

SUPER ICED LATTE

ΟΙ ΗΡΩΕΣ ΤΗΣ
ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗΣ ΔΡΟΣΙΑΣ!



Iced Latte
Καραμέλα



Iced Latte



Iced Latte
ΦΟΥΝΤΟΥΚΙ

my
DELIVERY

E-ORDER
www.gregorys.gr
f g d i
gregorys.gr gregorysgr gregorysgr



Download app!

Gregorys

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

**ΤΑ ΚΑΚΑ ΝΕΑ ΕΙΝΑΙ ΟΤΙ ΔΕΝ ΜΠΟΡΕΙΣ
ΝΑ ΤΑ ΕΧΕΙΣ ΟΛΑ. ΤΑ ΚΑΛΑ ΝΕΑ ΕΙΝΑΙ
ΟΤΙ ΔΕΝ ΤΑ ΧΡΕΙΑΖΕΣΑΙ ΟΛΑ...**



Good morning SayYessers!



Φτιάξε καφέ να στα πω...



Καλημέρα **SayYesser!!!**

Πραγματικά αυτό που συμβαίνει γύρω μας το 2026 δεν είναι απλώς κούραση· είναι μια καθολική εξάντληση. Έχεις προσέξει ότι η μόνιμη απάντηση στην ερώτηση «τι κάνεις;» είναι πλέον το «τρέχω» ή το «είμαι πτώμα»; Μήπως, τελικά, πάσχουμε όλοι ομαδικά από αυτή την περιβόητη επαγγελματική και συναισθηματική εξουθένωση, το γνωστό πια burnout;

Το πρόβλημα είναι ότι έχουμε μετατρέψει την παραγωγικότητα σε θρησκεία. Νιώθουμε ένοχοι αν κάτσουμε δέκα λεπτά στον καναπέ χωρίς να κάνουμε «κάτι χρήσιμο». Το κινητό έχει γίνει η προέκταση του χεριού μας, μεταφέροντας το γραφείο μέσα στην κρεβατοκάμαρά μας, την ώρα του φαγητού, ακόμα και στις διακοπές μας. Δεν υπάρχει πια διαχωριστική γραμμή ανάμεσα στο «δουλεύω» και στο «ζω».

Αυτή η διαρκής κατάσταση ετοιμότητας έχει κάψει τις ασφάλειες του εγκεφάλου μας. Η εξουθένωση δεν έρχεται ξαφνικά· έρχεται ύπουλα. Ξεκινάει με μια κυνική διάθεση για τη δουλειά, συνεχίζει με μια αίσθηση ότι τίποτα από όσα κάνεις δεν έχει νόημα και καταλήγει σε μια σωματική κατάρρευση όπου ακόμα και ο ύπνος δεν σε ξεκουράζει.

Το πιο τρομακτικό όμως είναι ότι έχουμε συνηθίσει να ζούμε έτσι. Θεωρούμε φυσιολογικό να είμαστε στα όρια της κατάρρευσης για να θεωρούμαστε «πετυχημένοι». Όμως, φίλε μου, αν η επιτυχία απαιτεί να χάσεις τον ύπνο σου, τη χαρά σου και την υγεία σου, τότε το τίμημα είναι πολύ ακριβό.

Πρέπει να καταλάβουμε ότι δεν είμαστε μηχανές. Οι μηχανές δεν παθαίνουν εξουθένωση, απλώς χαλάνε. Εμείς έχουμε την ευκαιρία να σταματήσουμε πριν το «κάψιμο» γίνει οριστικό. Η λύση δεν είναι μια εβδομάδα διακοπές τον χρόνο, αλλά το να βάζουμε όρια κάθε μέρα. Να λέμε «όχι» σε επιπλέον βάρη, να κλείνουμε τις οθόνες και να δίνουμε στον εαυτό μας το δικαίωμα να μην κάνει απολύτως τίποτα χωρίς τύψεις.

Tip of the Day: Η πιο επαναστατική πράξη που μπορείς να κάνεις σήμερα είναι να θέσεις ένα όριο. Διάλεξε μια ώρα το απόγευμα που θα κλείσεις όλες τις ειδοποιήσεις και δεν θα απαντήσεις σε κανένα μήνυμα. Ο κόσμος δεν θα σταματήσει να γυρίζει αν εσύ επιλέξεις να ξεκουραστείς. Η ζωή σου είναι μαραθώνιος, όχι ταχύτητα εκατό μέτρων. Μην την κάψεις πριν φτάσεις στο τέρμα.

Πιες τον καφέ σου τώρα με ησυχία. Το αξίζεις.

Αντε και καλό μας σαββατοκύριακο!

Claire Styliara
Chief of SayYessers



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

Η AVIN στηρίζει το Make-A-Wish Ελλάδος και δίνει δύναμη στις παιδικές ευχές



Με επίκεντρο την αξία της προσφοράς, η AVIN ενώνει τις δυνάμεις της με το Make-A-Wish Ελλάδος, συμβάλλοντας στην πραγματοποίηση ευχών παιδιών που νοσούν από σοβαρές ασθένειες.

Για περισσότερα από 30 χρόνια, το Make-A-Wish Ελλάδος χαρίζει χαμόγελα και ελπίδα σε παιδιά που δίνουν τη δική τους μάχη, μετατρέποντας τις πιο βαθιές τους επιθυμίες σε πραγματικότητα. Κάθε ευχή δεν είναι απλώς μια όμορφη στιγμή, αλλά μια ανάσα αισιοδοξίας για τα ίδια και τις οικογένειές τους.

Στο πλαίσιο αυτής της συνεργασίας, η AVIN εγκαινιάζει την πρωτοβουλία «AVIN Στηρίζω», με στόχο τη διαρκή υποστήριξη δράσεων που έχουν ουσιαστικό κοινωνικό αποτύπωμα. Η αρχή γίνεται με τα παιδιά και τις ευχές τους, σηματοδοτώντας ένα ταξίδι προσφοράς με συνέχεια.

Όπως επισημαίνει η Μαρία Κανάκη, κάθε παιδί αξίζει να ονειρεύεται και να χαμογελά, ενώ η ενίσχυση τέτοιων πρωτοβουλιών αποτελεί έμπρακτη δέσμευση της εταιρείας προς την κοινωνία.

Η δράση υποστηρίζεται από ολοκληρωμένο πλάνο επικοινωνίας καθ' όλη τη διάρκεια της χρονιάς, καθώς και από τηλεοπτική καμπάνια που βρίσκεται ήδη στον αέρα.

Με αυτή την πρωτοβουλία, η AVIN επιβεβαιώνει ότι η ενέργεια δεν αφορά μόνο τη μετακίνηση, αλλά και τη δύναμη να στεκόμαστε δίπλα σε όσους έχουν ανάγκη, κάνοντας τη διαφορά εκεί που πραγματικά μετρά.

Green News

MyPlanet UltraBag+: Η σακούλα απορριμμάτων γίνεται βιώσιμη επιλογή

Η εποχή που οι σακούλες απορριμμάτων αποτελούσαν μια «ενοχική» επιλογή για το περιβάλλον αλλάζει. Η MyPlanet παρουσιάζει τη νέα σειρά UltraBag+, φέρνοντας στην ελληνική αγορά μια καινοτόμα πρόταση από 100% ανακυκλωμένο πλαστικό, πιστοποιημένη με το ευρωπαϊκό πρότυπο Recyclclass.

Η UltraBag+ ενσωματώνει στην πράξη την κυκλική οικονομία, περιορίζοντας τη χρήση νέων πρώτων υλών και αξιοποιώντας υπάρχοντα υλικά. Με τεχνολογία Hi-Stretch Strength και 100% στεγανότητα, αποδεικνύει ότι η βιωσιμότητα μπορεί να συνδυαστεί με υψηλή αντοχή και αξιοπιστία στην καθημερινότητα.

Παράλληλα, το MyPlanet επενδύει στη βιωματική εκπαίδευση της νέας γενιάς. Μέσα από το πρόγραμμα «Είναι στο χέρι σου!», σε συνεργασία με την Save Your Hood, διοργανώνεται δράση καθαρισμού στην παραλία του Φλοίσβου στις 16 Μαΐου, όπου οι σακούλες θα δοκιμαστούν σε πραγματικές συνθήκες. Οι συμμετέχοντες θα δουν στην πράξη την ανθεκτικότητα και τη λειτουργικότητα της UltraBag+, μετατρέποντας μια απλή περιβαλλοντική δράση σε ζωντανό μάθημα βιωσιμότητας. Η πρωτοβουλία αυτή ενισχύει το κοινωνικό αποτύπωμα του brand, συνδέοντας την καθημερινή επιλογή με ουσιαστική προσφορά.

Μάθετε περισσότερα για την πρωτοβουλία «Είναι στο χέρι σου!» εδώ: [MyPlanet - Είναι στο χέρι σου](#)

Με τη νέα UltraBag+, το MyPlanet αποδεικνύει ότι ακόμη και οι μικρές επιλογές μπορούν να κάνουν τη μεγάλη διαφορά για το περιβάλλον.



Τα κακά νέα είναι ότι δεν μπορείς να τα έχεις όλα. Τα καλά νέα είναι ότι δεν τα χρειάζεσαι όλα...



Σήμερα, ας ξεκινήσουμε με μια αλήθεια που μπορεί στην αρχή να μοιάζει σκληρή, αλλά στην πραγματικότητα είναι το μεγαλύτερο δώρο που μπορείς να κάνεις στον εαυτό σου. Η ιδέα ότι μπορούμε να τα έχουμε όλα –την τέλεια καριέρα, την ιδανική οικογένεια, το αψεγάδιαστο σώμα, τις αμέτρητες κοινωνικές επαφές και τον χρόνο για κάθε πιθανό ενδιαφέρον– είναι ένας μύθος που μας εξαντλεί. Τα κακά νέα είναι, λοιπόν, ότι δεν μπορείς να τα έχεις όλα. Η ζωή είναι μια σειρά από επιλογές και κάθε φορά που λες «ναι» σε κάτι, λες αναγκαστικά «όχι» σε κάτι άλλο. Όμως, εδώ κρύβεται η μαγεία: τα καλά νέα είναι ότι δεν τα χρειάζεσαι όλα για να νιώθεις πλήρης.

Η παγίδα της αφθονίας και το κυνήγι του ανέφικτου

Η σύγχρονη πραγματικότητα μας έχει πείσει ότι η ευτυχία βρίσκεται στη συσσώρευση. Συσσώρευση εμπειριών, αντικειμένων, τίτλων και επιτευγμάτων. Αυτή η διαρκής καταδίωξη του «περισσότερου» δημιουργεί ένα μόνιμο

αίσθημα έλλειψης. Ακόμα και όταν κατακτούμε έναν στόχο, το βλέμμα μας στρέφεται αμέσως στον επόμενο, φοβούμενοι μήπως χάσουμε κάτι καλύτερο που συμβαίνει κάπου αλλού.

Αυτή η κατάσταση μας οδηγεί σε μια πνευματική και σωματική κόπωση. Προσπαθούμε να χωρέσουμε δέκα ζωές μέσα σε μία, με αποτέλεσμα να μην ζούμε καμία από αυτές σε βάθος. Η προσπάθεια να τα έχουμε όλα μας κάνει να διαχέουμε την ενέργειά μας σε τόσες πολλές κατευθύνσεις, που τελικά δεν αφήνουμε το αποτύπωμά μας πουθενά. Η παραδοχή ότι ο χρόνος και οι δυνάμεις μας είναι περιορισμένες δεν είναι ήττα, είναι η αναγνώριση της ανθρωπίνης φύσης μας.

Γιατί δεν χρειάζεσαι τα «πάντα»

Αν κάποιος και αναλογιστεί τις στιγμές που ένιωσες πραγματικά ευτυχισμένος, θα διαπιστώσεις ότι δεν ήταν οι στιγμές που είχες τα πάντα, αλλά οι στιγμές που αυτό

που είχες ήταν αρκετό. Η πληρότητα δεν προέρχεται από την ποσότητα, αλλά από τη συνάφεια των επιλογών μας με τις πραγματικές μας αξίες.

Χρειάζεσαι όλα τα ρούχα που υπάρχουν στις βιτρίνες; Χρειάζεσαι να είσαι παρών σε κάθε κοινωνική εκδήλωση; Χρειάζεται να γνωρίζεις τα πάντα για την επικαιρότητα κάθε λεπτό της ημέρας;

Η απάντηση είναι ένα λυτρωτικό όχι. Όταν σταματάς να προσπαθείς να καλύψεις κάθε πιθανή ανάγκη που σου επιβάλλει ο έξω κόσμος, αρχίζεις να ανακαλύπτεις τι είναι αυτό που πραγματικά δίνει νόημα στη δική σου ζωή. Η επιλεκτικότητα είναι μια μορφή ευφυΐας.

Η τέχνη της απώλειας και η ελευθερία της επιλογής

Το να αποδέχεσαι ότι δεν μπορείς να τα έχεις όλα σημαίνει ότι αποδέχεσαι την απώλεια. Και η απώλεια είναι απαραίτητη για να υπάρξει εστίαση. Όταν επιλέγεις να αριστεύσεις σε έναν τομέα, ίσως χρειαστεί να μείνεις πίσω σε έναν άλλον. Όταν επιλέγεις να αφιερώσεις χρόνο στην ηρεμία σου, ίσως χάσεις μια επαγγελματική ευκαιρία. Και αυτό είναι εντάξει.

Η ελευθερία δεν βρίσκεται στο να έχεις όλες τις πόρτες ανοιχτές. Μια ζωή με όλες τις πόρτες ανοιχτές είναι μια ζωή γεμάτη ρεύματα αέρα που δεν σου επιτρέπουν να σταθείς πουθενά. Η πραγματική ελευθερία βρίσκεται στην απόφαση να κλείσεις κάποιες πόρτες για να μπορέσεις να κατοικήσεις με ησυχία στο δωμάτιο που επέλεξες. Η επιλογή σου δίνει δύναμη, γιατί μετατρέπει τη ζωή σου από μια σειρά τυχαίων γεγονότων σε ένα προσωπικό έργο τέχνης.



Η ικανοποίηση του «αρκετού»

Υπάρχει μια λέξη που έχουμε ξεχάσει: το «αρκετό». Το αρκετό είναι το σημείο όπου η ανάγκη συναντά την ικανοποίηση χωρίς την υπερβολή. Όταν μαθαίνεις να αναγνωρίζεις το αρκετό, ο κόσμος παύει να είναι ένας στίβος μάχης και γίνεται ένας κήπος.

Δεν χρειάζεσαι χίλιους φίλους, χρειάζεσαι μερικούς ανθρώπους που να σε καταλαβαίνουν βαθιά. Δεν χρειά-



ζεσαι το μεγαλύτερο σπίτι, χρειάζεσαι έναν χώρο που να σε ηρεμεί. Δεν χρειάζεσαι την πιο εντυπωσιακή καριέρα, χρειάζεσαι μια εργασία που να σου προσφέρει αξιοπρέπεια και σκοπό. Όταν μετατοπίζεις το κέντρο βάρους από το «όλα» στο «ουσιαστικό», το άγχος υποχωρεί και τη θέση του παίρνει η ευγνωμοσύνη.

Το συμπέρασμα: Πες «ναι» στην αλήθεια σου

Το πιο σημαντικό «ναι» είναι αυτό που λέμε στην αλήθεια μας. Και η αλήθεια είναι ότι είμαστε περιορισμένα όντα με απέραντη όμως ικανότητα για αγάπη και δημιουργία, αρκεί να μην την σπαταλάμε στα περιττά.

Πρακτικά βήματα προς την απλότητα

Πώς μπορούμε να εφαρμόσουμε αυτή τη φιλοσοφία στην καθημερινότητά μας;

Καθάρισε το πρόγραμμά σου: Δες ποιες από τις υποχρεώσεις σου είναι πραγματικά απαραίτητες και ποιες τις κάνεις απλώς επειδή νιώθεις ότι «πρέπει». Αφησε χώρο για το τίποτα.

Περίορισε τις επιθυμίες σου: Πριν αγοράσεις κάτι ή δεσμευτείς σε μια νέα δραστηριότητα, αναρωτήσου: «Αυτό προσθέτει αξία στη ζωή μου ή απλώς γεμίζει ένα κενό?».

Εστίασε στο βάθος, όχι στο πλάτος: Διάλεξε λίγα πράγματα και κάνε τα καλά. Διάβασε ένα βιβλίο με προσοχή αντί να ξεφυλλίσεις δέκα. Μίλησε με έναν άνθρωπο ουσιαστικά αντί να κάνεις δέκα επιφανειακές συζητήσεις.

Αγκάλιασε το «όχι»: Το «όχι» στους άλλους είναι συχνά ένα «ναι» στον εαυτό σου. Είναι η ασπίδα που προστατεύει τον χρόνο και την ενέργειά σου.

Τα κακά νέα δεν είναι τελικά και τόσο κακά. Η αδυναμία μας να τα έχουμε όλα είναι αυτό που κάνει την κάθε μας επιλογή μοναδική και πολύτιμη. Αν μπορούσαμε να τα έχουμε όλα, τίποτα δεν θα είχε σημασία. Τώρα που ξέρεις ότι δεν τα χρειάζεσαι όλα, μπορείς επιτέλους να πάρεις μια βαθιά ανάσα και να απολαύσεις αυτό που έχεις μπροστά σου. Και αυτό, φίλε μου, είναι υπεραρκετό.



Tip of the Day: Σήμερα, κάνε μια λίστα με τρία πράγματα που κυνηγάς και συνειδητοποίησε ότι δεν τα χρειάζεσαι πραγματικά. Διέγραψε τα και νιώσε το βάρος να φεύγει από τους ώμους σου. Η ελευθερία ξεκινά από τη στιγμή που σταματάς να ζητάς την άδεια του κόσμου για να είσαι ευτυχισμένος με τα λίγα και τα καλά.

«Adopt a πανηγύρι»: Η ΦΙΕ ΕΛΛΑΣ ενισχύει την ελληνική παράδοση και τις μνήμες που μένουν ανεξίτηλες



Η ΦΙΕ ΕΛΛΑΣ επιστρέφει δυναμικά στον πυρήνα της ελληνικής παράδοσης, παρουσιάζοντας τη νέα πρωτοβουλία «Adopt a πανηγύρι», μια ενέργεια που αναδεικνύει τη σημασία των τοπικών γιορτών και καλεί το κοινό να συμμετάσχει ενεργά στη στήριξή τους.

Μέσα από το microsite, από τις 5 Μαΐου έως τις 10 Ιουνίου, οι συμμετέχοντες έχουν τη δυνατότητα να προτείνουν το αγαπημένο τους πανηγύρι, με στόχο να ενισχυθεί και να διατηρηθεί τον αυθεντικό του χαρακτήρα. Συνολικά, εννέα πανηγύρια —ένα από κάθε γεωγραφικό διαμέρισμα της χώρας— θα επιλεγούν για να λάβουν οικονομική υποστήριξη, καθώς και ένα ολοκληρωμένο «Πανηγύρι kit» που θα αναβαθμίσει την εμπειρία της διοργάνωσης.

Παράλληλα, η δράση συνοδεύεται από διαγω-

νισμό με πλούσια δώρα, όπως ταξιδιωτικά vouchers, συλλεκτικά kits και προϊόντα ΦΙΕ, ενισχύοντας ακόμη περισσότερο τη συμμετοχή του κοινού.

Για τη ΦΙΕ ΕΛΛΑΣ, το πανηγύρι δεν είναι απλώς μια εκδήλωση, αλλά ένα κομμάτι της ελληνικής ταυτότητας, γεμάτο αναμνήσεις, μουσική και ανθρώπινες στιγμές. Με τη νέα αυτή πρωτοβουλία, επιβεβαιώνει τη διαχρονική της σύνδεση με το ελληνικό καλοκαίρι, στηρίζοντας έμπρακτα τις κοινότητες και την πολιτιστική τους κληρονομιά.

Ο Όμιλος Furlis ενισχύει τη συμπερίληψη στην εργασία μέσω συνεργασίας με το Εργαστήρι Ειδικής Αγωγής «ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ»

Ο Όμιλος Furlis προχωρά σε μια ουσιαστική πρωτοβουλία κοινωνικής υπευθυνότητας, ενισχύοντας την επαγγελματική συμπερίληψη ατόμων με νοητική αναπηρία και αυτισμό, μέσα από συνεργασία με το Εργαστήρι Ειδικής Αγωγής «ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ». Στο πλαίσιο της δράσης, έχουν ήδη πραγματοποιηθεί τέσσερις προσλήψεις σε brands του Ομίλου, όπως τα IKEA, INTERSPORT και Foot Locker.

Η πρωτοβουλία εντάσσεται σε ένα ευρύτερο πλάνο δράσεων για την προώθηση της διαφορετικότητας και της ισότητας στον χώρο εργασίας. Παράλληλα, ο Όμιλος υλοποιεί ελέγχους προσβασιμότητας στα καταστήματά του και εκπαιδευτικά προγράμματα για το προσωπικό, ενισχύοντας ένα περιβάλλον που σέβεται και αναδεικνύει τη μοναδικότητα κάθε εργαζομένου.

Όπως δήλωσε η Λήδα Φουρλή, Διευθύντρια Βιώσιμης Ανάπτυξης, στόχος είναι η δημιουργία ουσιαστικών ευκαιριών απασχόλησης και η ενίσχυση μιας αγοράς εργασίας ανοιχτής σε όλους. Από την πλευρά του, το «ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ» προσφέρει εκπαίδευση, επαγγελματική κατάρτιση και συνεχή υποστήριξη μέσω job coaching, διευκολύνοντας την ομαλή ένταξη των εργαζομένων.

Η συνεργασία βασίζεται στη μεθοδολογία της Υποστηριζόμενης Εργασίας και αναμένεται να επεκταθεί, δημιουργώντας ακόμη περισσότερες ευκαιρίες για ανθρώπους που αντιμετωπίζουν εμπόδια στην πρόσβαση στην εργασία.



Η ημέρα της μητέρας: Η γυναίκα που δεν σταματά ποτέ και το μεγάλο «ευχαριστώ» που της χρωστάμε



Η ημέρα της μητέρας, 10 Μαΐου 2026. Ας αφήσουμε για λίγο τα υπερβολικά στολίδια και τις μελό αναλύσεις. Η μητρότητα δεν είναι μόνο τρυφερά νανουρίσματα και αγκαλιές. Είναι η πιο σκληρή, απαιτητική και ανθεκτική δουλειά στον κόσμο, που δεν έχει ωράρια, δεν έχει άδειες και, τις περισσότερες φορές, δεν έχει καν αναγνώριση. Ας πούμε σήμερα ένα μεγάλο ευχαριστώ στη γυναίκα που αποτελεί τη ραχοκοκαλιά της ζωής μας, όχι επειδή είναι «άγια», αλλά επειδή είναι η πιο δυνατή παίκτρια στην αρένα της καθημερινότητας.

Η μηχανή που κινεί τα πάντα

Αν κάτσεις να παρατηρήσεις μια μητέρα σήμερα, θα δεις έναν άνθρωπο που εκτελεί χίλιες εργασίες ταυτόχρονα. Είναι η διαχειρίστρια του σπιτιού, η επαγγελματίας που παλεύει στην αγορά εργασίας, η εφοδιαστική αλυσίδα που φροντίζει να μην λείπει τίποτα και ο ψυχολόγος που πρέπει να μαζέψει τα σπασμένα όλων των υπόλοιπων. Η μητέρα του 2026 δεν έχει την πολυτέλεια να είναι μόνο «μητέρα». Πρέπει να είναι αποτελεσματική, γρήγορη και πάντα διαθέσιμη.

Αυτό που συχνά θεωρούμε αυτονόητο –ότι η μαμά θα τα κανονίσει όλα– είναι στην πραγματικότητα ένας άθλος. Η ημέρα αυτή υπάρχει για να μας υπενθυμίσει ότι αυτή η «μηχανή» χρειάζεται καύσιμα. Και το καύσιμο της μητέρας είναι η εκτίμηση. Όχι η τυπική, αλλά η ουσιαστική παραδοχή ότι χωρίς εκείνη, το οικοδόμημα θα κατέρρεε σε λίγα λεπτά.

Η αλήθεια πίσω από τον ρόλο

Ας μιλήσουμε ειλικρινά: η μητέρα είναι ο άνθρωπος που έχει δει τον χειρότερο εαυτό μας και επέλεξε να μείνει. Είναι εκείνη που δέχεται τα νεύρα μας, τις αποτυχίες μας και τις επαναστάσεις μας, λειτουργώντας ως ο απόλυτος κυματοθραύστης. Το να είσαι μητέρα σημαίνει να παίρνεις το βάρος των άλλων πάνω σου για να τους βοηθήσεις να πετάξουν.

Συχνά, μέσα σε αυτή τη διαδρομή, η γυναίκα χάνεται πίσω από τη μάνα. Ξεχνάει τα δικά της χόμπι, τις δικές της ανάγκες για ησυχία, τις δικές της επιθυμίες. Η ημέρα της μητέρας είναι η στιγμή που εμείς, τα παιδιά της –μικρά ή μεγάλα– πρέπει να της δώσουμε τον χώρο να είναι ξανά



ο εαυτός της. Να της πούμε «σε βλέπω», «καταλαβαίνω πόσο κουράζεσαι» και «είμαι εδώ για σένα, όπως είσαι εσύ για μένα».

Το «να» στη γυναίκα-στήριγμα

Στο «Say Yes» πιστεύουμε στις αληθινές σχέσεις. Και η σχέση με τη μητέρα είναι η πιο αληθινή γιατί είναι η πιο ακατέργαστη. Δεν χρειάζονται ακριβά δώρα που θα καταλήξουν σε κάποιο ράφι. Χρειάζεται πράξεις που θα της ελαφρύνουν το φορτίο.

Πάρε την ευθύνη: Μην την ρωτήσεις «τι να κάνω;», απλώς κάν' το. Καθάρισε, μαγείρευσε, τακτοποίησε κάτι που ξέρεις ότι την απασχολεί.

Άκουσε χωρίς να διακόπτεις: Δώσε της την ευκαιρία να μιλήσει για τη δική της μέρα, για τις δικές της σκέψεις.

Αναγνώρισε την προσπάθεια: Ένα ειλικρινές «μπράβο για όλα όσα καταφέρνεις» έχει μεγαλύτερη αξία από χίλια τριαντάφυλλα.



Η κληρονομιά της δύναμης

Η μητέρα μας είναι το πρώτο μας πρότυπο για το πώς να αντιμετωπίζουμε τις δυσκολίες. Από εκείνη μαθαίνουμε την υπομονή, την επιμονή και την τέχνη του να σηκώνεσαι όταν πέφτεις. Αυτή η δύναμη μεταγγίζεται σε εμάς μέρα με τη μέρα, μέσα από τις πράξεις της και όχι μόνο μέσα από τα λόγια της.

Είτε είναι η βιολογική μας μητέρα, είτε η γυναίκα που μας στάθηκε σαν μάνα, η ουσία παραμένει η ίδια: είναι ο άνθρωπος που πίστεψε σε εμάς πριν καν συστηθούμε στον κόσμο. Είναι η πρώτη μας πατρίδα και το μόνιμο λιμάνι μας.

Tip of the Day: Η καλύτερη γιορτή για μια μητέρα είναι μια μέρα χωρίς υποχρεώσεις. Χαρίστε της «ρεπό» από όλα. Αναλάβετε τα πάντα εσείς και αφήστε την να απολαύσει τον καφέ της, το βιβλίο της ή απλώς την ησυχία της. Η ελευθερία είναι το καλύτερο δώρο που μπορείς να προσφέρεις σε έναν άνθρωπο που προσφέρει διαρκώς.

Η νέα τηλεοπτική καμπάνια της ΦΙΞ Άνευ «παίζει» με τους κανόνες του γραφείου



Η ΦΙΞ Άνευ παρουσιάζει τη νέα της τηλεοπτική καμπάνια, φέρνοντας στο προσκήνιο με χιούμορ και αμεσότητα την καθημερινότητα του γραφείου. Μέσα από μια ευρηματική προσέγγιση, η καμπάνια αναδεικνύει τους άγραφους κανόνες της εργασιακής ζωής – όλα εκείνα που «επιτρέπονται» και όσα... όχι.

Με playful διάθεση, το concept εστιάζει στις μικρές αντιφάσεις της ημέρας: τα deadlines, τους κανόνες συμπεριφοράς και τη ρουτίνα, αντιπαραβάλλοντάς τα με μια απλή αλλά ουσιαστική αλήθεια – ότι η απόλαυση δεν χρειάζεται περιορισμούς. Και εκεί έρχεται η ΦΙΞ Άνευ, προσφέροντας μια εναλλακτική που συνδυάζει γεύση και ελευθερία, χωρίς αλκοόλ και χωρίς συμβιβασμούς.

Η καμπάνια ενισχύει τη σύγχρονη ταυτότητα της μάρκας, απευθυνόμενη σε ένα κοινό που αναζητά ισορροπία ανάμεσα στην καθημερινή υποχρέωση και τις μικρές στιγμές χαλάρωσης. Διαθέσιμη σε τρεις διαφορετικές γεύσεις, η ΦΙΞ Άνευ προσφέρει δροσιά και απόλαυση οποιαδήποτε στιγμή της ημέρας – ακόμη και στο γραφείο.

Με αυτή τη νέα επικοινωνία, η ΦΙΞ Άνευ επιβεβαιώνει ότι η απόλαυση μπορεί να είναι ελεύθερη, αυθεντική και απόλυτα συμβατή με τον σύγχρονο τρόπο ζωής.

Δείτε [εδώ](#) τη νέα τηλεοπτική καμπάνια.

Agenda

Eurovision Warm-Up Karaoke: Η δική σας στιγμή στη σκηνή του Hard Rock Cafe Athens!

Λίγο πριν την κορύφωση του μεγαλύτερου μουσικού διαγωνισμού της Ευρώπης, το Hard Rock Cafe Athens προσκαλεί τους λάτρεις της Eurovision σε μια ξεχωριστή Warm-Up Karaoke βραδιά, την Παρασκευή 15 Μαΐου στις 20:00.

Στον εμβληματικό χώρο του Hard Rock Cafe Athens (Αδριανού 52, Μοναστηράκι), η σκηνή μεταμορφώνεται σε ένα μικρό... Eurovision stage, δίνοντας την ευκαιρία στο κοινό να ερμηνεύσει ζωντανά αγαπημένες επιτυχίες που έχουν γράψει ιστορία στον θεσμό. Πρόκειται για μια διαδραστική εμπειρία που συνδυάζει μουσική, διασκέδαση και αυθεντικό ευρωπαϊκό pop κλίμα, ιδανική για παρέες και fans του διαγωνισμού.

Η συμμετοχή κοστίζει 10€ ανά άτομο και περιλαμβάνει ένα ποτήρι μπίρα, κρασί ή αναψυκτικό, προσφέροντας την ιδανική αφορμή για μια ολοκληρωμένη βραδιά ψυχαγωγίας στο κέντρο της Αθήνας.

Λόγω της αυξημένης ζήτησης και των περιορισμένων θέσεων, οι ενδιαφερόμενοι καλούνται να εξασφαλίσουν έγκαιρα τη συμμετοχή τους μέσω της πλατφόρμας Link2Ticket – Αγορά Εισιτηρίων, καθώς και να πραγματοποιήσουν κράτηση τραπεζιού μέσω της επίσημης ιστοσελίδας του [Hard Rock Cafe Athens](#).

Μην χάσετε την ευκαιρία να ζήσετε τη δική σας Eurovision στιγμή στη σκηνή και να μπείτε στο κλίμα του μεγάλου τελικού, με τον πιο διασκεδαστικό τρόπο!



Costa Navarino Soundtrack 2026: Το καλοκαίρι αποκτά τον δικό του ρυθμό στη Μεσσηνία

Το Costa Navarino Soundtrack επιστρέφει για δεύτερη χρονιά, μετατρέποντας τη Μεσσηνία σε έναν ζωντανό μουσικό καμβά όπου κάθε στιγμή έχει τον δικό της ήχο. Περισσότερο από ένα απλό πρόγραμμα συναυλιών, αποτελεί μια ολοκληρωμένη εμπειρία που ενσωματώνει τη μουσική στην καθημερινότητα του προορισμού, φέρνοντας κοντά επισκέπτες, κατοίκους και την τοπική κοινότητα.

Σε συνεργασία με το gazarte, έναν από τους σημαντικότερους πολιτιστικούς οργανισμούς της χώρας, η φετινή διοργάνωση παρουσιάζει ένα πολυδιάστατο πρόγραμμα με Έλληνες και διεθνείς καλλιτέχνες, θεματικά φεστιβάλ και ξεχωριστές βραδιές. Στο επίκεντρο βρίσκονται οι μεγάλες συναυλίες στο Navarino Hills, έναν νέο χώρο διεθνών προδιαγραφών, όπου η μουσική συναντά το φυσικό τοπίο κάτω από τον καλοκαιρινό ουρανό.

Το line-up εντυπωσιάζει: από την ιδιαίτερη παρουσία της LP (Laura Pergolizzi), μέχρι τον Μιχάλη Χατζηγιάννη και τη συνάντηση της Αλκηστης Πρωτοψάλτη με τον Νίκο Πορτοκαλόγλου, το πρόγραμμα ισορροπεί ανάμεσα στο συναίσθημα και τη δυναμική σκηνική ενέργεια. Παράλληλα, ο Goran Bregović και οι Parovoz Stelar μαζί με τους Kadobostany υπόσχονται βραδιές που ξεπερνούν τα όρια της συναυλίας και μετατρέπονται σε εμπειρίες.



Ξεχωριστή θέση στο πρόγραμμα κατέχουν τα Candlelit Full Moon Nights στη Navarino Agora. Με τη συμμετοχή της Κρατικής Ορχήστρας Αθηνών, οι βραδιές αυτές συνδυάζουν το φως της πανσελήνου με διαχρονικές μελωδίες, δημιουργώντας μια σχεδόν κινηματογραφική ατμόσφαιρα. Από τα έργα των Χατζιδάκι και Θεοδώρακη έως τις διεθνείς συνθέσεις του Vivaldi και του Piazzolla, η μουσική αποκτά νέα διάσταση.

Το Messinian Jazz Festival φέρνει σύγχρονες jazz προσεγγίσεις, με καλλιτέχνες όπως ο Gianluca Petrella και η Irene Reig, ενώ τα gazarte Nights γεμίζουν τη Navarino Agora με αγαπημένα ονόματα της ελληνικής σκηνής, όπως ο Πάνος Μουζουράκης και ο Κωστής Μαραβέγιας. Την εμπειρία συμπληρώνουν οι Stand-Up Comedy Nights, αποδεικνύοντας ότι η ψυχαγωγία εδώ δεν περιορίζεται μόνο στη μουσική.

Το Costa Navarino Soundtrack 2026 δεν είναι απλώς μια σειρά εκδηλώσεων. Είναι μια πρόταση ζωής, όπου η τέχνη, η φύση και η ανθρώπινη επαφή συνυπάρχουν αρμονικά. Ένα καλοκαίρι που δεν ακούγεται απλώς – βιώνεται.



Δείτε το σχετικό video [εδώ](#).



Aegean Beauty: Ο Μάιος είναι εδώ – ώρα για ανανέωση και καλοκαιρινή προετοιμασία

Ο Μάιος, ο πιο φωτεινός και ανθισμένος μήνας της άνοιξης, σηματοδοτεί την ιδανική περίοδο για να φροντίσουμε τον εαυτό μας και να υποδεχτούμε το καλοκαίρι με ενέργεια και αισιοδοξία. Στην Aegean Beauty, η εποχή αυτή είναι συνώνυμη με την ανανέωση, την ευεξία και τη φυσική λάμψη.

Η αλλαγή ξεκινά από τη διάθεση. Φωτεινά ρούχα, χρώματα και χρόνος στον καθαρό αέρα μπορούν να μεταμορφώσουν την καθημερινότητά μας. Τα μαλλιά αποκτούν ελευθερία μέσα από χαλαρά χτενίσματα, ενώ η ενυδάτωση γίνεται βασικός σύμμαχος για υγεία και λάμψη από μέσα προς τα έξω.

Ιδιαίτερη σημασία έχει και η φροντίδα της επιδερμίδας. Η καθημερινή ενυδάτωση με προϊόντα που προσφέρουν ελαστικότητα και προστασία προετοιμάζει το δέρμα για τις πιο ζεστές ημέρες, ενώ η χρήση αντηλιακού είναι απαραίτητη για ασφαλή έκθεση στον ήλιο.

Η διατροφή του Μαΐου γεμίζει χρώματα και θρεπτικά στοιχεία. Φρέσκα φρούτα και δροσερές σαλάτες προσφέρουν ενέργεια και ευεξία, ενώ μια ισορροπημένη ρουτίνα με ποιοτικό ύπνο και σωστή διατροφή ενισχύει τη συνολική εικόνα μας.

Παράλληλα, η φυσική δραστηριότητα, όπως ένας περίπατος ή μια ποδηλατάδα, συμβάλλει στη βελτίωση της διάθεσης και της φυσικής κατάστασης. Ο Μάιος μάς καλεί να κινηθούμε, να απολαύσουμε τη φύση και να γεμίσουμε θετική ενέργεια.

Η UGG παρουσιάζει τη Harmony Collection: Το καλοκαίρι αλλιώς



Η UGG επαναπροσδιορίζει το καλοκαιρινό της ύφος με τη νέα Harmony Collection, φέρνοντας μια φρέσκια, σύγχρονη εκδοχή των iconic σχεδίων της.

Με κεντρικό μήνυμα «Reinvented for summer», η συλλογή αντλεί έμπνευση από την έννοια της εξέλιξης: τα κλασικά στοιχεία που έχουν ταυτιστεί με το brand ανανεώνονται, προσαρμόζονται και αποκτούν νέα δυναμική για τους πιο ζεστούς μήνες του χρόνου. Η UGG διατηρεί την άνεση που την χαρακτηρίζει, ενσωματώνοντας παράλληλα ελαφριά υλικά και καλοκαιρινές γραμμές.

Η Harmony Collection εστιάζει σε effortless στυλ, συνδυάζοντας casual αισθητική με σύγχρονες λεπτομέρειες. Τα looks κινούνται σε μια φυσική παλέτα, ιδανική για καθημερινές εμφανίσεις που ισορροπούν ανάμεσα στην άνεση και το σύγχρονο design.

Η νέα καμπάνια παρουσιάζει τέσσερις προσωπικότητες σε εξωτερικούς χώρους, αναδεικνύοντας την ελευθερία έκφρασης και την ευελιξία της συλλογής. Η εικόνα αποτυπώνει τη μετάβαση σε μια πιο ανάλαφρη εποχή, όπου το στυλ προσαρμόζεται στον ρυθμό του καλοκαιριού.

Με τη Harmony Collection, η UGG αποδεικνύει ότι τα icons δεν μένουν στάσιμα – εξελίσσονται και συνεχίζουν να διαμορφώνουν το επόμενο κεφάλαιο της μόδας.

Τα καλλυντικά σου ίσως κρύβουν βακτήρια: πότε πρέπει να τα αποχωρίζεσαι



Τα καλλυντικά μας μπορεί να δείχνουν αθώα, όμως κρύβουν μια... μικρή παγίδα: τα βακτήρια. Από τη στιγμή που ανοίγουμε ένα προϊόν και αρχίζουμε να το χρησιμοποιούμε, εισάγουμε μικροοργανισμούς στο εσωτερικό του. Σε συνδυασμό με την υγρασία, αυτά μπορούν να πολλαπλασιαστούν και να προκαλέσουν ερεθισμούς, ακμή ή ακόμη και λοιμώξεις. Ναι, τα καλλυντικά λήγουν – ακόμη κι αν δεν το γράφουν ξεκάθαρα στη συσκευασία.

Μία από τις πιο «ευαίσθητες» κατηγορίες είναι η μάσκα και το eyeliner. Ό,τι έρχεται σε επαφή με τη γραμμή του ματιού πρέπει να αντικαθίσταται περίπου κάθε τρεις μήνες από το άνοιγμα. Είναι από τα προϊόντα που μολύνονται πιο εύκολα, γι' αυτό μια καλή πρακτική είναι να σημειώνεις την ημερομηνία ανοίγματος πάνω στη συσκευασία ή να προτιμάς μικρότερα μεγέθη για να αποφεύγεις τη σπατάλη.

Τα υγρά και κρεμώδη προϊόντα, όπως foundation, concealer και ρουζ σε μορφή cream ή balm, έχουν διάρκεια ζωής από 6 έως 12 μήνες. Αν το προϊόν βρίσκεται σε συσκευασία όπου βάζεις τα δάχτυλά σου, ο κίνδυνος επιμόλυνσης αυξάνεται. Ένα απλό «τεστ»: Αν δεις ότι το προϊόν διαχωρίζεται γρήγορα όταν το ανακινείς, πιθανότατα έχει αλλοιωθεί.

Αντίθετα, τα προϊόντα σε μορφή πούδρας – όπως σκιές ματιών – και τα κραγιόν, έχουν μεγαλύτερη διάρκεια ζωής, περίπου 12 έως 24 μήνες. Επειδή είναι πιο σταθερά, δεν χρειάζεται πανικός με τις ημερομηνίες, αλλά καλό είναι να τα αντιμετωπίζεις ως ενδεικτικές οδηγίες και να εμπιστευτείς και την αίσθηση ή την οσμή τους.

Το βασικό μήνυμα; Η σωστή χρήση και η τακτική ανανέωση των καλλυντικών δεν είναι θέμα πολυτέλειας, αλλά υγείας. Ένα καθαρό νεσεσέρ σημαίνει καθαρή επιδερμίδα – και αυτό είναι το καλύτερο beauty tip που μπορείς να ακολουθήσεις.

Ήξερες ότι...

...μια μάσκα μπορεί να φιλοξενήσει εκατομμύρια βακτήρια μέσα σε λίγες εβδομάδες από το άνοιγμα;

...το 70% των ανθρώπων χρησιμοποιεί καλλυντικά μετά την ημερομηνία λήξης τους;

...κάθε φορά που βουτάς τα δάχτυλά σου σε ένα βαζάκι κρέμας, μεταφέρεις βακτήρια από το δέρμα σου μέσα στο προϊόν;

...τα καλλυντικά ματιών είναι τα πιο «επικίνδυνα» όταν λήξουν, γιατί μπορούν να προκαλέσουν επιπεφυκίτιδα;

...η θερμοκρασία και η υγρασία (π.χ. μπάνιο) μειώνουν σημαντικά τη διάρκεια ζωής των προϊόντων;

...αν ένα προϊόν αλλάξει μυρωδιά, υφή ή χρώμα, έχει ήδη αλλοιωθεί – ακόμα κι αν δεν έχει «λήξει» επίσημα;

...τα πινέλα μακιγιάζ, αν δεν καθαρίζονται συχνά, μεταφέρουν βακτήρια στο δέρμα και μπορούν να προκαλέσουν ακμή;

...τα προϊόντα με αντλία (pump) θεωρούνται πιο υγιεινά από τα βαζάκια, γιατί περιορίζουν την επαφή με τον αέρα και τα μικρόβια;



Η adidas παρουσιάζει τη νέα global καμπάνια «Backyard Legends» ενόψει του FIFA World Cup 2026™

Η adidas αποκαλύπτει τη νέα της διεθνή καμπάνια «Backyard Legends», μια κινηματογραφική παραγωγή που φέρνει στο επίκεντρο τη χαρά του αυθεντικού παιχνιδιού, ενόψει του FIFA World Cup 2026.

Με ένα εντυπωσιακό cast που γεφυρώνει ποδόσφαιρο, μουσική και κινηματογράφο, η καμπάνια έχει ως κεντρικό πρόσωπο τον Timothée Chalamet και πλαισιώνεται από παγκόσμια icons όπως ο Lionel Messi, ο Bad Bunny, ο Jude Bellingham, ο Lamine Yamal και η Trinity Rodman. Συμμετέχουν επίσης οι Ousmane Dembélé, Raphinha, Pedri, Florian Wirtz και Santiago Giménez.

Με αισθητική που αντλεί έμπνευση από τα '90s και σύγχρονα οπτικά εφέ, η καμπάνια αναδεικνύει την ουσία του ποδοσφαίρου: είτε σε ένα αυτοσχέδιο γήπεδο της γειτονιάς είτε στη μεγαλύτερη σκηνή του κόσμου, το παιχνίδι ανήκει σε όσους παίζουν με ελευθερία. Το μήνυμα «You Got This» λειτουργεί ως υπενθύμιση ότι η αυτοπεποίθηση και η αυθεντικότητα είναι το πραγματικό winning mindset.

Οι ίδιοι οι αθλητές μοιράζονται προσωπικές ιστορίες από τα πρώτα τους βήματα, αποδεικνύοντας ότι οι πραγματικοί θρύλοι γεννιούνται στα γήπεδα της γειτονιάς. Η adidas, μέσα από το «Backyard Legends», επαναφέρει στο προσκήνιο την αυθεντική χαρά του παιχνιδιού, εμπνέοντας τη νέα γενιά να δημιουργήσει τους δικούς της θρύλους.

“Now Is Your Spark”: Η Huawei βάζει περισσότερη ενέργεια, κίνηση και έμπνευση στην καθημερινότητα



Η Huawei παρουσίασε στη Μπανγκόκ το παγκόσμιο launch event “Now Is Your Spark”, αποκαλύπτοντας μια νέα γενιά έξυπνων συσκευών που συνδυάζουν τεχνολογία, στυλ και καθημερινή πρακτικότητα. Στο επίκεντρο βρέθηκε η σειρά HUAWEI WATCH FIT 5, μαζί με τα HUAWEI WATCH GT Runner 2 Racing Legend Edition, HUAWEI WATCH ULTIMATE DESIGN Spring Edition και το νέο HUAWEI MatePad Pro Max.

Η σειρά WATCH FIT 5 διατηρεί τον χαρακτηριστικό τετράγωνο σχεδιασμό, αλλά εξελίσσεται με πιο λεπτή αισθητική, φωτεινότερη οθόνη και ανανεωμένα χρώματα. Σχεδιασμένη για τη σύγχρονη καθημερινότητα, ενσωματώνει mini-workouts που επιτρέπουν στους χρήστες να παραμένουν ενεργοί μέσα στη μέρα, χωρίς αυστηρά προγράμματα άσκησης. Παράλληλα, υποστηρίζει δραστηριότητες όπως ποδηλασία, τρέξιμο και τένις, προσφέροντας αναλυτική παρακολούθηση και καθοδήγηση.

Για πιο απαιτητικούς χρήστες, το WATCH GT Runner 2 – Racing Legend Edition, που δημιουργήθηκε σε συνεργασία με τον Eliud Kipchoge, προσφέρει προηγμένα εργαλεία ανάλυσης προπόνησης και βελτιστοποίησης επιδόσεων.

Στον τομέα του design, το WATCH ULTIMATE DESIGN Spring Edition εντυπωσιάζει, συνδυάζοντας τεχνολογία με υψηλή κοσμηματοποιία, μέσα από τη χρήση διαμαντιών και ζαφειριού, σε συνεργασία με τη σχεδιάστρια Francesca Amfitheatrof.

Στην κατηγορία των tablets, το MatePad Pro Max ξεχωρίζει για τον εξαιρετικά λεπτό σχεδιασμό, την OLED PaperMatte οθόνη 13,2 ιντσών και την εμπειρία παραγωγικότητας επιπέδου PC, προσφέροντας ευελιξία για εργασία και δημιουργία.

Με τη νέα αυτή σειρά, η Huawei επενδύει σε ένα οικοσύστημα που ενσωματώνεται φυσικά στην καθημερινότητα, μετατρέποντας την τεχνολογία σε εργαλείο έμπνευσης, ευεξίας και δημιουργικότητας.

LG Electronics: Οι πρώτες ασύρματες τηλεοράσεις με πιστοποίηση "True Wireless Lossless Vision"



Η LG Electronics θέτει ένα νέο παγκόσμιο σημείο αναφοράς, καθώς οι premium ασύρματες τηλεοράσεις της είναι οι πρώτες που λαμβάνουν την πιστοποίηση "True Wireless Lossless Vision" από τον TÜV Rheinland. Η διάκριση αυτή επιβεβαιώνει ότι η ασύρματη μετάδοση εικόνας μπορεί πλέον να προσφέρει πραγματική ποιότητα 4K χωρίς οπτική απώλεια.

Τα μοντέλα LG OLED evo W6 και LG Mini RGB evo MRGB9M πιστοποιήθηκαν για την ικανότητά τους να διατηρούν ακρίβεια χρωμάτων, λεπτομέρεια εικόνας και απόδοση HDR, ακόμα και κατά την ασύρματη μετάδοση. Στην περίπτωση της OLED evo W6, η εμπειρία ενισχύεται με ρυθμό ανανέωσης έως 165Hz, καλύπτοντας απαιτήσεις τόσο για κινηματογραφική θέαση όσο και για gaming υψηλών επιδόσεων.

Η πιστοποίηση βασίζεται σε αυστηρά κριτήρια, όπως η καθυστέρηση εισόδου, η χρωματική πιστότητα και το gamma tracking, διασφαλίζοντας ότι το τελικό αποτέλεσμα παραμένει πιστό στο αρχικό σήμα. Αυτό σημαίνει ότι οι χρήστες μπορούν να απολαμβάνουν περιεχόμενο χωρίς συμβιβασμούς, ακόμα και χωρίς καλώδια.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η σχεδιαστική φιλοσοφία της σειράς, με την OLED evo W6 "Wallpaper" να ξεχωρίζει για το εξαιρετικά λεπτό προφίλ της και τη δυνατότητα τοποθέτησης χωρίς ορατά καλώδια, χάρη στο Zero Connect Box. Παράλληλα, η τεχνολογία Reflection Free Premium μειώνει τις αντανακλάσεις, εξασφαλίζοντας σταθερή ποιότητα εικόνας ακόμη και σε φωτεινούς χώρους. Με αυτή την εξέλιξη, η LG επεκτείνει την ασύρματη εμπειρία τόσο σε OLED όσο και σε LCD τεχνολογίες, προσφέροντας μεγαλύτερη ευελιξία και υψηλή απόδοση. Οι νέες τηλεοράσεις επαναπροσδιορίζουν την οικιακή ψυχαγωγία, συνδυάζοντας design, καινοτομία και κορυφαία ποιότητα εικόνας σε μια πραγματικά ασύρματη εμπειρία θέασης.

Η Αθήνα παίζει σε ρυθμούς NBA: Επιστρέφει το 3on3 Road to Glory της Novibet

Η Novibet, Official Betting Partner του NBA σε Ελλάδα και Κύπρο, φέρνει για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά το "3on3 Road to Glory", μετατρέποντας την Αθήνα στο απόλυτο μπασκετικό hotspot της άνοιξης.

Στις 16 και 17 Μαΐου, το Fokianos Sports Park γίνεται το μεγαλύτερο NBA-inspired υπαίθριο γήπεδο της πόλης, φιλοξενώντας περισσότερους από 400 παίκτες και πάνω από 100 ομάδες. Το event εξελίσσεται σε ένα πολυδιάστατο urban experience με αγώνες υψηλής έντασης, μουσική, interactive challenges και δράσεις για το κοινό. Ξεχωριστή στιγμή αποτελεί η παρουσία του θρυλικού Gary Payton, ο οποίος θα βρεθεί δίπλα σε φιλάθλους και συμμετέχοντες, μεταφέροντας την αυθεντική ενέργεια του NBA στην καρδιά της Αθήνας. Παράλληλα, το event αποκτά και κοινωνικό χαρακτήρα, με φιλανθρωπικό τουρνουά την Κυριακή 17 Μαΐου, όπου θα συμμετάσχουν legends του αθλήματος, μεταξύ των οποίων και ο Βασίλης Σπανούλης.

Στο επίκεντρο της διοργάνωσης βρίσκεται και φέτος το Larry O'Brien Trophy, το αυθεντικό τρόπαιο του NBA, που επιστρέφει αποκλειστικά για το event, προσφέροντας στο κοινό μια μοναδική εμπειρία.

Οι εγγραφές έχουν ήδη ανοίξει και οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή στο roadtoglory.gr.

Το "3on3 Road to Glory" δεν είναι απλώς ένα τουρνουά — είναι η απόλυτη γιορτή του street basketball.



quote of the day

ΤΟ "ΟΛΑ" ΕΙΝΑΙ ΥΠΕΡΕΚΤΙΜΗΜΕΝΟ.
ΤΑ ΣΩΣΤΑ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΑ ΠΟΥ ΚΑΝΟΥΝ
ΤΗ ΔΙΑΦΟΡΑ.

Γιορτάζουν!

8/5
Αρσένιος, Αρσενία, Θεολόγος,
Θεολογία, Μήλιος, Μηλιά, Κασσιόπη

9/5
Χριστόφορος, Χριστοφία, Ησαΐας

10/5
Σίμων



8 Μαΐου

- > Παγκόσμια Ημέρα Ερυθρού Σταυρού και Ερυθράς Ημισελήνου
- > White Lotus Day
- > World Donkey Day
- > World Ovarian Cancer Day
- > Παγκόσμια Ημέρα Θαλασσαμίας
- > No Socks Day
- > School Nurse Day

9 Μαΐου

- > Europe Day
- > Alphabet Magnet Day
- > National Sleepover Day
- > Child Care Provider Day
- > National Public Gardens Day
- > Russian Victory Day

10 Μαΐου

- > World Lupus Day
- > World Belly Dance Day
- > National Clean Your Room Day
- > World Fair Trade Day
- > Mother Ocean Day
- > National Small Business Day
- > National Shrimp Day