DEARGREECE

FAMILY RECIPES SINCE 1930

Sweet rolls
οικογενειακές συνταγές

Δυο οικογενειακές παραδόσεις.
Ένας κόσμος γεμάτος γεύση!

Η Dear Greece και η Sweet Rolls ενώνουν τις δυνάμεις τους δημιουργώντας μια ολοκληρωμένη πρόταση ποιοτικών μπισκότων και αρτοσκευασμάτων για όλη την οικογένεια.

Από το 1930, η Dear Greece δημιουργεί προϊόντα με σεβασμό στην ελληνική παράδοση, επιλεγμένες πρώτες ύλες και οικογενειακές συνταγές που περνούν από γενιά σε γενιά.
Σήμερα, η οικογένεια μεγαλώνει και υποδέχεται τη Sweet Rolls, γεμίζοντας με ακόμη περισσότερη νοστιμιά τον κόσμο του ποιοτικού snack.
Παραδοσιακά μπισκότα με κρητικό εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο, γεμιστά μπισκότα, ατομικά snacks, κριτσίνια, τσουρέκια και χειροποίητες μπάρες,
συνθέτουν μια μοναδική γκάμα προϊόντων
για κάθε στιγμή της ημέρας!



www.sweetrolls.gr www.deargreece.gr

06 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2026 #1219

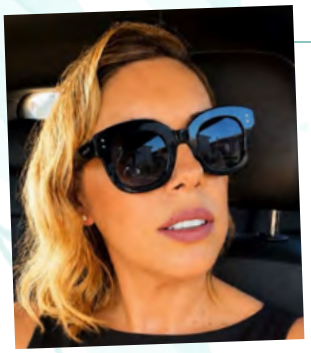
SAY yes to the press

YOUR DAILY ONLINE MAGAZINO



Έχω μια ντουλάπα γεμάτη ρούχα. Γιατί φοράω συνέχεια τα ίδια πέντε;





Έχω ρούχα για κάθε περίσταση. Εκτός από τη σημερινή!

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Υπάρχει μια πολύ συγκεκριμένη στιγμή μέσα στη μέρα που αμφισβητώ όλες τις αγορές που έχω κάνει στη ζωή μου. Είναι εκείνη που στέκομαι μπροστά στην ανοιχτή ντουλάπα και ανακοινώνω με απόλυτη σοβαρότητα: «Δεν έχω τίποτα να φορέσω».

Πίσω μου, βέβαια, υπάρχει μια καρέκλα με ρούχα. Μπροστά μου, μια ντουλάπα γεμάτη. Σε κάποιο συρτάρι υπάρχουν μπλούζες που δεν θυμάμαι ότι έχω. Και κάπου στο βάθος κρέμεται ένα ρούχο με το καρτελάκι του, που μάλλον περιμένει να αλλάξει η ζωή μου για να αποκτήσει νόημα η αγορά του.

Κι όμως, εγώ θα καταλήξω πάλι στο ίδιο παντελόνι. Ξέρεις ποιο. Εκείνο που το φοράς και δεν χρειάζεται να σκέφτεσαι αν σε στενεύει, αν τσαλακώνεται, αν ταιριάζει με τα παπούτσια σου ή αν θα το μετανιώσεις μέχρι το μεσημέρι.

Έχω αρχίσει να πιστεύω ότι δεν έχουμε μία ντουλάπα. Έχουμε δύο. Η πρώτη είναι η ντουλάπα της πραγματικής μας ζωής. Έχει άνετα ρούχα, αγαπημένα χρώματα, κομμάτια που συνδυάζονται εύκολα και μας βγάζουν ασπροπρόσωπους.

Η δεύτερη είναι η ντουλάπα των μεγάλων σχεδίων. Εκεί ζει το εντυπωσιακό σακάκι για τη σημαντική συνάντηση που δεν έγινε ποτέ. Το πουκάμισο που θέλει περισσότερο σιδέρωμα απ' όσο αντέχει η υπομονή μας. Το ρούχο που αγοράσαμε επειδή φανταστήκαμε μια έξοδο, ένα ταξίδι, μια διαφορετική εκδοχή του εαυτού μας.

Και ξέρεις τι είναι το πιο αστείο; Όταν αγοράζουμε αυτά τα ρούχα, δεν λέμε ψέματα στον εαυτό μας. Εκείνη τη στιγμή πραγματικά πιστεύουμε ότι θα τα φορέσουμε. Απλώς ψωνίζουμε με τη διάθεση του Σαββάτου και ντυνόμαστε με τις υποχρεώσεις της Δευτέρας!

Στο σημερινό μας κεντρικό θέμα ανοίγουμε την ντουλάπα, αλλά αυτή τη φορά δεν ψάχνουμε τι να φορέσουμε. Ψάχνουμε να καταλάβουμε γιατί, ενώ έχουμε τόσες επιλογές, επιστρέφουμε πάντα στις ίδιες.

Tip of the Day: Το πιο ακριβό ρούχο δεν είναι απαραίτητα αυτό που κόστισε περισσότερο. Είναι εκείνο που αγοράσαμε, βάλαμε στην ντουλάπα και δεν φορέσαμε ποτέ.

Και μία τελευταία ερώτηση: εκείνο το «θα το φορέσω σε κάποια ιδιαίτερη περίσταση»... πόσα χρόνια περιμένει την περίστασή του;



love it

Αγαπώ τα ρούχα που με βγάζουν πάντα ασπροπρόσωπη, ακόμη κι αν τα φοράω ξανά και ξανά!

leave it

Τα ρούχα που αγοράζουμε για μια φανταστική ζωή και τελικά μένουν με το καρτελάκι στην ντουλάπα!

we suggest

Χάρισε ένα ρούχο που δεν φοράς πια σε κάποιον που θα το χαρεί περισσότερο. Η ντουλάπα σου θα ανασάνει!

Το σουρωτήρι που ξέρει να στέκεται στα πόδια του



Μου αρέσουν τα σουρωτήρια που έχουν σταθερή βάση και στέκονται μόνα τους στον νεροχύτη. Γιατί όταν στραγγίζω μακαρόνια, δεν θέλω να κάνω ταυτόχρονα και ακροβατικά! Θέλω να μπορώ να ακουμπήσω το σουρωτήρι, να έχω ελεύθερα τα χέρια μου και να τελειώνω τη δουλειά μου χωρίς να κυνηγάω τα ζυμαρικά μέσα στον νεροχύτη.

Αν έχει και άνετες λαβές, ακόμη καλύτερα. Δεν χρειάζομαι εντυπωσιακό σχεδιασμό ή δέκα διαφορετικές λειτουργίες. Χρειάζομαι ένα σκεύος που να κάνει αυτό για το οποίο το αγόρασα.

Γιατί η μαγειρική είναι αρκετά απαιτητική από μόνη της. Δεν χρειάζεται να δίνω και μάχη με το σουρωτήρι!

Η συσκευασία που ξανακλείνει. Και το εννοεί!



Αγαπώ τις συσκευασίες τροφίμων που ανοίγουν εύκολα και, κυρίως, ξανακλείνουν πραγματικά! Παίρνω όση ποσότητα χρειάζομαι, κλείνω τη συσκευασία και συνεχίζω τη ζωή μου. Χωρίς μανταλάκια, λαστιχάκια, σακουλάκια μέσα σε άλλα σακουλάκια και πατέντες που θα ζήλευε ακόμα και μηχανικός της NASA. Γιατί υπάρχουν και εκείνες οι συσκευασίες που γράφουν «επανασφραγιζόμενη», αλλά μετά το πρώτο άνοιγμα χρειάζεσαι υπομονή, επιδεξιότητα και λίγη θεϊκή παρέμβαση για να τις κλείσεις. Εκτιμώ τις μικρές πρακτικές λύσεις που κάνουν την καθημερινότητα ευκολότερη και βοηθούν στη σωστή διατήρηση των τροφίμων.

Τελικά, η πραγματική καινοτομία μπορεί να είναι απλώς ένα σακουλάκι που κλείνει όπως υπόσχεται!

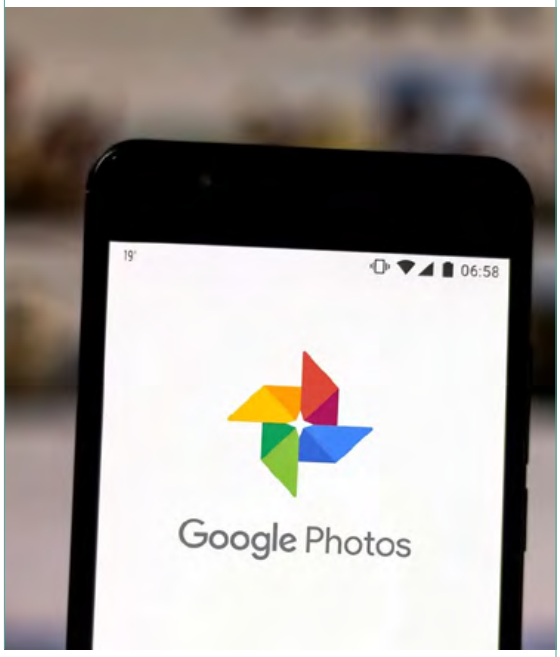
Οι φωτογραφίες που ξέχασα ότι έχω

Μου αρέσει όταν η τεχνολογία με βοηθά να ξαναβρίσκω μικρούς θησαυρούς! Η Google παρουσίασε πέντε τρόπους για να αξιοποιούμε καλύτερα το Google Photos, από την αναζήτηση παλιών φωτογραφιών μέχρι τη δημιουργία κολάζ και την επεξεργασία εικόνων με απλές περιγραφές.

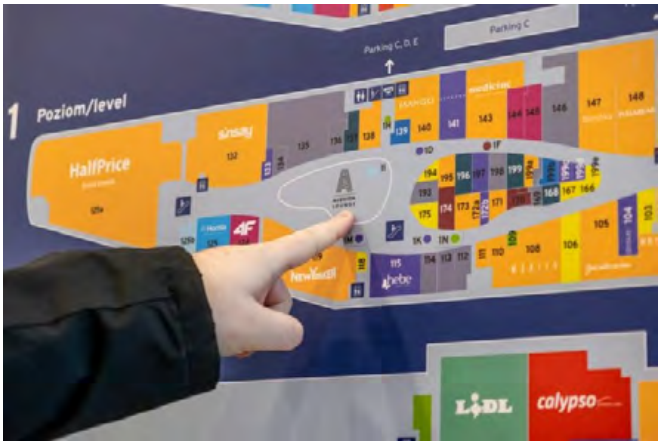
Κάποιες λειτουργίες επιτρέπουν ακόμη και αλλαγές στο φόντο ή στον φωτισμό, αν και δεν είναι όλες διαθέσιμες στην Ελλάδα.

Προσωπικά, εκείνο που με κερδίζει περισσότερο είναι η δυνατότητα να ανακαλύπτω φωτογραφίες που είχα ξεχάσει ότι υπάρχουν.

Γιατί μερικές από τις ωραιότερες αναμνήσεις είναι ήδη αποθηκευμένες στο κινητό μας. Απλώς δεν τις έχουμε ξαναδεί!



Το κατάστημα που δεν με στέλνει για εξερεύνηση



Μου αρέσουν τα μεγάλα καταστήματα που έχουν έναν σωστό χάρτη στην είσοδο. Με ορόφους, τμήματα και ένα ευδιάκριτο «Βρίσκεστε εδώ». Θέλω να αγοράσω ένα φωτιστικό; Να ξέρω πού θα πάω, χωρίς να χρειαστεί να περάσω πρώτα από τα χαλιά, τα μαξιλάρια και τα είδη κήπου! Εκτιμώ ακόμη περισσότερο όταν υπάρχει σωστή σήμανση και μέσα στο κατάστημα, γιατί δεν έχω καμία διάθεση να ρωτάω τρεις υπαλλήλους για να βρω ένα προϊόν. Δεν θεωρώ έξυπνη εμπορική στρατηγική να με αναγκάζεις να περιπλανιέμαι μέχρι να αγοράσω κάτι που δεν χρειάζομαι.

Πήγα για ψώνια, όχι για να δοκιμάσω τον προσανατολισμό μου!

Έχω μια ντουλάπα γεμάτη ρούχα. Γιατί φοράω συνέχεια τα ίδια πέντε;



Άνοιξα την ντουλάπα μου και έκανα μια πολύ σοβαρή διαπίστωση: δεν έχω τίποτα να φορέσω.

Κι όμως, μπροστά μου βρίσκονται δεκάδες μπλούζες, παντελόνια, πουκάμισα, φορέματα, σακάκια και μερικά κομμάτια που, για να είμαστε ειλικρινείς, δεν θυμάμαι καν πότε αγόρασα.

Έχω ρούχα για το γραφείο. Για μια βραδινή έξοδο. Για μια πιο επίσημη περίσταση. Για τότε που θα αποφασίσω να αλλάξω στιλ. Ακόμη και για εκείνη τη φανταστική εκδοχή του εαυτού μου που σηκώνεται κάθε πρωί και συνδυάζει αψεγάδιαστα τα πάντα.

Και τι φοράω τελικά; Το ίδιο παντελόνι, τις δύο αγαπημένες μου μπλούζες, ένα σακάκι και εκείνο το κομμάτι που ξέρω ότι δεν θα με προδώσει ποτέ. Πέντε ρούχα. Άντε επτά, αν έχουμε κέφια. Η υπόλοιπη ντουλάπα απλώς παρακολουθεί.

Δεν αγοράζουμε πάντα ρούχα. Μερικές φορές αγοράζουμε μια ιδέα για τον εαυτό μας.

Υπάρχει μια ενδιαφέρουσα πλευρά στις αγορές μας: δεν διαλέγουμε πάντα κάτι με βάση την καθημερινότητά μας. Μερικές φορές αγοράζουμε το ρούχο που θα φορούσε ο άνθρωπος που θα θέλαμε να είμαστε.

Το εντυπωσιακό σακάκι για τις σημαντικές επαγγελματικές συναντήσεις. Το φόρεμα για τις εξόδους που δεν κανονίσαμε ποτέ. Το πουκάμισο που απαιτεί σιδέρωμα, ενώ ξέρουμε πολύ καλά ότι το πρωί προτιμάμε να κερδίσουμε άλλα δέκα λεπτά ύπνου.

Στο κατάστημα, όλα μοιάζουν πιθανά. Στις 8:15 το πρωί, όμως, όταν πρέπει να φύγεις από το σπίτι, οι φιλοδοξίες της μόδας υποχωρούν μπροστά στην πραγματικότητα.



Ο εγκέφαλός μας αγαπά τις εύκολες αποφάσεις

Κάθε μέρα παίρνουμε δεκάδες μικρές και μεγάλες αποφάσεις. Τι θα κάνουμε πρώτα, τι θα απαντήσουμε, τι θα φάμε, τι εκκρεμεί.

Το πρωινό ντύσιμο είναι μία ακόμη επιλογή. Όταν έχουμε βρει έναν συνδυασμό που μας αρέσει, μας βολεύει και ξέρουμε ότι λειτουργεί, είναι απολύτως λογικό να επιστρέφουμε σε αυτόν.

Δεν χρειάζεται να σκεφτούμε αν ταιριάζουν τα χρώματα, αν το παντελόνι μας στενεύει όταν καθόμαστε ή αν τα παπούτσια θα μας κουράσουν.

Η οικειότητα μειώνει τον χρόνο και την προσπάθεια που απαιτεί η επιλογή. Με άλλα λόγια, το αγαπημένο μας σύνολο δεν είναι απαραίτητα ένδειξη έλλειψης φαντασίας. Είναι μια μικρή καθημερινή ευκολία.

Και γιατί συνεχίζουμε να αγοράζουμε;

Επειδή η αγορά ενός καινούργιου ρούχου προσφέρει κάτι που η καθημερινή χρήση δεν μπορεί πάντα να προσφέρει: την αίσθηση της ανανέωσης.

Ένα νέο κομμάτι μοιάζει με μικρή υπόσχεση. Θα δοκιμάσουμε διαφορετικούς συνδυασμούς. Θα προσέξουμε λίγο περισσότερο την εμφάνισή μας. Θα βγούμε περισσότερο.

Δεν σημαίνει ότι όλες αυτές οι αγορές είναι λανθασμένες.

Το πρόβλημα αρχίζει όταν μπερδεύουμε τη χαρά της αγοράς με την πραγματική ανάγκη. Γιατί άλλο πράγμα είναι να αγαπάς ένα ρούχο στην κρεμάστρα και άλλο να θέλεις να το φορέσεις την Τρίτη το πρωί.

Το πείραμα των πέντε αγαπημένων ρούχων

Αντί να οργανώσουμε ξανά ολόκληρη την ντουλάπα, ας βγάλουμε τα πέντε κομμάτια που φοράμε περισσότερο. Τι έχουν κοινό; Είναι άνετα, συνδυάζονται εύκολα ή μας κάνουν να νιώθουμε όμορφα χωρίς ιδιαίτερη προσπάθεια;

Ίσως είναι τα ρούχα που ταιριάζουν στο σώμα και στην καθημερινότητά μας, όχι σε μια ιδανική εκδοχή του εαυτού μας. Οι απαντήσεις αποκαλύπτουν το πραγματικό μας στιλ και μας βοηθούν στις επόμενες αγορές.

Μπορεί να χρειαζόμαστε ένα καλύτερο παντελόνι αντί για άλλο ένα εντυπωσιακό πουκάμισο. Ή μπορεί να μη χρειαζόμαστε απολύτως τίποτα.

Κι αυτό είναι μια πολύ χρήσιμη ανακάλυψη!

Τελικά, δεν είναι ότι δεν έχουμε τι να φορέσουμε

Είναι ότι έχουμε γεμίσει την ντουλάπα μας με διαφορετικές εκδοχές της ζωής μας.

Με ρούχα για περιστάσεις που περιμένουμε. Για στιλ που θα θέλαμε να δοκιμάσουμε. Για εποχές που πέρασαν. Για εκδοχές του εαυτού μας που αλλάζουν με τον χρόνο.

Και ανάμεσα σε όλα αυτά υπάρχουν πέντε αγαπημένα κομμάτια που μας ακολουθούν στην πραγματική μας καθημερινότητα.

Ίσως, λοιπόν, η λύση δεν είναι να αγοράσουμε περισσότερα ρούχα ούτε να πετάξουμε όσα δεν φοράμε. Ίσως είναι να καταλάβουμε γιατί αγαπάμε τόσο πολύ αυτά που ήδη επιλέγουμε.

Γιατί τελικά, το προσωπικό μας στιλ δεν είναι όλα όσα έχουμε στην ντουλάπα. Είναι εκείνα που διαλέγουμε ξανά και ξανά, όταν κανείς δεν μας λέει τι να φορέσουμε.

Και μεταξύ μας; Αν φοράμε συνεχώς τα ίδια πέντε, μήπως τελικά αυτά τα πέντε ήταν οι πιο πετυχημένες αγορές μας;

5,8 εκατομμύρια παιδιά χωρίς σχολείο. Χωρίς επιλογή.



Περίπου 5,8 εκατομμύρια παιδιά προσφύγων βρίσκονταν εκτός σχολείου το 2025, σύμφωνα με στοιχεία που δημοσιοποίησε η Ύπατη Αρμοστεία του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες τον Οκτώβριο του 2026. Πρόκειται για το 44% των παιδιών σχολικής ηλικίας που περιλαμβάνονται στην καταγραφή.

Για εκατομμύρια παιδιά, το σχολείο δεν είναι μια καθημερινή υποχρέωση που μπορεί να τους φαίνεται βαρετή. Είναι μια ευκαιρία που δεν τους δίνεται.

Και οι περικοπές στη διεθνή χρηματοδότηση απειλούν να στερήσουν αυτή την ευκαιρία από ακόμη περισσότερα. Όταν ένα παιδί μένει εκτός εκπαίδευσης, δεν χάνει απλώς μαθήματα. Χάνει δυνατότητες για ολόκληρη τη ζωή του.

Το «επιστρέφω σε πέντε λεπτά» που μπορεί να είναι εκεί από χθες



Φτάνω σε ένα μικρό κατάστημα και βρίσκω την πόρτα κλειστή. Ένα χαρτάκι γράφει: «Επιστρέφω σε 5 λεπτά». Πέντε λεπτά από πότε; Από τις 10:15; Από τις 12:30; Από την προηγούμενη Τρίτη; Περιμένω λίγο, κοιτάζω το ρολόι, περιμένω ακόμη λίγο και τελικά φεύγω! Δεν έχω πρόβλημα να λείψεις. Έχω πρόβλημα που πρέπει να μαντέψω πότε θα γυρίσεις. Γιατί το «επιστρέφω σε πέντε λεπτά» χωρίς ώρα αναχώρησης δεν είναι ενημέρωση πελατών. Είναι γρίφος για δυνατούς λύτες!

Ο Ειρηνικός ανεβάζει θερμοκρασία. Και ο πλανήτης ανησυχεί.

Δεν μου αρέσει καθόλου ότι ένα φαινόμενο χιλιάδες χιλιόμετρα μακριά μπορεί να ανατρέψει την καθημερινότητα εκατομμυρίων ανθρώπων.

Το φετινό Ελ Νίνιο ενισχύεται και ο Παγκόσμιος Μετεωρολογικός Οργανισμός προειδοποιεί ότι μπορεί να εξελιχθεί σε ένα από τα ισχυρότερα που έχουν καταγραφεί.

Στην Ανατολική Αφρική αυξάνεται ο κίνδυνος έντονων βροχοπτώσεων και πλημμυρών. Στη Νότια Αφρική, αντίθετα, η ξηρασία απειλεί καλλιέργειες και αποθέματα νερού.

Και δεν μιλάμε για ένα μακρινό ενδεχόμενο. Οι επιπτώσεις μπορεί να συνεχιστούν και το 2027.

Το ακόμη πιο ανησυχητικό; Οι πιο ευάλωτες κοινότητες είναι συχνά εκείνες που διαθέτουν τους λιγότερους πόρους για να προστατευτούν.

Οι μετεωρολόγοι μπορούν να προβλέψουν τον κίνδυνο. Το ερώτημα είναι πόσες χώρες έχουν τη δυνατότητα να προετοιμαστούν.



Οι χάκερ τρέχουν. Η προστασία προλαβαίνει;



Δεν μου αρέσει καθόλου που η ψηφιακή μας ασφάλεια μοιάζει όλο και περισσότερο με αγώνα δρόμου. Σύμφωνα με τη Wall Street Journal, ο Οκτώβριος ήταν ιδιαίτερα απαιτητικός για τις εταιρείες κυβερνοασφάλειας, καθώς οι επιθέσεις αυξήθηκαν και οι ειδικοί δυσκολεύονταν να ανταποκριθούν στον όγκο των περιστατικών.

Η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί πλέον να επιταχύνει και τις κινήσεις των επιτιθέμενων, περιορίζοντας τον χρόνο αντίδρασης. Και δεν μιλάμε μόνο για μεγάλους οργανισμούς. Μια παραβίαση μπορεί να εκθέσει προσωπικά δεδομένα, να διακόψει υπηρεσίες ή να παραλύσει μια μικρή επιχείρηση.

Όσο πιο ψηφιακή γίνεται η ζωή μας, τόσο λιγότερο αποδεκτό είναι να αντιμετωπίζουμε την ασφάλεια ως πολυτέλεια.

Ρώτησε μια φιλοζωική αν χρειάζεται παλιά σεντόνια ή πετσέτες



Πριν αποχωριστείς παλιά, καθαρά σεντόνια ή πετσέτες που δεν χρησιμοποιείς πια, επικοινώνησε με μια τοπική φιλοζωική οργάνωση ή ένα καταφύγιο ζώων.

Ορισμένοι φορείς δέχονται τέτοια είδη για τη φροντίδα των ζώων, αλλά οι ανάγκες διαφέρουν και δεν πρέπει να αφήνουμε πράγματα χωρίς συνεννόηση. Ρώτησε τι ακριβώς χρειάζονται και σε ποια κατάσταση πρέπει να βρίσκονται.

Έτσι μπορείς να αξιοποιήσεις αντικείμενα που διαφορετικά θα έμεναν αχρησιμοποίητα. Και ταυτόχρονα να προσφέρεις κάτι πραγματικά χρήσιμο, χωρίς να αγοράσεις απαραίτητα κάτι καινούργιο.

Άσπρίζουν ή μελανιάζουν τα δάχτυλά σου στο κρύο; Μην το αγνοείς!



Μπορεί να πρόκειται για το φαινόμενο Raynaud, που κάποιες φορές συνδέεται με αυτοάνοσα νοσήματα.

Η Δρ Ελένη Κομνηνού εξηγεί πώς η τριχοειδοσκόπηση, μια απλή, ανώδυνη εξέταση, βοηθά στη διάκριση του πρωτοπαθούς από το δευτεροπαθές Raynaud και στην έγκαιρη διερεύνηση πιθανών ρευματολογικών παθήσεων.

Διαβάστε περισσότερα στο αναλυτικό άρθρο της γιατρού, εδώ.

«Αγριόχορτο»: Κάποια λουλούδια ανθίζουν εκεί που δεν τα σπέρνουν

Μια ιστορία γεμάτη πείσμα, χιούμορ και αγάπη για τη ζωή ανεβαίνει στο θέατρο ARROYO, με την πρεμιέρα του «Αγριόχορτου» στις 20 Νοεμβρίου.

Μετά την επιτυχία της «Κυράς της Ρω», ο συγγραφέας Γιάννης Σκαραγκάς και ο σκηνοθέτης Σταύρος Λίτινας συνεργάζονται ξανά, με πρωταγωνίστρια τη Μαριάννα Λαγουρού. Η ιστορία ακολουθεί τη Χαρά, ένα κορίτσι που γεννιέται στην Ελλάδα του 1951 και μεγαλώνει μέσα στη φτώχεια, τις κοινωνικές ανισότητες και τις ανατροπές. Ένας απρόσμενος έρωτας τη δεκαετία του '60 αλλάζει τη ζωή της, σε μια παράσταση για την αξιοπρέπεια, την επιμονή και το δικαίωμα στο όνειρο.

Θέατρο ARROYO, Μ. Αλεξάνδρου 128, Κεραμεικός | Παρασκευές 21:00 και Σάββατα 18:00, έως 9 Ιανουαρίου 2027.

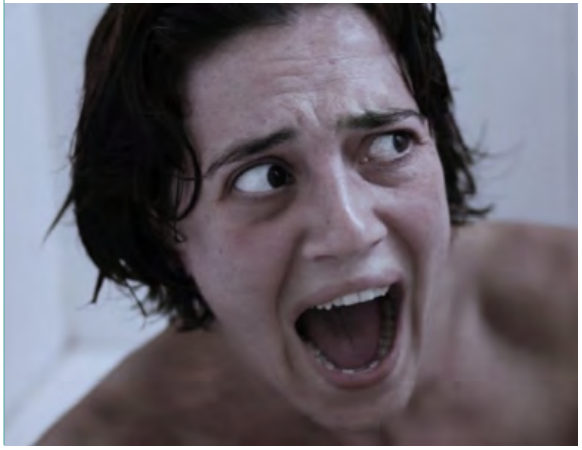
Προπώληση: ticketservices.gr

Κατάλληλο για ηλικίες άνω των 16 ετών.

Για όσους αγαπούν τις ανθρώπινες ιστορίες που έχουν και χιούμορ και αλήθεια.



«Ψύχωση»: Η παράσταση που δεν θα σε αφήσει αδιάφορο



Ένα από τα πιο ανατρεπτικά έργα του σύγχρονου θεάτρου επιστρέφει στην Αθήνα! Η «Ψύχωση» (4.48 Psychosis) της Sarah Kane κάνει πρεμιέρα στις 13 Νοεμβρίου στο θέατρο OLVIO, σε σκηνοθεσία Τάσου Σαγρή, με τη Σίσσυ Δουτσίου στον κεντρικό ρόλο.

Ένα σκοτεινό ψυχολογικό θρίλερ που εξερευνά την ψυχική πίεση, τη μοναξιά, τις τραυματικές αναμνήσεις και την ανάγκη του ανθρώπου να ξεφύγει από όσα τον εγκλωβίζουν. Μουσική, βίντεο και έντονη σκηνική ατμόσφαιρα συνθέτουν μια παράσταση που δεν επιδιώκει να καθησυχάσει τον θεατή, αλλά να τον προβληματίσει.

Θέατρο OLVIO, Ιερά Οδός 67, Βοτανικός | Κάθε Παρασκευή και Σάββατο, στις 21:00, από 13 Νοεμβρίου 2026 έως 13 Μαρτίου 2027 | Εισιτήρια στο more.com.

Για όσους αναζητούν θέατρο που το σκέφτεσαι και μετά την αυλαία.

PLAYMOBIL Hellas & YUZU Communications: Βραβείο για το ψηφιακό trend που έγινε viral!



Με το βραβείο «Most Popular Digital Trend» διακρίθηκαν η PLAYMOBIL Hellas και η YUZU Communications στα e-Buzz Awards 2026, που πραγματοποιήθηκαν στις 4 Νοεμβρίου στο ξενοδοχείο Divani Caravel, στο πλαίσιο του 15ου Συνεδρίου eCommerce & Digital Marketing World.

Η διάκριση αναδεικνύει την εντυπωσιακή απήχηση της PLAYMOBIL στο ψηφιακό περιβάλλον, καθώς οι χαρακτηριστικές φιγούρες της έγιναν αφορμή για δημιουργικό περιεχόμενο, αναρτήσεις και συζητήσεις στα κοινωνικά δίκτυα.

Πίσω από αυτή τη δυναμική βρίσκεται η ιδιαίτερη σχέση του κοινού με ένα brand που συνοδεύει διαφορετικές γενιές. Η νοσταλγία των ενηλίκων, οι παιδικές αναμνήσεις και η δημιουργικότητα των χρηστών συνέβαλαν στην εξάπλωση του trend.

Για την PLAYMOBIL Hellas και τη YUZU Communications, η βράβευση επιβεβαιώνει ότι ένα αγαπημένο παιχνίδι μπορεί να παραμένει επίκαιρο και να πρωταγωνιστεί στη σύγχρονη ψηφιακή κουλτούρα.

Ελληνικός Χρυσός: 800.000 ευρώ για 15 σχολεία και τη νέα γενιά του Δήμου Αριστοτέλη



Στα 800.000 ευρώ ανήλθαν οι επενδύσεις της Ελληνικός Χρυσός στην εκπαίδευση του Δήμου Αριστοτέλη για την περίοδο 2025–2026, με παρεμβάσεις που αφορούν 15 εκπαιδευτικές μονάδες και περισσότερους από 2.000 μαθητές και εκπαιδευτικούς.

Από το ποσό αυτό, 284.000 ευρώ κατευθύνθηκαν σε ανακαινίσεις και συντηρήσεις σχολικών εγκαταστάσεων, ενώ 148.000 ευρώ διατέθηκαν για εξοπλισμό, όπως υπολογιστές και διαδραστικούς πίνακες, καθώς και για σχολικές βιβλιοθήκες. Επιπλέον, 350.000 ευρώ επενδύθηκαν σε εκπαιδευτικά προγράμματα, μεταξύ των οποίων δράσεις ρομποτικής και STEM με την EduAct, επαγγελματικός προσανατολισμός, υποτροφίες και πρωτοβουλίες κατά του σχολικού εκφοβισμού σε συνεργασία με το Χαμόγελο του Παιδιού.

Η εταιρεία ανακοίνωσε επίσης μελλοντικές δεσμεύσεις άνω του 1 εκατ. ευρώ για τη συνέχιση των δράσεων, καλύπτοντας εκπαιδευτικές ανάγκες από τα πρώτα σχολικά χρόνια έως τις πανεπιστημιακές σπουδές.

Παιδικά Χωριά SOS: «Η εμπιστοσύνη στην κοινωνική προσφορά χτίζεται με πράξεις»

Τη σημασία της διαφάνειας και της λογοδοσίας στον χώρο της παιδικής προστασίας υπογραμμίζουν τα Παιδικά Χωριά SOS Ελλάδος, με αφορμή πρόσφατα περιστατικά που αφορούν φορείς κοινωνικής προσφοράς και έχουν προκαλέσει έντονο προβληματισμό.

Με περισσότερα από 50 χρόνια παρουσίας στην Ελλάδα, ο οργανισμός επισημαίνει ότι τέτοιες υποθέσεις κλονίζουν την εμπιστοσύνη των πολιτών, χωρίς όμως να πρέπει να απαξιώνουν το έργο των φορέων που προσφέρουν ουσιαστική στήριξη σε παιδιά και οικογένειες.

Παράλληλα, τονίζει την ανάγκη για σαφείς διαδικασίες, υπεύθυνη οικονομική διαχείριση και αποτελεσματικούς μηχανισμούς ελέγχου.

Τα Παιδικά Χωριά SOS καλούν τους πολίτες να ενημερώνονται και να επιλέγουν συνειδητά τους οργανισμούς που υποστηρίζουν, ενώ ζητούν από τους φορείς να αντιμετωπίζουν τη λογοδοσία ως βασική προϋπόθεση της λειτουργίας τους.

Κεντρικό μήνυμα: Η κοινωνική προσφορά χρειάζεται εμπιστοσύνη, αλλά η εμπιστοσύνη απαιτεί διαφάνεια.



Otrivin: Νέο παιδικό ρινικό σπρέι για πιο άνετη εφαρμογή



Η Otrivin παρουσιάζει στην ελληνική αγορά το νέο Otrivin Παιδικό Χωρίς Συντηρητικά Mist Spray, για παιδιά ηλικίας 2 έως 12 ετών, δίνοντας έμφαση τόσο στην αποσυμφόρηση της μύτης όσο και στην άνεση κατά τη χρήση.

Χάρη στην πατενταρισμένη τεχνολογία Otrimist και στον νέο σχεδιασμό του ακροφυσίου, προσφέρει λεπτό, απαλό ψεκασμό. Μάλιστα, το ακροφύσιο είναι δύο φορές μικρότερο σε σύγκριση με εκείνο του υπάρχοντος Otrivin Παιδικού Spray χωρίς συντηρητικά. Σύμφωνα με την εταιρεία, η δράση του αρχίζει μέσα σε 2 λεπτά και διαρκεί έως 10 ώρες, προσφέροντας ανακούφιση από τη ρινική συμφόρηση. Το προϊόν περιέχει υδροχλωρική ξυλομεταζολίνη και δεν πρέπει να χρησιμοποιείται για περισσότερο από 5 ημέρες.

Το Υπουργείο Υγείας και ο ΕΟΦ συνιστούν: Διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες χρήσης. Συμβουλευτείτε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας.

Digestive Bars Παπαδοπούλου: Δύο νέες γεύσεις για κάθε στιγμή της ημέρας



Η οικογένεια των Digestive Bars Παπαδοπούλου μεγαλώνει με δύο νέες γεύσεις που συνδυάζουν το αγαπημένο μπισκότο Digestive με δημητριακά ολικής άλεσης και λαχταριστά υλικά.

Η νέα Digestive Bar με κόκκινα φρούτα & γιαούρτι Χωρίς Προσθήκη Ζάχαρης προσφέρει έναν φρουτώδη συνδυασμό, με μόλις 95 θερμίδες ανά μπάρα και υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες. Παρότι δεν έχει προστεθεί ζάχαρη, περιέχει φυσικά σάκχαρα και γλυκαντικά.

Για όσους προτιμούν πιο σοκολατένιες επιλογές, η Digestive Protein Bar με φιστικοβούτυρο & σοκολάτα γάλακτος συνδυάζει την πλούσια γεύση της σοκολάτας με το φιστικοβούτυρο, προσφέροντας 20% πρωτεΐνη.

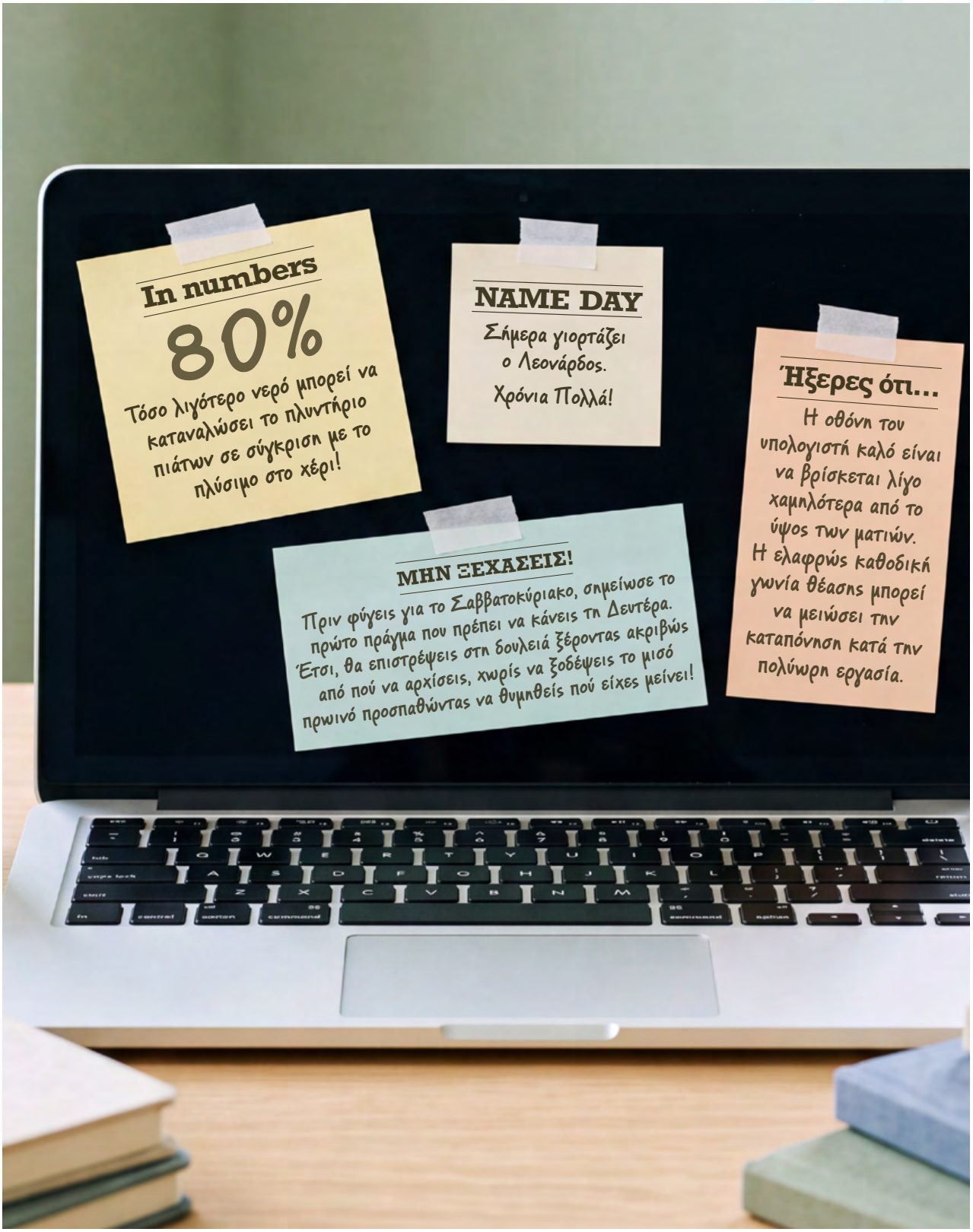
Και οι δύο νέες προτάσεις είναι χωρίς συντηρητικά και χρωστικές και διατίθενται στα σούπερ μάρκετ σε πολυσυσκευασίες των πέντε μπαρών. Δύο διαφορετικές επιλογές για το καθημερινό διάλειμμα, στο γραφείο, στη βόλτα ή ανάμεσα στις υποχρεώσεις!

GE HealthCare: Νέα εποχή στην αξονική τομογραφία με τεχνολογία καταμέτρησης φωτονίων



Μια σημαντική εξέλιξη στην ιατρική απεικόνιση παρουσίασε στην Ελλάδα η GE HealthCare, αποκαλύπτοντας το νέο Photonova™ Spectra, ένα προηγμένο σύστημα αξονικής τομογραφίας με καταμέτρηση φωτονίων. Η παρουσίαση πραγματοποιήθηκε στις 30 Οκτωβρίου, στο πλαίσιο δύο επιστημονικών συνεδρίων, μετά την ευρωπαϊκή πιστοποίηση CE που έλαβε το σύστημα τον Αύγουστο του 2026.

Χάρη στην τεχνολογία ανιχνευτή Deep Silicon, το Photonova™ Spectra καταμετρά μεμονωμένα φωτόνια ακτινών Χ, προσφέροντας εικόνες εξαιρετικά υψηλής ευκρίνειας και λεπτομερέστερη απεικόνιση ανατομικών δομών. Το σύστημα έχει σχεδιαστεί για εφαρμογές στην ογκολογία, την καρδιολογία, τη νευρολογία και άλλες ιατρικές ειδικότητες, υποστηρίζοντας την ακριβέστερη κλινική αξιολόγηση και παρακολούθηση θεραπειών. Παράλληλα, αξιοποιεί τεχνολογία της NVIDIA για την επεξεργασία μεγάλου όγκου δεδομένων, ενισχύοντας τις δυνατότητες ανακατασκευής εικόνας και την αποδοτικότητα των εξετάσεων.



sayyespress

ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΣ ΛΑΜΒΑΝΕΙΣ **ΔΩΡΕΑΝ** ΣΤΟ MAIL ΣΟΥ ΚΑΘΕ ΠΡΩΙ, ΠΑΤΑ **ΕΔΩ**

ΔΩΡΕΑΝ
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟ
ΨΗΦΙΑΚΟ
NEWSLETTER

Chief of SayYessers: Claire Styliara
Creative Direction: C•Design
Operation & Marketing Manager: Χρύσα Γώτα
Τεχνική Υποστήριξη: BlackDot Web Services

Ιδιοκτησία: Κλειώ Στυλιαρά & ΣΙΑ Ε.Ε. - Say Yes Communications
Σκουζέ 14, 18536 Πειραιάς, ΑΦΜ: 801923795, ΔΟΥ: ΚΕ.ΦΟ.ΔΕ ΑΤΤΙΚΗΣ
Νόμιμος Εκπρόσωπος: Κλειώ Στυλιαρά
Τηλ.: 213.0990585, **e-mail:** media@sayes.gr
Αριθμός Πιστοποίησης Μ.Η.Τ. 252127
www.sayyestothepress.gr

sayes communications