



ΝΗΣΟΣ ORGANIC

Η πρώτη πιστοποιημένη βιολογική, gluten free και vegan Craft Lager που ζυθοποιήθηκε στην Ελλάδα. Με μέτριο προς ελαφρύ σώμα, ισορροπημένο γευστικό προφίλ και πλούσια αρώματα, αποτελεί την ιδανική επιλογή για κάθε περίπτωση.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΗΝΟ ΣΕ ΟΛΟ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ

SAY *yes* to the **press**

YOUR DAILY ONLINE MAGAZINE

«Δεν ξέρω».
Επιτέλους, κάποιος το είπε.





Ρώτα το. Κάποιος άλλος στο δωμάτιο θέλει να το ρωτήσει κι αυτός.

Καλημέρα SayYesser!!!

Έχω βρεθεί σε συζητήσεις όπου κάποιος εξηγεί κάτι, όλοι γύρω κουνάνε σοβαρά το κεφάλι κι εγώ σκέφτομαι:

«Δεν έχω καταλάβει τίποτα.»

Και αντί να ρωτήσω; Κουνάω κι εγώ το κεφάλι.

Γιατί υπάρχει αυτή η παράξενη στιγμή που φοβάσαι ότι, αν σηκώσεις το χέρι και πεις «συγγνώμη, τι σημαίνει αυτό;», θα αποκαλυφθεί ότι είσαι ο μοναδικός άνθρωπος στο δωμάτιο που έχασε το επεισόδιο.

Μέχρι που κάποιος άλλος τολμάει να ρωτήσει.

Και τότε ακούς γύρω σου ένα σχεδόν συλλογικό:

«Ναι, κι εγώ αυτό ήθελα να ρωτήσω.»

Εκεί καταλαβαίνεις πόσο χρόνο ξοδεύουμε προσπαθώντας να δείχνουμε ότι παρακολουθούμε, αντί απλώς να παρακολουθήσουμε πραγματικά.

Μια ερώτηση δεν σε κάνει λιγότερο ικανό.

Μερικές φορές είναι ο μόνος τρόπος να φύγεις από μια συζήτηση έχοντας όντως μάθει κάτι.

Και, μεταξύ μας, αν κάποιος σε κάνει να αισθανθείς χαζός επειδή ρώτησες;

Μάλλον το πρόβλημα δεν ήταν η ερώτηση.

Tip of the Day: Αν κάτι δεν κατάλαβες, ρώτα το εκείνη τη στιγμή. Μετά συνήθως γίνεται δυσκολότερο.



♥ love it

Ο άνθρωπος που εξηγεί κάτι δεύτερη φορά χωρίς να αλλάζει ύφος.

☹ leave it

Το «μα είναι αυτονόητο» ως απάντηση σε μια απολύτως κανονική ερώτηση.

✓ we suggest

Σήμερα κάνε μία ερώτηση που συνήθως θα κρατούσες για σένα.

Δεν είναι χαλασμένο. Αποφάσισε να μείνει.



Μια ραφή που φαίνεται. Ένα μπάλωμα. Μια ρωγμή που δεν εξαφανίστηκε μαγικά, αλλά διορθώθηκε αρκετά ώστε το αντικείμενο να συνεχίσει τη ζωή του.

Μου αρέσουν τα πράγματα που δεν προσποιούνται ότι δεν έπαθαν ποτέ τίποτα.

Γιατί κάπου ανάμεσα στο «πέτα το» και στο «πάρε

καινούργιο» υπάρχει και μια τρίτη επιλογή:

Φτιάξ' το. Κράτα το. Συνέχισε. Και μερικές φορές το σημάδι της επισκευής είναι ακριβώς αυτό που το κάνει πιο όμορφο.

392 εκατομμύρια έλεγχοι τροφίμων σε μία βάση



Περισσότερα από 392 εκατομμύρια αποτελέσματα ελέγχων ασφαλείας τροφίμων από όλη την Ευρώπη συγκεντρώθηκαν για πρώτη φορά σε μία ανοιχτή βάση δεδομένων, την CHEFS. Περιλαμβάνει στοιχεία από περισσότερα από 15,2 εκατομμύρια δείγματα και πάνω από 4.000 είδη τροφίμων.

Ο στόχος; Να μπορούν οι ερευνητές να εντοπίζουν μοτίβα και να χρησιμοποιούν τεχνητή νοημοσύνη για να προβλέπουν πού μπορεί να εμφανιστεί ένας κίνδυνος πριν γίνει μεγαλύτερο πρόβλημα.

392 εκατομμύρια στοιχεία για έναν πολύ απλό στόχο: να φτάνει ασφαλέστερο φαγητό στο πιάτο μας.

18,8% λιγότερο βάρος και καλύτερο σάκχαρο: η retatrutide δείχνει τι μπορεί να ακολουθήσει

Ένα νέο, ακόμη υπό έρευνα φάρμακο για ανθρώπους με παχυσαρκία και διαβήτη τύπου 2 έδωσε ιδιαίτερα ισχυρά αποτελέσματα σε μεγάλη μελέτη Phase 3.

Στη δοκιμή TRIUMPH-2, με 1.152 συμμετέχοντες, όσοι έλαβαν την υψηλότερη δόση retatrutide παρουσίασαν κατά μέσο όρο 18,8% μείωση του σωματικού βάρους στις 80 εβδομάδες, έναντι 5,1% με placebo, μαζί με σημαντική βελτίωση του σακχάρου.

Η retatrutide δρα ταυτόχρονα σε τρεις ορμονικούς υποδοχείς — GIP, GLP-1 και γλυκαγόνη — αλλά δεν έχει ακόμη λάβει έγκριση για κυκλοφορία. Οι συχνότερες ανεπιθύμητες ενέργειες στη μελέτη ήταν γαστρεντερικές, κυρίως διάρροια και ναυτία.

Όχι «θαυματοουργό φάρμακο», λοιπόν. Αλλά ένα πολύ ενδιαφέρον σημάδι για το πού μπορεί να πηγαίνει η επόμενη γενιά θεραπειών.



Να βλέπουμε την επόμενη απειλή πριν φτάσει σε εμάς

Οι ασθένειες της άγριας ζωής δεν αφορούν μόνο τα ζώα. Μπορούν να επηρεάσουν οικοσυστήματα, κτηνοτροφία και τελικά τη δημόσια υγεία.

Το Wildlife Health Intelligence Network παρουσίασε ένα διεθνές πλαίσιο για ισχυρότερα συστήματα παρακολούθησης της υγείας των άγριων ζώων, ώστε ύποπτες ασθένειες να εντοπίζονται και να αξιολογούνται νωρίτερα, πριν εξελιχθούν σε μεγαλύτερη κρίση.

Γιατί καμιά φορά η καλύτερη αντιμετώπιση μιας επιδημίας είναι να τη δεις πριν καν φτάσει στον άνθρωπο.



«Δεν ξέρω». Επιτέλους, κάποιος το είπε.



Τις προάλλες ρώτησα κάποιον κάτι στη δουλειά.

Περίμενα το κλασικό: μια γρήγορη απάντηση, ένα «νομίζω», ένα «κάπου το είχα δει», ίσως και λίγη αυτοπεποίθηση παραπάνω από όση δικαιολογούσαν τα δεδομένα.

Αντί γι' αυτό, μου είπε απλά: «Δεν ξέρω. Να το ψάξω και να σου πω;»

Και για κάποιο λόγο, αυτή η απάντηση μου έμεινε. Ίσως γιατί ακούγεται τόσο σπάνια.

Ίσως γιατί μέσα σε έξι λέξεις κατάφερε να κάνει κάτι που πολλές περίτεχνες απαντήσεις δεν καταφέρνουν: να με κάνει να τον εμπιστευτώ περισσότερο.

Γιατί τελικά υπάρχει κάτι πολύ

καθησυχαστικό στον άνθρωπο που δεν χρειάζεται να αποδείξει ότι ξέρει τα πάντα.

Και κάπου εκεί σκέφτηκα: Πότε ακριβώς έγινε τόσο δύσκολο να πούμε «δεν ξέρω»;

Υπάρχει μια μικρή σκηνή που συμβαίνει παντού.

Σε ένα meeting. Σε μια παρέα.

Σε ένα οικογενειακό τραπέζι.

Σε μια συζήτηση που ξεκίνησε χαλαρά και κατέληξε ξαφνικά σε γεωπολιτική, διατροφή, οικονομία, τεχνητή νοημοσύνη και παιδοψυχολογία.

Κάποιος κάνει μια ερώτηση. Και αντί να ακουστεί το απολύτως φυσιολογικό: «Δεν ξέρω.» αρχίζει η παράσταση.

«Νομίζω ότι...»

«Κάπου είχα διαβάσει...»

«Ένας γνωστός μου που ξέρει από αυτά λέει...»

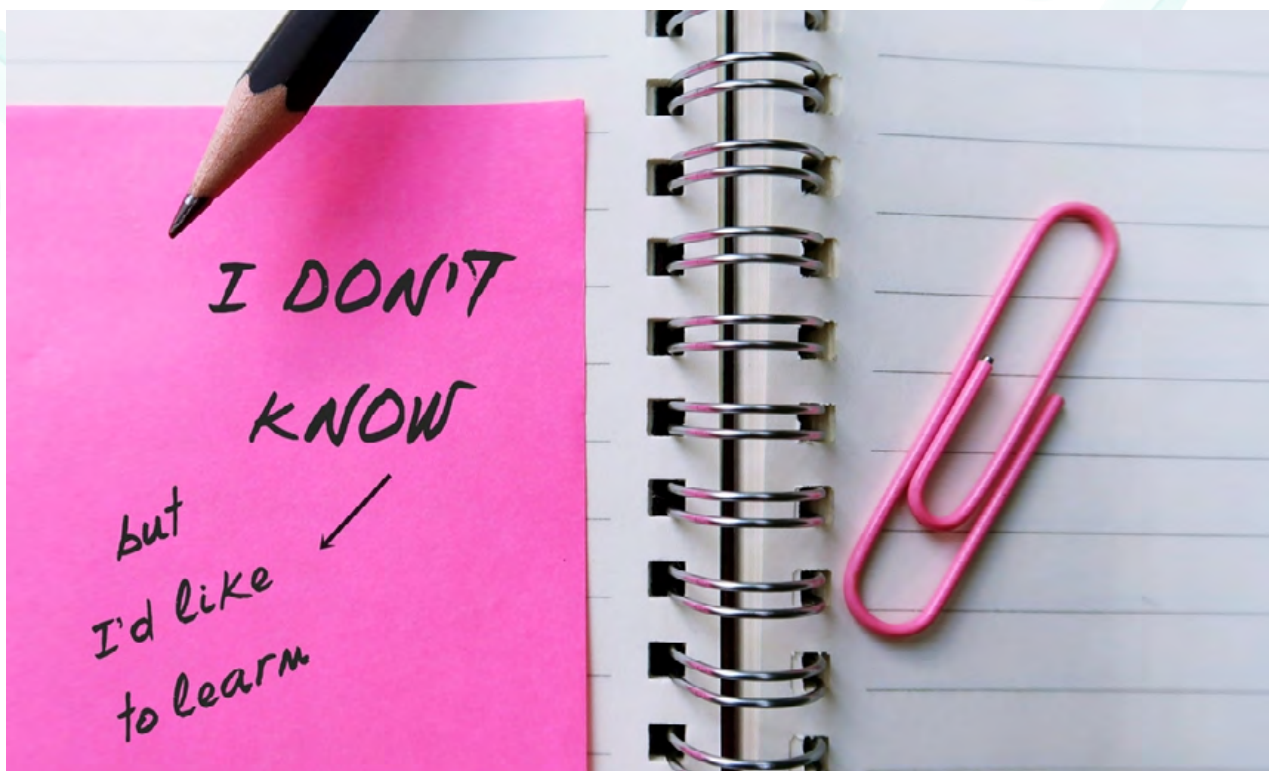
«Δεν είμαι ειδικός, αλλά...»

Και κάπως έτσι, ένας άνθρωπος που πριν από τριάντα δευτερόλεπτα δεν είχε ιδέα, αποκτά ξαφνικά ολοκληρωμένη άποψη. Για όλα.

Πότε έγινε τόσο δύσκολο να μην ξέρουμε;

Ίσως επειδή μεγαλώσαμε μαθαίνοντας ότι η σωστή απάντηση επιβραβεύεται.

Στο σχολείο σηκώνεις χέρι όταν ξέρεις. Στη δουλειά φοβάσαι μήπως το «δεν ξέρω» ακουστεί σαν «δεν



είμαι αρκετά καλός». Στις παρέες δεν θέλεις να φανείς εκτός συζήτησης.

Και τώρα υπάρχει και το διαδίκτυο. Έχουμε συνηθίσει τόσο πολύ να βρίσκουμε μια απάντηση μέσα σε δευτερόλεπτα, που κάπου μπερδέψαμε την πρόσβαση στη γνώση με τη γνώση την ίδια.

Το ότι μπορώ να ψάξω κάτι δεν σημαίνει ότι το ξέρω. Και σίγουρα δεν σημαίνει ότι πρέπει να έχω άποψη γι' αυτό πριν καν το ψάξω.

Το «δεν ξέρω» δεν σε μικραίνει

Υπάρχουν άνθρωποι που μπορούν να πουν: «Δεν ξέρω αρκετά γι' αυτό για να σου απαντήσω.»

Και κάθε φορά που το ακούω, μου δημιουργεί ακριβώς το αντίθετο συναίσθημα από αυτό που ίσως φοβούνται.

Δεν σκέφτομαι «α, δεν ξέρει».

Σκέφτομαι: «Ωραία. Αυτόν μπορώ να τον πιστέψω όταν μου πει ότι ξέρει.»

Γιατί όταν κάποιος δεν αισθάνεται την ανάγκη να γεμίσει κάθε κενό με βεβαιότητα, αποκτά μεγαλύτερη αξιοπιστία.

Και στη δουλειά αυτό είναι ακόμη πιο σημαντικό. Θα προτιμήσω εκατό φορές έναν συνεργάτη που θα μου πει: «Δεν το ξέρω, αλλά θα το βρω» από κάποιον που θα μου δώσει μια απάντηση με ύφος απόλυτης σιγουριάς και μετά θα χρειαστεί να διορθώσουμε όλοι μαζί τη ζημιά.

Η πρώτη φράση έχει άγνοια. Η δεύτερη έχει άγνοια και αυτοπεποίθηση χωρίς λόγο.

Πιο επικίνδυνος συνδυασμός.

Δεν χρειάζεται να έχουμε γνώμη για όλα

Κι όμως, κάπως φτάσαμε σε μια εποχή όπου η σιωπή αντιμετωπίζεται σχεδόν σαν ύποπτη.

Έγινε κάτι; Πρέπει να το σχολιάσεις. Κυκλοφόρησε μια είδηση; Πρέπει να αποφασίσεις αμέσως τι πιστεύεις. Εμφανίστηκε ένα καινούργιο θέμα; Πρέπει να πάρεις θέση πριν καν καταλάβεις ακριβώς περί τίνος πρόκειται.

Αλλά ξέρεις κάτι; Μπορείς και να περιμένεις. Να διαβάσεις. Να ρωτήσεις. Να αλλάξεις γνώμη.

Ή ακόμη και να καταλήξεις ότι δεν σε ενδιαφέρει αρκετά ώστε να αποκτήσεις άποψη.

Δεν είναι υποχρεωτικό να έχουμε θέση για κάθε τι που περνά μπροστά από την οθόνη μας.

Το πιο έξυπνο δωμάτιο είναι αυτό όπου επιτρέπεται η άγνοια

Σκέψου πόσες καλύτερες συζητήσεις θα κάναμε αν μπορούσαμε να λέμε πιο εύκολα:

«Δεν το έχω σκεφτεί.»

«Δεν το γνωρίζω.»

«Πες μου.»

«Μπορεί να κάνω λάθος.»

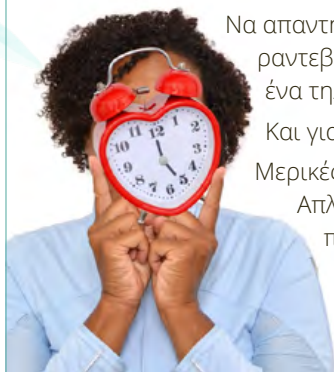
Δεν ακούγονται εντυπωσιακές φράσεις. Αλλά ανοίγουν χώρο για κάτι που χρειαζόμαστε πολύ περισσότερο από άλλη μία βεβαιότητα: περιέργεια. Γιατί όταν πιστεύεις ότι ξέρεις ήδη, η συζήτηση τελειώνει. Όταν λες «δεν ξέρω», τότε μπορεί πραγματικά να αρχίσει.

Οπότε, την επόμενη φορά που κάποιος θα σε ρωτήσει κάτι και δεν έχεις ιδέα, μην πανικοβληθείς. Δεν χρειάζεται να θυμηθείς κάτι που «κάπου είχες ακούσει». Δεν χρειάζεται να αυτοσχεδιάσεις. Δεν χρειάζεται να πείσεις κανέναν.

Πες το. «Δεν ξέρω.»

Επιτέλους, κάποιος το είπε.

«Δεν έχω χρόνο» για κάτι που θέλει τέσσερα λεπτά



Να απαντήσεις στο μήνυμα. Να κλείσεις εκείνο το ραντεβού. Να στείλεις το αρχείο. Να πάρεις ένα τηλέφωνο.

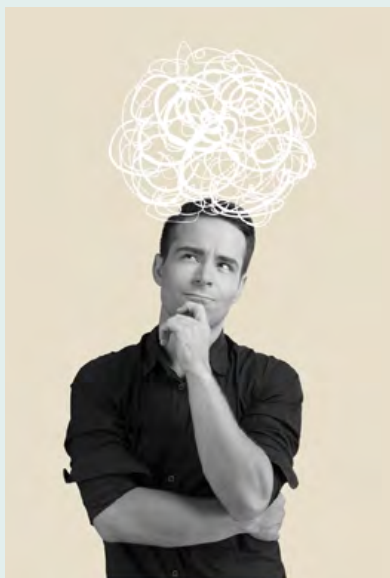
Και για τρεις εβδομάδες λες: «Δεν έχω χρόνο.»

Μερικές φορές, όμως, δεν είναι θέμα χρόνου.

Απλώς δεν θέλεις. Το βαριέσαι. Δεν είναι προτεραιότητα. Το αποφεύγεις. Και ξέρεις κάτι; Όλα αυτά επιτρέπονται.

Απλώς πες τα. Γιατί τα τέσσερα λεπτά δεν είναι έλλειψη χρόνου. Είναι έλλειψη διάθεσης.

Το «όπως θες» που σημαίνει «όπως θέλω εγώ»



«Όπως θες». Ωραία. Κάνω λοιπόν όπως θέλω.

Και ξαφνικά βλέπω μούτρα, παύσεις, αναστεναγμούς και εκείνο το βλέμμα που λέει ότι προφανώς δεν έπρεπε να κάνω όπως ήθελα.

Άρα να συνεννοηθούμε.

Αν υπάρχει σωστή απάντηση, πες την. Αν έχεις προτίμηση, πες κι αυτή. Αλλά μην μου δίνεις ελευθερία επιλογής και μετά με τιμωρείς επειδή τη χρησιμοποίησα.

Το «όπως θες» δεν μπορεί να έχει κρυφούς όρους χρήσης.

Ωραίο παντελόνι. Θα γνωρίσει περισσότερο το καθαριστήριο από εμένα.

Το βλέπεις. Σου αρέσει. Το δοκιμάζεις. Σου κάθεται τέλεια. Και μετά κοιτάς το ταμπελάκι. Dry clean only.

Εκεί καταλαβαίνεις ότι δεν αγόρασες απλώς ένα παντελόνι. Αγόρασες και μια μικρή, επαναλαμβανόμενη οικονομική υποχρέωση.

Γιατί κάθε φορά που θα το φοράς, θα πρέπει μετά να το πηγαίνεις καθαριστήριο, να περιμένεις, να πληρώνεις και να το παραλαμβάνεις σαν να έστειλες οικογενειακό κειμήλιο για συντήρηση.

Αν κάθε φορά που το φοράω πρέπει να πληρώνω ξανά, δεν είναι παντελόνι.

Είναι συνδρομή.



Μη με ρωτάς τι θέλω αν έχεις ήδη αποφασίσει την απάντηση

«Τι θέλεις να κάνουμε;»

Απαντώ. «Α, εκεί;»

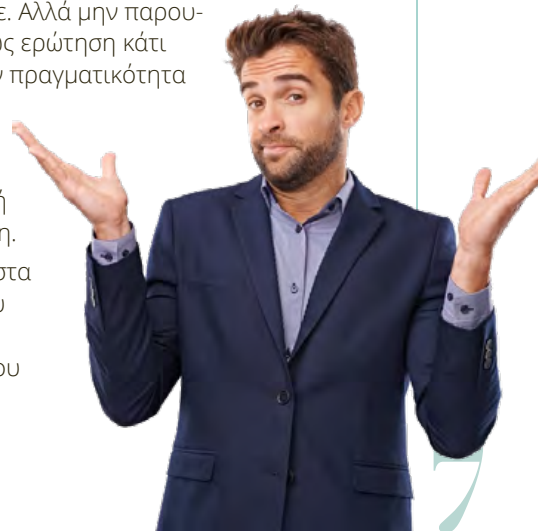
Δεύτερη επιλογή. «Ναι, αλλά μήπως καλύτερα...»

Τρίτη. «Εγώ σκεφτόμουν...»

Τέλεια. Τότε γιατί με ρώτησες; Αν έχεις ήδη αποφασίσει, κανένα πρόβλημα.

Πες μου την πρότασή σου και το συζητάμε. Αλλά μην παρουσιάζεις ως ερώτηση κάτι που στην πραγματικότητα είναι quiz με μία αποδεκτή απάντηση.

Και μάλιστα αυτή που είχες στο μυαλό σου εξαρχής.



Έβαλες ένα αστεράκι στο κουτί. Δεν έγινε holiday edition.

Ίδιο προϊόν. Ίδια σύνθεση. Ίδια γεύση. Ίδια ποσότητα.

Αλλά ξαφνικά το κουτί έγινε κόκκινο, απέκτησε δύο χιονονιφάδες και γράφει "Holiday Edition".



Συγγνώμη, αλλά όχι. Αν η μόνη εποχική αναβάθμιση έγινε στο packaging, δεν απέκτησε το προϊόν χριστουγεννιάτικη προσωπικότητα. Απέκτησε χριστουγεννιάτικο περιτύλιγμα. Και το περιτύλιγμα δεν είναι καινοτομία.

Thessaloniki Beer Festival: Η VOREIA φέρνει Oktoberfest διάθεση στη Θεσσαλονίκη



Αν βρεθείς στη Θεσσαλονίκη από 8 έως 11 Οκτωβρίου, βάλε στο πρόγραμμα μια στάση στο Thessaloniki Beer Festival, στο Περίπτερο 22 της ΔΕΘ – TIF Helexpo.

Η Siris Craft Brewery θα βρίσκεται εκεί με το σύνολο του χαρτοφυλακίου της, δίνοντας στο κοινό την ευκαιρία να δοκιμάσει διαφορετικές επιλογές από τις VOREIA και Happy Brewers.

Ξεχωρίζουμε τη νέα VOREIA IPA Non-Alcoholic, αλλά και τη limited edition VOREIA Festbier, εμπνευσμένη από το Oktoberfest — που είναι και το φετινό θέμα της διοργάνωσης.

Μια καλή αφορμή για βόλτα, δοκιμές και λίγη Oktoberfest διάθεση... χωρίς να χρειαστείς εισιτήριο για Μόναχο.

Κλείσε θέατρο πριν αρχίσει το «δεν βρίσκουμε εισιτήρια»



Ο Οκτώβριος φέρνει στην Αθήνα 73 νέες θεατρικές παραγωγές — οπότε μην περιμένεις το κλασικό Σάββατο βράδυ για να αρχίσει το «τι να δούμε;».

Διάλεξε από τώρα μία παράσταση για μέσα στον μήνα, κλείσε εισιτήρια και βάλε την στο πρόγραμμα.

Ο μελλοντικός σου εαυτός θα σε ευχαριστεί όταν οι άλλοι θα ψάχνουν τελευταία στιγμή.

Βάλε στο ημερολόγιο κάτι που περιμένεις με χαρά



Όχι άλλη υποχρέωση. Μια έξοδος, μια ταινία, ένα φαγητό, μια μικρή εκδρομή, κάτι μόνο και μόνο επειδή σου κάνει καλό να το περιμένεις.

Γιατί η απόλαυση δεν αρχίζει πάντα όταν φτάσεις εκεί.

Αρχίζει και λίγο νωρίτερα, από την προσμονή.

Η πόλη σου πάνω από το ύψος των ματιών σου

Κάνε σήμερα μια βόλτα με μία μόνο αποστολή: κοίτα ψηλά.

Όχι βιτρίνες, όχι κινητό, όχι μόνο τι γίνεται μπροστά σου. Για 20 λεπτά, παρατήρησε μπαλκόνια, παλιές επιγραφές, ταράτσες, κεραίες, νεοκλασικά, γλυπτά πάνω από εισόδους και λεπτομέρειες που προσπερνάς κάθε μέρα χωρίς να τις βλέπεις.

Οι πόλεις έχουν πάντα ένα δεύτερο επίπεδο που μένει σχεδόν αόρατο, απλώς επειδή έχουμε μάθει να κοιτάμε ευθεία.

Ίδια διαδρομή. Εντελώς διαφορετική πόλη.



Πάτρα: 5 μέρες γεμάτες παιδικά και εφηβικά βιβλία

Από 11 έως 15 Νοεμβρίου, το Σκακιοπούλειο Ίδρυμα στην Πάτρα φιλοξενεί την 1η Διεθνή Έκθεση Παιδικού & Εφηβικού Βιβλίου, έναν νέο θεσμό αφιερωμένο στο βιβλίο, τη φαντασία και τη δημιουργικότητα.

Συμμετέχουν 42 εκδότες, 80 Έλληνες δημιουργοί και 13 συγγραφείς και εικονογράφοι από το εξωτερικό, ενώ το πρόγραμμα περιλαμβάνει περισσότερες από 100 δράσεις: εργαστήρια, συναντήσεις με δημιουργούς, κόμικς, graphic novels, fantasy, science fiction και διαδραστικές εμπειρίες.

Αν βρεθείτε προς Πάτρα εκείνες τις μέρες — ειδικά με παιδιά ή εφήβους — αξίζει μια στάση.



BOX NOW x ΔΙΟΤΙΜΑ: Κάθε αποστολή στηρίζει έναν κόσμο χωρίς έμφυλη βία

**BOX NOW x Διοτίμα:
Μαζί για τη γυναίκα**

**Στέλνεις δέμα.
Στέλνεις στήριξη.**

*Έως 31/10

**BOX
NOW**

ΔΙΟΤΙΜΑ

Η BOX NOW ενώνει τις δυνάμεις της με το Κέντρο ΔΙΟΤΙΜΑ, στηρίζοντας έμπρακτα το έργο του οργανισμού για την πρόληψη και αντιμετώπιση της έμφυλης βίας και την

ενδυνάμωση των γυναικών. Στο πλαίσιο της συνεργασίας, μέρος των εσόδων από την υπηρεσία «Στείλε Δέμα» θα διατίθεται για την ενίσχυση των δράσεων της ΔΙΟΤΙΜΑ, μετατρέποντας έτσι κάθε αποστολή σε μια μικρή πράξη υποστήριξης.

Το 2025, η ΔΙΟΤΙΜΑ παρείχε υπηρεσίες υποστήριξης σε 568 επιζώσες έμφυλης βίας, ενώ 465 γυναίκες έλαβαν νομική βοήθεια. Παράλληλα, 2.775 άτομα συμμετείχαν σε επιμορφωτικές δράσεις του οργανισμού.

Η νέα πρωτοβουλία επιχειρεί να φέρει το ζήτημα ακόμη περισσότερο στο δημόσιο προσκήνιο, υπενθυμίζοντας ότι η αντιμετώπιση της έμφυλης βίας δεν περιορίζεται στην ενημέρωση, αλλά απαιτεί σταθερή στήριξη των φορέων που βρίσκονται καθημερινά δίπλα στις γυναίκες που τη χρειάζονται.

eLoop: Η νέα ελληνική πλατφόρμα ενώνει brands και second hand αγορές



Μια νέα ελληνική marketplace πλατφόρμα, το eLoop, κάνει την εμφάνισή της στο ηλεκτρονικό εμπόριο, φέρνοντας στον ίδιο ψηφιακό χώρο επιχειρήσεις, brands και ιδιώτες. Μέσα από το eLoop.gr, οι επαγγελματίες μπορούν να διαθέτουν τα προϊό-

ντα τους χωρίς να χρειάζεται να

δημιουργήσουν δικό τους e-shop, ενώ οι ιδιώτες έχουν τη δυνατότητα να πουλούν μεταχειρισμένα ρούχα, συσκευές και αντικείμενα που δεν χρειάζονται πλέον.

Η πλατφόρμα επιχειρεί έτσι να συνδυάσει το κλασικό online shopping με τη λογική του second hand και της κυκλικής οικονομίας, μέσα από μία ενιαία εμπειρία αγοράς και πώλησης.

Στα χαρακτηριστικά της περιλαμβάνονται η απλή καταχώριση προϊόντων, η απουσία κρυφών συνδρομών και η υποστήριξη από ομάδα που λειτουργεί εξ ολοκλήρου στην Ελλάδα.

La Roche-Posay: Σταθερά δίπλα στους ογκολογικούς ασθενείς

Με αφορμή τον Μήνα Ευαισθητοποίησης κατά του Καρκίνου, η La Roche-Posay επαναφέρει στο επίκεντρο το παγκόσμιο πρόγραμμα υποστήριξης ογκολογικών ασθενών, με δράσεις που συνδέουν τη δερματολογική φροντίδα με την πρόληψη, την ενημέρωση και τη βελτίωση της ποιότητας ζωής κατά τη διάρκεια των θεραπειών.

Στην Ελλάδα, μέσω του προγράμματος Oncology Derm Class, έχουν εκπαιδευτεί από το 2024 συνολικά 1.753 επαγγελματίες από 815 φαρμακεία, ενώ 354 έχουν πιστοποιηθεί ως Oncology Skin Experts. Παράλληλα λειτουργούν 35 ειδικά oncology corners σε φαρμακεία.

Το 2026 πραγματοποιήθηκαν επίσης 1.107 προληπτικοί δερματολογικοί έλεγχοι σε τέσσερα νησιά των Κυκλάδων, με 143 περιστατικά να κρίνονται ύποπτα και να χρήζουν περαιτέρω διερεύνησης.

Η εταιρεία συνεχίζει παράλληλα τη στήριξη φορέων όπως το «ΑγκαλιάΖΩ» και η «Φλόγα», επενδύοντας σε δράσεις ενημέρωσης, πρόληψης και ουσιαστικής υποστήριξης ασθενών και οικογενειών.



Hard Rock Cafe Athens: Ο Οκτώβριος γίνεται ξανά ροζ με το PINKTOBER



Το Hard Rock Cafe Athens συμμετέχει και φέτος στον Μήνα Ευαισθητοποίησης για τον Καρκίνο του Μαστού, στο πλαίσιο της 27ης παγκόσμιας καμπάνιας PINKTOBER® της Hard Rock International.

Καθ' όλη τη διάρκεια του Οκτωβρίου, ο χώρος στο Μοναστηράκι «ντύνεται» στα ροζ και φιλοξενεί τον «Τοίχο της Ελπίδας», όπου οι επισκέπτες μπορούν να αφήσουν μηνύματα συμπαράστασης και ενδυνάμωσης. Παράλληλα, στις 2, 9, 16 και 23 Οκτωβρίου, οι DJ Ιωάννα Μπρατσολιά και Έφη Κουφοπούλου αναλαμβάνουν θεματικά DJ sets αφιερωμένα στη γυναικεία δύναμη.

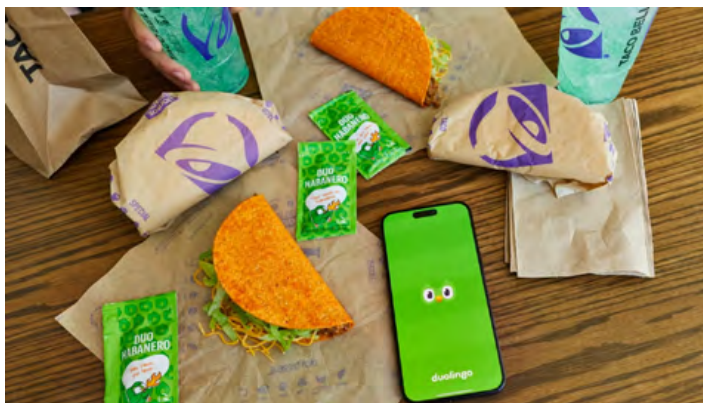
Η καμπάνια περιλαμβάνει επίσης ειδική συλλεκτική σειρά PINKTOBER στο Rock Shop®, μέρος των εσόδων της οποίας κατευθύνεται στην υποστήριξη της έρευνας για τον καρκίνο του μαστού, καθώς και ειδικό μενού με Pink Power Bowl, Hibiscus PinkRITA και Berry Lychee Spritz χωρίς αλκοόλ. Μέχρι σήμερα, η διεθνής πρωτοβουλία PINKTOBER έχει συγκεντρώσει περισσότερα από 15 εκατ. δολάρια για σχετικούς σκοπούς. Το φετινό μήνυμα είναι απλό: Stronger Together. Γιατί η ενημέρωση αποκτά μεγαλύτερη δύναμη όταν γίνεται συλλογική υπόθεση.

Taco Bell x Duolingo: Το taco αποκτά τη δική του παγκόσμια ημέρα

Τι κοινό έχουν τα tacos και το Duolingo; Μια λέξη που σχεδόν δεν χρειάζεται μετάφραση. Σήμερα 6 Οκτωβρίου, τα Taco Bell συνεργάζονται με το Duolingo και μετατρέπουν το National Taco Day σε Global Taco Day, με τη χαρακτηριστική πράσινη κουκουβάγια Duo να περνά αυτή τη φορά από... το ταμείο του Taco Bell.

Στο επίκεντρο βρίσκεται η limited edition Duo Habanero Sauce, με συσκευασίες που φιλοξενούν taco ατάκες σε εννέα γλώσσες, ενώ το project περιλαμβάνει ειδικά language challenges, giveaways και συλλεκτικά Duo plushies.

Η καμπάνια θα ενεργοποιηθεί σε επιλεγμένες αγορές, ανάμεσά τους ΗΠΑ, Καναδάς, Αυστραλία, Κίνα, Ινδία, Ισπανία και Ηνωμένο Βασίλειο. Και στην Ελλάδα; Τα Taco Bell έχουν ήδη παρουσία στη χώρα, όμως μέχρι στιγμής η Ελλάδα δεν περιλαμβάνεται στις αγορές όπου έχει ανακοινωθεί η συγκεκριμένη ενέργεια.



Red Bull Advent Calendar: 24 κουτάκια και μια επιστροφή-έκπληξη



επίσημη διάθεση του Red Bull Advent Calendar στην Ελλάδα. 80 μέρες μέχρι τα Χριστούγεννα. Ευτυχώς, η Red Bull δίνει φτερά.

Η Red Bull μπαίνει σε χριστουγεννιάτικο mood με ένα advent calendar που κάθε άλλο παρά συνηθισμένο είναι.

Η limited edition συσκευασία για το 2026 περιλαμβάνει 24 κουτάκια Red Bull, με διαφορετικές γεύσεις από τη σειρά Editions, ενώ ανάμεσά τους επιστρέφει και η Arctic Berry, μία από τις γεύσεις που είχαν ξεχωρίσει σε προηγούμενες εποχικές κυκλοφορίες.

Με λίγα λόγια, αντί για σοκολατάκι κάθε πρωί του Δεκεμβρίου, εδώ ανοίγεις... energy drink.

Η κυκλοφορία έχει ήδη εμφανιστεί σε επιλεγμένες αγορές του εξωτερικού, όμως προς το παρόν δεν έχει ανακοινωθεί



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.sayyestothepress.gr


sayes
communications