

Baby on Board

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2025

THE FAMILY PROJECT



Κυκλοφορεί το 10ο τεύχος!

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



**ΤΟ «SCAM» ΤΩΝ 5 Π.Μ.:
ΠΡΕΠΕΙ ΟΝΤΩΣ ΝΑ ΞΥΠΝΑΜΕ
ΑΞΗΜΕΡΩΤΑ ΓΙΑ ΝΑ ΠΕΤΥΧΟΥΜΕ;**

Good
morning
SayYessers!



**Φτιάξε καφέ
να στα πω...**



Καλημέρα **SayYesser!!!**

«Όλα τα ωραία κάποτε αρχίζουν»... Τι τρομερή ατάκα για να ξεκινήσεις τη μέρα σου, έτσι δεν είναι;

Συνήθως ακούμε το αντίστροφο, το κλασικό και κάπως μελαγχολικό «όλα τα ωραία κάποτε τελειώνουν». Μια φράση που κουβαλάει μια δόση μοιρολατρίας, λες και η χαρά είναι ένας δανεικός χρόνος που κάποια στιγμή θα μας ζητηθεί πίσω. Αλλά το 2026 δεν έχουμε χώρο για τέτοια ηττοπάθεια. Εδώ, στην πρωινή μας συνήθεια, επιλέγουμε να δούμε την άλλη πλευρά. Γιατί η αλήθεια είναι ότι για κάθε τέλος που φοβόμαστε, υπάρχει μια αφετηρία που μας περιμένει, συχνά πιο φωτεινή από την προηγούμενη.

Αυτή η «αρχή» δεν χρειάζεται να είναι φαντασμαγορική, ούτε να συνοδεύεται από πυροτεχνήματα. Μπορεί να είναι η στιγμή που αποφασίζεις να αφήσεις πίσω σου μια συνήθεια που δεν σου ταιριάζει. Μπορεί να είναι η απόφαση να μην αγχωθείς σήμερα για το αν είσαι «παραγωγικός» με το ζόρι ή το να πεις επιτέλους «ναι» σε εκείνο το project που φοβόσουν.

Συχνά κολλάμε στο παρελθόν, αναπολώντας στιγμές που πέρασαν, και ξεχνάμε ότι η ζωή έχει μια απίστευτη ιδιότητα: να αναγεννάται. Τα ωραία πράγματα στη ζωή μας δεν είναι περιορισμένα. Δεν υπάρχει «δελτίο» στην ευτυχία. Κάθε νέα γνωριμία, κάθε νέα ιδέα που γεννιέται πάνω από ένα φλιτζάνι καφέ, κάθε πρωινό που ξυπνάς και νιώθεις ότι έχεις μια λευκή σελίδα μπροστά σου, είναι μια απόδειξη ότι τα καλύτερα δεν είναι απαραίτητα πίσω μας.

Το μυστικό είναι να έχεις τα μάτια σου ανοιχτά και την καρδιά σου έτοιμη. Τα ωραία δεν σε περιμένουν στη γραμμή του τερματισμού, αλλά στη γραμμή της εκκίνησης. Εκεί που η αγωνία συναντά τον ενθουσιασμό και η πρώτη γουλιά του καφέ σου δίνει την ώθηση να πεις: «Σήμερα, κάτι καλό θα ξεκινήσει». Μην φοβάσαι τις αρχές. Είναι το δώρο που κάνουμε στον εαυτό μας για να μην μένουμε στάσιμοι.

Tip of the Day: Μην περιμένεις την «τέλεια στιγμή» για να ξεκινήσεις κάτι. Η τέλεια στιγμή είναι ένας μύθος που μας κρατάει αιχμάλωτους στην αναμονή. Κάνε την αρχή σήμερα, ακόμα κι αν είναι μια μικρή, φαινομενικά ασήμαντη κίνηση. Όπως είπε και ο Καζαντζάκης, «έχεις τα πινέλα, έχεις τα χρώματα, ζωγράφισε τον παράδεισο και μπες μέσα». Ο δικός σου παράδεισος ξεκινάει από την απόφαση να πιάσεις το πινέλο!

Άντε και καλό μας -δημιουργικό, σαββατοκύριακο!

Claire Styliara
Chief of SayYessers

EVERYTHING GONNA BE OK



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

Διαμαντής Μασούτης Α.Ε.: Δωρεά εξοπλισμού στον Σύλλογο «Περπατώ»

Στο πλαίσιο της διαχρονικής της δέσμευσης για μια κοινωνία χωρίς αποκλεισμούς, η Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. συνεχίζει να στηρίζει έμπρακτα πρωτοβουλίες που ενισχύουν την αυτονομία και την ποιότητα ζωής των ατόμων με αναπηρία. Μέσα από χριστουγεννιάτικη δράση αλληλεγγύης της εταιρείας, συγκεντρώθηκαν συνολικά 40.000 ευρώ για την ενίσχυση τεσσάρων φορέων, με τον Σύλλογο Περπατώ να λαμβάνει δωρεά ύψους 10.000 ευρώ.

Το ποσό αξιοποιήθηκε για την προμήθεια εξοπλισμού που αναβαθμίζει ουσιαστικά τις παρεχόμενες υπηρεσίες και ενισχύει την ανεξάρτητη διαβίωση των ωφελούμενων. Συγκεκριμένα, αποκτήθηκαν σύστημα ηλεκτρικής υποβοήθησης για αμαξίδιο, αμαξίδιο μπάνιου, στέγαστρο σκίασης, κλίβανος αποστείρωσης (autoclave), καθώς και 3D printer για την κατασκευή εξατομικευμένων βοηθημάτων.

Ο Σύλλογος «Περπατώ», με πολυετή δράση στη στήριξη ατόμων με αναπηρία και στην προώθηση των δικαιωμάτων τους, αξιοποίησε τη δωρεά με τρόπο που παράγει άμεσο και μετρήσιμο κοινωνικό όφελος. Η Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. παραμένει προσηλωμένη σε δράσεις με ουσία, συμβάλλοντας στη διαμόρφωση μιας κοινωνίας πιο προσβάσιμης, δίκαιης και ανθρωπίνης για όλους.

Μπορείτε να παρακολουθήσετε βίντεο [εδώ](#).

μασούτης

Εδώ για 'όένα, στην πράξη.

«Όπου και να 'σαι, Κωτσόβολος» – Παντού, για μια καλύτερη ζωή



Ο τρόπος που ζούμε, κινούμαστε και καλύπτουμε τις καθημερινές μας ανάγκες αλλάζει συνεχώς. Σε αυτή τη νέα πραγματικότητα, η Κωτσόβολος απαντά με ένα ξεκάθαρο και ουσιαστικό μήνυμα: «Όπου και να 'σαι, Κωτσόβολος». Μια υπόσχεση για ενιαία, εύκολη και γρήγορη εμπειρία αγορών και εξυπηρέτησης, ανεξαρτήτως τόπου ή καναλιού.

Η Κωτσόβολος λειτουργεί ως ένα ολοκληρωμένο οικοσύστημα φυσικών και ψηφιακών σημείων επαφής, σχεδιασμένο για να εξυπηρετεί τον καταναλωτή όπου κι αν βρίσκεται. Με περισσότερα από 100 σημεία πώλησης σε πάνω από 60 πόλεις σε Ελλάδα και Κύπρο, online καταστήματα, τηλεφωνικά κέντρα, αλλά και παρουσία σε δημοφιλείς

πλατφόρμες όπως Skroutz, Wolt και efood, εξασφαλίζει συνεχή πρόσβαση σε προϊόντα και υπηρεσίες.

Οι ευέλικτες επιλογές παράδοσης — από προγραμματισμένο ραντεβού και αυθημερόν παράδοση έως παραλαβή σε 20' μέσω Quick Point, Live Tracking, αποστολές 24/7 μέσω Skroutz Point και express παραδόσεις μέσω Wolt Drive — ενισχύουν μια πραγματικά omnichannel εμπειρία.

Παράλληλα, με έμφαση στην προσβασιμότητα και τη συμπερίληψη, η Κωτσόβολος επενδύει σε λύσεις για όλους, προσφέροντας προγράμματα που διευκολύνουν άτομα με αναπηρία και ευέλικτους τρόπους πληρωμής, όπως το Plan K.

Γιατί, όπου κι αν βρίσκεσαι, η τεχνολογία — και η Κωτσόβολος — είναι εκεί.

Το «Scam» των 5 π.μ.: Πρέπει όντως να ξυπνάμε αξημέρωτα για να πετύχουμε;



Αν ανοίξεις τα social media οποιαδήποτε στιγμή της ημέρας, είναι σχεδόν βέβαιο ότι θα πέσεις πάνω σε ένα βίντεο με αισθητική *minimal* και μια λεζάντα που σου λέει ότι αν δεν έχεις κάνει *journaling*, γυμναστική και *cold plunge* πριν τις 6:00 το πρωί, έχεις ήδη χάσει το τρένο της επιτυχίας. Το λεγόμενο «5 AM Club» έχει γίνει η νέα θρησκεία της παραγωγικότητας, υποσχόμενο ότι το κλειδί για να γίνεις ο επόμενος CEO ή η επόμενη *top influencer* κρύβεται στο σκοτάδι πριν την ανατολή.

Κάνε το εικόνα, μια *influencer* με αιψεγάδιαστο κολάν, να κάνει *yoga* μπροστά σε ένα ηλιοβασίλεμα που μόλις ξεπροβάλλει, κρατώντας έναν πράσινο χυμό που μοιάζει με δείγμα από βάλτο και γράφοντας στη λεζάντα: «Αν δεν ξυπνήσεις στις 5:00 π.μ. να κατακτήσεις τη μέρα, η μέρα θα κατακτήσει εσένα. #5AMClub #CEOstacking #Success-Mindset».

Ας το πούμε επιτέλους ανοιχτά: Κουρασθήκαμε.

Το 2026 μπήκε με μια περίεργη εμμονή. Έχουμε πειστεί ότι η παραγωγικότητα, η επιτυχία και το κύρος μας ως επαγγελματίες και άνθρωποι, κρίνονται από το πόσο αξημέρωτα ανοίγουμε το μάτι μας. Αν δεν έχεις κάνει *journaling*, *meditation*, δέκα χιλιόμετρα τρέξιμο και τρία *cold plunges* πριν ο φούρνος της γειτονιάς βγάλει τις πρώτες τυρόπιτες, θεωρείσαι περίπου... χαμένη υπόθεση.

Είναι όμως έτσι; Ή μήπως το "5 AM Club" είναι το μεγαλύτερο scam της δεκαετίας;





Η δικτατορία του πρωινού τύπου

Για χρόνια, η κοινωνία έχει χτιστεί γύρω από τους «πρωινούς τύπους». Τα σχολεία ξεκινούν στις 8:00, οι τράπεζες το ίδιο, οι συνεδριάσεις των μεγάλων εταιρειών γίνονται την ώρα που το σώμα πολλών από εμάς προσπαθεί ακόμα να καταλάβει αν είναι ζωντανό. Αυτό δημιούργησε μια συλλογική ενοχή. Αν πατήσεις το snooze πέντε φορές, νιώθεις «τεμπέλης». Αν ξυπνήσεις στις 10:00 το Σάββατο, νιώθεις ότι «έχασες τη μέρα σου».

Η Επιστήμη πίσω από το Ρολόι: Δεν είμαστε όλοι ίδιοι

Πριν αρχίσεις να κατηγορείς τον εαυτό σου που πάτησες το snooze για πέμπτη φορά σήμερα, ας μιλήσουμε για την επιστήμη. Ο καθένας μας έχει έναν μοναδικό χρονότυπο. Πρόκειται για το εσωτερικό μας βιολογικό ρολόι που καθορίζει πότε το σώμα μας εκκρίνει μελατονίνη ή κορτιζόλη, καθορίζοντας πότε νιώθουμε πραγματικά ζύπνιοι.

Σύμφωνα με τον κλινικό ψυχολόγο και ειδικό στον ύπνο, Dr. Michael Breus, η κλασική διάκριση ανάμεσα σε «πρωινούς» και «βραδινούς» τύπους είναι πλέον ξεπερασμένη. Η σύγχρονη επιστήμη ορίζει τέσσερις βασικούς χρονότυπους: τα Λιοντάρια (οι φανατικοί του πρωινού), οι Αρκούδες (που ακολουθούν τον κύκλο του ήλιου), τα Δελφίνια (όσοι υποφέρουν από αϋπνίες) και οι Λύκοι.

Οι «Λύκοι» είναι οι άνθρωποι που παραδοσιακά αποκαλούμε κουκουβάγιες. Είναι εκείνοι που το πρωί μοιάζουν με ζόμπι σε ταινία χαμηλού προϋπολογισμού, αλλά μετά τις 9:00 το βράδυ ο εγκέφαλός τους μετατρέπεται σε «υπερυπολογιστή της NASA». Το να αναγκάζεις έναν «Λύκο» να ξυπνάει στις 5:00 π.μ. δεν τον κάνει πιο επιτυχημένο· τον κάνει απλώς

Γιατί λοιπόν προσπαθούμε να μετατρέψουμε έναν Λύκο σε Λιοντάρι; Το μόνο που καταφέρνουμε είναι να έχουμε έναν πολύ νυσταγμένο και καθόλου παραγωγικό Λύκο.

Η μαγεία της μεταμεσονύκτιας ησυχίας

Ας μιλήσουμε λίγο για τη γοητεία του να είσαι Night Owl. Όταν ο κόσμος «σβήνει», όταν τα notifications στο κινητό σταματούν και η γειτονιά βυθίζεται στη σιωπή, τότε συμβαίνει κάτι μαγικό. Η δημιουργικότητα δεν χρειάζεται να «σπρώξει» για να βγει ανάμεσα από τηλεφωνήματα, emails και υποχρεώσεις.

Οι Night Owls το ξέρουν καλά: οι καλύτερες ιδέες, τα πιο βαθιά κείμενα, τα πιο τολμηρά σχέδια γεννιούνται κάτω από το φως ενός επιτραπέζιου φωτιστικού, την ώρα που οι «5 AMers» έχουν ήδη παραδοθεί στον ύπνο από τις 9:00 το βράδυ. Επιτυχία δεν είναι να ξυπνάς νωρίς. Επιτυχία είναι να δουλεύεις τις ώρες που η δική σου ενέργεια είναι στο peak της.



Το Snooze δεν είναι αμαρτία

Στο Say Yes, πιστεύουμε στην ενθάρρυνση. Και σήμερα, θέλω να ενθαρρύνω όλους εσάς που νιώθετε ενοχές για το snooze. Το να πατάς το κουμπί της αναβολής δεν σημαίνει ότι δεν έχεις στόχους. Σημαίνει ότι το σώμα σου σου λέει «δώσε μου λίγο χρόνο ακόμα για να επεξεργαστώ τον κόσμο».

Η εμμονή με το πρωινό ξύπνημα έχει γίνει ένα status symbol που συχνά κρύβει μια βαθιά εξάντληση. Πόσοι από αυτούς τους influencers που ποστάρουν στις 5:30 το πρωί, καταρρέουν ψυχολογικά στις 4:00 το απόγευμα; Πόση ποιότητα έχει η δουλειά σου όταν την κάνεις με το ζόρι, επειδή «έτσι πρέπει»;

Πώς να «νικήσεις» ως Night Owl το 2026

Αν ανήκεις στη φυλή της νύχτας, μην προσπαθείς να αλλάξεις το DNA σου. Δοκίμασε τα εξής:

Οργάνωσε το δικό σου «11 PM

Club»: Αντί για πρωινό διαλογισμό, κάνε έναν νυχτερινό απολογισμό. Χρησιμοποίησε την ησυχία της νύχτας για να συγκεντρωθείς σε αυτό που αγαπάς.



Διώξε τις ενοχές: Αν η δουλειά σου το επιτρέπει (ή αν είσαι freelancer/δημιουργός), φτιάξε το πρόγραμμα στα μέτρα σου. Η παραγωγικότητα δεν μετριέται με τις ώρες ηλιοφάνειας, αλλά με το αποτέλεσμα.

Μην συγκρίνεσαι: Το ότι κάποιος άλλος έτρεξε 5 χιλιόμετρα ενώ εσύ έβλεπες το δέκατο όνειρο, δεν τον κάνει καλύτερο άνθρωπο. Τον κάνει απλώς... πρωινό τύπο.

Το συμπέρασμα;

Η επιτυχία δεν έχει ώρα. Ο Steve Jobs, ο Winston Churchill και ο Barack Obama ήταν γνωστοί Night Owls.

Δεν νομίζω ότι κανείς τους κατηγορήσε για έλλειψη παραγωγικότητας.

Οπότε, την επόμενη φορά που θα δεις ένα post για το "5 AM Club", χαμογέλα, γύρνα από την άλλη πλευρά και απόλαυσε τον ύπνο σου. Ο κόσμος θα είναι εκεί και όταν ξυπνήσεις. Και θα τον κατακτήσεις με τους δικούς σου όρους, με τα δικά σου ωράρια και με το δικό σου, μοναδικό στυλ.

Say Yes στο δικό σου βιολογικό ρολόι!



ΔΕΗ blue: 54 σημεία φόρτισης στα μεγαλύτερα χιονοδρομικά κέντρα της Ελλάδας

Συνολικά 54 σημεία φόρτισης ηλεκτρικών οχημάτων λειτουργούν πλέον στα επτά μεγαλύτερα χιονοδρομικά κέντρα της χώρας, στο πλαίσιο της ανάπτυξης του δημόσιου προσβάσιμου δικτύου φόρτισης της ΔΕΗ blue και της ενίσχυσης των υποδομών ηλεκτροκίνησης σε ορεινούς και χειμερινούς προορισμούς υψηλής επισκεψιμότητας.

Η επέκταση αφορά τα χιονοδρομικά κέντρα Παρνασσού, Βόρα, Βασιλίτσας, Ζήρειας, Καλαβρύτων, 3-5 Πηγαδιών και Σελίου, με εγκατάσταση φορτιστών AC και ταχυφορτιστών DC που καλύπτουν διαφορετικές ανάγκες φόρτισης κατά τη χειμερινή περίοδο.

Ειδικότερα, στο Σέλι λειτουργούν 12 θέσεις φόρτισης AC και 4 ταχυφόρτισης DC, ενώ σε Βασιλίτσα και 3-5 Πηγάδια έχουν εγκατασταθεί από 6 θέσεις AC και 4 DC αντίστοιχα. Στον Παρνασσό και τον Βόρα λειτουργούν από 2 θέσεις AC και 2 DC, στη Ζήρεια 2 θέσεις AC και στα Καλάβρυτα 8 θέσεις AC.

Μέσω του PPC blue app, οι οδηγοί μπορούν να εντοπίζουν διαθέσιμους φορτιστές, να ελέγχουν τη διαθεσιμότητα και να κάνουν κράτηση σε ταχυφορτιστές, ενώ παράλληλα οργανώνουν ευκολότερα τις διαδρομές τους μέσα από την υπηρεσία PPC blueTrips.

Η ανάπτυξη του δικτύου ΔΕΗ blue στα χιονοδρομικά κέντρα ενισχύει τη σύνδεση της ηλεκτροκίνησης με τον ορεινό τουρισμό και εντάσσεται στη συνολική στρατηγική της ΔΕΗ για την επέκταση των υποδομών φόρτισης πέρα από τα αστικά κέντρα.

Η Ελλάδα αποκτά θεσμική φωνή στην Ευρώπη για τις κατ' οίκον υπηρεσίες

ahs ATHENS HOME SERVICES

EFSI EUROPEAN FEDERATION FOR SERVICES TO INDIVIDUALS

Για πρώτη φορά, ο τομέας των κατ' οίκον υπηρεσιών στην Ελλάδα αποκτά θεσμική εκπροσώπηση σε ευρωπαϊκό επίπεδο, με την ένταξη της Athens Home Services στην European Federation for Services to Individuals (EFSI). Πρόκειται για την πρώτη ελληνική εταιρεία που γίνεται μέλος της Ομοσπονδίας, ανοίγοντας τον δρόμο για συμμετοχή της χώρας στον ευρωπαϊκό διάλογο γύρω από τις κατ' οίκον υπηρεσίες.

Η εξέλιξη αποκτά ιδιαίτερη βαρύτητα σε μια περίοδο όπου ο κλάδος στην Ελλάδα παραμένει σε μεγάλο βαθμό αρρυθμιστος, χωρίς ενιαία πρότυπα ποιότητας, σαφές πλαίσιο επαγγελματικής κατάρτισης και σταθερούς όρους απασχόλησης. Μέσα από τη συμμετοχή της στην EFSI, η Ελλάδα αποκτά πρόσβαση σε δοκιμασμένες πρακτικές χωρών με ώριμα και ρυθμισμένα συστήματα, ενώ ταυτόχρονα συμμετέχει ενεργά στη διαμόρφωση του ευρωπαϊκού πλαισίου για το μέλλον του κλάδου.

Η Athens Home Services εξειδικεύεται στη νόμιμη μετάκληση οικιακού προσωπικού από τρίτες χώρες, προσφέροντας στις ελληνικές οικογένειες ολοκληρωμένες και ξεκάθαρες διαδικασίες απασχόλησης. Παράλληλα, έχει αναπτύξει μοντέλο recruitment και εκπαίδευσης housekeeping σύμφωνα με ευρωπαϊκά πρότυπα ποιότητας και επαγγελματισμού.

Όπως σημειώνει η ιδρύτρια Σμαρώ Μανιάτη, η ένταξη στην EFSI αποτελεί ουσιαστικό βήμα ώστε η νομιμότητα, η ποιότητα και η επαγγελματική αναγνώριση να γίνουν ο κανόνας. Η συμμετοχή αυτή σηματοδοτεί ένα ακόμη βήμα θεσμικής ωρίμανσης για τις κατ' οίκον υπηρεσίες στην Ελλάδα και την ευθυγράμμισή τους με τα ευρωπαϊκά πρότυπα.

Πώς γεννήθηκαν τα ζώδια: από τον ουρανό στις προβλέψεις



Σήμερα διαβάξεις τις προβλέψεις για το ζώδιό σου, αναρωτιέσαι αν ταιριάζεις αστρολογικά με κάποιο άτομο που σε ενδιαφέρει ή αν θα σε ευνοήσει η τύχη το επόμενο διάστημα. Τα ζώδια μοιάζουν με έναν καθρέφτη προσωπικότητας, μια γλώσσα που προσπαθεί να εξηγήσει σχέσεις, επιλογές και συναισθήματα. Όμως δεν ξεκίνησαν έτσι. Κάποτε τα ζώδια ήταν ένας τρόπος να κατανοηθεί ο χρόνος.

Οι πρώτες παρατηρήσεις στη Μεσοποταμία

Οι απαρχές του ζωδιακού κύκλου τοποθετούνται στη Μεσοποταμία, κυρίως στη Βαβυλώνα, κατά τη δεύτερη χιλιετία π.Χ. Οι Βαβυλώνιοι ανέπτυξαν από τους πρώτους οργανωμένους τρόπους παρατήρησης του ουρανού. Κατέγραφαν με συστηματικότητα την πορεία του Ήλιου, της Σελήνης και των πλανητών, όχι από φιλοσοφικό ενδιαφέρον, αλλά για πρακτικούς λόγους. Η κατανόηση των εποχών, η γεωργία και η πρόβλεψη γεγονότων που θεωρούνταν σημαντικά για το κράτος εξαρτιόνταν από αυτές τις παρατηρήσεις.

Παρακολουθώντας την ετήσια πορεία του Ήλιου, εντόπισαν ότι αυτή περνούσε μπροστά από συγκεκριμένες ομάδες άστρων. Η νοητή αυτή διαδρομή ονομάστηκε

εκλειπτική. Για να οργανώσουν τον χρόνο, τη χώρισαν σε δώδεκα ίσα τμήματα, αριθμό που ταίριαζε τόσο με τον σεληνιακό κύκλο όσο και με τη δομή του έτους. Κάθε τμήμα συνδέθηκε με έναν αστερισμό. Έτσι διαμορφώθηκε ο ζωδιακός κύκλος.

Σε αυτό το στάδιο, τα ζώδια δεν αφορούσαν τον άνθρωπο ως άτομο. Δεν υπήρχαν ωροσκόπια, ούτε χαρακτηριστικά προσωπικότητας. Ο ζωδιακός κύκλος λειτουργούσε ως ημερολόγιο και ως εργαλείο πρόβλεψης συλλογικών εξελίξεων.

Από τους αστερισμούς στα σύμβολα

Οι αστερισμοί πήραν ονόματα από ζώα, μυθικά πλάσματα και μορφές που αναγνώριζαν οι παρατηρητές στον ουρανό. Ο Ταύρος, ο Λέων και ο Σκορπιός είναι από τους αρχαιότερους και απαντούν ήδη σε βαβυλωνιακές πηγές. Τα ονόματα αυτά λειτουργούσαν κυρίως ως σύμβολα αναγνώρισης και μνήμης και όχι ως αφηρημένες έννοιες χαρακτήρα.

Για τους πρώτους αστρονομικούς πολιτισμούς, τα ουράνια φαινόμενα δεν θεωρούνταν αιτίες γεγονότων αλλά ενδείξεις. Ο ουρανός δεν «δημιουργούσε» τις εξελίξεις· απλώς τις προανήγγελλε.



Η ελληνική συμβολή

Η καθοριστική αλλαγή έρχεται με τον ελληνικό κόσμο. Από τον 4ο αιώνα π.Χ. και μετά, οι Έλληνες λόγιοι υιοθετούν το βαβυλωνιακό σύστημα και το επεξεργάζονται μέσα από τη δική τους κοσμοθεωρία. Εκεί όπου οι Βαβυλώνιοι έβλεπαν σημάδια, οι Έλληνες πρόσθεσαν μύθο, αφήγηση και φιλοσοφικό νόημα.

Οι αστερισμοί συνδέθηκαν με γνωστές μυθολογικές ιστορίες. Ο Λέων συνδέθηκε με τον άθλο του Ηρακλή, οι Δίδυμοι με τον Κάστορα και τον Πολυδεύκη, η Παρθένος με θεότητες της γονιμότητας και της τάξης. Ο ουρανός απέκτησε πολιτισμικό βάθος και μια μορφή συμβολικής συνοχής που επέτρεπε την ερμηνεία του.

Στην ελληνιστική περίοδο, κυρίως στην Αλεξάνδρεια, αρχίζει να διαμορφώνεται η αστρολογία όπως τη γνωρίζουμε σήμερα. Εκεί εμφανίζεται για πρώτη φορά με συστηματικό τρόπο η ιδέα ότι η στιγμή γέννησης ενός ανθρώπου, σε σχέση με τη θέση των ουράνιων σωμάτων, μπορεί να έχει σημασία για τη ζωή του. Όχι όμως με τη σύγχρονη έννοια της προσωπικότητας, αλλά ως ένταξη σε ένα ευρύτερο κοσμικό πλαίσιο.



Αστρονομία και αστρολογία

Στην αρχαιότητα, η αστρονομία και η αστρολογία δεν ήταν αυστηρά διαχωρισμένες. Οι ίδιοι άνθρωποι που κατέγραφαν με ακρίβεια τις κινήσεις των ουράνιων σωμάτων επιχειρούσαν και ερμηνείες. Με την εξέλιξη της επιστημονικής σκέψης, οι δύο δρόμοι απομακρύνθηκαν και η αστρονομία εξελίχθηκε σε επιστήμη.



Αυτός ο διαχωρισμός είναι κρίσιμος για να κατανοήσουμε τι είναι και τι δεν είναι τα ζώδια. Δεν αποτελούν επιστημονική περιγραφή της ανθρώπινης φύσης, αλλά έναν ιστορικό τρόπο με τον οποίο οι κοινωνίες προσπάθησαν να συνδέσουν τον χρόνο, τη φύση και την ανθρώπινη εμπειρία.

Γιατί τα ζώδια παραμένουν

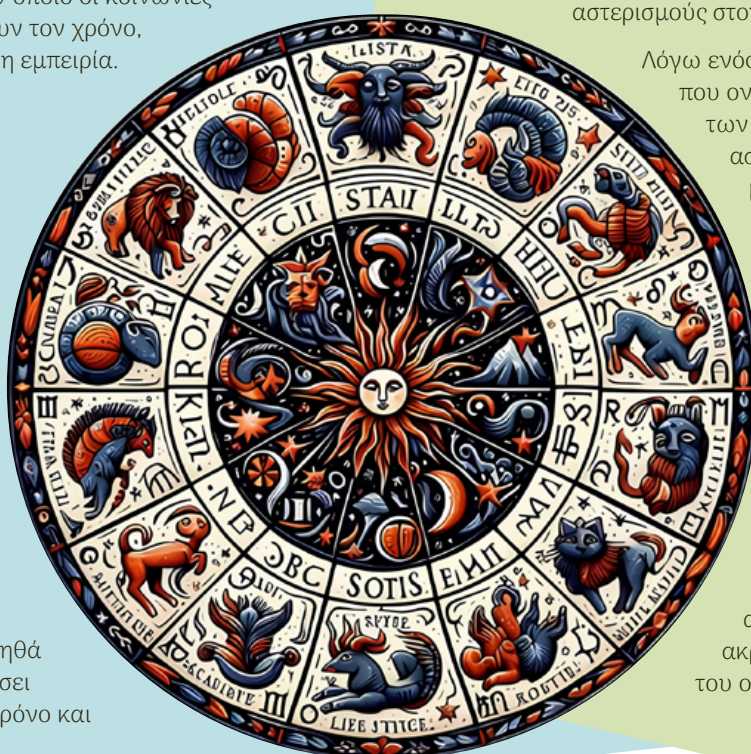
Παρά την επιστημονική πρόοδο, τα ζώδια συνεχίζουν να υπάρχουν στον σύγχρονο πολιτισμό. Όχι επειδή προσφέρουν ακρίβεια, αλλά επειδή προσφέρουν αφήγηση. Από ημερολόγιο έγιναν μύθος και από μύθος εργαλείο αυτοερμηνείας. Λειτουργούν ως ένας συμβολικός χάρτης που βοηθά τον άνθρωπο να τοποθετήσει τον εαυτό του μέσα στον χρόνο και τις σχέσεις του.

Ήξερες ότι...

Ο ζωδιακός κύκλος που χρησιμοποιούμε σήμερα δεν ταυτίζεται πλήρως με τους πραγματικούς αστερισμούς στον ουρανό.

Λόγω ενός αστρονομικού φαινομένου που ονομάζεται μετάπτωση των ισημεριών, η θέση των αστερισμών μετακινείται αργά μέσα στους αιώνες. Αυτό σημαίνει ότι ο Ήλιος δεν βρίσκεται πλέον στους ίδιους αστερισμούς τις ίδιες ημερομηνίες όπως στην αρχαιότητα.

Παρ' όλα αυτά, ο ζωδιακός κύκλος παρέμεινε σταθερός ως σύστημα, επειδή σχεδιάστηκε για να οργανώνει τον χρόνο και τις εποχές, όχι για να αποτυπώνει με απόλυτη ακρίβεια τη σύγχρονη εικόνα του ουρανού.



Η εμπειρία των Digestive bars... στο MAX

Οι Παπαδοπούλου ανεβάζουν τον πήχη της καθημερινής απόλαυσης, παρουσιάζοντας τη νέα σειρά Digestive Maxi Bars. Οι πρώτες μπάρες με μπισκότο Digestive στην Ελλάδα... μεγάλωσαν — και έγιναν ακόμα πιο χορταστικές, πιο σοκολατένιες και πιο απολαυστικές. Με maxi μέγεθος 50g και πλούσια σοκολατένια επικάλυψη, αποτελούν την ιδανική λύση για τις στιγμές που θες ένα ολοκληρωμένο snack, αλλά ο χρόνος για κανονικό γεύμα δεν υπάρχει.

Η σειρά Digestive bars, που έχει ήδη βρει τη θέση της στην καθημερινότητά μας, εξελίσσεται χωρίς να χάνει τον χαρακτήρα της: ισορροπία, γεύση και πρακτικότητα, με τη σταθερή ποιότητα που υπογράφει η Παπαδοπούλου.

Οι νέες Digestive Maxi Bars κυκλοφορούν σε τρεις απολαυστικούς συνδυασμούς:

Digestive Protein Maxi Bar Dark Choco: για όσους θέλουν απόλαυση και ενέργεια, χωρίς προσθήκη ζάχαρης*, με 20% πρωτεΐνη και επικάλυψη μαύρης σοκολάτας.

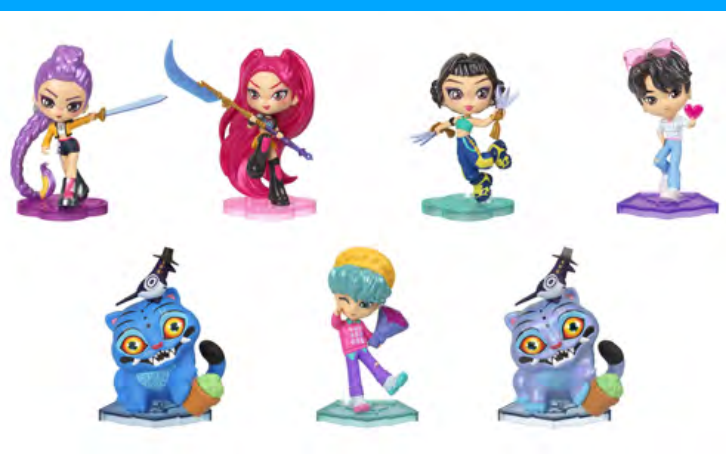
Digestive Maxi Bar Banana Choco: ο αγαπημένος συνδυασμός μπανάνας και σοκολάτας γάλακτος, σε μια γλυκιά, comfort εμπειρία.

Digestive Maxi Bar Chocolate: για τους αθεράπευτους chocolate lovers, με κομμάτια brownie και σοκολάτα γάλακτος.

Για τις στιγμές που θες κάτι παραπάνω από ένα απλό snack. Digestive bar... τώρα σε maxi απόλαυση.



Η Mattel παρουσιάζει την πρώτη «Golden» σειρά KPop Demon Hunters™



Στο πλαίσιο της Spielwarenmesse, η Mattel παρουσίασε τη νέα «Golden» σειρά παιχνιδιών εμπνευσμένη από την ταινία KPop Demon Hunters, μία από τις πιο δημοφιλείς παραγωγές του Netflix. Η συλλογή, που θα κυκλοφορήσει σταδιακά μέσα στο 2026, απευθύνεται τόσο σε παιδιά όσο και σε συλλέκτες, ζωντανεύοντας τους χαρακτήρες και τον κόσμο της ταινίας μέσα από προϊόντα υψηλής ποιότητας.

Μετά τις πρόσφατες βραβεύσεις της ταινίας και την εντυπωσιακή πορεία του soundtrack —που αναδείχθηκε ως το μεγαλύτερο hit του 2025— οι θαυμαστές θα έχουν την ευκαιρία να ανακαλύψουν μια πλούσια γκάμα προϊόντων: κούκλες, φιγούρες δράσης, συλλεκτικά αντικείμενα και επιτραπέζια, δημιουργημένα σε συνεργασία με αγαπημένα brands της Mattel όπως Polly Pocket, UNO και Little People Collector.

«Το KPop Demon Hunters έχει εξελιχθεί σε παγκόσμιο φαινόμενο με μια συνεχώς αναπτυσσόμενη κοινότητα θαυμαστών», δήλωσε ο Nick Karamanos, Senior Vice President of Action Figures and Entertainment Partnerships της Mattel. «Η συνεργασία μας με το Netflix μάς επέτρεψε να ανταποκριθούμε άμεσα στη ζήτηση, προσφέροντας νέους τρόπους σύνδεσης με τους χαρακτήρες, τη μουσική και τις ιστορίες που αγαπά το κοινό».

Η σειρά αντλεί έμπνευση από τη δυναμική αισθητική της ταινίας και τη σύγχρονη pop κουλτούρα, με έμφαση στη λεπτομέρεια και την πιστή απόδοση των χαρακτήρων όπως η Rumi, η Mira και η Zoey. Περισσότερα προϊόντα KPop Demon Hunters αναμένεται να παρουσιαστούν μέσα στο 2026. Η ταινία είναι διαθέσιμη αποκλειστικά στο Netflix.

Πώς η K-pop χτίζει οικογένειες χωρίς συγγένεια και παγκόσμια brands



Σήμερα διαβάζουμε για «διάσημες οικογένειες» και το μυαλό μας πηγαίνει αυτόματα σε ονόματα όπως οι Kardashians. Μια οικογένεια που μετέτρεψε την καθημερινότητά της σε παγκόσμιο brand, χτίζοντας επιρροή μέσα από σχέσεις, προσωπικότητες και συνεχή δημόσια παρουσία.

Στην K-pop, όμως, η έννοια της διάσημης οικογένειας ακολουθεί έναν διαφορετικό δρόμο. Εκεί, οι ισχυρότεροι δεσμοί δεν βασίζονται απαραίτητα στη συγγένεια, αλλά στη συνύπαρξη, την εκπαίδευση και την κοινή πορεία μέσα σε ένα αυστηρά δομημένο σύστημα.

Οι Kardashians της Ανατολής;

Σε αντίθεση με τη δυτική pop κουλτούρα, όπου η οικογενειακή σχέση προηγείται και το brand ακολουθεί, στην K-pop το brand προηγείται και η «οικογένεια» χτίζεται στην πορεία. Τα idol groups δημιουργούνται από εταιρείες, αλλά με τα χρόνια εξελίσσονται σε κλειστές κοινότητες με εσωτερικούς κανόνες, συναισθηματικούς δεσμούς και κοινή ταυτότητα. Αυτές οι ομάδες λειτουργούν σαν οικο-

γένειες επιλογής, με ρόλους, δυναμικές και αλληλεξάρτηση που θυμίζουν περισσότερο συγγενικούς δεσμούς παρά απλές επαγγελματικές συνεργασίες.

Groups όπως οι Red Velvet ή οι GOT7 δεν αποτελούνται από συγγενείς, όμως η δημόσια εικόνα τους βασίζεται στην αίσθηση ενότητας. Κάθε μέλος έχει τη δική του προσωπικότητα και διαδρομή, αλλά το σύνολο παρουσιάζεται ως κάτι μεγαλύτερο από το άθροισμα των μερών του. Αυτή η συλλογική αφήγηση είναι το στοιχείο που κρατά το ενδιαφέρον του κοινού ζωντανό για χρόνια.

Όταν το κοινό γίνεται μέρος της «οικογένειας»

Η K-pop δεν περιορίζεται στη μουσική. Μέσα από variety shows, backstage υλικό, καθημερινά livestreams και έντονη παρουσία στα social media, οι fans αποκτούν πρόσβαση σε στιγμές που μοιάζουν αυθόρμητες και προσωπικές. Οι μικρές διαφωνίες, οι στιγμές στήριξης, οι κοινές αναμνήσεις παρουσιάζονται σαν οικογενειακές ιστορίες, δημιουργώντας μια ψευδαίσθηση οικειότητας.



Έτσι, το κοινό δεν παρακολουθεί απλώς ένα group, αλλά νιώθει ότι ανήκει σε αυτό. Η σχέση αυτή καλλιεργεί βαθιά αφοσίωση και μετατρέπει τους fans σε ενεργό κομμάτι της επιτυχίας του brand.

Η επιχειρηματική δύναμη της συλλογικής ταυτότητας

Αυτή η «οικογενειακή» εικόνα έχει ξεκάθαρη επιχειρηματική αξία. Κάθε μέλος ενός group μπορεί να εξελιχθεί σε ξεχωριστό brand μέσω σόλο καριέρας, διαφημιστικών συνεργασιών ή παρουσίας στη μόδα και την ομορφιά.

Παράλληλα, η επιτυχία του ενός ενισχύει την αξία του συνόλου. Το group λειτουργεί σαν ένα πολυεπίπεδο οικοσύστημα, όπου η συλλογική εικόνα προστατεύει και ενδυναμώνει την ατομική πορεία.

Σε αυτό το μοντέλο, η K-pop βιομηχανία καταφέρνει να επεκτείνεται πέρα από τη μουσική, δημιουργώντας παγκόσμια brands με τεράστια διάρκεια ζωής.

Όταν η συγγένεια είναι πραγματική: το παράδειγμα των AKMU

Υπάρχουν, ωστόσο, και περιπτώσεις όπου η οικογένεια είναι βιολογική. Οι AKMU (Akdong Musician) είναι ένα μουσικό ντουέτο αποτελούμενο από τα αδέρφια Lee Chan-hyuk και Lee Suhyun. Έγιναν γνωστοί στη Νότια Κορέα μέσα από talent show και ξεχώρισαν για τον αυθεντικό τους ήχο και τους προσωπικούς στίχους τους.

Η δυναμική τους βασίζεται στη φυσική τους χημεία και στη βαθιά οικογενειακή σχέση τους, κάτι που διαφοροποιεί την εικόνα τους από τα κλασικά idol groups. Παρ' όλα αυτά, ακόμα και στην περίπτωση τους, η συγγένεια μετατρέπεται σε αφήγηση και η αφήγηση σε brand, αποδεικνύοντας ότι στην K-pop ακόμη και οι πραγματικοί οικογενειακοί δεσμοί εντάσσονται σε ένα ευρύτερο πολιτισμικό και επιχειρηματικό πλαίσιο.

Μια νέα εκδοχή της διάσημης οικογένειας

Η K-pop επαναπροσδιορίζει το τι σημαίνει «διάσημη οικογένεια» στη σύγχρονη pop κουλτούρα. Είτε πρόκειται για ομάδες χωρίς καμία συγγένεια είτε για πραγματικά αδέρφια, το κοινό δεν συνδέεται απλώς με πρόσωπα αλλά με ιστορίες συλλογικότητας, εξέλιξης και αλληλεξάρτησης. Σε έναν κόσμο όπου η εικόνα και το συναίσθημα μετατρέπονται σε κεφάλαιο, οι οικογένειες της K-pop αποδεικνύουν ότι το μοντέλο της επιτυχίας μπορεί να χτιστεί και πέρα από τους δεσμούς αίματος.

Ήξερες ότι...

Ορισμένα K-pop groups τραγουδούν σε περισσότερες από 5 γλώσσες για να φτάσουν ταυτόχρονα σε Ασία, Αμερική και Ευρώπη, μετατρέποντας κάθε μέλος σε παγκόσμιο «πρεσβευτή» του group.



Οι Καρέκλες του Ευγένιος Ιονέσκο

Η Μαρία Διακοπαναγιώτου και ο Πάνος Παπαδόπουλος παρουσιάζουν μια βαθιά προσωπική, ανατρεπτική και σύγχρονη ανάγνωση του εμβληματικού έργου Οι Καρέκλες, ενός από τα πιο ποιητικά και σκληρά κείμενα του θεάτρου του παραλόγου.

Στην Κεντρική Σκηνή του Θέατρου του Νέου Κόσμου, από τις 30 Ιανουαρίου 2026, δύο ηλικιωμένοι ήρωες ζουν απομονωμένοι σ' έναν φάρο. Ανάμεσα στη μνήμη και τη φαντασία, περιμένουν καλεσμένους που ίσως δεν θα έρθουν ποτέ. Το σπίτι γεμίζει καρέκλες — και μαζί τους γεμίζει και η σκηνή από την αγωνία του ανθρώπου να ακουστεί, να αφήσει πίσω του ένα ίχνος, ένα νόημα.

Οι δύο σκηνοθέτες και πρωταγωνιστές ενώνουν τις καλλιτεχνικές τους φωνές σε μια παράσταση που ισορροπεί ανάμεσα στο χιούμορ και την υπαρξιακή μελαγχολία, φωτίζοντας τη μοναξιά, την ανάγκη για επικοινωνία και τη μάταιη προσπάθεια του ανθρώπου να δώσει νόημα στην ύπαρξή του. Με λιτά σκηνικά μέσα, έντονη σωματικότητα και ατμοσφαιρική σκηνοθεσία, οι Καρέκλες μετατρέπονται σε μια συγκινητική θεατρική εμπειρία που μιλά απευθείας στην ψυχή του θεατή.

Θέατρο του Νέου Κόσμου – Κεντρική Σκηνή – Από 30 Ιανουαρίου 2026

Τετάρτη 18:15 | Παρασκευή 21:15 | Σάββατο 18:15 | Κυριακή 21:15

Εισιτήρια: more.com



Press Room

Η ελληνική κουζίνα «πρωταγωνιστεί» στο Greek Sunday του Papagalos

Greek Sunday menu

Αποδομημένη «Σπανακόπιτα» (σαλάτα)
Σπανάκι baby / φρέσκο κρεμμυδάκι / άνηθος / φέτα Τριπόλεως / τραγανό πολιτικό φύλλο γιουφκά

Deconstructed "Spanakopita" (salad)
Baby spinach / spring onion / dill / Tripoli feta / crispy gioufka pastry

Μους ταραμά γαρίδας
Κρέμα από τον ζωμό της / τρίμμα παξιμαδιού καρουπιού
Shrimp Tarama Mousse
Shrimp stock cream / carob rusk crumble

Τρυφερό χταποδάκι
Γλάσο πετιμεζιού σταφυλιού / φάβα / φουρνιστά ντοματίνια / κάρπαρ
Tender Octopus
Grape molasses glaze / fava purée / oven-roasted cherry tomatoes / capers

Κεμπάπ ψαριού
Χούμους παντζαριού / σαλάτα φινόκιο / φρέσκο ταϊλ / κόλιανδρος / πορτοκάλι
Fish Kebab
Beetroot hummus / fennel salad / fresh chili / coriander / orange

Φιλέτο σφυριδας φρικασέ
Κρέμα αελινόριζας / ψητά μαρουλάκια / σάλτσα αυγολέμονο με σαρφάν
Grouper Fillet Fricassée
Celeriac cream / grilled baby lettuce / saffron egg-lemon sauce

Λεμονόπιτα
Κρέμα λεμονιού / παγωτό μαστίχα / τρίμμα μαρέγκας
Lemon Pie
Lemon cream / mastiha ice cream / meringue crumble

48€ κατ'άτομο / 48€ per person
Papagalos restaurant, Kyprou 65, Glyfada Tel:6975849302

Το εστιατόριο Papagalos προσκαλεί το κοινό σε ένα αυθεντικό Greek Sunday, μια καθιερωμένη πλέον εβδομαδιαία γαστρονομική εμπειρία αφιερωμένη στην ελληνική κουζίνα, την παράδοση και τη χαλαρή απόλαυση της Κυριακής.

Κάθε Κυριακή, ο χώρος του Papagalos μεταμορφώνεται σε ένα σύγχρονο ελληνικό τραπέζι, όπου οι επισκέπτες απολαμβάνουν κλασικές αλλά και δημιουργικές ελληνικές γεύσεις, εμπνευσμένες από διαφορετικές γωνιές της χώρας, σε ένα ζεστό, φιλόξενο περιβάλλον που τιμά την έννοια του «μαζί».

Το μενού ανοίγει με μια αποδομημένη σπανακόπιτα σε μορφή σαλάτας και συνεχίζει με ορεκτικά που αποτυπώνουν την ουσία της ελληνικής κουζίνας: μους ταραμά με γαρίδα, τρυφερό χταπόδι με φάβα και ένα ευφάνταστο κεμπάπ ψαριού. Για κυρίως, το φιλέτο σφυριδας φρικασέ ξεχωρίζει, αναδεικνύοντας την ποιότητα των πρώτων υλών και την καθαρότητα της γεύσης. Η εμπειρία ολοκληρώνεται ιδανικά με λεμονόπιτα, παγωτό μαστίχα και τρίμμα μαρέγκας — μια γλυκιά επίγευση, όπως αρμόζει σε μια ελληνική Κυριακή.

Το Greek Sunday απευθύνεται σε όσους αγαπούν την ελληνική κουζίνα αλλά και σε εκείνους που αναζητούν μια ολοκληρωμένη εμπειρία εξόδου, ιδανική για οικογένειες, φίλους και παρέες. Γιατί η Κυριακή, στο Papagalos, είναι πάνω απ' όλα μοίρασμα.

ΛΙΑ ΜΕΓΑΛΟΥ-ΣΕΦΕΡΙΑΔΗ

**Όταν και οι λακκούβες
ήταν χαρά**

Ενθυμήσεις-αφηγήσεις

**ΟΤΑΝ ΚΑΙ
ΟΙ ΛΑΚΚΟΥΒΕΣ
ΗΤΑΝ ΧΑΡΑ**

Στο βιβλίο Όταν και οι λακκούβες ήταν χαρά, η Λία Μεγάλου-Σεφεριάδη μας προσκαλεί σε ένα τρυφερό, ζωντανό ταξίδι μνήμης, πίσω στις γειτονιές μιας άλλης Ελλάδας. Μιας εποχής όπου οι χωματόδρομοι, οι αλάνες και οι κήποι ήταν πεδία παιχνιδιού, ελευθερίας και ανεμελιάς, και η καθημερινότητα είχε ρυθμό ανθρώπινο, απλό και συλλογικό.

Μέσα από μικρές ιστορίες και εικόνες ζωής, ζωντανεύουν τα θερινά σινεμά και οι λαθροθεατές τους, το ραδιόφωνο με «Το θέατρο στο μικρόφωνο», οι γειτονιές με τα γεμιστά να πηγαινοέρχονται στον φούρνο, τα παγωτά ξυλάκι, τα πανηγύρια, τα σχολεία με πλάκα και κοντύλι, οι εκδρομές, τα τραμ, τα караβάκια του θερμαϊκού και οι μεγάλες πολιτισμικές στιγμές που σημάδεψαν μια ολόκληρη γενιά.

Η συγγραφέας καταγράφει με ευαισθησία και καθαρό βλέμμα μια εποχή που δεν υπάρχει πια παρά μόνο στη μνήμη, προσφέροντας στους παλαιότερους μια γλυκιά επιστροφή και στους νεότερους ένα πολύτιμο παράθυρο σε έναν κόσμο πιο αργό, πιο δεμένο, πιο ανθρώπινο. Ένα βιβλίο-γέφυρα ανάμεσα στο χθες και το σήμερα, γεμάτο συναίσθημα, ιστορία και αλήθεια.

Από τις εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ

Ο ΤΖΟΓΑΔΟΡΟΣ

Ο τριαντάχρονος Νότης εργάζεται ως διορθωτής σε εφημερίδα και ζει παγιδευμένος στον κόσμο του τζόγου: ιππόδρομος, ρουλέτα, στοίχημα. Έναν κόσμο που υπόσχεται εύκολες νίκες και γρήγορη λύτρωση, αλλά τελικά απαιτεί όλο και μεγαλύτερο τίμημα. Στα δύσκολα, μοναδικό του στήριγμα είναι η Αριάδνη, η γυναίκα της ζωής του, μια φιλόδοξη δημοσιογράφος. Ο τραυματικός χωρισμός τους, όμως, τον αφήνει εκτεθειμένο και ευάλωτο, οδηγώντας τον σε μια απρόσμενη σχέση με τη Γκαλίνα, μια Μολδαβή που τον πλησιάζει ερωτικά ένα βράδυ στα στενά της πλατείας Βάθη.

Μέσα από τη διαδρομή του Νότη, ο Τζογαδόρος θέτει καίρια ερωτήματα: πώς μια κοινωνία που δοξάζει το εύκολο κέρδος και το lifestyle εξωθεί τον άνθρωπο στον εθισμό; Πώς οι πρώτες επιτυχίες γεννούν την ψευδαίσθηση της παντοδυναμίας; Και πώς ο ατομικός μετατρέπεται σε παγίδα χωρίς διέξοδο;

Με έντονη ψυχογραφία και ζωντανές εικόνες από ιπποδρόμους, καζίνο, λέσχες και γήπεδα, το μυθιστόρημα αποτυπώνει τη σταδιακή φθορά των σχέσεων και την αποξένωση που φέρνει ο τζόγος. Για τον Νότη, η μεγαλύτερη απώλεια δεν είναι τα χρήματα, αλλά οι άνθρωποι. Ένα σκοτεινό, ρεαλιστικό βιβλίο για τη λάμψη της στιγμής και το τίμημα της αυταπάτης, εκεί όπου «μια ζαριά ποτέ δεν θα καταργήσει το τυχαίο».

Από τις Εκδόσεις ΚΕΔΡΟΣ

quote of the day

ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΠΟΥΛΙ ΠΙΑΝΕΙ ΤΟ
ΣΚΟΥΛΗΚΙ, ΑΛΛΑ ΤΟ ΔΕΥΤΕΡΟ ΠΟΝΤΙΚΙ
ΤΡΩΕΙ ΤΟ ΤΥΡΙ.



Γιορτάζουν!

6/2

Φώτης, Φωτεινός, Φωτεινή, Φαίη

7/2

Παρθένιος, Παρθεनिया,
Λουκάς, Λουκία

8/2

Ζαχαρίας, Ζαχάρω, Μάρθα

6 Φεβρουαρίου

- › Παγκόσμια Ημέρα κατά της Κλειτοριδεκτομής
- › Pay a Compliment Day
- › Time to Talk Day
- › National Chopsticks Day
- › National Frozen Yogurt Day
- › National Valentine Shopping Reminder Day
- › Reclaim Social Day

7 Φεβρουαρίου

- › World Read Aloud Day
- › Bubblegum Day
- › National Wear Red Day
- › National Woman's Heart Day
- › National Ballet Day
- › Hug an Addict or Alcoholic Day
- › National Black HIV/AIDS Awareness Day
- › National Send a Card to a Friend Day
- › Rose Day

8 Φεβρουαρίου

- › Laugh and Get Rich Day
- › National Boy Scout Day
- › National Kite-Flying Day