



**ΟΣΟ ΦΥΣΙΚΟ  
ΕΙΝΑΙ  
ΝΑ ΠΙΝΕΙΣ  
ΝΕΡΟ, ΤΟΣΟ ΦΥΣΙΚΟ  
ΕΙΝΑΙ ΝΑ ΔΙΝΕΙΣ ΑΙΜΑ.**

**ΣΤΗΡΙΖΟΥΜΕ  
ΤΗΝ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ  
ΑΙΜΟΔΟΣΙΑ**

**ΒΙΚΟΣ®**

**ΚΑΝΕ ΤΗ ΔΙΑΦΟΡΑ.  
ΓΙΝΕ ΕΘΕΛΟΝΤΗΣ ΑΙΜΟΔΟΤΗΣ ΣΗΜΕΡΑ.**



# Η ΚΙΝΑ ΔΙΝΕΙ «ΤΑΥΤΟΤΗΤΕΣ» ΣΤΑ ΑΝΘΡΩΠΟΕΙΔΗ ΡΟΜΠΟΤ ΚΑΙ ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΤΗΣ ΑΙ



Good  
morning  
SayYessers!



**Φτιάξε καφέ  
να στα πω...**



Καλημέρα **SayYesser** και καλή εβδομάδα!!!

Υπάρχει μια φράση που λέμε τόσο συχνά, που σχεδόν δεν την ακούμε πια.

«Έτσι είμαι εγώ.»

Τη λέμε όταν νευριάζουμε εύκολα. Τη λέμε όταν απομακρύνουμε ανθρώπους. Τη λέμε όταν επαναλαμβάνουμε τα ίδια λάθη. Τη λέμε όταν αρνούμαστε να αλλάξουμε.

«Έτσι είμαι εγώ. Πάρε με όπως είμαι.»

Και ακούγεται σχεδόν σαν δήλωση αυθεντικότητας. Σαν κάτι γυναικό. Σαν μια πράξη αποδοχής του εαυτού μας.

Μόνο που πολλές φορές δεν είναι.

Γιατί υπάρχει μια άβολη αλήθεια που σπάνια παραδεχόμαστε: δεν είναι όλα όσα κουβαλάμε κομμάτια της προσωπικότητάς μας. Κάποια είναι φόβοι. Κάποια είναι άμυνες. Κάποια είναι τραύματα που απλώς έμειναν τόσο καιρό μαζί μας, ώστε αρχίσαμε να τα θεωρούμε χαρακτήρα.

Ο Carl Jung πίστευε ότι οι περισσότεροι άνθρωποι περνούν ένα μεγάλο μέρος της ζωής τους χωρίς να γνωρίζουν πραγματικά τον εαυτό τους. Όχι επειδή λένε ψέματα στους άλλους, αλλά επειδή λένε ψέματα στον ίδιο τους τον εαυτό. Μαθαίνουν να ζουν με συγκεκριμένες συμπεριφορές, να τις επαναλαμβάνουν ξανά και ξανά και στο τέλος να τις βαφτίζουν ταυτότητα.

Ο άνθρωπος που δεν εμπιστεύεται κανέναν λέει πως είναι «προσεκτικός». Ίσως όμως κάποτε πληγώθηκε και δεν το ξεπέρασε ποτέ.

Η γυναίκα που θέλει να ελέγχει τα πάντα λέει πως είναι «οργανωτική». Ίσως όμως βαθιά μέσα της φοβάται ότι αν αφήσει τον έλεγχο, όλα θα καταρρεύσουν.

Εκείνος που αποφεύγει τις σχέσεις δηλώνει πως είναι «μοναχικός τύπος». Ίσως όμως δεν έμαθε ποτέ πώς είναι να αγαπάς χωρίς να φοβάσαι.

Και κάπως έτσι δημιουργούμε μια ολόκληρη προσωπικότητα γύρω από πράγματα που ξεκίνησαν ως μηχανισμοί επιβίωσης.

Το πρόβλημα είναι ότι όσο περισσότερο επαναλαμβάνουμε το «έτσι είμαι εγώ», τόσο λιγότερο εξερευνούμε το ενδεχόμενο να μην είμαστε ακριβώς έτσι.



Γιατί είναι βολικό.

Αν έτσι είμαι, δεν χρειάζεται να αλλάξω.

Αν έτσι είμαι, δεν χρειάζεται να ψάξω βαθύτερα.

Αν έτσι είμαι, δεν χρειάζεται να αναλάβω την ευθύνη.

Μόνο που η αυτογνωσία αρχίζει ακριβώς εκεί που τελειώνουν οι βεβαιότητες.

Αρχίζει όταν αναρωτηθείς: «Κι αν αυτό που θεωρώ χαρακτηριστήρα είναι απλώς ένας φόβος που δεν κοίταξα ποτέ κατάματα;»

Δεν είναι εύκολο ερώτημα.

Γιατί μας αναγκάζει να αμφισβητήσουμε ιστορίες που λέμε για τον εαυτό μας εδώ και χρόνια. Να εξετάσουμε αν όντως είμαστε τόσο σκληροί, τόσο ψυχροί, τόσο δύσκολοι, τόσο καχύποπτοι ή τόσο αδιάφοροι όσο πιστεύουμε.

Ίσως τελικά να μην είμαστε τίποτα από αυτά.

Ίσως να είμαστε απλώς άνθρωποι που κάποτε πληγώθηκαν, φοβήθηκαν ή απογοητεύτηκαν και έχτισαν γύρω τους έναν χαρακτήρα για να προστατευτούν.

Η αλήθεια είναι πως δεν αλλάζουμε όταν μαθαίνουμε περισσότερα για τον κόσμο. Αλλάζουμε όταν μαθαίνουμε περισσότερα για εμάς.

Και ίσως η πιο γενναία φράση να μην είναι το «έτσι είμαι εγώ». Ίσως η πιο γενναία φράση να είναι:

«Μήπως δεν είμαι μόνο αυτό;»

Γιατί εκεί αρχίζει κάθε πραγματική αλλαγή.

Και γιατί καμιά φορά, το πιο επικίνδυνο ψέμα δεν είναι αυτό που λέμε στους άλλους.

Είναι αυτό που επαναλαμβάνουμε στον καθρέφτη μας για χρόνια και το πιστεύουμε.

**Tip of the Day:** Το πιο επικίνδυνο ψέμα είναι το «έτσι είμαι εγώ». Σήμερα, κάθε φορά που θα πιάσεις τον εαυτό σου να λέει «έτσι είμαι εγώ», πρόσθεσε μία μικρή λέξη στο τέλος: «...ή μήπως όχι;»

Μερικές από τις μεγαλύτερες αποκαλύψεις της ζωής ξεκινούν όταν αμφισβητούμε αυτά που θεωρούσαμε δεδομένα για τον εαυτό μας. Δεν χρειάζεται να αλλάξεις ποιος είσαι. Αρκεί να δώσεις στον εαυτό σου την ευκαιρία να ανακαλύψει αν είναι και κάτι περισσότερο.

Claire Styliara  
Chief of SayYessers



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



## Νέα Granola Bars Παπαδοπούλου με γεύση Speculoos: Η απόλαυση της στιγμής αποκτά νέα γεύση

Η αγαπημένη σειρά Granola Bars της E.I. Παπαδόπουλος εμπλουτίζεται με μία νέα, ιδιαίτερα επίκαιρη γευστική πρόταση, φέρνοντας στο προσκήνιο τη δημοφιλή γεύση speculoos.

Εμπνευσμένες από ένα από τα μεγαλύτερα γαστρονομικά trends των τελευταίων ετών, οι νέες Granola Bars συνδυάζουν τη χαρακτηριστική καραμελένια γεύση και τις νότες κανέλας των speculoos με τη θρεπτική αξία της βρώμης.

Παρασκευασμένες με βρώμη 100% ολικής άλεσης, οι νέες μπάρες αποτελούν μια ισορροπημένη επιλογή για όσους αναζητούν ένα γευστικό και παράλληλα θρεπτικό σνακ κατά τη διάρκεια της ημέρας. Είναι πλούσιες σε φυτικές ίνες, πηγή βιταμίνης Β1 και μετάλλων, ενώ δεν περιέχουν συντηρητικά, χρωστικές ή τεχνητά αρώματα.

Η νέα γεύση έρχεται να προστεθεί στην επιτυχημένη οικογένεια των Granola Bars, προσφέροντας ακόμη περισσότερες επιλογές στους καταναλωτές που επιθυμούν να συνδυάζουν τη γεύση με την ποιότητα.

Μαζί με τις ήδη αγαπημένες εκδοχές με μαύρη σοκολάτα, μαύρη σοκολάτα χωρίς προσθήκη ζάχαρης, μέλι και Protein με μαύρη σοκολάτα και ξηρούς καρπούς, η νέα Granola Bar Speculoos υπόσχεται να γίνει η επόμενη αγαπημένη συνήθεια μικρών και μεγάλων.

Με τη νέα αυτή προσθήκη, η Παπαδοπούλου συνεχίζει να εξελίσσει τη σειρά Granola Bars, ακολουθώντας τις σύγχρονες διατροφικές τάσεις και προσφέροντας επιλογές που συνδυάζουν απολαυστική γεύση και φυσική θρέψη σε κάθε μπουκιά.

## Pizza Croissant από τη l'artigiano: Η πίτσα που μπορεί να σε στείλει στο Παρίσι



Η l'artigiano συνεχίζει να εκπλήσσει τους λάτρεις της πίτσας με νέες γευστικές προτάσεις και αυτή τη φορά συνδυάζει την απόλαυση με ένα ξεχωριστό δώρο. Με αφορμή τη μεγάλη επιτυχία της νέας Pizza Croissant, η εταιρεία παρουσιάζει τον διαγωνισμό «To Paris with Love», προσφέροντας σε έναν τυχερό και το άτομο που θα επιλέξει ένα ταξίδι 4 ημερών στο Παρίσι.

Μέχρι τις 31 Αυγούστου 2026, κάθε online παραγγελία Pizza Croissant μέσω της ιστοσελίδας ή της εφαρμογής της l'artigiano συμμετέχει αυτόματα στην κλήρωση για δύο αεροπορικά εισιτήρια και διαμονή σε ξενοδοχείο 4 αστέρων με πρωινό στην πόλη του φωτός.

Ο διαγωνισμός έρχεται να πλαισιώσει ιδανικά το πιο πολυσυζητημένο νέο προϊόν της αλυσίδας. Η Pizza Croissant φέρνει για πρώτη φορά στην Ελλάδα τη συνάντηση της τεχνικής του γαλλικού croissant με την ιταλική pizza, δημιουργώντας μια ξεχωριστή γευστική εμπειρία με βουτυρένια, αφράτη ζύμη.

Η νέα πρόταση διατίθεται σε τρεις signature γεύσεις: Chicken Parmesan με pop-corn chicken και σος παρμεζάνας, Gorgonzola Blueberry με μαρμελάδα blueberry και Pistachio Mortadella με pesto φιστικιού και μορταδέλα.

Με ιδιαίτερο packaging εμπνευσμένο από τη γαλλική αισθητική και το μήνυμα «From Paris with Love», η Pizza Croissant έχει ήδη γίνει viral, αποδεικνύοντας ότι η πίτσα μπορεί να ξεπεράσει τα συνηθισμένα όρια της γεύσης και της εμπειρίας.

Περισσότερες πληροφορίες και συμμετοχή στον διαγωνισμό: [lartigiano](https://lartigiano.gr/diaconismo/)

# Η Κίνα δίνει «ταυτότητες» στα ανθρωποειδή ρομπότ και αλλάζει το μέλλον της AI



Η εικόνα ανθρωποειδών ρομπότ που κινούνται ανάμεσα σε ανθρώπους δεν ανήκει πλέον στη σφαίρα της επιστημονικής φαντασίας. Στην Κίνα, η ανάπτυξη της ρομποτικής επιταχύνεται με τέτοιους ρυθμούς, ώστε η κυβέρνηση περνά πλέον στο επόμενο στάδιο: τη δημιουργία επίσημης κρατικής ταυτότητας για κάθε ανθρωποειδές ρομπότ.

Η νέα πρωτοβουλία, που ξεκίνησε πιλοτικά στην επαρχία Χουμπέι, θεωρείται μία από τις πιο οργανωμένες προσπάθειες παγκοσμίως για τη ρύθμιση της βιομηχανίας ανθρωποειδών ρομπότ.

Ο στόχος δεν είναι μόνο η τεχνική καταγραφή των μηχανών, αλλά και η δημιουργία ενός πλήρους συστήματος παρακολούθησης που θα καλύπτει όλη τη «ζωή» τους – από τη στιγμή της κατασκευής μέχρι την τελική απόσυρση.

## Ένα «ψηφιακό αποτύπωμα» για κάθε ρομπότ

Το πρόγραμμα υλοποιείται από το Hubei Humanoid Robot Innovation Center στη Wuhan και βασίζεται σε ένα κεντρικό σύστημα διαχείρισης δεδομένων. Κάθε ανθρωποειδές ρομπότ αποκτά έναν μοναδικό αριθμό αναγνώρισης, αντίστοιχο με τις κρατικές ταυτότητες που χρησιμοποιούνται για τους πολίτες της χώρας.

Ο συγκεκριμένος αριθμός θα συνδέεται με κρίσιμες πληροφορίες, όπως ο κατασκευαστής, το μοντέλο, οι τεχνικές δυνατότητες, οι αναβαθμίσεις λογισμικού και το ιστορικό λειτουργίας. Με άλλα λόγια, δημιουργείται ένας μόνιμος «ψηφιακός φάκελος» που θα ακολουθεί το ρομπότ σε όλη τη διάρκεια ύπαρξής του.



Η λογική πίσω από το σύστημα θυμίζει αρκετά εκείνη που εφαρμόζεται ήδη σε αυτοκίνητα ή βιομηχανικό εξοπλισμό υψηλής τεχνολογίας, μόνο που εδώ η κλίμακα και οι δυνατότητες είναι πολύ μεγαλύτερες λόγω της ενσωμάτωσης τεχνητής νοημοσύνης.

## Παρακολούθηση σε πραγματικό χρόνο

Ένα από τα πιο εντυπωσιακά στοιχεία της νέας πλατφόρμας είναι η δυνατότητα συνεχούς παρακολούθησης της κατάστασης των ρομπότ. Οι τεχνικοί θα μπορούν να ελέγχουν δεδομένα όπως η φθορά των αρθρώσεων, η απόδοση της μπαταρίας, η ακρίβεια κίνησης και η συνολική λειτουργική συμπεριφορά κάθε μηχανής.

Αυτό επιτρέπει προληπτική συντήρηση, ταχύτερο εντοπισμό προβλημάτων και καλύτερο έλεγχο ασφαλείας, ιδιαίτερα σε περιβάλλοντα όπου τα ανθρωποειδή ρομπότ θα συνεργάζονται άμεσα με ανθρώπους, όπως εργοστάσια, αποθήκες logistics, νοσοκομεία ή υπηρεσίες φροντίδας.

Παράλληλα, το σύστημα δίνει στις αρχές τη δυνατότητα να γνωρίζουν ποιο ρομπότ χρησιμοποιείται, πού λειτουργεί και ποια τεχνολογικά χαρακτηριστικά διαθέτει. Αυτό θεωρείται ιδιαίτερα σημαντικό καθώς οι AI μηχανές αποκτούν όλο και μεγαλύτερη αυτονομία.

## Η μεγάλη μάχη της παγκόσμιας ρομποτικής

Η κίνηση αυτή δεν είναι τυχαία. Η Κίνα επενδύει τεράστια ποσά στην ανάπτυξη ανθρωποειδών ρομπότ, επιδιώκοντας να κυριαρχήσει σε μία αγορά που αναμένεται να εκτοξευθεί μέσα στην επόμενη δεκαετία.

Κινεζικές εταιρείες ρομποτικής ανταγωνίζονται ήδη τεχνολογικούς κολοσσούς όπως η Tesla και η Boston Dynamics, παρουσιάζοντας ολοένα και πιο εξελιγμένα μοντέλα που μπορούν να περπατούν, να μεταφέρουν αντικείμενα, να αλληλεπιδρούν με ανθρώπους και να εκτελούν σύνθετες εργασίες.

Η δημιουργία κρατικού μητρώου θεωρείται από αναλυτές στρατηγικό βήμα για τη δημιουργία ενιαίων προτύπων ασφαλείας και λειτουργίας, πριν τα ανθρωποειδή ρομπότ γίνουν μέρος της καθημερινότητας.

## Το μέλλον φέρνει νέα ερωτήματα

Παρότι η νέα τεχνολογία εντυπωσιάζει, προκαλεί παράλληλα και ανησυχίες. Ειδικό σε θέματα AI επισημαίνουν ότι η συγκέντρωση τόσο μεγάλου όγκου δεδομένων μπορεί να οδηγήσει σε νέες μορφές ψηφιακής επιτήρησης, ειδικά όταν συνδυάζεται με τεχνητή νοημοσύνη υψηλού επιπέδου.

Την ίδια στιγμή, όμως, αρκετοί θεωρούν ότι τέτοιου είδους μηχανισμοί θα γίνουν αναπόφευκτοι στο μέλλον. Όσο τα ανθρωποειδή ρομπότ αποκτούν μεγαλύτερη παρουσία σε δημόσιους χώρους και κρίσιμες υποδομές, τόσο αυξάνεται η ανάγκη για κανόνες, έλεγχο και δυνατότητα ιχνηλασιμότητας.

Το βέβαιο είναι ότι η εποχή όπου τα ρομπότ αντιμετωπίζονταν απλώς ως μηχανές φαίνεται να αλλάζει γρήγορα. Και η Κίνα δείχνει αποφασισμένη να διαμορφώσει πρώτη τους κανόνες αυτής της νέας πραγματικότητας.

## Παγκόσμια Ημέρα Παιχνιδιού: Νέα έρευνα αναδεικνύει τη δύναμη του παιχνιδιού με κούκλες



Σε μια εποχή όπου οι οθόνες καταλαμβάνουν ολοένα και περισσότερο χώρο στην καθημερινότητα των παιδιών, το δημιουργικό παιχνίδι εξακολουθεί να αποδεικνύει τη διαχρονική του αξία. Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Παιχνιδιού, νέα έρευνα του Cardiff University φέρνει στο προσκήνιο τα σημαντικά οφέλη που προσφέρει το παιχνίδι με κούκλες στην κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών.

Η μελέτη, που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό περιοδικό PLOS ONE, παρακολούθησε παιδιά ηλικίας 4 έως 8 ετών για έξι εβδομάδες, εξετάζοντας τη σχέση ανάμεσα στο παιχνίδι με κούκλες και την ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα παιδιά που ασχολήθηκαν με παιχνίδι ρόλων χρησιμοποιώντας κούκλες παρουσίασαν μεγαλύτερη βελτίωση στην ικανότητά τους να κατανοούν τα συναισθήματα, τις σκέψεις και τις προθέσεις των άλλων.

Παράλληλα, οι ερευνητές διαπίστωσαν ότι το παιχνίδι με κούκλες ενθαρρύνει περισσότερο την κοινωνική αλληλεπίδραση, καθώς τα παιδιά είχαν την τάση να παίζουν μαζί με αδέρφια, φίλους ή μέλη της οικογένειας, σε αντίθεση με τις δραστηριότητες σε tablet που πραγματοποιούνταν κυρίως ατομικά.

Σύμφωνα με τη Dr. Sarah Gerson του Cardiff University, μέσα από το παιχνίδι ρόλων τα παιδιά δημιουργούν ιστορίες, εξερευνούν διαφορετικές οπτικές και εξασκούνται στην κατανόηση των συναισθημάτων των άλλων, αναπτύσσοντας δεξιότητες που συμβάλλουν στη δημιουργία υγιών σχέσεων σε όλη τη ζωή τους.

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Παιχνιδιού, η Mattel υπενθυμίζει τη σημασία του δημιουργικού παιχνιδιού και ενθαρρύνει γονείς και παιδιά να αφιερώσουν περισσότερο χρόνο σε δραστηριότητες που καλλιεργούν τη φαντασία, την ενσυναίσθηση και την κοινωνική σύνδεση.

## Press Room

## Το καλοκαίρι αποκτά νέα αίσθηση δροσιάς με τους ανεμιστήρες Duux

Καθώς οι θερμοκρασίες ανεβαίνουν και το καλοκαίρι κάνει αισθητή την παρουσία του, η ανάγκη για αποτελεσματική και οικονομική δροσιά γίνεται πιο σημαντική από ποτέ. Η Duux παρουσιάζει μια σειρά ανεμιστήρων νέας γενιάς που συνδυάζουν χαμηλή ενεργειακή κατανάλωση, αθόρυβη λειτουργία, smart δυνατότητες και σύγχρονο σχεδιασμό.

Με φιλοσοφία «efficient by design», η Duux επενδύει σε τεχνολογίες που προσφέρουν υψηλή απόδοση με μικρότερη κατανάλωση ενέργειας, συμβάλλοντας τόσο στη μείωση του λειτουργικού κόστους όσο και στη δημιουργία ενός πιο βιώσιμου περιβάλλοντος. Παράλληλα, οι ανεμιστήρες της εταιρείας ξεχωρίζουν για την εξαιρετικά αθόρυβη λειτουργία τους, προσφέροντας δροσιά χωρίς ενοχλητικούς θορύβους κατά τη διάρκεια της εργασίας, του ύπνου ή των στιγμών χαλάρωσης. Οι smart λειτουργίες αποτελούν ακόμη ένα σημαντικό πλεονέκτημα. Μέσω εφαρμογής, οι χρήστες μπορούν να ελέγχουν τη συσκευή τους από απόσταση, να προσαρμόζουν την ένταση του αέρα και να δημιουργούν εξατομικευμένα προγράμματα λειτουργίας, σύμφωνα με τις ανάγκες του χώρου τους.

Ξεχωριστή θέση στη σειρά κατέχει ο Whisper Essence, ένας ιδιαίτερα οικονομικός ανεμιστήρας με επίπεδο θορύβου μόλις 13 dB, επτά ταχύτητες λειτουργίας και χρονοδιακόπτη έως οκτώ ωρών. Παράλληλα, τα μοντέλα Whisper Flex 2 και Whisper Flex 2 Smart προσφέρουν ακόμη μεγαλύτερη ευελιξία, προηγμένες λειτουργίες συνδεσιμότητας και σχεδιασμό που ενσωματώνεται αρμονικά σε κάθε σύγχρονο χώρο.

Με μίνιμαλ αισθητική, αθόρυβη λειτουργία και έμφαση στην ενεργειακή αποδοτικότητα, οι ανεμιστήρες Duux έρχονται να προσφέρουν μια νέα εμπειρία δροσιάς για το φετινό καλοκαίρι.

Για περισσότερες πληροφορίες: [Duux](#)



# Πώς θα δουλεύουμε το 2050;

Η εργασία του 2050 δεν θα μοιάζει με αυτό που ξέρουμε σήμερα. Δεν αλλάζει απλώς το ωράριο ή το “γραφείο”, αλλά ολόκληρη η δομή του τρόπου που δουλεύουμε.

Η εικόνα αυτή βασίζεται σε διεθνείς έρευνες για το μέλλον της εργασίας, όπως η ανάλυση της International Workplace Group, η οποία συγκέντρωσε δεδομένα από εργαζόμενους και στελέχη ανθρώπινου δυναμικού και χαρτογραφεί τις μεγάλες αλλαγές που αναμένονται τις επόμενες δεκαετίες.



## Η εργασία φεύγει από ένα σταθερό σημείο

Το βασικό συμπέρασμα είναι ότι η εργασία απομακρύνεται από την ιδέα ενός μοναδικού, μόνιμου χώρου. Αντί για μία σταθερή βάση, διαμορφώνεται ένα δίκτυο επιλογών: σπίτι, χώροι συνεργασίας και ψηφιακά περιβάλλοντα. Η εργασία γίνεται πιο ευέλικτη και προσαρμόζεται στο είδος της δραστηριότητας και όχι σε έναν συγκεκριμένο τόπο.

## Το ωράριο δεν είναι πλέον απόλυτο

Το παραδοσιακό μοντέλο 9-5 χάνει σταδιακά τη θέση του. Η εργασία οργανώνεται όλο και περισσότερο γύρω από στόχους, έργα και συνεργασίες, με τον χρόνο να γίνεται πιο ευέλικτος και λειτουργικός.

## Η τεχνολογία αλλάζει τη δομή της δουλειάς

Η τεχνητή νοημοσύνη ενσωματώνεται ολοένα και περισσότερο στην καθημερινή εργασία, υποστηρίζοντας τον συντονισμό, την ανάλυση δεδομένων και τη διαχείριση διαδικασιών. Έτσι, ο ανθρώπινος ρόλος μετατοπίζεται προς πιο δημιουργικές και στρατηγικές λειτουργίες.

## Οι επαγγελματικοί ρόλοι γίνονται πιο ρευστοί

Η σταθερή επαγγελματική ταυτότητα υποχωρεί. Οι δεξιότητες αποκτούν μεγαλύτερη σημασία από τους τίτλους, ενώ η προσαρμοστικότητα γίνεται βασικό στοιχείο της αγοράς εργασίας.

## Η εργασία εντάσσεται μέσα στη ζωή

Το πιο βαθύ στοιχείο αυτής της αλλαγής είναι ότι η εργασία παύει να είναι ξεχωριστό κομμάτι της καθημερινότητας και γίνεται μέρος ενός πιο ευέλικτου τρόπου ζωής.

Το “2050” περιγράφεται ως συνέχεια μιας ήδη υπάρχουσας μετάβασης. Από σταθερό σύστημα, η εργασία εξελίσσεται σε ένα δικτυωμένο, ευέλικτο και συνεχώς προσαρμόζόμενο μοντέλο.

## Ήξερες ότι...

Η “κλασική” μορφή εργασίας (σταθερό ωράριο, καθημερινή φυσική παρουσία, συγκεκριμένος χώρος) είναι σχετικά πρόσφατη ιστορικά.

Εμφανίστηκε κυρίως με τη Βιομηχανική Επανάσταση, όταν η εργασία άρχισε να οργανώνεται γύρω από τα εργοστάσια και την ανάγκη για ταυτόχρονη παρουσία πολλών ανθρώπων στον ίδιο χώρο και χρόνο. Από εκεί προέκυψε και το μοντέλο του σταθερού ωραρίου που θεωρούμε σήμερα δεδομένο.

Στην πραγματικότητα, για μεγάλο μέρος της ανθρώπινης ιστορίας η εργασία ήταν πιο ευέλικτη, συνδεδεμένη με τον ρυθμό της μέρας, τις εποχές και το αποτέλεσμα, όχι με αυστηρά ωράρια.

Γι’ αυτό και η σημερινή μετάβαση προς πιο ευέλικτα και δικτυωμένα μοντέλα εργασίας δεν είναι απαραίτητα “καινούργια ιδέα”, αλλά σε κάποιο βαθμό επιστροφή σε μια πιο ρευστή λογική – απλώς με τη βοήθεια της τεχνολογίας.



## Παιδικά Χωριά SOS: Νέο Κέντρο Στήριξης Γονεϊκότητας και Οικογένειας «Σύνδεσις» στην Αττική

Μια σημαντική νέα πρωτοβουλία για τη στήριξη γονέων και οικογενειών παρουσιάστηκε από τα Παιδικά Χωριά SOS με τη δημιουργία του Κέντρου Στήριξης Γονεϊκότητας & Οικογένειας «Σύνδεσις». Το νέο πρόγραμμα, που λειτουργεί στο Μαρούσι, έχει ως στόχο να προσφέρει ψυχοκοινωνική υποστήριξη σε άτομα και οικογένειες από την περίοδο της εγκυμοσύνης έως τα πρώτα χρόνια ζωής του παιδιού.

Το Κέντρο υλοποιείται με την υποστήριξη του Kind Things και της DVO, παρέχοντας ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο ενημέρωσης, πρόληψης, συμβουλευτικής και εξειδικευμένων υπηρεσιών για γονείς και υποψήφιους γονείς. Κατά την παρουσίαση του προγράμματος αναδείχθηκε η σημασία της έγκαιρης παρέμβασης και της ενδυνάμωσης της οικογένειας ως βασικού πυλώνα για την υγιή ανάπτυξη των παιδιών.

Η πρόεδρος του Διοικητικού Συμβουλίου των Παιδικών Χωριών SOS, Ρενάτα Βαλμά, τόνισε ότι η πρόληψη αποτελεί τον πιο ουσιαστικό τρόπο προστασίας των παιδιών, επισημαίνοντας πως η ενίσχυση των γονέων στις απαιτητικές πρώτες φάσεις της γονεϊκότητας αποτελεί επένδυση στο μέλλον της κοινωνίας.

Από την πλευρά της, η Εριέττα Κούρκουλου-Λάτση υπογράμμισε ότι οι δυνατές οικογένειες χρειάζονται υποστήριξη, γνώση και καθοδήγηση, σημειώνοντας πως το «Σύνδεσις» δημιουργεί ένα ουσιαστικό δίκτυο ασφάλειας για νέους γονείς και παιδιά.

Με τη λειτουργία του νέου Κέντρου, τα Παιδικά Χωριά SOS ενισχύουν περαιτέρω το έργο τους στον τομέα της πρόληψης και της οικογενειακής υποστήριξης, στέλνοντας ένα ξεκάθαρο μήνυμα: κανένας γονιός δεν πρέπει να νιώθει μόνος. Το «Σύνδεσις» φιλοδοξεί να αποτελέσει έναν ασφαλή χώρο ενημέρωσης, ενδυνάμωσης και ουσιαστικής βοήθειας για κάθε οικογένεια που χρειάζεται στήριξη στα πρώτα και πιο καθοριστικά βήματα της γονεϊκότητας.

## Η ΘΕΟΝΗ επενδύει στη γνώση και τη βιώσιμη ανάπτυξη στη Θεσσαλία



Με στόχο τη σύνδεση της επιστημονικής γνώσης με την τοπική κοινωνία και τον πρωτογενή τομέα, το Φυσικό Μεταλλικό Νερό ΘΕΟΝΗ υλοποίησε τον Απρίλιο μια σειρά εκπαιδευτικών και επιστημονικών δράσεων σε Τρίκαλα, Καρδίτσα και Λάρισα, αναδεικνύοντας τη σημασία της βιώσιμης ανάπτυξης και της περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης.

Οι πρωτοβουλίες περιλάμβαναν ανοιχτές ημερίδες, συνεργασίες με ακαδημαϊκούς και θεσμικούς φορείς, καθώς και εκπαιδευτικά προγράμματα για μαθητές. Μέσα από εισηγήσεις εξειδικευμένων επιστημόνων παρουσιάστηκαν σύγχρονες προσεγγίσεις γύρω από τη βιολογική καλλιέργεια, τις καινοτόμες γεωργικές πρακτικές, την προστασία των φυσικών πόρων και τις προοπτικές ενός πιο βιώσιμου μοντέλου αγροτικής παραγωγής.

Οι δράσεις λειτούργησαν ως χώρος ανταλλαγής γνώσεων και εμπειριών, ενισχύοντας τον διάλογο για ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον, τη γεωργία και το μέλλον της ελληνικής υπαίθρου.

Παράλληλα, η ΘΕΟΝΗ έδωσε ιδιαίτερη έμφαση στη νέα γενιά, υλοποιώντας εκπαιδευτικά προγράμματα για μαθητές πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης στην Καρδίτσα. Μέσα από βιωματικές δραστηριότητες, τα παιδιά δημιούργησαν τους δικούς τους λαχανόκηπους, μαθαίνοντας στην πράξη τη σημασία της προστασίας του υδροφόρου ορίζοντα, της υπεύθυνης διαχείρισης των φυσικών πόρων και της βιώσιμης σχέσης με το περιβάλλον.

Με σταθερή προσήλωση στην εκπαίδευση και τη βιώσιμη ανάπτυξη, η ΘΕΟΝΗ συνεχίζει να επενδύει σε πρωτοβουλίες με ουσιαστικό κοινωνικό και περιβαλλοντικό αποτύπωμα, συμβάλλοντας ενεργά στη διαμόρφωση μιας πιο υπεύθυνης περιβαλλοντικής κουλτούρας και ενός πιο βιώσιμου μέλλοντος για τις επόμενες γενιές.

# Πώς η γεωγραφία επηρεάζει τη βιολογική μας ηλικία



Μπορεί ο τόπος όπου ζούμε να επηρεάζει το σώμα μας περισσότερο ακόμη και από τα γονίδιά μας; Σύμφωνα με μια νέα διεθνή έρευνα που δημοσιεύθηκε πρόσφατα στο επιστημονικό περιοδικό Cell, η απάντηση ίσως είναι «ναι».

Η μελέτη θεωρείται μία από τις πιο εκτεταμένες έρευνες ανθρώπινης βιολογίας των τελευταίων ετών και εξετάζει πώς η καταγωγή και το περιβάλλον αλληλεπιδρούν μέσα στο ανθρώπινο σώμα. Οι επιστήμονες προσπάθησαν να κατανοήσουν κάτι που μέχρι σήμερα παρέμενε δύσκολο να διαχωριστεί: πόσα από όσα συμβαίνουν βιολογικά μέσα μας οφείλονται στα γονίδια και πόσα επηρεάζονται από τον τόπο όπου ζούμε.

## Όταν η καταγωγή συναντά το περιβάλλον

Η μελέτη πραγματοποιήθηκε με τη συμμετοχή 322 υγιών ατόμων από διαφορετικά γεωγραφικά και πολιτισμικά υπόβαθρα. Παρότι οι συμμετέχοντες είχαν ρίζες από την Ευρώπη, την Ανατολική Ασία και τη Νότια Ασία, πολλοί από αυτούς κατοικούσαν σε χώρες διαφορετικές από εκεί-

νες της καταγωγής τους. Αυτή η διαφοροποίηση έδωσε στους ερευνητές τη δυνατότητα να εξετάσουν πιο καθαρά πώς επηρεάζει το σώμα το περιβάλλον και ο τρόπος ζωής, πέρα από τον ρόλο της γενετικής.

Οι ερευνητές ανέλυσαν χιλιάδες βιολογικά δεδομένα από κάθε συμμετέχοντα. Δεν περιορίστηκαν μόνο στο DNA, αλλά εξέτασαν επίσης πρωτεΐνες, λιπίδια, μεταβολίτες, δείκτες φλεγμονής και το μικροβίωμα του εντέρου — δηλαδή τα δισεκατομμύρια μικρόβια που ζουν μέσα στο πεπτικό μας σύστημα και επηρεάζουν την υγεία μας.

## Πώς οι επιστήμονες ξεχώρισαν γονίδια και περιβάλλον

Ένα από τα πιο σημαντικά στοιχεία της έρευνας ήταν ο τρόπος με τον οποίο κατάφερε να διαχωρίσει την επίδραση της καταγωγής από εκείνη του περιβάλλοντος. Για χρόνια, πολλές επιστημονικές μελέτες δυσκολεύονταν να καταλάβουν αν οι βιολογικές διαφορές μεταξύ ανθρώπων σχετιζόνταν κυρίως με τα γονίδια ή με τον τρόπο ζωής.

Στη νέα αυτή μελέτη, όμως, άτομα με κοινή καταγωγή ζούσαν σε διαφορετικές χώρες και πολιτισμικά περιβάλλοντα. Αυτό βοήθησε τους επιστήμονες να παρατηρήσουν πώς αλλάζει το σώμα όταν αλλάζει η διατροφή, το κλίμα, η καθημερινότητα ή ακόμη και το μικροβιακό περιβάλλον.

Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η γεωγραφία και ο τρόπος ζωής επηρεάζουν σημαντικά πολλές λειτουργίες του οργανισμού, ακόμη και όταν το γενετικό υπόβαθρο παραμένει παρόμοιο.



## Τι έδειξαν οι δείκτες βιολογικής ηλικίας

Ένα από τα πιο εντυπωσιακά ευρήματα αφορούσε τη λεγόμενη βιολογική ηλικία. Σε αντίθεση με τη χρονολογική ηλικία, που βασίζεται απλώς στα χρόνια ζωής, η βιολογική ηλικία δείχνει πόσο «φθαρμένο» ή «νεανικό» είναι το σώμα σε κυτταρικό επίπεδο.

Οι ερευνητές παρατήρησαν ότι ορισμένοι πληθυσμοί εμφάνιζαν διαφορετικούς δείκτες γήρανσης ανάλογα με το πού ζούσαν. Για παράδειγμα, άτομα ανατολικοασιατικής καταγωγής εμφάνιζαν χαμηλότερη βιολογική ηλικία όταν ζούσαν στις περιοχές προέλευσής τους, ενώ σε άλλες περιπτώσεις το περιβάλλον φαινόταν να επιταχύνει συγκεκριμένους δείκτες φλεγμονής και μεταβολικής φθοράς.

Αυτό δεν σημαίνει ότι κάποια χώρα ή καταγωγή είναι «καλύτερη» από κάποια άλλη. Αντίθετα, οι επιστήμονες τονίζουν ότι το σώμα προσαρμόζεται συνεχώς στις συνθήκες του περιβάλλοντος.



## Το μικροβίωμα του εντέρου αλλάζει ανάλογα με τον τόπο ζωής

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσίασαν και τα δεδομένα για το μικροβίωμα του εντέρου. Τα βακτήρια που ζουν μέσα μας επηρεάζονται έντονα από τη διατροφή, το νερό, το περιβάλλον και τις καθημερινές συνήθειες.

Η μελέτη έδειξε ότι άνθρωποι με παρόμοια καταγωγή μπορούσαν να έχουν εντελώς διαφορετικό μικροβίωμα όταν ζούσαν σε διαφορετικές χώρες. Οι αλλαγές αυτές συνδέονται με τον μεταβολισμό, το ανοσοποιητικό σύστημα αλλά και με τη συνολική υγεία.

Οι επιστήμονες πιστεύουν ότι το μικροβίωμα αποτελεί έναν από τους βασικούς μηχανισμούς μέσω των οποίων το περιβάλλον «επικοινωνεί» με το σώμα μας.

## Γιατί η έρευνα θεωρείται σημαντική για το μέλλον της ιατρικής

Οι ειδικοί θεωρούν ότι τέτοιου είδους έρευνες μπορούν να αλλάξουν τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζεται η υγεία στο μέλλον. Η εξατομικευμένη ιατρική δεν θα βασίζεται μόνο στη γενετική πληροφορία, αλλά και στο περιβάλλον ζωής κάθε ανθρώπου.

Με άλλα λόγια, δύο άνθρωποι με παρόμοιο DNA μπορεί να χρειάζονται διαφορετικές προσεγγίσεις πρόληψης ή θεραπείας ανάλογα με τη χώρα όπου ζουν, τη διατροφή που ακολουθούν και τις καθημερινές συνήθειές τους.

Η νέα αυτή μελέτη υπενθυμίζει κάτι ιδιαίτερα σημαντικό: η ανθρώπινη βιολογία δεν είναι στατική. Το σώμα μας επηρεάζεται συνεχώς από τον κόσμο γύρω μας και προσαρμόζεται πολύ περισσότερο απ' όση πιστεύαμε μέχρι σήμερα.



ARCHIVE SALE  
-70%

## Stelios Koudounaris: Archive Sale με ΕΚΠΤΩΣΕΙΣ Έως 70% και τιμές από 23€

Ο καταξιωμένος σχεδιαστής μόδας Στέλιος Κουδουνάρης παρουσιάζει το ανανεωμένο Archive Sale του, προσφέροντας μια μοναδική ευκαιρία σε όσους αγαπούν τη σύγχρονη μόδα να αποκτήσουν δημιουργίες προηγούμενων συλλογών σε ιδιαίτερα προνομιακές τιμές.

Η νέα ανανέωση του ηλεκτρονικού Archive Sale περιλαμβάνει επιλεγμένες προσθήκες από γυναικείες και ανδρικές συλλογές, συγκεντρώνοντας κομμάτια που ξεχώρισαν για τον σχεδιασμό, τη διαχρονικότητα και την υψηλή αισθητική τους. Οι εκπτώσεις φτάνουν έως και το 70%, ενώ οι τιμές ξεκινούν μόλις από 23 ευρώ, καθιστώντας την πρόσβαση σε δημιουργίες του σχεδιαστή πιο εύκολη από ποτέ.

Η προσεκτικά επιμελημένη επιλογή περιλαμβάνει ενδύματα από προηγούμενες σεζόν που διατηρούν αναλλοίωτο το χαρακτηριστικό ύφος του Stelios Koudounaris: σύγχρονες γραμμές, κομψότητα και διαχρονικό χαρακτήρα. Πρόκειται για μια ιδανική ευκαιρία τόσο για όσους παρακολουθούν σταθερά τη δουλειά του σχεδιαστή όσο και για όσους επιθυμούν να γνωρίσουν το ιδιαίτερο δημιουργικό του αποτύπωμα.

Το Archive Sale είναι διαθέσιμο αποκλειστικά online και ήδη βρίσκεται σε εξέλιξη, δίνοντας τη δυνατότητα στους επισκέπτες να ανακαλύψουν αγαπημένα κομμάτια σε σημαντικά μειωμένες τιμές, μέχρι εξαντλήσεως των αποθεμάτων. Ένας fashion προορισμός που συνδυάζει το design με την ευκαιρία και αποδεικνύει ότι το σίλ μπορεί να είναι πιο προσίτο από ποτέ.

## Η Solange Knowles επέλεξε Calvin Klein Collection για το The Glass House Summer Party



Η βραβευμένη μουσικός Solange Knowles έκανε μια εντυπωσιακή εμφάνιση στο The Glass House Summer Party, που πραγματοποιήθηκε στο New Canaan του Κονέκτικατ, επιλέγοντας δημιουργία από τη νέα συλλογή της Calvin Klein Collection.

Για τη συγκεκριμένη περίπτωση, η Solange φόρεσε το runway look 34 από τη συλλογή Spring 2026 του οίκου, επιβεβαιώνοντας για ακόμη μία φορά τη φήμη της ως μία από τις πιο ξεχωριστές προσωπικότητες της σύγχρονης μόδας. Η εμφάνισή της συνδύαζε τη μινιμαλιστική αισθητική που χαρακτηρίζει τον οίκο Calvin Klein με μια σύγχρονη, καλλιτεχνική προσέγγιση.

Το λευκό μαχι φόρεμα από δέρμα ξεχώρισε για τις laser-cut λεπτομέρειες, την ενσωματωμένη ζώνη που τόνιζε τη σιλουέτα και τα oversized μανίκια που πρόσθεταν όγκο και θεατρικότητα στο σύνολο. Η καθαρότητα των γραμμών και η ιδιαίτερη κατασκευή του φορέματος ανέδειξαν τη σύγχρονη ταυτότητα της συλλογής Spring 2026, η οποία δίνει έμφαση στην αρχιτεκτονική φόρμα και τις εκλεπτυσμένες υφές.

Η Solange Knowles, γνωστή για την ιδιαίτερη αισθητική της και τις τολμηρές ενδυματολογικές επιλογές της, κατάφερε να μετατρέψει ακόμη μία δημόσια εμφάνιση σε fashion statement, αποδεικνύοντας γιατί παραμένει μία από τις πιο επιδραστικές φιγούρες στη διεθνή σκηνή της μόδας και της μουσικής.

Η παρουσία της στο The Glass House Summer Party επιβεβαίωσε τη στενή σχέση της με τη δημιουργική έκφραση και τη σύγχρονη πολυτέλεια, μέσα από ένα look που συνδύαζε κομψότητα, δυναμισμό και καλλιτεχνική ταυτότητα.

## Casa Fish Athens: Το νέο premium seafood destination της Αθηναϊκής Ριβιέρας



Ένα νέο σημείο αναφοράς για τους λάτρεις της υψηλής γαστρονομίας έκανε την εμφάνισή του στην Αθηναϊκή Ριβιέρα. Το Casa Fish Athens, η νέα άφιξη του ομίλου VS Hospitality Group, εγκαινιάστηκε με μια λαμπερή βραδιά παρουσία εκπροσώπων της επιχειρηματικής, δημοσιογραφικής και lifestyle σκηνής, με οικοδεσπότες τον επιχειρηματία Βασίλειος Σταθοκωστόπουλος, τη σύζυγό του Κωνσταντίνα Σπυροπούλου και την Αφροδίτη Σταθοκωστοπούλου.

Με φόντο το απέραντο γαλάζιο του Σαρωνικού, το νέο εστιατόριο φιλοδοξεί να επαναπροσδιορίσει την εμπειρία της θαλασσινής γαστρονομίας στα νότια προάστια. Την αρχιτεκτονική επιμέλεια υπογράφει ο Βασίλης Καραλάζος, δημιουργώντας έναν χώρο που συνδυάζει τη σύγχρονη μεσογειακή αισθητική με διακριτική πολυτέλεια. Φυσικά υλικά, γήινες αποχρώσεις, μεγάλες τζαμαρίες με θέα στη θάλασσα και ένα εντυπωσιακό deck πάνω στο κύμα συνθέτουν ένα περιβάλλον που αποπνέει κοσμοπολίτικη φινέτσα.

Τη γαστρονομική ταυτότητα του Casa Fish Athens υπογράφει ο διακεκριμένος chef Γιώργος Οικονομίδης, παρουσιάζοντας μια σύγχρονη προσέγγιση της ελληνικής ψαροφαγίας με επίκεντρο την εξαιρετική πρώτη ύλη από τις ελληνικές θάλασσες. Ψάρια στα κάρβουνα, εκλεκτά θαλασσινά και signature πιάτα, όπως η αστακομακαρονάδα και το γιουβέτσι με κωλοχτύπα, συνθέτουν ένα μενού που ισορροπεί ανάμεσα στην παράδοση και τη δημιουργικότητα.

Ξεχωριστό στοιχείο της εμπειρίας αποτελεί το προσεγμένο service, με το ξεκοκάλιμα των ψαριών δίπλα στο τραπέζι να προσθέτει μια αίσθηση αυθεντικής φιλοξενίας και διαχρονικής πολυτέλειας. Την ομάδα εξυπηρέτησης συντονίζει ο Δημήτρης Γκορίλας, μακροχρόνιος συνεργ-

γάτης του chef, ενώ ιδιαίτερη έμφαση δίνεται και στη λίστα ελληνικών κρασιών και στα signature cocktails που συμπληρώνουν ιδανικά το γαστρονομικό ταξίδι.

## Η Agent Provocateur άνοιξε την πρώτη της boutique στην Ελλάδα και επέλεξε τη Μύκονο

Η Agent Provocateur, ένα από τα πιο αναγνωρίσιμα luxury brands στον κόσμο των εσωρούχων, πραγματοποίησε το επίσημο άνοιγμα της πρώτης της boutique στην Ελλάδα, επιλέγοντας τη Μύκονο ως το ιδανικό σημείο για το νέο της ξεκίνημα.

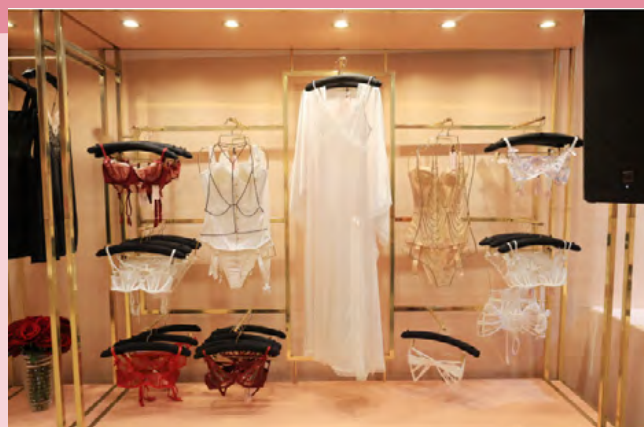
Στην καρδιά των Ματογιαννίων, το λαμπερό grand opening εξελίχθηκε σε ένα από τα πιο πολυσυζητημένα κοσμικά γεγονότα των ημερών, συγκεντρώνοντας fashion lovers, εκπροσώπους των media, επιχειρηματίες και προσωπικότητες από τον καλλιτεχνικό χώρο. Η μεγάλη προσέλευση του κοινού επιβεβαίωσε το έντονο ενδιαφέρον γύρω από την άφιξη του εμβληματικού βρετανικού οίκου στην ελληνική αγορά.

Οι καλεσμένοι είχαν την ευκαιρία να γνωρίσουν από κοντά τη νέα boutique και να ανακαλύψουν τις συλλογές της Agent Provocateur μέσα σε έναν χώρο που αποτυπώνει τη χαρακτηριστική αισθητική του brand, συνδυάζοντας πολυτέλεια, αισθησιασμό και σύγχρονη κομψότητα.

Ξεχωριστή στιγμή της βραδιάς αποτέλεσε η παρουσία της Μαρίας Αντωνά, η οποία ανέλαβε τα μουσικά decks, δημιουργώντας με το δυναμικό DJ set της μια ατμόσφαιρα γεμάτη ενέργεια και καλοκαιρινό παλμό.

Από την ίδρυσή της στο Soho του Λονδίνου το 1994, η Agent Provocateur έχει καθιερωθεί ως σημείο αναφοράς στον χώρο των πολυτελών εσωρούχων, προωθώντας τη θηλυκή αυτοπεποίθηση και την αισθητική έκφραση. Η παρουσία της στη Μύκονο αποτελεί ακόμη ένα βήμα στη διεθνή της ανάπτυξη, ενισχύοντας το αποτύπωμά της σε κορυφαίους προορισμούς παγκόσμιου ενδιαφέροντος.

Η νέα boutique βρίσκεται στη διεύθυνση Ματθαίου Ανδρόνικου 13, Μύκονος και φιλοδοξεί να αποτελέσει έναν νέο προορισμό luxury shopping στο νησί των ανέμων.



## Η TCL φέρνει το ποδόσφαιρο παντού με τη νέα γενιά φορητών προβολέων



Το ποδόσφαιρο δεν περιορίζεται πλέον στο σαλόνι. Με τις σύγχρονες συνήθειες θέασης να γίνονται ολοένα και πιο ευέλικτες, η TCL, μία από τις κορυφαίες εταιρείες τεχνολογίας παγκοσμίως, αναδεικνύει τη νέα τάση που μετατρέπει κάθε χώρο σε προσωπική κερκίδα.

Από το μπαλκόνι και τον κήπο μέχρι την εξοχή και τις καλοκαιρινές αποδράσεις, οι φορητοί προβολείς δίνουν τη

δυνατότητα στους φιλάθλους να απολαμβάνουν μεγάλους αγώνες σε μεγάλη εικόνα, χωρίς μόνιμες εγκαταστάσεις και τεχνικές δυσκολίες.

Στο επίκεντρο αυτής της εμπειρίας βρίσκεται ο TCL Projector A1s, που συνδυάζει φορητότητα, φωτεινή εικόνα και ενσωματωμένο ήχο, προσφέροντας εύκολη μεταφορά από χώρο σε χώρο. Παράλληλα, ο TCL Projector C1 διαθέτει Google TV και έξυπνες λειτουργίες αυτόματης προσαρμογής εικόνας, διευκολύνοντας την πρόσβαση σε αθλητικές μεταδόσεις και streaming περιεχόμενο.

Για όσους αναζητούν ακόμη μεγαλύτερη ευελιξία, ο TCL PlayCube ξεχωρίζει χάρη στον περιστρεφόμενο σχεδιασμό του, την ενσωματωμένη μπαταρία και τη δυνατότητα χρήσης τόσο σε εσωτερικούς όσο και σε εξωτερικούς χώρους. Έτσι, μια ταράτσα, ένας κήπος ή μια εκδρομή μπορούν να μετατραπούν σε σημείο συνάντησης για φίλους και οικογένεια.

Η νέα αυτή προσέγγιση αντικατοπτρίζει μια ευρύτερη αλλαγή στον τρόπο που καταναλώνουμε ψυχαγωγία. Το ποδόσφαιρο, όπως και το υπόλοιπο περιεχόμενο που παρακολουθούμε καθημερινά, ακολουθεί πλέον τον χρήστη παντού, προσαρμοζόμενο στις ανάγκες και τον τρόπο ζωής της σύγχρονης εποχής.

## Η Bank of America επενδύει στο μέλλον 10.000 νέων μέσα από το FIFA World Cup 2026™

Τη δύναμη του αθλητισμού ως εργαλείο εκπαίδευσης, ανάπτυξης δεξιοτήτων και κοινωνικής ενδυνάμωσης αξιοποιεί η Bank of America, ανακοινώνοντας την επέκταση της πρωτοβουλίας Sports with Us σε παγκόσμιο επίπεδο.

Μέσα από το νέο πρόγραμμα, που συνδέεται με τη χορηγική παρουσία της τράπεζας στο FIFA World Cup 2026™, στόχος είναι να υποστηριχθούν περισσότεροι από 10.000 νέοι ηλικίας 11 έως 24 ετών έως το τέλος του 2028. Η πρωτοβουλία απευθύνεται κυρίως σε νέους από μειονεκτούντα ή υποεξυπηρετούμενα περιβάλλοντα, προσφέροντας ευκαιρίες προσωπικής ανάπτυξης μέσα από τον αθλητισμό.



Το πρόγραμμα θα υλοποιηθεί σε 14 χώρες, μεταξύ των οποίων ο Καναδάς, το Μεξικό, το Ηνωμένο Βασίλειο, η Γαλλία, η Γερμανία, η Βραζιλία, η Ινδία και η Αυστραλία, μέσω συνεργασιών με εξειδικευμένους οργανισμούς ανάπτυξης νέων.

Οι συμμετέχοντες θα έχουν πρόσβαση σε αθλητικές δραστηριότητες και εκπαιδευτικές ενότητες που εστιάζουν σε έξι βασικούς άξονες: ηγεσία, ομαδικότητα, επικοινωνία, ευεξία, διατροφή και χρηματοοικονομική εκπαίδευση.

Ο Πρόεδρος Διεθνών Δραστηριοτήτων της Bank of America, Bernard Mensah, υπογράμμισε ότι ο αθλητισμός μπορεί να ανοίξει δρόμους και να δημιουργήσει νέες προοπτικές για τους νέους, ενώ ο David Beckham, Global Sports Ambassador της τράπεζας, τόνισε πως το ποδόσφαιρο έχει τη δύναμη να καλλιεργεί αυτοπεποίθηση, ανθεκτικότητα και αίσθηση σκοπού.

Μέσα από το Sports with Us, η Bank of America επιδιώκει να αφήσει μια κληρονομιά που θα ξεπερνά τα όρια του γηπέδου, δημιουργώντας μακροπρόθεσμο κοινωνικό αντίκτυπο στις κοινότητες όπου δραστηριοποιείται.



## Το Red Bull Mad Mike Tour ξεσήκωσε την Ελλάδα με θέαμα, αδρεναλίνη και καμένα λάστιχα

Από το Ηράκλειο της Κρήτης μέχρι τη Θεσσαλονίκη, το Red Bull Mad Mike Tour χάρισε μοναδικές στιγμές δράσης και εντυπωσιακών επιδείξεων, μετατρέποντας τρεις διαφορετικούς προορισμούς σε σκηνικό υψηλών οκτανίων.

Πρωταγωνιστής της περιοδείας ήταν ο θρυλικός drifter Mad Mike, ο οποίος μαζί με κορυφαίους οδηγούς και stunt riders προσέφερε ένα θέαμα που ενθουσίασε χιλιάδες θεατές σε όλη τη χώρα. Πρώτος σταθμός ήταν το λιμάνι του Ηρακλείου, όπου τα εντυπωσιακά drift shows και οι συγχρονισμένες επιδείξεις ξεσήκωσαν το κοινό. Στο πλευρό του βρέθηκαν οι διεθνώς αναγνωρισμένοι οδηγοί Abdo Feghali και Natalia Iocsak, μαζί με Έλληνες συμμετέχοντες.

Η δράση συνεχίστηκε στην Ανάβαση Πορταριάς, έναν από τους πιο ιστορικούς αγώνες αυτοκινήτου στην Ελλάδα, όπου ο Mad Mike συμμετείχε στα δοκιμαστικά και στον αγώνα, προσφέροντας ξεχωριστές στιγμές στους φίλους του μηχανοκίνητου αθλητισμού.

Το μεγάλο φινάλε πραγματοποιήθηκε στη Θεσσαλονίκη, με την Πλατεία Αριστοτέλους να μεταμορφώνεται σε μια πρωτόγνωρη urban drift arena. Δίπλα στον Mad Mike βρέθηκαν η διάσημη stunt rider Sarah Lezito και ο Έλληνας drifter Σταύρος Γρύλλης, παρουσιάζοντας εντυπωσιακά κόλπα και ακροβατικά που κράτησαν αμείωτο το ενδιαφέρον του κοινού.

Με χιλιάδες θεατές, έντονο παλμό και αμέτρητες στιγμές αδρεναλίνης, το Red Bull Mad Mike Tour ολοκλήρωσε μια εντυπωσιακή ελληνική περιοδεία, αφήνοντας πίσω του εικόνες που δύσκολα θα ξεχαστούν.

## Η JJJJound δίνει νέα ταυτότητα στο πιο αμφιλεγόμενο sneaker της New Balance



Μία από τις πιο πολυσυζητημένες συνεργασίες της χρονιάς ετοιμάζεται να φτάσει στην αγορά, καθώς η канаδική JJJJound ενώνει ξανά τις δυνάμεις της με τη New Balance, παρουσιάζοντας τη δική της έκδοχή του ιδιαίτερου μοντέλου 1890.

Το New Balance 1890 έκανε το ντεμπούτο του νωρίτερα μέσα στο 2026 και δίχασε αμέσως τους φίλους των sneakers χάρη στον τολμηρό, σχεδόν φουτουριστικό σχεδιασμό του. Η JJJJound, γνωστή για τη μινιμαλιστική της προσέγγιση και τις επιτυχημένες συνεργασίες με κορυφαία brands, επιλέγει να «ηρεμήσει» το δυναμικό χαρακτήρα του μοντέλου μέσα από δύο νέες χρωματικές εκδοχές.

Η πρώτη πρόταση κινείται σε ασπρόμαυρους τόνους, με μαύρο επάνω μέρος, λευκή γλώσσα και λευκή ενδιάμεση σόλα, δημιουργώντας μια πιο διαχρονική και ευέλικτη αισθητική. Η δεύτερη έκδοση συνδυάζει λευκό και ασημί, αντλώντας έμπνευση από την αμερικανική πανεπιστημιακή αθλητική κουλτούρα.

Παρά τον σχεδιαστικό επαναπροσδιορισμό, το μοντέλο διατηρεί όλα τα τεχνικά χαρακτηριστικά που το ξεχωρίζουν, όπως τη full-length σόλα ABZORB και τα ημιδιάφανα stabilizers που προσφέρουν άνεση και σταθερότητα στην καθημερινή χρήση.

Οι νέες εκδόσεις του New Balance 1890 x JJJJound θα κυκλοφορήσουν στις 25 Ιουνίου αποκλειστικά μέσω της JJJJound και αναμένεται να γίνουν νάρπαστες. Αν και η επίσημη τιμή δεν έχει ακόμη ανακοινωθεί, εκτιμάται ότι θα ξεπερνά τα 180 δολάρια (περίπου 155 ευρώ), δηλαδή την τιμή της βασικής έκδοσης του μοντέλου.

quote of the day

ΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΑΝ ΤΑ ΡΟΜΠΟΤ ΘΑ ΓΙΝΟΥΝ ΜΕΡΟΣ ΤΗΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑΣ ΜΑΣ. ΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ ΕΙΝΑΙ ΠΟΤΕ ΘΑ ΠΑΨΟΥΜΕ ΝΑ ΤΑ ΒΛΕΠΟΥΜΕ ΩΣ ΑΠΛΕΣ ΜΗΧΑΝΕΣ.

Σήμερα  
γιορτάζουν!

Αυγουστίνος,  
Αυγουστίνα, Βίτων,  
Ιερώνυμος, Ιερωνύμη,  
Μόνικα, Ορτίσιος,  
Ορτίσια, Ορτανσία

15 Ιουνίου

- > Παγκόσμια Ημέρα Γονιμότητας
- > Παγκόσμια Ημέρα Ανέμου
- > World Elder Abuse Awareness Day
- > National Bug Busting Day
- > National Smile Power Day
- > Nature Photography Day
- > National Salvation Day
- > Magna Carta Day
- > Sneak A Kiss Day