

5<sup>th</sup>**ESG****Conference****TPITH 31 ΜΑΡΤΙΟΥ, 2026**

Divani Caravel Hotel

**Το 5th ESG Conference φέρνει στην Αθήνα κορυφαίους ειδικούς για τις εξελίξεις σε κανονιστικό πλαίσιο, τεχνολογία, χρηματοδότηση και βιώσιμη επιχειρηματικότητα, ενισχύοντας τον διάλογο για το ESG 2.0.**

**REGISTER NOW**

## PANELS

**SPEECH:** «Το νέο κανονιστικό τοπίο του ESG: Απλοποίηση, ευελιξία ή οπισθοδρόμηση;»

**PANEL I:** ResNovae Consultants

**PANEL II:** Εφοδιαστική, Κοινωνία & Διακυβέρνηση (S & G)

**PANEL III:** Τεχνολογία, Δεδομένα & ESG Reporting

**PANEL IV:** GrowthFund: Από τα ESG basics στη δημιουργία πραγματικής επίδρασης για τον πολίτη

**PANEL V:** Corporate Case Studies

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



**ΣΚΑΝΔΑΛΟ ΕΡSTEIN:  
ΓΙΑΤΙ ΜΑΣ ΣΟΚΑΡΟΥΝ ΤΑ ΟΝΟΜΑΤΑ  
ΤΩΝ ΕΠΩΝΥΜΩΝ ΚΑΙ ΟΧΙ ΟΙ ΑΡΙΘΜΟΙ  
ΤΗΣ ΔΙΠΛΑΝΗΣ ΠΟΡΤΑΣ;**

# Good morning SayYessers!



## Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Δε θα βαρεθώ ποτέ να σου λέω: Δεν είσαι για όλους, και αυτό είναι απολύτως εντάξει.

Πόσες φορές ένωσες ότι η αξία σου εξαρτάται από το αν οι άλλοι χαμογελούν όταν μπαίνεις στο δωμάτιο; Πόση ενέργεια ξόδεψες προσπαθώντας να γίνεις το «τέλειο κομμάτι» ενός παζλ που δεν σου ταίριαζε καν;

### Η Παγίδα του «Καλού Παιδιού»

Πολλοί από εμάς μεγαλώσαμε πιστεύοντας ότι η καλοσύνη σημαίνει να είμαστε αρεστοί σε όλους. Μάθαμε να καταπίνουμε τις ανάγκες μας, να συμφωνούμε με απόψεις που δεν μας εκφράζουν και να γινόμαστε «καθρέφτες» των άλλων μόνο και μόνο για να πάρουμε ένα βλέμμα έγκρισης.

Καταλήγουμε να συλλέγουμε την αποδοχή των άλλων σαν πόντους σε βιντεοπαιχνίδι, νομίζοντας ότι έτσι κερδίζουμε το δικαίωμα να υπάρχουμε. Όμως, αυτή η «ανιδιοτέλεια» είναι συχνά μια μάσκα που κρύβει την ανάγκη μας για επιβεβαίωση.

### Το «Σύνδρομο του Κόλιανδρου»

Σκέψου τον κόλιανδρο. Υπάρχουν άνθρωποι που τον λατρεύουν και τον βάζουν παντού, και άλλοι που δεν θέλουν ούτε να τον μυρίσουν. Ο κόλιανδρος, όμως, δεν έχει υπαρξιακή κρίση γι' αυτό. Δεν προσπαθεί να πείσει κανέναν να αλλάξει γνώμη. Απλώς υπάρχει.

Έτσι ακριβώς συμβαίνει και με εμάς. Μπορεί να είσαι ο πιο ευγενικός, ο πιο έξυπνος ή ο πιο δοτικός άνθρωπος, και πάλι κάποιος να μην σε συμπαθεί. Κάποιος θα σε πει «πολύ ήσυχος». Κάποιος θα ενοχληθεί από το χιούμορ σου. Κάποιος θα σε θεωρήσει «δήθεν».

Και ξέρεις κάτι; Έχει το δικαίωμα να το κάνει. Όπως κι εσύ έχεις το δικαίωμα να μην αρέσκεσαι σε όλους.

### Η Ελευθερία του να μην «Χωράς»

Όταν συνειδητοποιείς ότι δεν χρειάζεται να πάρεις το χειροκρότημα από κάθε θεατή, σταματάς να κάνεις πρόβες. Σταματάς να λυγίζεις τον εαυτό σου μέχρι να γίνει αγνώριστος στον καθρέφτη.

Η μέρα που σταματάς να παρακαλές για μια θέση στον κόσμο των άλλων, είναι η μέρα που ξεκινάς να χτίζεις τον δικό σου. Ο μόνος άνθρωπος που θα είναι μαζί σου από την πρώτη μέχρι την τελευταία στιγμή, είναι ο εαυτός σου. Μήπως ήρθε η ώρα να γίνεις αρεστός σε εκείνον;

Tip of the Day: Σήμερα, κάνε το εξής πείραμα: Πες μια γνώμη σου ή πάρε μια απόφαση χωρίς να σκεφτείς «τι θα πουν οι άλλοι». Αν κάποιος δυσανεστηθεί, απλώς σκέψου: «Είμαι κόλιανδρος γι' αυτόν, και είναι οκ!». Η αυθεντικότητα είναι το πιο ακριβό άρωμα, αλλά προσελκύει μόνο αυτούς που πραγματικά σου ταιριάζουν. Και τότε ήρθε η στιγμή σου: η μέρα που σταματάς να παρακαλές για μια θέση στον κόσμο των άλλων.

Claire Styliara  
Chief of SayYessers



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

STOP  
WASTING  
TIME



## 50 χρόνια Μασούτης – 50 εβδομάδες «Σπάμε τις τιμές! Μόνο στον Μασούτη!»

Η Διαμαντής Μασούτης Α.Ε. γιορτάζει 50 χρόνια δυναμικής παρουσίας στην ελληνική αγορά και εγκαινιάζει μια νέα, επετειακή καμπάνια με τίτλο «Σπάμε τις τιμές! Μόνο στον Μασούτη!».

Η ενέργεια ξεκίνησε το Σάββατο 14 Φεβρουαρίου και θα υλοποιείται κάθε Σάββατο για 50 συνεχόμενες εβδομάδες, στο πλαίσιο του εορτασμού των 50 χρόνων της εταιρείας. Κάθε εβδομάδα, ένα αγαπημένο προϊόν επιλέγεται και προσφέρεται σε πραγματικά «σπασμένη» τιμή, εξασφαλίζοντας ουσιαστικό όφελος για τους καταναλωτές.

Η προσφορά ισχύει σε όλα τα φυσικά καταστήματα της αλυσίδας σε όλη την Ελλάδα, καθώς και στο ηλεκτρονικό κατάστημα masoutis.gr, δίνοντας τη δυνατότητα εύκολης και άμεσης πρόσβασης στο προϊόν της εβδομάδας.

Με αυτή την πρωτοβουλία, η εταιρεία επιβεβαιώνει τη σταθερή της δέσμευση να στηρίζει την ελληνική οικογένεια, προσφέροντας ποιότητα, ποικιλία και ανταγωνιστικές τιμές. Για 50 ολόκληρες εβδομάδες, ο Μασούτης «σπάει» τις τιμές και μετατρέπει κάθε Σάββατο σε μια ξεχωριστή ευκαιρία εξοικονόμησης, συνεχίζοντας μια πορεία πέντε δεκαετιών με επίκεντρο τον καταναλωτή.



## Market Trends

### Coca-Cola Cherry Float: Μια νοσταλγική γεύση από τα παλιά



Η Coca-Cola φέρνει ξανά στο προσκήνιο τη ρετρό αισθητική των αμερικανικών diners, λανσάροντας τη νέα γεύση Cherry Float. Εμπνευσμένη από το κλασικό "soda float" –το δημοφιλέ αναψυκτικό με μια μπάλα παγωτό βανίλια στην κορυφή– η νέα προσθήκη συνδυάζει τις έντονες νότες κερασιού με την απαλή γεύση της βανίλιας.

Το λανσάρισμα περιλαμβάνει τόσο την κανονική έκδοση όσο και την Zero Sugar, διευρύνοντας το ήδη επιτυχημένο "cherry portfolio" της εταιρείας. Σύμφωνα με στελέχη της Coca-Cola, η κίνηση αυτή βασίζεται στην τεράστια ανάπτυξη που γνωρίζουν οι γεύσεις κερασιού παγκοσμίως, αλλά και στη σύγχρονη τάση για νοσταλγικές γεύσεις που θυμίζουν άλλες εποχές.

**Θα τη βρούμε στην Ελλάδα;** Επίσημα, το λανσάρισμα του Φεβρουαρίου αφορά την αγορά της Μεγάλης Βρετανίας, όπου το προϊόν θα κυκλοφορήσει μόνιμα σε όλες τις συσκευασίες (κουτάκια και μπουκάλια).

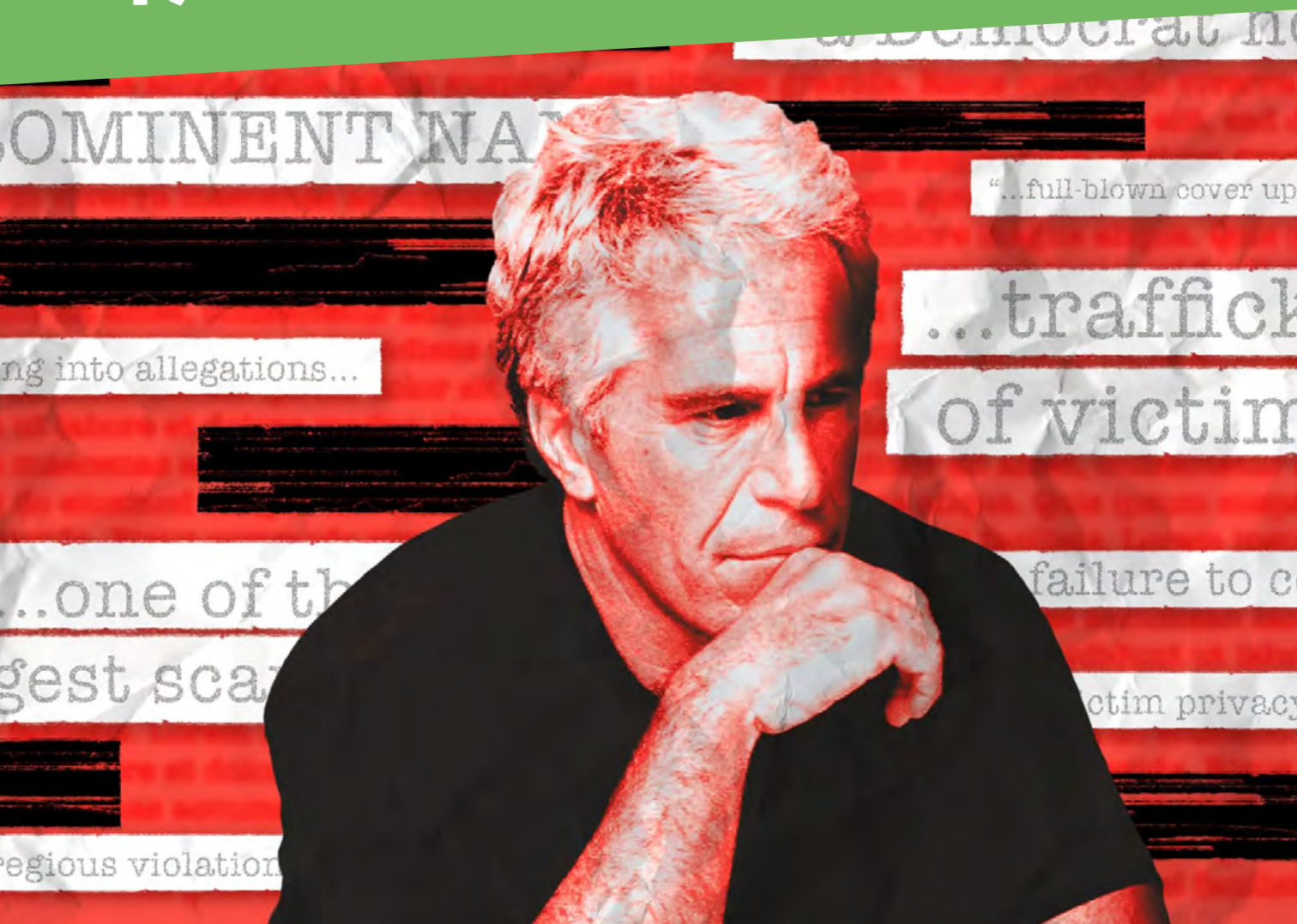
Όσον αφορά την Ελλάδα, η Coca-Cola 3E συνήθως ακολουθεί τις ευρωπαϊκές τάσεις με μια μικρή καθυστέρηση. Αν και δεν έχει ανακοινωθεί ακόμα επίσημα η ημερομηνία διάθεσης στα ελληνικά ράφια των super market, υπάρχουν δύο τρόποι για να τη δοκιμάσετε σύντομα:

**Καταστήματα εισαγωγής:** Πολύ σύντομα θα εμφανιστεί σε εξειδικευμένα mini market και e-shops που εισάγουν ξένα snacks και αναψυκτικά (όπως το E-Snacks ή το Snackipedia).

**Θερινή σεζόν:** Είναι πολύ πιθανό να τη δούμε ως "limited edition" κυκλοφορία προς το καλοκαίρι του 2026, καθώς οι γεύσεις τύπου "float" ταυρίζονται απόλυτα με την ελληνική ζέστη.

Μέχρι τότε, μπορείτε να κάνετε ένα αυτοσχέδιο "Cherry Float" προσθέτοντας μια μπάλα παγωτό βανίλια σε μια κλασική Coca-Cola Cherry!

# Σκάνδαλο Epstein: Γιατί μας σοκάρουν τα ονόματα των επωνύμων και όχι οι αριθμοί της διπλανής πόρτας;



Τις τελευταίες ημέρες, το timeline μας έχει κατακλυστεί από μια λέξη: Epstein. Τα περιβόητα «Epstein Files» ανοίγουν σιγά-σιγά, και όλος ο πλανήτης κάθεται με το δάχτυλο στο ποντίκι, περιμένοντας να δει ποιος διάσημος ηθοποιός, ποιος πρώην πρόεδρος ή ποιος γαλαζοαίματος βρισκόταν στη λίστα των καλεσμένων εκείνου του φρικτού νησιού.

Η οργή ξεχειλίζει. Και δικαίως. Όμως, αν μείνουμε μόνο στο «κουτσομπολιό» της επωνυμίας, χάνουμε την ουσία. Το πραγματικό σκάνδαλο δεν είναι μόνο ο Epstein. Το πραγματικό σκάνδαλο είναι ότι χρειαζόμαστε έναν «διάσημο κακό» για να θυμηθούμε ότι τα παιδιά μας κινδυνεύουν.

## Η παγίδα του «Επώνυμου Κακού»

Γιατί μας σοκάρει τόσο πολύ η περίπτωση Epstein; Ίσως γιατί είναι βολικό να πιστεύουμε ότι η κακοποίηση παιδιών είναι κάτι που συμβαίνει μόνο σε ιδιωτικά νησιά, με ιδιωτικά τζετ και διεφθαρμένους εκατομμυριούχους. Αυτό μας κάνει να νιώθουμε ασφαλείς στις δικές μας «κανονικές» γειτονιές.

Η Linda Carroll, σε ένα πρόσφατο άρθρο της που προκάλεσε αίσθηση, παρέθεσε μερικά νούμερα που προκαλούν ίλιγγο. Στην Αμερική, ένα παιδί κακοποιείται κάθε 9 λεπτά. Αυτό σημαίνει 160 παιδιά την ημέρα. Αν κάνετε τους υπολογισμούς, οι 1.200 κακοποιήσεις για τις οποίες κατηγορείται το κύκλωμα Epstein, στην πραγματική ζωή



συμβαίνουν μέσα σε μόλις μία εβδομάδα από ανθρώπους που δεν έχουν ούτε ένα ευρώ στην τράπεζα, ούτε έναν τίτλο ευγενείας.

Στην Ελλάδα, τα στοιχεία από το «Χαμόγελο του Παιδιού» και την ΕΛ.ΑΣ. δείχνουν μια παρόμοια, αυξανόμενη τάση. Το πρόβλημα δεν είναι το «νησί». Το πρόβλημα είναι η νοοτροπία μας.

### Ποιος είναι ο «Λύκος»;

Έχουμε μεγαλώσει με την εικόνα του «κακού ξένου» που παραμονεύει στο σκοτάδι. Όμως, τα στατιστικά είναι αμείλικτα:

**Οι «δικοί μας» άνθρωποι:** Μόνο ένα μικρό ποσοστό των δραστών είναι τελείως ξένοι. Οι περισσότεροι είναι άνθρωποι της διπλανής πόρτας: ο προπονητής, ο δάσκαλος, ο οικογενειακός φίλος, ο θείος.

**Η εμπιστοσύνη ως όπλο:** Ο κακοποιητής δεν χρησιμοποιεί πάντα βία· χρησιμοποιεί την εμπιστοσύνη. Χτίζει μια σχέση με το παιδί (grooming), γίνεται ο «αγαπημένος του ενήλικας» και μετά χρησιμοποιεί αυτή τη σύνδεση για να το φιμώσει.

**Η σιωπή των αμνών:** Το πιο σοκαριστικό στοιχείο στην υπόθεση Epstein δεν ήταν μόνο οι πράξεις, αλλά η

προστασία που παρείχε το σύστημα. Και το «σύστημα» δεν είναι μόνο οι δικαστές· είναι και η κοινωνία που επιλέγει να μην «ανακατεύεται» σε ξένες δουλειές.

### Το Νομικό «Κενό» και το Τραύμα

Ένα από τα πιο δύσκολα σημεία που θίγει η διεθνής αρθρογραφία είναι η δυσκολία της δικαιοσύνης. Πολλά περιστατικά κακοποίησης κλείνουν χωρίς σύλληψη. Γιατί; Επειδή το νομικό σύστημα απαιτεί από ένα παιδί – συχνά νήπιο – να έρθει αντιμέτωπο με τον θύτη του στο δικαστήριο.

Ποιος γονιός θέλει να περάσει το παιδί του αυτή τη δεύτερη κακοποίηση; Ποιος μπορεί να ζητήσει από ένα εξάχρονο να περιγράψει λεπτομερώς τη φρίκη μπροστά σε ξένους; Η απουσία κατάθεσης σημαίνει συχνά απουσία καταδίκης. Και κάπως έτσι, οι «devils» του Shakespeare συνεχίζουν να περπατούν ανάμεσά μας.

### Say Yes στην Εγρήγορση

Το θέμα Epstein πρέπει να είναι για εμάς ένα καμπανάκι αφύπνισης, όχι ένα θέμα για να περάσει η ώρα στο καφενείο. Αν θέλουμε να λεγόμαστε πολιτισμένη κοινωνία, οφείλουμε:



**Να εκπαιδύσουμε τα παιδιά μας:** Όχι με φόβο, αλλά με γνώση. Να ξέρουν ότι το σώμα τους τους ανήκει και ότι κανείς δεν έχει δικαίωμα να τους ζητάει «μυστικά».

**Να ακούμε τις σιωπές:** Η κακοποίηση δεν αφήνει πάντα σημάδια στο δέρμα. Αφήνει σημάδια στη συμπεριφορά, στο βλέμμα, στην απότομη αλλαγή διάθεσης.

**Να απαιτήσουμε αλλαγές:** Χρειαζόμαστε ένα νομικό πλαίσιο που να προστατεύει το παιδί-μάρτυρα, που να μην το αναγκάζει να ξαναζεί το τραύμα για να αποδειχθεί το αυτονόητο.

## Επίλογος: Το φως κερδίζει το σκοτάδι

Ο Epstein πέθανε, αλλά το «σύστημα» που επιτρέπει τέτοιες φρίκες είναι ακόμα εδώ.

Η μόνη διαφορά ανάμεσα σε έναν πλούσιο κακοποιητή και έναν «φτωχό» είναι τα μέσα που διαθέτουν. Η πράξη παραμένει η ίδια.

Ας σταματήσουμε να ψάχνουμε μόνο τα ονόματα στις λίστες των διασήμων. Ας αρχίσουμε να προσέχουμε τα ονόματα των παιδιών στις δικές μας λίστες: στα σχολεία, στις αθλητικές ομάδες, στις γειτονιές μας. Η προστασία τους είναι το μοναδικό «ναί» που δεν επιδέχεται αμφισβήτηση.

## Tip of the Day

Η δύναμη του "όχι".  
Μάθετε στο παιδί σας ότι έχει το δικαίωμα να πει «όχι» σε

οποιοδήποτε άγγιγμα δεν το κάνει να νιώθει άνετα, ακόμα κι αν αυτό προέρχεται από ένα συγγενικό πρόσωπο (π.χ. ένα αναγκαστικό φιλί).  
Η αυτονομία του σώματος ξεκινά από την πρώτη μέρα.



## Εγκληματικότητα, Εφηβική παραβατικότητα και Αστυνομική λογοτεχνία – Βαγγέλης Γιαννίσης Unfiltered #9



Στο νέο επεισόδιο του Unfiltered, ο Βαγγέλης Γιαννίσης – συγγραφέας, σεναριογράφος και μεταφραστής – παραχωρεί μια αποκαλυπτική συνέντευξη στη δημοσιογράφο Μαρία Ακριβού, ανοίγοντας μια ουσιαστική συζήτηση γύρω από την εγκληματικότητα και την εφηβική παραβατικότητα.

Τι οδηγεί έναν άνθρωπο να περάσει την «κόκκινη γραμμή»; Γιατί η βία στους εφήβους φαίνεται να αυξάνεται και τι κρύβεται πίσω από τα περιστατικά που εκδηλώνονται στις σχολικές αυλές αλλά και στον ψηφιακό κόσμο; Ο Γιαννίσης αναλύει τους κοινωνικούς και ψυχολογικούς παράγοντες

που τροφοδοτούν τέτοια φαινόμενα, δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στο cyberbullying και στον ρόλο της τεχνητής νοημοσύνης.

Παράλληλα, η συζήτηση στρέφεται στην αστυνομική λογοτεχνία και στη δύναμή της να λειτουργεί ως καθρέφτης της κοινωνίας. Πώς ένα αστυνομικό μυθιστόρημα αποτυπώνει τις αγωνίες της εποχής και ποιοι παράγοντες το οδηγούν στην επιτυχία;

Η συνέντευξη επιχειρεί να φωτίσει όχι μόνο το έγκλημα, αλλά και τις βαθύτερες κοινωνικές συνθήκες που το γεννούν, προσκαλώντας το κοινό σε έναν ουσιαστικό προβληματισμό γύρω από τις σύγχρονες προκλήσεις.

Δείτε το βίντεο [εδώ](#). Κάντε εγγραφή [εδώ](#).

## Market Trends

### Tony's Chocolonely: Μια τηλεοπτική «μάχη» ενάντια στην εκμετάλλευση

Η ανατρεπτική εταιρεία σοκολάτας Tony's Chocolonely λάνσαρε την πρώτη της παγκόσμια τηλεοπτική καμπάνια με τίτλο «There's Fight in Every Bite», καλώντας καταναλωτές και εμπόρους να σταματήσουν την εκμετάλλευση στη βιομηχανία του κακάο.

Το σποτ, δημιουργία του House of Oddities, χρησιμοποιεί έναν ευφυή παραλληλισμό: ενώ δύο γυναίκες συζητούν ήρεμα στον καναπέ απολαμβάνοντας μια σοκολάτα, στο παρασκήνιο δύο παλαιστές – ο Tony και ο X-Ploitation – δίνουν μια σκληρή μάχη. Ο «X-Ploitation» αποτελεί τη φυσική προσωποποίηση των σκοτεινών πλευρών του κλάδου, όπως η φτώχεια, η παιδική εργασία και η αποδάσωση, προβλήματα που προκύπτουν όταν οι μεγάλες εταιρείες αρνούνται να πληρώσουν δίκαιες τιμές.

Η καμπάνια εξασφάλισε χρηματοδότηση 500.000 λιρών μέσω του Sky Zero Footprint Fund, ενός θεσμού που στηρίζει brands με επίκεντρο τη βιωσιμότητα. Όπως δήλωσε η Nicola Matthews (Head of Marketing UK&I), ο στόχος είναι να δείξουν ότι η αλλαγή μπορεί να είναι απλή και... νόστιμη.

Η σοκολάτα Tony's παράγεται με 100% ιχνηλάσιμο κακάο, πληρώνοντας στους αγρότες υψηλότερες τιμές για να εξασφαλίσουν ένα αξιοπρεπές εισόδημα. Με αυτή τη «μάχη» στις οθόνες, το brand υπενθυμίζει ότι κάθε δαγκωματιά είναι μια πολιτική πράξη επιλογής ενός δικαιότερου κόσμου.

Δες την τηλεοπτική καμπάνια [εδώ](#).



# The Great Office Recall: Το τέλος της τηλεργασίας και ο ψηφιακός «εμφύλιος» για την αυτονομία



Η ημερομηνία της 1ης Μαρτίου 2026 φαίνεται πως θα μείνει στην ιστορία του εταιρικού κόσμου ως η ημέρα που η «μεγάλη υπόσχεση» της ευελιξίας δέχτηκε το τελειωτικό πλήγμα. Περισσότερες από 50 πολυεθνικές εταιρείες της λίστας Fortune 500 ανακοίνωσαν ταυτόχρονα την πλήρη κατάργηση της τηλεργασίας, απαιτώντας την επιστροφή των εργαζομένων στα γραφεία τους πέντε ημέρες την εβδομάδα. Η κίνηση αυτή, που χαρακτηρίστηκε ως "The Great Office Recall", έχει πυροδοτήσει έναν πρωτοφανή «πόλεμο» στο LinkedIn και σε άλλα δίκτυα επαγγελματικής δικτύωσης, φέρνοντας σε μετωπική σύγκρουση τη διοίκηση των κολοσσών με το εργατικό δυναμικό της νέας εποχής.

## Η Στρατηγική της επιστροφής: Γιατί τώρα;

Για τους CEOs των μεγάλων πολυεθνικών, η επιστροφή στο γραφείο δεν αφορά μόνο τα ακίνητα και τα πανάκριβα

ενοίκια των κτιρίων στο Μανχάταν ή το City του Λονδίνου. Το επιχείρημα που κυριαρχεί είναι η «επαναφορά της εταιρικής κουλτούρας» και η «ενίσχυση της αυθόρμητης καινοτομίας».

Υποστηρίζουν ότι οι μεγάλες ιδέες δεν γεννιούνται σε Zoom calls, αλλά στις τυχαίες συναντήσεις στους διαδρόμους και πάνω από μια μηχανή καφέ. Επιπλέον, υπάρχει η αυξανόμενη ανησυχία για την παραγωγικότητα σε ένα περιβάλλον όπου η Τεχνητή Νοημοσύνη (AI) έχει αρχίσει να αναλαμβάνει μεγάλο μέρος του φόρτου εργασίας, με τις διοικήσεις να επιθυμούν στενότερο έλεγχο της ανθρώπινης συμβολής.

Ωστόσο, οι αναλυτές της αγοράς εργασίας βλέπουν κάτι βαθύτερο: μια προσπάθεια επαναφοράς της ιεραρχίας και του παραδοσιακού ελέγχου σε μια εποχή που οι εργαζόμενοι είχαν αρχίσει να αποκτούν υπερβολική, για τα δεδομένα των εργοδοτών, ισχύ.



## #WorkLifeAutonomy: Η Επανάσταση των εργαζομένων

Στην αντίπερα όχθη, το LinkedIn έχει μετατραπεί σε πεδίο μάχης. Το hashtag #WorkLifeAutonomy (Αυτονομία Εργασίας-Ζωής) σαρώνει τα feeds, λειτουργώντας ως κραυγή διαμαρτυρίας από εκατομμύρια επαγγελματίες που αρνούνται να επιστρέψουν στο μοντέλο του 2019.

Οι εργαζόμενοι υποστηρίζουν ότι τα τελευταία έξι χρόνια απέδειξαν πως η εργασία είναι «κάτι που κάνεις» και όχι «κάπου που πηγαίνεις». Η τηλεργασία τους επέτρεψε να ζήσουν μακριά από τα ακριβά αστικά κέντρα, να δουν τα παιδιά τους να μεγαλώνουν και να γλυτώσουν εκατοντάδες ώρες ετησίως από τη μετακίνηση. Για τη γενιά των Millennials και τη Gen Z, η επιστροφή στο πενήνήμερο γραφείο δεν θεωρείται απλώς μια αλλαγή πολιτικής, αλλά μια παραβίαση των θεμελιωδών ελευθεριών τους και μια οπισθοδρόμηση στην ψυχική τους υγεία.

## Η Μεγάλη Παραίτηση 2.0;

Ήδη, οι πρώτες δημοσκοπήσεις μεταξύ των εργαζομένων στις εταιρείες που ανακοίνωσαν το "Recall" δείχνουν ανησυχητικά αποτελέσματα. Ένα μεγάλο ποσοστό (άνω του 40%)

δηλώνει έτοιμο να παραιτηθεί αν δεν υπάρξει υβριδική λύση. Όμως, σε αντίθεση με το 2021, το οικονομικό τοπίο του 2026 είναι πιο σφιχτό. Ο πληθωρισμός και η αυτοματοποίηση έχουν κάνει την εύρεση μιας νέας, πλήρως απομακρυσμένης εργασίας πιο δύσκολη.

Αυτό δημιουργεί μια «τοξική ισορροπία»: εργαζόμενοι που επιστρέφουν στα γραφεία γεμάτοι δυσαρέσκεια και εργοδότες που «κερδίζουν» τη φυσική παρουσία αλλά χάνουν την αφοσίωση (engagement) του προσωπικού τους.

Το φαινόμενο του "Quiet Quitting" (Σιωπηλή Παραίτηση) αναμένεται να εκτιναχθεί, καθώς οι υπάλληλοι θα περιορίζονται στα απολύτως απαραίτητα, νιώθοντας ότι ο χρόνος τους θυσιάζεται στον βωμό των εταιρικών ακινήτων.

## Ο ρόλος της Τεχνητής Νοημοσύνης

Ένα στοιχείο που συχνά παραλείπεται από τη δημόσια συζήτηση είναι πως η AI επηρεάζει αυτό το «ανακλητήριο». Πολλές εταιρείες χρησιμοποιούν την υποχρεωτική επιστροφή ως ένα έμμεσο εργαλείο «οικειοθελούς μείωσης προσωπικού».

Γνωρίζουν ότι ένα ποσοστό των εργαζομένων θα παραιτηθεί, επιτρέποντάς τους να μειώσουν το μισθολογικό κόστος και να αντικαταστήσουν θέσεις εργασίας με αυτοματοποιημένα συστήματα, χωρίς να χρειαστεί να καταβάλουν αποζημιώσεις απόλυσης.

## Προς ένα νέο Κοινωνικό Συμβόλαιο;

Το "The Great Office Recall" είναι κάτι παραπάνω από μια διαφωνία για το πού θα βρίσκεται το laptop μας. Είναι μια σύγκρουση δύο διαφορετικών κοσμοθεωριών για το τι σημαίνει «δουλειά» στον 21ο αιώνα.

Από τη μία, η παραδοσιακή δομή που βασίζεται στην ορατότητα και την παρουσία.

Από την άλλη, η επιθυμία για έναν τρόπο ζωής που βασίζεται στο αποτέλεσμα και την προσωπική ελευθερία.

Η κατάληξη αυτού του «πολέμου» θα καθορίσει το μέλλον της εργασίας για τις επόμενες δεκαετίες. Θα δούμε μια μαζική έξοδο ταλέντων προς μικρότερες, πιο ευέλικτες εταιρείες που θα χρησιμοποιήσουν την τηλεργασία ως ανταγωνιστικό πλεονέκτημα; Ή θα επικρατήσει το μοντέλο των κολοσσών, αναγκάζοντας την αγορά να συμμορφωθεί;

Το σίγουρο είναι ότι το κίνημα #WorkLifeAutonomy δεν πρόκειται να σιωπήσει εύκολα. Οι εργαζόμενοι του 2026 έχουν γευτεί την αυτονομία και, όπως αποδεικνύει η ιστορία, είναι πολύ δύσκολο να πάρεις πίσω μια ελευθερία που έχει ήδη δοθεί. Ο Μάρτιος θα είναι ο μήνας της αλήθειας.

# Εμβόλιο κατά του Μελανώματος: Η ιστορική καμπή στην παγκόσμια ιατρική

Η ανακοίνωση των αποτελεσμάτων των κλινικών δοκιμών Φάσης III για το εξατομικευμένο mRNA εμβόλιο κατά του μελανώματος αποτελεί, χωρίς υπερβολή, μία από τις σημαντικότερες ιατρικές ειδήσεις της δεκαετίας. Η επισημονική κοινότητα κάνει λόγο για την «αρχή του τέλους» μιας εποχής όπου ο επιθετικός καρκίνος του δέρματος αποτελούσε μια σχεδόν μη αναστρέψιμη απειλή, ανοίγοντας παράλληλα τον δρόμο για τη θεραπεία και άλλων μορφών νεοπλασιών.

## Η Τεχνολογία mRNA στην υπηρεσία της Ογκολογίας

Η τεχνολογία που έγινε ευρέως γνωστή κατά τη διάρκεια της πανδημίας, αποδεικνύεται τώρα το ισχυρότερο όπλο της ανοσο-ογκολογίας. Το νέο εμβόλιο δεν λειτουργεί προληπτικά, όπως τα παραδοσιακά εμβόλια, αλλά θεραπευτικά. Σχεδιάστηκε για να εκπαιδεύει το ανοσοποιητικό σύστημα του ασθενούς να αναγνωρίζει και να καταστρέφει τα καρκινικά κύτταρα που έχουν απομείνει στον οργανισμό μετά από χειρουργική επέμβαση, μειώνοντας δραματικά τις πιθανότητες υποτροπής.

## Η επανάσταση της Εξατομίκευσης

Το στοιχείο που καθιστά τη συγκεκριμένη θεραπεία επαναστατική είναι η εξατομίκευσή της. Κάθε εμβόλιο είναι μοναδικό, καθώς κατασκευάζεται με βάση τη γενετική υπογραφή του όγκου του εκάστοτε ασθενούς.

**Ανάλυση:** Οι επιστήμονες λαμβάνουν δείγμα του όγκου και εντοπίζουν τις μεταλλάξεις (νεοαντιγόνα).

**Σχεδιασμός:** Δημιουργείται μια αλληλουχία mRNA που φέρει τις οδηγίες για την καταπολέμηση αυτών των συγκεκριμένων μεταλλάξεων.

**Δράση:** Ο οργανισμός του ασθενούς κινητοποιεί τα Τ-λεμφοκύτταρα, τα οποία λειτουργούν ως «εξειδικευμένοι κυνηγοί» κατά των καρκινικών κυττάρων.

## Τα αποτελέσματα των δοκιμών

Σύμφωνα με τα στοιχεία της Φάσης III, ο συνδυασμός του εμβολίου με καθιερωμένες ανοσοθεραπείες έδειξε εντυπωσιακή μείωση του κινδύνου θανάτου ή



επανεμφάνισης της νόσου σε ασθενείς με μελάνωμα υψηλού κινδύνου. Η επιτυχία αυτή δεν περιορίζεται μόνο στο δέρμα· οι ερευνητές εκτιμούν ότι η ίδια μεθοδολογία μπορεί να εφαρμοστεί άμεσα στον καρκίνο του πνεύμονα, του παγκρέατος και του νεφρού.

## Το μέλλον της θεραπείας

Παρά το υψηλό κόστος και την τεχνολογική πολυπλοκότητα της παραγωγής, η επιτυχής ολοκλήρωση των δοκιμών φέρνει την έγκριση από τους διεθνείς οργανισμούς (FDA, EMA) πολύ κοντά.

Για πρώτη φορά στην ιστορία, η ιατρική ακριβείας παύει να είναι ένα θεωρητικό σχήμα και γίνεται μια απτή ελπίδα ζωής για εκατομμύρια ανθρώπους.

Η ανθρωπότητα βρίσκεται πλέον στο κατώφλι μιας νέας εποχής, όπου ο καρκίνος μπορεί να μετατραπεί από μια θανατηφόρα ασθένεια σε μια διαχειρίσιμη, ιάσιμη κατάσταση μέσω της γενετικής μηχανικής.

## Πότε αναμένεται στην Ευρώπη;

Μετά την επιτυχία της Φάσης III, το επόμενο βήμα είναι η υποβολή αιτημάτων για έγκριση υπό όρους (Conditional Marketing Authorization) από τον Ευρωπαϊκό Οργανισμό Φαρμάκων (EMA). Αν οι διαδικασίες «fast-track» προχωρήσουν κανονικά, η έγκριση αναμένεται εντός του 2026.



## Η καμπάνια της Samsung «Open Always Wins» στο Μιλάνο

Εντυπωσιακά εικαστικά εξωτερικής διαφήμισης σε εμβληματικά τοπία.

Η Samsung Electronics, Παγκόσμιος Συνεργάτης των Ολυμπιακών και Παραολυμπιακών Αγώνων, φέρνει το πνεύμα των Χειμερινών Αγώνων Milano Cortina 2026 στην καρδιά του Μιλάνου μέσα από μια μεγάλης κλίμακας καμπάνια εξωτερικής διαφήμισης.

Στο πλαίσιο της παγκόσμιας πρωτοβουλίας «Open Always Wins», η πόλη μετατρέπεται σε έναν ζωντανό καμβά που αποτυπώνει την ενέργεια και τη δυναμική των Αγώνων. Δρόμοι, πλατείες και συγκοινωνιακοί κόμβοι φιλοξενούν εντυπωσιακά εικαστικά με πρωταγωνιστές τους αθλητές της Ομάδας Samsung Galaxy, όπως οι Jacopo Luchini, Flora και Miro Tabanelli και Ian Matteoli, οι οποίοι απαθανατίζουν στιγμές με το Samsung Galaxy Z Flip7.

Η καμπάνια εκτείνεται σε δέκα κομβικά σημεία, μεταξύ των οποίων το Duomo di Milano, το Pirelli 39 και το Corso Como, μεταφέροντας τον ενθουσιασμό των χειμερινών αθλημάτων πέρα από τα στάδια και στην καθημερινότητα της πόλης. Οι προβολές θα παραμείνουν ενεργές έως τα τέλη Μαρτίου σε επιλεγμένες τοποθεσίες.

Με το μήνυμα «Open Always Wins», που πρωτοπαρουσιάστηκε στο Παρίσι 2024, η Samsung επαναβεβαιώνει την πεποίθησή της ότι με ανοιχτή σκέψη όλα είναι δυνατά, συνδέοντας την καινοτομία με τη δύναμη της ανθρώπινης θέλησης.

## Alpha Marketing: Καμπάνια κοινωνικής προσφοράς για την ανακαίνιση της Γ' Χειρουργικής Κλινικής του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου ΑΧΕΠΑ



Με την τελετή εγκαινίων της ανακαινισμένης Γ' Χειρουργικής Κλινικής του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου ΑΧΕΠΑ στη Θεσσαλονίκη, ολοκληρώθηκε ένα σημαντικό έργο κοινωνικής προσφοράς της ομογενειακής οργάνωσης ΑΗΕΡΑ Hellas. Η ΑΗΕΡΑ, δημιουργός και δωρητής του ίδιου του νοσοκομείου, προχώρησε στην πρωτοβουλία πριν από τέσσερα χρόνια, με τη στήριξη διαδοχικών διοικήσεων και τη συστράτευση των μελών της.

Το συνολικό κόστος της ανακαίνισης ξεπέρασε τις 230.000 ευρώ, εκ των οποίων περίπου 100.000 ευρώ καλύφθηκαν από την κεντρική οργάνωση της ΑΗΕΡΑ στις ΗΠΑ, ενώ το υπόλοιπο ποσό προήλθε από συνδρομές και χορηγίες επιχειρήσεων.

Καθοριστικό ρόλο στην επιτυχή υλοποίηση του έργου είχε η Alpha Marketing, η οποία ανέλαβε και υλοποίησε την καμπάνια συγκέντρωσης πόρων. Η στρατηγική περιλάμβανε ολοκληρωμένες δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης, καθώς και τη διοργάνωση φιλανθρωπικών gala σε Θεσσαλονίκη και Αθήνα. Για τη συγκεκριμένη πρωτοβουλία, η εταιρεία διακρίθηκε στα Event Awards 2025, επιβεβαιώνοντας την εξειδίκευσή της σε δράσεις με ουσιαστικό κοινωνικό αποτύπωμα.

Στην καμπάνια ανταποκρίθηκαν δυναμικά επιχειρήσεις και φορείς, ενώ στα εγκαίνια έδωσαν το «παρών» εκπρόσωποι της Πολιτείας, της τοπικής αυτοδιοίκησης και της διπλωματικής κοινότητας, υπογραμμίζοντας τη σημασία της σύμπραξης ιδιωτικής πρωτοβουλίας και κοινωνικής ευθύνης για την ενίσχυση της δημόσιας υγείας.

# Ihsane: Ένα χορογραφημένο ταξίδι μνήμης και συμφιλίωσης στο Μέγαρο

Στις 17 και 18 Μαρτίου 2026, στο Μέγαρο Μουσικής Αθηνών (Αίθουσα Αλεξάνδρα Τριάντη), το Φεστιβάλ της Ανοιξης φιλοξενεί το Ihsane, το νέο, βαθιά προσωπικό έργο του Sidi Larbi Cherkaoui. Μια παράσταση-φόρος τιμής στις μαροκινές ρίζες του δημιουργού, αλλά και μια τολμηρή εξερεύνηση της ταυτότητας, της απώλειας και της ανάγκης υπέρβασης των ορίων που επιβάλλουν οι τόποι και οι κοινωνικές συμβάσεις.

Το έργο παρουσιάζεται από δύο σημαντικούς οργανισμούς σύγχρονου χορού, το Ballet du Grand Théâtre de Genève και την Eastman, σε μια σύμπραξη υψηλής καλλιτεχνικής στάθμης. Υπό την καλλιτεχνική διεύθυνση του Cherkaoui, οι 18 χορευτές επί σκηνής συνθέτουν έναν ζωντανό οργανισμό κίνησης, όπου διαφορετικές πολιτισμικές αναφορές και αισθητικές γλώσσες συνυπάρχουν αρμονικά.

Το Ihsane αποτελεί το δεύτερο μέρος ενός δίπτυχου που ξεκίνησε με το "Vlaamsch (chez moi)".

Αν τότε ο δημιουργός στράφηκε προς τις φλαμανδικές του ρίζες και τη μητέρα του, εδώ εστιάζει στον πατέρα του, έναν Μαροκινό μετανάστη στη Φλάνδρα που έχασε νωρίς. Η αδυναμία εντοπισμού του τάφου του στην Ταγγέρη μετατρέπεται σε καλλιτεχνικό ερέθισμα: το έργο λειτουργεί ως μια «χορογραφημένη κηδεία που δεν έγινε ποτέ», μια τελετουργία μνήμης και συμφιλίωσης.

Η μουσική, γραμμένη ειδικά για την παράσταση από τον Jasser Haj Youssef, ερμηνεύεται ζωντανά επί σκηνής μαζί



με διεθνείς μουσικούς και τραγουδιστές, δημιουργώντας ένα ηχητικό τοπίο που γεφυρώνει την αραβική παράδοση με τη σύγχρονη ευρωπαϊκή σκηνή. Τα σκηνικά του Amine Amharech και τα κοστούμια του Amine Bendriouich, εμπνευσμένα από τη βερβερική ενδυματολογική κληρονομιά αλλά απελευθερωμένα από έμφυλες συμβάσεις, ενισχύουν την τελετουργική ατμόσφαιρα. Ο σχεδιασμός φωτισμών της Fabiana Piccioli και το βίντεο του Maxime Guislain ολοκληρώνουν έναν πολυεπίπεδο σκηνικό κόσμο.

Παράλληλα, ο τίτλος του έργου συνδέεται και με τη μνήμη του Ihsane Jarfi, θύματος ρατσιστικού και ομοφοβικού εγκλήματος στο Βέλγιο. Ο Cherkaoui, ως queer δημιουργός μαροκινής καταγωγής, μετατρέπει την παράσταση σε πράξη τιμής και αντίστασης, θέτοντας καίρια ερωτήματα: Πώς συνυπάρχουν πολλαπλές ταυτότητες στο ίδιο σώμα; Τι αποτύπωμα αφήνουμε πίσω μας;

Το Ihsane δεν είναι απλώς ένα εντυπωσιακό θέαμα σύγχρονου χορού· είναι μια ενδοσκοπική διαδρομή που αναζητά την εσωτερική γαλήνη και υπερβαίνει προσωπικές και γεωπολιτικές συγκρούσεις. Μέρος των εσόδων ενισχύει το έργο του Lifeline Hellas, που προσφέρει κρίσιμο ιατρικό εξοπλισμό σε δημόσια παιδιατρικά νοσοκομεία. Έτσι, η τέχνη συναντά την κοινωνική προσφορά, μετατρέποντας τη σκηνή σε χώρο μνήμης, ενότητας και ελπίδας.



# Vagueposting: Το trend που μας μπερδεύει



Στα social media ένα νέο trend μας απασχολεί... και μας μπερδεύει όλο και περισσότερο. Είναι το vagueposting: δημοσιεύσεις που είναι σκόπιμα ασαφείς, αινιγματικές ή χωρίς προφανές νόημα, με στόχο να προκαλέσουν αντίδραση, σχόλια ή απλώς περιέργεια. Από memes και tweets μέχρι προσωπικές αναρτήσεις στο Instagram και το TikTok, το vagueposting έχει γίνει εργαλείο για viral διάδοση περιεχομένου, δημιουργώντας μια ιδιαίτερη δυναμική ανάμεσα σε χρήστες και αλγόριθμους.

Οι δημοσιεύσεις αυτές δεν δίνουν καθαρές πληροφορίες ή δεν εξηγούν πλήρως τι εννοεί ο δημιουργός. Ο σκοπός δεν είναι πάντα σαφής, αφήνοντας τους αναγνώστες να μαντέψουν, να συζητήσουν ή να ερμηνεύσουν μόνοι τους το περιεχόμενο.

## Χαρακτηριστικά παραδείγματα:

- Σύντομες φράσεις τύπου «Ξέρεις τι εννοώ...» χωρίς περαιτέρω εξήγηση.
- Μυστηριώδη memes ή εικόνες χωρίς λεζάντα.

• Ασαφή status updates ή tweets που υπονοούν κάτι.

Αυτός ο τρόπος ανάρτησης δημιουργεί μυστηριώδες περιεχόμενο που ενθαρρύνει τον διάλογο και την αλληλεπίδραση, καθώς οι χρήστες σχολιάζουν για να ερμηνεύσουν το νόημα, αποδεικνύοντας ότι ακόμη και η ασαφής επικοινωνία μπορεί να έχει ισχυρή επίδραση στον ψηφιακό χώρο.





## Συμπληρώνοντας τα κομμάτια του παζλ

Οι ειδικοί εξηγούν ότι οι ασαφείς δημοσιεύσεις εκμεταλλεύονται την περιέργεια και την ανάγκη του ανθρώπου να «συνδέει τα κομμάτια». Όταν κάτι δεν είναι ξεκάθαρο, ενεργοποιείται η επιθυμία για επεξεργασία και συζήτηση. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα:

- Πολλαπλές ερμηνείες: Κάθε χρήστης μπορεί να δει κάτι διαφορετικό στο ίδιο post.
- Σχολιασμός και διάλογος: Οι άνθρωποι σχολιάζουν για να ρωτήσουν ή να προτείνουν πιθανές ερμηνείες.
- Διάδοση: Όσο περισσότερη αλληλεπίδραση υπάρχει, τόσο πιο πιθανό είναι το περιεχόμενο να εμφανιστεί σε περισσότερους χρήστες.

Αν και δεν είναι μια νέα πρακτική, το vagueposting έχει κερδίσει έντονη δημοσιότητα λόγω της κουλτούρας των social media που επιβραβεύει το περιεχόμενο που προκαλεί αντίδραση και εμπλέκει τους χρήστες.

## Κοινωνική διάσταση

Το vagueposting αντιπροσωπεύει και μια κοινωνική τάση στην ψηφιακή επικοινωνία: την αύξηση της αβεβαιότητας και της ασαφούς έκφρασης στο διαδίκτυο. Πολλοί χρήστες το χρησιμοποιούν για να μοιραστούν συναισθήματα ή εμπειρίες χωρίς να εκθέσουν πλήρως τον εαυτό τους, προστατεύοντας την ιδιωτικότητά τους. Όπως σημειώνουν κοινωνιολόγοι, το vagueposting αντανάκλα τη δυσκολία πολλών ανθρώπων να εκφραστούν με άμεσο τρόπο στις ψηφιακές πλατφόρμες, ενώ ταυτόχρονα προωθεί την αλληλεπίδραση μέσα από την ασάφεια.



## Θέλει τρόπο!

Για τους απλούς χρήστες, το vagueposting μπορεί να φαίνεται μπερδεμένο ή ακόμα και ενοχλητικό. Ωστόσο, η κατανόηση των βασικών χαρακτηριστικών του βοηθά να το διαχειριστεί κανείς καλύτερα:

**Περιέργεια, όχι βεβαιότητα:** Μην περιμένεις ξεκάθαρες απαντήσεις. Το νόημα είναι συχνά ανοιχτό σε ερμηνείες.

**Σχολιασμός ως εργαλείο:** Συμμετέχοντας σε διάλογο, μπορείς να κατανοήσεις καλύτερα τις προθέσεις του δημιουργού.

**Διακριτική χρήση:** Αν θέλεις να χρησιμοποιήσεις το vagueposting, θυμήσου ότι η ασαφής έκφραση λειτουργεί μόνο όταν υπάρχει ισορροπία μεταξύ μυστηρίου και ενδιαφέροντος περιεχομένου.

Καθώς τα social media συνεχίζουν να εξελίσσονται, η τάση του vagueposting πιθανότατα θα παραμείνει ένα εργαλείο για viral περιεχόμενο, δημιουργώντας έναν νέο τύπο ψηφιακής επικοινωνίας που βασίζεται στην αβεβαιότητα και την ερμηνεία. Ακόμη κι αν προκαλεί σύγχυση, αποδεικνύει ότι η ασαφής επικοινωνία μπορεί να είναι ισχυρή και να ενισχύει την προσοχή, τη συμμετοχή και τη σύνδεση των ανθρώπων.



## 1ο Φεστιβάλ Σπάνιων Παθήσεων «Κάθε Μέρα Σπάνιος» 26.02 – 1.03.2026

Για πρώτη φορά στην Ελλάδα, η σπάνια ζωή συναντά τον πολιτισμό μέσα από ένα πολυεπίπεδο φεστιβάλ αφιερωμένο στους ανθρώπους που ζουν με σπάνιες παθήσεις.

Το 1ο Φεστιβάλ Σπάνιων Παθήσεων «Κάθε Μέρα Σπάνιος» θα πραγματοποιηθεί από τις 26 Φεβρουαρίου έως την 1η Μαρτίου 2026 στην Πινακοθήκη Δήμου Αθηναίων.

Τη διοργάνωση υπογράφει ο Σύλλογος «95» – Ελληνική Συμμαχία για τους Σπάνιους Ασθενείς, υπό την αιγίδα του Δήμος Αθηναίων και με την υποστήριξη του ΟΠΙΑΝΔΑ. Στόχος είναι η ανάδειξη της καθημερινότητας, των προκλήσεων αλλά και της δύναμης των σπάνιων ασθενών, μέσα από την τέχνη, τον διάλογο και τη συλλογική ευαισθητοποίηση.

Κεντρικό άξονα αποτελούν δύο εκθέσεις: η φωτογραφική "Rare" της Υπατία Κορνάρου, που προσεγγίζει τη σπάνια ασθένεια ως ανθρώπινο βίωμα, και η ζωγραφική «Ο κόσμος μου, η γραφή μου» του Νικηφόρος Νικόλαος Κυριακουλάκος, ενός νέου δημιουργού που μεταφέρει βιωματικά τη δική του εμπειρία. Παράλληλα, προβάλλεται η βραβευμένη ταινία μικρού μήκους "Rare Land" του Ευθύμης Χατζής.

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει εργαστήρια, συζητήσεις και δράσεις με ελεύθερη είσοδο, ενώ διασφαλίζεται πλήρης προσβασιμότητα, με ξεναγήσεις και στην ελληνική νοηματική γλώσσα.

Ένα φεστιβάλ που φιλοδοξεί να καταστήσει τη σπανιότητα ορατή – κάθε μέρα.

## Perfetta (Η Τέλεια): Μια τολμηρή κωμωδία για τον γυναικείο κύκλο στο Θέατρο 104



Η Perfetta (Η Τέλεια) του Mattia Torre επιστρέφει για 2η χρονιά από τις 6 Μαρτίου στο Θέατρο 104 (Ευμολπιδών 41, Γκάζι), σε σκηνοθεσία Δώρα Παρδάλη. Μετά την επιτυχημένη πορεία της άνοιξης του 2025, η παράσταση επανέρχεται, προσκαλώντας το κοινό σε μια ευφυή, απολαυστική και ανατρεπτική κωμωδία με θέμα... τη γυναικεία περίοδο.

Ο έμμηνος κύκλος – τέσσερις εβδομάδες, τέσσερις φάσεις – γίνεται η δραματουργική ραχοκοκαλιά του έργου. Σε τέσσερις διαδοχικές Τρίτες, μια «κανονική» γυναίκα με μια «κανονική» ζωή – πωλήτρια αυτοκινήτων, μητέρα, σύζυγος, φίλη – βιώνει διαφορετικές ψυχικές και σωματικές μεταπτώσεις, οδηγούμενη σε σκέψεις και πράξεις με άκρως κωμικά αποτελέσματα. Με ειλικρίνεια και χωρίς απολογητική διάθεση, το έργο φωτίζει μια εμπειρία που παραμένει συχνά ταμπού.

Η σκηνοθεσία της Παρδάλη, με πολυεπίπεδη ματιά και σπουδές Ψυχολογίας και Δραματοθεραπείας στις αποσκευές της, μοιράζει τις τέσσερις Τρίτες σε τέσσερις ηθοποιούς, δημιουργώντας έναν «χορό» γυναικείων φωνών. Το αποτέλεσμα είναι μια παράσταση κωμική και ταυτόχρονα βαθιά κοινωνική, που αγγίζει ζητήματα ανισότητας, εργασιακού ανταγωνισμού και σύγχρονης επιβίωσης.

Παίζουν οι Κωνσταντίνα Τσιτσιά Γεωργαντά, Σελήνα Διαμαντοπούλου, Ιζαμπέλλα Μπαλτσαβιά και Δώρα Παρδάλη. Παραστάσεις: Παρασκευή και Σάββατο 21:00, Κυριακή 18:00, έως 5 Απριλίου. Εισιτήρια: 18€ (μειωμένο 15€).

## quote of the day

Ο ΚΟΣΜΟΣ ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΣ, ΟΧΙ  
ΕΞΑΙΤΙΑΣ ΑΥΤΩΝ ΠΟΥ ΚΑΝΟΥΝ ΤΟ ΚΑΚΟ,  
ΑΛΛΑ ΕΞΑΙΤΙΑΣ ΑΥΤΩΝ ΠΟΥ ΚΟΙΤΑΖΟΥΝ  
ΚΑΙ ΔΕΝ ΚΑΝΟΥΝ ΤΙΠΟΤΑ.

Albert Einstein

Σήμερα  
γιορτάζουν!

Θεόδωρος,  
Θεοδώρα,  
Πουλχερία

## 17 Φεβρουαρίου

- › World Human Spirit Day
- › National Tennis Pro Day
- › My Way Day
- › National Random Acts of Kindness Day
- › Libyan Revolution Day
- › National Public Science Day
- › Islander Day
- › National Cafe au Lait Day
- › National Cabbage Day
- › Champion Crab Races Day
- › Analog to Digital TV Day
- › Nova Scotia Heritage Day