

BABY ΦΥΛΛΑ ΒΕΖΥΡΟΓΛΟΥ

ΠΛΥΜΕΝΑ ΜΕ ΦΡΟΝΤΙΔΑ

Ανακαλύψτε τη νέα σειρά
«Απ' τα Περιβόλια του Βεζύρογλου».

Εκλεκτά baby φύλλα, ολοφρέσκα
και τραγανά, πλυμένα και έτοιμα
να τα απολαύσετε.

Ποιότητα Βεζύρογλου.



www.vezyrogloufarm.com

  @VezyroglouFarm



απ' τα περιβόλια του
Βεζύρογλου

SAY *yes* to the press

YOUR DAILY ONLINE MAGAZINE



Πότε πέρασε κιόλας η χρονιά;



COLLEGE

1971

Μισός αιώνας

Πανεπιστημιακές σπουδές
με διεθνή προοπτική!

50
YEARS
HISTORY



COLLEGE

50
YEARS
NEXT



Διοίκ. Επιχειρήσεων



Ναυτιλιακά



Ξενοδοχειακά



Παιδαγωγικά



Ψυχολογία



Πληροφορική

Το BCA, με παρουσία άνω των 50 ετών στην πανεπιστημιακή εκπαίδευση, παραμένει σταθερά προσανατολισμένο στη σύνδεση της γνώσης με την πραγματική αγορά εργασίας. Με σπουδές που ανταποκρίνονται στις απαιτήσεις της σύγχρονης ελληνικής και διεθνούς οικονομίας, προσφέρει ειδικότητες αιχμής σε τομείς όπως Διοίκηση επιχειρήσεων, Ναυτιλιακά, Ξενοδοχειακά, Ψυχολογία, Παιδαγωγικά, Πληροφορική. Με διεθνή προοπτική, πρακτική κατεύθυνση και ισχυρούς δεσμούς με την αγορά, το BCA διαμορφώνει τους επαγγελματίες του αύριο.



www.bca.edu.gr

BCA ATHENS CITY CAMPUS • Λεωφόρος Αλεξάνδρας 205, Αθήνα 11523, Ελλάδα (+30) 210 7253 783

info@bca.edu.gr • www.bca.edu.gr





Δεν χρειάζεται να γεμίζεις κάθε κενό

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

Πότε ήταν η τελευταία φορά που βαρέθηκες;

Περιμένεις να έρθει ο καφές; Κινητό.

Έχεις τρία λεπτά μέχρι να φύγεις; Κινητό. Κάθεσαι στο αυτοκίνητο περιμένοντας τα παιδιά; Κινητό.

Έχουμε γίνει λίγο ανίκανοι να κάνουμε... τίποτα.

Και δεν εννοώ να κλείσουμε τα πάντα και να κοιτάμε έναν τοίχο για αυτογνωσία. Εννοώ εκείνα τα μικρά κενά της ημέρας που κάποτε απλώς υπήρχαν.

Να περιμένεις. Να χαζεύεις. Να σκεφτείς κάτι άσχετο. Να κοιτάξεις λίγο γύρω σου χωρίς να χρειάζεται να συμβαίνει κάτι στην οθόνη.

Δεν χρειάζεται κάθε λεπτό να είναι παραγωγικό, ενδιαφέρον ή γεμάτο.

Μερικές φορές μπορεί απλώς να είναι... ένα λεπτό.

Και ξέρεις κάτι; Μάλλον μας έχει λείψει.

Tip of the Day: Άφησε σήμερα ένα μικρό διάλειμμα χωρίς να πιάσεις το κινητό.



♥ love it

Να περιμένεις κάπου και να μην αισθάνεσαι ότι πρέπει να κάνεις κάτι.

☹ leave it

Να ανοίγεις το κινητό και μετά από δέκα λεπτά να μην θυμάσαι καν γιατί.

✓ we suggest

Τον επόμενο καφέ σου, πρες τον πριν ανοίξεις οτιδήποτε.

Οι άνθρωποι που σου αφήνουν χώρο να ξαναδοκιμάσεις



Κάνεις λάθος. Και αντί να σε κοιτάξει κάποιος σαν να κατέρρευσε ο πολιτισμός, σου λέει απλώς: «Δεν πειράζει. Ξανακάν' το.»

Ο δάσκαλος.
Ο προϊστάμενος.
Ο φίλος. Ο γονιός.
Ο άνθρωπος που

καταλαβαίνει ότι ένα λάθος δεν είναι χαρακτήρας, ούτε τελική βαθμολογία. Είναι απλώς μια πρώτη προσπάθεια που δεν βγήκε. Και μερικές φορές αυτό ακριβώς χρειάζεσαι για να τα καταφέρεις καλύτερα τη δεύτερη φορά.

Οι καλύτεροι άνθρωποι δεν σε κρίνουν από το λάθος. Σου αφήνουν χώρο να το διορθώσεις.

Πέντε νέα είδη μυδιών. Και κάνουν αθόρυβα μια πολύ σημαντική δουλειά.



Ερευνητές στις ΗΠΑ ανακάλυψαν πέντε νέα είδη μυδιών του γλυκού νερού σε ποτάμια από το Μιζούρι και το Αρκάνσας μέχρι το Τέξας και τη Λουιζιάνα.

Και δεν είναι απλώς μια ωραία καταχώριση στη βιοποικιλότητα. Τα μύδια του γλυκού νερού λειτουργούν σαν μικρά φυσικά φίλτρα, απομακρύνοντας άλγες και βακτήρια και βοηθώντας τα ποτάμια να παραμένουν υγιή.

Μερικές από τις πιο σημαντικές δουλειές στη φύση γίνονται χωρίς καν να τις βλέπουμε.

Η Τεχνητή Νοημοσύνη άνοιξε χώρο για 8.500 επιπλέον ραντεβού

Επιτέλους, AI που δεν μας γράφει ποίημα ούτε μας φτιάχνει φωτογραφία με έξι δάχτυλα.

Σε πραγματική εφαρμογή σε δύο βρετανικά νοσοκομεία, ένα αυτόνομο σύστημα Τεχνητής Νοημοσύνης αξιολόγησε περιστατικά με χαμηλού κινδύνου δερματικές βλάβες, εξοικονομώντας περίπου 2.851 ώρες εργασίας γιατρών σε διάστημα 16 μηνών. Ο χρόνος αυτός αντιστοιχεί σε περισσότερα από 8.500 επιπλέον δια ζώσης δερματολογικά ραντεβού.

Δεν σημαίνει ότι η Τεχνητή Νοημοσύνη αντικαθιστά τον δερματολόγο — η μελέτη κατέγραψε και έξι ψευδώς αρνητικά περιστατικά, γι' αυτό η συνεχής παρακολούθηση παραμένει απαραίτητη.

Αλλά όταν η τεχνολογία ξεκλειδώνει πραγματικό χρόνο για πραγματικούς ασθενείς, τότε ναι: αυτό είναι πρόοδος που μπορούμε να μετρήσουμε.



Δύο γραμμές γραμμένες στο χέρι αξίζουν αλλιώς



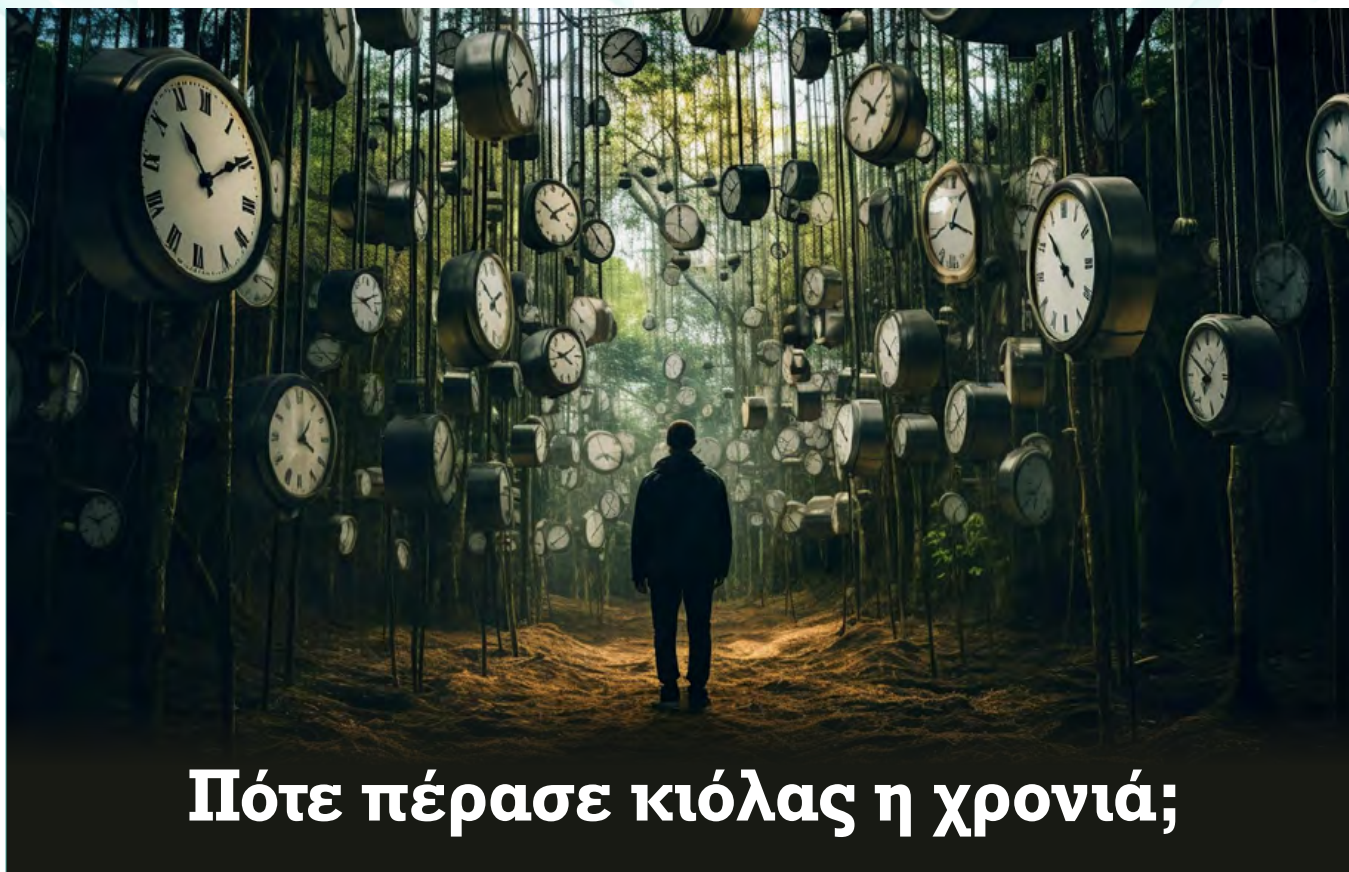
Ένα post-it στο γραφείο. Δυο λέξεις στην πρώτη σελίδα ενός βιβλίου. Ένα «καλή επιτυχία» γραμμένο βιαστικά σε ένα χαρτάκι.

Μπορούμε να στείλουμε μήνυμα σε τρία δευτερόλεπτα, να αντιγράψουμε μια ευχή, να βάλουμε μια καρδιά και να τελειώσαμε.

Γι' αυτό ίσως το χειρόγραφο απέκτησε ξανά τόση αξία. Γιατί κάποιος έπρεπε να βρει χαρτί, να πιάσει στυλό και να γράψει κάτι ειδικά για σένα.

Και όσο πιο ψηφιακά γίνονται όλα, τόσο πιο πολύ ξεχωρίζει κάτι τόσο απλό.

Το χέρι προδίδει χρόνο. Και ο χρόνος είναι πάντα προσωπικός.



Πότε πέρασε κιόλας η χρονιά;

Μήπως δεν περνάει πιο γρήγορα ο χρόνος — μήπως απλώς δεν αφήνουμε τίποτα να μας μείνει;

Οκτώβριος

Ναι, κι εγώ μόλις κατάλαβα ότι πριν από περίπου πέντε λεπτά ήταν Ιούνιος.

Δεν ξέρω πότε ακριβώς συνέβη, αλλά τελευταία έχω την αίσθηση ότι οι μήνες δεν περνούν. Εξαφανίζονται. Δευτέρα, Παρασκευή, ξανά Δευτέρα, «πότε έχουμε ραντεβού;», «την άλλη εβδομάδα», και ξαφνικά κάποιος θα πετάξει το πρώτο «σε δύο μήνες Χριστούγεννα» και θέλεις να του πεις να μη βιάζεται.

Μόνο που κάπως έχει δίκιο. Και η εύκολη εξήγηση είναι αυτή που ξέρουμε όλοι: όσο μεγαλώνεις, ο χρόνος περνάει πιο γρήγορα.

Μήπως όμως δεν είναι μόνο αυτό;

Όταν όλες οι μέρες μοιάζουν μεταξύ τους

Η αίσθηση που έχουμε για τον χρόνο δεν βασίζεται μόνο στο ρολόι. Όταν κοιτάζουμε πίσω, ο εγκέφαλος προσπαθεί να υπολογίσει μια περίοδο μέσα από τα γεγονότα και τις αναμνήσεις που έχει κρατήσει από αυτήν.

Έρευνες δείχνουν ότι ο τρόπος με τον οποίο θυμόμαστε τα διαφορετικά «κομμάτια» μιας εμπειρίας επηρεάζει και το πόσο μεγάλη

μάς φαίνεται εκ των υστέρων.

Και εδώ αρχίζει το ενδιαφέρον.

Σκέψου μια εβδομάδα δουλειά-σπίτι-υποχρεώσεις-κινητό-ύπνος. Και μετά άλλη μία σχεδόν ίδια. Και άλλη μία.

Έκανες εκατό πράγματα. Έτρεξες όλη μέρα. Απάντησες σε δεκάδες μηνύματα. Είδες εκατοντάδες εικόνες. Κι όμως, όταν σε ρωτήσουν «τι έκανες την προηγούμενη Τρίτη;», κοιτάς στο κενό.

Δεν είναι ότι δεν έζησες. Είναι ότι πολλές μέρες δεν άφησαν κάτι αρκετά διαφορετικό για να τις ξεχωρίσεις.

Μάλιστα, πρόσφατη έρευνα για το πώς αντιλαμβανόμαστε ολόκληρες περιόδους της ζωής μας βρήκε ότι η ρουτίνα μπορεί να συνδέεται με την αίσθηση ότι ο χρόνος πέρασε γρηγορότερα όταν κοιτάζουμε πίσω.





Έχουμε εξαφανίσει και το «τίποτα»

Υπάρχει και κάτι ακόμη που κάνουμε πλέον σχεδόν μηχανικά.

Δεν αφήνουμε κενό.

Περιμένεις δύο λεπτά τον καφέ; Κινητό. Κόκκινο φανάρι; Κινητό.

Περιμένεις να έρθει κάποιος; Κινητό.

Διαφήμιση στην τηλεόραση; Κινητό.

Κάποτε βαριόμασταν λίγο.

Κοιτούσαμε έξω από το παράθυρο. Παρατηρούσαμε ποιος πέρασε, τι μουσική έπαιζε, τι σκεφτόμασταν εκείνη τη στιγμή.

Δεν λέω ότι η βαρεμάρα είναι μαγική — και η έρευνα δείχνει ότι μπορεί ακόμη και να δυσκολεύει την προσοχή και τη μνήμη όταν το μυαλό περιπλανιέται.

Λέω όμως ότι έχουμε αποκτήσει μια παράξενη ανάγκη να γεμίζουμε κάθε δευτερόλεπτο.

Και ίσως τελικά αυτό να είναι που με ενοχλεί περισσότερο: είμαστε διαρκώς απασχολημένοι, αλλά όταν κοιτάζουμε πίσω δυσκολευόμαστε να βρούμε πού πήγε όλος αυτός ο χρόνος.

Δεν χρειαζομαι περισσότερα. Χρειαζομαι να μου μείνουν.

Ίσως λοιπόν η λύση δεν είναι να βάλω περισσότερα πράγματα μέσα στον Οκτώβριο. Ίσως είναι να αφήσω κάποια να συμβούν κανονικά.

Έναν καφέ χωρίς να κοιτάξω το κινητό δέκα φορές. Μια βόλτα από διαφορετικό δρόμο. Ένα βράδυ που θα θυμάμαι όχι επειδή συνέβη κάτι σπουδαίο, αλλά επειδή ήμουν πραγματικά εκεί.

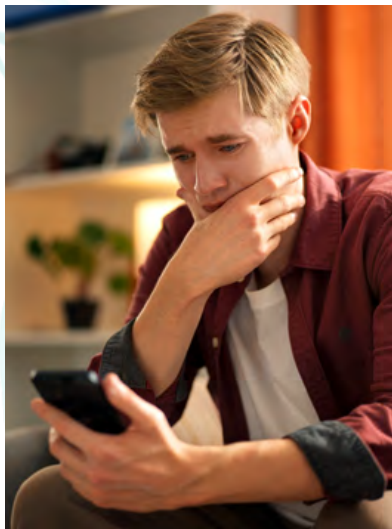
Δεν μπορώ να κάνω τον χρόνο να πηγαίνει πιο αργά. Μπορώ όμως να του δώσω περισσότερους λόγους να μείνει στη μνήμη μου.

Γιατί μπορεί σε τρεις μήνες να ξαναπούμε όλοι «πότε πέρασε κιόλας η χρονιά;».

Το θέμα είναι να έχουμε και κάτι να απαντήσουμε.



Ο αριθμός που ξέρεις ότι δεν θα απαντήσει



Να έχεις ακόμη αποθηκευμένο στο κινητό το τηλέφωνο ενός ανθρώπου που έχει φύγει από τη ζωή.

Το όνομά του είναι εκεί. Η φωτογραφία ίσως επίσης. Κι εσύ ξέρεις ότι δεν θα χτυπήσει ξανά, δεν θα εμφανιστεί μήνυμα, δεν θα ακούσεις τη φωνή του από την άλλη άκρη.

Κι όμως δεν το σβήνεις. Γιατί μερικές επαφές δεν μένουν στο κινητό. Μένουν μέσα μας.

Δεν γεννηθήκαμε με οδηγίες χρήσης



Το «αυτό έπρεπε να το ξέρεις» είναι από εκείνες τις φράσεις που καταφέρνουν να σε κάνουν να νιώσεις ανεπαρκής για πληροφορία που κανείς δεν μπήκε στον κόπο να σου δώσει.

Αν δεν μου το εξήγησε κανείς, δεν υπάρχει μαγικός τρόπος να το γνωρίζω. Δεν κατέβηκε μαζί με το λογισμικό. Δεν το είχα από προηγούμενη ζωή. Και σίγουρα δεν βοηθά να με κάνεις να νιώσω χαζός επειδή τώρα το μαθαίνω. Αν έπρεπε να το ξέρω, κάποιος έπρεπε πρώτα να μου το μάθει.

Περισσότερες διαγνώσεις δεν σημαίνουν αυτόματα και περισσότερα περιστατικά

Βλέπεις τίτλο: «Εκτοξεύθηκαν οι διαγνώσεις ADHD και αυτισμού». Και πριν προλάβεις να διαβάσεις δεύτερη γραμμή, έχει ήδη δημιουργηθεί η εντύπωση ότι κάτι δραματικό συνέβη ξαφνικά στον πληθυσμό.

Μόνο που η εικόνα είναι πολύ πιο σύνθετη. Μεγάλη δανική μελέτη σε περισσότερα από 71.000 παιδιά και εφήβους με ADHD ή αυτισμό έδειξε ότι, από το 2012 έως το 2022, όσοι λάμβαναν διάγνωση έμοιαζαν σταδιακά περισσότερο —ως προς αρκετά προϋπάρχοντα χαρακτηριστικά— με συνομηλίκους χωρίς διάγνωση. Οι ερευνητές εκτιμούν ότι μέρος της αύξησης μπορεί να σχετίζεται με αλλαγές στον τρόπο αναγνώρισης, διάγνωσης και πρόσβασης στις υπηρεσίες υγείας, όχι απλώς με αύξηση της υποκείμενης συχνότητας.

Οι αριθμοί χρειάζονται ερμηνεία. Όχι πανικό.



Κορώνεια: Μια λίμνη που σχεδόν χάθηκε μπροστά στα μάτια μας



Η λίμνη Κορώνεια στη Βόρεια Ελλάδα έχει συρρικνωθεί από 34,4 τ.χλμ. το 2016 σε μόλις 2,7 τ.χλμ. σήμερα. Εκεί όπου υπήρχε ένας σημαντικός υγρότοπος, καταφύγιο για χιλιάδες μεταναστευτικά και υδρόβια πουλιά, απλώνεται πλέον σε μεγάλο βαθμό ξερή και ραγισμένη γη.

Χρόνια χαμηλών βροχοπτώσεων, υψηλότερες θερμοκρασίες και υπεράντληση έχουν δημιουργήσει μια κρίση που δεν αφορά μόνο το νερό. Αφορά τα πουλιά, τους αγρότες, τους ψαράδες και τις τοπικές κοινότητες που ζούσαν γύρω από τη λίμνη.

Το πιο τρομακτικό δεν είναι ότι αλλάζει το τοπίο. Είναι ότι μαζί του εξαφανίζεται ένας ολόκληρος τρόπος ζωής.

Άσε για 15 λεπτά τα αυτιά σου ήσυχα



Βγες μια μικρή βόλτα χωρίς ακουστικά. Χωρίς podcast, playlist, τηλεφώνημα ή κάτι που πρέπει να «αξιοποιεί» τον χρόνο σου.

Για 15 λεπτά, άκου απλώς τι συμβαίνει γύρω σου: αυτοκίνητα, βήματα, κουβέντες, ένα σκυλί που γαβγίζει, τα φύλλα, την πόλη όπως είναι.

Έχουμε συνηθίσει τόσο πολύ να γεμίζουμε κάθε κενό, που η σιωπή —ή έστω η απουσία περιεχομένου— μοιάζει σχεδόν παράξενη. Δεν χρειάζεται κάθε λεπτό να σου προσφέρει κάτι. Μερικές φορές αρκεί απλώς να το ζήσεις.

Πας Ντουμπάι; Η Emirates σου δίνει τρία αξιοθέατα δωρεάν



Αν σκέφτεσαι ταξίδι στο Ντουμπάι μέσα στους επόμενους μήνες, αυτή η προσφορά αξίζει να μπει στο πλάνο σου. Η Emirates προσφέρει σε επιλέξιμους επιβάτες δωρεάν

εισιτήρια συνολικής αξίας 535 AED για τρία από τα πιο δημοφιλή αξιοθέατα της πόλης: Atlantis Aquaventure Waterpark, Lost World Aquarium και Dubai City Sightseeing Hop-On Hop-Off.

Η προσφορά ισχύει για κρατήσεις που πραγματοποιούνται έως 11 Οκτωβρίου και για ταξίδια έως 13 Δεκεμβρίου, σε όλες τις κατηγορίες θέσεων.

Αν το Ντουμπάι ήταν ήδη στη λίστα, μόλις απέκτησε ένα επιπλέον κίνητρο.

American Horror Story 13: Ο Οκτώβριος μόλις έγινε πιο σκοτεινός και μας αρέσει...

Αν περίμενες αφορμή για να μπεις επίσημα σε Halloween διάθεση, μόλις τη βρήκες. Ο 13ος κύκλος του American Horror Story είναι διαθέσιμος στο Disney+ και επιστρέφει με 13 επεισόδια, αγαπημένους χαρακτήρες και ένα εντυπωσιακό all-star cast.

Sarah Paulson, Evan Peters, Angela Bassett, Kathy Bates, Emma Roberts και Jessica Lange επιστρέφουν, μαζί με γνώριμα πρόσωπα όπως η Constance Langdon, η Cordelia Goode, η Marie Laveau και ο Twisty the Clown.

Τα πρώτα τρία επεισόδια είναι ήδη διαθέσιμα και το φινάλε έρχεται στις 5 Νοεμβρίου.

Ιδανικό timing για σκοτεινά βράδια στον καναπέ.



Τα καλά παιδιά δε μιλάνε, Λόλα: Η νέα σάτιρα του Αλέξανδρου Ρήγα



Από τις 27 Νοεμβρίου, ο Αλέξανδρος Ρήγας επιστρέφει στο Από Μηχανής Θέατρο με μια νέα μαύρη κωμωδία που βάζει στο στόχαστρο όσα αλλάζουν γύρω μας — και όσα δυσκολευόμαστε ακόμη να καταλάβουμε.

Έξι συγγραφείς προσπαθούν να γράψουν μια κωμωδία για έναν κόσμο όπου οι λέξεις, οι κοινωνικοί κανόνες, οι σχέσεις και τα όρια επαναπροσδιορίζονται διαρκώς. Political correctness, συμπερίληψη, λογοκρισία και δικαιώματα μπαίνουν στο ίδιο τραπέζι, με σαρκασμό και σκοτεινό χιούμορ.

Expert: Δωρεάν μεταφορικά για το φοιτητικό σπίτι έως τις 15 Οκτωβρίου

Η περίοδος του φοιτητικού σπιτιού σημαίνει νέες αρχές, αλλά και μια αρκετά μεγάλη λίστα αγορών. Ψυγείο, πλυντήριο, κουζίνα, καφετιέρα, μικροσυσκευές και όλα εκείνα που χρειάζονται για να στηθεί από την αρχή μια νέα καθημερινότητα.

Η Expert έρχεται να αφαιρέσει από τη λίστα ένα από τα έξοδα που συνήθως εμφανίζονται στο τέλος: τα μεταφορικά. Έως και τις 15 Οκτωβρίου, για αγορές συνολικής αξίας 100€ και άνω σε προϊόντα που συμμετέχουν στην προωθητική ενέργεια, προσφέρονται δωρεάν μεταφορικά σε επιλέξιμες περιοχές της Αττικής, της Θεσσαλονίκης και της Αχαΐας.

Στην ενέργεια συμμετέχουν μεγάλες οικιακές συσκευές, αλλά και επιλεγμένες κατηγορίες οικιακού εξοπλισμού και προσωπικής φροντίδας, δίνοντας τη δυνατότητα στους φοιτητές —και, ας είμαστε ειλικρινείς, στους γονείς τους— να οργανώσουν πιο εύκολα τις απαραίτητες αγορές.

Η δωρεάν μεταφορά ενεργοποιείται κατά την ολοκλήρωση της παραγγελίας, εφόσον πληρούνται οι όροι της ενέργειας και η διεύθυνση παράδοσης βρίσκεται σε επιλέξιμο ταχυδρομικό κώδικα.

Γιατί όταν στήνεις ένα σπίτι από το μηδέν, κάθε έξοδο που γλιτώνεις μετράει.

Μάθετε περισσότερα [εδώ!](#)

**ΤΟ ΒΡΗΚΕΣ;
ΣΤΟ ΦΕΡΝΟΥΜΕ
ΔΩΡΕΑΝ.**

**Δωρεάν
μεταφορικά
σε Αθήνα,
Θεσσαλονίκη
& Πάτρα***

**ΠΑΡΑΓΓΕΙΛΕ ΤΩΡΑ
ΕΛΑ. ΘΑ ΤΟ ΒΡΟΥΜΕ.**

*Η δωρεάν αποστολή ισχύει έως και 15 Οκτωβρίου 2026 και για συγκεκριμένους Τ.Κ.

Ούζο Πλωμαρίου x Pullman Club: 20 άγνωστοι, ένα τραπέζι δίπλα στη θάλασσα



Τι μπορεί να συμβεί όταν 20 άνθρωποι που δεν γνωρίζονται μεταξύ τους καθίσουν γύρω από το ίδιο τραπέζι; Το Ούζο Πλωμαρίου και το Pullman Club, το πρώτο supper club της Αθήνας, αποφάσισαν να το δοκιμάσουν. Στις 17 Σεπτεμβρίου, στον Ιστιοπλοϊκό Όμιλο Πειραιώς, οι νικητές του διαγωνισμού της κοινότητας «Ακόλουθοι του Ήλιου» συναντήθηκαν για μια βραδιά με θέα τη θάλασσα, σύγχρονο μεσογειακό μενού με fusion πινελιές και, φυσικά, Ούζο Πλωμαρίου.

Για δεύτερη χρονιά, η πρωτοβουλία έφερε κοντά ανθρώπους που μοιράζονται την αγάπη για την καλή παρέα, τη γεύση και τις νέες εμπειρίες.

Γιατί το καλοκαίρι μπορεί να τελείωσε. Τα τραπέζια που ενώνουν ανθρώπους, ευτυχώς, δεν έχουν εποχή.

Ανοιχτή Αγκαλιά: Νέος ιατροτεχνολογικός εξοπλισμός στο Καραμανδάνειο Παίδων



Από αριστερά: κα. Ασπασία Ρηγοπούλου, Διοικήτρια, Καραμανδάνειο - Γενικό Νοσοκομείο Παίδων Πατρών, κα. Άννα Κυριακάκη, Πρόεδρος, Ανοιχτή Αγκαλιά - Φίλοι Κοινωνικής Παιδιατρικής/ Ιατρικής, ο κ. Αλέξανδρος Μόρφης, Ιατρός Ορθοπαιδικός & Μέλος του Δ.Σ., Ανοιχτή Αγκαλιά - Φίλοι Κοινωνικής Παιδιατρικής/ Ιατρικής.

Μόρφης παρέδωσαν στο Νοσοκομείο ιατροτεχνολογικό εξοπλισμό που περιλαμβάνει ορθοπαιδικά τρυπάνια, τραπέζια τοποθέτησης και πάγκους χειρουργείου. Ο εξοπλισμός θα τοποθετηθεί στα νέα χειρουργεία του Νοσοκομείου που αναμένεται να λειτουργήσουν προσεχώς.

Με 33 χρόνια δράσης, η Ανοιχτή Αγκαλιά συνεχίζει να καλύπτει ουσιαστικές ανάγκες δημόσιων νοσοκομείων και να στηρίζει έμπρακτα τη φροντίδα παιδιών και οικογενειών σε όλη την Ελλάδα.

Η Ανοιχτή Αγκαλιά - Φίλοι Κοινωνικής Παιδιατρικής/ Ιατρικής συνεχίζει τη στήριξη της στις δημόσιες δομές υγείας, προχωρώντας σε νέα δωρεά προς το Καραμανδάνειο - Γενικό Νοσοκομείο Παίδων Πατρών.

Η Πρόεδρος του οργανισμού, Άννα Κυριακάκη, και το μέλος του Δ.Σ. και ορθοπαιδικός Αλέξανδρος

LG LinearCooling: Για να μένουν τα τρόφιμα φρέσκα περισσότερο



Πόσες φορές έχεις ανοίξει το ψυγείο μέσα στην εβδομάδα και έχεις αναρωτηθεί αν εκείνα τα λαχανικά που αγόρασες πριν λίγες μέρες είναι ακόμη όπως πρέπει;

Η τεχνολογία LinearCooling™ των ψυγείων LG έχει σχεδιαστεί ώστε να συμβάλλει στη διατήρηση πιο σταθερής θερμοκρασίας στο εσωτερικό

του ψυγείου, περιορίζοντας τις διακυμάνσεις που μπορούν να επηρεάσουν τη φρεσκάδα των τροφίμων.

Έτσι, τα υλικά που έχεις ήδη στο σπίτι έχουν περισσότερες πιθανότητες να διατηρηθούν σε καλή κατάσταση για μεγαλύτερο διάστημα και να καταλήξουν στο επόμενο γεύμα σου αντί να ξεχαστούν στο πίσω μέρος του ψυγείου.

Γιατί τελικά, λίγη περισσότερη φρεσκάδα σημαίνει και κάτι πολύ πρακτικό: λιγότερη σπατάλη και περισσότερες πιθανότητες να μαγειρέψεις με όσα έχεις ήδη.

Wolt: Νέα ψηφιακή πλατφόρμα για πιο ασφαλείς μετακινήσεις στην πόλη

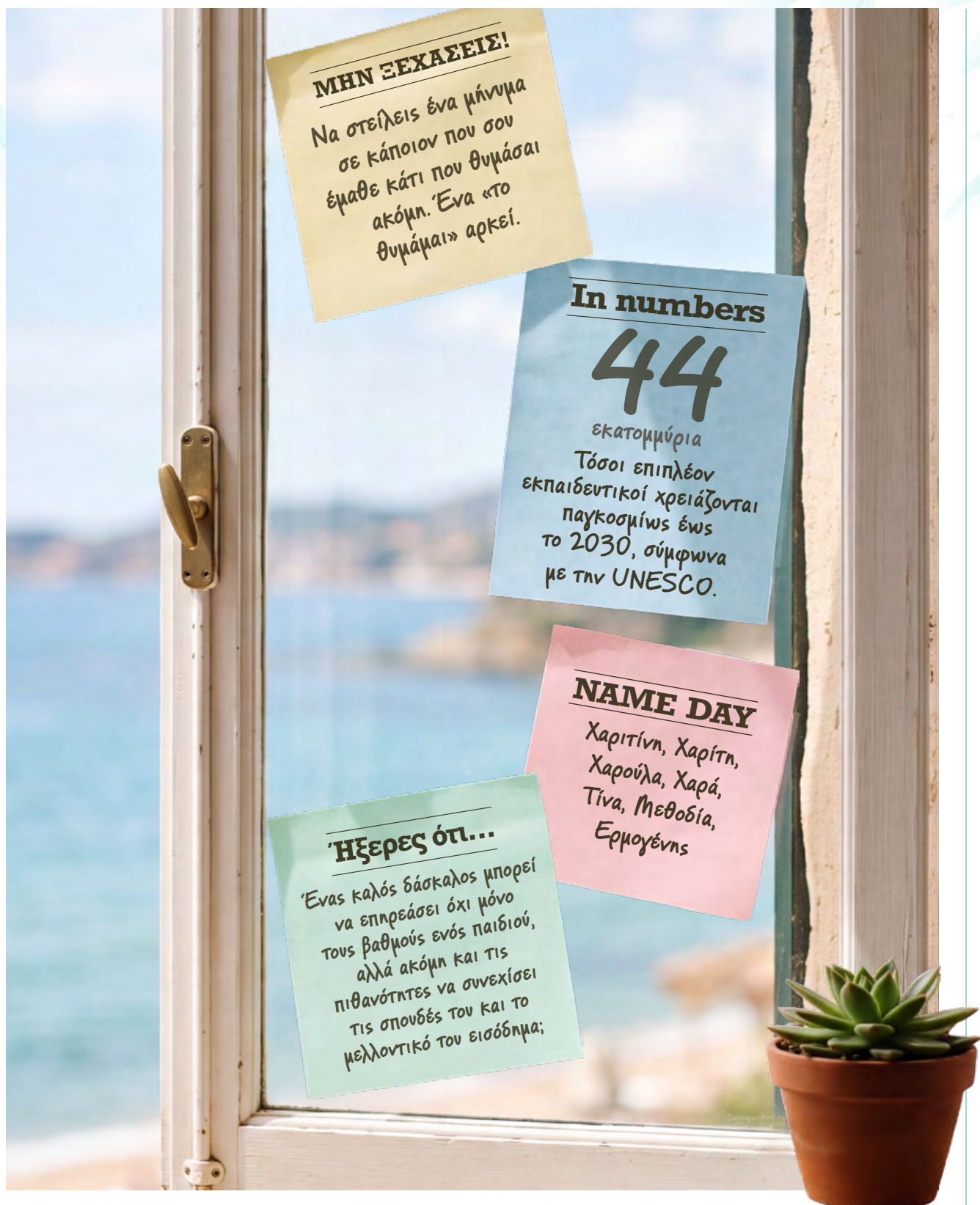
Η Wolt έθεσε σε λειτουργία το movingthecityresponsibly.gr, τη νέα ψηφιακή πλατφόρμα της πρωτοβουλίας Moving the City, Responsibly, με πρακτικούς οδηγούς, εκπαιδευτικό υλικό και συμβουλές για ασφαλέστερες μετακινήσεις στην πόλη.

Η δράση υλοποιείται σε συνεργασία με το Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας «Πάνος Μυλωνάς», υπό την αιγίδα του Υπουργείου Υποδομών και Μεταφορών και με την υποστήριξη της FIA.

Ξεχωριστή ενότητα, το Courier Partners Hub, απευθύνεται στους περισσότερους από 19.000 συνεργάτες διανομείς της Wolt στην Ελλάδα, με υλικό εκπαίδευσης, αυτοαξιολόγησης και πρόληψης κινδύνων.

Η πρωτοβουλία θα επεκταθεί και σε περισσότερα από 12 σχολεία, με τη συμμετοχή άνω των 600 μαθητών.





ΜΗΝ ΞΕΧΑΣΕΙΣ!

Να στείλεις ένα μήνυμα
σε κάποιον που σου
έμαθε κάτι που θυμάσαι
ακόμη. Ένα «το
θυμάμαι» αρκεί.

In numbers

44

εκατομμύρια
Τόσοι επιπλέον
εκπαιδευτικοί χρειάζονται
παγκοσμίως έως
το 2030, σύμφωνα
με την UNESCO.

NAME DAY

Χαριτίνη, Χαρίτη,
Χαρούλα, Χαρά,
Τίνα, Μεθοδία,
Ερμογένης

Ήξερες ότι...

Ένας καλός δάσκαλος μπορεί
να επηρεάσει όχι μόνο
τους βαθμούς ενός παιδιού,
αλλά ακόμη και τις
πιθανότητες να συνεχίσει
τις σπουδές του και το
μελλοντικό του εισόδημα;

SAY **yes** press

ΔΩΡΕΑΝ
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟ
ΨΗΦΙΑΚΟ
NEWSLETTER

ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΣ ΛΑΜΒΑΝΕΙΣ ΔΩΡΕΑΝ ΣΤΟ MAIL ΣΟΥ ΚΑΘΕ ΠΡΩΙ, ΠΑΤΑ [ΕΔΩ](#)



Chief of SayYessers: Claire Styliara

Creative Direction: C•Design

Operation & Marketing Manager: Χρύσα Γώτα

Τεχνική Υποστήριξη: ● BlackDot Web Services

Ιδιοκτησία: Κλειώ Στυλιάρη & ΣΙΑ Ε.Ε. - Say Yes Communications
Σκουζέ 14, 18536 Πειραιάς, ΑΦΜ: 801923795, ΔΟΥ: ΚΕ.ΦΟ.ΔΕ ΑΤΤΙΚΗΣ
Νόμιμος Εκπρόσωπος: Κλειώ Στυλιάρη

Τηλ.: 213.0990585, e-mail: media@sayes.gr

 Αριθμός Πιστοποίησης Μ.Η.Τ. 252127

www.sayyestotheppress.gr


sayes
communications