσμα στενής συνεργασίας της εταιρείας με το Πανεπιστήμιο Αιγαίου και το Τμήμα Επιστήμης Διατροφής και Τροφίμων, συνδυάζοντας επιχειρηματική γνώση και επιστημονική τεκμηρίωση.

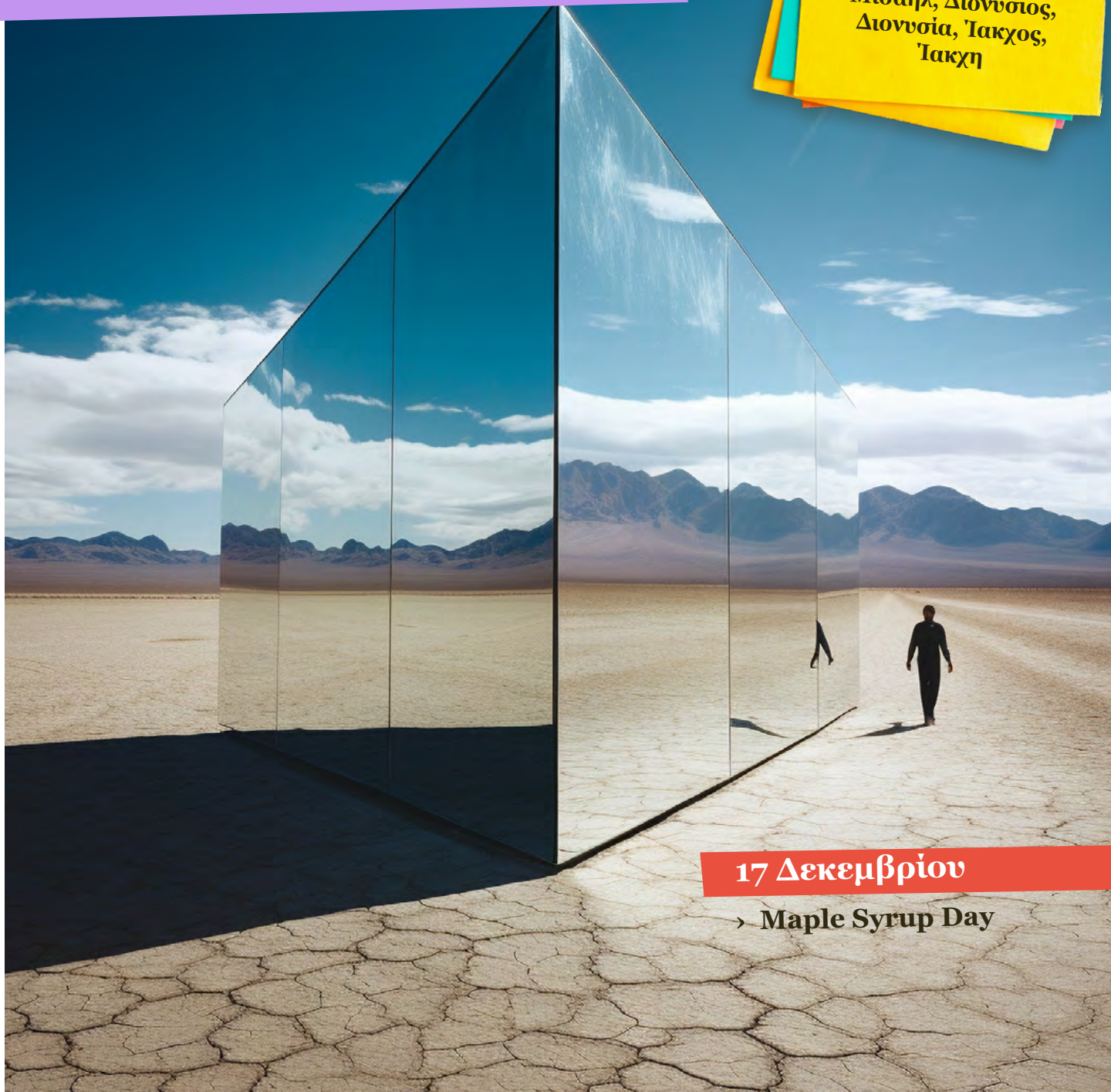
Η παράδοση και τα εγκαίνια του μηχανήματος πραγματοποιήθηκαν την Παρασκευή 12 Δεκεμβρίου στις εγκαταστάσεις της Myronolos Organics στο Χαλκικό Χίο. Εκ μέρους της Nikolopoulou Foods παρευρέθηκε ο Υπεύθυνος Marketing, Γιάννης Σώζος, ο οποίος έκοψε συμβολικά την κορδέλα, δηλώνοντας ότι «η κίνηση αυτή δεν αποτελεί αγαθοεργία, αλλά πράξη επιχειρηματικής, διαγενεακής και γυναικείας αλληλεγγύης».

Στην εκδήλωση παρευρέθηκαν, μεταξύ άλλων, εκπρόσωποι του οργανισμού A Woman Can Be, τοπικοί φορείς, συνεργάτες της εταιρείας και εκπρόσωποι της τοπικής κοινωνίας, επιβεβαιώνοντας τη σημασία της συνεργασίας για την ενίσχυση της καινοτομίας στην αγροδιατροφή.

quote of the day

**SOME PLACES DON'T REFLECT THE
WORLD — THEY SUSPEND TIME.**

**Σήμερα
γιορτάζουν!**
Δανιήλα, Δανιήλ,
Ανανίας, Αζαρίας,
Μισαήλ, Διονύσιος,
Διονυσία, Τακχος,
Τακχη



17 Δεκεμβρίου

› **Maple Syrup Day**