

Baby on Board

ΜΑΡΤΙΟΣ 2026

THE FAMILY PROJECT



Κυκλοφορεί το 11ο τεύχος!

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



**ΜΠΟΡΕΙ Η "ΛΑΘΟΣ"
ΑΙΣΙΟΔΟΞΙΑ ΝΑ ΚΑΝΕΙ
ΤΕΛΙΚΑ ΚΑΚΟ;**

Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Με αφορμή τα όσα παρακολουθώ στην επικαιρότητα μου ήρθε η φράση "Οι σοφοί άνθρωποι, ακόμη κι αν καταργηθούν όλοι οι νόμοι, θα συνεχίσουν να ζουν ακριβώς το ίδιο..." Αν και πολλοί την αποδίδουν στον Αριστοφάνη, η ρήση αυτή έχει τις ρίζες της στη φιλοσοφική σκέψη του Αρίστιππου (ιδρυτή της Κυρηναϊκής σχολής) και αργότερα συναντάται σε διάφορες παραλλαγές. Όποιος κι αν είναι ο «πατέρας» της, η αλήθεια της παραμένει αφοπλιστική: η ηθική δεν είναι θέμα αστυνόμευσης, αλλά θέμα παιδείας και εσωτερικής συγκρότησης.

Η εσωτερική πυξίδα

Σκέψου το λίγο. Γιατί δεν βλέπουμε τον διπλανό μας; Γιατί δεν κλέβουμε; Γιατί σεβόμαστε τον χώρο του άλλου; Για τους περισσότερους, η απάντηση είναι ο φόβος της τιμωρίας ή ο κοινωνικός έλεγχος. Για τον σοφό άνθρωπο όμως, ο νόμος δεν είναι ένας εξωτερικός καταναγκασμός, αλλά μια εσωτερική ανάγκη.

Ο σοφός δεν χρειάζεται το κράτος να του πει τι είναι δίκαιο. Έχει αναπτύξει έναν δικό του, απaráβατο κώδικα αξιών που βασίζεται στον σεβασμό, την αξιοπρέπεια και την αρμονία. Αν αύριο το πρωί εξαφανίζονταν όλα τα δικαστήρια και οι νόμοι του κόσμου, ο άνθρωπος με συγκροτημένη προσωπικότητα θα εξακολουθούσε να είναι έντιμος, ευγενής και δίκαιος. Όχι γιατί «πρέπει», αλλά γιατί δεν μπορεί να ζησει διαφορετικά με τον εαυτό του.

Η ελευθερία της αρετής

Εδώ κρύβεται και η πραγματική ελευθερία. Ο άνθρωπος που εξαρτάται από τον νόμο για να φερθεί σωστά, είναι στην πραγματικότητα δέσμιος. Ο σοφός είναι ο μόνος πραγματικά ελεύθερος, γιατί η συμπεριφορά του δεν καθορίζεται από τις απειλές του συστήματος, αλλά από την ελεύθερη βούλησή του να πράττει το αγαθό.

Στην εποχή μας, όπου συχνά ψάχνουμε «παραθυράκια» στους νόμους για να δικαιολογήσουμε τις πράξεις μας, η φράση αυτή μας θυμίζει ότι η ποιότητα μιας κοινωνίας δεν κρίνεται από το πόσο αυστηροί είναι οι νόμοι της, αλλά από το πόσο ενσυνειδητοί είναι οι πολίτες της.

Η σημασία της παιδείας

Αν θέλουμε έναν καλύτερο κόσμο, η λύση δεν είναι η προσθήκη περισσότερων σελίδων στον αστικό ή ποινικό κώδικα. Η λύση είναι η επένδυση στην παιδεία που διαμορφώνει χαρακτήρες. Όταν ο άνθρωπος μαθαίνει να σκέφτεται, να συμπάσχει και να αναλαμβάνει την ευθύνη των πράξεών του, ο νόμος γίνεται περιττός.

Tip of the Day: Η ακεραιότητα είναι αυτό που κάνεις όταν δεν σε βλέπει κανείς και όταν δεν υπάρχει καμία απειλή τιμωρίας. Σήμερα, δοκίμασε να κάνεις κάτι καλό, όχι επειδή επιβάλλεται, αλλά επειδή αυτός είναι ο άνθρωπος που επέλεξες να είσαι.

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Νέο πρόγραμμα επιβράβευσης
χαμόγελα

10+1 ΔΩΡΟ ΚΑΦΕΣ!



Γίνε μέλος!
Ξεκλείδωσε επιπλέον κουπόνια,
προσφορές και άλλες εκπλήξεις!



Γρηγόρης: Νέο πρόγραμμα επιβράβευσης «Χαμόγελα» - Κάθε καφές, μια αφορμή για χαμόγελο

Ο Γρηγόρης παρουσιάζει το νέο πρόγραμμα επιβράβευσης «Χαμόγελα», δίνοντας στους καταναλωτές έναν ακόμη λόγο να χαμογελούν κάθε φορά που απολαμβάνουν τον καφέ τους.

Με γνώμονα την ευκολία και την προσωποποιημένη εμπειρία, το πρόγραμμα σχεδιάστηκε για να επιβραβεύει την καθημερινή προτίμηση των πελατών, μετατρέποντας κάθε αγορά σε ανταμοιβή. Με τα «Χαμόγελα», η επιβράβευση γίνεται άμεσα: με κάθε αγορά καφέ, τα μέλη συλλέγουν ένα «κουπάκι» και, μόλις συμπληρώσουν δέκα, απολαμβάνουν τον επόμενο καφέ δωρεάν.

Τα «κουπάκια» συγκεντρώνονται από αγορές στα συμμετέχοντα καταστήματα Γρηγόρης, καθώς και από τηλεφωνικές και online παραγγελίες delivery και takeaway, μέσω του Gregorys.gr και του Gregory's eorder app, προσφέροντας μια ολοκληρωμένη omnichannel εμπειρία. Έτσι, τα μέλη συλλέγουν επιβραβεύσεις ανεξάρτητα από το πώς επιλέγουν να απολαύσουν τον καφέ τους.

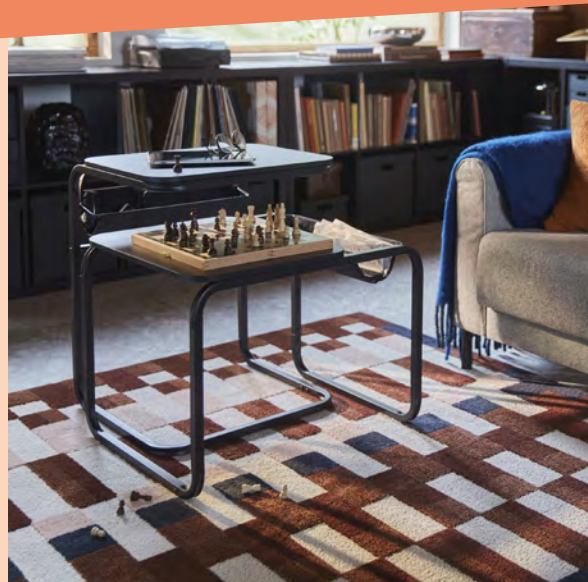
Το πρόγραμμα προσφέρει επιπλέον προνόμια, όπως κουπόνια, προσωποποιημένες προσφορές και συμμετοχή σε ειδικές αποστολές (missions), δημιουργώντας περισσότερες ευκαιρίες επιβράβευσης.

Η εμπειρία ξεκινά από την πρώτη στιγμή, καθώς με την εγγραφή στο πρόγραμμα τα νέα μέλη κερδίζουν αμέσως το πρώτο τους «κουπάκι».

Η εγγραφή πραγματοποιείται εύκολα μέσω της σελίδας www.hamogela.gr ή μέσα από το Gregory's eorder app.

Και κάπως έτσι, κάθε καφές στον Γρηγόρη γίνεται πάντα μια καλή αφορμή για χαμόγελο.

Άνοιξη στην ΙΚΕΑ: Νέα προϊόντα για μικρές αλλαγές με μεγάλη ανανέωση στο σπίτι



Η ΙΚΕΑ, εταιρεία του Όμιλος Fourlis, υποδέχεται την Άνοιξη με μια νέα συλλογή προϊόντων που φέρνει φρεσκάδα και στυλ στο σπίτι, μέσα από εύκολες και οικονομικές λύσεις ανανέωσης.

Η νέα συλλογή ισορροπεί ανάμεσα στο σύγχρονο design, τη λειτουργικότητα και τις προσιτές τιμές, προτείνοντας ιδέες που αναδεικνύουν κάθε χώρο. Από έπιπλα και λευκά είδη έως διακοσμητικά αξεσουάρ, κάθε δωμάτιο μεταμορφώνεται σε ένα ζεστό περιβάλλον που αντικατοπτρίζει την προσωπικότητα των κατοίκων του.

Στο σαλόνι, η περιστρεφόμενη πολυθρόνα LILLESÄTER και ο καναπές SALTMYRAN δημιουργούν έναν άνετο και φιλόξενο χώρο, ενώ το χαλί MARKBLÄMME προσθέτει ένταση και χαρακτήρα μέσα από τα ιδιαίτερα μοτίβια του. Στο υπνοδωμάτιο, τα απαλά υφάσματα και οι σύγχρονες αποχρώσεις ενισχύουν την αίσθηση χαλάρωσης, με τις κουρτίνες PELARKÖRSBÄR να φιλτράρουν το φυσικό φως με κομψότητα.

Την εικόνα συμπληρώνουν μικρές διακοσμητικές λεπτομέρειες, όπως κεραμικά βάζα και υφάσματα, ενώ τα ηχεία KALLSUP φέρνουν τη μουσική σε κάθε γωνιά του σπιτιού.

Παράλληλα, νέες γευστικές προτάσεις εμπλουτίζουν την καθημερινότητα, προσθέτοντας μια ακόμη διάσταση στη φιλοξενία στο σπίτι.

Η νέα συλλογή ΙΚΕΑ αποδεικνύει πως μικρές αλλαγές μπορούν να κάνουν μεγάλη διαφορά στην καθημερινότητά μας.

Ανακαλύψτε τη στα καταστήματα ΙΚΕΑ και online στο IKEA.gr.

Apple: η επόμενη μέρα...



Όταν μιλάμε για την Apple, το μυαλό μας πηγαίνει αμέσως στην τελειότητα και τη συνέπεια. Ωστόσο, η φημολογία για την αλλαγή στη θέση του διευθύνοντος συμβούλου έχει προκαλέσει έναν ευχάριστο αναβρασμό. Μετά από χρόνια σταθερότητας, οι ψίθυροι για τον επόμενο ηγέτη δεν αφορούν μόνο ένα πρόσωπο, αλλά μια ολόκληρη φιλοσοφία.

Ο νέος επικεφαλής καλείται να ισορροπήσει ανάμεσα στην παράδοση που θέλει τη συσκευή να είναι ένα έργο τέχνης και στην ανάγκη για ριζική καινοτομία.

Η αγορά αναζητά έναν άνθρωπο που θα φέρει

ξανά τον ενθουσιασμό της πρώτης παρουσίασης, εκείνη την αίσθηση ότι "αυτό που κρατάω στα χέρια μου αλλάζει τον κόσμο". Οι πληροφορίες θέλουν το νέο πρόσωπο να προέρχεται από το τμήμα σχεδιασμού και στρατηγικής, δίνοντας έμφαση στην εμπειρία του χρήστη και όχι μόνο στις πωλήσεις.



Το αναδιπλούμενο τηλέφωνο που περιμέναμε

Αλλά ας περάσουμε στο "κυρίως πιάτο". Το αναδιπλούμενο τηλέφωνο δεν είναι πλέον ένα σενάριο επιστημονικής φαντασίας, αλλά μια πραγματικότητα που πλησιάζει στα ράφια των καταστημάτων.



Γιατί όμως γίνεται τόση φασαρία;

- 1. Η αισθητική συναντά την πρακτικότητα:** Η Apple δεν βιάστηκε να βγάλει μια αναδιπλούμενη συσκευή. Περίμενε να λύσει όλα τα προβλήματα της οθόνης, ώστε η αναδίπλωση να είναι "βελούδινη" και να μην αφήνει κανένα ίχνος. Φανταστείτε μια συσκευή που χωράει στην παλάμη σας, αλλά με μια κίνηση μεταμορφώνεται σε ένα μικρό κέντρο εργασίας ή διασκέδασης.
- 2. Καινοτομία στα υλικά:** Οι φήμες κάνουν λόγο για ένα νέο είδος κρυστάλλου που είναι ταυτόχρονα ανθεκτικό και εύκαμπτο, λύνοντας το αιώνιο πρόβλημα των γρατζουνιών.
- 3. Η εμπειρία χρήσης:** Δεν είναι μόνο η οθόνη. Είναι το πώς το λογισμικό προσαρμόζεται ακαριαία στη νέα μορφή, επιτρέποντάς μας να κάνουμε πολλά πράγματα ταυτόχρονα με μια άνεση που δεν είχαμε φανταστεί.

• **Έμπνευση:** Το να κρατάς κάτι τόσο προηγμένο στα χέρια σου, σου δίνει το κίνητρο να εξελιχθείς κι εσύ μαζί του.

Η αναμονή μπορεί να είναι μεγάλη, αλλά το αποτέλεσμα φαίνεται πως θα μας αποζημιώσει και με το παραπάνω. Η Apple ετοιμάζεται να γυρίσει σελίδα και εμείς είμαστε εδώ για να παρακολουθήσουμε κάθε βήμα αυτής της συναρπαστικής διαδρομής.

Tip of the Day:

Αν σκέφτεσαι να ανανεώσεις τη συσκευή σου, κάνε λίγη υπομονή. Οι εξελίξεις που έρχονται θα φέρουν νέες δυνατότητες που ίσως αλλάξουν τον τρόπο που εργάζεσαι και διασκεδάεις. Μέχρι τότε, απόλαυσε την τεχνολογία που ήδη έχεις, αλλά κράτα τα μάτια σου ανοιχτά για το μέλλον!

Γιατί να πούμε ναι στη νέα εποχή

Στη στήλη μας λέμε πάντα "ναι" σε ό,τι κάνει τη ζωή μας πιο όμορφη και πιο εύκολη. Η τεχνολογία, όταν χρησιμοποιείται σωστά, είναι ένας σύμμαχος. Το νέο αυτό κεφάλαιο στην ιστορία των έξυπνων συσκευών υπόσχεται:

- **Περισσότερη δημιουργικότητα:** Με μεγαλύτερη επιφάνεια εργασίας, οι ιδέες μας βρίσκουν χώρο να αναπνεύσουν.
- **Συνδεσιμότητα:** Η επικοινωνία γίνεται πιο ζωντανή, πιο άμεση και πιο κομψή.



Μπορεί η "λάθος" αισιοδοξία να κάνει τελικά κακό;



Ζούμε σε μια εποχή όπου η αισιοδοξία μοιάζει σχεδόν υποχρεωτική. Από τα social media μέχρι την καθημερινή κουβέντα, το μήνυμα επαναλαμβάνεται: «σκέψου θετικά», «όλα θα πάνε καλά», "good vibes only". Κι όμως, πολλές φορές αντιδρούμε σ' αυτό το μήνυμα. Γιατί η πραγματικότητα δεν είναι πάντα θετική – και δεν γίνεται να προσποιούμαστε ότι είναι. Εδώ εμφανίζεται μια ενδιαφέρουσα αντίφαση.

Τι δείχνει πραγματικά η έρευνα

Μια πρόσφατη μελέτη από το Harvard University, που δημοσιεύτηκε στο Journal of the American Geriatrics Society, εξέτασε περισσότερους από 9.000 ενήλικες χωρίς γνωστικά προβλήματα, τους οποίους παρακολούθησε για έως και 14 χρόνια.

Το βασικό εύρημα ήταν ότι τα άτομα με υψηλότερα επίπεδα αισιοδοξίας είχαν περίπου 15% χαμηλότερο κίνδυνο εμφάνισης άνοιας. Το αποτέλεσμα αυτό παρέμεινε σταθερό ακόμη και όταν οι ερευνητές έλαβαν υπόψη παράγοντες όπως ηλικία, κατάθλιψη, σωματική υγεία και τρόπος ζωής.

Με άλλα λόγια, η αισιοδοξία φαίνεται να συνδέεται με καλύτερη υγεία του εγκεφάλου, όχι ως απλή συνέπεια ενός "καλού τρόπου ζωής", αλλά ως παράγοντας που σχετίζεται ανεξάρτητα με αυτήν.

Όταν η θετικότητα γίνεται πίεση

Το πρόβλημα ξεκινά όταν η αισιοδοξία παύει να είναι εσωτερική στάση και γίνεται κοινωνική απαίτηση.

Στη σύγχρονη κουλτούρα, η θετικότητα συχνά παίρνει τη μορφή της λεγόμενης «τοξικής αισιοδοξίας»: της ανάγκης να είμαστε καλά, ανεξάρτητα από το τι συμβαίνει. Σε αυτή την εκδοχή, τα δύσκολα συναισθήματα δεν έχουν χώρο. Απλώς καλύπτονται.

Όμως το στρες που τα συνοδεύει δεν εξαφανίζεται. Παραμένει ενεργό και μπορεί να εντείνεται, ειδικά όταν προσπαθούμε να το «διορθώσουμε» με θετικές σκέψεις. Έτσι, αντί η αισιοδοξία να λειτουργεί προστατευτικά, μετατρέπεται σε πίεση. Παράλληλα, εμφανίζεται και μια πιο ύπουλη συνέπεια: η ενοχή. Αν δεν μπορείς να νιώσεις θετικά, αρχίζεις να πιστεύεις ότι κάτι δεν κάνεις σωστά.

Αυτό που κάνει τη διαφορά

Η αισιοδοξία που συνδέεται με καλύτερη εγκεφαλική υγεία δεν είναι αυτή της άρνησης ή της επιβολής. Είναι πιο σταθερή και ρεαλιστική. Συνδέεται με χαμηλότερα επίπεδα χρόνιου στρες, καλύτερες καθημερινές συνήθειες και μεγαλύτερη ψυχική ανθεκτικότητα. Δεν βασίζεται στο να βλέπεις τα πράγματα πιο όμορφα απ' ό,τι είναι, αλλά στο να πιστεύεις ότι παραμένουν διαχειρίσιμα ακόμη κι όταν είναι δύσκολα.



Αυτό είναι και το πιο σημαντικό σημείο της έρευνας: δεν προτείνει απλώς “θετική σκέψη”, αλλά μια πιο σταθερή ψυχολογική στάση απέναντι στο μέλλον.

Τι αξίζει να κρατήσεις

Υπάρχει η αισιοδοξία που σε πιέζει να χαμογελάς όταν δεν μπορείς. Και υπάρχει αυτή που σε βοηθά να σταθείς μέσα στη δυσκολία χωρίς να καταρρέεις. Η πρώτη είναι μάσκα. Η δεύτερη σχετίζεται με την ανθεκτικότητα.

Ακόμα κι αν η διαφορά τους δεν φαίνεται πάντα στην καθημερινότητα, φαίνεται μακροπρόθεσμα στον τρόπο που ζεις αλλά και στον τρόπο που λειτουργεί ο ίδιος ο εγκέφαλος.

Πόσο ρεαλιστικά αισιόδοξος/η είσαι;

Άλλο η θετική σκέψη, άλλο η συναισθηματική άρνηση και άλλο η πραγματική ανθεκτικότητα. Δες πού βρίσκεσαι σε αυτό το φάσμα.

1. Όταν κάτι πάει στραβά, συνήθως:

- A. Προσπαθώ να το δω θετικά αμέσως
- B. Το αναγνωρίζω, το νιώθω και μετά προσπαθώ να το διαχειριστώ
- Γ. Νιώθω ότι όλα πάνε λάθος

2. Όταν είμαι σε δύσκολη φάση, τείνω να:

- A. Κρύβω τα αρνητικά συναισθήματα για να “μην το βαραίνω”
- B. Τα εκφράζω αλλά δεν τα αφήνω να με καταβάλουν
- Γ. Τα αφήνω να με παρασύρουν πλήρως

3. Όταν κάποιος μου λέει “σκέψου θετικά”, συνήθως νιώθω:

- A. Με βοηθάει
- B. Εξαρτάται από τη στιγμή
- Γ. Πίεση ή εκνευρισμό

4. Πόσο συχνά πιέζω τον εαυτό μου να φαίνεται καλά ενώ δεν είναι;

- A. Συχνά
- B. Μερικές φορές
- Γ. Σπάνια

5. Όταν σκέφτομαι το μέλλον, συνήθως:

- A. Το βλέπω πάντα θετικά, ό,τι κι αν συμβαίνει τώρα
- B. Το βλέπω ρεαλιστικά, με καλές και δύσκολες πιθανότητες
- Γ. Το βλέπω κυρίως με ανησυχία

Αποτελέσματα

Περισσότερα A: Τείνεις προς “pressure positivity”. Προσπαθείς να κρατήσεις θετική εικόνα, αλλά μπορεί να καταπιέξεις δύσκολα συναισθήματα.

Μίξη A & B: Βρίσκεσαι σε μεταβατικό σημείο προς ρεαλιστική αισιοδοξία. Υπάρχει ισορροπία, αλλά όχι πάντα σταθερή.

Περισσότερα B: Ρεαλιστική αισιοδοξία. Αναγνωρίζεις την πραγματικότητα χωρίς να χάνεις την προοπτική διαχείρισης.

Περισσότερα Γ: Υψηλή συναισθηματική φόρτιση αυτή την περίοδο. Η ανάγκη δεν είναι “θετική σκέψη”, αλλά σταθεροποίηση και υποστήριξη.



Η Ζυθοποιία Μακεδονίας Θράκης στηρίζει τον 20ό Διεθνή Μαραθώνιο Θεσσαλονίκης «Μέγας Αλέξανδρος»

The Circle by glo™ HILO : Ένα premium ταξίδι εμπειριών στον νέο κόσμο του glo™ HILO

Μια εντυπωσιακή εκδήλωση σηματοδότησε την άφιξη του νέου glo™ HILO στην Ελλάδα, παρουσιάζοντας ένα ολοκληρωμένο σύμπαν εμπειριών που συνδυάζει τεχνολογία, αισθητική και σύγχρονο τρόπο ζωής.

Σε μια βραδιά υψηλής αισθητικής, το νέο glo™ HILO της BAT έκανε το επίσημο ντεμπούτο του, εισάγοντας μια νέα εποχή στην premium κατηγορία συσκευών θέρμανσης καπνού. Οι συσκευές glo™ HILO και glo™ HILO Plus ξεχωρίζουν για τον σύγχρονο σχεδιασμό τους, τη διπλή λειτουργία θέρμανσης και την αναβαθμισμένη εμπειρία χρήσης για ενήλικους καπνιστές.

Το κοινό – εκπρόσωποι των MME, content creators και καλεσμένοι – εισήλθε στο «The Circle by glo™ HILO», ένα διαδραστικό περιβάλλον όπου οι αισθήσεις πρωταγωνιστούσαν. Με την Κατερίνα Παπουτσάκη στον ρόλο της παρουσιάστριας, η εμπειρία εξελίχθηκε μέσα από θεματικούς χώρους που συνδύαζαν γεύση, εικόνα, αφή και ήχο.

Ξεχωριστή στιγμή αποτέλεσε η συμμετοχή των ambassadors Στέλιος Κουδουνάρης, Ήβη Αδάμου, Λεωνίδα Κουτσόπουλος και Kris Betta, που ανέδειξαν τον χαρακτήρα της νέας εμπειρίας.

Η βραδιά κορυφώθηκε με την αποκάλυψη της νέας συσκευής και ένα εντυπωσιακό drone show, ενώ το live performance της Ήβης Αδάμου έδωσε έντονο ρυθμό στο κοινό.

«Η παρουσίαση του glo™ HILO αποτελεί ένα σημαντικό ορόσημο για την Ελλάδα», δήλωσε η Νατάσα Γκογκορώση, Marketing Director της BAT.

Ένα launch που δεν παρουσίασε απλώς ένα νέο προϊόν – αλλά έναν νέο τρόπο εμπειρίας.



Η Ζυθοποιία Μακεδονίας Θράκης, πιστή στη φιλοσοφία της για την προώθηση του αθλητισμού και της ευεξίας, συμμετείχε για ακόμη μία χρονιά στον 20ό Διεθνή Μαραθώνιο Θεσσαλονίκης «Μέγας Αλέξανδρος», στηρίζοντας ενεργά μία από τις σημαντικότερες αθλητικές διοργανώσεις της χώρας.

Με τη δυναμική παρουσία της Vergina Alcohol Free Running Team, η εταιρεία βρέθηκε στο πλευρό περισσότερων από 16.000 δρομέων και χιλιάδων θεατών, συμβάλλοντας στη δημιουργία μιας ξεχωριστής εμπειρίας για όλους τους συμμετέχοντες.

Κατά τη διάρκεια της διοργάνωσης, προσέφερε ενυδάτωση και δροσιά μέσω της Βεργίνα Alcohol Free, μιας επιλογής που ανταποκρίνεται στις ανάγκες των αθλητών, καθώς και του αυθεντικού ελληνικού τσαγιού Τυνυπι, ενός φυσικού αφεψήγηματος τσαγιού του βουνού, χωρίς συντηρητικά και τεχνητά πρόσθετα. Η συμμετοχή στον Μαραθώνιο εντάσσεται στο ευρύτερο πλαίσιο δράσεων της εταιρείας για την υποστήριξη πρωτοβουλιών που προάγουν έναν υγιεινό και ενεργό τρόπο ζωής, ενισχύοντας τη θετική ενέργεια και την κοινωνική συμμετοχή.

Μέσα από σταθερές και ουσιαστικές ενέργειες, η Ζυθοποιία Μακεδονίας Θράκης συνεχίζει να επενδύει στον αθλητισμό, συμβάλλοντας στη δημιουργία ενός πιο υγιούς και δραστήριου κοινωνικού συνόλου.

ChatGPT Images 2.0: η νέα γενιά AI εικόνων είναι εδώ



Η τεχνητή νοημοσύνη συνεχίζει να εξελίσσεται με γρήγορους ρυθμούς και ένας από τους τομείς που αλλάζει πιο εντυπωσιακά είναι η δημιουργία εικόνων. Η OpenAI παρουσιάζει το "ChatGPT Images 2.0", μια αναβαθμισμένη έκδοση του συστήματος που ενσωματώνεται στο ChatGPT και στοχεύει σε πιο ποιοτικά, ακριβή και «έξυπνα» οπτικά αποτελέσματα. Η νέα αυτή προσέγγιση δεν περιορίζεται μόνο στη βελτίωση της εικόνας, αλλά και στον τρόπο που το σύστημα κατανοεί τις εντολές του χρήστη.

Καλύτερη ποιότητα και ανάλυση εικόνας

Ένα από τα βασικά στοιχεία της αναβάθμισης είναι η υποστήριξη εικόνων υψηλότερης ανάλυσης, που φτάνει έως και τα 2K. Αυτό σημαίνει πιο καθαρές εικόνες, μεγαλύτερη λεπτομέρεια και συνολικά πιο «ζωντανό» αποτέλεσμα. Η βελτίωση αυτή κάνει το εργαλείο πιο χρήσιμο για περιπτώσεις όπου η οπτική ποιότητα παίζει καθοριστικό ρόλο.

Καλύτερη κατανόηση εντολών

Το σύστημα δεν λειτουργεί πλέον απλώς ως εργαλείο παραγωγής εικόνων, αλλά προσπαθεί να κατανοήσει καλύτερα το αίτημα του χρήστη. Η αναβαθμισμένη επεξεργασία εντολών μειώνει τα λάθη και βοηθά στη δημιουργία εικόνων που ανταποκρίνονται πιο πιστά στην

περιγραφή. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό όταν οι οδηγίες είναι σύνθετες ή περιλαμβάνουν πολλές λεπτομέρειες.

Βελτιωμένη απόδοση λεπτομερειών

Ένα από τα πιο γνωστά προβλήματα των εργαλείων εικόνας με AI ήταν η δυσκολία στην απόδοση στοιχείων όπως το κείμενο μέσα στις εικόνες. Στη νέα έκδοση, δίνεται έμφαση στη σωστότερη αναπαράσταση τέτοιων λεπτομερειών, κάτι που ενισχύει τη χρηστικότητα του εργαλείου σε επαγγελματικές εφαρμογές.

Πιο κοντά σε επαγγελματικά εργαλεία

Με τις νέες δυνατότητες, το "ChatGPT Images 2.0" δεν απευθύνεται μόνο σε απλούς χρήστες, αλλά και σε επαγγελματίες του design και της δημιουργίας περιεχομένου. Η OpenAI επιχειρεί να μετατρέψει το εργαλείο σε μια πιο ολοκληρωμένη πλατφόρμα οπτικής παραγωγής, ικανή να υποστηρίξει πραγματικές δημιουργικές ανάγκες.

Το "ChatGPT Images 2.0" αποτελεί ένα σημαντικό βήμα στην εξέλιξη της δημιουργίας εικόνων με τεχνητή νοημοσύνη. Με καλύτερη ανάλυση, πιο ακριβή κατανόηση εντολών και βελτιωμένη απόδοση λεπτομερειών, το εργαλείο γίνεται πιο χρήσιμο και πιο κοντά στις ανάγκες επαγγελματικής χρήσης, σηματοδοτώντας μια νέα φάση στην οπτική δημιουργία με AI.



Ειρήνη: Μια σύγχρονη επιστροφή στον Αριστοφάνη στην Επίδαυρο

Η εμβληματική κωμωδία «Ειρήνη» του Αριστοφάνη επιστρέφει δυναμικά στο Αρχαίο Θέατρο Επιδαύρου, στις 24 και 25 Ιουλίου, μέσα από μια νέα, σύγχρονη σκηνική προσέγγιση.

Σε σκηνοθεσία και σύλληψη του Νίκος Καραθάνος, με διασκευή, πρωτότυπο κείμενο και τραγούδια του Φοίβος Δεληβοριάς και συνεργασία στη σκηνοθεσία του Αγγελος Τριανταφύλλου, η παράσταση μετατρέπεται σε μια ζωντανή γιορτή που ισορροπεί ανάμεσα στο χιούμορ και τη βαθιά πολιτική σκέψη.

Η «Ειρήνη» αποτελεί ένα διαχρονικό έργο που γεννήθηκε σε μια εποχή πολέμου και κοινωνικής κόπωσης, αναδεικνύοντας με σαρκασμό αλλά και ευαισθησία την ανάγκη για συμφιλίωση, ευημερία και συλλογική ισορροπία. Μέσα από μια σύγχρονη ματιά, η παράσταση φωτίζει τη διαρκή επικαιρότητα του έργου, σε έναν κόσμο όπου οι συγκρούσεις και οι ανισότητες παραμένουν παρούσες.

Η σκηνή μεταμορφώνεται σε έναν ζωντανό, πολυφωνικό χώρο, όπου η μουσική, το σώμα και ο λόγος συνυπάρχουν, δημιουργώντας μια εμπειρία που ξεπερνά τα όρια της κλασικής αναπαράστασης. Το καστ, αποτελούμενο από σημαντικούς καλλιτέχνες της ελληνικής σκηνής, δίνει νέα πνοή σε ένα έργο που παραμένει επίκαιρο και βαθιά ανθρώπινο.

Η παράσταση αποτελεί συμπαραγωγή του Φεστιβάλ Αθηνών Επιδαύρου και φιλοδοξεί να προσφέρει στο κοινό μια εμπειρία που συνδέει το παρελθόν με το παρόν.

Προπώληση Εισιτηρίων: <https://www.more.com/>

“Οδός Λυσίου – Πάνος Καλίδης”



Ο Πάνος Καλίδης βάζει «Τα Καλά Του» και δίνει ρυθμό στα γραφικά στενά της Πλάκας, κάθε Πέμπτη, στο θρυλικό concert hall Οδός Λυσίου. Μαζί του η δυναμική Μάιρα Βεργένη, σε ένα πρόγραμμα που υπόσχεται βραδιές γεμάτες ένταση και διασκέδαση.

Η μουσική σκηνή «Οδός Λυσίου» έχει εξελιχθεί σε αγαπημένο στέκι για καλλιτέχνες, ανθρώπους των media και του επιχειρηματικού κόσμου, αλλά και για το κοινό που αναζητά αυθεντική λαϊκή διασκέδαση στο κέντρο της Αθήνας. Μαζί με τον Πάνο Καλίδη, η Μάιρα Βεργένη, ο Τίτος και η Λυδία Βλάχου δημιουργούν ένα σχήμα που απογειώνει τη διάθεση και μετατρέπει κάθε εμφάνιση σε μια ολοκληρωμένη εμπειρία.

Ο Πάνος Καλίδης ανεβαίνει στη σκηνή με την χαρακτηριστική του ενέργεια και το λαϊκό του ταπεραμέντο, χαρίζοντας βραδιές με ασταμάτητο κέφι και έντονη αλληλεπίδραση με το κοινό. Στο πλευρό του, η Μάιρα Βεργένη ξεχωρίζει για τη φωνή και τη σκηνική της παρουσία, προσθέτοντας σύγχρονη δυναμική στο πρόγραμμα.

Η «Οδός Λυσίου», ένα πραγματικό «στολίδι» της ιστορικής Πλάκας, συνδυάζει ατμόσφαιρα παλιάς μπουάτ με σύγχρονη αισθητική, προσφέροντας μοναδική θέα στην Ακρόπολη και τον Λυκαβηττό. Ο χώρος λειτουργεί ως πολυχώρος ψυχαγωγίας, όπου η μουσική συναντά τη γαστρονομία και τη νυχτερινή εμπειρία της πόλης.

Κάθε Πέμπτη, η διασκέδαση βρίσκει τον δικό της δρόμο... στην Οδό Λυσίου.

Τι μας συμβαίνει γύρω στα 44; Μια νέα εικόνα της βιολογίας



Η κλασική αντίληψη ότι το ανθρώπινο σώμα αλλάζει με σταθερό και γραμμικό ρυθμό με την ηλικία αναθεωρείται. Σύγχρονες αναλύσεις δείχνουν ότι η βιολογική αλλαγή δεν είναι ομοιόμορφη, αλλά εμφανίζει περιόδους όπου πολλαπλά συστήματα μεταβάλλονται πιο έντονα ταυτόχρονα.

Μία από αυτές τις περιόδους φαίνεται να εντοπίζεται γύρω από τα μέσα της τέταρτης δεκαετίας της ζωής.

Τι εξέτασε η έρευνα

Μια μελέτη από το Stanford Medicine, που δημοσιεύτηκε στο Nature Aging, ανέλυσε μεγάλο αριθμό βιολογικών δεδομένων από άτομα ηλικίας 25 έως 75 ετών. Οι ερευνητές μελέτησαν χιλιάδες μόρια στο αίμα, καθώς και δεδομένα από το εντερικό μικροβίωμα, προκειμένου να καταγράψουν πώς αλλάζει συνολικά η ανθρώπινη βιολογία με την ηλικία. Αντί να εξετάσουν μεμονωμένους δείκτες, επικεντρώθηκαν σε ένα ευρύ σύνολο "multi-omics" δεδομένων.

Μη γραμμικές αλλαγές με την ηλικία

Το βασικό εύρημα ήταν ότι οι βιολογικές αλλαγές δεν συμβαίνουν με σταθερό ρυθμό. Πολλοί δείκτες παρουσιάζουν μη γραμμική εξέλιξη, με περιόδους μεγαλύτερης μεταβλητότητας. Μία από αυτές εντοπίζεται περίπου στα 40-45 έτη, όπου παρατηρείται ταυτόχρονη μεταβολή σε πολλαπλά βιολογικά συστήματα.

Τι παρατηρείται γύρω από τα 44

Καταγράφονται αλλαγές σε μόρια που σχετίζονται με τον μεταβολισμό (όπως λιπίδια, καφεΐνη και αλκοόλ), καθώς και σε δείκτες του ανοσοποιητικού συστήματος.

Παράλληλα, παρατηρούνται μεταβολές και στο εντερικό μικροβίωμα, το οποίο συμμετέχει στη ρύθμιση της φλεγμονής και της μεταβολικής ισορροπίας.

Τι ΔΕΝ σημαίνει αυτό

Δεν πρόκειται για ένα συγκεκριμένο βιολογικό γεγονός που συμβαίνει στα 44. Είναι στατιστικά μοτίβα που προκύπτουν από ανάλυση μεγάλων πληθυσμών και όχι ατομικές προβλέψεις ή "ορόσημα" γήρανης.

Παράγοντες που επηρεάζουν

Ο τρόπος ζωής, η διατροφή, το στρες και οι ορμονικές αλλαγές μπορούν να επηρεάσουν αυτά τα μοτίβα, χωρίς όμως να εξηγούν πλήρως την πολυπλοκότητα των παρατηρούμενων αλλαγών.

Η δεύτερη φάση γύρω στα 60

Πέρα από τα μέσα των 40, εντοπίζεται μια δεύτερη περίοδος εντονότερων βιολογικών αλλαγών γύρω στα 60 έτη. Και εδώ δεν μιλάμε για ένα συγκεκριμένο γεγονός, αλλά για στατιστική συγκέντρωση μεταβολών σε πολλαπλά συστήματα. Σε αυτή τη φάση, οι αλλαγές φαίνεται να επεκτείνονται στο ανοσοποιητικό σύστημα, στον μεταβολισμό των υδατανθράκων και σε καρδιαγγειακούς δείκτες, ενώ συνεχίζονται και οι μεταβολές στο μικροβίωμα.

Η έρευνα δείχνει ότι η ανθρώπινη βιολογία δεν αλλάζει γραμμικά, αλλά μέσα από φάσεις αυξημένης μεταβλητότητας. Τα 44 και τα 60 είναι στατιστικά σημεία όπου καταγράφονται πιο έντονες αλλαγές σε μεγάλα σύνολα δεδομένων.



Walk the Wave: Η νέα καμπάνια της EXE Άνοιξη/Καλοκαίρι 2026

Η νέα καμπάνια EXE Spring/Summer 2026 τοποθετεί τη μόδα σε ένα σκηνικό που παίζει με τις αντιθέσεις. Θάλασσα, ουρανός και εκρηκτικά κύματα συναντούν έντονες γεωμετρικές φόρμες και δυναμικές χρωματικές επιφάνειες, δημιουργώντας ένα περιβάλλον που μοιάζει σκηνογραφημένο, αλλά παραμένει απόλυτα σύγχρονο.

Μέσα σε αυτό το εντυπωσιακό setting, η συλλογή αποκτά κίνηση και έντονη προσωπικότητα. Statement heels, platforms και σύγχρονα flats ξεχωρίζουν μέσα από bold αποχρώσεις, ιδιαίτερες υφές και καθαρές γραμμές. Τα σχέδια κινούνται με ευκολία ανάμεσα στο effortless και το statement, ισορροπώντας τη θηλυκότητα με μια πιο δυναμική, σύγχρονη αισθητική.

Η γυναίκα της EXE δεν προσαρμόζεται στο περιβάλλον – ξεχωρίζει μέσα σε αυτό. Κάθε look λειτουργεί ως μέρος μιας σύγχρονης fashion εικόνας, όπου το στυλ έχει ρυθμό, ένταση και ξεκάθαρη ταυτότητα.

Η καμπάνια “Walk the Wave” αποτυπώνει αυτή ακριβώς τη φιλοσοφία: μια στάση ζωής που δεν ακολουθεί τις τάσεις, αλλά τις διαμορφώνει, μετατρέποντας κάθε εμφάνιση σε προσωπική έκφραση.

Ανακαλύψτε τη συλλογή EXE Άνοιξη/Καλοκαίρι 2026 και αφήστε τη μόδα να σας οδηγήσει σε νέες εκφράσεις δυναμισμού και κομψότητας.

Διατίθεται στα φυσικά καταστήματα Tsakiris Mallas, στο ηλεκτρονικό κατάστημα www.tsakirismallas.gr, καθώς και σε επιλεγμένα σημεία πώλησης σε όλη την Ελλάδα.

The exclusive edit: Τα επόμενα viral styles που θα φορέσεις πριν γίνουν trend



Η νέα σεζόν φέρνει μαζί της fresh ενέργεια και η UGG® ξέρει ακριβώς πώς να τη μετατρέψει σε statement εμφανίσεις. Το νέο exclusive edit της brand δεν ακολουθεί απλώς τις τάσεις – τις δημιουργεί, παρουσιάζοντας κομμάτια που έχουν ήδη αρχίσει να ξεχωρίζουν στα spring moodboards.

Στο επίκεντρο βρίσκονται τα νέα σανδάλια και slides, σχεδιασμένα για να συνδυάζουν άνεση και στυλ με effortless τρόπο. Μοντέλα όπως το Goldenstar Gleam και το Goldengaze Toe Post φέρνουν μια πιο μοντέρνα, φωτεινή εκδοχή του spring dressing, δίνοντας έμφαση σε καθαρές γραμμές, διακριτικές λάμψεις και ευέλικτες σιλουέτες.

Η φιλοσοφία πίσω από το νέο drop είναι ξεκάθαρη: να σε βγάλει από τη «ζώνη ασφαλείας» του styling και να σε ωθήσει να πειραματιστείς. Τα κομμάτια αυτά δεν είναι απλώς basics – είναι εκείνα που μετατρέπουν ένα απλό outfit σε fashion στιγμή.

Το ενδιαφέρον είναι ότι πρόκειται για styles που δεν θα βρεις εύκολα αλλού, καθώς διατίθενται αποκλειστικά μέσω του επίσημου καναλιού της UGG®. Αυτό τους δίνει ακόμα μεγαλύτερη δυναμική, αφού λειτουργούν ως τα “insider picks” της σεζόν.

Αν η άνοιξη είναι η στιγμή για ανανέωση, τότε αυτή η συλλογή είναι η αφορμή. Γιατί μερικά κομμάτια δεν περιμένουν να γίνουν viral – απλώς το ξέρουν από πριν.

Η συλλογή Swatch SCUBAQUA υποδέχεται τέσσερα σχέδια που ταράζουν τα νερά



Η Swatch επιστρέφει δυναμικά και... ταράζει τα νερά με τη συλλογή Swatch SCUBAQUA, η οποία εμπλουτίζεται με τέσσερις νέες, εντυπωσιακές χρωματικές παλέτες: γαλαζοπράσινο, νυχτερινό μπλε, φούξια ηλεκτρική και φωτεινό πορτοκαλί.

Σε μια καμπάνια που ισορροπεί ανάμεσα στη φαντασία και τη σύγχρονη αισθητική, τα νέα μοντέλα αντλούν έμπνευση από τον μαγευτικό κόσμο των μεδουσών, μεταφέροντας τη ρευστότητα και τη διαφάνεια του ωκεανού στον καρπό. Τα ρολόγια της συλλογής δεν περιορίζονται σε έναν ρόλο αξεσουάρ, αλλά λειτουργούν ως statement κομμάτια που συνδυάζουν design, τεχνολογία και fun διάθεση.

Τα μοντέλα σε γαλαζοπράσινο και νυχτερινό μπλε διαθέτουν τη λειτουργία Swatch Pay*, επιτρέποντας ανέπαφες πληρωμές απευθείας από τον καρπό. Μια έξυπνη και διακριτική αναβάθμιση που ενισχύει την καθημερινή ευκολία, χωρίς να αλλοιώνει τον παιχνιδιάρικο χαρακτήρα της συλλογής.

Η κατασκευή των ρολογιών συνδυάζει Bioceramic με υλικά βιολογικής προέλευσης, δημιουργώντας μια μοναδική αντίθεση ανάμεσα σε ματ και διαφανείς επιφάνειες. Τα

ημιδιαφανή, χρωματιστά στοιχεία θυμίζουν τα πλοκάμια της μέδουσας, χαρίζοντας μια αίσθηση κίνησης και ελαφρότητας που ξεχωρίζει.

Με διάμετρο κάσας 44 mm, φωσφορίζουσες λεπτομέρειες για άψογη αναγνωσιμότητα και αντοχή στο νερό έως 10 bar, τα νέα SCUBAQUA είναι σχεδιασμένα για δράση, τόσο μέσα όσο και έξω από το νερό. Η κορώνα στη θέση της ώρας 10 ενισχύει την ασφάλεια και προσθέτει μια χαρακτηριστική σχεδιαστική υπογραφή.

Η συλλογή Swatch SCUBAQUA αριθμεί πλέον συνολικά εννέα μοντέλα, συνδυάζοντας προηγμένα υλικά, τεχνολογική λειτουργικότητα και την αναγνωρίσιμη playful ταυτότητα της Swatch.

Τα τέσσερα νέα σχέδια θα είναι διαθέσιμα από τις 23 Απριλίου 2026 στο Swatch.com και στα καταστήματα Swatch παγκοσμίως.

**Τα μοντέλα με Swatch Pay διατίθενται σε επιλεγμένες αγορές και υποστηρίζουν κάρτες από ένα ευρύ δίκτυο τραπεζών.*

Η LG Electronics παρουσιάζει υβριδική λύση κλήσης έκτακτης ανάγκης στην 5GAA στη Σουηδία



LG Presents Hybrid Emergency Call Solution at 5GAA in Sweden

Η LG Electronics (LG) παρουσίασε τη λύση Hybrid Emergency Call (Hybrid eCall) στο 37ο Meeting Week της 5G Automotive Association (5GAA), που πραγματοποιήθηκε στο Γκέτεμποργκ της Σουηδίας, αναδεικνύοντας τις προηγμένες δυνατότητές της στις μονάδες τηλεματικής ελέγχου (TCU).

Το eCall αποτελεί ενσωματωμένο σύστημα επικοινωνίας έκτακτης ανάγκης, το οποίο μεταδίδει αυτόματα κρίσιμα δεδομένα – όπως τοποθεσία, στοιχεία οχήματος και χρόνο συμβάντος – στο πλησιέστερο κέντρο έκτακτης ανάγκης σε περίπτωση σοβαρού ατυχήματος. Από το 2027, όλα τα νέα οχήματα στην Ευρώπη θα πρέπει να υποστηρίζουν το Next Generation eCall (NG eCall), που λειτουργεί μέσω δικτύων 4G και 5G.

Η λύση Hybrid eCall της LG έχει σχεδιαστεί για αξιόπιστη λειτουργία σε δίκτυα από 2G έως 5G, διασφαλίζοντας απρόσκοπτη επικοινωνία ακόμη και σε συνθήκες χαμηλής κάλυψης, μέσω αυτόματης εναλλαγής μεταξύ διαθέσιμων δικτύων. Με τον τρόπο αυτό, μειώνονται καθυστερήσεις και απώλειες δεδομένων, ενισχύοντας την οδική ασφάλεια.

Η LG, κορυφαία εταιρεία παγκοσμίως στον τομέα της τηλεματικής, έχει ήδη ενσωματώσει τη λύση σε οχήματα διεθνών κατασκευαστών από το 2025, προχωρώντας προς μαζική παραγωγή. Παράλληλα, διαθέτει πλήρεις δυνατότητες ανάπτυξης, δοκιμών και πιστοποίησης, με διεθνώς αναγνωρισμένες διαπιστεύσεις.

«Θα συνεχίσουμε να ενισχύουμε την ηγετική μας θέση στη συνδεσιμότητα οχημάτων, ανταποκρινόμενοι στα αυστηρά ευρωπαϊκά πρότυπα ασφάλειας», δήλωσε ο Lee Sang-yong, επικεφαλής του VS R&D Laboratory της LG.

Το Freenow by Lyft Official Ball Carrier στον Τελικό Κυπέλλου Ελλάδας Betsson

Η ΕΠΟ και το Freenow by Lyft συνεργάστηκαν για μια μοναδική στιγμή στον Τελικό Κυπέλλου Ελλάδας Betsson ΠΑΟΚ-ΟΦΗ, με το #1 taxi app στην Ελλάδα να αναλαμβάνει τον ρόλο του Official Ball Carrier.

Ως περήφανος χορηγός και των δύο φιναλίστ, το Freenow τίμησε ισότιμα τον ΠΑΟΚ και τον ΟΦΗ, αναγνωρίζοντας την πορεία, την προσπάθεια και το πάθος που τους οδήγησαν στον τελικό, σε μια βραδιά αφιερωμένη στο ελληνικό ποδόσφαιρο.

Για πρώτη φορά στην Ελλάδα, η επίσημη μπάλα του αγώνα μεταφέρθηκε στον αγωνιστικό χώρο με ένα ειδικά διαμορφωμένο τηλεκατευθυνόμενο όχημα, δημιουργώντας μια εντυπωσιακή στιγμή λίγο πριν από τη σέντρα και προσφέροντας μια διαφορετική εμπειρία στους φιλάθλους.

Η πρωτοβουλία αυτή αναδεικνύει τη σύνδεση του Freenow με τον αθλητισμό και τις στιγμές που φέρνουν τον κόσμο πιο κοντά σε όσα αγαπά. Με παρουσία σε περισσότερες από 20 πόλεις σε όλη την Ελλάδα, το Freenow συμβάλλει ενεργά στην εμπειρία σημαντικών διοργανώσεων και μεγάλων αθλητικών γεγονότων.

Σε έναν τελικό που ενώνει ομάδες, φιλάθλους και συναισθήματα, το Freenow στάθηκε δίπλα στους πρωταγωνιστές του αγώνα, αναδεικνύοντας τις αξίες της προσπάθειας, της ευγενούς άμιλλας και του αθλητικού πνεύματος.

Το Freenow έφερε την μπάλα. Από εκεί και πέρα, τον λόγο είχε το παιχνίδι.





Ο ΔΕΗ Tour of Hellas 2026 γίνεται η μεγαλύτερη αθλητική και μουσική γιορτή της Ελλάδας

Η αντίστροφη μέτρηση για τον ΔΕΗ Tour of Hellas 2026 έχει ξεκινήσει, με τη φετινή διοργάνωση να μετατρέπεται σε ένα πολυδιάστατο event που ενώνει τον αθλητισμό υψηλού επιπέδου με τη μουσική και τις ανοιχτές δράσεις για το κοινό.

Από τις 5 έως τις 10 Μαΐου, η Ελλάδα φιλοξενεί κορυφαίους αθλητές της διεθνούς ποδηλασίας δρόμου, με 120 επαγγελματίες αναβάτες και 20 ομάδες να διασχίζουν εντυπωσιακές διαδρομές από τα Ιωάννινα, τη Θεσσαλία έως την Αθήνα, προβάλλοντας τη φυσική ομορφιά και τη δυναμική της χώρας.

Η διοργάνωση ενισχύει τη διεθνή της απήχηση με παρουσία σε 25 τηλεοπτικά δίκτυα παγκοσμίως, ενώ στην Ελλάδα θα μεταδοθεί ζωντανά από την EPT2 και το ERTFLIX. Κεντρικό μήνυμα είναι το «Follow the Tour - Ride the Beat», καλώντας το κοινό να ζήσει την εμπειρία μέσα από αγωνιστική δράση, συναυλίες και ΔΕΗ Fan Zones.

Στις 7 και 8 Μαΐου, η Θεσσαλία βρίσκεται στο επίκεντρο, με τα ετάπ Καρπενήσι-Λάρισα και Βόλος-Λαμία να προσφέρουν έντονο αγωνιστικό ενδιαφέρον και ξεχωριστές στιγμές για τους θεατές. Στη Λάρισα, ο τερματισμός συνοδεύεται από μια μεγάλη μουσική εκδήλωση με την Evangelia, ενισχύοντας τον εορταστικό χαρακτήρα της διοργάνωσης.

Με δωρεάν εκδηλώσεις, δράσεις για όλες τις ηλικίες και έντονη συμμετοχή του κοινού, ο ΔΕΗ Tour of Hellas 2026 αναδεικνύεται σε μια μοναδική εμπειρία που φέρνει κοντά τον αθλητισμό, τη διασκέδαση και την πόλη.

Superbet: Ο συμπαίκτης που πάντα θέλαμε



Η Superbet παρουσιάζει την πρώτη της επικοινωνιακή καμπάνια στην Ελλάδα, με ξεκάθαρη αποστολή να αποτελέσει τον απόλυτο συμπαίκτη και να θέσει νέα πρότυπα στο online παιχνίδι.

Κεντρικό μήνυμα της καμπάνιας είναι το «Τώρα παίζουμε μαζί», μια φράση που ξεπερνά τα όρια ενός απλού tagline και αποτυπώνει μια ολοκληρωμένη εμπειρία συμμετοχής. Η Superbet προσεγγίζει το κοινό με μια φρέσκια ματιά, αναδεικνύοντας τη φιλοσοφία της ως έναν σύγχρονο συνεργάτη που κατανοεί και υποστηρίζει κάθε βήμα του παίκτη.

Η ιδέα αποτυπώνεται δημιουργικά στο τηλεοπτικό spot, το οποίο παρουσιάζει την έννοια του «μαζί» μέσα από καθημερινές στιγμές: παρακολουθούμε, προβλέπουμε, συζητάμε, αναλύουμε και τελικά μοιραζόμαστε την εμπειρία του παιχνιδιού. Ένα αφήγημα που αντικατοπτρίζει τον τρόπο με τον οποίο η Superbet επιλέγει να λειτουργεί.

Τα γυρίσματα πραγματοποιήθηκαν στην Αττική και στο Ναύπλιο, στο πλαίσιο μιας μεγάλης παραγωγής που σηματοδοτεί την είσοδο της εταιρείας στην ελληνική αγορά. Η καμπάνια αναπτύσσεται σε ένα ολοκληρωμένο 360° πλάνο επικοινωνίας σε digital, social και outdoor μέσα.

«Το "Τώρα παίζουμε μαζί" δεν είναι απλώς ένα μήνυμα, αλλά μια δέσμευση να χτίσουμε μια ουσιαστική σχέση με το κοινό», δήλωσε ο Κυριάκος Φουρνιάδης, Marketing Director της Superbet στην Ελλάδα.

Τώρα παίζουμε μαζί.

quote of the day

Η ΓΗ ΔΕΝ ΜΑΣ ΑΝΗΚΕΙ, ΤΗ ΔΑΝΕΙΣΤΗΚΑΜΕ ΑΠΟ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΑΣ.

Σήμερα
γιορτάζουν!
Μάγνος,
Μαγνής,
Μάγνα



28 Απριλίου

- > Παγκόσμια Ημέρα για την Υγεία και την Ασφάλεια στην Εργασία
- > Διεθνής Ημέρα Μνήμης Εργατών
- > Save the Frogs Day
- > Biological Clock Day
- > Global Pay It Forward Day
- > National Blueberry Pie Day
- > Occupational Safety & Health Day
- > National BraveHearts Day
- > Great Poetry Reading Day
- > Kiss Your Mate Day
- > National Superhero Day