

ATHENS VOICE

Ναύπλιο

Η πρώτη
επιλογή του
καλοκαιρινού
σαββατοκύ-
ριακου



Ειδική έκδοση

Μια **ATHENS VOICE** τσέπης
για τις επόμενες 30 καυτές
μέρες του **Αυγούστου**

No1*
αντηλιακή σειρά
στην Ελλάδα

Carroten

SUNSACTIONS
ΠΑΡΑΔΩΣΟΥ
ΣΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

Εξωτικό μαύρισμα και σίγουρη προστασία σε ένα αποκαλυπτικό ταξίδι στις αισθήσεις!

Η νέα σειρά Carroten Sunsactions σε προσκαλεί σε μια καλοκαιρινή απόδραση στις αισθήσεις. Παράδωσου στα υπέροχα αρώματα εξωτικής καρύδας και κέμτικων λουλουδιών. Βυθίσου στην απόλαυση του ήλιου και απόκτησε έντονο, μοναδικό μαύρισμα και δέρμα βαθιά ενυδατωμένο και απαλό, χάρη στο καινοτόμο exotis oils complex (brazil nut, argan & maracuja oil). Νιώσε, κι αυτό το καλοκαίρι, τη σίγουρη προστασία που, χρόνια τώρα, σου προσφέρει το Carroten. Γνώρισε τη νέα σειρά μαυρίσματος Sunsactions και παράδωσου στο καλοκαίρι!



Ταυτότητα Νο1 Προστασία Δέρμα. Ταξινομημένο από τον οργανισμό κοσμητολογίας Cosmetics Europe.

www.facebook.com/carroten.gr

Εκδότης-Διευθυντής Φώτης Γεωργαλές

Σύμβουλος Έκδοσης Διευθύντρια Σύνταξης
Σταυρούλα Παναγιωτάκη Αγγελική Μπιρμπιλίη

Γενική Διεύθυνση Διαφήμισης: Λουίζα Ναθαναήλ

Art Director Φώτης Πεχλιβανίδης

Τεχνικός διευθυντής Βάσιος Σιντσιομάς

Αρχισυντάκτες Γιάννης Νένης,
Δημήτρης Μαστρογιαννίτης

Υπεύθυνος Έλης Τάκης Σκριβανός

Συντακτική ομάδα: Δ. Αθανασιάδης, Ν. Αργυροπούλου, Ν. Γεωργαλέ, Ν. Γεωργιάδης, Κ. Γιαννακίδης, Β. Γραμματικογιάννη, Β. Γρυπάρης, Γ. Δημητρακόπουλος, Τζ. Διαμαντοπούλου, Ν. Ζαχαριάδης, Μ. Ζουμπουλάκη, Γ. Ιωάννου, Α. Καλόβρινος, Δ. Καραβάνος, Α. Καρανικολάου, Σ. Καραρ, Μ. Κοντοβά, Σ. Κραουμάκης, Γ. Κρασσάκοπουλος, Σ. Ο. Κυριωτάκη, Γ. Κυρίτσος, Γ. Κωνσταντινίδης, Α. Λαζόπουλος, Μ. Λεάνης, Π. Μανδραβέλης, Β. Ματζάρογλου, Π. Μένεγος, Μ. Μηλάτος, Θ. Μήνας, Ι. Μηλάτσου, Ευτ. Παλλήκρης, Κ. Παναγοπούλου, Γ. Πανόπουλος, Ε. Παπαδάκης, Δ. Παπαδόπουλος, Στ. Πασισσύρου, Γ. Παριανός, Μ. Πιτένης, Κ. Ρήγος, Α. Αλ Σάλεχ, Ε. Συναδινόυ, Ζ. Σφυρί, Γ. Τζερτζιλιάκης, Δ. Τριανταφύλλου, Σ. Τριανταφύλλου, Α. Τσέκρης, Σ. Τοπτόπουλος, Δ. Φύσσης, Στ. Χαράμη, Α. Χουρμούζη

Γραμματεία Σύνταξης: Γεωργία Σκαμάγκα
info@athensvoice.gr

Ατελιέ: Μορφούλα Βογιατζόγλου, Sotos Anagnos
Διόρθωση κειμένων: Δήμητρα Γκρουσ
Εικονογραφίες: Θοδωρής Μπαργιώτας,
Νεκτάριος Σταματοπούλος, Smart, Β. Γκογκιζιάς,
Benoit Paré

art@athensvoice.gr
Φωτό: In Time, Ideal Images, Αλ. Βλάχος
(Action Images)

Κ. Αμοιρίδης, Στ. Ανδριώτης, Α. Κούρκουλος,
C. Makkos, Στ. Καλοσπέρης, Μάρω Κουρή,
Damien Argi, Α. Φιλίππιδης, Θ. Σταμάτης,
Π. Βουμβάκης, Τ. Βρεττός, Β. Georgousis, Στ. Ρόκκος

Διαχείριση Web: Βαγγέλης Κορωνάκης
vkoron@athensvoice.gr

A.V. Web Crew: Ντίνα Βλαχοπούλου,
Κων/νος Τζήκας

Διευθυντής Εμπορ. Ανάπτυξης: Νίκος Τσουανάτος
Key Account Managers: Αναστασία Μπαρσιώτη

Direct Market Manager: Βασίλης Ζαρκαρούλας
Direct Market: Γιώργος Απέργης, Ιωάννα Μπούσουλα,
Δημήτρης Καλαμάρης, Νώντας Νταμπάνης
Συντονισμός Διαφήμισης: Δήμητρα Χιώτη
ads@athensvoice.gr

Υποδοχή Διαφημιστικής Αγοράς & Direct Market:
Μαρία Αυγερινού marketing@athensvoice.gr

Project Manager: Μάρω Ζήνα

Διεύθυνση Λογιστηρίου: Ειρή Μούρτζη
Λογιστήριο: Σωτηρία Ψυχογιού, Ασπασία Χοβαρδά

Διαχωρισμοί - Εκτύπωση: «Καθημερινές Εκδόσεις ΑΕ»
Διανομή: City Promotions

Athens Voice S.A.

Χαρ. Τρικούπη 22, 106 79 Αθήνα

Σύνταξη: 210 3617.360, 3617.369, fax: 210 3632.317

Διαφημιστικό: 210 3617.530, fax: 210 3617.310

Αγγελίες: 210 3617. 369 / Λογιστήριο: 210 3617. 170

www.athensvoice.gr

Αν δεν βρίσκετε την Α.Β. στα σημεία διανομής, μπορείτε να επικοινωνήσετε στα τηλέφωνα: 210 3617.360, 210 3617.369

ATHENS

Κωδικός εντύπου: 7021
ISSN 1790-6164

Εβδομαδιαία εφημερίδα. Διανέμεται δωρεάν.
Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, ολική ή μερική,
ή διασκευή ή απόδοση του περιεχομένου της έκδοσης
με οποιοδήποτε τρόπο, μηχανικό, ηλεκτρονικό ή άλλο,
χωρίς προηγούμενη γραπτή έγκριση του εκδότη.



ΤΟ ΕΞΩΦΥΛΛΟ ΜΑΣ

Αυτή την εβδομάδα το σχεδιάζει ο Άκης Τσέβης. Κατάγεται από την Ήπειρο, ζει και εργάζεται στην Αθήνα και στη Ρόδο.

Σπούδασε ζωγραφική στην ΑΣΚΤ Αθηνών με καθηγητή τον Δ. Μυταρά. Είναι κάτοχος Master στην Περιβαλλοντική Εκπαίδευση, με διπλωματική έρευνα στην τέχνη που αναπτύχθηκε από την προϊστορική εποχή μέχρι και τον 5ο αιώνα π.Χ.

στην ευρύτερη γεωγραφική περιοχή της Μεσογείου. Έχει στο ενεργητικό του πολλές ατομικές και ομαδικές εκθέσεις (Αθήνα, Ιωάννινα, Ρόδος, Θεσσαλονίκη, Λευκωσία κ.ά.), ενώ έργα του δημοπρατούνται συχνά από τους οίκους Karopoulos Fin Arts Gallery και Psatharis Auctions-Cyprus. 8-27/8 συμμετέχει στην έκθεση «Η τέχνη στην πρώτη σελίδα» στα Χανιά.

DO IT!

Κάθε εβδομάδα ένας καλλιτέχνης αναλαμβάνει να σχεδιάσει το εξώφυλλο της Α.Β. Στο τέλος της χρονιάς όλα τα εικαστικά εξώφυλλα θα συγκεντρωθούν για να εκτεθούν στο **Μουσείο Μπενάκη**, όπου και θα είστε όλοι καλεσμένοι.



PENTHOUSE 21

Η πισίνα του President Hotel στον 21ο όροφο άνοιξε!

Σας περιμένουμε στο Penthouse 21 Skyscraper Bar & Restaurant για ανάσες δροσιάς και χαλάρωσης. Απολαύστε το αναψυκτικό ή το cocktail σας στον πιο ξεχωριστό lounge χώρο της Αθήνας. Οι Ασιατικές πινελιές στη διακόσμηση προσφέρουν μια zen ατμόσφαιρα που θα σας ενθουσιάσει!

Ώρες λειτουργίας
Penthouse 21: 10.30 – 01.00

Ώρες λειτουργίας πισίνας:
10.30 – 19.00 Τιμή εισόδου: 20 €/άτομο

Α.Κηφισίας 43 Αθήνα • Τηλ. 210 69 89 000
www.president.gr

Thanks for
sharing our voice 

Athens Voice (official)

Γίναμε

100.000!

Η μεγαλύτερη κοινότητα
100.000 φίλοι στην Αθήνα
και σε όλο τον κόσμο διαβάζουν,
σχολιάζουν, ενημερώνονται,
βρίσκονται μεταξύ τους, κερδίζουν δώρα,
μοιράζονται τις δικές τους εμπειρίες
στη μεγαλύτερη παρέα εφημερίδας
στο **facebook**

ATHENS voice

athensvoice.gr

 **facebook.com/AthensVoice**
 **twitter.com/AthensVoice**



BELVEDERE
VODKA

DISTILLED AND BOTTLED BY
POLMOS ZYRARDÓW IN
POLAND



BELIEVE

TRUST YOUR INSTINCTS
NATURALLY SMOOTH®
MAKE IT BELVEDERE

FACEBOOK.COM/BELVEDEREVODKA

Belvedere vodka 40% ALC/VOL... 100% neutral spirits distilled from grain. 2012 Imported by Most Harmony USA, Inc. New York NY

www.apolafste.ypefhina.eneap.gr

Απολαύστε υπεύθυνα



Πάνος **Κοκκινιάς**
Φωτογράφος

39 βαθμοί υπό σκιάν

▶ Σβήσε αυτό το φως. Βάλε νερό στη γλάστρα. Κλείσε τα ρολά. Ναι, θα ξεραθεί. Ξέχασέ το. Δεν μπορείς να τα φροντίσεις όλα, ποτέ δεν μπορείς να τα φροντίζεις όλα.

▶ Ξημερώνει. Είσαι έτοιμος να φύγεις; Έχεις εισιτήρια; Φεύγεις με αεροπλάνο ή με καράβι; Βιάζεσαι να πας κάπου ή σου χρειάζεται χρόνος για ν' αφήσεις την πόλη πίσω σου;

▶ Έχεις ένα καταφύγιο; Ένα μέρος που να θεωρείς δικό σου; Έχεις τουλάχιστον κάπου να πας;

▶ Αναρωτιέσαι τι να διακόψεις; Μην είσαι αυθάδης με την τύχη σου. Σύντομα ίσως έρθουν περιπλοκές νύχτες και ακόμα πιο δύσκολες μέρες.

▶ Νιώθεις ότι φέτος οι διακοπές δεν αρκούν, δεν είναι αυτό που περιμένες; Ναι, υπό ορισμένες συνθήκες η κατάθλιψη θα μπορούσε να θεωρηθεί υγιής αντίδραση. Όχι στους 40 βαθμούς. Σκέψου τη θάλασσα. Σκέψου να βυθίζεσαι στο νερό. Το αλάτι στο δέρμα. Τον ήλιο, την καυτή άμμο.

▶ Δεν είναι καταπληκτικό να είσαι ζωντανός;

▶ Τελευταία νύχτα στην πόλη. Ένα τηλέφωνο χωρίς σήμα, ένα κορίτσι που κλαίει όταν κάνει έρωτα, βρεγμένα σεντόνια, ο θόρυβος από το ερκοντίσιον. Κλειδωμένες πόρτες. Δάκρυα. Πατί φεύγεις;

▶ Δεν μπορείς να τον αφήσεις; Φοβάσαι να πεις αντίο; Σκέφτεσαι μήπως δεν γυρίσει;

▶ Εγώ πάντα επιστρέφω, είπε απειλητικά αλλά στα χείλη της ακούστηκε σαν υπόσχεση.

▶ Δακρύζεις στους χωρισμούς;

▶ Πού θες να πας διακοπές; Εκεί που θα πας εσύ.

▶ Έχεις φύγει; Με ποιον; Οι άνθρωποι είναι πιο σημαντικοί απ' τα μέρη.

▶ Κλείσε τη βαλίτσα. Πήρες ό,τι χρειάζεσαι; Τα ρούχα που σ' αρέσουν; Τον σκέφτεσαι όταν ντύνεσαι το πρωί;

▶ Θέλεις να του γράψεις κάτι μικρό για να διαβάσει και να σε θυμάται όταν δεν σ' έχει; Ν' αγιγίζει τα γράμματα απαλά όπως το σώμα σου;

▶ Μη διαβάσεις αυτό το γράμμα πριν περάσουν 10 μέρες. Πριν σου λείψει πολύ.

▶ Προτιμάς τις σκληρές αλήθειες ή τα γλυκά ψέματα;

▶ Ζέστη. Έρημη πόλη. Κολλάνε οι μηχανές, στ' αμάξια ανάβουν όλα τα φωτάκια, ένδει-

ξη «πρόβλημα». Κάκτοι στροβιλίζονται στην Ακαδημία, καυτός άνεμος στις ξεραμένες όχθες της Πανεπιστημίου. Κροταλίες σφυρίζουν κάτω απ' τα εγκαταλελειμμένα αμάξια, καγκουρό πηδάνε και χάνονται. Οφθαλμαπάτες στην κόκκινη έρημο, ψευδαισθήσεις στην γκριζα αστική έρημο της άδειας πόλης. Υπάρχει μια πτήση απόψε, είναι ώρα να φύγεις.

▶ Φοβάσαι να φύγεις μόνος; Η μοναξιά έχει πλεονεκτήματα.

▶ Μην το παρακάνεις. Μια λεπτή γραμμή χωρίζει το μοναχικό άνθρωπο από το φοβισμένο ερημίτη. Και ακόμα πιο λεπτή είναι η διαχωριστική γραμμή ανάμεσα στον ερημίτη και το μνησικάκο άνθρωπο.

▶ Τι ώρα είναι; Ξημερώνει, ώρα να φύγεις.

▶ Τι σκέφτεσαι; Τι νιώθεις; Ποιος είσαι;

▶ Τι μας έχει συμβεί; Τι κάναμε ο ένας στον άλλον;

▶ Πόσο καλά πιστεύεις πως γνωρίζεις αυτόν που αγαπάς;

▶ Θα μ' αφήσεις ν' αγγίξω την καρδιά σου;

▶ Η καρδιά χτυπάει 101.000 φορές

τη μέρα. Αγγίξε το στήθος μου. Σ' αρέσει;

▶ Θέλω να με σφίξεις στην αγκαλιά σου. Δεν θέλω να με πλησιάζεις πάρα πολύ. Θέλω να με μαζεύεις τα βράδια όταν χάνομαι. Δεν θέλω να ξέρεις πού βρίσκομαι. Θέλω να είμαι μαζί σου. Θέλω να χαθώ κάπου που κανένας δεν θα μπορεί να με βρει.

▶ Δεν μπορούμε να τα 'χουμε όλα. Όταν το καταλάβεις αυτό, μπορείς να πας παρακάτω.

▶ Θέλεις να μείνεις μόνος σου;

▶ Πατί τρέμουν τα χέρια σου;

▶ Έχεις λίγες ώρες ακόμα. Ξεχνάς τίποτα; Μπορείς να κοιμηθείς λίγο. Φοβάσαι τα όνειρα;

▶ Κλειδιά, εισιτήρια, λεφτά, τηλέφωνο. Κλείσε το ψυγείο. Ας χαλάσουν. Ελαττωματικό ψυγείο. Ο καταψύκτης πιάνει πάγο. Το υπόλοιπο δεν έχει ψύξη. Παγώνεις όταν πρέπει να φλέγεσαι; Και τις λάθος ώρες;

▶ Τι είναι αυτό που σε διεγείρει; Που σε συγκινεί;

▶ Σε ξέρω; Ξέρεις τι ψάχνω;

▶ Υπάρχει κάποιος που θα σε ψάξει; Κάποιος που θα του λείψεις;

▶ Κλείσε την πόρτα. Φύγε. Μην το σκεφτείς δεύτερη φορά. Κλειδώσε την πόρτα. Άνοιξε τα μάτια. Την καρδιά σου. Ξημέρωσε. Είναι ο Αύγουστος του 2012 που έρχεται μονάχα μια φορά στην ιστορία και δεν θα ξανάρθει ποτέ πια.

Αυγουστιάτικο Vieww master

10 δημιουργοί στέλνουν στην Α.Υ. το δικό τους καλοκαίρι



Νικόλας **Λώτσος**

Φωτογράφος

Ο Ν.Λ. κέρδισε φέτος τον τίτλο «Φωτογράφος της χρονιάς», το 1ο βραβείο στην κατηγορία «Άγρια ζωή» στο διεθνή διαγωνισμό ασπρόμαυρης φωτογραφίας «Spider Awards», αλλά και χρυσό βραβείο για τη σειρά «Savanna» στο διεθνή διαγωνισμό «PX3 Grand prix de la Photographie».

Ζανζιβάρη, Λευκός παράδεισος



Πάβλος Χαμπίδης
Ζωγράφος

Habidris

Το κλειστό νησί

Αυτό το νησί φέτος δεν θα το ανοίξουν
Απ' το καράβι είδα ένα μικρό θατάκι και κάτι ενοικιαστήρια
Εδώ ήθουν κάποτε εκεί μες στον υπνόσακο που είπε αδειάσει απ' τους θονείς σου
Απ' τα κουλά λερτά, τις ποιητικές βραδιές, τις καθιστικές απεργίες τους
Εδώ φέτος θα έρθω
Φέτος θα σε πάρω σ' αυτό το νησί
Εδώ δεν θα φανόμουν ακόμα κι αν
αυτό το νησί δεν είχε υπάρξει ποτέ
θα σε έπαιρνα απ' το πέρι και θα προχωρούσα βιαστικά
θα σταματούσα, θα έφτιαχνα λιτάκι τα μαλλιά σου
'Η θα έσκιζα λιτάκι το φουστάνι σου να βγαίνουν λίγο πιο πολύ οι ώμοι
θα κατεβαίναμε απ' το καράβι, θα ήσανε προσηρημένοι Αύγουστος
και επινοούσαμε την προκομαία, τα ζαχαροπλαστέια και τα έντυπα
θα κατεβαίνομε απ' το εκκλητάκι της καινούργιας δόξας μας
θα πηγαίναμε στα το πρώτο μπάνιο της ανθρωπότητας
σε μια παραλία που θα την ονομάζαμε Λειβαδί.

Φοίβος Δελτιβοριάς
20/7/2012



Ο Φοίβος Δεληβοριάς
γράφει ένα ποίημα για την ATHENS VOICE
εμπνευσμένο από έναν πίνακα
του φίλου του **Στέφανου Ρόκου**



Info

Ο Φοίβος Δεληβοριάς θα εμφανιστεί στις 8/9 στο Μαρούσι στα πλαίσια των «Καλοκαιρινών Βραδιών του Δήμου Αμαρουσίου»
www.foidel.gr

Στέφανος Ρόκος

Ζωγράφος



Η Αμοργός

Τι ωραίο το λιγνό καλοκαιράκι των αθώων
με τα κάταπρα πανιά και με τα μάτια
που γελάνε
Πότε άραγε να κλαίγαν
Τι ωραία που κοιτάνε τα ερείπια
στο νότο πόσο εύκολα ξεχνάνε

Πάυλος Παυλίδης

Τραγουδοποιός

Info

Ο επόμενος προσωπικός
δίσκος του Πάυλου Παυλίδη
θα κυκλοφορήσει τον Οκτώ-
βριο, από την Inner Ear

Πριν δύο χρόνια γεννήθηκε ο γιος μου και ελατώς φιας ανιςτευτς εϋφητϋως είναι τϋρα δύο ετϋν! Μετϋ από τρια καλοκαίρια διακοπϋν φασι ηρθε η ωρα να συγκεντρωϋ το αναμϋγμα των ηνϋσϋν μου σε ένα εικονογραφημϋ οδϋγϋ:

Οδϋγϋς Επιβιωσϋς: Διακοπϋς με το κϋρϋ.

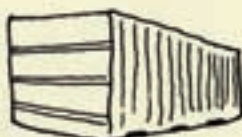
ΟΥΑΑΑ!!! (κραυγή γοτϋου)

Σε αριθμϋς:

Για να πάτε 15 ηϋρες διακοπϋς με το κϋρϋ χρϋατέστε:



17.000 πϋνες



Ένα container με παιχνίδια

Τελίως, ο κϋρϋς θα πάτε κϋρϋ με ένα Euro και ένα φίλο εκασϋρι

Ασφάλεια στη θάλασσα:

Κανϋνας: Όσο περισσϋτερο αέρα έχει το βωβίβιο τόσο ασφαλϋτερο είναι το κϋρϋ.

Μηρατϋακια



(μικρϋ ασφάλεια)

Σωβίβιο



(μεγαλϋτερη ασφάλεια)

Αερόστατο



(απόλυτη ασφάλεια)

Πϋς να απαντάτε στις ερωτϋσεις των παιδιϋν:

Μολις αρχίςουν να ηνίλανε, τα παιδιά κϋνουν τις πιο απλϋστες ερωτϋς με σκοπό να ηνίλουν το κϋρϋ ή απλϋς να βωσ κϋνουν τον εϋκεφαλο.

Παραδειγμϋτα: • Γιατι όχι εϋώ τατουΑ ηνιηνϋ; • Μηνιηνϋ, εϋώ ηνιηνϋ;

• Φϋω ακριδα ηνιηνϋ; • Έχει εϋννερα ηεσα στη θάλασσα ηνιηνϋ;

• Γιατι ηνιηνϋ ϋακϋτας κϋτρινες ηνιηνϋ; • Φϋω κϋρια ηνιηνϋ;

Στην ηροβηλϋεια των ηονιϋν να εϋηϋισουν τα ανεϋημϋτα ανακαλϋφθηκε ο Θεϋς

Έτσι, όταν τα βρεις εκϋρα ηνιηνϋ να δϋωθει ηια τελικϋ απαντϋση. Π.χ. "Γιατι ηνιηνϋ κολακϋρι εϋατϋ ηελανι και όχι ηορηηλϋδα;" "Έτσι το έκανε ο Θεϋς αϋρι ηου."



Προετοιμασία για το ταξίδι με το αυτοκίνητο:

Το ταξίδι των διακοπών με το μωρό είναι εύκολο αν το συχερίνετε με τη μετανάστευση σε άλλη ήπειρο.

Οι απαιτήσεις ενός ανθρώπου για τα μέσα μετακίνησής του αλλάζουν με τον καιρό.

Ερχένος:



Παντοφρένος:



Παντοφρένος και με παιδιά:



Πώς να μην ενοχλείτε τους γύρω σας:

Ο μόνος τρόπος να μην ενοχλείτε τους άλλους στην παραλία είναι να χτίσετε ένα τείχος ύψους κεφαλών πέτρων από άψοφο και υαλοβάμβακα.

Στην παραλία ένα μόνο πράγμα είναι πιο ενοχλητικό απ' το παιδί: οι γονείς. Κωστάκινη! Τρώει! Μα μακάρι αφού πηγαίω στην Απορία...

Το τείχος εχέρθηκε καρόνι εράνου φεράσι των λουπημένων.

Σύντομο λεξιλόγιο όρων που το νόημα τους αλλάζει μετά το παιδί.

Λέξη	Πριν το παιδί	Μετά το παιδί
Μπαράκι	Μαχαλι που παίζει μουσική και πίνει ποτό με φίλους.	Μικρή μπέρα διαμνησιακών που δίνει στο παιδί για ειακ.
Γιογιό	Παιχνίδι με βδομάδα.	Το κρεβάκι της κόλασης.
Το μωρό μου	Κάποτε έλεγες έτσι την αγαπημένη σου.	Τώρα είναι η απάντηση στην ερώτηση "Ποιος έβαλε γυμνοβάμβακα στο τσαντάκι της γυμνότητας;"

Μετά το μωρό συνηθίζω μια ενστικτώδη διαφορετική εικόνα στο μυαλό μου απ' ότι παλιότερα όπως ακούω το τραγούδι "Βρέχει γωπία στη σπράτα μου".

Επίδοχος: Ίσως να ακούγεται βα να ξεκινιάσω όμως η γυναίκα μου και ο γιος μου είναι ο λόγος που θυμώ χαροχάλατες κάθε πρωί.

Οι διακοπές μαζί τους είναι ότι πιο όμορφο έχω ζήσει στη ζωή μου μετά ίσως των κρουαζιέρα που είχα πάει με τους γονείς μου το 1985 με το πλοίο Αχιλλέ Λάουρο. Καλές διακοπές

Θωδωρής Τσεκούρας 2012

Χρήστος Λαϊνός

Συνθέτης

«Σαν δύο ανεμώνες, πετάμε μακριά
απ' τους κρύους πειμώνες»



Info

Ο **Χρήστος Λαϊνός** βρίσκεται στο στούντιο ετοιμάζοντας το δεύτερο προσωπικό του δίσκο, αλλά και τη νέα δισκογραφική δουλειά των Ονειροπαγίδα



Marico **Matsuda**
Ζωγράφος

**ΟΙ ΝΙΚΗΤΕΣ ΤΟΥ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ
THE COSMOTE ΚΑΙ ΤΗΣ ATHENS VOICE**

«ΓΙΝΕ ΡΕΠΟΡΤΕΡ ΤΗΣ ATHENS VOICE ΣΕ ΧΡΟΝΟ COSMOTE 3G»



1ο Βραβείο

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΟΥΡΤΙΔΗΣ
Το σωστό πρόσωπο της αστυνομίας.
Ένα χέρι βοήθειας για την διάσωση εγκλω-
βισμένου αδέσποτου.
Κερδίζει ένα Samsung Galaxy Tab 2



2ο Βραβείο

ΔΗΜΟΣΘΕΝΗΣ ΜΠΙΤΡΑΣ
Γλαυκία Μοναστηράκι.
Ένας φουσκωτός Νεμο γλιστράει από
τα χέρια της μικρής τσιγγάνας...
Κερδίζει ένα Samsung Galaxy S II



3ο Βραβείο

ΤΖΩΡΤΖΙΝΑ ΤΑΤΣΗ
Καρέντζο στο Μεταξουργείο.
Αν φάσεις μέσα στα ζεστά μεσημέρια
της Αθήνας... το πιο πιθανό είναι να
βρεις μουσική!
Κερδίζει ένα Samsung Galaxy S II



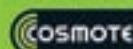
4ο Βραβείο

ΒΑΣΙΛΗΣ ΣΤΡΗΓΚΛΟΣ
ΠΟΛΛΑ ΓΚΑΖΙΑ, Υψηλτός, Πανελλήνιο
Πρωτάθλημα Downhill.
Με 36+ βαθμούς, ζέστη και σκόνη,
Rider: Γιάννης Ιωάννου. Ήρθε για τον
αγώνα από τον Βόλο και κέρδισε την
4η θέση. Τον χαιροκρότησαν πάνω από
1000 θεατές!
Κερδίζει ένα Sony Xperia U

**Σας ευχαριστούμε όλους
για τις συμμετοχές!**

Οι νικητές μπορούν να παραλάβουν τα
δώρα τους από τα γραφεία της **ATHENS VOICE**
(Χαριλάου Τρικούπη 22)

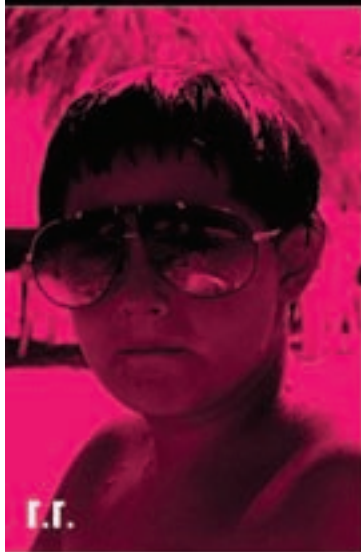
**ΒΛΕΠΟΥΜΕ ΤΟΝ
ΚΟΣΜΟ ΟΠΩΣ ΕΣΥ.
ΓΕΜΑΤΟ ΓΡΗΓΟΡΟ
MOBILE INTERNET.**



ο κόσμος μας, εσύ.

ΚΑΡΑΒΟΛΙΔΑ

karavolida.tumblr.com



Καραβολίδα Επίθεση αγάπης σ' όλα τα μέτωπα

Η Καραβολίδα είναι για όσους δεν σπίνουν περίπτερο. Είναι ο ήχος που κάνει το χοντρό αλάτι, όταν πέφτει πάνω στην πληγή. Η βαλβίδα ασφαλείας της λαγνείας. Μια δικαιολογία να βγούμε μπλούζες. Τα μπέργκερ ως θεμέλιο της ύπαρξης. Τα δάκρυα που δεν θα χύσουμε ποτέ για σένα. Τα κιλιά που θα χάσεις για να βγεις και φέτος στην παραλία. Το βλέμμα στον καθρέφτη το άλλο πρωί. Η Καραβολίδα θέλει έρωτα και πράγματα αφανέρωτα. Αν δεν είναι η αγάπη, είναι η Καραβολίδα.

“Η «Καραβολίδα» είναι το νέο μουσικό πρότζεκτ από τους κομίστες **Πύργο Γούση** και **Παναγιώτη Πανταζή**. Είναι η συνέχεια του σχήματος **jennybocci** που αποθεώθηκε διαδίκτυα και στη συνέχεια διαλύθηκε πάνω στο απόγειό του. Εκπέμπει κομμάτι-κομμάτι στο **karavolida.tumblr.com** και συνοδεύεται πάντα με μια ιδιαίτερη φωτογράφιση όσω τυχαίνει κάθε φορά να είναι κοντά στον τόπο της πχογράψσης.



PIOP MUSEUM SHOP



Πάρτε μαζί σας ένα κομμάτι από το μουσείο.

Το Πολιτιστικό Ίδρυμα του Ομίλου Πειραιώς είναι αφιερωμένο σε μια ιδιαίτερα σημαντική αποστολή: τη μελέτη, διάδοση και προβολή της ελληνικής κληρονομιάς και της πολιτιστικής ταυτότητας του τόπου μας.

Για το έργο αυτό, έχει δημιουργηθεί και συντηρεί ένα δίκτυο 7 θεματικών μουσείων, σε επιλεγμένα μέρη της Ελλάδας με πλούσια παράδοση - τα οποία συνεχώς μεγαλώνει. Για να φέρει, λοιπόν, ένα και περισσότερα κόσμο σε επαφή με τις υπέροχες αξίες της πολιτιστικής μας κληρονομιάς, υλοποιεί μια πρωτότυπη ιδέα:

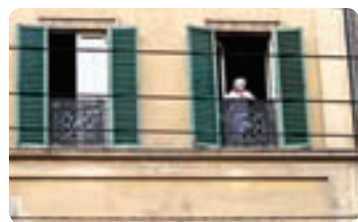
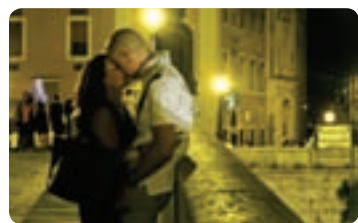
Τη δημιουργία του PIOP MUSEUM SHOP, τα οποία βρίσκονται στα Σκόπια, στο Αθήναιον, στο Citylink. Είναι ένας χώρος, όπου οι επισκέπτες μπορούν να θαυμάσουν, αλλά και να αποκτήσουν, εξαιρετικά αντικείμενα και αξεσουάρ, εμπνευσμένα από τα αντίστοιχα θεματικά μουσεία. Κάθε αντικείμενο έχει άμεση σχέση και με ένα από τα θεματικά μουσεία, έχει τη δική του ιστορία, και αποτελεί έκφραση του μεγάλου της Τέχνης και του Πολιτισμού μας.



www.piop.gr

Επισκεφθείτε το PIOP MUSEUM SHOP και στο Internet, για να δείτε όλα μας τα προϊόντα και να κάνετε τις αγορές σας on line.





Μποντζόρνο Ιτάλια Με αφορμή την παράσταση του χοροθεάτρου Οκτιάνα «Ντυμένοι γυμνοί» στο Teatro di Vita στην Μπολόνια, μια μικρή διαδρομή στη γειτόνα χώρα.

HONDA
The Power of Dreams

The
CITY
riders



NEO PCX 150

Όμορφο. Καινοτόμο. Δυνατό. Με νέα κινητήρα eSP και το μόνο με σύστημα idle stop.
Κατανάλωση 2.2 lt/100 km! Με 2.790€.



www.honda.gr



HondaMotoGreece



www.ridehonda.gr



INSTA greece

ΑΥΤΟ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ
ΦΟΡΑΜΕ... SAGIONARA

Πάρε μέρος στο διαγωνισμό
#instagreece_sagionara

Ένα project της **CambolIndustries** σε συνεργασία με την **ATHENS VOICE** & χορηγό την **COSMOTE**

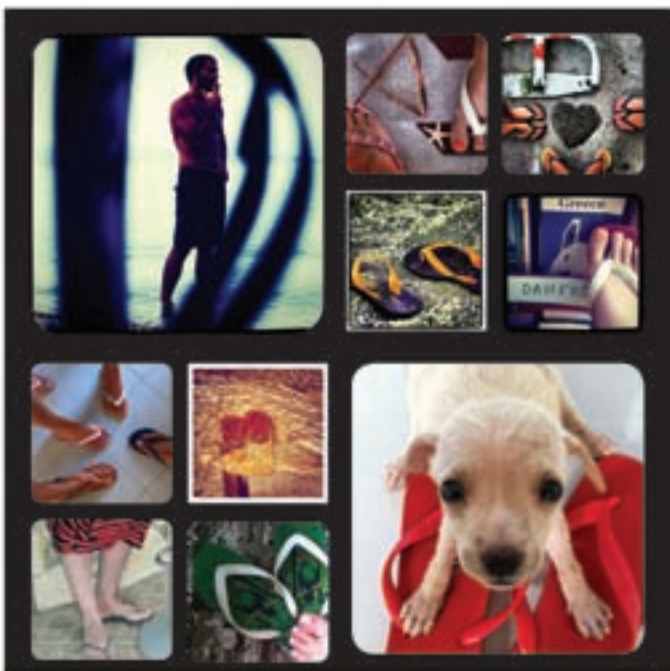
Ο

σπληθαίνουν οι πα-
λόμες που γεμίζουν
με smartphones, τό-
σο η εφαρμογή του
Instagram γίνεται
όλο και μεγαλύτερο
κομμάτι των δια-
κοπών μας. Έτσι μα
κάνουμε διακοπές
«μαζί» με τους φί-
λους μας, ακόμα κι αν
είμαστε σε διαφορετι-
κά μέρη. Ανεβάζο-
ντας παραλίες, τοπία,
πανηγύρια, καλές φι-
γούρες, γιαμί πιάτα
και «πατουσάκια».

Το **InstaGreece** δι-
ευρύνει αυτή την
εμπειρία πέρα από
την κοινότητα των
smartphones, βάζο-
ντας και το Facebook
στο παιχνίδι. Δημι-
ούργησε μια online
κοινότητα στην οποία
όλοι οι χρήστες μπο-
ρούν να μοιράζονται
τις φωτογραφίες τους
αλληλεπιδρώντας
με σχόλια, likes κτλ.

**Ηθεματική είναι η Ελ-
λάδα.** Από εκεί προ-
κύπτει και το hashtag
#instagreece_(θέ-
μα του μήνα) που
συνδεθεί κάθε
σχετική εικόνα.
Η Ομάδα του
InstaGreece σε συ-
νεργασία με την
ATHENS VOICE θα
διοργανώνουν μην-
ιαίους διαγωνισμούς.

**Εκκίνηση αυτό τον
Αύγουστο** με θέμα τη
σαγιονάρα και χορη-
γό την **COSMOTE**.



Μετά μπείτε στο δια-
γωνισμό μέσω της σε-
λίδας του **InstaGreece**
στο **facebook.com/
InstaGreece**. Εκεί θα
δείτε τις διαγωνιζό-
μενες φωτογραφίες,
τις ψηφίζετε, τις μοι-
ράζετε. Οι 20 που θα
συγκεντρώσουν τα
περισσότερα likes θα
τεθούν υπό την κρίση
της επιτροπής που θα
μοιράσει τα βραβεία,
αποτελούμενη από
τους **Τάσο Βρεττίο**
(φωτογράφος), **Δη-
μήτρη Μαστρογιαν-
νίτη** (αρχινουντάκης
Α.Υ.), **Κωνσταντίνο
Ρήγο** (χορηγός/σκηνοθέτης).

→ Βήμα 1

Βγάλτε φωτογραφία τις σαγιονάρες
σου, τον απόλυτο καλοκαιρινό σου
ώντροφο σε δράση!

→ Βήμα 2

Αντίβασέ τη στο Instagram με το
hashtag #instagreece_sagionara
και κέρδισε μοναδικά δώρα!

→ Μπες στη σελίδα
facebook.com/InstaGreece,
δες τη συμμετοχή σου και κάνε
"love" τις αγαπημένες σου
φωτογραφίες!

COSMOTE loves InstaGreece

Κριτική Επιτροπή



Τάσος Βρεττίο



Δημήτρη
Μαστρογιαννίτη



Κωνσταντίνος
Ρήγος



1ος νικητής
HTC ONE X
+ Δημοσίευση
φωτογραφίας
στην **ATHENS!**



2ος & 3ος νικητές
**Sony Ericsson
Xperia S**

Οι νικητές θα εί-
ναι τρεις. Ο πρώ-
τος κερδίζει ένα
smartphone **HTC
ONE X** και θα δει
δημοσιευμένη τη
φωτογραφία στην
Α.Υ., ενώ ο δεύτερος
και ο τρίτος κερδι-
ζουν από ένα **Sony
Ericsson Xperia S**.
Ξεκινάμε λοιπόν.
Με ή χωρίς φίλτρο!

Φωτογραφίστε τις σα-
γιονάρες σας, το πιο
τυπικό ίσως καλοκαι-
ρινό αξεσουάρ, αφή-
νοντας τη φαντασία
σας ελεύθερη. Βάλ-

τε τις να ποζάρουν,
να κολυμπήσουν, να
οδηγήσουν, να δια-
βάσουν, να φλερτά-
ρουν, να βρεθούν στα
πιο απίθανα μέρη, να

κάνουν αυτό που δεν
περιμένουμε. Αρκεί
να μην ξεχάσετε το
σχετικό hashtag, εί-
παμε #instagreece_
sagionara.

Η παραγωγή της ελληνικής γης στο ποτήρι σας

ΟΥΖΟ ΜΑΤΑΡΕΛΛΗ

Το καλύτερο από το να βρίσκεσαι γύρω από ένα τραπέζι με τους ανθρώπους που αγαπάς. Και να μοιράζεσαι μαζί τους αγώνες, όνειρα, σχέδια ή, απλώς, να τα λέτε και να περνάτε καλά. Πρωταγωνιστής στο τραπέζι και στις διαθέσεις το Ούζο Ματαρέλλη. Που γεμίζει τα ποτήρια σχεδόν με μια μυστικιστική διάθεση, με ένα σεβασμό στα όσα προηγήθηκαν μέχρις ότου το απολαυστικό αυτό απόσταγμα φτάσει στα χέρια σας, στη ζωή σας.

Αλλά ως τα πάρουμε από την αρχή και η αρχή βρίσκεται στο Λισβόρι της Λέσβου. Εκεί όπου ο Χαράλαμπος Ματαρέλλη, ως γιος αγροτών, έμαθε από νωρίς να σέβεται τη φύση και να καλλιεργεί τον γλυκάνισο, στον οποίο σφύριξε τη ζωή του, προσφέροντάς μας ένα ούζο ανεπανάληπτο σε γεύση. Κι όμως, όσο κι αν το μεράκι και η γνώση του παραγωγού γύρω από την τέχνη της απόσταξης εγγυώνται τη σταθερή ποιότητα αυτού του απο-

στάγματος, είναι η σοδειά του γλυκάνισου που έχει τον τελευταίο λόγο στα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του ούζου που φτάνει κάθε φορά στα χείλη σας. Στα βιολογικά καλλιεργείας κτήματα του κ. Ματαρέλλη, προνομιούχα καθώς από τη μία είναι προικισμένα με τα ανόργανα συστατικά των ηφαιστειογενών εδαφών κι από την άλλη βρέχονται από τα νερά του κόλπου της Καλλονής και δροσιζονται από την αύρα της θάλασσας, φύτεται ο καλύτερος γλυκάνισος του κόσμου. Με το μικροκλίμα και τις ιδιαίτερες κλιμα-

Τα μικρά μυστικά του

Η σπορά του γλυκάνισου ξεκινάει στα μέσα Φεβρουαρίου και ο θερισμός πραγματοποιείται τον Ιούλιο / Τα μικρά κτήματα του Χαράλαμπος Ματαρέλλη, καθώς επίσης και η εποικότητα της παραγωγής, κάνουν την παραγωγή του γλυκάνισου περιορισμένη, άρα και ιδιαίτερας ποιότητας / Πριν από την απόσταξη, τα σικά με το γλυκάνισο βυθίζονται στη θάλασσα για να αλατιστούν με φυσικό τρόπο / Η διαδικασία της απόσταξης γίνεται σε μικρά χειροποίητα καζάνια, χάλκινους αμβυκες, πάνω σε φυσική φωτιά από ξύλα ελιάς, τα οποία εξασφαλίζουν πιο αργή απόσταξη και πιο «απαλό» αποτέλεσμα / Αντί της ζάχαρης που χρησιμοποιούν οι παραγωγοί ως γλυκαντικό για το ούζο, ο Χαράλαμπος Ματαρέλλης χρησιμοποιεί Μυτιληνό, παλυβραβευμένο μέλι

τολογικές συνθήκες κάθε χρονιάς να αφήνουν το αποτύπωμά τους στο αρωματικό δυναμικό του γλυκάνισου. Έτσι, η σοδειά του 2011 μπορεί να θεωρείται ως μια «ευλογημένη» σοδειά, καθώς οι βροχοπτώσεις του περσινού χειμώνα αλλά και της άνοιξης του 2011 αύξησαν την ποσότητα του γλυκάνισου που έδωσε η γη του Λισβορίου. Από την άλλη, η ξηρασία που επικράτησε την εποχή του αλωνισμού και της συγκομιδής του γλυκάνισου δεν επέτρεψε στην υγρασία να αλλοιώσει τα μοναδικά γευστικά και αρωματικά χαρακτηριστικά του Ούζου Ματαρέλλη. Το αποτέλεσμα, 100% απόσταξης, το έχετε στο ποτήρι σας.



Το Ούζο Ματαρέλλη κυκλοφορεί σε φιάλη των 200ml και διατίθεται σε επιλεγμένα σημεία πώλησης (τουζέρια, εστιατόρια)



Το ΜΟΥΣΕΙΟ ΤΥΠΟΓΡΑΦΙΑΣ των «Χανιώτικων Νέων» και η εφημερίδα ATHENS VOICE σας προσκαλούν στα Χανιά στα εγκαίνια της έκθεσης **Η ΤΕΧΝΗ ΣΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΣΕΛΙΔΑ** 62 καλλιτέχνες δημιουργούν τα εξώφυλλα της ATHENS VOICE Τετάρτη 8 Αυγούστου 2012 στις 21.00 στις εγκαταστάσεις του Ιστιοπλοϊκού Ομίλου Χανίων - Νεώριο «Μόρο» στο ενετικό λιμάνι Διάρκεια έκθεσης: 8-27 Αυγούστου Ωράριο λειτουργίας: Δευ.-Κυρ. 10.00-22.00



ΑΔΑΜΑΚΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ ΑΪΔΙΝΗΣ ΔΙΑΜΑΝΤΗΣ ΑΡΒΑΝΙΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΡΜΕΝΙΑΚΟΣ ΣΠΥΡΟΣ ΑΥΓΕΡΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ ΒΑΡΒΙΤΣΙΩΤΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΒΑΣΜΟΥΛΑΚΗΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΒΕΤΤΡΟΤ ΒΡΕΤΤΟΣ ΤΑΣΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΠΟΥΛΟΥ ΒΙΚΥ ΓΟΥΣΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ ΓΟΥΤΣΙΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ ΓΡΥΛΙΑΡΗΣ ΒΙΛΛΥ ΓΩΝΙΩΤΑΚΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ ΔΑΡΡΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΖΗΚΟΣ ΛΑΖΑΡΟΣ ΙΩΑΝΝΟΥ ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΑΪΑ ΝΤΕΜΗ ΚΑΚΑΝΙΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΚΕΧΑΓΙΟΓΛΟΥ ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΛΙΝΤ ΝΙΚΗΤΑΣ ΚΟΥΡΟΥΔΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΟΥΡΟΥΔΗΣ ΜΕΝΕΛΑΟΣ ΚΟΥΤΣΙΚΟΣ ΠΑΡΙΣ ΚΥΡΙΑΚΟΥΛΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ ΛΑΓΟΣ ΝΙΚΟΣ ΛΑΖΟΠΟΥΛΟΣ ΛΑΚΗΣ ΛΑΜΠΕΡΤ ΧΑΡΗΣ ΛΟΓΟ (ΓΙΑΝΝΗΣ ΛΟΓΟΘΕΤΗΣ) ΜΑΝΟΥΣΑΚΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ ΜΟΒΥ McLAREN MALCOLM ΜΠΑΡΓΙΩΤΑΣ ΘΟΔΩΡΗΣ ΝΤΑΓΑΔΑΚΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ ΠΑΠΑΔΑΤΟΣ ΑΛΕΚΟΣ ΠΑΠΑΘΕΟΔΩΡΟΥ - ΒΑΛΥΡΑΚΗ ΜΙΝΑ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ ΗΛΙΑΣ ΠΑΡΛΙΑΡΟΣ ΣΤΕΛΙΟΣ ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΣ ΤΑΣΟΣ ΡΟΚΑ-ΥΙΟ ΠΕΡΑΚΗΣ ΝΙΚΟΣ ΠΕΡΡΗΣ ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΠΕΤΡΟΥΛΑΚΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ ΡΑΖΗΣ ΑΧΙΛΛΕΑΣ ΡΟΚΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ ΣΟΝΚΕ (ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΣΚΟΥΤΑΡΙΩΤΗΣ) ΣΚΑΜΗ ΕΥΑ ΣΠΑΘΑΡΗΣ ΕΥΓΕΝΙΟΣ ΣΠΑΝΑΚΗΣ ΚΩΣΤΑΣ ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ ΣΤΑΜΑΤΟΠΟΥΛΟΣ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ ΣΤΕΦΑΝΑΚΙΣ ΓΙΑΝΝΗΣ ΤΡΑΝΟΣ ΝΙΚΟΣ ΤΣΕΒΗΣ ΑΚΗΣ ΤΣΟΥΚΑΤΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΦΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ ΦΩΤΙΑΔΗΣ ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΧΑΜΠΙΔΗΣ ΠΑΒΛΟΣ ΧΑΡΟΣ ΜΑΝΩΛΗΣ ΧΡΙΣΤΟΥΛΙΑΣ ΠΕΤΡΟΣ JEJEK MOJMIR WALKER PAUL

Το αερβίρισμα
ενός καφέ.

Ένα φιλικό
χαμόγελο.

Ένα ποτήρι
καλό κρασί.

Οι ελληνικές
γεύσεις.

Ένα μαξιλάρι
για τον ύπνο.

Το ευγενικό
καλωσόρισμα.

Μια άνετη
θέση.

Μια ωραία
ταινία.

Μικρές στιγμές από ένα ταξίδι.
Όλες μαζί, μπορούν να κάνουν τη διαφορά.

Η Aegean αναδείχθηκε
**Καλύτερη Περιφερειακή Αεροπορική Εταιρεία
της Ευρώπης για το 2012.**

18.000.000 επιβάτες από 100 χώρες, αξιολόγησαν 246 αεροπορικές εταιρείες, βαθμολογώντας τη συνολική ικανοποίησή τους από το ταξίδι, καθώς και περισσότερα από 38 διαφορετικά κριτήρια, μερικά από τα οποία είναι η σχέση ποιότητας-τιμής, η εξυπηρέτηση του προσωπικού, η ποιότητα του γεύματος, το πρόγραμμα ψυχαγωγίας εν ώρα πτήσης, η καθαριότητα της καμπίνας και η άνεση των καθισμάτων.

Η Aegean αναδείχθηκε για 3η φορά, Καλύτερη Περιφερειακή Αεροπορική Εταιρεία της Ευρώπης. Μια μεγάλη αναγνώριση που επιβραβεύει καθημερινές πράξεις. Πράξεις που ίσως φαίνονται μικρές. Όταν όμως συνδυαστούν, μπορούν να πετύχουν κάτι πραγματικό μεγάλο.

www.aegeanair.com mobile.aegeanair.com

 **AEGEAN**

A STAR ALLIANCE MEMBER 

ΓΡΑΨΕ ΚΑΤΙ / ΣΒΗΣΕ ΚΑΤΙ / ΚΑΝΕ ΚΑΤΙ

ΜΟΥΣ ΑΥΤΗ ΕΧΩ

Χρόνος υμωροποίησης
στις ΣΑΡΕΣ
(15-7-06)



(μυρό μου...)

10 ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΑΛΚΗΣΤΗ ΠΡΩΤΟΨΑΛΤΗ

Είστε ποτέ πολύ μακριά μαλλιά;

Ποτέ γιατί είναι πολύ βραχά

Με ποια τραγούδι κλάψατε όταν το ακούσατε, μακριά

Κι' εφο κρατάτε τα παλαιά
στον γιαγιά - στον γιαγιά
τα βοτσαλάκια!!!

Τι δεν πρέπει να λείπει ποτέ από την τσάντα μιας γυναίκας;

A. Ένα μικρό σέτι μαγιότ

B. Ένα μικρό πολεσίν με μία πένα

Ε. Πως είναι μικρός φανός -
προβολακίνο - βομβολάτα
(μαύρι) - φανόλης τιμωφάνα

Ποιο είναι το πιο βαρετό πράγμα στη δουλειά σας;

A. Οι συνεντεύξεις

B. Οι φωτογραφίες

Γ. Η δίαιτα

A. (Άλλο) Οι παζες ερωτήσεων

Ποιο από τα παρακάτω είναι αλήθεια;

A. Έχετε κληθήσει κάποιον στην Ερυθρά Οδό

B. Έχετε κληθήσει αγοράζοντας στην Σάνθη

Γ. Έχετε μία υπέροχη συλλογή πεταλούδων

Ποια είναι η σχέση σας με το κινητό τηλέφωνο;

** Γιατί η ζωή είναι επαφή
είναι η ΤΕΥΣΗ ΚΙ' Η ΑΦΗ
ΕΙΝ' Η ΦΩΤΗ ΒΑΙ ΠΟΥ ΜΟΥ ΖΕΙ
στ' ακουβήκο ΣΑΓΑΠΩ!!!

* Y-1- Συγκροτήμα "ΑΜΜΟΣ"

ΝΕΟ τραγούδι - προεβίωσ τούτ

ΣΕΠΤΕ ΜΗΡΟΙΟ - ΟΚΤΩΒΟΝΙΟ...

Μουσικά Εμπνεύσεις - Στιχ. Γιώργος Γαϊνός

Y-2- Ποσο διαφορετική

είναι ηταν η τύχη

του Ρωμίου και του

Λαίρεια μ' ένα κινιτο...

Είναι 4 τη νύχτα, καλοκαίρι, και διασχίζετε το Πα-
ρισι οδηγώντας ένα λευκό κάμπρι. Ποιο τραγού-
δι ακούγετε;

♪ Σήμερα γα-
βιμερα γα μος γινεται..
6' απρια ζωηφορο σου!!!

Μπορείτε να μας ζωγραφίσετε εδώ το φάσμα που
σημαδεύει περισσότερο: ΚΟΛ' ΑΣΤΡΑ...



* Στι ζωνοδ ακι αττα έχω
κωνηύει βε' αττα μερι...
στις ανωνυμεις του αφαρρβίου
ΣΤΑΞΙ) - βε' Διφωβίης "Υπηρεβίης" -
βε' μισοί φαρβίμια βει Κίγισβίης
και... αττου...

Τραγουδάει μια περσική της Αθήνας αυτή τη στιγμή

Μπορώ να τιν γκρεμίσω οφίς;
(έξτος απο τούτ Παρβίονα - τιν
Πζακα και τα νουζαββίμια
Πως είναι το τελευταίο cd που αγοράσατε;

Black eyed Peas.



Κανε μια βουτια... ατ!!! για μενα...

Καλοκαίρι με glitter. Γιατί όχι;

Εδώ που φτάσαμε μια χαρά είναι το στραφταλιζέ, Ντόνα Σάμερ-ίστικο glitter. Η Αθήνα λιώνει κάτω από τον καυτό ήλιο σα την Ντέιζι Τάουν (Λούκυ Λουκ είμαστε) αλλά αυτό δεν την εμποδίζει να αστραφτοκοπάει τόσο ώστε να φαίνεται και από το διάστημα.

Της ΜΑΝΙΝΑΣ ΖΟΥΜΠΟΥΛΑΚΗ

Η Πανεπιστημίου μισο-άδεια ανχνίζει λες και τη φιλμάρισε ο Σέρτζιο Λεόνε πριν πέντε λεπτά, που όμως στο ταιγιαρισμένο Μέχικο κρατάνε πέντε αιώνες. Κανέναν δεν νοιάζεται για την Πανεπιστημίου καλοκαιριάτικα, ούτε για τους γύρω δρόμους – και στην Αθήνα να έχεις ξεμείνει, πας αλλού. Σε δασάκια, αλσύλλια, παρκάκια, μπαλκόνια και παραλίες. Ξέρεις από Αθήνα. Έχεις τηγαίνει τα ποδαράκια σου άλλες χρονιές στους κεντρικούς δρόμους, αν είναι να κατεβείς στο κέντρο περιμένεις να πέσει ο ήλιος, δεν είσαι τρελή. Η και που είσαι τρελή δεν είναι λόγος. Για να μείνεις όλο το καλοκαίρι στην Αθήνα θέλεις συνδυασμό τρέλας, γκαντεμιάς, αφραγκιάς και άλλων ασυντόνιστων παραγόντων... αν και φέτος είπαμε για πρώτη φορά τη φράση «αν είμαι τυχερός/ή θα μείνω Αθήνα να δουλέψω, αλλιώς θα πάω οπουδήποτε». Το «οπουδήποτε» παλιά ήταν ωραίο μέρος, με θάλασσα, με δροσιά, στη χειρότερη με ένα αντίσκηνο κάτω από πεύκο. Τώρα το ίδιο «οπουδήποτε» είναι άσ' τα να πάνε στο διάλο, δεν θέλεις να το σκέφτεσαι (εκτός που δεν ξέρεις ούτε εσύ που πέφτει).

Μετά τις 10 το βράδυ η πόλη σταματάει να λαχανιάζει, σα να ανασαίνει (πιο) κανονικά. Ιδρώνεις ακόμα, αλλά με ρέγουλα. Κατεβαίνεις σε πλατεία. Η πλατεία έχει χλιαρό συντριβάνι και περίπτερο με φωτορυθμικά. Δεν είσαι στα καλά σου. Tell me more, tell me more about you.

Και... ένα τέτοιο βράδυ με κουλιά παρέα, κάποιος είχε αμάξι με βενζίνη, ήμασταν τέσσερα-πέντε άτομα (συνολική ηλικία, 5.000 ετών), πήγαμε παραλία. Νύχτα, λέμε. Στα μαγαζιά της παραλίας που ο μέσος όρος ηλικίας είναι 8 ετών. Συγκεκριμένα στο «Ακρωτήρι», που είναι υπέροχο, λαμπερό, νεανικό



ουάου-ουάου, με σούπερ γκόμενες-κλώνους της Μάγκυ Χαραλαμπίδου των 80s, άλλες επίσης κλώνους μίας οποιασδήποτε Ξανθιάς που βγαίνει στην τηλεόραση και λέει μπούρδες, γενικά ένα αριστούργημα. Κοίταζα γύρω μου τα μελετημένα φωτιστικά, τη θερινή ατμόσφαιρα Λας Βέγκας/Λος Αντζελες/Μύκονο(ς), τις πλεξιγκλάς γυαλιστερές επιφάνειες, τη θάλασσα στο βάθος, τα πάντα δροσερά με αυτό τον αέρα που μόνο η παραλιακή της Αθήνας έχει αλλά που φέρνει τόσο σε Μάλμμου... και περίμενα να μπει μέσα ο Μιχάλης Τσαουσόπουλος. Ο Τζί-Πόλυ, οι ντιτζέις προ Κώστα Ζήκου με την έξαλλη δισκογραφία των 80s-90s παραμάσχαλα... (Ο Μιχάλης βάζει μουσική εδώ τις Πέμπτες! Ο Ζήκος, μια και τον έφερε η κουβέντα, στο «Candy Bar South» λίγο πιο πέρα. Μικρός που είναι ο κόσμος κ.λπ.).

Ακρωτήρι boutique club,

Β. Γεωργίου Β5,

210 9859.147-9

Candy bar south,

2η στάση τραμ Αγίου

Κοσμά, 210 3463.080

(Και για τα δύο, τσεκάρτε

αν ισχύουν οι παραπάνω ντι-

τζέις πριν ξεκινήσετε)

Ηταν ωραία μ' ένα ρετρό τρόπο που μόνον εμείς οι Τζουράσικ τον καταλαβαίναμε, και το «ωραία» είναι λάθος λέξη: ήταν μια δροσερή βραδιά με θαλασσινή αύρα, δυνατή μουσική που έσβηνε στις παρυφές του μαγαζιού με το αγέρι του πελάγου, με γκομενάκια κάθε είδους/φύλου/αριθμού που θα μπορούσαν άνετα να πρωταγωνιστούν σε αμερικάνικο σίριαλ απ' αυτά με τους έφηβους που κλαίνε, σφάζονται και πηδιούνται με τρέλα, πράγματα δηλαδή που κλωμό να κάνουν οι Αμερικάνοι έφηβοι αλλά τα κάνουν οι Έλληνες. Και περνάνε ωραία στα παραλιακά μαγαζιά με το άφθονο ατμοσφαιρικό glitter... ●

smart fortwo

Δεν θα το γνωρίσεις

Αντάσου μια ταμνια επιστημονικής φαντασίας όπως ο πρωταγωνιστής μπαίνει σε έναν ειδικά διαμορφωμένο κωρο και βγαίνει αγνώριστος. Το smart fortwo δε χρειάστηκε να πάει στο διάστημα, ούτε η αλλαγή του αποτελεί σενάριο επιστημονικής φαντασίας. Μπορεί να έχει το ίδιο όνομα, τις ίδιες διαστάσεις και να είναι το ίδιο έξυπνο, είναι όμως τόσο διαφορετικό! Τα εντυπωσιακά ηλεκτρικά μαρσιπέ, η νέα κινεζολοιδή μάσκα, η διακοσμητική λωρίδα στο πίσω μέρος, οι φαρδείς αεραγωγοί και το λογότυπο που βρίσκεται πλέον στο ψυγείο, έχουν κάνει το smart fortwo να φανεί πιο μεγάλο και να είναι πιο δυναμικό και πιο σπορ. Κυκλοφορώντας με τον αέρα της αυτοπεποίθησης που έχουν οι start!



ACHIEVEMENT

It's up to you.

**In a world that keeps changing, high achievers never stop learning.
Designing your future depends on you.**

- Executive MBA • The ALBA MBA • MBA in Shipping • MBA in Banking
- MSc in Finance • MSc in Marketing • MSc in Strategic HRM
- MSc in Business for Lawyers • MSc in International Business and Management
- MSc in International Shipping and Finance (with the University of Reading)

**Apply for Scholarship or Financial Aid
for the ALBA Program that's right for you.**

www.alba.edu.gr/Scholarships



NEW LOCATION Downtown Athens

6-8 Xenias Street, Mavili Square,

Tel: +30 210 89 64 531, Fax: +30 210 89 64 737

www.alba.edu.gr

e-mail: enquire@alba.edu.gr

ALBA Graduate Business School at The American College of Greece operates as an Independent Center of Post Lyceum Education, admits students of any race, color and national or ethnic origin, and does not discriminate in any of its programs.

Διακοπές στην Αθήνα

Καθόμαστε όλοι σαν χαζοί στη Χαριλάου Τρικούπη
λες και μας είχε επιτεθεί του Νείλου το κουνούπι
Είχαμε πάρει αυξήσεις, πριν, επίδομα αδείας
μα έβλεπες στα πρόσωπα μια έκφραση ανδίας
«Πάλι θα γίνεται χαμός σε αεροπλάνα, πλοία
πάλι θα ψάχνω Rooms to Let κι ήσυχη παραλία
πάλι σουβλάκια προ Χριστού και μπόμπες παγωμένες!
«Τα έχω πλέον βαρεθεί!» μονολογούσε ο Νένες
«Εμένα κάτι μ' έπιασε και όλως περιέργως
θα κάνω διακοπές εδώ» μας είπε ο Μενέγος
«Κι εγώ δεν πάω πουθενά!» πετάχτηκε η Μανίνα
«Οι πιο καλές διακοπές είναι μες στην Αθήνα!»
Συμφώνησε ο Δημητρακό, η Αγγελική, η Ελίζα
κι ύστερα μίλησα εγώ γιατί είχα μπει στην πρίζα
«Παιδιά, μην το κουράζετε, ακούστε με όλες κι όλοι

είκοσι χρόνια διακοπές κάνω σ' αυτή την πόλη
Εδώ αν βγεις τη βόλτα σου στον Εθνικό τον κήπο
σίγουρα θα συναντηθείς μ' έναν ωραίο τύπο
ή άμα θέλεις λιάζεσαι στην Αίγλη του Ζαππείου
μέχρι να γίνει η πέτσα σου πιο μαύρη κι απ' του Πίου!
Γουστάρεις θάλασσα και σεξ; Θα πας στη Βουλιαγμένη
ο λούτσος θα 'ναι στη στεριά και θα σε περιμένει!
Σουβλάκια από τον Κάβουρα ή σουσι στο Καβούρι;
Όπου κι αν πας θα αισθανθείς πολύ σπουδαία μούρη
Μαβίλη, Εξάρχεια, Ψυρρή, Κεραμεικό, Μπουρνάζι
κάποια μοναχική καρδιά θα βρεις ν' αναστενάξει...»
«Πολύ ωραία όλα αυτά» μ' έκοψε η Σταυρούλα
«Να μην ξεχάσω να σας πω μια υπενθυμισούλα:
3 Σεπτεμβρίου όλοι μας να έχουμε γυρίσει!
Άντε, καλές διακοπές, φεύγω για Λαγονήσι!»

ΓΙΩΡΓΟΣ Θ. ΠΑΥΡΙΑΝΟΣ




ANGOSTURA
TRINIDAD & TOBAGO
CARIBBEAN RUM



DADA'S

Όταν θα σε ρωτήσουν ξανά αν έχεις κάποια καλή, ιδιαίτερη ιδέα για έξοδο, η πρόταση είναι έτοιμη και άκρως ελκυστική. Στην Πεντέλη, ένα από τα πιο δημοφιλή προάστια της Αθήνας, βρίσκεται το bar restaurant Dada's, ένας χώρος ξεχωριστός, ευρωπαϊκός, που θα σε κερδίσει αμέσως τόσο με το περιβάλλον και τον αέρα του όσο και με τις εκπληκτικές του γεύσεις. Η ευρωπαϊκή κουζίνα

έχει τον πρώτο λόγο, αλλά δεν αουσιάζουν κρέατα από Αργεντινή, ζουμερά burgers και black angus steaks. Κι όταν τα φώτα χαμηλώσουν το Dada's αποκτά χαρακτήρα bar restaurant, με τον dj να αναλαμβάνει τα decks, και ευφάνταστα house cocktails, όπως το Apple Soaked Mojito με Angostura Rum, να σε βιβρώνται από το bar.

Ηρώων Πολυτεχνείου 19, Πεντέλη



Οδηγός για ελεύθερο κάμπινγκ

ΝΑ ΣΤΗΣΩ ΔΙΠΛΑ ΣΟΥ;

ΤΟΥ ΤΑΚΗ ΣΚΡΙΒΑΝΟΥ

Πρώτα ανοίγεις το μάτι. Μετά τη σήτα της σκηνής, παραπατάς λιγάκι που είσαι από τον ύπνο και ρίχνεις την πρώτη σου βουτιά, έτσι, για να ξυπνήσεις. Στις μέρες μας που όλα, όσο και να κάνουν, σου φαίνονται πιο ακριβά, η ελεύθερη κατασκηνωση είναι μια πολύ καλή εμλογιά. Ακολουθούν κάποιες λιγότερο ή περισσότερο γνωστές «καβιάτζες» και εξακριβωμένες πληροφορίες από φίλους που τις επισκέφθηκαν πέρυσσι.



Αμοργός

Ψιλή Αμμος. Οι οδηγίες από τη Δανάη: «Όπως

είσαι στην παραλία της Αιγιάλης και κοιτάς τη θάλασσα, στα δεξιά υπάρχει άλλη μια παραλία, η Λεβρωσός. Και πιο μετά είναι η Ψιλή Αμμος». Στην Ψιλή Αμμο φτάνεις είτε με το βαρκάκι, 10 λεπτά απόθεση, που κάνει ιδρομολγία κάθε μία ώρα, με το τελευταίο να επιστρέφει στην Αιγιάλη κατά τις 8 το βράδυ, είτε από το μονοπάτι, περίπου μισή ώρα δρόμος, αλλά αν επιστρέφεις βράδυ θα χρειαστείς σποδότε φακό. Δεν υπάρχει ούτε νερό ούτε τουαλέτα ούτε καντίνα, οπότε θα χρειαστείς προμηθειές. Μαζεμένη κατάστασι, οι 2-3 σκηνές είναι των παιδιών που δουλεύουν εκεί όλο το καλοκαίρι, άλλες τόσες παραθεριστών που παραμένουν επίσης όλο το καλοκαίρι και άλλες 5-6 κάθε φορά από άλλους επισκέπτες. Ίσκιος στην παραλία δεν υπάρχει, θα στήσεις λίγο πιο ψηλά, στα 50 μέτρα, σε σκλήρο χώμα.

Τήλος

Έριστος. «Υπάρχουν άνθρωποι που έρχονται και κατασκηνώνουν εδώ 10, 15, ακόμη και 20 χρόνια. Όλοι αυτοί φτιάχνουν ένα μικρό χω-

θόλου. Αν κάποιος θέλει κάτι πιο πρωτόγονο, μπορεί να προτιμήσει την παραλία Πλάκα».

Ρέθυμνο

Λίγκρες (στα νότια του νομού, περίπου 5 χλμ. από τις Κεραμίδες). Η Ελεάννα έχει να το λέει για τον καυτό λίβα που έρχεται από το Λίβνο πέλαγος και μπορεί να στεγνώσει το σώμα σου μέσα σε ένα λεπτό από τη στιγμή που θα βγεις από τη θάλασσα. Για τις δύσκολες ώρες του ήλιου, καθώς οι σκιές είναι λίγες, μπορείς να βολέψουν οι δύο ταβέρνες που βρίσκονται κατ'αμμό τον παραλία, η οποία έχει βαθιά, γαλαζοπράσινα νερά. Ο αέρας δεν θα στεγνώσει μόνο τα μαλλιά σου, μπορεί να σπλώσει και τη σκηνή σου, οπότε στερεώσέ την καλά.

Εύβοια

Ποτάμι. Φτάνοντας στο Μαρμάρι από τη Ραφήνα, ακολουθείς το δρόμο για την Κάρυστο και μετά παίρνεις κατεύθυνση νοτιοανατολική. Πρώτα θα περάσεις από το χωριό Πλατανιστός και μετά θα φτάσεις στο Ποτάμι. Η Μάρω λέει ότι η παραλία είναι μεγάλη, με μήκος πάνω από 500 μέτρα και με πλατάνια

ράσει η αστυνομία και είχε διώξει τον πολύ κόσμο – έτσι για κάποιες ημέρες είχε την παραλία πριβέ. Η ταβέρνα διαστέει και WC και ντουζιέρα, η παραλία είναι μάλλον μικρή, με κάποια δεντράκια στο πίσω μέρος της, αλλά μπορείς να κατασκηνώσεις και στην πλαγιά που κάνει ίσκιος. Θα σου κάνουν εντύπωση τα δεκάδες παπάκια που θα κυκλοφορούν δίπλα σου.

Γαύδος

Αϊ-Γιάννης. «Είναι λίγο ταλαιπωρία για να φτάσεις, αλλά με το που πατάς το πόδι σου στην άμμο το Ξεχνιάς» αναφέρει η Χριστίνα. Μεγάλοι αμμόλοφοι, πολλοί και πυκνοί κέδροι, άπειρες καβιάτζες, αν δεν θέλεις να έχεις γείτονες κοντά σου. Οι διπλανές ταβέρνες προσφέρουν πάμφθινο φαγητό, σε τεράστιες μερίδες, και λειτούργουν μέχρι τις 1-2 τη νύχτα, ενώ υπάρχουν τουαλέτες και ντους. Καλή περίπτωση επίσης, πιο ήσυχη, είναι η παραλία του Λαβράκι. Υπάρχει και το Σαρακηνίκο, που είναι πιο θορυβώδες.

Κίμωλος

Αλυκές. Η ταμπέλα που γράφει «Απαγορεύεται ο γυμνισμός», στην άκρη της μεγάλης παραλίας με τα πολλά αρμυρικά, συνήθως προειδοεί τους επιδοξους κατασκηνωτές ότι ίσως και να μην είναι και τόσο ευπρόσδεκτοι – πάντως, η Αφροδίτη είδε (φέτος) αρκετές σκηνές να βρίσκονται κοντά στη δική της. Αν δεν υπάρχει με ταφορικό, το λεωφορείο για να φτάσει στις Αλυκές από το λιμάνι κάνει μήτλα 5 λεπτά. Εδώ ξεχνάς την καθημερινότητα της πόλης και το δρομολόγιό σου είναι βουτιά - αρμυρική - ταβέρνα.

Δουρούσα

Λιβιάδι. «Εδώ και 3-4 χρόνια έπαψε να είναι «καβιάτζα», με την έννοια ότι τον Αύγουστο θα υπήρχαν το πολύ 20 άνθρωποι, όμως πα-

Υπεύθυνος κατασκηνωτής

Το ελεύθερο κάμπινγκ απαγορεύεται με νόμο και μάλιστα τιμωρείται με φυλάκιση μέχρι τρεις μήνες, χρηματική ποινή, αλλά και διοικητικό πρόστιμο ύψους 146,74 ευρώ κατ' έτος, το οποίο εισπράττει ο τοπικός δήμος ή κοινότητα. Η αλήθεια είναι ότι σε πολλές περιπτώσεις οι κατασκηνωτές γίνονται αρχικά δεκτοί με χαρά από τοπικές κοινότητες που δεν γνώριζαν τουριστική ανάπτυξη. Μετά, όταν τα νποιά αυτά έγιναν γνωστοί προορισμοί και οι κάτοικοι, βλέποντας την «ευκαιρία», θέλησαν να στραφούν σε ένα κοινό διαφορετικό, που θα ξοδεύει και περισσότερο, άρχισαν να μη βλέπουν με καλό μάτι την ελεύθερη κατασκηνωση. Σε άλλες πάλι περιπτώσεις, οι ίδιοι οι κατασκηνωτές δεν σεβάστηκαν τον τόπο που τους φιλοξένησε, με το ίδιο αποτέλεσμα.

Για την αποφυγή προβλημάτων τόσο για το περιβάλλον όσο και με τους γύρω, η Πρωτοβουλία Χανίων έχει δημοσιεύσει από το 2009 τον ακόλουθο οδηγό ελεύθερης κατασκηνωσης.

«Παρκάρουμε τα αυτοκίνητα μακριά από την παραλία και τους αμμόλοφους και δεν επιδίδουμε την πρόσβαση στην παραλία. Χρησιμοποιούμε σακούλες για τα απορρίμματα, συμπεριλαμβανομένων των χαρτιών υγιεινής που ξεθωβονται από ζώα, και δεν τις παρατάμε δίπλα σε παραγόμενους κάδους. Αν είναι δυνατόν, ανακυκλώνουμε. Εκτός από τα δικά μας σκουπίδια, μαζεύουμε και τα υπολείμματα που βρίσκουμε. Η βλάστηση που προκαλούν δεν ξερατράται από το αν τα πετάξαμε εμείς ή άλλοι. Καθορίζουμε πού είναι η "τουαλέτα" και σκαβόμαστε λακούζες τουλάχιστον 15 εκατοστών κάθε φορά. Αποφείνουμε τη χρήση έστω και βιοδιασπώμενων σαπουνιών και σαπουνιών, γιατί έτσι ρυπαίνουμε τη θάλασσα, τη λίμνη ή το ποτάμι. Σεβόμαστε τη βλάστηση και την πανίδα της περιοχής, και ενυμερωνόμαστε σχετικά. Για παράδειγμα, σε περιοχές όπου φωλιάζει η καρέτα-καρέτα, η φωτιά μπορεί

ριό, έναν αυτοσχέδιο καταυλισμό, και δίνουν ένα ιδιαίτερο χρώμα. Ακόμα και μπιτς μπαρ υπάρχει, όπου πας με το ποτό σου ή την μπύρα σου και κάθεσαι, κι αν θέλεις παίζεις και τη δική σου μουσική» εξηγεί η Λένα. Η Ερίστος είναι μια μεγάλη, αμμόδης παραλία, με κάμποσα αρμυρικά, όπου είναι πολύ πιθανό να βρεις και σκιά. Η ταβέρνα Εν Πλω, που λειτουργεί και ως μίνι μάρκετ, θα σου καλύψει ανάγκες για φαγητό, νερό, τσιγάρα κ.λπ., ενώ ο δήμος έχει φροντίσει ώστε να υπάρχουν στην παραλία ντουζιέρες και τουαλέτες, την καθαριότητα των οποίων αναλαμβάνουν οι κατασκηνωτές. «Είναι εύκολη ελεύθερη κατασκένωση, μπορείς να μην κουνιθεις κα-

πίσω της για να στήσεις τη σκηνή σου. Στην παραλία υπάρχει μία καντίνα και στην άκρη της μία ταβέρνα, που μπορεί να καλύψει και την ανάγκη σου για τουαλέτα.

Λειψοί

Πλατύς Γαλός. Εύκολο να τη βρεις, 10 χλμ. από το λιμάνι, με ταμπέλες που δείχνουν το δρόμο. Όταν είχε πάει ο Άκης αρχές Αυγούστου, μόλις τις προηγούμενες ημέρες, όπως τον ενημέρωσε ο συμπαθής ιδιοκτήτης της μικρής ταβέρνας που βρίσκεται εκεί, είχε πε-

ραμένει μια καλή επιλογή» λέει ο Γιάννης. Αμμοθι, καθαρά νερά και ένα μεγάλο δέντρο στη μέση της παραλίας είναι η εικόνα που θα συναντήσεις. Από το λιμάνι της Δονούσας το λιβάδι με τα ποδια απέχει περισσότερο από μία ώρα, αλλά πάει και το καϊκάκι, ενώ ένα 20λεπτο αόδημ χρειάζεται για να κατέβεις από το δρόμο. Το 20λεπτο αυτό στην ανάβαση γίνεται δύσκολο μισάωρο, όταν θα πρέπει να προμηθευτείς νερό ή να φας σε μία από τις δύο ταβέρνες που υπάρχουν επάνω, με θέα σχεδόν σε όλο το Αιγαίο.

να αποπροσανατολίσαι χελώνες και χελωνάκια. Στήνουμε τη σκηνή αρκετά μέτρα μακριά από το κύμα, ώστε να μην εμποδίζουμε τους υπόλοιπους κατασκηνωτές, αλλά κυρίως να μην ενοχλούμε καβούρια, χελώνες, πουλιά. Τα έντομα είναι κάτοικοι της περιοχής, εμείς είμαστε οι επισκέπτες. Τα αποφεύγουμε με φυσικά εντομοαπωθητικά, και με το να κρατάμε κλειστή τη στήτα της σκηνής όλη μέρα. Φέρνουμε μαζί ή κατασκευάζουμε αυτοσχέδια τασάκια για τις γόπες μας. Αφήνουμε την παραλία όπως τη βρήκαμε και, αν γίνεται, καλύτερα».



Κι άλλες παραλίες

Κρήτη Σούγια (νότια των Χανίων), Κεδρόδασος (νοτιοδυτικά των Χανίων), Γαϊδουρονήσι (απέναντι από την Ιεράπετρα)
Ανάφη Κλεισίδι, Ρούκουνας **Ικαρία** Νας **Αγκίστρι** Χαλικιάδα **Ηλεία** Από το Κατάκολο μέχρι την Κυπαρισσία **Νίσυρος** Παχιά Άμμος
Σαμοθράκη Παντού στα ποτάμια **Χαλκιδική** Κριαρίτσι **Κάτω Κουφονήσι** Παντού

Γίνε μικρός συγγραφέας

Ζητήσαμε από την **Αμάντα Μιχαλοπούλου** να προτείνει μια δημιουργική απασχόληση για τα πιτσιρικά και έδωσε έξυπνες οδηγίες για το πώς να γράψουν, τώρα το καλοκαίρι, τις δικές τους ιστορίες

Της **ΔΗΜΗΤΡΑΣ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ**

- 1) Να έχεις πάντα μαζί σου ένα μολύβι για να σημειώσεις τις ιδέες σου. Η καλύτερα δύο, μπορεί να σου σπάσει καμιά μύτη.
- 2) Για να γράφεις καλά, πρέπει να σβήνεις συχνά. Η ιστορία μένει μισή, αν βγάλεις τα μπλα μπλα. Οπότε, ας έχεις μαζί σου και γόμα καλύτερα.
- 3) Τα μάτια και τα αυτιά σου ανοιχτά. Οι ωραιότερες ιστορίες είναι αυτές που κάποιος αρχίζει να διηγείται στο διπλανό του στο δρόμο, στο πάρκο, στη θάλασσα. Εσύ ακούς και μετά αλλάζεις, προσθέτεις τα δικά σου. Ιδέες μπορείς να πάρεις και από τα μυθιστορήματα των αγαπημένων σου συγγραφέων. Οι καλοί συγγραφείς είναι και μανιώδεις αναγνώστες...
- 4) Να σκέφτεσαι πάντα «τι θα γινόταν αν;» Έτσι θα ξεκολλάς σε δύσκολες στιγμές.
- 5) Αν κάτι δεν πάει καλά, μη συνεχίσεις να γράφεις. Γύρνα πίσω στο σημείο που τα πράγματα πήγαιναν ακόμη καλά, σβήσε ότι έγραψες από εκείνο το σημείο και μετά και ξαναρώτα: «τι θα γινόταν αν;».
- 6) Διάβασε δυνατά ό,τι έγραψες. Κάνε πώς τα έγραψε κάποιος που τον συμπαθείς κάπως, αλλά όχι πολύ. Κάνε τώρα πώς αυτός ο κάποιος σε ρωτάει τι πρέπει να αλ-

λάξει για να γίνει πιο ενδιαφέρουσα η ιστορία. Σκέψου τι θα του πεις.

- 7) Να έχεις πάντα δίπλα σου ένα λεξικό. Όχι για να γράφεις περίπλοκες λέξεις, αλλά για να ξέρεις τι σημαίνουν και να τις χρησιμοποιείς μόνο αν χρειαστεί. Και για να ελέγχεις την ορθογραφία σου.
- 8) Μη χρησιμοποιείς καζοπαρομοιώσεις. Π.χ. τα σύννεφα ήταν άσπρα σαν βαμβάκι.
- 9) Να παιδεύεις τους ήρωές σου, αλλά να τους αγαπάς κιόλας, να προσπαθείς να τους καταλάβεις (ξεκίνα με αδέρφια, ξαδέρφια, φίλους, όχι και τόσο φίλους). Προσπάθησε να αναλύσεις γιατί φέρονται όπως φέρονται. Δες τους σαν ήρωες.
- 10) Μην καταδεχτείς να τελειώσεις την ιστορία με διδάγμα. Είναι σαν να λες ένα ανέκδοτο και μετά να προσπαθείς να το εξηγήσεις.

Το **Bookbook.gr** οργάνωσε τον περασμένο χειμώνα δύο διαδικτυακά εργαστήρια δημιουργικής γραφής για παιδιά, το ένα με τη **Σώτη Τριανταφύλλου** και το άλλο με την **Αμάντα Μιχαλοπούλου**. Αυτή τη στιγμή το ηλεκτρονικό περιοδικό σχεδιάζει τα επόμενα εργαστήρια, που θα ξεκινήσουν τον Σεπτέμβριο. Μέχρι τότε μπορείτε να δείτε στο **bookbook.gr** τις ευφάνταστες ιστορίες που έγραψαν οι συνομιλήκοί σας και να σκεφτείτε τις δικές σας ιδέες.

«The little summer»,
Ανδρέας Ζυμβραγός, Πκαλερί Αγκάθι



Αλουξάριστος
είναι... σαν καλοκαίρι
χωρίς θάλασσα !

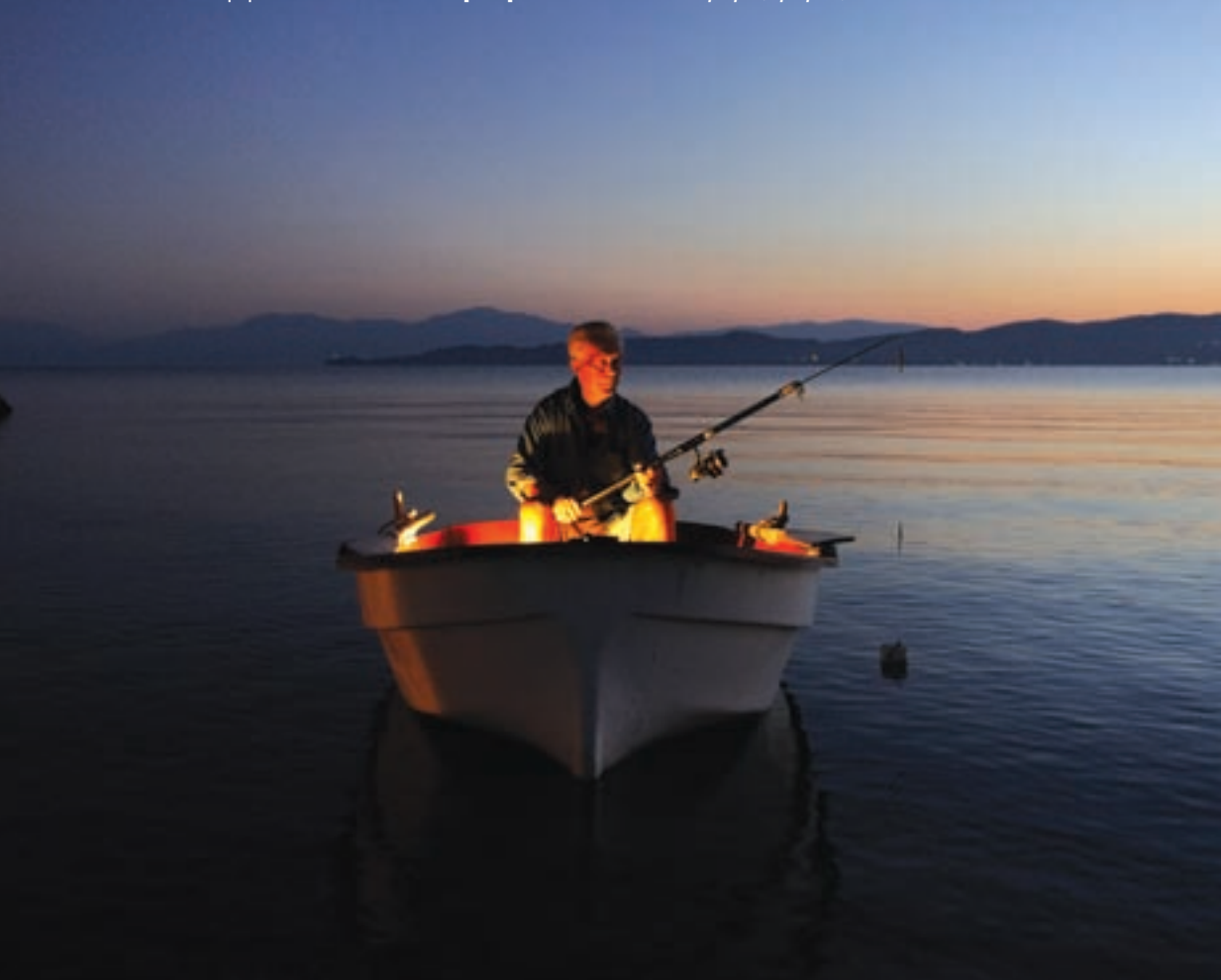


λουξάρω γεύση



Δεν πας για ψάρεμα;

10 συμβουλές (και) για ερασιτέχνες ψαράδες που αλίευσε ο Πύργος Δημητρακόπουλος από το βιβλίο του **Κώστα Δημητρακόπουλου** «Ψάρεμα, ψάρια, θάλασσα» (εκδ. Καστανιώτη)



Μιχάλης Καραγιάννης, συμμετοχή στην έκθεση «24 ώρες τον Αυγουστό», ΤΑΕ

1) Ο πιο διαδεδομένος τρόπος ψαρέματος από τη στεριά είναι το πεταχτάρι ή αρμίδι ή διπλάρι. Το πεταχτάρι αποτελείται από τη μάνα, τυλιγμένη σε ένα φελλό ή σε πλαστικό καρούλι, για να αποφεύγουμε τα μπερδέματα.

2) Είναι απαραίτητο να έχουμε μαζί μας μια απόχη ειδικά την ημέρα, γιατί τα καλά ψάρια αντιστέκονται όταν πλησιάζουν στα ρηχά, κι αν δεν τα έχουμε κουράσει αρκετά με την παραμικρή απρόσεκτη κίνηση μας ξεψαρίζουν.

3) Από τη στεριά ψαρεύει και το καλαμίδι, ένα καλάμι μπαμπού πέντε μέτρων τουλάχιστον, με το ανάλογο μήκος μεσπινέζας και την αρματωσιά του, ένα ή δύο αγκίστρια ή σαλαγκιά, ένα φελλό και το μικρό βαριδάκι του.

4) Ιδανικά δολώματα είναι το σκουλήκι Χαλκίδας (τσουτσούνι), το караβιδάκι, η γαρίδα, το αγγούρι της θάλασσας (ψολιόγκος), η σουπιά, το καλαμάρι, το ψωμοτύρι, το ζυμάρι, η ψαροτροφή, το караβιδάκι, το καρτσίνι. Πρέπει να συντηρούνται σε ψυγεία, σκεπασμένα με υγρό πανί.

5) Την ημέρα τα αγκίστρια τρομάζουν τα ψάρια, ειδικά όταν εξέχουν από τα δολώματα. Τη νύχτα πιάνονται ευκολότερα καθαρά ψάρια, μεγάλα λαβράκια, σαργόι, μουρμούρες και τσιπούρες.

6) Την ημέρα καλύτερο δόλωμα είναι το τσουτσούνι.

7) Το ψάρεμα με μηχανικό καλάμι, ειδικά τις νύχτες, γίνεται κάτω από το φως του φεγγαριού, γιατί τότε τα ψάρια βόσκουν ελεύθερα και ανενόχλητα, ενώ στο απόλυτο σκοτάδι μένουν τελείως ακίνητα φοβούμενα τα αρπακτικά μέχρι το πρώτο φως της αυγής.

8) Στο βραδινό ψάρεμα βάφουμε τα καρούλια με ένα φωσφορούχο σπρέι και τα παρακολουθούμε από μακριά με ένα φακό.

9) Όταν το ψάρι τσιμπήσει, η αντίδρασή μας πρέπει να είναι αργή και σταθερή χωρίς βιασύνη, γιατί η δύναμη που ασκείται στο στόμα του ψαριού από το λυγισμένο καλάμι και το ξαφνικό σήκωμά του μπορεί να του ξεσκίσει το στόμα αν το ψάρι είναι μικρό, ή, σε περίπτωση που είναι μεγάλο, εκείνη τη στιγμή υπάρχει φόβος να μας σπάσει το αγκίστρι ή να κόψει το παράμαλο.

10) Ο κεφαλος, η γόπα, ο γύλος, ο σπάρος θέλουν αγκίστρια ψιλά με μακρύτερο στέλεχος, γιατί έχουν μικρό στόμα, σε αντίθεση με την τσερούλα, το χάνο και την πέρκα που χάρφουν το δόλωμα. Η τσιπούρα, ο σαργός και το λαβράκι θέλουν πιο κοντά και σκληρά αγκίστρια, γιατί είναι πιο φιλόποπτα.

Μην αφήνετε όπου τύχει
τις συσκευασίες σας.
Όλες μπαίνουν στον μπλε κάδο.



η Αθήνα Ανακυκλώνει!



www.herrco.gr

Ο μπλε κάδος δέχεται όλες τις
συσκευασίες από χαρτί, πλαστικό,
γαλάι, λευκοσίδηρο και αλουμίνιο.

Θα πρέπει να είναι εντελώς καθαρές
από υπολείμματα και τα χαρτοκιβώτια διπλωμένα.

Προσέχουμε να ρίχνουμε τις συσκευασίες χύμα
μέσα στον κάδο και όχι μέσα σε δεμένες σακούλες.
ΔΕΝ ρίχνουμε ΠΟΤΕ σκουπίδια στον μπλε κάδο.

Κατόπιν, οι συσκευασίες θα οδηγηθούν στα κέντρα διαλογής
ώστε να διακυριαστούν για να αξιοποιηθούν και να γίνουν νέα υλικά.

Θ' αργήσεις να γυρίσεις;

Το ιδανικό είναι να τα πάρετε μαζί σας. Αν δεν μπορείτε, φροντίστε για την καλύτερη διαμονή τους. Ρωτήσαμε τον κτηνίατρο **Μιχάλη Κλήμη** τι να προσέξουμε οποσδήποτε όταν επιλέγουμε ξενοδοχείο

◀◀ Να έχει και εξωτερικό χώρο για να προαρίζεται. Είναι σημαντικό το ζώακι μας να μην περάσει τις δικές μας διακοπές κλεισμένο σε ένα κλουβί. Ο εσωτερικός του χώρος να αερίζεται επαρκώς. Να είναι καθαρά! Είναι η πρώτη και σημαντικότερη ένδειξη ότι αυτός ο χώρος είναι προσεγμένος. Να υπάρχει κτηνίατρος στο χώρο, για να μπορεί να καλύψει ό, τι προκύψει».

Ξενοδοχεία Stardogs Παιανία (έξοδος 18), 210 6029.053, 697 3446191, www.stardogs.gr (από € 21 την ημέρα) **Marathonland** Βασίλης Μπαλάκας, Θεσσαλίας 16, Μαραθώνας, 22940 56420, www.marathonland.gr (€ 18-25) **Avra Farma** Ελαιώνας Θηβών, 72ο χλμ. Αθηνών-Λαμίας, 210 2527.551, 210 2532.118, www.avrafarma.gr (€ 15, συν ΦΠΑ) **Lazaros-Kennel** 3,5ο χλμ. Παιανίας-Μαρκόπουλου, Κορωπί, 210 6029.143, www.lazaros-kennel.gr (από € 15) (Αν έχετε μείνει Αθήνα και θέλετε να πάτε το σκυλάκι σας για... μακροβούτια, αφού διαθέτει και πισίνα) **Puppy Park** Παπαδιαμάντη 32 & Ειρήνης, Μαρούσι, 210 6095.462 Ημερήσια είσοδος € 10.

Νίκος Πανούτσος (μετακίνηση ζώων) έκπτωση -40% για τους αναγνώστες της ATHENS VOICE!

Η μετακίνησή του (προς πλοίο, αεροδρόμιο, κτηνίατρο κ.λπ.) **Νίκος Πανούτσος** 694 5333218 Ο πρώτος ταξιτζής σκύλων με 10χρονη εμπειρία. Μεταφορές σε όλη την Ελλάδα. Ακόμα: pet-sitting και dog-walking (με € 15 την ώρα). Για διαδρομή εντός Αθηνών, περίπου € 15-20 την ώρα.

Κος Κώστας www.radiotaxi-athens-mercedes.gr, 697 0702494 Θα πηγαίνει στον προορισμό του με Mercedes, σε ειδικό χώρο στο πίσω μέρος του καθίσματος. Για διαδρομή εντός Αθηνών υπολογίστε € 35. -**ΔΗΜΗΤΡΑ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ**

Μπάνιο μέσα στην Αθήνα

Πισίνες και κολυμβητήρια, η ιδανική λύση για όσους δεν μπορούν να φύγουν από την Αθήνα

Βουτιές πολλών αστερών

Hilton, Βασ. Σοφίας 46, 210 7281.000 Κάθε μέρα, 8.00-21.00, παρέχοντάς σου πετσέτα, ξαπλώστρα και ομπρέλα. Είσοδος: € 25 καθημερινές, € 40 Σ/Κ.

Park, Λ. Αλεξάνδρας 10, 210 8894.500 Κυρ.-Παρ. 10.30-18.30, Σάβ. 10.30-18.30. Είσοδος € 25, με πετσέτα, ξαπλώστρα, ομπρέλα και αναψυκτικό ή καφέ.

President, Κηφισίας 43, 210 6989.000 Κάθε μέρα 10.30-19.00, € 20 για ξαπλώστρα, ομπρέλα και πετσέτα (θα δώσεις € 10 ως εγγύηση για την πετσέτα και θα τα πάρεις πίσω όταν την επιστρέψεις).

Δημοτικά κολυμβητήρια

Η τιμή εισόδου σε κάθε κολυμβητήριο είναι διαφορετική για τους δημότες από τους υπόλοιπους Αθηναίους. Επιπλέον πρέπει να έχετε υπόψη πως χρειάζονται ιατρικές εξετάσεις, φωτογραφίες, φωτοτυπίες ταυτότητας, διαβατηρίου ή πράσινης κάρτας (αλλοδαποί) προκειμένου να εγγραφείτε. ● Γαλατσιού, Λ. Βείκου, Γαλάτσι, 210 2132.712 ● Γουδί, Γ. Παπανδρέου & Κανελλοπούλου, 210 7771.990 ● Γκράβας, Πασσών 10, Α. Πατσία, 210 2282.714 ● Ιλισίων, Ταξίου 42, 210 7780.335 (ανοιχτή πισίνα 50 μ.) ● Κολοκυνθούς, Λεάνδρου Ιφιγενείας, Αθήνα, 210 5153.725 (κλειστή πισίνα 33x25 μ.) ● Μεταμόρφωσης, Κύμης & Απάλλωνος, 694 8255950 ● Νέας Σμύρνης, Ν. Αρτάκης & Εθνικής Στέγης, 210 9333.667 ● Παλαιού Φαλήρου, Φλοίσβος, 210 9825.917 (ανοιχτή πισίνα 33x25 μ.) ● Χαϊδαρίου, Αγωνιστών Στρατοπέδου & Λ. Καβάλας, 210 5819.601, 210 5819.610 (ανοιχτή πισίνα 50 μ.) ● Χαλανδρίου, Λ. Πεντέλης 150, 210 6819.350, 210 6821.975 (κλειστή πισίνα 25 μ.)

* ΜΗ ΧΑΣΕΙΣ! *

Wildlife Photographer of the Year

Τα πιο άγρια ζώα της γης αλλά κι εκείνα που κινδυνεύουν να χαθούν, υποβρύχιες εικόνες και φυσικά τοπία, σε 104 συνολικά φωτογραφίες που θα σας μαγέψουν. Από το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας, σε συνεργασία με το BBC Wildlife Magazine, στο νέο εκθεσιακό χώρο του The Mall Athens (4ος όροφος), ως 31/8. € 3,50 άνω των 12 ετών, € 1,50 έως 12

«Άρχει μεν αγών των καλλίστων άθλων ταμίας»

*«Άρχίζει ο αγώνας που διαθέτει τα υραιότερα βραβεία»:
Με αυτή τη φράση ο κήρυκας περιέτρεξε τα γυμναστήρια
προετοιμασίας των αθλητών στην Αρχαία Ελλάδα και
τους καλούσε να προσέλθουν στην Ολυμπία.*



Άρχίζουν οι Ολυμπιακοί Αγώνες.

Οι αγώνες που επιβραβεύουν τους νικητές τους με διαχρονική δόξα.
Οι αγώνες οι υραίοι, οι αληθινοί, που μας δίνουν κάνει περήφανους
τόσες φορές. Που ξεκίνησαν πριν από χιλιάδες χρόνια σε αυτή εδώ τη
κώρα, και που θα τους νιώθουμε για πάντα «δικούς μας».

Αυτούς τους αγώνες η ΟΠΑΠ Α.Ε. τους «αγκαλιάζει» με θέρμη και
τους στηρίζει με όλες τις τις δυνάμεις. **Μία στήριξη πραγματική, με
πράξεις και ουσία.**

**Η ΟΠΑΠ Α.Ε., ως Μέγας Χορηγός της Ελληνικής Ολυμπιακής
Επιτροπής,** μεριμνά ώστε οι Έλληνες αθλητές να νιώθουν ασφαλείς
και δυνατοί, για να «καταβάσουν» ανεπίσημα «Εύμη και Ψυχή»
στην πιο ευγενική μαχητή αρένα.

Είμαστε παραπάνω από περήφανοι που στηρίζουμε την προσπάθειά
τους. Να ξέρουν καλά ότι για εμάς, αλλά και για όλους τους Έλληνες,
είναι ήδη νικητές.



**«Η ΟΠΑΠ, οι εργαζόμενοι ε' αυτήν και οι 5.000
πράκτορές της, αλλά και σέβασμος ο ελληνικός
λαός, εύχονται στην Ελληνική αποστολή Καλό
Ταξίδι και Καλή Τύχη»**

Ιωάννης Ίλιουδόπουλος, Πρόεδρος και Διευθύνων
Συνάγωγος της ΟΠΑΠ Α.Ε.





Εκπροσωπούν την Ελλάδα στους Ολυμπιακούς Αγώνες σε τέσσερα αγωνίσματα και πάνε έτοιμοι να διεκδικήσουν μετάλλιο ή μια συμμετοχή στον τελικό

ΜΕ ΣΤΟΧΟ ΤΟ ΜΕΤΑΛΛΙΟ

Της ΕΛΙΖΑΣ ΣΥΝΑΔΙΝΟΥ

Νίκος & Απόστολος Γκουντούλας Κωπηλασία

Οι δίδυμοι Νίκος και Απόστολος έχουν κάθε λόγο να είναι αισιόδοξοι για το αποτέλεσμα των Ο.Α. Σε κάθε παγκόσμια παρουσία τους σε αγώνες τα τελευταία χρόνια, πάντα συμμετείχαν στον τελικό ή έπαιρναν μετάλλιο. «Όμως το μετάλλιο δεν είναι μονόδρομος στον πρωταθλητισμό» λένε. «Κανείς δεν σου εξασφαλίζει τη διάκριση και όλοι τη θέλουν. Στην Ολυμπιάδα του Πεκίνου μάς αρκούσε να συμμετέχουμε χωρίς αξιώσεις, ενώ τώρα πάμε και για διάκριση, γιατί έχουμε επενδύσει πολλά χρόνια σε αυτό το σκοπό και νιώθουμε πλέον έτοιμοι. Το πλεονέκτημά μας, ως δίδυμοι, είναι ότι στο αγώνισμά μας πρέπει να υπάρχει απόλυτος συγχρονισμός –γιατί αλλιώς η βάρκα θα γυρίσει– κι εμείς το πετυχαίνουμε με μεγαλύτερη ευκολία». ▶





Αλέξανδρος Νικολαΐδης Τάε Κβον Ντο

Ο δύο φορές αργυρός ολυμπιονίκης είναι ο σημαιοφόρος της ελληνικής αποστολής και έχει όλα τα μάτια στραμμένα πάνω του. «Είμαι υποχρεωμένος απέναντι στον εαυτό μου να διεκδικήσω το χρυσό όσο πιο δυνατά γίνεται. Η μόνη υποχρέωση για τους άλλους είναι να το κάνω αυτό με το ήθος που αρμόζει σε έναν άνθρωπο που εμπιστεύτηκε η ΕΟΕ να κρατήσει την ελληνική σημαία. Προσπαθώ να είμαι όσο πιο ήρεμος γίνεται, γιατί το άθλημά μας βασίζεται περισσότερο στην τακτική παρά στα προσόντα. Τα τελευταία χρόνια, οι περικοπές στα προνόμια μας έχουν επηρεάσει. Νιώθω όμως τυχερός γιατί έχω τα τελευταία 12 χρόνια την Εθνική Τράπεζα, όπως και την ΕΚΟ τώρα, δίπλα μου».



Κωνσταντίνος Δουβαλίδης 110 μέτρα με εμπόδια

Έχει τύχει στο δρόμο του εμπόδια, αλλά ξέρει να τα ξεπερνάει. «Υπάρχουν δύσκολες στιγμές, έχω τραυματιστεί αρκετές φορές, αλλά το ξεπέρασα. Στην πρώτη Ολυμπιάδα πήγα για τις εμπειρίες, τώρα θέλω να κάνω μια εμφάνιση με καλό πλασάρισμα όσο πιο κοντά γίνεται στον τελικό. Η τύχη παίζει ρόλο σε όλα τα αγωνίσματα, κι ελπίζω να είναι με το μέρος μου. Σε ένα νέο άνθρωπο που θέλει να ασχοληθεί με τον πρωταθλητισμό θα έλεγα να έχει πολλή υπομονή, διάθεση και χαρά για να κάνει αυτό που θα αποφασίσει».

Ευαγγελία Πλατανιώτη Συγχρονισμένη κολύμβηση

Η Ε.Π. συμμετέχει με τη Δέσποινα Σολωμού (ντουέτο). «Δεν είμαι αγχωμένη, κι ας είναι η πρώτη συμμετοχή μου σε Ολυμπιακούς Αγώνες. Είμαι ενθουσιασμένη... και ανυπόμονη. Χαίρομαι γιατί το κολυμβητήριο θα είναι γεμάτο, είναι sold out από καιρό. Όταν βγω για το πρόγραμμά μου, θα σκέφτομαι πόσο έχω προσπαθήσει για να φτάσω σε αυτό το επίπεδο και ότι οφείλω στον εαυτό μου να αποδώσω. Αγαπώ τη συγχρονισμένη κολύμβηση, γιατί περιέχει το χορό που με εκφράζει και το νερό που λατρεύω».





Έξι νέοι αθλητές μας «δεν σταματούν» και πάνε στο Λονδίνο με την υποστήριξη του ΟΤΕ και της COSMOTE

#ΜΗΣΤΑΜΑΤΑΣ

Είχαν δυσκολίες αλλά και όνειρα. Μπορεί κάποιες στιγμές να απογοητεύτηκαν, να πόνεσαν, ακόμα και να έπεσαν, όμως δεν το έβαλαν κάτω. Δεν σταμάτησαν.

Και τώρα θα εκπροσωπήσουν τη χώρα μας στους Αγώνες στο Λονδίνο, έχοντας την υποστήριξη του ΟΤΕ και της COSMOTE.

Ο Βύρωνας Κοκκαλάνης στην Ιστιοσανίδα, οι Παναγιώτης Καμπουρίδης και Στάθης Παπαδόπουλος στα 470 (ιστιοπλοία), ο Γιάννης Μιτάκης στα Finn (ιστιοπλοία) και οι Δέσποινα Σολωμού και Ευαγγελία

Πλατανιώτη στο ντουέτο της Συγχρονισμένης καλύμψησης είναι οι έξι αθλητές που, με υπομονή και σκληρή δουλειά, είδαν τις προσπάθειές τους να ανταμείβονται και το όνειρο της συμμετοχής τους στους Αγώνες να γίνεται πραγματικότητα!

Με αυτήν ακριβώς τη φιλοσοφία, της στήριξης και επιβράβευσης αυτών που δεν το βάζουν κάτω, ο ΟΤΕ και η COSMOTE στέκονται δίπλα τους. Και με τον τίτλο «Μη Σταματάς» (#ΜΗΣΤΑΜΑΤΑΣ), η χορηγία των δύο εταιρειών έχει στόχο μέσα από τον αθλητισμό να αναδείξει τους νέους, τις κινητήριες δυνάμεις της Ελλάδας που, παρά το δυσμενές

περιβάλλον, συνεχίζουν να βάζουν τον πήχη ψηλά και να ξεπερνούν τυχόν εμπόδια.

«Το να καταφέρνεις, μέσα από δεκαετή προσπάθεια και αγώνα, να αγγίξεις το όνειρό σου ξεπερνώντας τα όποια εμπόδια... αυτό σημαίνει για μένα το "Μη σταματάς"! Να συνεχίζεις την πορεία σου, χωρίς να το βάζεις κάτω, και να προσπαθείς πάντα να βάζεις τον πήχη ψηλά! Μετά από 16 χρόνια στην Ιστιοπλοία, με συντροφιά τον ουρανό και τη θάλασσα, "δεν σταματάω" να αγωνίζομαι γι' αυτό που αγαπώ και γι' αυτό που πιστεύω» ανέφερε χαρακτηριστικά ο Γιάννης Μιτάκης.



ΤΑ ΣΤΟΙΧΕΙΩΜΕΝΑ ΣΠΙΤΙΑ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ

Έχει η Αθήνα χώρο για φαντάσματα;

Του ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΤΖΗΚΑ

Η Αθήνα τον Αύγουστο μοιάζει μια πόλη άδεια – μια πόλη φαντασμάτων θα μπορούσε να πει κανείς. Υπάρχουν όμως στοιχειωμένα σπίτια στην Αθήνα; Σε μία πόλη σε κατάθλιψη, στοιχειωμένη από «φαντάσματα» πολύ πιο απτά, πολύ περισσότερο (ή μήπως λιγότερο) προβλέψιμα από αυτά των ταινιών τρόμου, υπάρχει χώρος για τέτοιους μυστικούς θρόνους; Ποια θέση έχουν πλέον στη συλλογική μας συνείδηση ιστορίες μιας παλιάς Αθήνας, ιστορίες αραχνιασμένων αρχοντικών και εγκαταλειμμένων νεοκλασικών; Κι όμως, πολλά από τα σπίτια αυτά παραμένουν πεισματικά στη θέση τους, ακλόνητα, αν όχι ανέπαφα από το χρόνο.



Τα υπόγεια περὶσματα του Αρδῆττου

Στη σκιά του δροσιζεται το Καλλιμάγαρο, λίγοι όμως γνωρίζουν πως ο συγκεκριμένος λόφος είναι ένα από τα πιο γνωστά «στοιχειωμένα» σημεία της Αθήνας. Είναι άλλωστε και ένα από τα αρχαιότερα σημεία της πόλης: έλαβε το όνομά του από τον αρχαίο ήρωα Αρδῆττη και ήταν ο χώρος στον οποίο ορκίζονταν οι δικαστές στην αρχαιότητα, αλλά και τελούνταν τα μικρά Ελευσίνια μυστήρια. Χώρος φορτισμένος, λοιπόν, με μνήμες και μυστηριακές υποσχέσεις.

Η αλήθεια είναι πως ακόμα και σήμερα ο λόφος έχει μία ιδιαίτερη αύρα, αλλά και πιασάρικα σημεία που θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν για μία low budget, ελληνική εκδοχή του «Blair Witch Project». Ανάμεσά τους και ένα πηγάδι μέσα στο οποίο

έχουν πέσει και καθεί πολλοί άνθρωποι – τώρα αν έπεσαν μόνοι τους, τους ρούφηξε κάποιο ισχυρό μαγνητικό πεδίο ή κάτι πιο... ανορθόδοξο, χωράει συζήτηση.

«Το πηγάδι έχει σφραγιστεί χρόνια τώρα, ενώ λέγεται πως επικοινωνεί κάτω απ' τη γη με άλλες σφραγισμένες υπόγειες εισόδους που μπορεί να δει κανείς ανά το λόφο. Φημολογείται μάλιστα πως συνδέεται με ένα ολόκληρο δίκτυο από υπόγειες σήραγγες, που φθάνει μέχρι και το Σούνιο» μου εξομολογείται ο 29χρονος Μανόλης, που έχει επισκεφθεί πολλές φορές το λόφο. Εντοπίζω μία αρμαθιά από πολύχρωμες πιπίλες πάνω σε ένα λούκι που «κοιτάζει» στο σφραγισμένο άνοιγμα του πηγαδιού – η νινελιά που ολοκληρώνει το αγριευτικό σκηνικό. Το creep factor έχει πιάσει κόκκινο και νιώθω σαν να έχω μόλις βαδίσει στο σκηνικό της «Λάμψης» του Στάνλεϊ Κιούμπρικ – όπου να 'ναι θα αντικρίσω μπροστά μου δίδυμα κοριτσάκια. Ωρα

να πηγαίνω, λοιπόν. Κι ας μου καλάνε εν μέρει την ψευδαίσθηση του κινηματογραφικού σκηνικού οι διάφοροι joggers που συνεχώς τσακώνω με το μάτι μου περιμετρικά του λόφου.

Ένα από τα πιο ονομαστά στοιχειωμένα σπίτια της Αθήνας βρίσκεται στην οδό Άγρα, ακριβώς δίπλα στο λόφο. Ωστόσο, εδώ βιώνω την πρώτη μου απογοήτευση: το σπίτι είναι ημιανακαινισμένο (αν και όχι κατοικημένο προς το παρόν). Το μόνο σημείο, εξωτερικά τουλάχιστον, που παραπέμπει σε γρορ από ταινία τρόμου είναι η σκουριασμένη καγκελόπορτα. Σύμφωνα με τους κατοίκους της περιοχής, το σπίτι πουλήθηκε τα τελευταία χρόνια, όμως η διαδικασία ανακαίνισης έχει παγώσει για αδιευκρίνιστους λόγους. Οπτασίες σκύλων, χωροχρονικές πύλες και δρομάκια που εμφανίζονται και εξαφανίζονται παραπλεύρως του σπιτιού είναι μερικοί από τους θρύλους που ακούγονται για αυτό. ▶



Το σπίτι της Σοφίας Λασκαρίδου

Ένα όμορφο διώροφο νεοκλασικό στην οδό Λασκαρίδου στην Καλλιθέα στεγάζει έναν άλλο θρύλο – αυτόν που υποστηρίζει πως στο σπίτι... κόβει βόλτες το φάντασμα της ζωγράφου Σοφία Λασκαρίδου, που χάρισε και το όνομά της στην οδό. Ένα φάντασμα αιώνια φορτισμένο με ενοχές για το θάνατο του λογοτέχνη Περικλή Γιαννόπουλου,

που ήταν παράφορα ερωτευμένος μαζί της και αυτοκτόνησε το 1910.

Εδώ και δέκα χρόνια, το σπίτι στο οποίο έζησε και πέθανε η διάσημη ζωγράφος έχει ανακαινιστεί πλήρως και στεγάζει τη **Δημοτική Πινακοθήκη Καλλιθέας - «Σοφία Λασκαρίδου»**. «*Το σπίτι αυτό χτίστηκε γύρω στα 1900*» μου εξηγεί ο **Γκέντση Ρούτσης**, καλλιτεχνικός διευθυντής της Πινακοθήκης. «*Είναι το δεύτερο σπίτι που χτίστηκε στην Καλλιθέα, το σχεδί-*

ασε μάλιστα ο Ερνστ Τσίλερ. Η Λασκαρίδου διατηρούσε και εργαστήριο τέχνης εδώ, όπου δίδασκε σε μικρά παιδιά».

Δειλά-δειλά φέρνω την κουβέντα στους θρύλους για το φάντασμα της Σοφίας Λασκαρίδου. Ο κ. Ρούτσης γελάει. «*Ναι, τις ξέρω αυτές τις ιστορίες. Πιστέψτε με, είμαι πολλές ώρες τη μέρα εδώ, αν υπήρχε κάποιο φάντασμα κάτι θα είχα αντιληφθεί!*» Αυτό που ξέρει σίγουρα είναι πως ο Δήμος Καλλιθέας πάλεψε πολύ για να αγοράσει το σπίτι και να το μετατρέψει κατοπίν σε Δημοτική Πινακοθήκη, με δωρεάν πρόσβαση σε όλους, «*ένα βήμα πολιτισμού για τους κατοίκους της Καλλιθέας*» όπως μου επισημαίνει.

Τελικά ποιο είναι το επιμύθιο αυτής της περιπλάνησης – αν υπάρχει; Βολτάρνας προς ένα άλλο σπίτι που θρυλείται πως είναι στοιχειωμένο, στην **οδό Αλκιβιάδου**, κοντά στην πλατεία Βάθης, παρατηρώ μία κυρία να ψάχνει στα σκουπίδια. Δύο διαφορετικές πραγματικότητες που κοντράρονται. Ασχέτως όμως αν πιστεύουμε ή όχι στα φαντάσματα, ίσως χρειαζόμαστε στ' αλήθεια αυτούς τους αστικούς μύθους – τώρα, περισσότερο από ποτέ. Στα τσιμεντένια βασίλεια, οι μύθοι εξελίσσονται και μεταλλάσσονται, αλλά, κυρίως, επιβιώνουν.

Ο πύργος των ονείρων

Αν πάει κανείς στην οδό Σμολένσκου 4, στο Ν. Φάληρο, θα αντικρίσει ένα ερειπωμένο αρχοντικό, με φοίνικα στην αυλή του – γνωστό στους κύκλους των φίλων του μεταφυσικού ως «**Πύργος των Ονείρων**».

Ακριβώς απέξω, δύο ηλικιωμένες κυρίες κοντοστέκονται και σχολιάζουν πώς κατάντησε. Στην αυλή έχουν συσσωρευτεί σκουπίδια και αποκαΐδια. «*Δεν ξέρω πολλά για την ιστορία του, περίμενε, θα φωνάξω τον αδελφό μου που ξέρει*» μου εκμυστηρεύεται η μία. Ένας κύριος κατεβαίνει από την πολυκατοικία που βρίσκεται ακριβώς δίπλα: «*Εδώ έμενε κάποτε κάποιος Κουρτάλης. Αυτό ξέρω μόνο*». Κι αποχωρεί κάπως απότομα. Όμως, αυτή την πληροφορία την κατέixa κι εγώ. Σύμφωνα με το θρύλο, εδώ κατοικούσε κάποτε ένας υφασματέμπορος ονόματι Καρτάλης (ή Κουρτάλης). Όλη του τη ζωή είχε εμμονή με το να αποκτήσει κάποιο αξίωμα, τρελάθηκε, απομονώθηκε στο αρχοντικό του και πέθανε υπό αδιευκρίνιστες συνθήκες. Θα καταφέρω να μάθω την ιστορία πίσω από το θρύλο;

Είμαι τυχερός σήμερα. Ένας ηλικιωμένος κύριος κατεβαίνει από την ίδια πολυκατοικία, έχοντας ακούσει πως ζητάω πληροφορίες για τον Πύργο. Ο κ. **Χρήστος Καθάρης**, με τα καθάρια γαλάζια μάτια, είναι σαν τον από μηχανής θεό μιας τυπικής ιστορίας μυστηρίου, το σοφό που αποκαλύπτει στον πρωταγωνιστή όλα τα μουσικά λίγο πριν το αναπόφευκτο φινάλε. «*Είχα γνωρίσει τον Κουρτάλη, στις αρχές της δεκαετίας του '70, λίγο καιρό αφού μετακόμισα σε αυτή εδώ την πολυκατοικία. Ήταν 70 χρονών περίπου τότε. Ήταν γιος βιομηχάνου, ο πατέρας του έφτιαχνε schoiniá*». Ισχύουν οι ιστορίες περί μεγαλομανίας του μακαρίτη; «*Ήθελε να γίνει τενόρος όταν ήταν νέος, αλλά ο πατέρας του δεν τον άφηνε. Ο πατήρ Κουρτάλης θεωρούσε πως τενόρος είναι κάτι σαν θεατρίνος, κάτι υποτιμητικό. Έτσι του έμεινε άχι του γιου*». Και τελικά; «*Μεγάλος πια, έμενε μόνος του εδώ. Ήταν πολύ περίεργος. Θυμάμαι πως έβγαίνει στο μπαλκόνι και τραγουδούσε άριες. Κυκλοφορούσε με μία ρεπούμπλικα και ένα παπιγιόν, όλα λιγδιασμένα. Χαιρετούσε τον κόσμο με υπόκλιση. Έλεγαν πως κάποτε ήταν και δημοτικός σύμβουλος εδώ, τον καιρό που υπήρχε ακόμα Δήμος Ν. Φαλήρου*».

Πώς πέθανε τελικά ο Κουρτάλης; Άλλωστε οι μυστηριώδεις θάνατοι αποτελούν την πεμπτούσια μίας αξιοπρεπούς ιστορίας «στοιχειώματος». «*Δεν υπάρχει κανένα μυστήριο*», με αποστομώνει ο κ. Καθάρης. «*Έμενε μόνος του, είχε απομονωθεί, τον έφαγαν τα ποντίκια – κυριολεκτικά και μεταφορικά. Τον είχαν τσιμπήσει αρουραίοι. Δεν είχε να φάει πια. Επειδή ήταν γιος βιομηχάνου και είχε αυτούς τους κάπως αριστοκρατικούς τρόπους, τον θεωρούσαν "προσωπικότητα", τον κερνούσαν κάνα ουζάκι στη γειτονιά. Δεν είχε να πληρώσει ούτε το ρεύμα. Στο τέλος, δεν μπορούσε πια να κινηθεί λόγω ηλικίας, χτύπησε το χέρι και το πόδι του και τον πήγαν στο νοσοκομείο. Έτσι, εξαθλιωμένος, απλά πέθανε*».

Σήμερα τι γίνεται; «*Έρχεται κόσμος που έχει ακούσει για την ιστορία του σπιτιού, να ρωτήσει. Φυσικά δεν είναι στοιχειωμένο, αυτά είναι σαλαμάρες. Το σπίτι είναι υπό κατάρρευση, πέφτουν κεραμίδια. Έρχονται ξένοι εδώ καμιά φορά, άστεγοι, πηδάνε τα σύρματα, ανάβουν φωτιά για να ζεσταθούν. Έρχεται η αστυνομία και τους μαζεύει*». Δίπλα στο λογοτεχνικό τρόπο, παρατίθεται ο σύγχρονος: να μην έχεις στέγη πάνω από το κεφάλι σου.

DEWALT

NEA

**NON-STOP
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ**

**4.0
AH**

**ΙΔΙΟ ΒΑΡΟΣ
33% ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ**



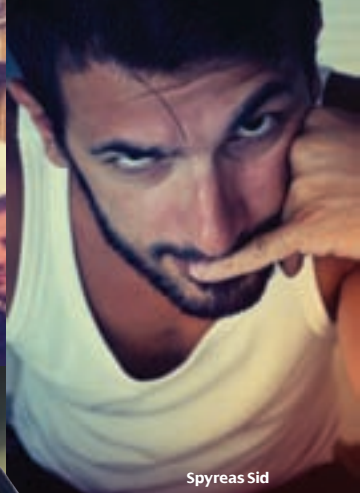
www.DEWALT.gr

ΕΓΓΥΗΜΕΝΗ ΑΝΤΟΧΗ.



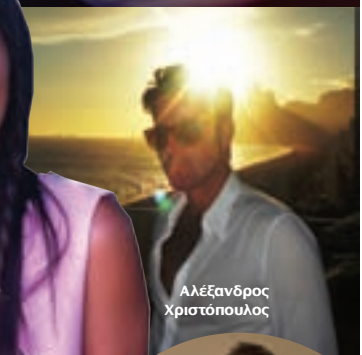
14.4V
LITHIUM ION

18V
LITHIUM ION



Spyreas Sid

Κωνσταντίνος
Δαγριτζίκος &
Ελένη Λουκά



Αλέξανδρος
Χριστόπουλος



Μαίρη Ρεσινα



Mr.Z



Μανώλης
Ανδριωτάκης



Λευτέρης Κεφαλάς



Dreambox



The Newsroom

ΑΝ (ΞΕ)ΜΕΙΝΕΙΣ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ...

Καταρχάς δεν θα είσαι ο μόνος, επομένως δεν υπάρχει λόγος για μελαγχολίες. Η Αθήνα δεν είναι καλύτερη τον Αύγουστο, όπως τη θέλει το κλισέ, αλλά μπορεί να προσπαθήσει. Η Α.Υ. ζήτησε μερικές ιδέες από τους φίλους της...

Επιμέλεια: ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΜΕΝΕΓΟΣ

Ο Spyreas Sid των Cyanna προτείνει...

- Μπάνιο στα βράχια του Πόρτο Ράφτη.
- Νυχτερινή βόλτα στην πλατεία του Αγίου Θωμά του Γουδή.
- Η θρυλική σειρά «Twin Peaks» του David Lynch για το καζοκούτι.
- Μπίρες στο «Σπίτι» στο Χαλάνδρι και μετά στο Blue πιο κάτω ή Komma στο κέντρο.
- Απογευματινό πάρτι στην αυλή (ή στον ακάλυπτο ή στο μπαλκόνι) με μπριζόλες και μπίρες. Μαρινάρουμε πριν και μετά με: λάδι, λεμόνι (πολύ), πιπέρι (αρκετό), αλάτι (ελάχιστο), ρίγανη, θυμάρι.
- Ύπνος με βρεγμένα σεντόνια στις άκρες για δροσιά (παλιό κόλπο γιαιάς).

Οι Cyanna μόλις κυκλοφόρησαν σε δική τους ανεξάρτητη παραγωγή το «The Undressed EP» σε 12'' βινύλιο με ένθετο CD. 24-25/8 θα παίζουν στο Ziria Festival, cyanna.gr

Ο Θεωδωρής Δημητρόπουλος (aka Dark Tyler) θεωρεί το «Newsroom» σειρά του καλοκαιριού και προτείνει 2-3 ακόμα torrent προορισμούς...

The Newsroom Παρουσιαστής λαϊκίστικου ειδησιογραφικού talk show (Jeff Daniels σε φοβερό ρόλο) αλλάζει στάση. «Θα λέμε τα νέα σωστά, δεν θα κάνουμε show για τις θεαματικότητες και τους διαφημιστές», το νέο του μάντρα. Συναντά αντιδράσεις και δημιουργεί εχθρούς, με την «παλιά ήταν καλύτερα» συναισθηματική προσέγγιση του δημοσιογραφικού λειτουργήματος. Από τον οσκαρικό Aaron Sorkin του «Social Network» και της «Δυτικής Πτέρυγας», η σειρά του καλοκαιριού για την οποία μανιασμένοι πολέμιοι και φανατικοί υποστηρικτές τσακνώνονται κάθε βδομάδα στην Αμερική / **Bunheads** Αν σου άρεσε το παραμυθένιο σκηνικό, οι χαρακτήρες και οι διάλογοι-πολυβόλο των «Gilmore Girls»/ **Continuum** Τίμιο sci-fi από τον τίμιο Καναδά, με μια αγχωτική σέξι πράκτορα που ταξιδεύει στο χρόνο για να σταματήσει επικίνδυνους δραπέτες/ **Political Animals** Ενδιαφέρον (και άνισο) πολιτικό-οικογενειακό δράμα με Sigourney Weaver σε φανταστική ερμηνεία

Ο Θ.Δ. διατηρεί το εξαντλητικά ενημερωμένο blog για την αμερικανική (και όχι μόνο) τηλεόραση darkustv.blogspot.gr

Ο Αλέξανδρος Χριστόπουλος ανεβαίνει στη Στέγη Γραμμάτων και Τεχνών. Γιατί;

«Την Παρασκευή 31 Αυγούστου έχουμε την ομορφότερη και μεγαλύτερη πανσέληνο του καλοκαιριού. Προσπαθώντας πάντα να ανακαλύψω και να προτείνω χώρους, πέρα από τα συμβατικά clubs, η ταράτσα της Στέγης Γραμμάτων και Τεχνών συνδυάζει την εναλλακτική πρόταση και την τέλεια πανοραμική θέα της πόλης σ' ένα κτίριο πραγματικό κόσμημα για την Αθήνα. Εμείς θα βάλουμε τις μουσικές, εσείς την παρέα...»

Ο Α.Χ. είναι DJ και παραγωγός του Best 92.6, ενώ επιμελείται τις αλλαγές «La Suite», «Sunset & Sunrise», alexandroschristopoulos.com

Ο Μανώλης Ανδριωτάκης εκπέμπει από το γκαράζ και διαβάζει στη βεράντα...

● «Τίτλοι τέλους» του Τομ Ράχμαν (Κέδρος)

Πώς σκέφτονται και πώς ζουν οι άνθρωποι που λειτουργούν μια —υπό εξαφάνιση— εφημερίδα; Εδώ επιχειρούνται κάποιες απαντήσεις.

● «Το κορίτσι που εξαφανίστηκε» της Τζιλιαν Φλιν (Μεταίχμιο)

Υποδειγματική αφήγηση για το φλέγον ζήτημα «προσέχουμε ποιον/α παντρευόμαστε». Καλογραμμένο, καλοκαιρινό.

● «Το πρόβλημα Σπινόζα» του Ίρβιν Πάλομ (Άγρα)

Ένα βιβλίο ασπίδα στη μισαλλοδοξία, το φασισμό και το ρατσισμό. Η ανάγνωσή του επιβάλλεται.

Ο Μ.Α. είναι δημοσιογράφος και παρουσιάζει μια καταπληκτική διαδικτυακή εκπομπή βιβλίου στο garagebooks.gr

Εκπαιδεύσου στο μεγαλύτερο ΚΕΚ Τεχνολογίας της Ελλάδας και πέτυχε τους στόχους σου.

- > Πιστοποίηση ECDL
- > 20 ώρες επιπλέον ΔΩΡΕΑΝ εκπαίδευση για σύνταξη βιογραφικού, προετοιμασία για συνέντευξη κ.λπ.
- > Εκπαίδευση σε Microsoft Office 2007

Έλα στο ΚΕΚ ΟΤΕAcademy για το επιδοτούμενο σεμινάριο ΟΑΕΔ για ανέργους.

- > 100 ώρες εκπαίδευση
- > 500 ευρώ επιδότηση
- > Εξοπλισμός τελευταίας τεχνολογίας
- > Σύγχρονες άμεσα προσβάσιμες εγκαταστάσεις 18.500 τ.μ.



Πληροφορίες-εγγραφές 210 8114400

ΟΤΕ ΟΙΚΟΔΟΜΕΣ
Μαθήματα και ένα μέλλον
www.oteacademy.gr

Η Μαίρη Ρετοίνα και η αυγουσιτιάτικη «to do» λίστα της...

Αν ξεμείνεις στην Αθήνα το μόνο σίγουρο είναι ότι πρέπει να τσεκάρεις τις προβολές του Athens Open Air Film Festival, που εκτός από υπέροχες ταινίες σε κερνάει μπίρα και fingerfood μέχρι 14 Σεπτέμβρη. Και επειδή τα βράδια στην Αθήνα είναι ζεστά, τίποτα καλύτερο από ένα δροσερό κοκτέιλ στον «Σπόρο» στο Χαλάνδρι με 7,5 ευρώ, για να πιεις και δεύτερο. Για βουτιά στη θάλασσα, τα λέμε Σούνιο (παράλια Καπέ) για feeling νησιού κι απίστευτο τοπίο. Αν πάλι πιάνουν τα χέρια σου βρες στο ίντερνετ συνταγή για frozen yogurt (σίγουρα η εμμονή του καλοκαιριού) και μετά κάλεσε τους φίλους σου στο σπίτι να το δοκιμάσουν βλέποντας old time classic 80s movies με πρώτο στη λίστα το «Breakfast Club». Τοποθέτησε μόνιμα στους σελιδοδείκτες σου το campoint.gr, γιατί μέχρι και τέλος Αυγούστου το πρόγραμμα έχει εικαστικές γνωριμίες. Μην ξεχνάς ότι είναι πάντα τζάμπα να ανεβείς στον Λυκαβηττό. Και θα γυμναστείς περπατώντας και θα ανταμειφθείς από τη θέα. Καλή παρέα included.

Η Μ.Ρ. παρουσιάζει μαζί με τον Δημήτρη Μαυροκεφαλίδη την εκπομπή «Breaking Mad» στο MAD TV.

Ο Mr. Z ακουμπάει τη βελόνα σε 5 LPs για αυγουσιτιάτικο σάουντρακ...

Dimlite - Abscession Η συνέχεια του φετινού grimm reality, ηλεκτρονικό ταξίδι στο ανεξήγητο. Ό, τι χρειάζεται.
Atlas Sound - Logos Αν ακουγόταν μουσική στο βυθό της θάλασσας, σίγουρα θα 'ταν έτσι.

Σιγά που δεν θα ρωτούσαμε τον καλλιτεχνικό υπρεσάριο Κωνσταντίνο Δαγριτζίκο...

«Για τσιμπημάτι - μεζεδάκι - τσιπουράκι - χιπιτεροπαράκι θα πρότεινα το φρέσκο “Υπερωκεάνιο” μέσα στη Στοά, Περικλέους 46 / Για θερινό σινεμά, **Cine Paris** στην Κυδαθυναίων στην Πλάκα, γιατί είναι με διαφορά το πιο δροσερό θερινό στην πόλη. Μυστήριο πώς το καταφέρνουν, αλλά το καταφέρνουν, οι μπαγάσες/ Για μπανάκι εντός κέντρου λέω για **guerilla δράση flash mob** να μαζευτούμε 500 άτομα, να φέρει ο καθένας ένα μεγάλο μπουκάλι παγωμένο νερό και ταυτοχρόνα να το αδειάσουμε στον συντριβάνι της πλατείας Συντάγματος και να βουτηξουμε μέσα! Γιατί αλλιώς δεν το βλέπω να ξαναγοιμίξει/ Επίσης, θα πρότεινα αποχή από το Frozen Yogurt όλο τον Αύγουστο! Το να πεις **OXI** στο Frozen Yogurt είναι στάση ζωής!/ **Kozí's** και πάλι **Kozí's** (για δροσερές burgeroαποδράσεις στα εξωτικά Μελίσια)/ **Ταράτσα** στο **Σύνταγμα**, με μπίρες, μπίρες, μπίρες, και ακόμα περισσότερες μπίρες, και λίγη ρακί στο τέλος/ **Τελευταίο** και καλύτερο, εγώ θα πρότεινα σίγουρα ένα απίστευτο μέρος στο **Ιστορικό Κέντρο**, **πληθίων πλατειάς Μοναστηρακίου**, που δεν το πιστεύεις ότι είναι εκεί, δικέ μου, ένας φοβερός και τρομερός κήπος, καταπράσινος, ο οποίος θα παραμείνει ανοιχτός **ΟΛΟ** τον Αύγουστο (και 15αυγουστο λέμε) και δεν είναι άλλος από τον κήπο του **Six d.o.g.s. Φαγητό, ποτό, καφέ, κοκτέιλς, απ' όλα. Είμαι συνδιοκτήτης.**»

Το κοριζάδικο Tilt του Γιώργου Καρανικόλα (The Last Drive) και της Βάλιας Σκούρτσου προτείνει μερικούς τίτλους, για να ξεσκονίσεις και τα αγγλικά σου...

● «**Old City Blues**», του **Πάννυ Μυλωνογιάννη** (Archais). Cyberpunk «μπασι-κό» στόρι, ποτό στη **Μεγάλη του Mad Max Σκολή**, με bonus το ότι διαδραματίζεται στα κατεστραμμένα και δυστοπικά Εξάρχεια του μέλλοντος. ● «**Superman: Earth One**» των **J. Michael Straczynski & Shane Davis** (DC Comics). Όλοι γύρω θα μιλάνε για τον Batman, αλλά εδώ παρουσιάζεται ο πιο αντιρωϊκός Superman όλων των εποχών. Ένας Κλαρκ Κεντ που δεν είναι το καλό παιδί της διπλανής πόρτας, που δεν θέλει να είναι δημοσιογράφος, που ασφυκτιά μέσα στις υπερδυνάμεις του. ● «**Corto Maltese: The Ballad Of The Salt Sea**» του **Hugo Pratt** (Universe). Φετινή προσεγγμένη επανέκδοση της διάσημης ιστορίας του θρυλικού ναύτη, που χρονολογείται πίσω στο 1967. ● «**Ayako**», του **Osamu Tezuka** (Vertical). Μια σπουδαία, ενήλικη στιγμή από ένα μεγάλο στυλίστα που ξεπερνά τους περιορισμούς του manga. **Tilt, Ασκληπιού 37, Εξάρχεια**

Kings Of Convenience - Declaration Of Depedence (Virgin)

Η αγαπημένη μου στιγμή μετά τη βουτιά, χαλάρωση κι επιθεώρηση της θέας, κίεσα κι έξω.
Mark Murphy - Rah Νυχτερινόν. Διακτινισμός. Κάπου με στιλ, κάπου χαλαρά και δροσερά.

Poll - Άνθρωπε... (το ταγάρι) Ένας από τους top 5 ελληνικούς δίσκους. Κάτι που όλοι πρέπει ν' ακούσουν έστω μια φορά. Σαν να είσαι στη φύση κι είσαι στα τσιμέντα, άρα ιδανικό για την αυγουσιτιάτικη Αθήνα.

Ο Ζώης Χαλκιάπουλος είναι digger, blogger και DJ (με όποια σειρά θέλετε). Τον Αύγουστο, αν σας βγάλει ο δρόμος, θα παίζει στο **Taratsa bar της Λευκάδας, naked.sides.wordpress.com**

Τα κορίτσια της Dreambox, η Ναταλί Τσιρινιώτη και η Ελένη Τερμπονέρα, τον Αύγουστο...

● Πάνε για μπάνιο στα Δικαστικά τώρα που οι πλάκες (και οι βουτιές) είναι ηριβέ.
● Αράζουν στο μπαλκόνι τις απογευματινές ώρες με καρπούζι, φέτα και

παξιμάδι (παραδοσιακές οικογενειακές αυγουσιτιάτικες αξίες).

● Παίρνουν την απογευματινή τους μπίρα ή το βραδινό ποτό τους στο «**Λουξ**». Στον πεζόδρομο στο Θησείο, παράλληλα με τις γραμμές του τρένου.
● Θερινό σινεμά στη **Δεξαμένη** με παγωμένη μπίρα και πατατάκια.
● Περπατάνε στην **Πειραική** με hot spot τον **Όρμο της Αφροδίτης** και μετά φαγητό στον **Προφήτη Ηλία** στον **Κεφαλλονίτη** (το καλύτερο κοψίδι της περιοχής).

Οι **Dreambox** προσφέρουν υπηρεσίες επικοινωνίας και προώθησης πολιτισμού. Αυτοαποκαλούνται «**προωθητζούδες**»...

Ο Δευτέρης Κεφαλάς ανοίγει μικρόφωνο και προτείνει...

● Παραμάζωμα τους θερινούς κινηματογραφους της πόλης. Λιγότερος κόσμος, πιο εύκολες μετακινήσεις, περισσότερες (κλασικές και μη) ταινίες.
● 50 ml ρούμι Havana Club/ 20 ml χυμό λάιμ/ μερικά κομμάτια πεπόνι/ σιρόπι ζαχαρής (όσο σου αρέσει). Χτυπάς όλα τα υλικά στο μπλέντερ. Προσθέτεις 2-3 κουτ. θρυμματισμένο πάγο και ξαναχτυπάς για 20". Σερβίρεις σε ποτήρια μαργαρίτας ή κόκκινου κρασιού, με χοντρό καλαμάκι. Γιατί να το πληρώνεις χρυσό το προκάτ ντάκιρι πεπόνι;
● **Game of Thrones**. Σε μαραθώνιο. Είτε το έχεις δει, είτε όχι. Χωρίς ανάσα. Χωρίς διακοπή. Χωρίς περιττά σούρτα-φέρτα στο σπίτι, παρά μόνο για κατούρημα, re-fill και ντελίβερι.
● Επανασχεδιασμό εσωτερικής διακόσμησης και ανακατάταξη ντουλαπιών. Φέρε το σπίτι τούμπα, το χρειάζεται ο οργανισμός σου!
● Ποτό σε μια περιοχή της πόλης που δεν έχεις ξαναπατήσει ποτέ το πόδι σου. Σαν τουρίστας. Σαν αξιοθέατο. Σαν να μην έχεις ξανακουσει γι' αυτήν.

Ο **Α.Κ.** εκπέμπει στον **Red 96.3** κάθε βράδυ 20.00-22.00

THE SUMMER LOOK

Τρία πράγματα χρειάζομαστε

για να δείχνουμε όμορφες

αυτό το καλοκαίρι.

Η SEVENTEEN τα έχει όλα.



1

Μαγικό βλέμμα

Ενίσχυσε το βλέμμα σου με τη *The Stylist Waterproof Mascara* που κάνει τις βλεφαρίδες σου να ξεχωρίζουν μία-μία και τους δίνουν όγκο. Αδιάβροχη, για να παραμείνει στη θέση της και μετά τις βουτιές στη θάλασσα.

Όμορφα χείλη

Προσπάτησε τα χείλη σου και εντυπωσίασε με το ματ φυσικό αποτέλεσμα των *Matte Lasting Lipstick* με SPF 15, που διαρκεί όσο δεν φαντάζεσαι.

Δοκίμασε το *Lip Repair SPF 15*, που περιποιείται, ενυδατώνει και προστατεύει τα χείλη. Το φοράμε μόνο του (ιδιαιτέρως ροζ διάφανο χρώμα και απαλό άρωμα) ή κάτω από το κραγιόν μας.

2

Λαμπερά νύχια

Τα βερνίκια *Super Shine* και *Supreme*, είναι ο απόλυτος σύμμαχος: η μοναδική τους σύνθεση ατλώνεται τέλεια και είναι τόσο ανθεκτικά που δε θα σε αφήσουν ποτέ εκτεθειμένη.

3



Τα Εξάρχεια έγιναν Κρήτη

Κρητικά παντοπωλεία, ρακάδικα, βραδιές με μαντινάδες. Η Κρήτη κατοικοεδρεύει στα Εξάρχεια γιατί εδώ αισθάνεται «ελεύθερη»

Της **ΛΕΝΑΣ ΧΟΥΡΜΟΥΖΗ** - Φωτό: **ΑΣΠΑΣΙΑ ΚΟΥΛΥΡΑ**

Η Κρήτη μετακινείται, πάει Εξάρχεια. Και γι' αυτό δεν φταίνε οι τεκτονικές πλάκες. «Γιατί τόσο Κρήτη στα Εξάρχεια;» αναρωτιέμαι και ρωτώ παλιούς και νέους της γειτονιάς. Και η απάντηση πάντα η ίδια: «Επειδή οι Κρήτες και τα Εξάρχεια ζουν ελεύθερα».

«Καλώς ήρθες! Να βάλω μια ρακή;»

Ο Γιώργος Ρουμπάνης έφυγε απ' τη «Γεράπετρα», όπως αποκαλεί χαρακτηριστικά τον τόπο του. Ηρθε στην Αθήνα σε ηλικία 20 ετών για να μάθει δίπλα στο θείο του την τέχνη της σφολιάτας και του χειροποίητου φύλλου. Σήμερα είναι ένας από τους τελευταίους τεχνίτες του είδους στην Ελλάδα. «Ξεκίνησα υπαλληλίσκος στο εργαστήρι του θείου. Στη βιομηχανία δεν μπαίνει χέρι, βάζουν τα υλικά στο μηχανήμα από τη μια μεριά και βγαίνει έτοιμο φύλλο από την άλλη. Αλλιώς, όμως, γίνεται το φύλλο με το χέρι. Στο εργαστήρι του θείου μου έμαθα τι θα πει η αγάπη προς τον πελάτη». Τα τελευταία χρόνια άνοιξε δίπλα στο παρασκευαστήριο ένα σύγχρονο παντοπωλείο με απόλυτο σεβασμό στην παράδοση. Στα ράφια παραλούν προϊόντα, κυρίως από την Κρήτη –παξιμάδια, ζυμαρικά, καλιτσούνια, μυζηθρόπιτες, μαραθόπιτες κ.ά.–, αλλά και κάποια εκλεκτά προϊόντα από όλη την Ελλάδα. «Η Κρήτη σήμερα έχει γίνει μόδα, αλλά αυτό δεν αρκεί. Η αυθεντικότητα κατακτείται με κόπο, πολύ τρέξιμο και πολλή προσωπική δουλειά. Πιστεύω πως η επαφή με τον πελάτη κάνει τη διαφορά. Δεν με ενδιαφέρει αν θα ψωνίσει, θέλω να νιώθει άνετα, να κάτσει και να πιει μια ρακή». Δεν είναι τυχαίο ότι ο Γιώργος Ρουμπάνης έχει κερδίσει το προσωνύμιο: ο «ψυχολόγος» της Τσοίτσα.

Στου «Τάκη» τη στοά

Ο Χρηστάκης Κατσούλης έφτιαχνε σφακιανή πίτα στα Εξάρχεια, όταν η Αθήνα ακόμα εξοικειωνόταν με τη θεοσαλονικιώτικη μπουγάτσα. Γεννημένος στη Σητεία αισθάνεται δύο φορές μετανάστης. «Έφυγα σε ηλικία 10 ετών στη Γερμανία. Ακολούθησα τον πατέρα μου, που πήγε μετανάστης



στη Φρανκφούρτη. Γύρισα το 1988 στην Αθήνα με την προοπτική να μείνω για ένα χρόνο. Αγόρασα αυτό το μαγαζί στη Βερανζέρου και ο ένας χρόνος έγινε μια ολόκληρη ζωή». Το οικογενειακό ρακάδικο του «Τάκη» ξεκίνησε ως καφεενεδάκι. Ακολούθησαν κρητικές βραδιές με λύρες και μαντινάδες, εμφανίστηκαν οι πρώτοι μεζέδες και σήμερα είναι ένα από τα πιο αυθεντικά κρητικά εστιατόρια της πρωτεύουσας. «Δεν έχω κανένα φοβερό μυστικό επιτυχίας. Ήμουν κάποτε συνδικαλιστής και το μαγαζί μάζευε τότε πολλούς υπουργούς του ΠΑΣΟΚ. Μετά άρχισαν να έρχονται οι βουλευτές του ΣΥΡΙΖΑ και γενικά όλοι, διότι είμαστε ένα προσδευτικό στέκι».

Ο καινούργιος

Το Σαρακηνικό άνοιξε πριν από 15 μήνες. Είναι το νεότερο ρακάδικο των Εξαρχείων. Ο Χάρης Αγαπάκης γεννήθηκε στο Ηράκλειο, σπούδασε πολιτικός μηχανικός και βρέθηκε στην Αθήνα. «Οι ευκαιρίες στο Ηράκλειο δεν ήταν πολλές. Θέλαμε με τη σύζυγό μου μια αλλαγή. Το ρακάδικο είναι το μπαρ της κρίσης. Πίνεις αγνό αλκοόλ με χαμηλό κόστος και το συνδυάζεις με μεζέ». Εδώ ξεχωρίζει: το άγριο αγγιναράκι και η ρακή από τις Άγιες Παρασκές.

Και οι Πόντιοι

Τα αδέρφια Αλέξανδρος και Κώστας Παπαδόπουλος είναι από τον Πόντο, αλλά άνοιξαν ρακάδικο ένα βήμα από την πλατεία. Τι θέλουν δύο Πόντιοι με την Κρήτη; «Τώρα που το καλοσκέφτομαι, τίποτα δεν είναι τυχαίο. Λύρα έχουμε και εμείς και οι Κρητικοί. Οι χοροί μας είναι παρόμοιοι. Κυρίως όμως είμαστε δύο λαοί περήφανοι, με παράδοση στην καλή κουζίνα. Πιστεύω ότι τα Εξάρχεια θυμίζουν Κρήτη. Τόσο η Κρήτη όσο και τα Εξάρχεια σε κάνουν να νιώθεις εκτός μάζας». ●



Aν σου αρέσουν τα πολύ mainstream γύρνα σελίδα. Αν όχι, βρήκες το μέρος σου. Δεν βλέπεις δρόμο, δεν ακούς αυτοκίνητα, παρά μόνο τη θάλασσα και κουβανέζικες, ρέγκε και λάτιν μουσικές. Εξυπηρέτηση φιλική με τη σωστή έννοια, που σημαίνει ότι δεν θα σε κοιτάξει κανείς σαν ζευρο, θάλασσα καθαρή, δωρεάν ξαπλώστρες και ομπρέλες. Πρόσθεξε: το mojito θα το πεις μόνο με € 4,50, γιατί όπως λένε και τα παιδιά που το έ-

Pura vida

Όπως λέμε, αγνή ζωή!

κουν «και οι φίλοι μας δεν έχουν να δώσουν παραπάνω». Τα πάντα στο Pura Vida, που σημαίνει αγνή ζωή, τα έφτιαξαν με τα χέρια τους, γι' αυτό και τα αγαπούν. Κάθε Σάββατο live events και στις 18/8 special guest οι Mamacita On Fire, με «μπροστινή» την Πηνελόπη Αναστασοπούλου. Το «νησί» σου μέσα στην Αθήνα θα το βρεις στο 370 κλμ. της Λεωφ. Σουνίου, Παραλία Αγίου Δημητρίου, Λαγονήσι. Δες και στο [facebook.com/Puravidabeachbar](https://www.facebook.com/Puravidabeachbar)

ΜΕ ΚΑΠΟΙΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ
ΔΕΝ ΠΑΙΖΟΥΜΕ

ΓΡΑΜΜΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΚΑΙ ΤΗΛΕΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΘΙΣΜΟ ΣΤΑ ΤΥΧΕΡΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΑΠΟ ΤΟ ΚΕΦΑΛ ΜΕ ΤΗΝ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΗΣ ΟΠΑΠ ΑΕ ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ.

ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ:

1114





«Ακούς ένα τραγούδι του Χατζιδάκι, τελειώνει και νιώθεις μέσα σου ευγενέστερος. Γιατί ξεπλένει από μέσα μας κάθε ευτέλεια, ανελευθερία και λαϊκισμό, δικό μας ή των άλλων, αδιάφορο».

-Διονύσης Σαββόπουλος

ΜΟΥΣΙΚΟ ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ

ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΣΤΗΝ ΠΟΛΗ. ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΕ ΤΡΙΗΜΕΡΑ, ΜΙΑ ΒΔΟΜΑΔΟΥΛΑ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΕΝΟΣ ΦΙΛΟΥ, ΜΕ ΣΚΗΝΗ ΘΑ ΠΑΩ ΜΩΡΕ, ΔΕΝ ΜΕ ΒΛΕΠΩ ΝΑ ΦΕΥΓΩ, 5 ΜΕΡΕΣ ΘΑ ΦΥΓΩ ΚΑΙ ΒΛΕΠΟΥΜΕ, ΜΕΡΑ ΜΕΡΑ ΤΟ ΠΑΩ, ΘΑ ΔΕΙΞΕΙ. ΑΝ ΤΗΝ ΑΚΟΥΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ, ΒΡΕΣ ΜΟΥΣΙΚΗ ΠΑΡΕΑ ΣΤΙΣ ΣΥΝΑΥΛΙΑΚΕΣ ΝΥΧΤΕΣ ΤΟΥ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΟΥ.



ΙΟΥΛΙΟΣ

26/7 Διονύσης Σαββόπουλος στο **Θέατρο Πέτρας, Πετρούπολη**. «Μάνος Χατζιδάκις τώρα». 27 τραγούδια του Μάνου Χατζιδάκι, επιλεγμένα και τραγουδισμένα απ' τον ίδιο. Συμμετέχει η ορχήστρα νυκτών εγχόρδων Δήμου Πατρέων και η νεανική πολυφωνική χορωδία Πατρέων.

24&25/7 Βασίλης Λέκκας & **26/7**

Encardia, Μουσικό Προαύλιο Θεάτρου Badminton. Στο πλαίσιο του φεστιβάλ «Προσωπικές διαδρομές» που επιμελείται ο Μιχάλης Κουμπιός.

27/7 Dimitris Kalantzis Quintet - «Mano's», **στον Κήπο του Μεγάρου Μουσικής Αθηνών**. Μια τζαζ βραδιά αφιερωμένη στον Μάνο Χατζιδάκι.

30/7 Θανάσης Παπακωνσταντίνου,

**Heineken**
open your world

RED HOT CHILI PEPPERS

RED HOT CHILI
PEPPERS



4 ΔΟΗΝΑ OPEN ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ
ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΣΤΑΔΙΟ

ΚΕΡΔΙΣΤΕ ΕΙΣΙΤΗΡΙΑ

ΚΑΙ ΖΗΣΤΕ ΤΗΝ ΠΙΟ ΜΕΓΑΛΗ ΣΥΝΑΥΛΙΑ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ

ΣΤΟ facebook.com/heineken

Απολαύστε υπεύθυνα



PURAVIDA beach bar

Νέα άφιξη, που ανανεώνει αυτό που εννοούμε με τον όρο beach bar, με πάρτι, events και διαφορετικά cocktails, σε μια καταπληκτική παραλία που σε μεταφέρει μακριά. Μη χάσεις το ραντεβού στις 18/8 με special guests τους **Mamacita On Fire** με front woman την Πινελόπη Αναστασοπούλου, 17 κ.μ. Λεωφ. Σαϊνίου, Παραλία Αγίου Δημητρίου, Αιγιονίσι, facebook.com/PuravidaBeachBar

[at] CINEMA

ΑΥΣΤΗΡΩΣ ΑΚΑΤΑΛΛΗΛΟ

5 ΤΑΙΝΙΕΣ SEX

ΚΑΡΟΛΟΥ 8 ΑΘΗΝΑ 52-250-38

στο **Κίνο Μπομπονιέρα, Κηφισιά.**

Ο Προφήτης πάει σινεμά.

ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ

10&11/8 Άλκιστις Πρωτοψάλτη & Στέφανος Κορκολής στο Μικρό Θέατρο Αρχαίας Επιδαύρου.

Αφιέρωμα στο μελοποιομένο Οδυσσέα Ελύτη.

26/8 - 29/9 Αισχύλεια 2012, στην Ελευσίνα. Θεατρικές, μουσικές, κινηματογραφικές και εικαστικές εκδηλώσεις. Μουσικά ξεχωρίζουν η συναυλία του Θανάση Παπακωνσταντίνου (27/8) κι η μουσική πανσέληνος της Μάρθας Φριντζήλα και του Τάκη Φαραζή (31/8).

27/8 Γιάννης Αγγελάκας στο Θέατρο «Αλέξης Μινωτής», Αιγάλεω. Alltogethernow με αληθινή μουσική.

29/8 Active Member στην «Τεχνόπολις» του Δήμου Αθηναίων. Η 20χρονη διαδρομή του B.D.Foxmoor και της Sadahzinia σε μια μουσική βραδιά με ποίηση, σκέψη και Low Bar.

29/8 Flogging Molly στο Gagarin. Από την Καλιφόρνια, με ένα ιδιότυπο μείγμα από παραδοσιακή ιρλανδική folk και πανκ ενέργεια.

30/8 Χαϊνηδες & Ψαραντώνης στην «Τεχνόπολις» του Δήμου Αθηναίων. «Θεοί και Δαίμονες» από τους αθεόφοβους Κρητικούς, που θα έχουν μαζί τους τον Ψαραντώνη, μέλη των Mode Plagal και την ομάδα χορού και ακροβασίας «κι όμως κινείται».

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ

1/9 5ο Athens Hip Hop Festival στην «Τεχνόπολις» του Δήμου Αθηναίων.

Το πιο όμορφο κοινό της πόλης στο καθιερωμένο του και πάντα διαχωρητο hip hop ραντεβού. Στο line-up: 12ος Πίθηκος, Εισβολέας, Άγνωστος Χειμώνας - Ταφ Λάθος, Στίχοιμα, Phyrosun, Δημήτρης Μεντζέλος, Υποχθόνιος, 3D, Neon, Sifu Versus Ju Ju.

2/9 Imany στην «Τεχνόπολις» του Δήμου Αθηναίων. Η καρδιοχτυπημένη Γαλλίδα Nadia Mladjao με guests τους Imam Baildi, Marietta Fafouti, Penny & the Swingin' Cats.

3/9 Αλκίνοος Ιωαννίδης στην «Τεχνόπολις» του Δήμου Αθηναίων. Μουσική «Συγκομιδή» των προσωπικών του δίσκων από το 1997 ως σήμερα μαζί με επιλογές από τραγούδια άλλων δημιουργών, που μερικά θα ακουστούν για πρώτη φορά. Μαζί με το εισιτήριό σας φέρτε και ένα τετράδιο, καθώς μαζεύουν σχολικά είδη για τα παιδιά του Χατζηκυριάκειου Ιδρύματος.

4/9 Red Hot Chili Peppers στο Ολυμπιακό Στάδιο. Το red hot μουσικό γεγονός της χρονιάς.

5/9 Νατάσσα Μποφίλιου στην «Τεχνόπολις» του Δήμου Αθηναίων. Επιτέλους σπίτι.

5/9 Άλκιστις Πρωτοψάλτη - Ευανθία Ρεμπούτσικα στο Θέατρο Βράχων Βύρωνα. Ανατολικά της Δύσης. **Α**



Αλκίνοος Ιωαννίδης

Στην εθνική με τους MY WET CALVIN



«Δίγες μόλις ώρες πριν αναχωρήσουμε για τις καλοκαιρινές διακοπές, εκτός από τα άλμπουμ που πετιούνται κάπως άτακτα μέσα σε φλασάκια, ipod και κινητά, υπάρχει και το cd εκείνο που, εν ειδει μίχταρε, φτιάχνεται με περίσσια φροντίδα. Εκεί μπαίνουν τα τραγούδια που μόλις τα πρωτοάκουσες σκέφτηκες πως “αυτό θέλω να ακούγεται στο αμάξι, όταν θα βγούμε στην εθνική”. Τα ακόλουθα κομμάτια ανήκουν de facto στο ίδιο CD...»

A DATE/TIME NOISE REDUCTION ON/OFF

Beach House - Wild

Διότι είναι εξέχον opening track και εν γένει ψύχραιμο άσμα εκκίνησης.

Felizol - Το καλοκαίρι φταίει

«...που η Αθήνα με παιδεύει, εδώ και χρόνια μ' αγριεύει!...!», από την «Πάρνηθα».

ToroY Moi - Good Hold

Κυρίως για το σημείο εκείνο που όλο το κομμάτι φιλτράρεται σαν να βουτάει για μερικά δευτερόλεπτα το αυτοκίνητο στο νερό.

Kid Flicks - A Pleasant Weekend

Για τον παρελθόντα χαρακτήρα του.

B DATE/TIME NOISE REDUCTION ON/OFF

The Last Drive - Butterfly 69

Ακόμη κι αν θυμίζει ελαφρώς Tom Petty & The Heartbreakers...

Κτίρια τη νύχτα - Μαιρινλ

Με την ανηφορική κλιμάκωση, από τις «Σημειώσεις άλυτων θεμάτων».

Stella - Detox

Για τη διαρκώς εκκρεμούσα «αποτοξίνωση».

Sillyboy - Supply Chain

Download της τελευταίας στιγμής εν αναμονή του άλμπουμ του τον Οκτώβρη.

Εν Πλω - Χωρίς κανόνα

Και το καλοκαίρι, και το χειμώνα!

ΑΛΚΙΝΟΣ ΙΩΑΝΝΙΔΗΣ

Γιώργος Κοντραφούρης
πιάνο Hammond

Γιώργος Καλούδης
τσέλο λύρα

Νίκος Παρασυλάκης
νέο κίθαρα

Άγγελος Πολυχρόνου
κράυστα

πρωτοβουλία Θεοτόκος Αθήνας - Βασίλης Αραβάνος
επιπλέον Κωνσταντίνος Αλεξίου



ΤΕΧΝΟΠΟΛΙΣ
ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

ΠΕΙΡΑΙΩΣ 100



Δευτέρα
3/9/12

έναρξη 21:00

EPT

MEGA

TV5

100.5

TV6

93.4

TV7

93.4

TV8

93.4

TV9

93.4

TV10

93.4

TV11

93.4

TV12

93.4

TV13

93.4

TV14

93.4

TV15

93.4

TV16

93.4

TV17

93.4

TV18

93.4

TV19

93.4

TV20

93.4

Πρωτόκολλο

Public

TV5

Τελετή "Τεχνόπολις"

ΤΟ ΒΗΜΑ

ATHEN

NOVDOC

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

FREE SHOW

Μετροπάλ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ

ΕΡΤ



CIRQUE DU SOLEIL Μην το χάσεις

Για το ότι αναμένεται θρίαμβος δεν υπάρχει μεγαλύτερη απόδειξη από το γεγονός πως προστέθηκαν τρεις επιπλέον ημερομηνίες σ' αυτές που είχαν αρχικά ανακοινωθεί για το «Alegria» του Cirque du Soleil.

Του ΔΗΜΗΤΡΗ ΜΑΣΤΡΟΓΙΑΝΝΙΤΗ

Μα πώς; Δεν ζούμε σε εποχή κρίσης; Μάλλον θα πρέπει να υπενθυμίσουμε πως ακριβώς επειδή ζούμε μια τέτοια εποχή, θεάματα που προσφέρουν ψυχική ευφορία, έρχονται συνοδευόμενα από διθυραμβικές κριτικές και όπου ανέβηκαν έχουν αφήσει θεατές να παραμιλούν, αμέσως μας βάζουν στη λογική «πρέπει να το δούμε οπωσδήποτε!».

Ίσως για να μπορέσει κανείς να εξηγήσει τι είναι το «Alegria», η λέξη-υπερθέαμα φαντάζει φτωχή και μια νέα λέξη πρέπει να εφευρεθεί. Η μαγεία του τσίρκου συναντάει τη θεατρική ποιή-

ση, την παντομίμα, το χορό, τη μουσική, τα εικαστικά, την τέχνη των κλόουν, των ακροβατικών, της γυμναστικής... και το θεατή. Γέλιο (κλόουν), ομορφιά (κοστούμια και σκηνικά), δεξιότητες (οι ακροβάτες αφηφούν το νόμο της βαρύτητας), έκπληξη και σαγήνη μπροστά στην κατάργηση των ορίων εναλλάσσονται κάτω από την μπαγκέτα μιας σκηνοθετικής ευφυΐας.

Αλλά δεν είναι μόνο το θέαμα, είναι και το χαρούμενο μήνυμα που φέρνει: στη μάχη μεταξύ του ανανεωτικού, του επαναστατικού, του φρέσκου, με το κατεστημένο και το παλιό, νικούν τα πρώτα. Εξάλλου οι Ισπανοί χρησιμοποιούν τη λέξη «alegría» για να ξορ-

κίσουν το κακό, κι αυτό τα λέει όλα. Η «Alegria» είναι ίσως ο μοναδικός λόγος που θέλουμε να έρθει ο Σεπτέμβριος.

INFO Κλειστό Γήπεδο Μπάσκετ, Ο.Α.Κ.Α., 3-13/9. € 35, 45, 55, 65, 75 (VIP ζώνη), φοιτ. & παιδ. έκπτωση 20% σε όλες τις ζώνες. Μεγάλοι χορηγοί: OTE & Coca Cola. Η ATHENS VOICE είναι χορηγός επικοινωνίας. Προώληση στα καταστήματα ΓΕΡΜΑΝΟΣ, online αγορές στην ιστοσελίδα www.lavris.gr και στο 210 9888.888

www.athensvoice.gr



Δείτε στο site βίντεο από την παράσταση

Vellios
SCHOOL
OF ART

-  MIXED MEDIA FINE ARTS
ΣΟΦΙΣΤΙΚΗ & ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ
-  GRAPHIC DESIGN
ΓΡΑΦΙΣΤΙΚΗ
-  INTERIOR DESIGN
ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ
-  VISUAL MERCHANDISING
ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ ΒΙΤΡΙΝΩΝ & ΕΠΙΛΕΓΜΑ ΧΩΡΩΝ
-  ANIMATION / 3D
-  COMICS - CARTOON
-  FASHION DESIGN

ΔΙΔΑΚΤΡΑ

3500 ευρώ/έτος
(ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΦΟΙΤΗΣΗ)

2500 ευρώ/έτος
(OPEN LEARNING / DISTANCE LEARNING)



ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Δημήτρης ΑΡΒΑΝΙΤΗΣ
Βήσσης ΒΕΛΛΙΟΣ
Τάκης ΚΑΤΣΟΥΛΙΔΗΣ
Δημήτρης ΜΥΤΑΡΑΣ
Γιώργος ΤΣΕΚΛΕΝΗΣ

**ΟΙ ΤΕΧΝΕΣ
ΔΕΝ ΘΑ ΣΕ ΑΦΗΣΟΥΝ
ΠΟΤΕ ΧΩΡΙΣ ΔΟΥΛΕΙΑ**

www.velliosschoolofart.gr
info@velliosschoolofart.gr







ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ
ΠΟΙΟΤΙΚΗ
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ



ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

"VELLIOS SCHOOL OF ART"
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
3ης ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 24, ΑΘΗΝΑ, 104 32
Τ. 210 5201730, F. 211 800 7776

-  ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΦΟΙΤΗΣΗ
-  OPEN LEARNING (2 αναγ. / εβδομάδα)
-  DISTANCE LEARNING (2 ημερ. / μήνα)
-  ΕΙΔΙΚΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ (βραχυρότερα)



Αμαλία Μουτούση

Η πρωταγωνίστρια της παράστασης «Αμφιτρύων» του Μολιέρου, καταρτίζει το δικό της αλφάβητο

Κείμενο - Φωτό: ΙΩΑΝΝΑ ΜΠΛΑΤΣΟΥ

Αποτυχίες Όταν επαναπαύομαι, έρχονται όλες καταπάνω μου. Μόλις νιώσω σίγουρη με τον εαυτό μου, επειδή νομίζω ότι κάτι έχω κατακτήσει, πάνε όλα στράφι. Όλες μου οι αποτυχίες προέρχονται από μια εσωτερική τεμπελιά και από ένα αίσθημα ερρησυχασμού. Από μια απροθυμία να διακινδυνεύω. Αποτυχία δεν είναι το να χάνω, είναι αυτό το αίσθημα ότι δεν προσπάθησα, δεν αγωνίστηκα.

Αθήνα Η πλατεία του Αγίου Παντελεήμονα στην Αχαρνών είναι σαν μια μικρογραφία της Αθήνας: εκκλησία, πλατεία, γειτονιά, γέροι, παιδιά, χρώματα, φωνές και γέλια, όλα αυτά ανακατεμένα με τη φτώχεια, το φόβο, τη βρόμα, την εγκληματικότητα και το χάος.

Βαριέμαι Τα ίδια και τα ίδια. Βαριέμαι να νομίζουμε ότι πάντα φταίνει οι άλλοι.

Βαρβαρότητα Τζιπ με σκούρα τζάμια παρκαρισμένο στη ράμπα των αναπήρων.

Γεννήθηκα Στο μαιευτήριο Αλεξάνδρα. Μου λέγανε ότι με βγάλανε με την κουτάλα επειδή ήμουνα χοντρή – αυτό μάλλον ήταν ένα αστείο για να με πειράζουν οι μεγαλύτερες αδερφές μου. Πριν γεννηθώ, όλα στο δωμάτιό μου ήταν θαλασσί – με περίμενε μια θαλασσιά κούνια και θαλασσιά ρούχα. Όταν γεννήθηκα, ο Βιτάλης, ο μαιευτήρας και φίλος του πατέρα μου, βγήκε από το δωμάτιο και του είπε: «Δυστυχώς, είναι κοριτσάκι».

Ζορίζομαι Από τη συνεχή και ολοκληρωτική διαθεσιμότητα που απαιτεί η δουλειά μου. Από την έλλειψη στοιχειώδους προσωπικού χρόνου. Δεν μπορώ να αποδώσω, αν δεν είμαι ήρεμη. Μισώ τη βιασύνη. Αλλά, πάνω από όλα, ζορίζομαι που τόσο άνθρωποι είναι χωρίς δουλειά, που τόσο συνάδελφοί μου δεν έχουν να πληρώσουν το νοίκι τους, που βλέπω να αυξάνεται συνέχεια το ποσοστό αυτοκτονιών, που τόσο άνθρωποι γύρω μας περιμένουν στην ουρά για ένα πιάτο φαΐ, κοιμούνται μέσα στο κρύο, ψάχνουν στα σκουπίδια, δεν έχουν να πληρώσουν τα φάρμακά τους.

Ηθοποιός Να ξεπερνάς κάθε μέρα τη δειλία σου, τις ντροπές σου και μηροστά στους άλλους να χαίρεσαι τον εαυτό σου.

Ήρωες Οι άνθρωποι που δεν περιμένουν τίποτα από κανέναν. Οι αφανείς ήρωες της ζωής. Αυτοί που έχουν λίγα και νιώθουν μια πληρότητα. Που δεν ζηλεύουν τα περισσότερα, δεν γοπεύονται από τα υλικά αγαθά και δεν μπήκαν στο λούκι του δανεικού νεοπλουτισμού.

Θάνατος Η επίγνωση του θανάτου μου – αυτό έχει νόημα για μένα όσο είμαι ζωντανή. Να συναισθάνομαι το θάνατο με όλη μου την καρδιά και να τον περιμένω ζώντας την κάθε στιγμή σα να είναι μοναδική.

Θεός Τον ένιωσα πρώτη φορά όταν ήμουνα 9 χρόνων, ένα βράδυ στο σπίτι μου στο Καβούρι, ενώ κοιτάζα το φεγγάρι. Ήταν ένας πόθος, μια δίψα, η οποία στη συνέχεια έγινε η κινητήριος πηγή και δύναμη της ζωής μου.

Ισορροπία Η ακριβής απόσταση της μύτης μου από το λουλούδι.

Info

«Αμφιτρύων» του Μολιέρου από το Εθνικό Θέατρο σε σκηνοθεσία Λευτέρη Βογιατζή. ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΕΠΙΔΑΥΡΟΥ. 4-5/8, 21.00. Αγορά εισιτηρίων: 210 3272.000, www.greekfestival.gr. Περιοδεία: 10/8 - Αρχαίο Θέατρο Φιλίππων-Καβάλα, 27/8 - Θέατρο Δάσους-Θεσσαλονίκη, 31/8 - Θέατρο Βράχων-Βύρωνα, 2/9 - Παλιό Ελαιουργείο-Ελευσίνα, 7/9 - Κύπρος, 13/9 - Θέατρο Πέτρας-Πετρούπολη

Καθρέφτης Η καλύτερη άσκηση για το βλέμμα. Μηποστά στον καθρέφτη, το βλέμμα μου εκπαιδεύεται και ωριμάζει. Μαθαίνει να ψάχνει και να βλέπει πίσω από αυτό που φαίνεται. Όταν είδα τον εαυτό μου για πρώτη φορά στον καθρέφτη είπα «αποκλείεται να είμαι μόνο αυτό, αυτή η εικόνα». Αργότερα, η εικόνα αυτή με αποπροσανατόλισε, με παρέσυρε πολλές φορές. Τώρα που μεγαλώνω, ξαναβρίσκω την πρώτη, αληθινή μου απορία.

Λευτέρης Βογιατζής Το «μέσα», «έξω». Ένα γάντι γυρισμένο ανάποδα.

Μητρότητα Η εικόνα της πεθεράς μου, την ώρα που ο άντρας μου φεύγει από το σπίτι της με τη μηχανή του, να τον σταυρώνει και να προσεύχεται γι' αυτόν καθώς τον βλέπει να απομακρύνεται.

Ντροπή Που τόσο λίγοι, ανίκανοι πολιτικοί οδήγησαν τόσο πολλούς ανθρώπους σε τόσο μεγάλη απόγνωση.

Ξαγρυπνώ Η γιαγιά μου μου έλεγε ότι «ο άγρυπνος οφθαλμός εξαγνίζει το νου, ενώ ο πολύς ύπνος πωρώνει την ψυχή» (από τον Αγ. Ιωάννη της Κλίμακας).

Όνειρα Ονειρεύομαι συνεχώς το σπίτι και το χτήμα μας στη Βάρκιζα. Εκεί που πέρασα όλα τα παιδικά μου καλοκαίρια. Ίσως γιατί εκεί βρίσκεται ο παράδεισος και ο εφιάλτης της παιδικής μου ηλικίας, η επαφή μου με τη φύση, μια άγρια χαρά.

Πολιτικοί Για κλάματα.

Ποτέ Μου αρέσει αυτή η λέξη. Μου θυμίζει το «για πάντα».

Ρεμβάζω Κοιτάζοντας τα αστέρια στη Φολέγανδρο, που έχει το ωραιότερο σκοτάδι και κάθε βράδυ είναι σαν πλανητάριο.

Σιωπώ Έχω κλάψει πικρά πολλές φορές επειδή μίλησα όταν δεν έπρεπε.

Τραύμα Θαύμα.

ΥΠΠΟ Υπουργείο ΥΠΟβαθμισμού.

Φόβοι Φοβάμαι τα ανεξέλεγκτα αντανακλαστικά του ανθρώπου.

Χρήματα Προσπαθώ να τα χρησιμοποιώ και να μη με χρησιμοποιούν. Η θεοποίηση του χρήματος είναι η μεγαλύτερη ανοησία και συμφορά του ανθρώπου. Ειδικά τα τελευταία χρόνια, με το άυλο χρήμα είναι σα να δεχόμαστε επίθεση από έναν αόρατο δαίμονα.

Χόμπι Πού να βρεθεί χρόνος για χόμπι; Τα χόμπι μου είναι μόνο θεωρητικά. Το αγαπημένο μου: η ορειβασία, να σκαρφαλώνω στα βουνά.

Ψέματα Τα ψέματα –για το δικό μου ψυχισμό– είναι συνδεδεμένα με την ντροπή. Γι' αυτό και μου προκαλούσαν πάντα

ένα αίσθημα μειονεξίας. Υπήρξε μια άχαρη περίοδος της παιδικής μου ηλικίας –τότε που οι γονείς μας χώρισαν–, κατά τη διάρκεια της οποίας τα ψέματα είχαν γίνει η δεύτερή μου φύση. Δεν τα χωνεύω καθόλου. Με αποδυναμώνουν.

Ωρα να... ...φάω λίγο καρπούζι. **Α**

Σαν ένα
καλοκαιρινό φιλί
Έτσι πρέπει να είναι το τασί



Ιφιγένεια, σήμερα

Οι πρωταγωνιστές της παράστασης «Ιφιγένεια εν Αυλίδι» σε σκηνοθεσία Θέμη Μουμουλίδη, μίλησαν στην Α.Υ. για την κορυφαία τραγωδία του Ευριπίδη.

Της **ΕΛΙΖΑΣ ΣΥΝΑΔΙΝΟΥ**

«Πάντα θα υπάρχουν Ιφιγένειες, δεν θα φτάνουν στα δικά μας τα αυτιά όμως. Όταν δεν μπορείς να κριτικάρεις τα πράγματα, να πεις την αλήθεια, λες παραμυθάκια. Παραβολές. Αυτό έκανε κι ο Ευριπίδης, αυτό κάνουμε κι εμείς».

Στέλιος Μάινας

«Η “Ιφιγένεια εν Αυλίδι” μέχρι τώρα έχει αντιμετώπισει σαν ένας ύμνος στην πατρίδα, ενώ είναι ένα έργο βαθιά ειρωνικό. Εναντίον ποιων βαρβάρων γίνεται ο (τρωικός) πόλεμος; Ποιος είναι πιο βάρβαρος από εκείνον που σκοτώνει το ίδιο του το παιδί;»

Καριοφυλλιά Καραμπέτη

«Η Ιφιγένεια δεν θέλει να πεθάνει κανείς για εκείνη. Και στην πορεία του έργου, ακαριαία σχεδόν, συνειδητοποιεί ότι δεν θέλει να ζήσει μα σε αυτόν το διαβρωμένο τόπο. Αποφασίζει να θυσιάσει και μέσα από αυτή την πράξη της αποθεώνεται κιόλας».

Ιωάννα Παππά

«Είδα σε εφημερίδες ότι η Ελλάδα θα θυσιάσει σαν την Ιφιγένεια. Το τι θέλει να πει ένα κείμενο, παίζεται πάντα στη συνείδηση του θεατή: αυτό που με συγκινεί είναι ότι οι νέοι άνθρωποι συχνά, ειδικά στον τόπο μας, θυσιάζονταν από την αμέλεια και την έλλειψη υπευθυνότητας των πολιτικών μας».

Αλεξάνδρα

Σακελλαροπούλου

«Αυτά τα έργα πήραν το χαρακτηρισμό κλασικά, επειδή επιβιώνουν. Σήμερα, η θυσία που ζητάται είναι να πεινάσεις, να μην έχεις μισθό, να πας τριάντα χρόνια πίσω. Ο καθένας μπορεί να βρει τις αντιστοιχίες σε πολλά πράγματα — η θυσία έχει πάρα πολλές μορφές».

Μηνάς Χατζησάββας

www.athensvoice.gr

Διαβάστε ολόκληρη τη συνέντευξη στο site

Ιφιγένεια εν Αυλίδι, σκην. Θ. Μουμουλίδης. Παίζουν: Κ. Καραμπέτη, Στ. Μάινας, Ι. Παππά, Μ. Χατζησάββα, Γ. Στάνκογλου, Α. Σακελλαροπούλου, Αγ. Μπούρα, 25/7, Πειραιάς, Βεάκειο - 26&27/7, Χαλάνδρι, Θέατρο Ρεματίας - 29/8, Βριλήσσια, Θέατρο Αλική Βουγιουκλάκη κ.ά.

Η ρασέα του Κ. ΒΗΤΑ



A	DATE / TIME NOISE REDUCTION ON / OFF	B	DATE / TIME NOISE REDUCTION ON / OFF
A SIDE		B SIDE	
1.	Poolside - Next To You	6.	Wendy & Bonnie - You Keep Hanging Up On My Mind
2.	Paradis - Parfait Tirage	7.	Azoto - San Salvador
3.	NSWF - Let U Go	8.	Alphaville - Sounds Like a Melody
4.	Rolling Stones - Dead Flowers	9.	Split Enz - I Got You
5.	Cornelius Bros & Sister Rose - Too Late To Turn Back Now	10.	Tashaki Miyaki - Something Is Better Than Nothing

Life Τσαι
με ροδάκινο

Έτσι πρέπει να είναι το τσάι



Φονικός έρωτας

Η Τόσκα θα ερωτευθεί, θα προδοθεί, θα σκοτώσει και θα αυτοκτονήσει μπροστά στους θεατές του Ηρώδειου, μέσα στο απίστευτο σκηνικό που έστησε ο σκηνοθέτης της όπερας **Ούγκο Ντε Άνα** για την παράσταση της Εθνικής Λυρικής Σκηνής.

Του **ΔΗΜΗΤΡΗ ΜΑΣΤΡΟΓΙΑΝΝΙΤΗ**

Ακόμα και στον πιο αδαή της όπερας είναι οικεία η διάσημη άρια της Τόσκα «Vissi d'arte». «Για την τέχνη έζησα, έζησα για αγάπη» τραγουδάει η Φλόρια Τόσκα στο βαρόνο Σκάρπια, επικεφαλής των δυνάμεων κατοχής στη Ρώμη (1800), όταν αυτός προσπαθεί να την κάνει δικιά του με αντάλλαγμα τη σωτηρία του αγαπημένου της, ιδεαλιστή επαναστάτη Μάριο Καβαραντόσι. Όμως ο συνθέτης Πουτσίνι δεν ήθελε happy end. Η Τόσκα σκοτώνει τον Σκάρπια, ο Καβαραντόσι εκτελείται και η Τόσκα αυτοκτονεί. Όλα αυτά στη διάρκεια ενός 24ώρου! Ο διάσημος Αργεντινός σκηνοθέτης Ούγκο Ντε Άνα είδε στην όπερα ένα (ρεαλιστικό) θρίλερ, καθώς στο τέλος κάθε μία από τις τρεις πράξεις σημαδεύεται από ένα μεγάλο γεγονός,

ικανό να εξάψει την... αγωνία των θεατών. Ο σκηνοθέτης είναι επιπλέον γνωστός για την ατμόσφαιρα που ξέρει να δημιουργεί με τους φωτισμούς και τη σκηνογραφία. Για την παράσταση επέλεξε ένα φορτωμένο με συμβολισμούς, μπαρόκ σκηνικό. Καταπιεστικά σύμβολα της εξουσίας (κυρίως θρησκευτικά) εντείνουν την πίεση στους ήρωες, που ζουν τις τελευταίες ώρες της ζωής τους χωρίς να το ξέρουν. Όπως δηλώνει ο Ντε Άνα στις συνεντεύξεις του, σέβεται το ιστορικό περιβάλλον όπου εξελίσσεται η όπερα, γι' αυτό μην περιμένουμε εκμοντερνισμούς χωρίς νόημα. Η χρήση των βίντεο απλά εξυπηρετεί το ρεαλισμό. Την Τόσκα ερμηνεύουν σε διπλή διανομή η Ιταλίδα Ντανιέλα Ντέσι (26, 28) κι η Ελληνίδα Τσέλια Κοστέα (27, 29).

*Ηρώδειο, 26-29/7, στις 21.00. Μουσική διεύθυνση: Μύρων Μιχαηλίδης.
Μάριο Καβαραντόσι: Καρλ Τάνερ (26, 28) - Τζανκάρλο Μονσάλβε (27, 29)
Βαρόνος Σκάρπια: Λάντο Ατανέλι (26, 28) - Γκεόργκε Γκαγκνίτζε (27, 29).
Συμμετέχει η Ορχήστρα και η Χορωδία της Εθνικής Λυρικής Σκηνής και η
Παιδική Χορωδία ROSARTE. € 25, 45, 55, 60, 85, 100, 15 (Φ/Π).
210 3662.100, 210 3612.461, 210 3643.725*

Η Τσέλια Κοστέα (Τόσκα)
κρατάει μαχαίρι



Το soundtrack του ΓΙΩΡΓΟΥ ΠΕΤΡΟΥ



A	DATE / TIME NOISE REDUCTION ON / OFF	B	DATE / TIME NOISE REDUCTION ON / OFF
Με τον πρωινό καφέ		Μεσημέρι	
Πολλή μπαρόκ μουσική και καθόλου τσιγάρο (το έχω κόψει εδώ και τρία χρόνια...)		«Tafelmusik» (επί το ελληνικότερον: μουσική της... τάβλας) του G.F. Telemann.	Philip Glass (και... χάνεσαι!)
Στο αυτοκίνητο		Μετά τη μεσημεριανή σιέστα	Με το early dinner (γιατί τα <i>late ones</i> καλό είναι να αποφεύγονται)
Πάντα ΕΡΑ III – είναι τέλειο.		Επιλογή ανάμεσα στο κύμα της θάλασσας ή τα τζιτζίκια.	Βαλς του J. Strauss από τον Carlos Kleiber (super)
Στο ταξί		Με τον απογευματινό καφέ (κατά προτίμηση <i>decafi</i> /Αριες από όπερες <i>belcanto</i> (super sexy...))	Το βραδάκι Ζωντανή μουσική... όπου και όπως...
Πάντα λαϊκά.		Στον απογευματινό περίπατο	Afterhours
Στην παραλία			Το « Summertime » του Gershwin (λειτουργεί με όλες τις δραστηριότητες...)
Κοντσέρτα για πιάνο του Mozart (όταν δεν γίνεσαι θύμα του διπλανού beach bar...) ή Κοντσέρτα για βιολί του Vivaldi (εντελώς rock...)			

Ο διευθυντής ορχήστρας και σολίστ πιάνου **Γιώργος Πέτρος** βάζει την κατάλληλη μουσική για μια χαλαρωτική ατμόσφαιρα μιας Αυγουσιτιάτικης μέρας.



Το μουσικό ραντεβού της πόλης έρχεται τον Σεπτέμβριο **Ark Festival**

Μετά το ταξίδι του σε πολλές πόλεις της Ελλάδας, το Ark Festival ετοιμάζεται να επιστρέψει δυναμικά για τρίτη χρονιά στην Αθήνα, σε ένα διήμερο (10&11/9) γεμάτο μουσικές και παράλληλες δράσεις, στην «Τεχνόπολις» του Δήμου Αθηναίων. Δίνοντάς σου ένα καλό λόγο για να περιμένεις με αγωνία τον Σεπτέμβρη. Στα πρότυπα των προηγούμενων φεστιβάλ, το Ark Festival και φέτος θα διατηρήσει το εισιτήριό του σε χαμηλά επίπεδα, παρουσιάζοντας στο κοινό, μαζί με γνωστούς και αγαπημένους καλλιτέχνες, και ονόματα για τα οποία θα μιλάς αύριο. Μάλιστα, θα είναι τόσο πολλοί οι καλλιτέχνες που για να χωρέσουν θα υπάρξουν δύο διαφορετικές σκηνές, ενώ και το πρόγραμμα θα ξεκινά από νωρίς το α-

πόγευμα – τα ονόματα θα ανακοινωθούν τις προσεχείς ημέρες. Παράλληλα, το ARK Festival θα αξιοποιηθεί για την ενίσχυση κοινωνικών, ανθρωπιστικών και πολιτιστικών σκοπιών μέσα από σειρά παράλληλων δράσεων και συνεργασιών που θα ανακοινώνονται τις επρόχονες εβδομάδες, ενώ όπως και κάθε χρόνο απευθύνει και φέτος κάλεσμα σε εθελοντές με πάθος για τη μουσική να αποτελέσουν κομμάτι του φεστιβάλ και να το ζήσουν από μέσα, συμμετέχοντας και βοηθώντας εθελοντικά τις δύο ημέρες της διεξαγωγής του. Βιογραφικό μπορείτε να στείλετε στο info@arkfestival.gr

Και για να μαθαίνετε πρώτοι τα νέα του ARK Festival, μείνετε διαρκώς συντονισμένοι: [Facebook The ARK Festival](https://www.facebook.com/TheARKFestival), www.twitter.com/ARK_Festival, www.arkfestival.gr

Η Linda Geyman και ο Στέφανος Κορκολής συστήνουν τους

BLOODY FAERIES

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ

Διηγούνται παραμυθένιες ιστορίες με δικό τους τρόπο. Οι Bloody Faeries είναι δημιουργήματα της συνεργασίας του δικού μας Στέφανου Κορκολή με τη Ρωσίδα Linda Geyman – όνομα καταξιωμένο στη ρώσικη εναλλακτική ροκ σκηνή, από τους πρώτους στη Ρωσία που έχουν ανέβει στο top 10 του αμερικάνικου Billboard με μεγαλύτερη επιτυχία το τραγούδι «Vorona» (Crow) και εκατομμύρια πωλήσεις. Οι δυο τους εμπνέονται από μύθους, ιστορίες, μυθιστορήματα όλου του κόσμου σε ένα οικουμενικό μήνυμα για έμπνευση και αγάπη. Με τη σύμπραξη του Βαγγέλη Ντεζέ, που έχει αναλάβει όλο το visual κομμάτι του οπτικοακουστικού αυτού πρότζεκτ με νουάρ αισθητική και clips που συνοδεύουν συντονισμένα όλα τα κομμάτια των Bloody Faeries. Πειραγμένες εκδοχές πάνω στην «Ωραία κοιμημένη», τον «Μικρό πρίγκιπα», τους «Αθλίους», την «Πεντάμορφη και το τέρας», τη «Λαίδη Μάκβεθ», τη «Σαλώμη», τη «Ζαν Ντ' Αρκ» και το «Μετρ και η Μαργαρίτα». Ήδη ολοκλήρωσαν μια επιτυχημένη ρώσικη περιοδεία, ενώ στις 14 Ιουλίου ήταν headliners στο τριήμερο φεστιβάλ της Samara στη Ρωσία.

«**Όλα ξεκίνησαν**», λέει ο Στέφανος, «από την πρόταση που μας είχε κάνει ο Βουτοινάς για το θεατρικό “Το επάγγελμα της κυρίας Γουόρεν” του Μπέρναντι Σο. Επεξεργαστήκαμε φράσεις μερικών δευτερολέπτων από το θεατρικό, σαν θραύσματα. Ακολούθησε ο “Μετρ και η Μαργαρίτα” του Μπουλγκάκοφ κι εκεί ήρθε η ιδέα για ένα νέο concept. Αυτό που συνέβη είναι η δημιουργική συνάντηση τριών ανθρώπων με κοινή αισθητική».

Η υποδοχή του κόσμου στην πρώτη αυτή παρουσίαση του ακυκλοφόρητου έργου τους ήταν αναπάντεχη. «Το κοινό τραγουδούσε μαζί μας στα γαλλικά. Ήταν άπιστευτο ότι ήξεραν όλα τα τραγούδια απέξω».

«**Ο συνδετικός κρίκος** για όλα αυτά είναι η γυναίκα» συμπληρώνει η Linda. «Χωρίς να το έχουμε στο μυαλό μας από την αρχή, προέκυψε μέσα από τις επιλογές μας στην πράξη». Η Linda ξεκίνησε μια σπουδαία καριέρα στα 14 της χρόνια. «Είχε άπιστευτη επιτυχία» επισημαίνει ο Στέφανος. «Μιλάμε για μια αγορά με δυνατή ροκ σκηνή, και να μην ξεχνάμε ότι εκεί ο τελευταίος μουσικός έχει βγει από το Ωδείο Τσαϊκόφσκι. Είναι ένα κοινό που καταλαβαίνει πολύ από μουσική».

Το πιο πιθανό είναι ότι η παραγωγή αυτή θα «εισαχθεί» στην Αθήνα το χειμώνα, αφού έχει ήδη κάνει την πορεία της στην Ευρώπη, ενώ σύντομα θα ολοκληρωθεί και η διαδικασία για την έκδοση του άλμπουμ. Για τη γνωριμία του με τη Linda, ο Στέφανος θυμάται: «Όταν με πήρε η αγγλική Universal, πριν από 7 χρόνια, για να κάνω παραγωγή στη Linda, βρήκα μια προσωπικότητα έτοιμη. Κάναμε δύο άλμπουμ μαζί και τώρα προχωράμε στο επόμενο βήμα».

Τα ρούχα που φορούν οι Bloody Faeries στις συναυλίες είναι δημιουργίες της Ιωάννας Κουρμπέλα (φωτό).
Μπες και δες: Facebook.com/BloodyFaeries






ΤΕΧΝΟΠΟΛΙΣ - ΓΚΑΖΙ

ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2012

- | | |
|---|---|
|  εκθεσιακά και εφαρμοσμένες τέχνες |  χορός |
|  επιχειρηματικότητα |  μουσική |
|  ...και για παιδιά |  κινηματογράφος |
|  περιοδικές εκθέσεις |  θέατρο και παραστασιακές τέχνες |

-  **25/6-9/9**
«Μια ιστορία από φως, στο φως»
Έκθεση αφιερωμένη στον τεχνητό φωτισμό από την αρχαιότητα έως σήμερα
-  **29/8**
Active Member
τιμές εισιτηρίων: προώληση 10€, ταμείο 15€
-  **30/8**
«Θεοί και Δαίμονες» Χαϊνηδες - Ψαραντώνης
τιμές εισιτηρίων: προώληση 10€, ταμείο 15€
-  **31/8**
Βασίλης Παπακωνσταντίνου - Χρήστος Θηβαίος
συμμετέχουν τα Κίτρινα Ποδήλατα
τιμές εισιτηρίων: προώληση 10€, ταμείο 15€
-  **1/9**
5th Athens Hip Hop Festival
τιμές εισιτηρίων: προώληση 10€, ταμείο 15€
-  **2/9**
IMANY
τιμές εισιτηρίων: προώληση 20€, ταμείο 25€
-  **3/9**
Αλκίνοος Ιωαννίδης
τιμή εισιτηρίων γενική 15€, για ανέργους 12€
-  **5/9**
Νατάσσα Μποφίλιου
τιμές εισιτηρίων: προώληση 10€, ταμείο 12€
-  **6/9**
ΕΣΤΟΥΔΙΑΝΤΙΝΑ & Γιάννης Κότσιρας
«Η Σμύρνη του Έρωτα»
τιμές εισιτηρίων: προώληση 10€, ταμείο 12€, καθημένο 15€
-  **7/9**
«Ένας τρελλός»
του Αλκιβιάδη Κωνσταντόπουλου
τιμές εισιτηρίων: προώληση 10€, ταμείο 12€
-  **10 & 11/9**
the ARK festival
-  **14-16/9**
3rd Bike Festival
-  **20-23/9**
3^η Μικρόπολις 2012
-  **26/9**
«Με τα Λόγια της Ευτυχίας»
Αφιέρωμα στην Ευτυχία Παπαγιαννοπούλου
-  **29 & 30/9**
Athens Plaython Festival

Για περισσότερες πληροφορίες

-  μελείτε στο www.technopolis-athens.com
-  κάντε like στη σελίδα μας στο facebook Τεχνόπολις Δήμου Αθηναίων
-  ακολουθήστε μας στο twitter @Technopolis2012



«ΤΕΧΝΟΠΟΛΙΣ» ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΑΙΩΝ / ΠΕΙΡΑΙΕΣ 100, ΓΚΑΖΙ / ΘΗΛ. | 210 3475518

ΕΙΣΙΤΗΡΙΑ



Υπεύθυνοι: Τμήμ. Ανάπτυξης Ομάδα ΟΤΑ, Προγραμματισμός & Εκθέσεις, Περιφερειακή Αρχιτεκτονική, Έργα - Μουσεία



Bookvoice

A.V. bookstore
Το βιβλιοπωλείο της
ATHENS VOICE.
Μπες στο www.athensvoice.gr
και παράγγειλε τα βιβλία της A.V.
Δωρεάν αποστολή σε όλη την Ελλάδα.

ο *αφρός* του παιδικού βιβλίου

Πρόσωπα κι εκδόσεις, που τον τελευταίο καιρό
έχουν πνεύσει ένα αεράκι ανανέωσης στο χώρο
του παιδικού βιβλίου.
Της ΔΗΜΗΤΡΑΣ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ

Φωτογραφία του Κοσμά Κουμινού,
στα πλαίσια του σεμιναρίου
«ATHENSVOICE - Δημιουργώντας ένα editorial»
της σχολής φωτογραφίας New School Athens.
Ευχαριστούμε πολύ την Εύη Φραγκολιά.



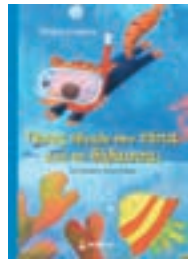
Ημερολόγιο εγκυμοσύνης

Ηδημοσιογράφος **Στέλλα Κάσδαγλη**, συγγραφέας του «**Κοιλίτσα.com**» (εκδ. Πατάκη) μιλάει για την πραγματικότητα μιας εγκυμοσύνης. «Όταν ανακάλυψα ότι είμαι έγκυος, φρίκαρα. Δεν ήμουν έτοιμη να το διαχειριστώ. Αποφάσισα να φτιάξω ένα blog για να γράφω τις σκέψεις και τα συναισθήματά μου. Τα οποία, ήταν περίεργα – είχα αγωνίες, φιλοδοξίες, ενοχές... Στην πορεία βλέπω ότι αυτά που γράφω δεν είναι εξωπραγματικά και

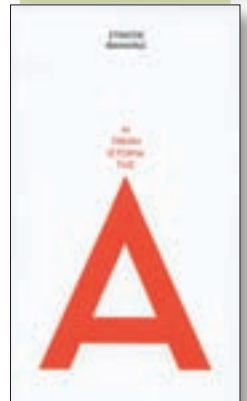
τα διαβάζουν κι άλλοι. Το βιβλίο, που κυκλοφόρησε ένα χρόνο μετά τη γέννηση της μικρής, είναι στο 90% του αποσπάσματα από το blog. Στην ουσία, είναι το ημερολόγιο της εγκυμοσύνης μου σε ζωηρά και σαφή γλώσσα. Οι οδηγίες δεν ασχολούνται με τα συναισθήματα της εγκύου, μόνο με τα πρακτικά ζητήματα. Μέσα σ' αυτό τον όγκο των συμβουλών, σταματάς να ακούς τον εαυτό σου. Μόλις κυκλοφόρησε και μίλησα και με άλλες μητέρες, είδα πόση ανάγκη υπάρχει να συζητήσουμε για τα συναισθήματα. Όσο για το blog "Κοιλίτσα.com" συνεχίζεται».

Μια δροσερή πρόταση

Ηδημοσιογράφος **Μπήλη Στεφανί** μάς έστειλε ένα μικρό σημείωμα για το νέο βιβλίο της «**Ποιος έβγαλε την τάπα από τη θάλασσα;**» σε εικονογράφηση **Γιώργου Σγουρού** (εκδ. Μίνωας) «Η τάπα, τοποθετήθηκε τυχαία στη θάλασσα, ένα καλοκαίρι. Καθώς βρισκόμουν σε κάποια παραλία, αναρωτήθηκα, κοιτώντας τη θάλασσα, πώς θα μπορούσε να δείξει το τοπίο εάν κάποιος αφαιρούσε το νερό. Τι θα αποκάλυπτε; Ναυάγια, κοχύλια, θησαυρούς; Ταυτόχρονα τοποθέτησα στη θάλασσα και ένα σιρόνι, όπως έχουν οι μπιανιέρες. Στη συνέχεια, χρειαζόμουν ένα συνεργό για να με βοηθήσει με το σχέδιό μου. Κάπως έτσι με βρήκε ο Νιάουσι. Σίγουρα, μόνο μια γάτα μπορεί να εκτιμήσει όλο αυτό το θησαυρό που κλείνει μέσα της μια θάλασσα! Γράφω χρόνια σε περιοδικά, αλλά περνώντας στο παιδικό βιβλίο έκανα κάτι με το οποίο πέρασα εγώ καλά γράφοντάς το».



Τα καινούργια βιβλία της **ATHENS VOICE**



Κυκλοφορούν

Η παρέα του λατρεμένου **Ευγένιου Τριβιζά**

Το ότι εδώ και κάποιο καιρό οι εκδόσεις **Μεταίχμιο** επανακυκλοφορούν όλα τα σούπερ λατρεμένα «**Παραμύθια-Ντορεμύθια**» (συν τέσσερα ολοκαίνουργια!) του **Ευγένιου Τριβιζά** σε εκδόσεις υπερ-πολυτελείς, με πολλά αυτοκόλλητα, παχιά εξώφυλλα και μοσχομυρωδάτες ιλουστρασιόν σελίδες το γνωρίζετε, έτσι; Υπάρχει και καλύτερο νέο! Οι εκδόσεις δημιούργησαν τη μυστική παρέα του Ευγένιου, τα μέλη της οποίας ξεπερνούν τα 2.000 παιδιά. Τα προνόμια που απολαμβάνουν οι φίλοι του Ευγένιου είναι ουκ ολίγα, αλλά εξασφαλίζουν και σημαντικές εκπτώσεις σε θεατρικές παραστάσεις, σε προβολές ταινιών, μουσεία, κατασκηνώσεις, πάρκα διασκέδασης κ.ά. με επίδειξη της κάρτας του club. Συμπληρώστε τη φόρμα εγγραφής στο www.metaxmio.gr/trivizas/



Ίδρυμα
Ωνάση

Πρόγραμμα Υποτροφιών προς Έλληνες Ακαδημαϊκού Έτους 2012/2013

Το Ίδρυμα ενέκρινε τη χορηγηση 176 συνολικά υποτροφιών για το ακαδημαϊκό έτος 2012/2013. Οι υποψήφιοι θα ενημερωθούν μέσω της ιστοσελίδας του Ίδρυματος www.onassis.gr (ΥΠΟΤΡΟΦΙΕΣ, ΥΠΟΤΡΟΦΙΕΣ ΠΑ ΕΛΛΗΝΕΣ)

20 Ιουλίου 2012

Οι πιο
καυτές σεξίδες
του καλοκαιριού!



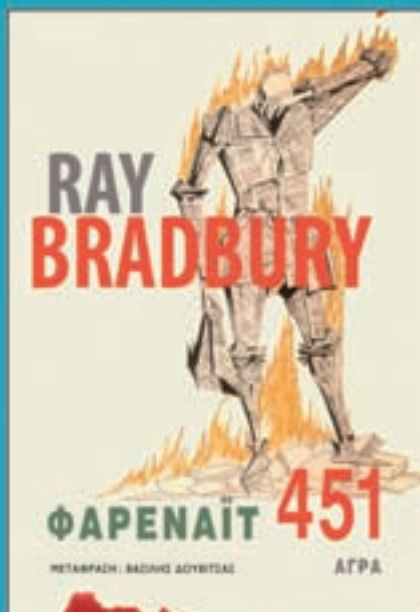
ΤΟΥΛΙΠΑ
www.ekdosiseltoouipa.gr

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΑΓΡΑ - ΔΥΟ ΚΛΑΣΙΚΑ ΚΕΙΜΕΝΑ



«Ο Τεράκι ήταν ένας σκοτεινός και άνορθοδοξος καλλιτέχνης. Με τον Έπικίνδυνο οίκτο τον καλωσορίζουμε ξανά με μεγάλη χαρά».

ΣΑΛΦΗ ΒΕΝΕΤΟΥ, 2010



Το κλασικό μυθιστόρημα του Μπράντμπερι σε νέα μετάφραση. Μια ιστορία για τη λογοκρισία και για τους ανθρώπους που την άφησαν — ένα βιβλίο ιδιαίτερα επίκαιρο σήμερα.

Μα ποια είναι η κορασίς; Ποιος πλάστης κεφάλτος και γαλαντόμος την προίκισε με αυτού του είδους τα торνευτά όπισθια; Είναι Ελληνίδα ή Σλαβάκι; Μανάρι, θεά, τσολιάς. Κι αν πάλι είναι Θεσσαλονικιά, ποια είναι; Καλαμαριώτισσα ή Τουμπαία; Κι αυτή η προσταγή «follow us» πόσα υπονοούμενα κρύβει; Και γιατί όχι; Ίσως το κορίτσι της αφίσας να ευθύνεται που φέτος το καλοκαίρι τα νερά και οι αμμουδιές της Ηράκλειας σκάνε από κόμπο.

Απόδραση από τη Θεσσαλονίκη

Είτε γιατί τα σνόμπαρα –καραλαϊκό καλοκαίρι γαρ με καντίνες, χοντρές, συνυφάδες, κεφτεδάκια και καταλύματα παραπήγματος– είτε γιατί φοβόμουν τα νερά λόγω τόσης συγγένειας με το βρομόλο θερμαϊκό, στην Ηράκλεια είχα να βουτήξω δεκαπέντε χρόνια. Να 'ναι καλά το κορίτσι της αφίσας που με ξελόγιασε, επομένως, και είπα να το ψάξω. Βέβαια το μπιτς μπαρ «Crystal Life», που διαφημίζει, μοιάζει με υπερπαραγωγή: γρασιδία, beach volley, stage για συναυλίες, water sports... Παρακάτω ξεπεζέψαμε, στην παραλία Σαχάρα. Ο βυθός γυαλί, η άμμος παχιά, τα νερά κρύσταλλο, οι άνθρωποι χαρούμενοι, οι τιμές λογικές σε αντίθεση με την παραδίπλα Καλλικράτεια, που πληρώνεις κρέπα σε τιμή Μονμάρτης. Η Ηράκλεια είναι η συντομότερη και φθηνότερη διαφυγή για δροσιά.

Η Χαλκιδική είναι σαν τις Βαlearίδες. Το πρώτο πόδι είναι η Ίμριζα, λαϊκό ρέιβ, πολυπληθές, για όλα τα βαλάντια. Το δεύτερο πόδι είναι η Μαγιορκα. Καλύτερες παραλίες, ακριβότερα γούστρα, και δω όμω με συνωστισμός και παραλήρημα. Και αν η τρίτη Βαlearίδα είναι η Μενόρκα, που την ξέρουν και την προτιμούν λιγότεροι, τότε θα συμφωνήσεις πως τέτοιο είναι το τρίτο πόδι. Η **Ιερισσός**, η **Ουρανούπολη** και τα **Νέα Ρόδα**, πέρα από το ότι απέχουν από τη Θεσσαλονίκη ένα βαρβάτο δώωρο, φημίζονται μόνο για την ψυχία τους. Ούτε μπιτς μπαρ νταμπαντούμπα, ούτε κλαμπ για κάψιμο, πιο πολύ για οικογενειακή παραθέριση προσφέρονται παρά για γούστα. Είναι μαγική η διαδρομή μέχρι να φτάσεις. Πνιγμένη από αθώα ελατάκια που ρεμβάζουν στην ψυχία τους, χωρίς να γνωρίζουν πως τον Νοέμβριο θα ξυλευθούν για να αποτελέσουν χριστουγεννιάτικο ντεκόρ. Βουητό τζιτζικιών με επιδόσεις μητροπολιτικής όπερας, η λιθόστρωτη **Αρναία** με τα καλαίσθητα κτίρια μακεδονικής αρχιτεκτονικής, μια όαση σε σύγκριση με τη λοιπή χαλκιδικιώτικη οικιστική ασχήμια. Και μοτιλιάρισμα μηδέν. Φτάσαμε στο **λιμανάκι της Τρυπητής** μακαρίζοντας την ιδέα μας. Ψυχή στο δρόμο. Το εισιτήριο για την **Αμμουλιανή** απέναντι κόστισε 14 ευρώ τα δύο άτομα με αμάξι. Η «**Θεοσκεπάστη**», ο «**Γοργούπήκοος**» και η «**Ευαγγελίστρια**» είναι τα τρία παραβόσκυλα που σε πηγαυοφέρνουν. Νησί δεν τη λες, νησομζεδακι είναι. Και για να συνεχίσω το παιχνίδι της αντίστιξης με τις Βαlearίδες, η Αμμουλιανή είναι η Φορμεντέρα. Τα νερά της είναι πεντάστερα, ίδια κλάση με του Πουκέτ ή της Καραϊβικής. Το ίδιο και οι αμμουδιές της. Αλλά και η ψυχία της, αν αποφύγεις ενθουσιώδη πιτσιρικάκια και φωνακλάδες Σκοπιανούς, που όλα τα ανακάλυψαν και μέχρις εδώ έφτασαν.



Όλη η Θεσσαλονίκη το τραγουδάει: «Είμαι ερωτευμένος με τα μάτια σου, σ' το 'χα πει, για πάντα θα σ' το λέω».

Οι παραλίες του Αγίου Γεωργίου και της Μεγάλης Άμμου, οι καντίνες «Γολγοθάς» αλλά και «Σπύρος» για πρώτες βοήθειες, ο dj Δημήτρης Πολυχρονόπουλος, που η φάτσα του κοσμεί κάθε στύλο προτρέποντας τις έφηβες παραθερίστριες να τα σπάσουν στο κλαμπ «Μάταλα», ένα ψωραλέο λούνα παρκ, οι Αλυκές, δυο τρεις καφετέριες που βγάζουν τραπεζάκια μέχρι το νερό, και αυτό ήταν. Στην Αμμουλιανή θα έρθεις για το πεντάστερο μπάνιο ή αν είσαι κάτοχος παραπήγματος ή τροχόσπιτου. Λίγο αν ήταν μερακλήδες βέβαια οι Χαλκιδικιώτες ή υπήρχε ένας φωτισμένος και με όραμα ντόπιος της αυτοδιοίκησης, η Αμμουλιανή θα ήταν το διαμάντι της Βόρειας Ελλάδας. Μόνο εκείνη η πάλλευκη και εκτυφλωτική θεας **Βίλα Τρυγόν** και οι οικισμός **Γεμελί** μπορούν να σε ψήσουν να διανυκτερεύσεις. Για μονοήμερη εκδρομή σάς τη συστήνω ανεπιφύλακτα. Όπως και τη στάση στον **Άγιο Πρόδρομο** κατά την επιστροφή στην πόλη. Μεγάλη η χάρη του! Όχι του άγιου, αλλά του σουβλακιού του.

Η Χαλκιδική είναι σαν τις Βαlearίδες. Το πρώτο πόδι είναι η Ίμριζα.

Ξακουστό και ζουμερό, γευστικό και γκουρμεκλίδικο, το καλαμάκι στον Άγιο Πρόδρομο πρέπει να το δοκιμάσεις. Ούτε ένα ούτε δύο αλλά δέκα είναι σε ένα δρόμο 50 μέτρων τα σουβλατζιδικά. Ο «**Μπίλλης**», ο «**Βασίλης**», ο «**Κώστας**», ο «**Διογένης**», ο «**Ελατος**», ο «**Μάγειρας**», η «**Μαρία**», ο «**Χάρης**», ο «**Γάκης**» και ο «**Μιλτιάδης**» μπορεί να στερούνται ευφάνταστων ονομάτων, αλλά κάθε σαββατοκύριακο είναι τίγκα από περιγηγτες που θα έχουν να το θυμούνται το ΣΚ στο τρίτο πόδι. Αντί για καρτ ποστάλ που θα επιδεικνύουν περήφανα τη Δευτέρα στο γραφείο, θα διηγούνται ιστορίες για τη γεύση του Αγίου Πρόδρομου, που είναι ότι κοντινότερο μπορώ να θυμηθώ από τα παιδικά μου καλοκαίρια. **Α**

→ stefanostsopoulos@yahoo.gr

FROZEN YOGURT



1[€]



everest



To Frozen Yogurt Your Way προσφέρεται σε ειδικό τιμή €1.00
Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε το [facebook.com/everest.gr](https://www.facebook.com/everest.gr)

Ναύπλιο

και εκτός σαββατοκύριακου

Μπορεί να είναι από τις πρώτες επιλογές για να πεταχτείς διήμερο (σε συνδυασμό ή όχι με την παράσταση στην Επίδαυρο), ωστόσο δεν υπάρχει κανένας που, αφού πήγε, να μην ορκίστηκε να πάει για περισσότερες μέρες και να μην το πραγματοποιήσει.

Του ΠΑΝΑΓΙΩΤΗ ΜΕΝΕΓΟΥ

Για τους μαθητές θα είναι πάντα ο φαβορί προορισμός της μονοήμερης σχολικής εκδρομής στο τέλος της χρονιάς (με ή χωρίς γονική συνοδεία και συναίνεση). Για τους ιστοριοδίφες, η πρώτη πρωτεύουσα του ελληνικού

κράτους με το δυσάρεστο αστερίσκο της δολοφονίας του Ιωάννη Καποδίστρια το 1831. Για τους vintage lovers, η παντοτινή πρωτεύουσα της πολารόνιτ ελληνικής σημειολογίας: δωμάτιο στο «Ξενία», εστιατόριο «Ελλάς», διεθνές

κι εγχώριο τζετ σετ σε απόδραση σαββατοκύριακου, παπαράτσι κρυμμένοι κάπου στη γωνία. Για τους λάτρεις του ελληνικού σινεμά, γκανιάν σκηνικό των πρώτων έγχρωμων ταινιών, όταν ο Λάκης Κομνηνός διαδεχόταν τη βασιλεία του Φίνου. Για τους αστικούς χρονογράφους, η εύκολη πρώτη ερώτηση σε κάθε κουίζ – πλατεία Συντάγματος δεν έχει μόνο η Αθήνα. Για τους καρτποσταλίστας πρόκειται για ντέρμπι: ανάμεσα στα 999 σκαλοπάτια που φτιάχνουν το «live your myth in Palamidi» και στην ενετική καταγωγή που φέρει το –αντίπαλον δέος– φρού-



ΠΑΩ ΝΑΥΠΛΙΟ

Με ΚΤΕΛ (ktel-argolidas.gr, σταματάει και στον Ισθμό για σουβλάκια)

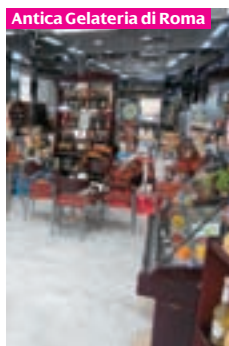
Με τρένο προς Αργος

Με δελφίνη από Πειραιά για Ερμιόνη, Πόρτο Χέλι, Τολό και Ναύπλιο (μόνο καλοκαίρι)

Tips

- 27/7 ξεκινά η 21η έκθεση βιβλίου, μέχρι 19/8
- Στο smartphone κατεβάζεις το app «Argolida»
- Γαλάζιες σημαίες στην Αργολίδα: Πόρτο Χέλι, Χηνίτσα, Καραθώνας

ριο Μπούρτζι, έτσι όπως γνέφει πάνω στο νησί. Για τους φεστιβαλιστές, η γειτνίαση με την Επίδαυρο φτάνει και περισσεύει. Και για όλους τους υπόλοιπους αρκεί ο «μύθος του σαββατοκύριακου». Το Ανάπλι είναι ο πιο τυπικός προορισμός για «να ξεφύγουμε, μωρέ»: ούτε 150 χλμ. μακριά, λίγη κίνηση (πολλή προσοχή) στην Κακιά Σκάλα, περνάς και το αυλάκι, καμιά βουτιά στο Πόρτο Χέλι, κι «άμα θέλουμε ξεκινάμε αργά και γυρνάμε αυθημερόν πίσω». Το Ναύπλιο φυσικά και δεν είναι το άθροισμα όλων αυτών των κλισιέ με τα οποία το αντιμετωπίζουμε εμείς, οι περιστασιακοί εραστές του. Είναι η πρωτεύουσα, όχι πια όλης της Ελλάδας, αλλά του νομού Αργολίδας, το μεγαλύτερο λιμάνι της ανατολικής Πελοποννήσου που φιλοξενεί περίπου 15.000 κατοίκους. Με τα καλά και τα κακά της ελληνικής επαρχίας. Την «Ελλάδα έχεις ταλέντο» πασαρέλα της παραλιακής και της Κίου, και τους ρομαντικούς φελινικούς περιπάτους στην παλιά πόλη. «Εδώ παίζουν ακόμα μπιλιάρδο», αλλά και περπατάνε τα σοκάκια ανάμεσα στα φράγκικα κτίρια, μετράνε τις πλατείες με τα σιντριβάνια κάθε μεγέθους, ενσωματώνουν ασυναίσθητα το παζλ με τα κομμάτια που άφησε η επιρροή του κάθε κατακτητή. Είτε φορούσε μπότα, είτε εσπαντρίγια. Απολαμβάνουν τη «Napolì Di Romagna», διηγούνται ιστορίες από το «Λάθος» μπαρ (και τον ιδιοκτήτη του), κερνάνε τους φαντάρους από το τοπικό στρατόπεδο και υποδέχονται κάθε χρόνο καινούργιους φοιτητές στο τμήμα Θεατρικών Σπουδών Πελοποννήσου. Συζητάνε για «τότε που κυκλοφόρησε η φήμη ότι είδαν UFO σε σχήμα αχλάδι», ενώ γλείφουν λαιμαργα αυθεντικά σιτσιλιάνικα παγωτά στο «Antica Gelateria Di Roma» της πλατείας Φιλελλήνων, αναπολούν στον καιρό της κρίσης τις μεγάλες δόξες του εσωτερικού τουρισμού και ερωτεύονται κάνοντας το γύρο της Αρβανιτιάς, σύριζα στην Ακροναυπλία υπό τη διακριτική σκιά των κρεμαστών φραγκοσυκιών. Μέχρι να έρθει το επόμενο Σαββατοκύριακο... **A**



Προτάσεις για να περάσετε καλύτερα

ΔΙΑΜΟΝΗ

ΑΙΩΝ HOTEL Οθωνος 21-23, 27520 99377, www.aion-hotel.gr
Υψηλής αισθητικής ξενοδοχείο, που θα σας προσφέρει πολυτελή και άνετη διαμονή. Τα δωμάτια είναι εξοπλισμένα με σύγχρονες ανέσεις (τηλεόραση, κλιματισμό, ίντερνετ κ.λπ.), ενώ τα μπάνια –κρατηθείτε– διαθέτουν χαμμά και τζακούζι. Υψηλής αισθητικής είναι και το μπαρ δίπλα στο lobby, που αποτελεί ένα ξεχωριστό σημείο συναντήσεων. Μπορείτε να νοικιάσετε και αυτοκίνητο.

GRAND SARAI Φωτομάρα & Ποταμιάνου 3, 27520 22563, www.grandsarainafplio.com
Θα το βρείτε στο κέντρο της παλιάς πόλης, σε ένα ιστορικό κτίριο του 17ου αιώνα που αποκαταστάθηκε διατηρώντας όλα τα αρχιτεκτονικά στοιχεία του παρελθόντος. Με 12 δωμάτια φωτεινά και ψηφιδόβανα, με θέα στον Αργολικό Κόλπο, την παλιά πόλη και το Παλιόμυδι, αίθουσα πρωινού, σαλόνι, μπαρ, γρήγορες ταχύτητες ίντερνετ, πολύγλωσσο προσωπικό και 24ωρη υποδοχή.

AMALIA HOTEL NAFPLIO
Αμαλίας (Τύρνηθα), 27520 24400,

www.amaliahotels.com
Πολυτελές αλλά και διακριτικό, χτισμένο με σεβασμό στην κουλτούρα και την αρχιτεκτονική της περιοχής. Θα έχετε baby sitting και γιατρό, αλλά και να δοκιμάσετε γεύσεις ελληνικής και μεσογειακής κουζίνας στο εστιατόριό του.

ΞΕΝΟΝ IN Πλατεία Συντάγματος, 27520 29333

Στην καρδιά της παλιάς πόλης, σε ένα ριζικά αναπαλαιωμένο κτίριο, με δίκλινα δωμάτια και μια σουίτα, φινετσάτα έπιπλα, ξύλινα πατώματα και ζωγραφισμένες οροφές που θα σας εντυπωσιάσουν.

ΦΑΓΗΤΟ

ANTICA GELATERIA DI ROMA Φαρμακοπούλων 3 & Κομνηνού, 27520 23520

Δύο αδελφια ιταλικής καταγωγής από τη Ρώμη, ο Marcello και η Claudia Raffo άνοιξαν πριν από περισσότερα από 10 χρόνια την οικογενειακή επιχείρησή τους, την οποία και εξακολουθούν να λειτουργούν με τον ιταλικό παραδοσιακό τρόπο: φτιάχνοντας παγωτά με φρέσκα προϊόντα και χωρίς χρωστικές ουσίες και σκόνης, βάσει της παλιάς, παραδοσιακής συνταγής της Σικελίας του 1870. Θα σου αρέσει.

ΣΑΒΟΥΡΑΣ Μπουμπουλίας 79, 27520 96193

Η «βίτρινά» του θα σας δώσει μια πρώτη ιδέα από τα φρέσκα ψάρια που προμηθεύεται από την καθημερινή ψαριά. Δοκιμάστε τη μακαρονάδα του ψαρά, «γαρνιρισμένη» με καλοψημένες γαρίδες, τερασίων διαστάσεων. Πολύ νόστιμα, επίσης,

είναι και τα γνήσια ελληνικά του πιάτα.

ΑΛΛΑΛΟΥΜ Παπανικολάου 10, 27520 29883

Σπεσιαλιτέ του η ελληνική κουζίνα, με χορταστικά, μεγάλα πιάτα. Δοκιμάστε φιλέτο κοτόπουλο με σος μάνγκο και γάλα καρύδας, αλλά και δαμάλι γεμιστό με φρούτα και σος βερικοκο.

GYROKOMEIO GRILL Σιδεράς Μερρακίας & Πολυζωίδου, 27520 23600

Καλό, καθόλου πρόχειρο φαγητό. Θα σας μείνουν αξέχαστα τα παιδάκια του, το κοκορέτσι, το κοντοσουβλι, αλλά και οι πετανόστιμες πίτες με καλαμάκι κοτόπουλο και χοιρινό – που μπορείτε να συνδυάσετε με χειροποίητες τηγανντές πατάτες. Και delivery.

ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ

CIRCULO COOPERATIVA B. Κωνσταντίνου 6 & Κοκκίνου 17, 27520 47090

Θα σας προσφέρει εξαιρετικής ποιότητας καφέ, μοναδικές ποικιλίες τσαγιού και μια μεγάλη ποικιλία από μπίρες, κρασιά και ποτά. Με εθνική μουσική και μια μεγάλη αγάπη στην τέχνη, αν η επισκεψή σας δεν συμπίσει με κάποια έκθεση, επισκεφθείτε την εναλλακτική του βιβλιοθήκη. Και στις 24/8, 2η Γιορτή Circulo, με Γιάννη Αγγελάκα, Imam Balid και Pure Seconds, με ελεύθερη είσοδο.

ΣΟΚΑΚΙ CAFÉ Εθνικής Αντιστάσεως 8, 27520 26032

Τόπος συνάντησης όλων των Ναυπλιωτών και όχι μόνο, για περισσότερα από 20 χρόνια, ▶

ΓΕΥΣΕΙΣ

- «Κολοκοτρωνέικο» χοιρινό στο τηγάνι με δενδρολίβανο
- Ζυμαρικά «γκόμενες», με καυτό βούτυρο και τριμμένη μυζήθρα
- Λουκουμάδες «ριγέ» – καυτοί από το τηγάνι, παραδίνονται σε λευκή και σκούρα πραλίνα/σοκολάτα
- Πίνουμε ούζο Σέρτικο. Ή Σπέσιαλ.



Το Μεγάλο Κατάστημα
Είδη Δώρων
Αντικείμενα Τέχνης

Find us on **facebook**

Λ. Αμαλίας 21 & Σοφράνη 10, 21100, Ναύπλιο
Τ. 27520 25972 E.megalo.katastima@gmail.com



Grand Sarai
NAPFLIO

Μουσική & Πολιτισμός Ή
Φωνάκια Τ. 27520 28068 Ή 27520 28068
www.grandsarai.com
info@grandsarai.com



Το ξενοδοχείο Grand Sarai Naflion βρίσκεται στην περιοχή του Παλιού Ναυπλίου και αποτελεί απόλυτο spot για διακοπές. Είναι ένα σύγχρονο κτίριο που έχει διατηρήσει όλες τις αρχιτεκτονικές λεπτομέρειες της κλασικής αρχιτεκτονικής του Ναυπλίου, αλλά με σύγχρονα μέσα και εξοπλισμό που καθιστούν τον χώρο ιδανικό για διακοπές.

3 Sixty^o

Παπανικολάου 26, Παλιό Ναύπλιο
Τ. (+30) 27520 28068





ΕΘΝΙΚΗ
cafe

Εθνικής Αντιστάσεως 8,
Παλιό Ναύπλιο,
27520 26032



“Ευ ζειν”
the Collector's Art Gallery

Εθνικής Αντιστάσεως 10, Ναύπλιο
27520 47284, 607 4206133, www.cag.gr

στο γνωστό σημείο πίσω από την πλατεία Συντάγματος και πλήρως ανακαινισμένο. Δοκίμασε τις extra large κρέπες του, αλλά και το ριζότο, τα burgers, το φιλέτο σολομού με λαχανικά και άλλα πιάτα που έχει προσθέσει στον κατάλόγο του. Από μουσικές, μακριά από mainstream και τα συνηθισμένα, επιμένει σε ήχους από 60s, 70s και 80s. Συχνά μουσικές βραδιές με guest djs, που επιλέγει η Ματίνα, η ψυχή του μαγαζιού.

35IXTY CAFÉ Παπανικολάου 26,
27520 28068

Στιλάτο, all day café-bar, στον ισόγειο χώρο ενός νεοκλασικού του 1836, με την Conceptual Interior Designer Ισμήνη Καραλή να σχεδιάζει το concept και το interior design. Πέρα από καφέ και ποτό θα σας προσφέρει επίσης πολύ νόστιμο και καλοφτιαγμένο easy food & σπιτικά γλυκά, καθώς και μία πολύ ενδιαφέρουσα wine list, την πρώτη στο είδος της, βασισμένη αποκλειστικά στην εντοπιότητα της περιοχής της Πελοποννήσου. Με προσεγγμένη μουσική και μουσικά events με πολύ γνωστούς guests djs.

ΡΟΡΕΥΕ CAFÉ Σταϊκοπούλου 32,
27520 26005, www.roruyecafe.gr

Ένα ξεχωριστό café στο γραφικό δρόμο της Σταϊκοπούλου, στους τόχους του οποίου κυριαρχούν εικόνες του Ποπάρτ ζωγραφισμένες από τους θαμώνες. Για καφέ, ένα γρήγορο σνακ ή και ένα ξεχωριστό γεύμα, με το σεφ να προτείνει λαχταριστά burgers, pizza με πολύ λεπτή ζύμη, όρσορες σαλάτες, ξεχωριστά sandwich και πιάτα ζυμαρικών.

ΑΓΟΡΕΣ - ΠΡΟΪΟΝΤΑ

ΜΕΓΑΛΟ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ Λ. Αμαλίας
21, 27520 25972

Στεγασμένο σε ένα νεοκλασικό διατηρητέο κτίριο του 1866, λειτουργεί από το χειμώνα του 1988 και αποτελεί πλέον σταθερή αξία στο αντικείμενο και στο δώρο. Θα βρείτε σε προσιτές τιμές αντικείμενα κατοικίας και τέχνης, τσάντες και αξεσουάρ για μικρούς και μεγάλους, κοσμήματα σύγχρονων Ελλήνων σχεδιαστών, είδη γραφείου, μανικετόκουμα και καπνιστικά είδη, αλλά και πολλές πρωτότυπες ιδέες για ένα δώρο γάμου. Θα το βρείτε στο ιστορικό κέντρο της πόλης, ανοιχτά και τις Κυριακές.

EY ZEIN COLLECTOR'S ART GALLERY Εθνικής Αντιστάσεως 10,
27520 47284, www.cag.gr

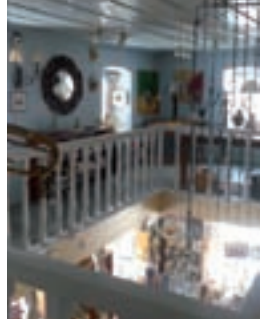
Θα βρείτε εκθέματα της ευρωπαϊκής, αμερικανικής και ασιατικής τέχνης σε αυτή την πολύ προσεγγμένη και ενημερωμένη γκαλερί – μη διστάσετε να ζητήσετε συμβουλές και καθοδήγηση για να φτιάξετε από την αρχή τη δική σας συλλογή. Με πίνακες, έργα σε χαρτί και γλυπτά σημαντικών καλλιτεχνών του χτες και του σήμερα αλλά και συλλογές από πορσελάνες, γραμματόσημα, χρυσά και ασπρένια νομίσματα και πολλά άλλα συλλεκτικά είδη.

ΚΟΜΠΟΛΟΓΑΔΙΚΟ Σταϊκοπούλου 1,
27520 29841

Ο παράδεισος του κομπολογιού, με χάντρες παλιές και πολύτιμες από κεχριμπαίρι, κοράλλι, ελεφάντι



Μεγάλο Κατάστημα



ντόντο και κόκαλο, αλλά και καινούργιες που αστράφτουν στο φως. Το κομπολόι ως έργο τέχνης, για εσάς ή για δώρο.


ΧΥΜΟΙ «ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ» www.chfamily.gr

Χυμοί από ελληνικά φρούτα στυμμένα μέσα σε 24 ώρες από τη συγκομιδή, χωρίς συντηρητικά, ζάχαρη και χρωστικές, όπως τα παρασκευάζει εδώ και δύο γενιές η οικογένεια Χριστοδούλου. Δοκίμαστε τις νέες σειρές Ρόδι 100%, Μήλο - Ρόδι - Καρότο και Πορτοκάλι - Ρόδι, και τα βιολογικά Πορτοκάλι, Πορτοκάλι - Μήλο - Καρότο, αλλά και το εξωτικό κοκτέιλ Μήλο - Πορτοκάλι - Μπανάνα - Μάνγκο - Πάσιον, από φρούτα που έχουν ωριμάσει χωρίς τη χρήση λιπασμάτων ή φυτοφαρμάκων.

ΠΟΤΟΠΟΙΑ ΚΑΡΩΝΗ Αγ. Παρασκευή, 27520 24968, www.karonis.gr
Ούζο, τσίπουρο και μαστίχα, όλα παρασκευασμένα εκ αποστάξεως σε σύγχρονους χάλκινους αποστακτήρες, από την ποτοποιία Καρώνη που έχει να επιδείξει 140 χρόνια ιστορίας. Επίσης, παράγεται και εκλεκτό εκχύλισμα βύσσινου (λικέρ βύσσινου), με βύσσινα από την περιοχή της Αρκαδίας. Εκτός από την Πελοπόννησο, τα προϊόντα της ποτοποιίας μπορούν να τα βρείτε και στην Αττική. ●

ΝΑΦΛΙΟ BIKE BY ΝΙΚΟΛΕΤΑ ΡΑΦΑΙΛΙΔΙ
ολέσσα 4 (πίσω από το ταχυδρομείο), 27520 97836,
www.nafplio-bike.gr

Το ποδήλατο για το Ναύπλιο είναι το ιδανικό μέσο κι εδώ μπορείτε να αγοράσετε ή να ενοικιάσετε ένα ποδήλατο βουνού, πόλης, BMX, σπαστό ηλεκτρικό ή και παιδικό. Μαζί και όλα τα απαραίτητα αξεσουάρ, με τους επαγγελματίες μηχανικούς του να είναι πάντα πρόθυμοι να επισκευάσουν το ποδήλατό σας.



PopEYE

32 Σταϊκοπούλου Str. 21100
Nafplio, Greece
Tel./Fax: 27520 26005
www.popeyecafe.gr • info@popeyecafe.gr



Φαρμακοπούλου 3 & Κομνηνού
Ναύπλιο, 2752023520
info@anticagelateria.gr, www.anticagelateria.gr



AION
LUXURY HOTEL
Nafplio • Greece

21-23 Othonos str.
21100, Nafplio, Greece
t. +30 27520 99377,
99378, 99352
f. +30 27520 99353,
m. 693 2468787
www.aion-hotel.gr
info@|aion-hotel.gr

Tastevoice

Επιμέλεια: NENEΛΑ ΓΕΩΡΓΕΛΕ

κριτική εστιατορίων / πρόσωπα / αφίσες / συνταγές / tips γεύσης



Χαλκίδα Μια παραλία της Αθήνας

Μισή ώρα και κάτι δρόμος, και μπορείς να βρεθείς καθισμένος μπροστά στον Πορθμό του Ευρίπου χαζεύοντας με τις ώρες τα νερά που πάνε μια κατά δω, μια κατά κει - δεν απέκτησαν τσάμπα οι Χαλκιδάοι το παρατσούκλι «τρελονερίτες». Κάτσε σε στρατηγικό σημείο-παρατηρητήριο, το Paliria Hotel είναι το ιστορικό ξενοδοχείο της πόλης και έχει φέτος ανοίξει εστιατόριο πρώτο τραπέζι πίστα, με άμεση θέα στην παραλία, την παλιά γέφυρα, τα τρελά νερά και την πάντα ζωντανή «πασαρέλα» του κόσμου. Το L'Onpa (το κύμα) είναι ανοιχτό κάθε μέρα από το πρωί για μπίρες, ουζάκια και μια μεγάλη γκάμα εύκολων πιάτων (σαγανάκι γαρίδες, σαλάτες, μακαρονάδες, ριζότα, πιάτα με κρέας και ψάρι), σε πραγματικά ανέλπιστα (για ποιότητα - θέση - σέρβις) φιλικές τιμές. *Ελ. Βενιζέλου 2, 22210 28001*



30 Ιουλίου - 4 Αυγούστου τα **Lidl** μας ταξιδεύουν σε μια από τις πιο γαστρονομικές γωνιές της Ευρώπης, την Ιβηρική κερσόνησο. Με νοστιμιές από την Πορτογαλία και την Ισπανία και μέσα από μια μεγάλη ποικιλία σε μάρκες ποιότητα **Lidl** για όλα τα γούστα και τις απαιτήσεις!

Ελιές πράσινες γεμιστές με αντιζούγιες

Απολαύστε το μοναδικό συνδυασμό πράσινης ελιάς με πικάντικες αντιζούγιες! Ένα ιδανικό ορεκτικό για υψηλές γαστρονομικές απολαύσεις.

Κι ακόμη, φασόλια μπουροματικά βρασμένα και έτοιμα για υπέροχες καλοκαιρινές σαλάτες, πίττα με chorizo, το πεντανόστιμο πικάντικο ισπανικό σολάκι, καυτερή σάλτσα τοπική από την Πορτογαλία, τέλεια για ψητά ή βραστά κρέατα.

Όλη μέρα παγωτό!

Οκ, θα 'θελες και τώρα μπορείς. Το αγαπημένο των φανατικών του παγωτού, **Kayak**, απέκτησε τη δική του all day βάση στο κέντρο της Γλυφάδας και εμείς δεν βλέπουμε την ώρα να βουτήξουμε στις ασυναγώνιστες προτάσεις του στο δρόμο μας για την παραλία. Ο νέος ναός του γλυκού πειρασμού, το minimal all day cafe **boutique Kayak**, βρίσκεται στη θέση του παλιού θρυλικού Ζαχαροπλαστείου Oscar. Εκτός από το περίφημο παγωτό, που το βρίσκεις εκεί σε όποια γεύση αγαπάς, η boutique σερβίρει όλα την γκάμα των προϊόντων **Kayak**, δηλαδή νόστιμα πρωινά και καλό καφέ, δροσερό και φρέσκο Καΐο (low fat frozen yogurt) με μια μεγάλη ποικιλία toppings, βάφλες, cocktails sorbetini, νόστιμα σάντουιτς και σνακς. Το απόγευμα (στο γυρισμό από το μπάνιο) μπορείς να χαρίσεις στον εαυτό σου την απόλαυση μερικών macarons, ενός κέικ ή και να τσιμπήσεις λαχταριστά σοκολατάκια. **KAYAK Boutique Γλυφάδα: Α. Μεταξά 34-26 & Ζηνοποπούλου 9**



new

Häagen-Dazs

SECRET SENSATIONS™

Χρειάζεται λίγη υπομονή για να κάνεις μια καρδιά να λιώσει...
Αλλά αξίζει να περιμένεις.

Ανακαλύψτε μια μαλακή καρδιά από sauce, κρυμμένη σε βελούδινο παγωτό Häagen-Dazs.

new Häagen-Dazs
SECRET SENSATIONS™
Crème Brûlée

Σε δύο γεύσεις:
Crème Brûlée & Chocolat Fondant.

Μετά το γραφείο ραντεβού στον κήπο...



Και σκέψου, λέει, ο κήπος να είναι δροσερός και με ατμόσφαιρα «old Kifisia», να είναι πνιγμένος στις πρασινάδες και τα μυρωδικά, να διαθέτει μόνιμο φυσικό αεράκι. Οι Γεύσεις με Ονομασία Προέλευσης, από τα καλύτερα

κρηφισιώτικα εστιατόρια, φέτος το καλοκαίρι διευρύνουν τον ράβριο και κατάλογο, κι ανοίγουν από τις 18.30 για να δεχτούν όσους εκείνη την ώρα φεύγουν από το γραφείο. Με χαμηλά τραπεζάκια και μαξιλάρες στις πεζούλες, έχουν χρώμα και κυρίως διάθεση «όπως διακοπές». Που συνεχίζεται και στα πιάτα με κυκλαδίτικα τυριά, αλλαντικά από τα Επτάνησα, μανιτάρια μακεδονίτικα, κι ένα σωρό μεζέδες από τα χεράκια της Νένας Ισμμυρόγλου, της εξαιρετικής αυτής μαγειρίσσας. Συνδυάζονται με ελληνική λίστα κρασιών, που ο οινολόγος Σπύρος Ζουμπούλης αλλάζει κάθε τόσο για να μη βαριόμαστε. Για το τέλος αφήσαμε το καλύτερο, δηλαδή τις τιμές. Οι μεζέδες ξεκινούν από € 2 και δεν ξεπερνούν τα € 4,5, το ποτήρι κρασί ξεκινά από € 3 και οι φιάλες κρασιού κυμαίνονται € 13-20. Κάναμε τα μαθηματικά και μας βγήκε περίπου € 15/άτομο, οπότε έχουμε ένα λόγο παραπάνω να το σκάμε λίγο πιο νωρίς απ' το γραφείο.

Γεύσεις Με Ονομασία Προέλευσης, Λ. Κρηφισίας 317, Κρηφισιά, 210 8001.402 www.facebook.com/gefseis, www.gefseis.gr

τομαυροπροβατο

THE PRESS CAFE



μεζεδοπωλειο

Αρριανού 31 Παγκράτι
τηλ. 210 7223469 - 210 7223466

[facebook.com/
TomavroprovatotouPressCafe](https://www.facebook.com/TomavroprovatotouPressCafe)

twitter.com/ToMavroProvato

VINCENZO
VINCENZO
pasta e pizza

Γιαννιτσολού 1 Γλυφάδα
Res: 210 8941.310 Delivery: 210 8941.425

WANTED

Ο ΜΕΧΙΚΑΝΟΣ
Restaurant → Bar
Catering → Delivery

 Επιπτωση 15%
στους φοιτητές
κάθε Δευτέρα & Τρίτη

 Latin
dance
Party
κάθε Τετάρτη 9-12μμ

 Margarita Day
Στις 2 Margaritas
η 3η δωρεάν
κάθε Πέμπτη

Κεφάλει 13 - Ευγράσει
τηλ. 210 7716900
www.mexicanos.gr

210 ΔΗΝΓΟΣ

Τέχνη / Μουσική / Θέατρο / Γεύση / Εκδηλώσεις / Σινεμά

«Όλη η Αθήνα ένα δωρεάν θερινό σινεμά»

1. Πέμπτη 26 Ιουλίου 2012, στις 21.00 @ Πλατεία Αβησσυνίας. «Rèn(e)olution» - Περφόρμανς - εισαγωγή στο όνειρο και την επανάσταση από τη Θέμιδα Μπαζάκα και τον Blaine L. Reiningger.

2. Δευτέρα 30 Ιουλίου 2012, στις 21.00 @ Θέατρο Ρεματιάς στο Χαλάνδρι. «Καλοκαίρι στην Αττική»: Προβολή της ταινίας «Απόντες» του Νίκου Γραμματικού

3. Τρίτη 31 Ιουλίου 2012, στις 21.00 @ Πλατεία Αγίας Ειρήνης. Προβολή του ασύλληπτα διασκεδαστικού «Young Frankenstein» του Μελ Μπρούκς

4. Πέμπτη 2 Αυγούστου, στις 21.00 στην South Coast- Α' Πλαζ Βούλας | Κ.Καραμανλή 4, Βούλα (Τέλος στάσης Τραμ) Αφιέρωμα στη Μέριλιν Μονρόε (50 χρόνια από το θάνατό της) με δωρεάν προβολή του «Επτά Χρόνια Φαγούρα»

Μπείτε στο www.cinemas.gr & www.gfc.gr για να ενημερωθείτε για τις επερχόμενες δράσεις του 2ου Athens Open Air Film Festival.





ΜΑΘΙΟΥ
ΜΑΚΚΟΝΑΧΙ

ΤΣΑΝΙΝΓΚ
ΤΑΤΟΥΜ

ΤΖΟ
ΜΑΝΓΚΑΝΙΕΛΟ

ΑΛΕΞ
ΠΕΤΙΦΕΡ

MAGIC MIKE

ΔΟΥΛΕΥΟΥΝ ΟΛΗ ΜΕΡΑ. ΤΟ ΔΟΥΛΕΥΟΥΝ ΟΛΗ ΝΥΧΤΑ.

ΜΙΑ ΤΑΙΝΙΑ ΤΟΥ
ΣΤΙΒΕΝ ΣΟΝΤΕΡΜΠΕΡΓΚ

1 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ ΣΤΟΥΣ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΟΥΣ



www.magicmikemovie.com

www.magicmikemovie.com



ΧΟΡΗΓΟΙ



QUEEN.GR

www.gossip-tv.gr





Ο Μπενίτσιο ανάμεσα στους δύο πρωταγωνιστές του

Μπενίτσιο Ντελ Τόρο Καρτ ποστάλ από την Κούβα

Είναι ένας από τους εφτά σκηνοθέτες που πέρασαν «*Εφτά μέρες στην Αβάνα*» δοκιμάζοντας να συλλάβουν κάτι από την ψυχή της πόλης, αλλά και της ίδιας της Κούβας, στη σπονδυλωτή ταινία που έκανε παγκόσμια πρεμιέρα στο φεστιβάλ των Καννών και ετοιμάζεται να βγει στις ελληνικές αίθουσες στις 16 Αυγούστου. Ο σκηνοθέτης της μίλησε στην ATHENS VOICE για το δικό του φιλμάκι, το «*El Yuma*», την ιστορία ενός νεαρού Αμερικάνου ηθοποιού που ταξιδεύει στη Αβάνα για να γνωρίσει την αληθινή πλευρά μιας μυθικής πόλης...

Ήταν η πρώτη φορά που επισκεφτήκατε την Κούβα; Ναι. Και πριν με ρωτήσετε το γιατί, σκεφτείτε πως έχω αμερικάνικο διαβατήριο. Χρειάζεται να εξηγήσω κάτι παραπάνω; Ήταν πολύ δύσκολο να ταξιδέψω στην Κούβα. Χρειάστηκε μεγάλη προσπάθεια και υπερβολικά πολλά χρήματα για να πάρω άδεια από την αμερικάνικη κυβέρνηση ώστε να πάω εκεί και να γυρίσω αυτό το «ντοκιμαντέρ», όπως τους είπα ότι θα είναι η ταινία.

Πόσο δύσκολο μπορεί να είναι ένα τέτοιο ταξίδι; Ειδικά όταν είσαι ο Μπενίτσιο Ντελ Τόρο; Μας πήρε μόνο 4 μήνες για να πάρουμε την άδεια. Τέσσερις μήνες γεμάτους γραφειοκρατία. Έπρεπε να ξέρουμε τα πάντα από την αρχή. Πότε ακριβώς θα πάμε. Πόσοι και ποιοι θα είμαστε. Πόσο θα μείνουμε. Και χρειάστηκε να ακολουθήσουμε μια σειρά από κανόνες για να τα καταφέρουμε. Μια σειρά από ανόητους περιορισμούς που έπρεπε να αποδεχτούμε. Και αφού γυρίσαμε την ταινία, θέλαμε να επιστρέψουμε για να τη δείξουμε στους ηθοποιούς και τους συνεργάτες μας και χρειάστηκε να υποστούμε ξανά μια ανάλογη διαδικασία. Γιατί, αν πας στην Κούβα χωρίς βίζα, μπορεί να χρειαστεί να πληρώσεις πρόστιμο έως και 50 χιλιάδες δολάρια επιστρέφοντας. Και, ναι, εμείς ακολουθήσαμε τους κανόνες, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι δεν είναι πλήθιοι κανόνες...

Τα πράγματα στην Κούβα πόσο εύκολα ήταν; Υποθέτω το ότι ένας από τους πρωταγωνιστές σας ήταν τραβεστί δεν θα ήταν ίσως μια εικόνα που θα ήθελε η κυβέρνηση να προβληθεί προς τα έξω... Δεν είχα κανένα πρόβλημα να γυρίσω το φιλμ, δεν συνάντησα κανένα εμπόδιο. Η τραβεστί στην ταινία μου είναι τραβεστί στ' αλήθεια, δεν είναι ηθοποιός, κι όμως δεν είχε κανένα πρόβλημα να δείξει τον εαυτό της όπως είναι. Σε κάποια σκηνή του φιλμ ο χαρακτήρας της δείχνει την ταυτότητά του σε ένα ρεσεψιονίστ και η ταυτότητα είναι η

hol video club

Safe House
Ο Ντένζελ Ουάσινγκτον υποδύεται έναν άκρωτο επικινδύνο καταζητούμενο για διπλή κατοσκοπία, ο οποίος για χρόνια διέφυγε τη σύλληψη. Έχοντας παραδοθεί, μεταφέρεται σε ένα ειδικό κρατητήριο στη Νότια Αφρική.
Δες τη συνέχεια της ταινίας στο **hol video club**.

Νύχτες καλοκαιριού, με νέες ταινίες
Απόλαυσε νέες κυκλοφορίες όπως τις Safe House, Date Night, Alvin And The Chipmunks: Chipwrecked, Mission Impossible: Ghost Protocol αλλά και αμέτρητες άλλες ταινίες στο hol video club.
Απόκτησε το hol video club μόνο με 3€/μήνα, καλώντας στο 13844.
Μάθε περισσότερα στο www.holmytv.gr

hol
hol.com online

αληθινή ταυτότητα του πρωταγωνιστή μου. Την έδειξε χωρίς κανένα δισταγμό και δεν υπήρξε κανένα πρόβλημα με τους άλλους ντόπιους ηθοποιούς του φιλμ. Ασφαλώς και δεν λέω ότι όλα είναι τέλεια, αλλά σίγουρα τα πράγματα έχουν αλλάξει.

Περιγράψτε μία πολύ πιο θετική εικόνα της πραγματικότητας από αυτή που είχα στο μυαλό μου, ομολογώ.

Κοιτάζτε, υπήρξε μια πολύ σκοτεινή περίοδος στην Κούβα τη δεκαετία του '70. Την ονομάζουν γκριζα περίοδο. Η κυβέρνηση έχει παραδεχτεί την ύπαρξη αυτής της σκοτεινής περιόδου, έχουν απολογηθεί γι' αυτή δημοσίως, αλλά έχει υπάρξει μεγάλη πρόοδος στο πώς είναι να είσαι gay στην Κούβα. Η μάσο αντίληψη για το τι σημαίνει να είσαι άντρας δεν είναι πλέον αυτή που ήταν, έχει υποχωρήσει, επιτρέποντας στην κοινότητα των ομοφυλοφίλων να διεκδικήσει τα δικαιώματά της. Ξέρω από πρώτο χέρι ότι η κόρη του Φιντέλ Κάστρο έχει σημαντική ακτιβιστική δράση για την ισότητα και τα δικαιώματα των gay. Οπότε, ναι, έχει υπάρξει πρόοδος, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι εκείνη η περίοδος της δεκαετίας του '70 έχει σβήσει. Αλλά το πρόβλημα με τα δικαιώματα των gay δεν αφορά μόνο στην Κούβα, αλλά σε πολλές χώρες ακόμη και της προχωρημένης δύσης.

Ποιος ήταν ο λόγος που θελήσατε να συμμετάσχετε σε αυτό το φιλμ; Τι ελπίζατε να πετύχετε; Νομίζω ότι το φιλμ δίνει μια θετική εικόνα της Κούβας, των Κουβανών, ή καλύτερα μία πολύ ανθρώπινη εικόνα τους. Είμαι σίγουρος ότι θα επιτρέψει στους θεατές σε ολόκληρο τον κόσμο, αλλά ειδικά στην Αμερική, να κοιτάξουν πέρα από τα κλισέ και τις ιδέες που έχει ο καθένας για μια χώρα που συμβολίζει ένα σωρό διαφορετικά πράγματα σε διαφορετικούς ανθρώπους. ●

www.athensvoice.gr

Διαβάστε ολόκληρη τη συνέντευξη στο site



Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΚΡΑΣΣΑΚΟΠΟΥΛΟΥ



ΒΑΤΜΑΝ Καλοκαιρινό σκοτάδι

Μπορεί η εξοδός του στις αίθουσες να σημαδεύτηκε από τη μαζική δολοφονία 12 ατόμων σε ένα σινεμά του Κολοράντο, αλλά ακόμη και δίχως αυτό το τραγικό γεγονός «Ο σκοτεινός ιππότης: Η επιστροφή» του Κρίστοφερ Νόλαν θα ήταν ούτως ή άλλως η ταινία του καλοκαιριού. Η τριλογία του Μπάτμαν, όπως τη συνέλαβε και την έφερε στην οθόνη ο Κρίστοφερ Νόλαν, δεν άλλαξε μόνο την εικόνα του κινηματογραφικού Μπάτμαν. Άλλαξε τον τρόπο που βλέπουμε τους υπερήρωες στην οθόνη. Τους εξανθρώπισε, τους έδωσε βάθος (ναι και σκοτάδι) κι έκανε ένα είδος ταινιών που κάποτε ανήκε αποκλειστικά στα fanboys, να δείχνει ενήλικο, ουσιαστικά, βαθύ. Κι όλα αυτά δι-

χως να αφαιρεί τίποτα από την πρωταρχική ουσία ενός φιλμ-γεγονότος, αυτή του μεγέθους, της απόλαυσης, του fun. Το «*Dark Knight Rises*» είναι το τέλος του κατά Νόλαν Μπάτμαν, αλλά πιθανότατα και η αρχή ενός νέου μαζικού σινεμά που ενδιαφέρεται τόσο για το θέαμα όσο και για την ουσία. Ο θρίαμβός του στα ταμεία δείχνει ότι το κοινό είναι έτοιμο. Και κάτι τόσο μακάβριο κι αληθινά σκοτεινό, όσο η εισβολή ενός παρανοϊκού σε μια αίθουσα για να θερίσει ζωές στα τυφλά, είναι ίσως μια απόδειξη του πόσο βαθιά επηρεάζει τον ψυχισμό των Αμερικάνων το «μεγάλο» σινεμά...

(από 23/8 στους αθηναϊκούς κινηματογράφους)

-Γ.ΚΡΑΣΣΑΚΟΠΟΥΛΟΣ

Ναι, ναι, γδύνονται



Οι ταινίες του Αυγούστου

Όλα όσα θα δείτε στις αίθουσες τις επόμενες εβδομάδες

Από 26/7 Η Τάνια Γουέξλερ αφηγείται με χιούμορ, αλλά όχι ιδιαίτερο νεύρο, την αληθινή ιστορία της εφεύρεσης του δονητή από ένα γιατρό (με τενοντίτιδα από τις δακτυλικές υπηρεσίες που πρόσφερε στις πελάτισσές του), στην απλά χαριτωμένη «**Μηχανή της χαράς**» (*Hysteria*). Βασισμένη σε αληθινή ιστορία επίσης και το «**Daddy Cool**» (*Starbuck*) του Καναδού Κεν Σκοτ, στο οποίο ένας άντρας ανακαλύπτει ότι είναι πατέρας 150 και βάλει παιδιών, χάρη στο όχι ακριβώς ορθολογικό σύστημα διαχείρισης του σπέρματός του από την τράπεζα που το... κατέθετε.

Από 2/8 Ο Μάθιου ΜακΚόναχι, ο Τσέινινγκ Τέιτουμε και άλλοι καλογυμνασμένοι άντρες του Χόλιγουντ υποδύονται τους στρίπερ στη βασισμένη σε αληθινή ιστορία ταινία του Στίβεν Σόντερμπεργκ «**Magic Mike**». Ναι, γδύνονται. Ξύλο δίχως έλεος και fun χωρίς ενοχές, τα συστατικά του γυρισμένου στην Τζακάρτα από τον Βρετανό Γκάρεθ Έβανς «**Επιχείρηση: Χάος**» (*The Raid Redemption*).

Υστερα από μία παρ' ολίγον έξοδο στις αίθουσες που ματαιώθηκε μετά τα ασφαλιστικά μέτρα ενός από τους συντελεστές, το μελόδραμα του Νικ Γκαϊταντζή «**Χωρίς σύνορα**» δοκιμάζει ξανά την τύχη του. Όποια τύχη μπορεί να έχει μια ιστορία για έναν τίμιο βιοπαλαιστή που παλεύει να κρατήσει το κοριτσάκι που η Ρωσίδα μπτέρα του είχε αφήσει υπό την προστασία του. Με τους Ρόμπερτ ντε Νίρο και Τζούλιαν Μουρ στο καστ, το «**Άλλη μια νύχτα**» (*Being Flynn*) του Πολ Βάιτζ έχει τα φόντα να κερδίσει την προσοχή σας. Η Ζιλιέτ Μπινός 45 ετών, παντρεμένη, με παιδί, προσπαθώντας να καταλάβει πού πήγαν 15 χρόνια από τη ζωή της στο «**Η ζωή μιας άλλης**» (*La Vie d'Un Autre*) της Σιλβί Τεστίντ.

Από 9/8 Η Νταϊάν Κρούγκερ απαγάγεται από Ταλιμπάν και οι ειδικές δυνάμεις του γαλλικού στρατού αναλαμβάνουν να τη σώσουν στο μάλλον όχι πολύ σπέσιαλ «**Special Forces**» του Στεφάν Ριμποζά. Η Νταϊάν Κίτον αγαπά υπερβολικά το σκύλο της. Ο άντρας της τον χάνει κι εκείνη τα χάνει επίσης

και ζητά τη βοήθεια φίλων και γνωστών για να τον βρει στο (θρίλερ, αν είστε φιλόζωοι) «**Darling Companion**» του Λόρενς Κάντταν. Αν δεν χορτάσατε γέννες φέτος στο σινεμά δείτε και τη γαλλική εκδοχή του «Τι να περιμένεις όταν είσαι έγκυος» (που θα 'ναι προφανώς καλύτερη ταινία, γιατί απλά χειρότερη δεν γίνεται) στο «**Ένα ευτυχές γεγονός**» (*Un Hereux Evenemet*) του Ρεμί Μπεζανσόν.



Από 16/8 Σταλόνε, Σβαρτσενέγκερ, Βαν Νταμ, αλλά και Στέιθαμ, σκόπη και Τσακ Νόρις. Νέοι και γέροι action stars ξανά στον αγώνα στο «**Αναλώσιμοι 2**» (*The Expendables 2*) του Σάιμον Γουέστ. Εφτά σκηνοθέτες περνούν «**Εφτά μέρες στη Χαβάνα**» (*Seven Days in Havana*) σε μια ατμοσφαιρική αλλά άنيση απόπειρα να συλλάβει το φιλμ κάτι από την ψυχή της πρωτεύουσας της Κούβας και των ανθρώπων της. Ο τίτλος είναι «**Άντρες εναντίον γυναικών**» (*Maschi contro femmine*). Η ταινία του Φάουστο Μπριτζι είναι ιταλική και περιγράφεται με τη λέξη «πιπεράτη».

Από 23/8 Το «**The Dark Knight Rises**» του Κρίστοφερ Νόλαν επιτέλους στις ελληνικές αίθουσες. Μόνο αυτό! Δεύτερη σκηνοθετική απόπειρα για τη Σάρα Πόλεϊ. «**Το δικό μας βαλς**» (*Take This Waltz*) είναι ρομαντικό, τρυφερό, αληθινό, αξιγάπητο. «**Για όλα φταίει το όνομά σου**» (*Le Prenom*) λέγεται αυτή η κωμωδία των Αλεξάντρ ντε λα Πατελιέρ και Ματιέ Ντελαπόρτ (τι ονόματα!), βασισμένη σε ένα θεατρικό για το μπέρδεμα που προκαλεί το όνομα που διαλέγει ένα ζευγάρι στο πρώτο του παιδί...

Επανεκδόσεις

- «Ο εραστής της κομμώτριας»
- «Τι απέγινε η Μπέμπι Τζέιν»
- «Όλα για την Εύα»

Από 30/8 Τα περιπετειώδη ζώα της «Μαδαγασκάρης» μπαίνουν σε τσίρκο στην προσπάθειά τους να γυρίσουν πίσω στη Νέα Υόρκη στο «**Μαδαγασκάρη 3**» του Έρικ Νταρνέλ. Ο Ρόμπερτ Πάτινσον κολάζει το Παρίσι στη μεταφορά του βιβλίου του Γκι Ντε Μοπασάν «**Bel Ami**» από τους Ντέκλαν Ντόνελον και Νικ Όμεροντ. Ο Όλε Μπόρνενταλ σκηνοθετεί ένα ακόμη θρίλερ πνευμάτων και δαιμόνων στο «**The Possession**».

elements of style

shopping / soul / body / mind / market



Linatox®
Ο καλύτερος
φίλος της
επιδερμίδας σου

Το καλοκαίρι καμιά φορά το δέρμα μας «τραβάει» χωρίς λόγο. Γίνεται ξηρό και κοκκινίζει. Άλλες φορές μας ταλαιπωρούν τοπικές δερματικές παθήσεις, καλοκαιρινά εγκαύματα από τον ήλιο, τσιμπήματα από ενοχλητικά έντομα. Η καλύτερη λύση σε οτιδήποτε στρεσάρει το δέρμα μας και μας κάνει τη ζωή δύσκολη είναι το **Linatox®**. Ιδανικό για το δέρμα βρεφών αλλά και ενηλίκων, οφείλει τη δράση του στο συνδυασμό τριών βασικών συστατικών: καλαμίνης, που καταπραΰνει ό,τι μας ενοχλεί, ελαττώνει τον κνησμό και έχει αντιφλεγμονώδη δράση, έλαιο πλιάνθου, που μαλακώνει κι ενυδατώνει την επιδερμίδα, κι αμυγδαλέλαιο, πλούσιο σε βιταμίνες Α & Β, που ενισχύει τη μαλακτική δράση και παράλληλα διαθέτει επουλωτικές ιδιότητες.

-ΕΛΙΖΑ ΣΥΝΑΔΙΝΟΥ

Μη χάσεις



DIGESTIL

Παστίλιες που θα σας ανακουφίσουν από τη δυσπεψία, με φυτόκα εκχυλίσματα από μελισσόχορτο, ginger και χαμομήλι, αιθέρια έλαια πορτοκαλιού, κάρδαμου, κανέλας και κολιανδρού. Κυκλοφορεί από τη Lavipharm και θα το βρείτε στα φαρμακεία.



MLS IQTALK

Το πρώτο ελληνικό Android κινητό, που του μιλάς, σε καταλαβαίνει και σου απαντάει, αποκλειστικά από την COSMOTE, είναι πλέον διαθέσιμο στα καταστήματα Γερμανός

Σπουδές με υποτροφία με στόχο την προώθηση των ίσων ευκαιριών στην εκπαίδευση, ο μη κυβερνητικός οργανισμός **Equal Society - Κοινωνία Ίσων Ευκαιριών** υλοποιεί, σε συνεργασία με μεγάλα δημόσια και ιδιωτικά εκπαιδευτικά ιδρύματα της Ελλάδας και του εξωτερικού, το πρόγραμμα «Σπουδάζω με υποτροφία!». Έτσι, σε άτομα που ανήκουν σε ευάλωτες οικονομικά κοινωνικές ομάδες θα παρέχονται δωρεάν υποτροφίες για προπτυχιακές και μεταπτυχιακές σπουδές πλήρους διάρκειας. *Για περισσότερες πληροφορίες και υποβολή αιτήσεων μπειτε στο www.equalsociety.gr*



4TEC SECURITY

Ολοκληρωμένο σύστημα συναγερμού PARADOX SP5500, μόνο με € 470, μαζί με τον ΦΠΑ, καναδικής προέλευσης. Η παρουσίαση στο χώρο σας είναι δωρεάν (210 7663.273, www.4tec.gr)



DERMAROLLER SKIN CLEANSER NL®

Λοσιόν που καθαρίζει βαθιά και ενυδατώνει την επιδερμίδα, απομακρύνοντας αποτελεσματικά ρύπους και μακιγιάζ, με φυσικά εκχυλίσματα καρύδας και εσπεριδοειδών (www.dermaroller.gr)

Προσφορές στη Βιοκαρπét και μάλιστα πολύ σημαντικές, όπως: χαλιά ολόμαλλα, ελληνικής παραγωγής, από € 800 μόνο € 180, χαλιά μάλλινα, επίσης ελληνικής παραγωγής, από € 540 στα € 145, χειροποίητα bouhara € 360 από € 1.400 κ.λπ. Οι προσφορές ισχύουν και στα 30 καταστήματα Βιοκαρπét. *Κεντρική διάθεση: 5ο χλμ. εθνικής οδού Λαρίσης-Αθηνών, 2410 688.688, www.biokarpet.gr*

* EVEREST

Με κάθε Freddo Cappuccino ή Freddo Espresso θα πάρεις μαζί και μία φρεσκοφουριστή παραδοσιακή τυρόπιτα, ενώ με κάθε ζεστό σάντουιτς ή με τα νέα σάντουιτς «ever melts» κερασμένη είναι η Coca-Cola.

Τι νέα στη γεύση;

* TSAKIRIS CHIPS

Δοκιμάστε τις νέες συνταγές με Μυρωδικά του Αιγαίου, Θαλασσινό Αλάτι Μυτιλήνης, Ψητά Λαχανικά και Γραβιέρα Κρήτης, πάντα με 100% φυσικές, διαλεκτές και τραγανές πατάτες.

* AMITA Καρπούζι

Νέα, άκρως καλοκαιρινή γεύση από την Amita, που εκτός από καρπούζι περιέχει επίσης και χυμό από μήλο, πεπόνι και καρότο, που όλα μαζί δημιουργούν μια τελείως ξεχωριστή γεύση.

* DOUWE EGBERTS

Φραπέ διαφορετικός από ό, τι ήξερες μέχρι σήμερα, σε τρεις καταπληκτικές γεύσεις: φουντούκι, καραμέλα και βανίλια. Τις 3 εκδοχές του 100% στιγμιαίου αυτού καφέ θα βρεις σε γυάλινο βάζο των 50 και των 95 γρ. σε όλα τα σούπερ μάρκετ.

* HAVANA

Η κουβανέζικη κουλτούρα και η ατμόσφαιρα της Κούβας στο ποτήρι σας, μέσα από τις νέες συλλεκτικές συσκευασίες του Havana Club Anejo 3 Ετών: El Floridita και La Bodeguita del Medio. Με το πρώτο φτιάξτε mojito και με το δεύτερο daiquiri, τα παραδοσιακά κουβανέζικα κοκτέιλ.



Μικρές αγγελίες

210 3617.369 fax: 210 3617.310

Για να καταχωρίσετε μια αγγελία επικοινωνήστε με το 210 3617.369 (11.00-18.00)
Χρυσές: € 34 οι 20 πρώτες λέξεις και € 0,35 κάθε επιπλέον. Αγγελία σε πλαίσιο: € 45.

Σε γνώριζω...

ABILITY. Υψηλών προδιαγραφών γνωριμιές συντροφικότητας-γάμου. Πανελλαδικά (από όλη την ηπειρία) και Ευρώπη, Αμερική, Αυστραλία. Με εντιμότητα, εκκεμψεία, σύγχρονη μεθόδους, στοχευμένα ραντεβού, πλειάδα επιλογών, βρίσκετε άμεσα τον/τη σύντροφό σας. Δεκτή διαμεσολάβηση γονέων-συγγενών. Κατορθώσαμε τα τελευταία χρόνια ρεκόρ γάμων και ευτυχισμένων ζευγαριών. Τώρα γιατί να είστε μόνοι, αφού υπάρχει το Ability; Επικοινωνήστε: Τηλ. κέντρο 210 3826.947, Ερμού 18, Σύνταγμα, 4ος όροφος, www.abilityclub.gr

Αβαντάζ.

«Πάππας». Εκλεκτές Γνωριμιές Γάμου. Το γραφείο μας συνεχίζει την επιτυχημένη πορεία του στο χώρο των συνοικειωσιών, με σοβαρότητα και εκκεμψεία. Ανθρωποι όλων των ηλικιών, σοβαροί και συγκροτημένοι, ανώτατου πνευματικού και οικονομικού επιπέδου, αναζητούν και βρίσκουν κοντά μας το σύντροφο της ζωής τους. Συνεργασία με γονείς. Πανελλαδικά-εξωτερικό. Σας περιμένουμε στο Κολωνάκι, Ομήρου 38 στον 3ο όροφο, καθημερινά 9:00-21:00, Σάββατο 10:00-14:00, τηλ. για ραντεβού 210 3620.147, www.pappas.gr

Αβαντάζ. Οφθαλμίατρος 36χρονη, γλωσσομαθής, πολύ ευκατάστατη, ψηλή, εκκρανίσια, αντικαπνίστρια, ελεύθερη, επιθυμεί γνωριμία γάμου με κύριο αναλόγων προσόντων έως 45 ετών. Διαμονή Πελοπόννησο. «Πάππας», Ομήρου 38, Κολωνάκι, 3ος όροφος, 210 3620.147, καθημερινά 9:00-21:00, Σάββατο 10:00-14:00, www.pappas.gr

Αγαπήστε τον εαυτό σας και τη ζωή σας!!! Η οικογένεια είναι η μόνη ελπίδα για το μέλλον μας. Διο ταρυστοί άνθρωποι μπορούν να καταφέρουν πολλά. Όχι στη μοναξιά και τη μιζέρια. Ναι στην ευτυχία και τη ζωή!! Τα γραφεία ΛΟΥΗΣ 70 χρόνια προσφέρουν την εγγύηση

για έναν πετυχημένο γάμο. Ανθρωποι καταξιωμένοι, επιτυχημένοι, αξιορηφείς, επενδύουν στον εαυτό τους για ένα υπέροχο μέλλον μέσω του γραφείου «Λούης». Επικοινωνήστε στα 210 4176.812, 4179.152, Καραϊσκού 117, Πειραιάς, www.louis.gr

VIP'S. Η κυρία Μάγδα Πετρίδη προτείνει για γνωριμία γάμου: 27χρονη μεσίτρια σε οικογενειακή επιχείρηση, μάστερ και μεταπτυχιακό στην Κοινωνιολογία, ψηλή, ξανθή, αθλητική, γνωρίζει αγγλικά, γαλλικά, μιναιόεισόδημα πάνω από € 3.000, μεζονέτα, εξοχικό, Ι.Χ., αγαπάει τη μουσική, το θέατρο και τον κινηματογράφο, επιθυμεί να γνωρίσει τον άντρα που θα την αγαπάει για πάντα. Δεκτή διαμεσολάβηση γονέων-συγγενών. VIP'S. Κεντρικό: Νίκης 24, Σύνταγμα, τηλ. κέντρο 210 3234.793, υποκατάστημα: Λεωφ. Σαρωνίδας 37, Σαρωνίδα, τηλ. κέντρο 22910 60130, www.vip-petridi.gr

VIP'S. Η κυρία Μάγδα Πετρίδη προτείνει για γνωριμία γάμου: 52χρονος ελληνοαυστραλός αστρολόγος με πτυχία αναγνωρισμένα στο εξωτερικό, γοπετευτικός, πολύ καλού επιπέδου και ιπποτικός, γνωρίζει αγγλικά, γερμανικά, κινέζικα, πολύ ευκατάστατος, ακίνητα στην Αυστραλία, βίλα στα Ν. προάστια, 2 εξοχικά, πολυτελέστατο τζιπ, αγαπάει το κολύμπι, την ορειβασία, τη μουσική, τη λογοτεχνία, επιθυμεί να γνωρίσει μια αληθινή κυρία. Δεκτή διαμεσολάβηση γονέων-συγγενών. Ελλάδα-εξωτερικό. VIP'S. Κεντρικό: Νίκης 24, Σύνταγμα, τηλ. κέντρο 210 3234.793, υποκατάστημα: Λεωφ. Σαρωνίδας 37, Σαρωνίδα, τηλ. κέντρο 22910 60130, www.vip-petridi.gr

Ζήτη μου ό,τι θές

Παραδίδονται σε εργαστήριο μαθήματα κεραμικής, μικρού γλυπτού, ανάγλυφου, χρυσικού και διακοσμητικού αντικειμένου. 210 6411.392, 693 7411215

Πωλείται οικικόπεδο 97 τ.μ. στο Περιστέρι, κοντά στο μετρό Αγ. Αντωνίου. Πληροφορίες: 210 5740.690 (8.00-10.00 & 18.00-20.00) και στο 693 6918778

Σε είδα...



Γράψε για το ΣΕ ΕΙΔΑ (μέχρι 20 λέξεις) και στείλ' το με SMS: AVSE, κενό και το μήνυμά σου στο 54121. Αριθμοί κινητών θα δημοσιεύονται μόνο εάν είναι ίδιοι με το νούμερο του αποστολέα. Κάθε μήνυμα χρεώνεται € 1,23 με ΦΠΑ

ΛΟΥΚΟΥΜΙ
Μοναστηράκι. Σάββατο βράδυ ήσους με 3 φίλες στο μπαρ και μιλήσαμε λίγο καθώς έρευνες, στείλε μου στο iasonas80@gmail.com

JAMES JOYCE PUB
Σάββατο 21/7 είχε λάιβ, καθόσους στην μπάρα παρέα με μπίρα και το κιντό σου, γενικά και έντονο σκούρο βλέμμα, ήμουν με άλλους, μαύρο φόρεμα, πρόσαα τη μουσική αλλά κι εσένα, βγαίνουμε μαζί την επόμενη φורה; perdidalma@hotmail.com

ΑΓΚΙΣΤΡΙ
Σάββατο 14/6 παραλία στη Σκάλα, κάτω από την ταβέρνα το Κύμα, ήσους με 3 φίλες σου, ξανθιά με υπέροχα μάτια, καθόμουν στη διπλανή ξαλίστρα από σας και σε κάποια φάση σας ρώτησα αν θέλετε τη μια ξαλίστρα. Δεν μπορούσα να πάρω το βλέμμα μου από πάνω σου, σε έφαχνα σε όλο το νησί έπειτα και ήσους με τις φίλες σου την Κυριακή κατά τις 9:30 σε μια ταβέρνα πάλι στη Σκάλα, αλλά δεν ήρθα να σου μιλήσω... Στείλε, αν κατάλαβες, vseferis@windowslive.com

BLUESTAR
Δήλος 15/7, πάνω κατάστρωμα, πίσω, μικρούλα



μου φόραγες μαύρα, σκουλαρική φρυδί γλώσσα, ήσους με φίλη. 690 6833483

ΚΟΥΚΑΚΙ
17/7, στάση Άγιος Ιωάννης, Κύπρια μελαχρινή περίμενες τρόλνι με φίλη σου, στάθηκαν λίγο δίπλα σου, φορούσα πράσινη μπλούζα. ttasos87@gmail.com

CHATEAU
Παρασκευή 13/7. Είχες τέλεια τατουάζ στον ώμο και στα δάκτυλα. forgefriday@gmail.com

ΙΚΑ ΝΕΟΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ
12/7 πιάσαμε κουβέντα, γνωριστήκαμε και μου έφτιαξες τη διάθεση εκείνη την ημέρα. Τελικά έμεινα χωρίς δουλειά. Σοφία.

TAYLOR MADE
Πέμπτη 12/7, σορτσάκι, φανελάκι, ψηλή, μελαχρινή. Ήσους με την κοπέλα σου. Τι ωραία που υπήρχε καλοκαιριάτικο! U made my day!

45 ΜΟΙΡΕΞ
Σε λένε Εβίτα, βγίκες από την τουαλέτα, φορούσες μαύρα κολλητά! Πειθαίνω να σε ξαναδώ. Θα σε περιμένω...

ΑΣΤΡΟΣ
Παραλία 15/7, εσύ με δυο φίλους, εγώ στη δίπλα

Βουλιαγμένη

Κεντρική πλατεία, Ιάσωνος 18

Ετοιμοπαράδοτα διαμερίσματα από 42 τ.μ. έως 47 τ.μ., διπλά τζάμια, ηλεκτρικά ρολά, πόρτα ασφαλείας, κουζίνα και λουτρό minimal, A/C, συναγεργμός, ολοκληρωμένος πράσινος κήπος, θέσεις στάθμευσης, με θέα στη θάλασσα ή στον κήπο. Τιμή από € 125.000 έως € 165.000. 697 7785793, 210 3635.508

Ξέρεις εσύ...



Γράψε για το ΞΕΡΕΙΣ ΕΣΥ (μέχρι 20 λέξεις) και στείλ' το με SMS: AVXE, κενό και το μήνυμά σου στο 54121
Αριθμοί κινητών θα δημοσιεύονται μόνο εάν είναι ίδιοι με το νούμερο του αποστολέα. Κάθε μήνυμα χρεώνεται € 1,23 με ΦΠΑ

Ο ένας τοίχος είναι «καθαρός» από την αγάπη που τον «λέρωσε»... ο απέναντι γελαστός και γελασμένος.

Τελικά, όλο ρωτούσες αν έρχομαι κάθε Σαββατοκύριακο, αλλά εσύ δεν φάνηκες αυτό.

ομπρέλα μ' ένα ζευγάρι, εσύ πράσινο μαγιό, εγώ ροζ φουλάρι στα μαλλιά. Γράψε εδώς...

ROCKWAVE PRODIGY
Στις φρωτό που σε έβγαζε με δυο φίλες σου, σε ενοχλούσε ένα σφυράκι από τις σοκολάτες? Έφυγες... aexpert999@gmail.com

ΤΡΕΝΟ
Πειραιάς-Μοναστηράκι, 19/7 πρωί, είσαι μελαχρινή, καθόμασταν απέναντι, έδωσες μια μπανάνα σε ένα παιδάκι που το ζητιάνευε. Είχες μια σακούλα και κάτι φακέλους. Ο τύπος με τη μαύρη τσάντα. Αν το δεις... cv74net@freemail.gr

ΠΟΣΕΙΑΙ
14/7, στον Βαγγέλη δεν γυρνούσες, στο παιδί με την κόκκινη μπλούζα γυρίσες. Ψηλός μελαχρινός με μπασκετικό σορτσάκι, είμαι η γυναίκα των ονείρων σου, η κοκκινόμαλλα του camping... xrisaxoro@yahoo.com

ΘΕΠΕΚ
17/7 ώρα 12:30, σου μίλησα αλλά με αγνόησες, φορούσες γαλάζιο πουκάμισο, καστανόξανθα μαλλιά και δακτυλίδι στον αριστερό χέρι, πήγες προς το δεύτερο όροφο. Θα σε ξαναδώ;

Σε πρωτοείδα στο Cartone στο Γκάκι, γνωριστήκαμε, από τότε είμαστε μαζί και εσύ μου να είμαστε μαζί για πάντα. Σ' αγαπώ.
Σου το ορκίζομαι κι εδώς πως όσο θα λείπεις διακοπή θα σου είμαι πιστός. ●

MAH JONG

T H E M O S T C H I C B O U T I Q U E

~~SALES~~

30%

40%

50%

Buy, oh buy!

14 KANARI STR. / KOLONAKI / 106 74 ATHENS / TEL.: 210 362 2860

Οι **Baby Guru** στην πισίνα

«Oh, the summer time is coming
and the leaves are sweetly turning
and the wild mountain thyme
blooms across the purple heathen»

Στίχοι από το τραγούδι των **Byrds** «*Wild Mountain*»



Info

Οι **Baby Guru** μάς περιμένουν τον Σεπτέμβρη με τη νέα τους δουλειά που θα κυκλοφορήσει από την Inner Ear. www.myspace.com/babyguruband

PANTE-BOY ΤΟΝ ΣΕΠΤΕΜΒΡΗ

.....
Το επόμενο τεύχος της **ATHENSVOICE** κυκλοφορεί στις 6/9.

Pro-Active Liquid Collagen

Υγρό Πόσιμο Κολλαγόνο



Μιλίτσια Ντούμα Βουρσα

Το PRO ACTIVE LIQUID COLLAGEN

είναι το κορυφαίο συμπλήρωμα διατροφής, αποτελώντας ότι πιο καινοτόμο στην επιστήμη του κολλαγόνου, γιατί κάθε ημερήσια δόση 20ml του P.A.L.C. περιέχει: εκτός από 10gr υδρολυμένου κολλαγόνου, πυρίτιο, μαγνήσιο αλλά και vit B1 (θειαμίνη), vit B2 (Ριβοφλαβίνη), vit B5 (Παντοθενικό οξύ), vit B6 (Πυριδοξίνη), τα οποία έχουν καταπληκτικές ευεργετικές ιδιότητες στον ανθρώπινο οργανισμό.

Το PRO ACTIVE LIQUIDCOLLAGEN είναι απαραίτητο & συνιστάται:

- Στους ανθρώπους που ταλαιπωρούνται από αρθρικά προβλήματα (απαραίτητο σε περιπτώσεις αρθρίτιδας, ρευματοειδούς αρθρίτιδας, ουρικής αρθρίτιδας, σπονδυλίτιδας, φλεγμονών του συνδέσμου ιστού, τενοντίτιδας, οστεοπόρωσης)
- Σε όσους επιθυμούν να φρεσκάρουν και να αναζωογονήσουν την επιδερμίδα τους (μειώνει ρυτίδες - νεανική όψη)
- Σε όσους έχουν τριχόπτωση, ταλαιπωρημένα αλλά και αδύναμα μαλλιά
- Σε όσους θέλουν να δυναμώσουν τα νύχια τους
- Σε όσους ασκούνται συστηματικά (αναπλήρωση και ανάπλαση μυϊκού ιστού)
- Σε άτομα υπέρβαρα ή που αναγκάζονται να κάνουν καθιστική ζωή
- Σε άτομα που κάνουν δίαιτα γιατί αυξάνει το μεταβολισμό και βοηθάει στη ρύθμιση σωματικού βάρους / λίπους
- Βοηθάει στην καταπολέμηση της κυτταρίτιδας
- Δίνει τέλος στον εφιάλητη της δυσκολιότητας μέσα σε ελάχιστο χρόνο
- Βελτώνει τη κυκλοφορία του αίματος γιατί βοηθάει στην ελαστικότητα των αιμοφόρων αγγείων
- Απαραίτητο στους καπνιστές (γιατί το κάπνισμα εκτός από το κολλαγόνο καταστρέφει και τον οργανισμό μας τόσο εσωτερικά όσο και εξωτερικά, αλλάζοντας την επιδερμίδα μας)
- Βοηθάει στην αντιγήρανση
- Στον σύγχρονο άνθρωπο που προσέχει τόσο την εξωτερική του εμφάνιση όσο και την εσωτερική του ευεξία

ΑΝΑΚΑΛΥΨΤΕ ΤΟ ΚΟΛΛΑΓΟΝΟ

Το κολλαγόνο είναι η βασική πρωτεΐνη του συνδέσμου ιστού γιατί αντιπροσωπεύει περίπου το 30% του συνόλου της πρωτεΐνης του σώματος και το 70% της πρωτεΐνης που συνθέτει το δέρμα. Το κολλαγόνο είναι πρωτεΐνη-κλειδί για το σώμα και τον ανθρώπινο οργανισμό. Είναι υπεύθυνο για την συνοχή, την ελαστικότητα και την αντοχή του δέρματος, του χόνδρου, των αρθρώσεων αλλά και των οστών. Από την ηλικία των 25 ετών, τα επίπεδα κολλαγόνου αρχίζουν να μειώνονται με τις γυναίκες να χάνουν κολλαγόνο με πιο γρήγορο ρυθμό από τους άντρες κατά την διαδικασία της ωρίμανσης και αργότερα της γήρανσης. Τονώνοντας τα φυσικά επίπεδα κολλαγόνου του σώματος ενισχύεται η ελαστικότητα και τόνωση του δέρματος, συντελώντας στη διατήρηση τόσο μιας νεανικής εμφάνισης όσο και εσωτερικής υγείας αφού δίνει τέλος στα αρθρικά προβλήματα. Έγκυρες επιστημονικές έρευνες δείχνουν ότι η λήψη 10gr (μία ημερήσια δόση Pro-Active) είναι ευεργετική για το χόνδρο των αρθρώσεων, για το μεταβολισμό των οστών αλλά και για την αύξηση της οστικής μάζας.

Γιατί και σε αληθινά υπέρσχη γεύση φράουλα!



Αρ. Φα. Ε.Ο.Β. 78511/18-11-2018

500ml/soe



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΝ Σ.Α.Ε.

Αποκλειστική διανομή για Ελλάδα & Κύπρο: **COLLAGEN POWER A.E.**

Φραγκφούρτη Νόρτμπαϊν 3, Βέρμης 15, Τ.Κ. 16231.

Τηλέφωνο επικοινωνίας: 8013001300 (κατά γεύση) & 21300 81013 | www.humanpotential.gr | email: info@humanpotential.gr | [CPower Collagen for Health & Beauty](https://www.facebook.com/CPower)



Γνωστοποίηση Ε.Ο.Φι: 48799/21-7-2008

Χαρίστε στο δέρμα σας, την ηρεμία που του αξίζει.

Ένας κορροποιημένος συνδυασμός τριών βασικών συστατικών καίρουν στο γαλάκτωμα **Linatox**[®], μοναδικές ιδιότητες.

- Η **καλαμίνη**, με εξαιρετική καταπραυντική, αντιφλεγμονώδη και μαλακτική δράση, ελαττώνει άμεσα τον κνησμό.
- Το **έλαιο ηλίανθου**, κάρη στη μαλακτική και θρεπτική του δράση, ευδατώνει βαθιά την επιδερμίδα.
- Το **αμυγδαλέλαιο**, πλούσιο σε βιταμίνες Α & Β, ενισχύει τη μαλακτική και ευδατική του δράση, ενώ, επιπρόσθετα, διαθέτει και απολυμαντικές ιδιότητες.

Το **Linatox**[®], ευδατώνει, προστατεύει, αναδομεί και θρέφει το ερεθισμένο δέρμα σε καταστάσεις που συνοδεύονται από αίσθημα κνησμού ή καύσου όπως: ηλικιακά εγκαύματα, ηλικιακό κρύθημα, τομήματα εντόμων, ηροδερμία, έκζεμα, στοχικές δερματικές παθήσεις.

Το **Linatox**[®], σκευάζει προστατευτικά όλες τις επιδερμίδες και όλες τις ηλικίες, από το βρέφει μέχρι τους ηλικιωμένους.

Θα το βρείτε μόνο στα φαρμακεία. Προϊόν: Laboratorios Serra Pamiés, Spain.



linatox
EMULSION CALMANTE

Δεν περιέχει κορτοζήνη



Αθήνα: Νεοσός 31, 104 47 Αθήνα.
Τηλ: 210 3438889-97, Fax: 210 8661262
www.pharmazac.gr

Θεσσαλονίκη: Κ. Καραγιαννίδη 81, 546 42 Θεσσαλονίκη.
Τηλ: 210 935534, Fax: 210 935524

