

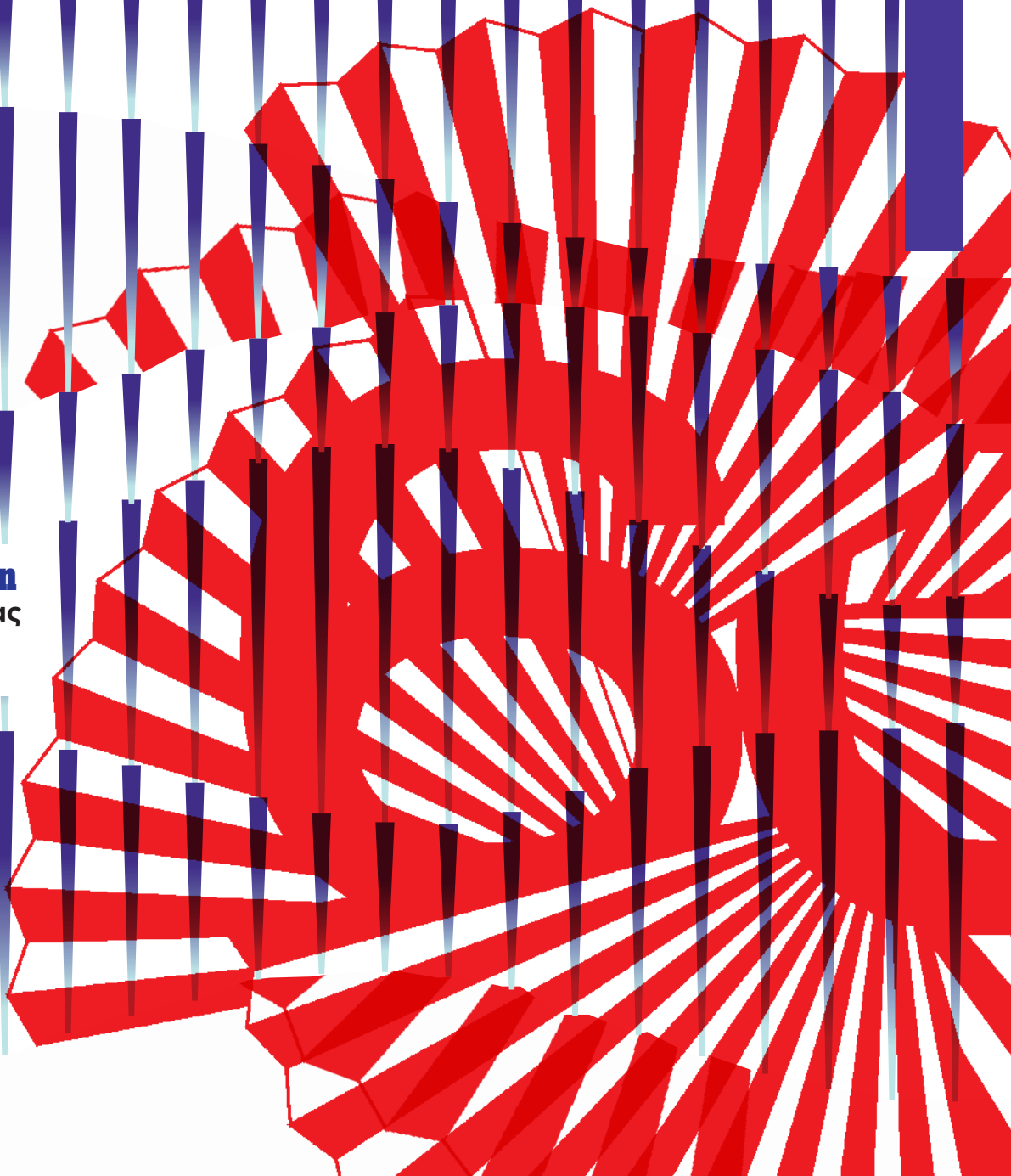
Θεσσαλονίκη, τι νέα;
Τσεκάρουμε τα πρόσωπα
και τη φάση της πόλης
Του Στέφανου Τσιτσόπουλου

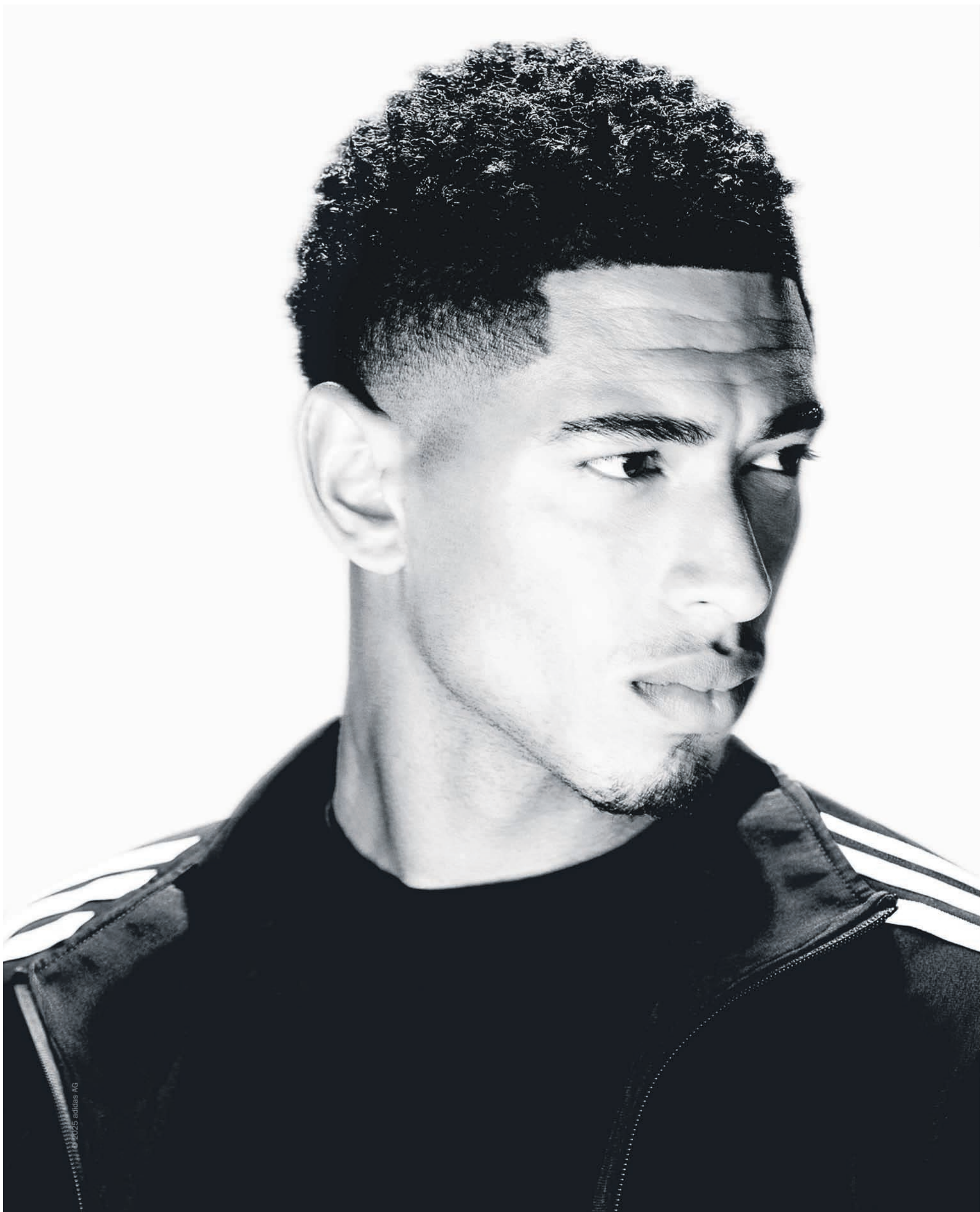
**Τα καλύτερα spots
στη Θεσσαλονίκη**
A.V. Team

Αφιέρωμα Back to school
Πώς να κάνεις restart: fashion,
φοιτητικό σπίτι, προτάσεις για σπουδές
A.V. Team

Σοφία Ζαχαράκη
Η υπουργός Παιδείας
μιλάει στην A.V.
Της Τόνιας Ζαραβέλα

Ο Ίαν Άντερσον
συζητά με τη Σώτη Τριανταφύλλου





© 2025 adidas AG

SUPERSTAR



Info-diet

Της ΣΤΑΥΡΟΥΛΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΗ



ΤΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΣΕ ΕΝΑΝ ΤΙΤΛΟ

«Ντράμερ στη Γιορτή της Μπάμιας,
ο Ανδρέας Λοβέρδος».

ΑΛΗΘΕΙΕΣ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

Τελικά η μεγαλύτερη χαρά είναι να τρως
οικογενειακό παγωτό, χωρίς την οικογένεια.

ΒΑΣΙΛΗΣ ΣΠΑΝΟΥΛΗΣ

Είναι ένας υπέροχα ψύχραιμος προπονητής.
Και πολύ πιο έξυπνος από τις προβοκατόρικες
ερωτήσεις που του κάνουν.

MYSTREET

Το app καταγγελιών για τα τραπεζοκαθίσματα
που καταλαμβάνουν τα πεζοδρόμια. Καλό μεν,
αλλά μήπως μας ζητούν να κάνουμε
τη δουλειά της Δημοτικής Αστυνομίας με ολίγη
από ρουφιανιά;

ΑΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ

Το καλύτερο κομμάτι της Κρήτης
(και σας το γράφει αυτό μια... Χανιώτισσα)

GIORGIO ARMANI

Εδώ που τα λέμε, ο Βασιλιάς Armani
ήταν αυτός που μας ξεβλάχισε.

ΕΠΙΚΑΙΡΗ ΑΤΑΚΑ

«Είς νόμος απαιτείται εις αυτήν τη χώραν,
ο οποίος να επιτάσσει την εφαρμογήν όλων
των υπολοίπων νόμων»
Εμμανουήλ Ροΐδης (1836-1904)

ΔΙΑΛΟΓΟΣ

-Πάω στο βενζινάδικο και λέω 5 ευρώ βενζίνη.
-Σου έβαλε;
-Με ρώτησε αν είναι μεγάλος ο λεκές.



ΤΟ ΣΙΝΤΡΙΒΑΝΙ ΤΗΣ ΠΛΑΤΕΙΑΣ ΣΥΝΤΑΓΜΑΤΟΣ

Συντηρήθηκε και επαναλειτούργεί
μετά από 153 χρόνια.
Παραμένει θλιβερό και αδιάφορο.

ΡΙΖΙΚΗ ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΗ ΣΤΟ ΟΑΚΑ

Ήμουνα νια και γέρασα.

ΣΟΥΒΛΑΚΙ €6,50 ΣΕ ΚΡΗΤΗ ΚΑΙ ΑΤΤΙΚΗ

Ευτυχώς φέτος φτναινεί το λάδι.

ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΚΑΛΟΠΛΗΡΩΤΗ ΓΙΑ ΥΠΟΨΗΦΙΟ ΕΝΟΙΚΙΑΣΤΗ

Σε λίγο θα μας ζητούν και πανοραμική
άνω και κάτω γνάθου.

ΕΤΑΙΡΕΙΕΣ ΔΗΜΟΣΙΩΝ ΣΧΕΣΕΩΝ

Καλά να σου ζητούν να δημοσιεύσεις τσάμπα
το νέο ζαντολαστικό του πελάτη τους...
Να σου ζητούν να τους στείλεις και το λινκ
της δημοσίευσης;
(Επειδή αναρωτιέσαι, κουτό αγόρι, γιατί σε αγνοούν)

ΔΑΣΚΑΛΟΙ & ΓΙΑΤΡΟΙ ΣΤΑ ΝΗΣΙΑ

Τι ντροπή για τους νησιώτες να μην τους
παραχωρούν ούτε πλυσταριό για να βγάλουν
οι άνθρωποι τη σεζόν. Αλλά, κατά τ' άλλα,
θέλουν και σχολεία και ιατρεία στο νησί τους.

ΠΕΡΙΜΕΝΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΚΙΜΠΕΡΛΙ ΓΚΙΛΦΟΪΛ

Τι θα γίνει; Θα έρθει; Να ραφτούμε ή όχι;



Σε βλέπω!

Της ΛΕΝΑΣ ΔΙΒΑΝΗ



Σε βλέπω Gen X

Σε βλέπω Gen X dearest! Δεν μιλάς πολύ για την πολιτική, απα-
ντάς ό,τι να 'ναι στους δημοσκόπους όταν σε παίρνουν τηλέφωνο.
Μπερδεύονται. Σόρι κιόλας, αλλά μόνον πλθιος θα απαντούσε
σοβαρά στην ερώτηση: «Τι προτιμάτε; Μονοκομματική κυβέρνηση ή
χάος;» Αυτό θέλεις να τους πεις, αλλά δεν χαλάς σάλιο. Φοράς α-
πλώς το σωστό T-Shirt, κι όποιος κατάλαβε κατάλαβε.

Υ.Γ. Όχι, Θάναση, δεν εννοεί εσένα. Έχει κι άλλα ενδιαφέροντα.

ΤΟ ΕΞΩΦΥΛΛΟ ΜΑΣ

Αυτή την εβδομάδα το σχεδιάζει ο
Θανάσης Γεωργίου (designmono). Έχει
αναλάβει περιοδικά, εφημερίδες, εκδόσεις
και βιβλία για λογαριασμό διαφόρων
εκδοτικών οίκων κι έχει εργαστεί ως
επιμελητής για τον σχεδιασμό των
μόνιμων συλλογών διάφορων μουσείων
της Ελλάδας. Υπήρξε creative art director
του τμήματος περιοδικών της εφημερίδας
«Μακεδονία» (1999-2005) και ιδρυτής του
δημιουργικού γραφείου designmono. Με
διακρίσεις σε διαγωνισμούς σε Ελλάδα και
εξωτερικό (European Newspaper Design
Awards, EBGE κ.ά.), έχει συμμετάσχει σε
Poster και Graphic Design Biennale (Golden
Bee Moscow, Brno International biennale,
Tehran International poster biennale κ.ά.)



Athens Voices

Του ΓΙΑΝΝΗ ΝΕΝΕ
panikoval500@gmail.com

Λόγια που ακούστηκαν δημοσίως στην Αθήνα



Τρία τέσσερα πιτσιρικά πεντάχρονα
παίζουν σε παραλία

Αγοράκι: **Συγγνώμη που
σου το λέω, αλλά
θα σε πάρει ο διάολος.**

Κοριτσάκι: **Τι εννοείς;**

Άλλο κοριτσάκι: **Ότι θα πας
στην κόλαση.**

(Βούλα, Σάββατο πρωί)

Παρέα ξεναγείται από μοναχό, ο οποίος
τους μιλάει για τα τερά λείψανα αγίων
που φυλάσσονται στο μοναστήρι,
όταν ακούγεται το σχόλιο

«**Από body parts
καλά πάνε πάντως**»

(Ορεινή Ναυπακτία, Σεπτέμβριος 2025)

Τρίχρονη πιτσιρικά, βλέποντας
το σημάδι του μαγιό

«**Μαμαααά! Από τον ήλιο
άσπρισε ο ποπός μου!**»

(Παραλία Βοϊδοκοιλιά, Πύλος)

Πιτσιρικός απαντάει σε κυρία

- **Πώς σε λένε, χρυσό μου;**

- **Παύλο.**

- **Πόσων χρονών είσαι,
Παύλο;**

(Επειτα από ώριμη σκέψη)

- **Μηδέν.**

(Παραλία Λάμψη, Πάτμος)

Γυναίκοσυζήτηση στα στενά
της Νάουσας Πάρου

«**Δεν με νοιάζει να τον
πηδάει, αλλά αυτό που του
έκανε ήταν αηδιαστικό.**»

(Αύγουστος 2025)

Κύριος συναντιέται με κυρία
σε κεντρικό café

Κυρία: «**Πο πο, πήρες πολύ
ωραίο χρώμα στη Νάξο.**»

Κύριος: «**Όχι, δεν πήρα. Είναι
που έχω πολύ υψηλή πίεση.**»

(Κολωνάκι, Σκουφά, Δευτέρα πρωί)



Δίνουμε **δεύτερη** **ευκαιρία** σε φρούτα και λαχανικά με τη σακούλα **«Επίλεξέ με»**

Στη Lidl Ελλάς μειώνουμε έμπρακτα τη σπατάλη τροφίμων.

Πώς το πετυχαίνουμε αυτό;

- Η σακούλα «Επίλεξέ με» προσφέρει μια δεύτερη ευκαιρία πώλησης σε φρέσκα φρούτα και λαχανικά με μικρές οπτικές ατέλειες.
- Χάρη σε αυτήν την πρωτοβουλία, μέσα σε 10 μήνες (Μάιος 2024 – Μάρτιος 2025), διατέθηκαν πάνω από **553 τόνοι φρούτων και λαχανικών** που διαφορετικά δεν θα κατέληγαν σε κάποιο τραπέζι.

Γιατί αυτή είναι η δύναμή μας.



Τα νούμερα της εβδομάδας

Του ΣΤΑΜΑΘΗ ΖΑΧΑΡΟΥ

14 άτομα προφυλακίστηκαν για συμμετοχή σε εγκληματική οργάνωση-πολυκατάστημα στην Κρήτη.

33 άτομα είχαν αρχικά συλληφθεί για την υπόθεση.

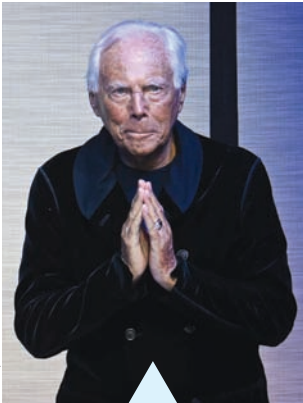
175 στρέμματα εκκλησιαστικής γης πούλησε η οργάνωση σε Ισραηλινό επιχειρηματία, γεγονός που, σύμφωνα με τη δικογραφία, προϋπέθετε τον αποκατακτηρισμό εκτάσεων που ανήκαν στην Εκκλησία.

22.000 ευρώ τον μήνα λάμβαναν για την ενοικίαση του ξενοδοχείου τους τα δυο αδέρφια που κατονομάζονται ως εγκέφαλοι της οργάνωσης. Η ενοικίαση έγινε με απευθείας ανάθεση ώστε να φιλοξενεί μονάδα ψυχικής υγείας.

1 κομμάτι ιερό λείψανο ήταν το αντάλλαγμα που παζάρευαν οι μαφιόζοι για μια «εξυηρητισούλα» που θα τους έκανε ο Πάνος Καμμένος και αφορούσε την παρέμβασή του προς την πιθανότατα επόμενη πρέσβειρα των ΗΠΑ στην Ελλάδα ώστε να «σπρώξει» τον ιερέα Μελχισεδέκ στην ιεραρχία. Ο Πάνος Καμμένος δήλωσε ότι «έκανε πλάκα», αλλά σε επόμενη υποκλαπείσα συνομιλία ακούγεται να λέει ότι «προώθησε το αίτημα στους Αμερικάνους».

650 εκατομμύρια ευρώ διαθέτει η Ε.Ε. για την κατασκευή του καλωδίου διασύνδεσης Κρήτης-Κύπρου (Great Sea Interconnector – GSI). Οι Κύπριοι αδελφοί μας όμως θεωρούν ότι δεν είναι βιώσιμο. Κάτι θα ξέρουν περισσότερο απ’ τους Ελλαδίτες και τους κουτόφραγκους.

2 «ανεξάρτητοι και σοβαροί οργανισμοί» έχουν δώσει στον Μάκη Κεραυνό (έτσι λέγεται, είναι ο ΥΠΟΙΚ της Κύπρου) μελέτες που δείχνουν ότι το έργο δεν είναι βιώσιμο. Ο Μάκης ο Κεραυνός όμως δεν μας τις δείχνει. Ίσως γιατί πιστεύει ότι δεν θα καταλάβουμε το σκεπτικό του.



© EPA/DANIEL ZENARO

91 ετών άφησε τον μάταιο τούτο κόσμο ο Τζόρτζιο Αρμάνι, ο άνθρωπος που πραγματικά «ξεβλάχισε» τον πλανήτη.

11,1 δισ. δολάρια είχε εκτιμήσει την περιουσία του το Forbes, προ τριετίας.

17 χρόνια, από το 2008 μέχρι και τον θάνατό του, ήταν ο ιδιοκτήτης της ομάδας μπάσκετ του Μιλάνου.

16 δισ. ευρώ διέθεσε η παλαιότερη εν λειτουργία τράπεζα στον πλανήτη, η Monte Paschi, προκειμένου να αποκτήσει τον έλεγχο της Mediobanca. Η Monte Paschi ιδρύθηκε το 1472 και μόλις προσφάτως εξήλθε από μια βαθιά αναδιάρθρωση διάρκειας, καθώς κινδύνεψε με πτώχευση.

2 μονάδες μειωμένοι θα είναι οι φορολογικοί συντελεστές για εισοδήματα έως 40.000 ευρώ από τη χρήση του 2026, σύμφωνα με όσα εξήγγειλε ο πρωθυπουργός από την 89η Διεθνή Έκθεση Θεσσαλονίκης.

39% θα είναι ο συντελεστής φορολόγησης για εισοδήματα από 40.000 έως 60.000 ευρώ.

18% από 22% γίνεται ο συντελεστής φορολόγησης για κάθε γονέα με ένα παιδί και για εισοδήματα έως 20.000 ευρώ.

16% γίνεται ο αντίστοιχος συ-

ντελεστής για 2 παιδιά, 9% για 3 παιδιά και μηδενίζεται για γονείς με 4 παιδιά.

2 μονάδες μείωση εφαρμόζεται στον συντελεστή για κάθε παιδί και για εισοδήματα από 20.000 έως 30.000 ευρώ.

0% φόρος θα ισχύσει για νέους έως 25 ετών και για εισοδήματα μέχρι 20.000 ευρώ. Οι ωφελούμενοι υπολογίζονται σε περίπου 70.000.

9% από 22% σήμερα θα είναι ο φορολογικός συντελεστής για νέους μέχρι 30 ετών. Οι ωφελούμενοι υπολογίζονται σε 190.000.

50% μείωση θα εφαρμοστεί στην «προσωπική διαφορά» των συνταξιούχων το 2026. Καταργείται πλήρως το 2027.

50% μείωση θα εφαρμοστεί στον ΕΝΦΙΑ για κατοικίες σε οικισμούς με έως 1.500 κατοίκους. Καταργείται πλήρως στις ίδιες περιοχές το 2027.

30% μειώνεται ο ΦΠΑ στα ακριτικά νησιά με έως 20.000 κατοίκους.

25% θα είναι ο συντελεστής φορολόγησης ενοικίων για εισοδήματα έως 24.000 ευρώ, αντί για 35% που ισχύει σήμερα. Υπενθυμίζεται ωστόσο ότι το μέσο ενοίκιο που δηλώνεται είναι 255 ευρώ, σύμφωνα με την ΑΑΔΕ, οπότε οι ιδιοκτήτες δεν πολυνοιάζονται για τη μείωση του συντελεστή.

50% μειώνεται το τεκμαρτό εισόδημα για ελεύθερους επαγγελματίες σε οικισμούς εκτός Αττικής με έως 1.500 κατοίκους.

364 βουλευτές του Γαλλικού Κοινοβουλίου καταψήφισαν την κυβέρνηση Μπαϊρού, έναντι 194 που την υπερψήφισαν, με αποτέλεσμα να πέσει η κυβέρνηση στη Γαλλία.

44 δισ. ευρώ είναι τα μέτρα που επιχείρησε να «περάσει» η απελ-

θούσα κυβέρνηση, προκειμένου να μειωθεί το χρέος. Πλέον αναζητούνται μαγικές λύσεις ή έστω λεφτόδεντρα. Το ψυχρό κλίμα της γαλλικής πρωτεύουσας δεν ευνοεί την ανάπτυξη των μεσογειακών δέντρων.

19 νεκροί και 100 τραυματίες ήταν το αποτέλεσμα επεισοδίων στο Νεπάλ κατά τη διάρκεια διαδήλωσης κατά της διαφθοράς.

14 πρωθυπουργοί έχουν υπηρέτήσει στο Νεπάλ μετά την κατάργηση της μοναρχίας το 2008. Ο τελευταίος, Κ. Π. Σάρμα Όλι, παραιτήθηκε χθες μετά τα επεισόδια.

2 νεαροί συνελήφθησαν το βράδυ της Δευτέρας στα Εξάρχεια έπειτα από πορεία που πραγματοποιήθηκε στο κέντρο της Αθήνας. Στην κατοχή τους βρέθηκαν πτυσσόμενα κλοπη καθώς και κοκάλινα γάντια, τα οποία και κατασχέθηκαν. Η είδηση δεν θα έπαιζε ούτε σε μονόστηλο, αν δεν διαπίστωνε η αστυνομία ότι πρόκειται για τέκνα πρώην υπουργού της κυβέρνησης Σύριζα-ΑΝΕΛ.

5.000 ευρώ ήταν το ανώτατο ποσό που εντοπίστηκε σε φακέλακι που προοριζόταν για διευθυντή καρδιοχειρουργικής στο Ιπποκράτειο Γενικό Νοσοκομείο Αθηνών, όπως έγινε γνωστό μετά τη σύλληψή του από τις αρχές.

200.000 ευρώ είχε κοστολογήσει θρησκευτικά Ευαγγέλια, αρχαία νομίσματα και βυζαντινές εικόνες του 18ου αιώνα ο ηγούμενος της Μονής Μεγάλου Σπηλαίου στα Καλάβρυτα μαζί με τον μοναχό βοηθό του. Συνελήφθησαν όταν προσπάθησαν να τα πουλήσουν σε κύκλωμα αρχαιοκάπηλων.

16 άνθρωποι έχασαν τη ζωή τους στην Πορτογαλία όταν ένα καλώδιο έσπασε στο ιστορικό τελεφερίκ Elevador da Gloria, με αποτέλεσμα να εκτροχιαστεί. Οι 11 ήταν τουρίστες.

πόσοι έρχονται τον Νοέμβριο; Πρόεδρε Πάνο, πρέπει να ξέρουμε, να είμαστε έτοιμοι, να σας φιλέψουμε κάτι. Καλό θα ήταν να μας ενημερώσεις για την ακριβή ώρα και ημερομηνία. Μην σας υποδεχτούμε με τα σωβρακα.

ΝΙΚΟΣ ΚΑΡΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΣ

«Οι εργαζόμενοι και ο λαός πρέπει να σπάσουν τα δεσμά της κοστολόγησης. Πρέπει να ξεπεράσουμε τη δημοσιονομική πειθαρχία». Μια δήλωση-βάλσαμο του βουλευτή του ΚΚΕ για όσους μερακλήδες αναπολούν τις όμορφες στιγμές των μνημονιακών περιόδων. Διότι, με τέτοια μυαλά, εκεί θα ξανακαταλήξουμε.

VERBA VOLANT

ΕΛΕΝΑ ΑΚΡΙΤΑ

«Όποια κι αν είναι η ερώτηση, 20 ευρώ το κιλό το μοςχάρι είναι η απάντηση». Με μια απλή αναζήτηση στο ιντερνέτ, βρήκα αμέσως μοςχάρι με 15,85 ευρώ το κιλό σε ελληνικό κατάστημα, άρα τα 20 ευρώ είναι μάλλον «υπερβολές του κίτρινου τύπου».

ΧΑΡΗΣ ΔΟΥΚΑΣ

«Μετά τις τελευταίες εξελίξεις για την ηλεκτρική διασύνδεση Κρήτης-Κύπρου και την παρέμ-

βαση της Ευρωπαϊκής Εισαγγελίας, νομίζω ότι η σύγκληση του συμβουλίου πολιτικών αρχηγών είναι επιβεβλημένη». Πρώτον, η Ευρωπαϊκή Εισαγγελία ερευνά την υπόθεση στην Κύπρο για τυχόν ατασθαλίες του προηγούμενου «ιδιοκτήτη» του έργου, όχι του ελληνικού ΑΔΜΗΕ. Δεύτερον, θεωρώ επιβεβλημένη την παρουσία του Δημάρχου Αθηναίων στο συμβούλιο, δεδομένης της σοβαρότητας της υπόθεσης. Οι πολιτικοί αρχηγοί δεν επαρκούν. Χρειάζεται κάποιος με μεγαλύτερο ειδικό βάρος. Δήμαρχε, μην αφήνεις τη μετριопάθειά σου να γίνει εμπόδιο στο καλό της χώρας.

ΑΛΕΞΗΣ ΤΣΙΠΡΑΣ

«Ευημερία και ανάπτυξη χωρίς κοινωνική συνοχή και στοιχειώδη δικαιοσύνη δεν υπήρξε ποτέ και ούτε μπορεί να υπάρξει». Αυτή η φράση είναι το rebranding του «οι άνθρωποι πάνω απ’ τους αριθμούς». Δεν χρειαζόταν να πετάξετε τόσα λεφτά σε εταιρείες συμβούλων για ένα απλό rewriting. Αρκούσε να βάλατε τη φράση από την ΠΦΑ στο Chat GPT.

ΠΑΝΟΣ ΚΑΜΜΕΝΟΣ

«10 του μηνός Οκτωβρίου έρχεται εδώ η Κίμπερλι, όπου ελέγχουμε όλο το σύστημα, εγώ μαζί της είμαι τώρα, δίπλα μου είναι. Ερχόμαστε τον Νοέμβριο». Ποιοι και κυρίως

ATHENSvoice	
Εκδότης-Διευθυντής Φώτης Γεωργελές	
Σύμβουλος Έκδοσης Σταυρούλα Παναγιωτάκη	Διευθύντρια Σύνταξης Αγγελική Μπιρμπίλη
Γενική Διεύθυνση Διαφήμισης Λουίζα Ναθαναήλ	
Art Director Φώτης Πελιβανίδης	
Διεύθυνση Web Δημήτρης Αθανασιάδης	
Σύμβουλος Διεύθυνσης Χριστίνα Γαλανοπούλου	
Αρχισυνταξία Δανάη Καμζόλα (Podcast & City Guide) Βοηθός αρχισυντάκτη Τόνια Ζαραβέλα Τεχνικός διευθυντής Βάιος Συντοίμας Social Media Manager Τάσος Ανέστης	
Υπεύθυνος ύλης Τάκης Σκριβάνος Επιμέλεια ύλης Δήμητρα Γκρουζ Διόρθωση κειμένων Φανή Κουλουτζού, Κατερίνα Ασήμου	
Συντακτική ομάδα: Κ. Αθανασιάδης, Ν. Αμανίτης, Μ. Ανδριωτάκη, Ε. Βαρδάκη, Σ. Βλέτσας, Κ. Βνάτσιου, Ρ. Γεροδήμος, Ν. Γεωργελέ, Ν. Γεωργιάδης, Κ. Γιαννακίδης, Κ. Γιυνιαδάκη, Β. Γραμματικογιάννη, Β. Γρυπάρης, Γ. Δήμος, Θ. Κ. Ευθυμίου, Γ. Γερβογιάννη, Μ. Ζουμπουλάκη, Κ. Καϊμάκης, Σ. Κалаμαντή, Μπ. Καλογιάννης, Κ. Καμπόσου, Δ. Καραθάνος, Α. Καψάλη, Ν. Κοσκινά, Α. Κοσμοπούλου, Δ. Κουμαριώτης, Α. Μανουσάκη, Μ. Μανωλοπούλου, Χ. Μαρκάκης, Δ. Μαστρογιαννίτης, Β. Ματζόρογλου, Τζ. Μελιτά, Α. Μηρουντζάκη, Γ. Νένης, Ε. Ντάκουλα, Γ. Χ. Παπαδόπουλος, Δ. Παπαδόπουλος, Π. Παναγιωτόπουλος, Κ. Παναγοπούλου, Γ. Παυριανός, Γ. Πρέζα, Μ. Προβάτσ, Τζ. Ρουσάκη, Μ. Ι. Σιγαλού, Ε. Σιούσιουρα, Τ. Σκραπαλιώρη, Σ. Σφυρη, Σ. Τριανταφύλλου, Σ. Τσιτσόπουλος, Γ. Φλωράκης, Ε. Χελιώτη, Κ. Χριστοφόρου, Γ. Ψύχας, Ε. Ψυχούλη	
Γραμματεία Σύνταξης Γεωργία Σκαμάγκα info@athensvoice.gr avguide@athensvoice.gr	
Ατελιέ Sotos Anagnos LOOKmag Κωνσταντίνα Βλαχοπούλου	
Creative Manager Θάνος Ψυλλίδης Creative Marketing Manager Αλμυρινή Τρούγκου Branded Content Editor Χαρά Αλεξανδροπούλου	
Εικονογραφήσεις art@athensvoice.gr Φωτό: Θανάσης Καρατζάς, Γιώργος Ζαρκώνης, Τάσος Βρεττός, Έκτορας Δ. Βούτσας, Κώστας Αμοιρίδης, Βαγγέλης Τάσης, Χρήστος Κισατζεκιάν, Δημήτρης Κλεάνθης, Μαρία Μαρκεζή, Πέτρος Νικόλτσος, Λάζαρος Γραικός	
Account Directors Τίνα Γαϊτανίδου, Βόννη Ζαφειροπούλου	
Direct Market Advertising Director Άννα Αντωνίου Direct Market Advertising Managers Μιχάλης Δρακάκης, Εύα Βαλαμβάνου, Ελένη Βαρύτη, Νώντας Νταμπάνης, Ελεωνόρα Τζεφρόνη	
Marketing Director Κική Μαλέρδου Advertising & Marketing Manager VOICE 102.5 Τζίνα Σαλαμπίση	
Συντονισμός Διαφήμισης Μαίρη Κούρτη marketing@athensvoice.gr Digital Traffic Manager Εύη Ταρνάρη Digital Advertising Coordinator Μίνα Γιαννάκη	
Ψηφιακή Υποστήριξη Νικόλας Αργυρίου, Άγγελος Καραμανωλάκης	
Διεύθυνση Λογιστηρίου Έφη Μούρτζη Λογιστήριο Ουρανία Μιχάλη, Μαίρη Λυκούση, Μανώλης Κοττάκης	
Διαχωρισμοί - Εκτύπωση «Καθημερινές Εκδόσεις ΑΕ»	
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 VOICE 102.5: 210 3648.213 Αγγελίες: 210 3617.369 Λογιστήριο: 210 3617.170	
www.athensvoice.gr Αν δεν βρίσκετε την Α.Υ. στα σημεία διανομής, επικοινωνήστε: 210 3617.360, 210 3617.369 Κωδικός εντύπου: 7021 ISSN 1790-6164	
Νόμιμος Εκπρόσωπος: Γεωργελέ Ελισάβετ Τσιεύγεννη Κύριος Μέτοχος: Γεωργελέ Φώτης	
Αρ. Πιστοποίησης MET: 230237	
ATHENSvoice Εβδομαδιαία εφημερίδα, διανέμεται δωρεάν. Αναγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, ολική ή μερική, η διασκευή ή απόδοση του περιεχομένου της έκδοσης με οποιοδήποτε τρόπο, μηχανικό, ηλεκτρονικό ή άλλο, χωρίς προηγούμενη γραπτή έγκριση του εκδότη. ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ	

Ασκήσεις χαοτικής πολιτικής στη Γαλλική Εθνοσυνέλευση

Ο βασανιστικός θάνατος του Κέντρου και η επέλαση της Ακροδεξιάς

Του ΝΙΚΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗ

Για πρώτη φορά στην πολιτική ιστορία της 5ης Γαλλικής Δημοκρατίας, δηλαδή της πολιτειακής μορφής που ίδρυσε ο στρατηγός Ντε Γκολ, μια κυβέρνηση αναγκάζεται να παραιτηθεί έχοντας απολέσει την ψήφο εμπιστοσύνης την οποία η ίδια διεκδίκησε στην Εθνοσυνέλευση. Πρόκειται για μια πρωτιά η οποία ωστόσο αντανακλά μια βαθύτερη και ενδεχομένως στρατηγικού χαρακτήρα κρίση του γαλλικού πολιτειακού και πολιτικού οικοδομήματος.

Όπως επισημαίνει ο Σερζ Ζιλί στη Liberation της Τρίτης 9 Σεπτεμβρίου: «Ο Εμανουέλ Μακρόν είναι ο υπεύθυνος για την πολιτική, την οικονομική και δημοσιονομική κρίση που διανύουμε. Η κρίση έχει τις δικές της ρίζες, αλλά είναι επίσης συνέπεια μιας δεύτερης θητείας, που είναι αποσυντονισμένη επειδή δεν έχει πρόγραμμα, με αποτέλεσμα τη συσσώρευση λαθών και πρόχειρων μεταρρυθμίσεων, ιδίως στον τομέα των συντάξεων».

Αν η Libe θα μπορούσε να χαρακτηριστεί «αριστερή» με όρους της κεντροευρωπαϊκής Αριστεράς και άρα προκατειλημμένη έναντι του προέδρου της Γαλλικής Δημοκρατίας, η Le Monde χαίρει της βαθιάς εκτίμησης του γαλλικού πολιτικού και επιχειρηματικού κατεστημένου. Αυτή, λοιπόν, η Le Monde, έγραφε το πρωί της Τρίτης: «Υστερα από τις διαδοχικές αποτυχίες των κυβερνήσεων του Μισέλ Μπαρνιέ και του Φρανσουά Μπαϊρού, ο αρχηγός του κράτους βρίσκεται χωρίς αλεξικέραυνο στο πρωθυπουργικό μέγαρο του Ματινιόν, σε μια στιγμή προβληματικής αδυναμίας, όπου συνυπάρχουν πολιτική, δημοσιονομική και κοινωνική κρίση».

Ας ρίξουμε μια ματιά στους αριθμούς. Το χρέος της Γαλλίας ανέρχεται σήμερα στο 114% του ακαθάριστου εθνικού προϊόντος της ή σε 3,4 τρις. ευρώ.

Μισό τρις. παραπάνω από το ιταλικό χρέος, το οποίο όμως ανέρχεται στο 135% του ΑΕΠ της γειτονικής χώρας. Η δεύτερη και η τρίτη ευρωπαϊκή οικονομία βρίσκονται με την πλάτη στον τοίχο και παλεύουν να διαχειριστούν το χρέος τους. Μέχρι στιγμής δείχνουν να τα καταφέρνουν, αλλά ενδεχομένως να υπάρξουν σύντομα κι άλλες παράμετροι, κυρίως όσον αφορά τη Γαλλία. Η θεωρία πως το Παρίσι πιθανώς θα καταφύγει στο ΔΝΤ είναι μια τερατώδης ανοησία. Το ΔΝΤ δεν διαθέτει επαρκή αποθέματα ώστε να είναι σε θέση να αντιμετωπίσει μια τέτοια μαύρη τρύπα. Ας αναλογιστούμε επίσης πως το αμερικανικό χρέος αυτή τη στιγμή ξεπερνά τα 13 τρις. δολάρια. Έτσι, για να έχουμε και κάποιο σημείο αναφοράς.

Αν η πρώτη θητεία του προέδρου αντιμετώπισε την αδιαμόρφωτη πολιτική και έκδηλα λαϊκιστική δυναμική των Κίτρινων Γιλέκων, μια ερμαφρόδιτη εκδοχή Αγανακτισμένων με ακροδεξιές και ακραία αντιεξουσιαστικές προσμειξεις, η σημερινή κατάσταση στους γαλλικούς δρόμους και τις πλατείες χαρακτηρίζεται από ένα ακόμη εκρηκτικότερο μείγμα, το οποίο συμπυκνώνεται σε δύο λέξεις: «Bloquons Tout» (Ας μπλοκάρουμε τα πάντα). Ούτε πρόγραμμα ούτε και χρονοδιάγραμμα. Ούτε πολιτικές αναλύσεις ούτε και ιδεολογικο-πολιτικές ταυτότητες. Ένα μείγμα άρνησης και ασαφούς διεκδίκησης που προέρχεται από τον συσσωρευμένο θυμό της ανέκαθεν ισχυρής μικροαστικής Γαλλίας, της περιφέρειας κυρίως, η οποία εδώ και χρόνια βλέπει την αγοραστική της δύναμη να καταρρέει χωρίς προοπτική ανάκαμψης.

Είναι εξαιρετικά δυσεξήγητο πολιτικά, αλλά ολοφάνερο στην πράξη, πως τόσο η ακροδεξιά της Μαρίν Λεπέν όσο και η Αριστερά του Ζαν Λικ Μελανσόν στοχεύουν στα ίδια ακριβώς κοινωνικά στρώματα. Τα πολιτικά σλόγκαν μπορεί να διαφέρουν, αλλά οι προτεινόμενες πολιτικές σε βασικά ζητήματα είναι εκκωφαντικά παρόμοιες.

Για την Τετάρτη 10 Σεπτεμβρίου είχαν προγραμματιστεί τα «εγκαίνια» αυτού του νέου κινήματος, στο οποίο προστρέχουν με ιδιαίτερη πολιτική αγωνία οι ακροδεξιοί και οι οπαδοί του αμφιλεγόμενου και ιδιαίτερα προβληματικού ως προς το εύρος της πολιτικής ηθικής του Ζαν Λικ Μελανσόν. Όσον αφορά τώρα την ακροδεξιά «μαινάδα» της γαλλικής πολιτικής σκηνής, η Μαρίν Λεπέν πασχίζει να προκαλέσει βουλευτικές εκλογές για να κερδίσει χρόνο. Ως γνωστόν, αδυνατεί, λόγω της πρωτόδικης καταδίκης της για οικονομικές ατασθαλίες, να συμμετάσχει αυτή τη στιγμή σε εκλογική

αναμέτρηση. Σκοπός της είναι να παρέλθει ο χρόνος, ώστε να είναι σε θέση να διεκδικήσει το προεδρικό αξίωμα στις επόμενες προεδρικές εκλογές, σε τρία περίπου χρόνια.

Την Πέμπτη 18 Σεπτεμβρίου, θα πραγματοποιηθεί η ημέρα δράσης που έχει προκηρύξει η διακομματική συνδικαλιστική ένωση, η οποία είχε ηγηθεί του αγώνα κατά της μεταρρύθμισης των συντάξεων καταγγέλλοντας το σχέδιο προϋπολογισμού του Φρανσουά Μπαϊρού, το οποίο το συνδικάτο CFDT χαρακτηρίζει ως «μουσείο φρικαλεοτήτων». Όλα τα παραπάνω δεν αποτελούν παρά την εισαγωγή στην επερχόμενη πολιτική θύελλα. Στο

βάθος της σκηνής ο Εμανουέλ Μακρόν επιθυμεί να κερδίσει χρόνο. Οι δημοσκοπήσεις του δίνουν μόνο ένα ισχνό 15% αποδοχής από την κοινωνία. Συνεπώς τα περιθώρια ελιγμών του είναι από μικρά έως ανύπαρκτα. Ο Εμανουέλ Μακρόν θα δοκιμάσει ακόμη έναν πρωθυπουργό και, σε μερικούς μήνες, όταν και αυτός αποτύχει, θα προκηρύξει βουλευτικές εκλογές. Ανάλογα με το τότε αποτέλεσμα, θα ελιχθεί ώστε να συμπληρώσει τον απαιτούμενο χρόνο μέχρι τη λήξη της θητείας του, ελπίζοντας σε κάποιο θαύμα και επενδύοντας στους «αόρατους» ή «ορατούς» εκθροούς της Γαλλίας.

Στην πραγματικότητα, όλα συμπυκνώνονται στη διαπίστωση του αδιεξόδου ως προς μια κοινή πολιτική εξόδου από τη δημοσιονομική κρίση, η οποία κυριολεκτικά κατατρώνει τη χώρα. Η εικόνα αδιεξόδου επιδεινώνεται από την ολοφάνερη αδυναμία συναίνεσης ως προς τη φύση των προσπαθειών που πρέπει να καταβληθούν για να αποφευχθεί, υπό τη διπλή επίδραση της συσσώρευσης ελλειμμάτων και της αύξησης των επιτοκίων, η αποπληρωμή των τόκων να καταλήξει να περιορίσει το δημοσιονομικό περιθώριο ελιγμών. Στριμωγμένος ανάμεσα στα δύο άκρα, την Ακροδεξιά της Λεπέν και την Αριστερά του Μελανσόν (που ζητούν «εξαιρετικά γρήγορη» διάλυση της Βουλής και την απομάκρυνση του αρχηγού του κράτους), ο σημερινός ένοικος του Μεγάρου των Ηλυσίων φαίνεται να είναι υποχρεωμένος να περιοριστεί σε τακτικισμούς, αφού είναι προφανώς ανήμπορος να επιβάλει τις δικές του στρατηγικές επιλογές. Ο κεντρώος χώρος που οραματίστηκε ο Εμανουέλ Μακρόν φαίνεται πως έχει ουσιαστικά αφυδατωθεί και, όπως παντού στην Ευρώπη, παραδίδει ολοένα και περισσότερο πολιτικό χώρο στη διψασμένη για εξουσία Ακροδεξιά. **A**

Ο κεντρώος χώρος που οραματίστηκε ο Εμανουέλ Μακρόν φαίνεται πως έχει ουσιαστικά αφυδατωθεί

Εξυπηρέτηση πολιτών
Ασφαλιστικά, Εργασιακά
και Κοινωνικά θέματα

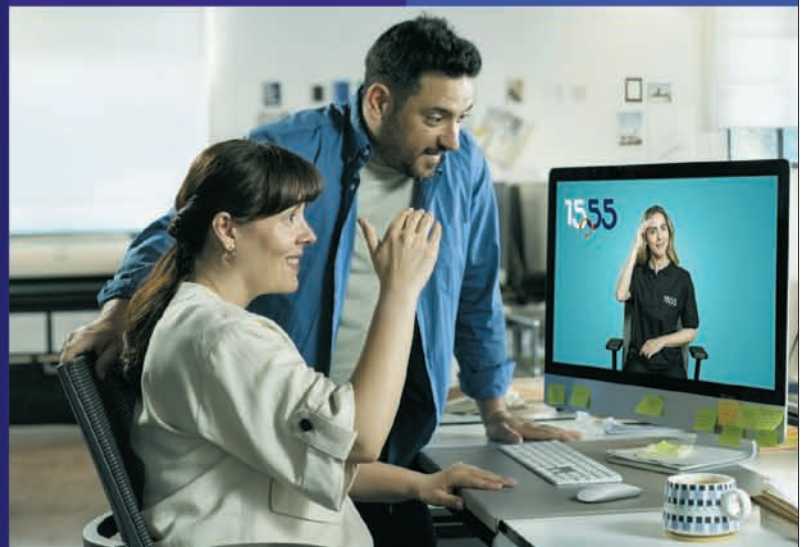
1555

Υπηρεσία βιντεοκλήσης στην ελληνική νοηματική γλώσσα από το 1555

Η ισότιμη πρόσβαση στην πληροφόρηση αποτελεί βασική προτεραιότητα για τη σύγχρονη δημόσια διοίκηση. Γι' αυτό τώρα η ψηφιακή εξυπηρέτηση του 1555 επεκτείνεται και προσφέρει τη δυνατότητα σε πολίτες με προβλήματα ακοής να εξυπηρετούνται στην ελληνική νοηματική γλώσσα, μέσω βιντεοκλήσης με εξειδικευμένους εκπροσώπους, εκπαιδευμένους στη θεματολογία του Υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικής Ασφάλισης.

Κλείσε κι εσύ τώρα το ραντεβού σου για βιντεοκλήση στην ελληνική νοηματική γλώσσα σχετικά με ασφαλιστικά, εργασιακά και κοινωνικά θέματα. Γιατί η εξυπηρέτηση είναι δικαίωμα και σε αυτήν είμαστε όλοι ίσοι.

1555.gov.gr



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Πρόγραμμα
Ανθρώπινο Δυναμικό και
Κοινωνική Συνοχή



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Εργασίας
και Κοινωνικής Ασφάλισης

Η υπουργός Παιδείας απαντά για τα κλειστά σχολεία, εξηγεί γιατί αλλάζει το Λύκειο και μιλά για το δημογραφικό, τις ανακαινίσεις σχολείων, τα μη κρατικά πανεπιστήμια και το μέλλον των Πανελληνίων.

Το πρώτο κουδούνι που θυμάται από τα σχολικά της χρόνια είχε κλάματα, τη μητέρα της να απομακρύνεται από το προαύλιο και τον αγαπημένο της φίλο, τον Γιώργο, να τρώει το αυγό που μόλις του είχε προσφέρει. Πήγαινε δεν πήγαινε δευτέρα δημοτικού. Κάποια χρόνια αργότερα, στα 22 της, άκουσε για πρώτη φορά το κουδούνι ως εκπαιδευτικός. Σήμερα, όπως λέει η Σοφία Ζαχαράκη: «Ποιος θα το φανταζόταν ότι θα ακούσω για πρώτη φορά το κουδούνι ως υπουργός Παιδείας! Αισθάνομαι αληθινά ευλογημένη για αυτή τη διαδρομή και για όλους τους σταθμούς της, όπως και για τους ανθρώπους που συνάντησα και συναντώ. Πριν από λίγες μέρες, φανταστείτε, πήγα στον γάμο ενός μαθητή μου από τα χρόνια που δίδασκα αγγλικά. Και ο αγιασμός για τη νέα σχολική χρονιά θα με βρει σε σχολείο που ιδρύθηκε φέτος, με τη δική μου υπογραφή».

Κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού το Υπουργείο Παιδείας και οι Σχολικές Διευθύνσεις έδωσαν έναν αγώνα με τον χρόνο, ώστε τα πρώτα 431 σχολεία που εντάχθηκαν στο πρόγραμμα «Μαριέττα Γιαννάκου» να είναι έτοιμα για να υποδεχθούν τους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς. Τα έργα λειτουργικής και αισθητικής αναβάθμισης των σχολείων ολοκληρώθηκαν με τη συνδρομή και προς ενίσχυση των τοπικών κοινωνιών, ενώ «πριν από λίγες ημέρες οι 4 συστημικές τράπεζες ανακοίνωσαν στον πρωθυπουργό ότι κάθε χρόνο θα δίνουν ποσό 100 εκατ. ευρώ για την αναβάθμιση των σχολείων μας. Μαζί με τα χρήματα που θα διαθέσουμε από τον προϋπολογισμό, το ποσό θα φτάσει στα 650 εκατομμύρια. Έτσι, περισσότερα από 2.500 σχολεία παντού στη χώρα θ' αλλάξουν πρόσωπο».

—Όμως, υπουργέ, μαζί με το κουδούνι χτυπά και ένα καμπανάκι: κάποια, αρκετά δυστυχώς, σχολεία δεν θα ανοίξουν φέτος...

Το καμπανάκι αυτό για όσους γνωρίζουν τον χώρο της εκπαίδευσης δεν χτυπάει φέτος για πρώτη φορά, και δυστυχώς ούτε για τελευταία. Στα θρανία μας αποτυπώνεται η εικόνα από τα μαιευτήρια και τον αριθμό των γεννήσεων, με το δημογραφικό να αποτελεί τεράστια εθνική πρόκληση για τη χώρα μας. Μεγαλύτερη απ' αυτή που έχουν ευρωπαϊκές χώρες με αντίστοιχες επιδόσεις στο ποσοστό των γεννήσεων, διότι συνδέεται με τη γεωγραφία και τις εθνικές μας αναγκαιότητες. Εξαντλούμε κάθε περιθώριο για να κρατάμε τα σχολεία ανοικτά. Γι' αυτό, άλλωστε, προχωρήσαμε στην επαναλειτουργία, μετά από 17 χρόνια, του δημοτικού σχολείου στην Ψέριμο, ώστε να μη χρειαστεί τα παιδιά να φύγουν από το νησί. Θα είναι ένα από τα καλύτερα σχολεία, εξοπλισμένο με διαδραστικούς πίνακες και με τον δάσκαλο να βρίσκεται εκεί στην ώρα του. Οτιδήποτε καινούριο θα ξεκινά από εκεί. Ωστόσο ναι, αρκετά σχολεία που βρίσκονταν σε αναστολή για πάρα πολλά χρόνια, μπορεί και 10 ή 15, ελήφθη η απόφαση να κλείσουν. Δέσμευσή μου και δέσμευση του πρωθυπουργού είναι ότι, αν εμφανιστούν έστω κι ένα-δύο παιδιά, σχολεία σε συγκεκριμένες περιοχές θα ανοίξουν ξανά.

Κάπως έτσι ξεκινά η σχολική χρονιά, όμως το ακαδημαϊκό έτος έρχεται με τα πρώτα μη κρατικά πανεπιστήμια που αδειοδοτήθηκαν στην Ελλάδα, με την κριτική για την ίδρυση και λειτουργία τους να παραμένει έντονη.



Δέσμευσή μου και δέσμευση του πρωθυπουργού είναι ότι, αν εμφανιστούν έστω κι ένα δυο παιδιά, σχολεία σε συγκεκριμένες περιοχές θα ανοίξουν ξανά

«Η είδηση είναι ότι επιτέλους η χώρα μας κάνει ένα βήμα μπροστά και συγκλίνει με την ευρωπαϊκή, και παγκόσμια θα έλεγα, ακαδημαϊκή πραγματικότητα. Η κριτική ήταν και είναι αναμενόμενη, αν και δεν τεκμηριώνεται με τη βαρύτητα των επιχειρημάτων, παρά μόνο με ιδεολογικούς αφορισμούς και προσχήματα. Η κυβέρνηση μας υλοποίησε μια προγραμματική της δέσμευση, η οποία συμπληρώνει τον κεντρικό σχεδιασμό μας για μια εξωστρεφή, μη φοβική και απαιτητική τριτοβάθμια εκπαίδευση. Τα τέσσερα μη κρατικά πανεπιστήμια, που έλαβαν άδειες υπό αυστηρές προϋποθέσεις, θα λειτουργήσουν μέσα στον Οκτώβριο. Κι ως μην ξεχνάμε ότι μετά το πέρας της πρώτης φάσης της εφαρμογής του νόμου, μετά το 2026, θα μπορούν να προσφερθούν και μεταπτυχιακά προγράμματα σπουδών. Εξάλλου όσοι υπέβαλαν αίτηση η οποία δεν εγκρίθηκε από την ΕΘΑΑΕ, έχουν τη δυνατότητα να βελτιώσουν τους φακέλους τους σύμφωνα με τις παρατηρήσεις της ΕΘΑΑΕ και του Ε-ΟΠΠΕΠ και να επανακαταθέσουν αίτηση.

»Παράλληλα, δεν κάνουμε βήμα πίσω στη στήριξη του δημόσιου πανεπιστημίου, με τρόπο πραγματικά, πρωτοφανή. Είτε μιλάμε για ιδρύματα σε μεγάλα αστικά κέντρα είτε για αυτά της περιφέρειας, όλα υποστηρίζονται με προσλήψεις ακαδημαϊκού και διοικητικού προσωπικού, με γενναία αύξηση της χρηματοδότησης για τις υποδομές, την ενίσχυση της εξωστρέφειας και τις διεθνείς συνεργασίες τους. Ταυτόχρονα, δίνουμε μεγάλη μάχη για τη φοιτητική μέριμνα, με έμφαση στη συνεχή αναβάθμιση των φοιτητικών εστιών και τη βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης των φοιτητών. Στόχος μας είναι τα παιδιά που δίνουν Πανελλήνιες και επιλέγουν το δημόσιο πανεπιστήμιο να έχουν ποιοτικές σπουδές και καλές επιλογές εδώ, στη χώρα μας».

— Η κριτική από το ΠΑΣΟΚ είναι ότι περιμέναμε να έρθει η Σορβόννη και Σορβόννη δεν ήρθε... Υπάρχει ανακολουθία στα λεγόμενα της κυβέρνησης; Εξελίχθηκαν διαφορετικά τα πράγματα για τα μη κρατικά από ό,τι περιμένατε;

Ως ηγεσία του Υπουργείου Παιδείας, αλλά και ως κυβέρνηση, ούτε κατευθύνουμε ούτε μεθοδεύσαμε τη διαδικασία. Αφήσαμε το πεδίο ανοιχτό, θέτοντας πολύ αυστηρούς όρους και προϋποθέσεις. Η κυβέρνηση διαμόρφωσε το θεσμικό πλαίσιο, ενώ η Εθνική Αρχή Ανώτατης Εκπαίδευσης (ΕΘΑΑΕ) προχώρησε σε αυστηρή αξιολόγηση, διασφαλίζοντας ότι η χώρα μας γίνεται ένας ιδανικός τόπος για σπουδές, αλλά και για ακαδημαϊκή και ερευνητική εργασία. Αυτή τη στιγμή κάνουμε ένα σημαντικό πρώτο βήμα. Όσο πετυχημένο κι αν είναι, όσο καλά κι αν εξελιχθεί, παραμένει ένα πρώτο βήμα. Μέσα από αυτό, όμως, θα μπορέσουν να δουν κι άλλοι ότι αξίζει να επενδύσει κανείς στην Ελλάδα, στη γνώση και στην εξωστρέφεια. Η Ελλάδα έχει τη δυνατότητα να εξελιχθεί σε κέντρο εκπαίδευσης, έρευνας και παραγωγής γνώσης, αλλά και σε χώρα που μπορεί να προσελκύσει ανθρωπινό δυναμικό από το εξωτερικό. Δεν πρέπει να ξεχνάμε και την εθνική διάσταση. Η Ελλάδα, σε μια ταραχώδη περίοδο, αποτελεί πυλώνα σταθερότητας σε μια εξαιρετικά σημαντική γεωγραφική περιοχή. Έχουμε τη δυνατότητα να γεφυρώσουμε διαφορετικές νοοτροπίες και ακαδημαϊκές προσεγγίσεις, ενώ διαθέτουμε εξαιρετικό ανθρωπινό δυναμικό, κάτι που αποτελεί την καλύτερη εγγύηση για την επιτυχία αυτής της προσπάθειας. Σε ό,τι αφορά την κορωνίδα της κριτικής της αντιπολίτευσης, ότι δεν ήρθε, τάχα, η Σορβόννη, θα ήθελα να αναφέρω ότι σπουδαία ξένα πανεπιστήμια θα συνεργάζονται με το δημόσιο πανεπιστήμιο από το 2026 και μετά, μέσω της διεθνοποίησης που χρηματοδοτείται από το Ταμείο Ανάκαμψης και το Υπουργείο Παιδείας. Πανεπιστήμια όπως το Yale, το Columbia, το Princeton κ.ά. έχουν συμπράξει με τα δημόσια πανεπιστήμια σε joint και dual master degree. Και η προσπάθεια αυτή θα συνεχιστεί και τα επόμενα χρόνια.

— Είναι συνεπώς άδικη η κριτική της αντιπολίτευσης;

Στα λίγα χρόνια που είμαι στην πολιτική, έμαθα να διαχωρίζω την κριτική σε τεκμηριωμένη και ατεκμηριωτή. Στην προκειμένη περίπτωση η κριτική της αντιπολίτευσης απαντάται από την ίδια την πραγματικότητα. Υπάρχει, λοιπόν, μια σύγκρουση της άποψης που έχουν τα κόμματα της αντιπολίτευσης με τα δεδομένα. Θα πρέπει όμως, ιδίως το ΠΑΣΟΚ, που είναι κόμμα της αξιωματικής αντιπολίτευσης, να καταλήξει στο τι πραγματικά το ενοχλεί. Ότι αδειοδοτήθηκαν μόνο τέσσερα πανεπιστήμια; Θεωρεί ότι έπρεπε να αδειοδοτηθούν όλα όσα υπέβαλαν αίτηση; Η δική μας θέση ήταν πάντα ξεκάθαρη. Θέλουμε περισσότερα παιδιά να έχουν ευκαιρίες ώστε να σπουδάσουν στη χώρα μας στο αντικείμενο που επιλέγουν. Δεν θέλουμε να φεύγουν κατά χιλιάδες στο εξωτερικό. Πάντα με αυστηρούς όρους και προϋποθέσεις, όπως απέδειξε και η πρόσφατη διαδικασία αδειοδότησης των μη κρατικών πανεπιστημιακών ιδρυμάτων.

— Ανοίγει ο δρόμος για την αναθεώρηση του Άρθρου 16;

Νομίζω ότι είναι η κατάλληλη στιγμή. Ως κυβέρνηση έχουμε θέσει εκ νέου το ζήτημα στο τραπέζι. Δυστυχώς, κάποιοι άλλοι υπαναχώρησαν από την αρχική τους θέση, δεν προχώρησαν, με αποτέλεσμα να χάσουμε πολλά χρόνια και πολλές ευκαιρίες. Ο χρόνος που χάθηκε θα μπορούσε να έχει αξιοποιηθεί ώστε η χώρα μας να βρίσκεται ακόμη πιο μπροστά στην ανάπτυξη της γνώσης, της έρευνας, της καινοτομίας. Βεβαίως σε αυτό περιλαμβάνω και την οικονομική διάσταση του εγχειρήματος να γίνει η χώρα ένας περιφερειακός, εκπαιδευτικός κόμβος. Πιστεύω πάντα ότι, παρά τις πολιτικές μας διαφορές, είναι περισσότερα αυτά που μας ενώνουν στον τομέα της παιδείας, κι αυτό πρέπει να αποτελέσει τη βάση για συνεννόηση και πρόοδο.

Ο δρόμος προς το τέλος των Πανελληνίων

— Πότε θα έρθει το τέλος των Πανελληνίων Εξετάσεων, όπως τις γνωρίζουμε σήμερα;

Βρισκόμαστε στην αρχή του δρόμου. Αυτό που συζητάμε –και το έθεσε ο ίδιος ο πρωθυπουργός στη ΔΕΘ– είναι να προχωρήσουμε συντεταγμένα, με επισημονική τεκμηρίωση και πολιτική συναίνεση σε μια μεγάλη και αναγκαία αναβάθμιση του εκπαιδευτικού ρόλου του Λυκείου. Επειδή όμως κατανοώ το ενδιαφέρον και την αγωνία που προκαλεί σε οικογένειες και παιδιά η συζήτηση αυτή, οφείλω να πω ότι η όποια αλλαγή δεν αφορά τα παιδιά που βρίσκονται αυτή τη στιγμή στο λύκειο. Επιδίωξή μας είναι να ολοκληρωθεί η απαιτητική και ευαίσθητη διαβούλευση και προετοιμασία σε χρόνο που θα επιτρέψει το νέο σύστημα να εφαρμοστεί από το 2029-2030.

Οι αλλαγές στην εκπαίδευση απαιτούν διαδικασίες προσεκτικές και σημαντικό χρόνο προσαρμογής για τους εκπαιδευτικούς, μαθητές και γονείς. Η ουσία είναι ότι οφείλουμε να αλλάξουμε εκ βάθρων την αντίληψη για το λύκειο. Να πάψει να λειτουργεί ως αναγκαίο κακό για την είσοδο στο πανεπιστήμιο, να γίνει ένα σχολείο που καλλιεργεί γνώση, δεξιότητες και αξίες, με την αναβάπτιση του απολυτηρίου ως αποτύπωμα μιας συνολικής εκπαιδευτικής διαδρομής. Έχουν γίνει σημαντικά βήματα και σχεδιάζουμε ακόμη περισσότερα, ώστε να είμαστε έτοιμοι όταν φτάσει η ώρα για το Εθνικό Απολυτήριο. Ήδη παρόχουμε και ενισχύουμε τη δυνατότητα απόκτησης Κρατικού Πιστοποιητικού Γλωσσομάθειας ή του Κρατικού Πιστοποιητικού Πληροφορικής, το οποίο θα περιλαμβάνει και το κομμάτι της Τεχνητής Νοημοσύνης.

— Μιλάμε για το τέλος της «παπαγαλίας»;

Δεν θα χρησιμοποιήσω φράσεις βαρύγδουπες, γιατί

υπάρχει πολλή δουλειά ακόμα που πρέπει να γίνει. Πρόκειται πάντως για αλλαγή νοοτροπίας, όχι μόνο για αλλαγή βιβλίου. Μια αλλαγή που αφορά τον μαθητή, αλλά ξεκινάει από τον εκπαιδευτικό.

Πολλές φορές κατά τη διάρκεια της συνέντευξής μας η Σοφία Ζαχαράκη τονίζει ότι βασικός στόχος είναι η πολιτεία να βρίσκει τρόπους ώστε να στηρίζει τις οικογένειες, μειώνοντας και το κόστος που καταβάλλουν για την εκπαίδευση. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται και φέτος στο Ψηφιακό Φροντιστήριο, το οποίο προσφέρει μαθησιακή ενίσχυση στους μαθητές από όπου κι αν βρίσκονται. «Ακριβώς αυτός είναι ο πλούτος που μας δίνει η Τεχνολογία», σημειώνει.

Κολύμβηση, οικονομικά και απινιδωτές στα σχολεία

Το 2019 η κυβέρνηση του Κυριάκου Μητσοτάκη άρχισε μία ευρεία μεταρρύθμιση στην παιδεία. Από κάτω προς τα πάνω. Η Σοφία Ζαχαράκη δηλώνει περήφανη για την εισαγωγή του μαθήματος των Αγγλικών στα νηπιαγωγεία. Είναι, άλλωστε, ένα πρόσωπο που δούλεψε πολύ για την εκπόνηση και την ένταξη του μαθήματος στα νηπιαγωγεία, κατά τη θητεία της ως υφυπουργός στο Υπουργείο Παιδείας το 2020-2021. «Ερχόμενη ξανά στο Υπουργείο Παιδείας, από τη θέση της υπουργού, έχω τη δυνατότητα να δω πως εξελίσσονται και πράγματα που αποφασίσαμε πριν από χρόνια. Όπως είναι το Πρόγραμμα της Κολύμβησης, το οποίο φέτος αποφάσισα να εντάξουμε στη Γ' και Δ' δημοτικού».

Η Σοφία Ζαχαράκη σκέφτεται τις μικρές λεπτομέρειες που ίσως να δυσκολεύουν τις οικογένειες.

«Είμαστε σε συνεργασία με τους δήμους για να βρούμε τους κατάλληλους, ασφαλείς χώρους. Το κομμάτι της ασφάλειας και της υγείας των παιδιών είναι για εμάς προτεραιότητα. Συνεργαζόμαστε με το Safe Water Sports, τον οργανισμό που έχει θέσει ψηλά τον στόχο για τη μείωση των πνιγμών στην Ελλάδα και την ασφάλεια στη θάλασσα. Αλλά στηριζόμαστε πάρα πολύ στις Διευθύνσεις Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης και των εκπαιδευτικών φυσικής αγωγής. Πέρασαμε, μάλιστα, στον πρόσφατο νόμο που ψηφίσαμε, σημαντικές διατάξεις για τη διευκόλυνση του μαθήματος. Μικρή λεπτομέρεια αλλά ενδεικτική της προσοχής μας στο πρόγραμμα είναι η προσπάθεια να καλύψουμε το κόστος για τον εξοπλισμό κολύμβησης, ώστε να ανακουφίσουμε τις οικογένειες που δυσκολεύονται. »Το σχολικό έτος που μόλις ξεκίνησε, οι μαθητές της Γ' γυμνασίου θα διδαχθούν το μάθημα των Οικονομικών, καθώς για το Υπουργείο αποτελεί βασική προτεραιότητα το ζήτημα του οικονομικού εγγραμματισμού. Αποφασίσαμε να τοβάλουμε στην υποχρεωτική εκπαίδευση, και μάλιστα στη Γ' γυμνασίου, όπου φοιτούν περισσότερα παιδιά πριν πάνε σε Γενικό ή Επαγγελματικό Λύκειο».

«Ακόμα, μέσα στη χρονιά, επιπρόσθετα στα 2.000 σχολεία σε όλη τη χώρα που ήδη έχουν εξοπλιστεί με απινιδωτές, θα διενεργήσουμε διαγωνισμό για 10.000 απινιδωτές σε σχολικές μονάδες. Όμως πέραν από το ζήτημα της τοποθέτησης, το Υπουργείο θα τρέξει και το Πρόγραμμα Εκμάθησης Πρώτων Βοηθειών και της πιστοποίησης των χρηστών των απινιδωτών στα σχολεία. Θέλουμε τη χρονιά αυτή να τρέξει η εκμάθηση Πρώτων Βοηθειών και ΚΑΡΠΑ, ανάλογα με την ηλικία των μαθητών. Επιπλέον, η νέα σχολική χρονιά ξεκινάει με πολλές καινοτομίες αλλά και χωρίς κινητά, αφού το μέτρο απέδωσε και αγκαλιάστηκε από γονείς και εκπαιδευτικούς».

*Από το βήμα της 89ης ΔΕΘ ο Κυριάκος Μητσοτάκης έδωσε το σήμα εκκίνησης των διαβουλεύσεων για το Εθνικό Απολυτήριο, στέλλοντας μήνυμα σύγκλισης προς τα κόμματα της αντιπολίτευσης. Και αυτή η επόμενη χρονιά αναμένεται να είναι χρονιά αλλαγών για την Παιδεία. **Α***

«Η ιστορία του 20ού αιώνα μάς έδειξε πού οδηγεί η ιδέα της συλλογικής ενοχοποίησης ενός λαού»

Της ΔΗΜΗΤΡΑΣ ΓΚΡΟΥΣ

Η Άννα Μαρία Δρουμπούκη ανήκει στη νεότερη γενιά ερευνητριών που μελετούν συστηματικά τη μνήμη του Β΄ ΠΠ, την ιστορία της Σοά στην Ελλάδα και τις μορφές με τις οποίες οι κοινωνίες επεξεργάζονται —ή αποσιωπούν— τα τραύματά τους. Με διαδρομή που εκτείνεται από τη διατριβή της για τους τόπους μνήμης της Κατοχής, μέχρι τη μεταδιδακτορική της έρευνα για τις γερμανικές αποζημιώσεις στους Εβραίους της Ελλάδας και τη συνεργασία της με μουσεία και ερευνητικά κέντρα στη Γερμανία, η δουλειά της επικεντρώνεται στον τρόπο που συγκροτούνται οι δημόσιες αφηγήσεις γύρω από το παρελθόν.

Λίγο πριν πάει για διδασκαλία και έρευνα στο Center for Advanced Genocide Research στο USC των ΗΠΑ, σε ένα από τα σημαντικότερα διεθνώς κέντρα για τη μελέτη της γενοκτονίας και του Ολοκαυτώματος, μιλήσαμε μαζί της για κρίσιμα ζητήματα, όπως η διαφορά ανάμεσα στη «συλλογική ευθύνη» και τη «συλλογική ενοχή», αλλά και οι σύγχρονες εκφάνσεις του αντισημιτισμού, ειδικά μετά την 7η Οκτωβρίου. Ο συλλογικός τόμος που επιμελείται για τον αντισημιτισμό στην Ελλάδα φιλοδοξεί να αποτυπώσει τον τρόπο με τον οποίο μιλάμε για τους Εβραίους και το Ισραήλ σήμερα, τις λέξεις, τις εικόνες, τα στερεότυπα και τους μηχανισμούς που διαμορφώνουν τον δημόσιο λόγο. Πρόκειται για μια παρέμβαση που έρχεται μια εποχή έντονων αντιδράσεων και αναταράξεων, με στόχο να προσφέρει επιστημονική τεκμηρίωση, κριτικό στοχασμό και έναν ανοιχτό διάλογο γύρω από ένα φαινόμενο που καθορίζει τη συλλογική μας συνείδηση.

— Άννα Μαρία, έκανες μια ανάρτηση στο πρόσφατο ταξίδι σου στο Βερολίνο για τις πινακίδες που απαριθμούν τα ζοφερά στρατόπεδα συγκέντρωσης, ως τόπους μνήμης, σχολιάζοντας ότι δεν βλέπεις πουθενά βεβηλωμένα μνημεία της Σοά. Γιατί διαλέγεις αυτό τον όρο;

Τα τελευταία δέκα χρόνια ζω ανάμεσα σε δύο χώρες και δύο τρόπους μνημόνευσης τόσο αντιθετικούς μεταξύ τους, που μερικές φορές μοιάζει σχεδόν σχιζοφρενικό. Στο Βερολίνο, η μνήμη είναι δημόσια υποδομή: περπατάς και σκοντάφτεις σε πέτρες μνήμης, διαβάξεις ονόματα σε πλατείες, βλέπεις πινακίδες που δεν ζητούν τίποτα, απλώς σε δεσμεύουν απέναντι στο παρελθόν. Αυτό λέει ότι η κοινωνία έχει αποδεχτεί πως αυτά τα ίχνη είναι συλλογικό βάρος, όχι διακοσμητικά. Προτιμώ τον όρο «Σοά» από «Ολοκαύτωμα». Το «Ολοκαύτωμα» σέρνει πίσω του μια ιδέα θυσίας. «Σοά» σημαίνει στα εβραϊκά καταστροφή, αφανισμός, χωρίς καμία εξιλέωση. Είναι πιο ακριβές, πιο ηθικά ειλικρινές. Οι Εβραίοι δεν θυσιάστηκαν από δική τους βούληση· τους εξολόθρευσαν επειδή ήταν Εβραίοι, τελεία και παύλα. Πρόκειται για μια πρωτοφανή στην ιστορία της ανθρωπότητας αντι-ανθρώπινη λογική: δεν εξοιστώνταν λόγω πράξεων ή πολιτικών επιλογών· αλλά «ως Εβραίοι», δηλαδή ως συλλογικότητα, μόνο για την ταυτότητά τους, θρησκευτική, φυλετική, πολιτισμική. Δεν υπήρχε τρόπος αθώωσης ή εξαίρεσης, παρά μόνο ο πλήρης αφανισμός. Γι' αυτό και ο αντισημιτισμός φάνταζε πάντοτε στα μάτια μου ο πιο ανορθολογικός, μεταφυσικός και βδελυρός τρόπος διάκρισης· τον απεχθάνομαι όχι μόνο ως ιστορικό φαινόμενο, αλλά και ως ηθική παραβίαση που συνεχίζει να επηρεάζει τον δημόσιο λόγο και τη συλλογική μας συνείδηση.

— Ως ερευνήτρια-ιστορικός, ασχολείσαι πολλά χρόνια με τη συλλογική μνήμη στην ιστορία και ειδικότερα με τη γενοκτονία των Εβραίων της Ελλάδας. Στην πρόσκληση που απηύθυνες πριν λίγο καιρό, για τον συλλογικό τόμο με θέμα τον σύγχρονο αντισημιτισμό μετά την 7η Οκτώβρη, περιγράφεις το σκεπτικό σου. Μας το εξηγείς;

Η 7η Οκτώβρη δεν γέννησε κάτι εκ του μηδενός· λειτουργήσε ως καταλύτης. Έκανε ορατό αυτό που υπήρχε υπόγειο: στερεότυπα που επιβιώνουν διαρκώς επειδή η κοινωνία μας δεν τα έχει επεξεργαστεί. Μέσα σε ελάχιστο χρονικό διάστημα, είδαμε να επιταχύνεται ένα μείγμα «παλαιών» και «νέων» μοτίβων: ο συνωμοσιολογικός αντισημιτισμός του «ελέγχου» και του «ηλούτου»· ο μεταπολεμικός αντισημιτισμός του «ας τελειώσουμε με την εβραϊκή μονοπωλιακή μνήμη», που ανακυκλώνει ξεπερασμένες και προβληματικές θεωρίες, όπως του Νόρμαν Φίνκελσταϊν· και ο σύγχρονος, αριστερός αντισημιτισμός, που βαφτίζεται συχνά απλώς «πολιτική στάση» ως «αντισιωνισμός» και αναπαράγει, μεταξύ άλλων, την ξεπερασμένη και απορριφθείσα «θεωρία των Χαζάρων» του Άρθουρ Κέστλερ,



που χρησιμοποιήθηκε πολιτικά για να υπονομεύσει τη νομιμότητα του εβραϊκού δεσμού με τη γη του Ισραήλ. Ενδεικτικό είναι ότι είδαμε αυτή τη θεωρία να επανέρχεται ακόμη και σε δημόσιες αναρτήσεις πανεπιστημιακών στο Facebook. Αυτή η τελευταία έκφραση του αντισημιτισμού είναι η πιο ύπουλη, γιατί μιλά τη γλώσσα των δικαιωμάτων, αλλά αναπαράγει και διαιωνίζει συλλογικές δαιμονοποιήσεις.

Μπορούμε να κατηγορήσουμε τον σιωνισμό για πολλά, για επιλογές, για πολιτικές, για λάθη, αλλά δεν μπορούμε να τον καταργήσουμε. Είναι κάτι παραπάνω από μια ιδεολογία ή ένα πολιτικό κίνημα: είναι η απάντηση ενός λαού που για αιώνες περιφρονήθηκε και καταδιώχθηκε από τον κόσμο και που προσπάθησε να δημιουργήσει μια ασφαλή πατρίδα για την επιβίωσή του. Η προσπάθεια να τον ακυρώσουμε είναι, στην ουσία, μια άρνηση της ίδιας της ιστορίας και της πραγματικότητας της επιβίωσης ενός έθνους. Και η Δύση, που καταδίωξε, απαρνήθηκε και κατέδωσε τους Εβραίους της, κουβαλά ένα ένοχο παρελθόν.

— Το ακούμε όλο και πιο συχνά: «Εγώ δεν είμαι αντισημίτης, είμαι αντισιωνιστής»...

Η φράση αυτή χρησιμοποιείται για να νομιμοποιήσει τρεις επικίνδυνες μετατοπίσεις: από την κριτική πολιτικών σε δαιμονοποίηση ενός κράτους ως «εκ φύσεως» παράνομου· από την κριτική μιας κυβέρνησης στη συλλογική ενοχοποίηση ενός λαού· κι από το «τι παράγει αυτή η πολιτική» στο «τι είναι αυτοί οι άνθρωποι». Εκεί χάνεται το όριο και αρχίζει ο αντισημιτισμός, ντυμένος με την πιο «in» και trendy μορφή στους κόλπους της Αριστεράς, δηλαδή με τον αντισιωνισμό που παρουσιάζεται ως ηθικά ορθή στάση, αλλά στην πραγματικότητα κρύβει την ίδια τη διάκριση και την εκθρόνιση απέναντι στους Εβραίους.

Το καταλαβαίνεις όταν εφαρμόζονται δύο μέτρα και σταθμά, δηλαδή ζητούνται από το κράτος του Ισραήλ πράγματα που δεν ζητούνται από καμία άλλη χώρα — όταν γίνεται «απονομιμοποίηση», το δικαίωμα δηλαδή ύπαρξης τίθεται σε διαπραγμάτευση, και όταν υπάρχει «δαιμονοποίηση» και απόδοση ενός μεταφυσικού κακού σε ολόκληρο λαό. Αυτά δεν είναι απλώς εντάσεις της ρητορικής· είναι ενδείκτες μίσους. Φτάνουμε σε δημοσιεύσεις στα ΜΚΔ επιφανών προσώπων της ακαδημαϊκής κοινότητας, αλλά και ευρύτερα της Αριστεράς, που ζητούν την εκκένωση του Ισραήλ από τους Εβραίους. Δηλαδή, στην ουσία, την κατάργηση ενός κράτους, ενός λαού, του πολιτισμικού του πλαισίου και της συνολικής του ύπαρξης. Πόσο διαφέρει αυτό από τις κραυγές που υψώθηκαν λίγο πριν και κατά τη διάρκεια του Τρίτου Ράιχ;

— Μπορείς να μας βοηθήσεις να σκεφτούμε πώς λειτουργεί η ιδέα της «συλλογικής ενοχής» και πού οδηγεί;

Η «συλλογική ενοχή» είναι ένα κρίσιμο σημείο. Η ενοχή είναι νομικό και ηθικό μέγεθος: ανήκει σε πρόσωπα, όχι σε έθνη. Μπορούμε να μιλάμε για συλλογική ευθύνη, δηλαδή για θεσμούς, κουλτούρες, εκλογικές επιλογές, αλλά το άλμα στην

ενοχή ενός συνόλου είναι πάντα το πρώτο σκαλί προς τον στιγματισμό και την τιμωρητική βία. Η ιστορία του 20ού αιώνα μάς έχει δείξει επανειλημμένα πού οδηγεί η ιδέα ότι «οι τάδε, ως τέτοιοι, φέρουν ενοχή». Για παράδειγμα, στη μεταπολεμική (δυτική) Γερμανία η ενοχή έμεινε στο επίπεδο των ατόμων, ποτέ δεν έγινε αποδεκτό ότι «όλοι οι Γερμανοί» έφεραν ενοχή. Αυτό που σταδιακά επικράτησε ήταν η έννοια της συλλογικής ευθύνης — δηλαδή η υποχρέωση του κράτους, των θεσμών και της κοινωνίας να αναμετρηθούν με το παρελθόν, να αποζημιώσουν, να θυμούνται, να εκπαιδεύουν. Έτσι, η γερμανική εμπειρία δείχνει ότι η γενίκευση της ενοχής σε ένα σύνολο είναι αδιέξοδη, ενώ η ανάληψη ευθύνης μπορεί να γίνει δημιουργική δύναμη δημοκρατικής εγρήγορσης.

Το αυτονόητο λοιπόν χρειάζεται διαρκή υπενθύμιση: το να υπερασπίζεσαι την ασφάλεια των Εβραίων και το δικαίωμα ύπαρξης του Ισραήλ δεν σε κάνει απολογητή μιας κυβέρνησης. Η κοινωνία του Ισραήλ είναι πλουραλιστική, συγκρουσιακή, με ισχυρές δημοκρατικές αντιστάσεις. Υπάρχουν άνθρωποι που διαδηλώνουν εναντίον των κυβερνήσεων τους εδώ και χρόνια, ακόμη και σε πολεμική συνθήκη. Υπάρχουν όμηροι που παραμένουν εντελώς αόρατοι στον δημόσιο λόγο —κι όμως η τύχη τους είναι ηθικό τεστ για όλους. Και, ναι, υπάρχει μια παλαιστινιακή τραγωδία που δεν γίνεται να περιθωριοποιείται. Αν δεν μπορούμε να κρατήσουμε ταυτόχρονα αυτές τις αλήθειες, τότε ο λόγος μας δεν είναι ηθικός· είναι στρατευμένος.

— Γιατί ένας τόμος για τον αντισημιτισμό στην Ελλάδα τώρα;

Η αλήθεια είναι ότι τον σκεφτόμουν καιρό, αλλά η 7η Οκτώβρη λειτουργήσε σαν καταλύτης. Το επόμενο διάστημα είδαμε συνθήματα, αναρτήσεις, κείμενα, που θύμιζαν πιο πολύ τη δεκαετία του '30 παρά το 2025. Ο τόμος είναι μια προσπάθεια να τεκμηριώσουμε επιστημονικά αυτό το φαινόμενο, να το βά-

λουμε σε ένα πλαίσιο και να πούμε: κοιτάξτε, αυτό συμβαίνει εδώ και τώρα στην Ελλάδα, και δεν μπορούμε να κάνουμε ότι δεν το βλέπουμε.

Η εκδήλωση αντισημιτισμού με χίλιους δυο τρόπους μετά την ισραηλινή στρατιωτική επέμβαση στη Λωρίδα της Γάζας δεν μπορεί να αγνοηθεί. Το μακελειό της Χαμάς και η βία που ασκεί στον πληθυσμό που υποτίθεται ότι προστατεύει, αποκαλύπτουν μια υποκρισία και μια κυνικότητα που η Δύση φαίνεται να αγνοεί κατάδηλα. Η πλήρης εικόνα απαιτεί να αναγνωρίσουμε με σαφήνεια ποιος ασκεί βία στο όνομα ποιου και σε ποιους. Η παράλειψη αυτής της διάκρισης δημιουργεί κενά που παραπλανούν. Η Χαμάς δεν είναι μια αντιπολιτευτική οργάνωση· είναι ένας μηχανισμός βίας κατά των ιδίων ανθρώπων που ισχυρίζεται ότι εκπροσωπεί. Το μακελειό που προκαλεί, η συστηματική τρομοκρατία και ο εκβιασμός του πληθυσμού αποκαλύπτουν μια κυνικότητα που δεν επιτρέπει αποσιώπηση. Η βία της Χαμάς δεν είναι αποτέλεσμα «συγκυριών» αλλά επιλογή στρατηγικής, και η υποτιθέμενη αγωνιστική ρητορική της καταρρέει μπροστά στα δικά της εγκλήματα ενάντια στους ανθρώπους της Γάζας. Η παράλειψη αυτής της πραγματικότητας δεν είναι απλώς λάθος, είναι μια επικίνδυνη αδυναμία να δούμε τα γεγονότα όπως είναι.

Επειδή λοιπόν η έρευνα έχει καθήκον να αποτυπώνει το παρόν πριν παγώσει σε μύθο, θέλω να χαρτογραφηθεί συστηματικά πώς μιλάμε, πού μιλάμε, με ποιους κώδικες μιλάμε για τους Εβραίους και το Ισραήλ μετά την 7η Οκτώβρη. Τι είναι τελικά ο αριστερός αντισημιτισμός, που είναι τόσο ταμπού στη δημόσια συζήτηση, σε σημείο οι κραυγές να υπερισχύουν των επιχειρημάτων. Γιατί ο αντισιωνισμός έχει μετατραπεί σε ηθική ταυτότητα των «ενάρετων» αντιποικιοκρατών της Δύσης, οι οποίοι αγνοούν τα βασικά για την τόσο πολύπλοκη ιστορία του σιωνιστικού κινήματος, αλλά και της ιστορίας συνολικότερα της αραβόισραηλινής σύγκρουσης; Θέλω να ακουστούν πολλαπλές φωνές: ιστορικοί, κοινωνιολόγοι, νομικοί, ειδικοί στα ΜΜΕ, εκπαιδευτικοί, απόγονοι της Σοά πρώτης και δεύτερης γενιάς. Να δούμε δεδομένα (λεκτικά πεδία, εικόνες, memes, συνθήματα), να φωτίσουμε μηχανισμούς (πλάτφορμες, αγορίθμους, δίκτυα), να αναλύσουμε παραδόσεις (θρησκευτικές, εθνικές, πολιτικές) που τροφοδοτούν το φαινόμενο. Είμαι χαρούμενη και ευγνώμων που ήδη έχω στα χέρια μου εξαιρετικά κείμενα, τα οποία θα συνθέσουν έναν τόμο απαραίτητο για τη συγκυρία που βιώνουμε. ■



Εξωτερική ενημερωτική πινακίδα



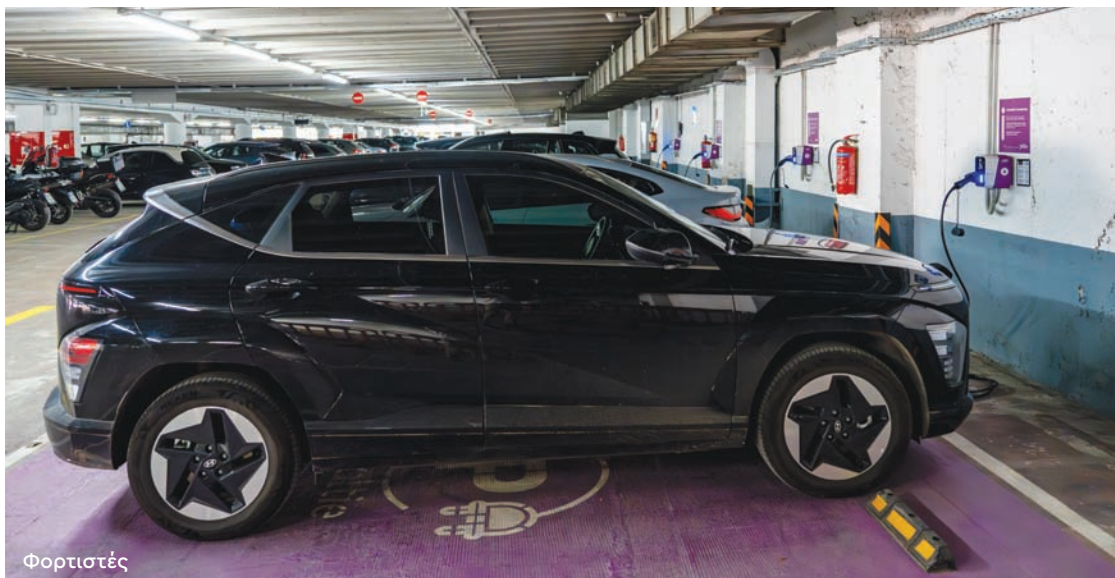
Ριζική ανακαίνιση των WC



Ηλεκτρικά ποδήλατα



Διαγραμμίσεις



Φορτιστές

Τσέκαρέ το
Τόσο στη Βαρβάκειο όσο και στην Κλαυθμώνος έχουν τοποθετηθεί κοινόχρηστα ηλεκτρικά ποδήλατα για δωρεάν χρήση από τους πολίτες μέσω της εφαρμογής Athens Park & Bike

ΠΑΡΚΑΡΕΙΣ, ΦΟΡΤΙΖΕΙΣ ΖΕΙΣ την ΑΘΗΝΑ!

Λάζαρος Καραούλης Η Αθήνα αποκτά υποδομές που συνδέονται με τις ανάγκες του σήμερα και τις απαιτήσεις του αύριο

Με στόχο τη δημιουργία μιας ευφυούς, σύγχρονης, «πράσινης» και πιο λειτουργικής πόλης, η **ΔΑΕΜ Α.Ε.** σε συνεργασία με τον **Δήμο Αθηναίων**, υλοποίησε εκτεταμένες παρεμβάσεις στους δημοτικούς σταθμούς **Πάρκινγκ Βαρβακείου και Κλαυθμώνος**. Τα έργα, που περιλαμβάνουν από εγκατάσταση φορτιστών ηλεκτρικών οχημάτων μέχρι πλήρη ανακαίνιση των υποδομών και έξυπνες λύσεις κινητικότητας, αποτελούν ένα ακόμη βήμα για μια βιώσιμη, σύγχρονη και προσβάσιμη Αθήνα, στο πλαίσιο της στρατηγικής της δημοτικής αρχής του **Χάρη Δούκα**.

Σημαντική ανάσα στο πρόβλημα της στάθμευσης στο κέντρο της Αθήνας δίνει ο Δήμος Αθηναίων, με τις εκτεταμένες παρεμβάσεις που πραγματοποιήθηκαν στους δημοτικούς σταθμούς πάρκινγκ στη Βαρβάκειο και την Κλαυθμώνος, οι οποίες υλοποιήθηκαν σε συνεργασία με τη ΔΑΕΜ Α.Ε. Τα έργα περιλαμβάνουν από εγκατάσταση φορτιστών ηλεκτρικών οχημάτων μέχρι την πλήρη ανακαίνιση των υποδομών και έξυπνες λύσεις κινητικότητας, με στόχο τη δημιουργία μιας ευφυούς, σύγχρονης, «πράσινης» και πιο λειτουργικής πόλης, στο πλαίσιο της στρατηγικής της δημοτικής αρχής του Χάρη Δούκα. Παράλληλα, οι δύο χώροι στάθμευσης έχουν τις χαμηλότερες τιμές χρέωσης. «Μετατρέπουμε τα δημοτικά πάρκινγκ της Αθήνας σε κόμβους βιώσιμης κινητικότητας και ευφυούς εξυπηρέτησης. Η τεχνολογία, η προσβασιμότητα

και η πράσινη μετάβαση παύουν να είναι θεωρία, γίνονται καθημερινή εμπειρία για τον πολίτη. Η πόλη αποκτά υποδομές που συνδέονται με τις ανάγκες του σήμερα και τις απαιτήσεις του αύριο. Ο Δήμος Αθηναίων υλοποιεί στην πράξη το όραμα για μια βιώσιμη και ανθρώπινη πόλη για τους κατοίκους της», δήλωσε ο διευθύνων σύμβουλος της ΔΑΕΜ Α.Ε., Λάζαρος Καραούλης. Σε συνεργασία με τη διεύθυνση Δημοτικής Περιουσίας και τον αρμόδιο αντιδήμαρχο Πάρη Χαριλάου ο οποίος δήλωσε: «Αξιοποιούμε τη δημοτική περιουσία και προσφέρουμε στους πολίτες της Αθήνας σύγχρονες, ασφαλείς και λειτουργικές υποδομές».

Οι παρεμβάσεις

Δημοτικός σταθμός Βαρβακείου

- Εγκατάσταση φορτιστών ηλεκτρικών αυτοκινήτων
- Αλλαγή στη διαρρύθμιση των θέσεων, με σκοπό τη δημιουργία θέσεων για οχήματα μεγάλου μεγέθους
- Ριζική ανακαίνιση των WC του σταθμού, με ταυτόχρονη εγκατάσταση συστήματος ελεγχόμενης πρόσβασης σε αυτά
- Επισκευές σε τμήματα του δαπέδου των θέσεων με ταυτόχρονη επαναβαφή των διαγραμμίσεων και εκ νέου αριθμοδότηση των θέσεων στάθμευσης σε όλη την έκταση του σταθμού

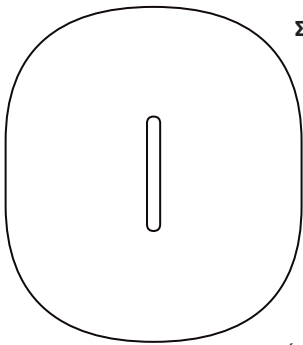
- Τοπικές επισκευές στην τοιχοποιία στο επίπεδο Α1 και βαθιά ολόκληρου του επιπέδου
- Αλλαγή του ασφαλοτάπητα στις ράμπες εισόδου / εξόδου του σταθμού
- Τοποθέτηση μιας επιπλέον πληροφοριακής πινακίδας –διπλής όψης– επί της οδού Σωκράτους, ορατής και από την οδό Ευριπίδου
- Εγκατάσταση ERP στον σταθμό
- Τοποθέτηση κοινόχρηστων ηλεκτρικών ποδηλάτων για δωρεάν χρήση από τους πολίτες μέσω εφαρμογής κινητού Athens Park & Ride
- Επισκευή των μεταλλικών σχαρών απορροής όμβριων υδάτων στην είσοδο και την έξοδο

Δημοτικός σταθμός Κλαυθμώνος

- Αποτύπωση και ανάλυση της στατικής επάρκειας του κτιρίου
- Μελέτη ενίσχυσης Φ.Ο. κτιρίου
- Τοποθέτηση κουपाστών και η δημιουργία διαδρόμου για τους πεζούς στις ράμπες ανόδου καθόδου του σταθμού
- Βάψιμο και ανανέωση φωτισμού στις ράμπες ανόδου καθόδου
- Ανακαίνιση του Α επιπέδου και εγκατάσταση ηλεκτροφορτιστών
- Ριζική ανακαίνιση των WC του σταθμού, με ταυτόχρονη εγκατάσταση συστήματος ελεγχόμενης πρόσβασης σε αυτά
- Ολοκλήρωση της ράμπας ΑΜΕΑ στην είσοδο του σταθμού

- Τοποθέτηση κοινόχρηστων Ηλεκτρικών ποδηλάτων για χρήση από τους πολίτες μέσω εφαρμογής κινητού Athens Park & Bike
- Εγκατάσταση ERP στον σταθμό
- Εκπόνηση κυκλοφοριακής μελέτης για τη βελτίωση της πρόσβασης στον σταθμό
- Τοποθέτηση οθόνης 85" για προβολή μηνυμάτων και πληροφοριών σχετικά με τη λειτουργία του σταθμού
- Τοποθέτηση ενισχυτών σήματος GPS και GSM
- Τομή στην πλάκα του 3ου υπογείου, για την ακριβή αποτύπωση των θεμελίων του κτιρίου

Τους επόμενους μήνες αναμένεται να προστεθεί ακόμα ένας σημαντικός κρίκος στην αλυσίδα των αναβαθμισμένων υποδομών στάθμευσης, καθώς πρόκειται να τεθεί σε λειτουργία ο δημοτικός σταθμός πάρκινγκ της **Πλατείας Κοτζιά**, χωρητικότητας 691 θέσεων. Υλοποιείται σε συνεργασία με τη διεύθυνση Ακίνητης Περιουσίας και θα παραχωρηθεί στη ΔΑΕΜ Α.Ε., για να το λειτουργήσει άμεσα και αποτελεσματικά προς όφελος των δημοτών.



Συμεών Τσομώκος είναι μια σπάνια περίπτωση στη δημόσια ζωή: ένας τζέντλεμαν που αποφεύγει τη δημοσιότητα, αφήνοντας χώρο στους θεσμούς που έχει χτίσει να μιλούν για εκείνον. Η πορεία του ήδη έχει αφήσει ένα ισχυρό αποτύπωμα στην εικόνα της χώρας, ειδικά στο εξωτερικό, καθώς με το Οικονομικό Φόρουμ των Δελφών μετατρέπει την Ελλάδα, για κάποιες μέρες, σε σημείο συνάντησης σπουδαίων προσωπικοτήτων από όλο τον κόσμο.

Συναντηθήκαμε στα γραφεία του Οικονομικού Φόρουμ των Δελφών, στην οδό Ακαδημίας – γραφεία που εκπέμπουν μια αίσθηση από την παλιά αίγλη της Αθήνας, συνδυασμένη με μια σύγχρονη εξωστρέφεια. Ο κύριος Τσομώκος είναι διακριτικός, μεθοδικός και σταθερός, έχει μάθει να οργανώνει, να συνθέτει και να ανοίγει δρόμους, χωρίς θόρυβο. Η ζωή και η προσωπικότητά του κουβαλούν το βάρος μιας διαδρομής που δεν στηρίχτηκε ποτέ στην προσωπική φιλοδοξία, αλλά στην ικανότητά του να φτιάχνει γέφυρες και θεσμούς που αντέχουν στον χρόνο. Καθόμαστε στο μεγάλο τραπέζι, εκεί όπου οργανώνονται συνέδρια με τη συμμετοχή χιλιάδων ανθρώπων.

Αρχίζω με μια κάπως προβοκατόρικη ερώτηση: «Μολονότι το Φόρουμ των Δελφών είναι γνωστό στους περισσότερους, το δικό σας όνομα δεν είναι τόσο. Πώς το εξηγείτε αυτό;». Δεν τον ενοχλεί. Αντιθέτως. «Το αντιλαμβάνομαι πολύ καλά και δεν έχω κανένα πρόβλημα μ' αυτό».

Τον περασμένο Απρίλιο συμπληρώθηκαν δέκα χρόνια από την ίδρυση του Οικονομικού Φόρουμ των Δελφών. Πιάνουμε το κουβάρι από την αρχή. Ο κ. Τσομώκος έχει μια πορεία στον χρόνο γεμάτη σταθμούς που καθόριζαν προκαταβολικά τη μετέπειτα διαδρομή του. Πριν από τους Δελφούς, ήταν η πρωταγωνιστική φιγούρα στο Ελληνοαμερικανικό Επιμελητήριο, το οποίο ο ίδιος διηύθυνε για σχεδόν δύο δεκαετίες. «Δεκαοχτώ χρόνια ήμουν επικεφαλής. Το πρώτο μου γραφείο ήταν εδώ απέναντι (σ.σ.: στην οδό Αμερικής), ένα μικρό γραφείο με τρεις εργαζόμενους, το 1980». Από εκεί ξεκίνησε. Με σκληρή δουλειά, μεθοδικότητα και εστίαση στην ποιότητα, ανέπτυξε το Επιμελητήριο σε σημείο που, όπως λέει, στα μέσα της δεκαετίας του '90 είχε ήδη σημαντικό αποτύπωμα. «Κάναμε αποστολές στην Αμερική, διοργανώσαμε συνέδρια και στις ΗΠΑ και στην Ελλάδα, φέραμε στην Αθήνα την "International Herald Tribune", τον "Economist", τους "New York Times"».

Αναφέρει ότι ήταν ο άνθρωπος πίσω από την έναρξη πολλών από αυτές τις πρωτοβουλίες, που αργότερα συνέχισαν άλλοι. Ήταν μια εποχή που η Ελλάδα βρισκόταν σε μετάβαση – υπάρχει μια παλάντζα: από τη μία η ΕΟΚ, από την άλλη ένας έντονος αντιαμερικανισμός. «Αυτό ήταν και η δυσκολία μου με την τότε κυβέρνηση του ΠΑΣΟΚ», λέει. «Είχαμε ένα Αμερικανικό Επιμελητήριο, δεν ήταν εύκολα τα πράγματα. Ο Σημίτης ήταν πιο ανοιχτός, κι έτσι ξεκινήσαμε σιγά σιγά».

● Τα πρώτα βήματα

Ο Συμεών Τσομώκος έχει διανύσει μια ζωή στο μεταίχμιο: ανάμεσα στον αντιαμερικανισμό της Μεταπολίτευσης και στην αμερικανική κουλτούρα της διαπραγματεύσης, ανάμεσα στη μικρασιατική παράδοση και στην τεχνογνωσία των συνεδρίων διεθνούς εμβέλειας.

Μιλάει για τα πρώτα του χρόνια με λόγο στοχαστικό: «Μεγάλωσα στη Νέα Ερυθραία, σε μια ταπεινή οικογένεια, αλλά με πολιτισμό». Η μητέρα του ήταν Μικρασιάτισσα και δασκάλα στη Σμύρνη, ο πατέρας του Αρβανίτης από την Αυλίδα. «Ήμασταν φτωχοί, αλλά κουβαλούσαμε πολιτισμό – και ήμουν τυχερός, γιατί μπήκα στο Βαρβάκειο το 1966». Το αποκαλεί «το καλύτερο σχολείο της Ελλάδας τότε», περιγράφοντας το πώς πήγαινε κάθε μέρα από τα προάστια στα Εξάρχεια με λεωφορείο – «μια Αθήνα τελείως διαφορετική, με διαδρομές 35 και 40 λεπτών». Παράλληλα δούλευε, «η Αθήνα χτιζόταν κι εγώ κουβαλούσα τον γύψο που έβλεπες στις κατοικίες».

Σπούδασε Οικονομικά και παρακολούθησε και Νομική, «αλλά δεν πήρα πτυχίο, είχα μαθήματα που εκκρεμούσαν, δούλευα ήδη». Όλα άλλαξαν όταν, το 1974, άρχισε να εργάζεται στην Αμερικανική Πρεσβεία. Πρώτα στο Προξενείο και μετά στο Εμπορικό Τμήμα. «Ήταν η πρώτη επαφή με την Αμερική». Δεν άφησε ποτέ την πολιτική συγκυρία να καθορίσει τη ζωή του. «Είχα τη δική μου κατεύθυνση», δηλώνει.

Στην Πρεσβεία έκανε γραφειοκρατική δουλειά, αλλά και κάτι παραπάνω: «Οργάνωνα εκθέσεις, φτιάξαμε το αμερικανικό περίπτερο στα Ποσειδώνια και μετά στη Θεσσαλονί-

κη». Η εμπειρία εκείνη έμελλε να καθορίσει τη συνέχεια. «Το 1976, για τα 200 χρόνια της αμερικανικής ανεξαρτησίας, στήσαμε τεράστιο περίπτερο. Μετά, με λίγα χρήματα από τους Αμερικανούς, στήσαμε το Αμερικανικό Περίπτερο στη ΔΕΘ και το κρατήσαμε για δεκαεπτά χρόνια».

Η επόμενη στροφή ήρθε στις αρχές της δεκαετίας του '80. Μετακινείται στο Ελληνοαμερικανικό Εμπορικό Επιμελητήριο, ενώ παράλληλα παρακολουθεί από κοντά τον Ψυχρό Πόλεμο και τις γεωπολιτικές ισορροπίες. «Η Ελλάδα ήταν σε σταυροδρόμι, αλλά και το αμερικανικό επιχειρείν είχε μεγάλο ενδιαφέρον για τη χώρα – έψαχναν για τεχνολογία, δεν υπήρχε Κίνα ή Ινδία τότε». Εκεί, στην καθημερινή τριβή με το αμερικανικό επιχειρηματικό ενδιαφέρον και τις διεθνείς επαφές, γεννήθηκε το «μικρόβιο των συνεδρίων». Τα πρώτα ξεκινούν το 1985-86, αλλά με τους καρπούς να σπέρνονται ήδη από το 1983.

Η εμπειρία του από εκείνη την περίοδο αλλά και από διεθνή συνέδρια στο Παρίσι και αλλού λειτούργησε ως υπόβαθρο. «Είχα παραστάσεις από το Propeller Club, που ήταν ένας φορέας ναυτιλιακός, αλλά φιλοξενούσε όλη την ελίτ – πολιτικούς και επιχειρηματίες. Πάνω σε αυτή τη λογική χτίσαμε». Δεν παραλείπει να αναφέρει ότι το 1991 διοργάνωσε εκδήλωση στην Αθήνα για τον Τζορτζ Μπους (πρεσβύτερο), τότε εν ενεργεία πρόεδρος των ΗΠΑ. «Ήταν κάτι σπάνιο. Είχε έρθει όλη η μεγάλη ομάδα. Γεμίσαμε το Intercontinental, και δεν σου κρύβω ότι ήταν από τις πιο απαιτητικές αλλά και από τις πιο σημαντικές στιγμές της διαδρομής μου».

Το πολιτικό κλίμα της δεκαετίας του '80 ήταν, όπως το περιγράφει, «δicasτικό», ωστόσο το κοινό στο οποίο στόχευε ήταν συγκεκριμένο: «Εμείς απευθυνόμασταν στον επιχειρηματικό κόσμο, στους ανθρώπους της πολιτικής, στην οικονομική ελίτ. Ήταν πάντα ένας περιορισμένος κύκλος». Σε αυτό το πλαίσιο, ιδρύθηκε και το παράρτημα του Ελληνοαμερικανικού Επιμελητηρίου στη Θεσσαλονίκη, όπου πραγματοποιήθηκαν μεγάλα συνέδρια – ιδιαίτερα στα τέλη του '80, μετά την πτώση του Τείχους του Βερολίνου. «Κάναμε ένα μεγάλο summit για τα Βαλκάνια, μαζί με το Υπουργείο Βιομηχανίας. Ήταν σημαντικό εκείνη την εποχή». Όλα αυτά δημιούργησαν μια εμπειρία ετών. «Έμαθα να στίνω διοργανώσεις. Όταν έφυγα από το Επιμελητήριο, έφτιαξα την εταιρεία μου. Κάναμε εκδηλώσεις, ενεργειακά συνέδρια, επιστρέψαμε και στη Θεσσαλονίκη».

● Η ιδέα των Δελφών

Στα μέσα της δεκαετίας του 2010 γεννήθηκε μια νέα ιδέα, που τον απομάκρυνε από τη λογική των συνεδρίων όπως τα ήξερε. «Ήθελα να στήσω κάτι εντελώς διαφορετικό, κάτι που να ξεφεύγει από τα μέχρι τότε δεδομένα». Κι έτσι γεννήθηκε το Οικονομικό Φόρουμ των Δελφών. Η εταιρεία υπήρχε ήδη, το Φόρουμ άρχισε να χτίζεται νοητά από το 2014 και πήρε σάρκα και οστά το 2016. «Πήγα στο Νταβός, παρακολούθησα το World Economic Forum – όχι μόνο τη δεκαετία του 2010, αλλά και παλαιότερα, τη δεκαετία του '90. Βέβαια, δεν ήταν αυτό που με επηρέασε περισσότερο. Για μένα το πρότυπο ήταν το Συνέδριο Ασφαλείας του Μονάχου».

Η απόφαση να ξεκινήσει ένα νέο διεθνές φόρουμ στην καρδιά της κρίσης ήταν κυρίως ενστικτώδης. «Δεν σου κρύβω ότι ούτε εγώ περίμενα ότι θα έπαιρνε αυτή τη διάσταση, ούτε κανείς», δηλώνει. Το 2016 ήμασταν στον πυρήνα της κρίσης. Είχε προηγηθεί το δημοψήφισμα του 2015, είχε συμφωνηθεί το τρίτο μνημόνιο. Η κοινωνία ήταν διχασμένη. Κι όμως, αυτό ακριβώς φαίνεται πως έκανε την ιδέα να λειτουργήσει. «Μπορεί να ήταν η καλύτερη στιγμή – αλλά δεν το καταλάβαμε τότε. Το ρίσκο, αν με ρωτάς, δεν ήταν οικονομικό. Η Ελλάδα ήταν στο επίκεντρο και η αγορά με ήξερε από τις εκδηλώσεις. Το ρίσκο του γοήτρου ήταν μεγαλύτερο. Αν το στήναμε και αποτυγνάναμε, θα δεχόταν πλήγμα η επαγγελματική μου εικόνα».

Αυτό που ήθελε να πετύχει ήταν να φέρει στην Ελλάδα «τεχνογνωσία απ' έξω», να φέρει «καλά μυαλά σε μια κοινωνία που είχε ανάγκη από ανοιχτό διάλογο». Το πρώτο συνέδριο έγινε με δυο τρεις εκατοντάδες ανθρώπους. «Πήγαμε εκεί δύο μέρες, ξεκινήσαμε από χαμηλά». Από την τρίτη χρονιά, η συμμετοχή απογειώθηκε.

Τι ήταν αυτό που έκανε τη διαφορά; «Ο τόπος – οι Δελφοί – έπαιξε ρόλο. Αλλά κυρίως έπαιξε ρόλο η περίοδος. Η κρίση δημιούργησε μια ανάγκη. Ο κόσμος από το εξωτερικό ήθελε να καταλάβει τι γίνεται στην Ελλάδα. Ήθελαν να συζητήσουν με Έλληνες, να εντοπίσουν τάσεις, να δουν αν υπάρχουν ευκαιρίες ή κίνδυνοι. Αρα ναι, ήταν αναγκαιότητα. Αλλά δεν το είχα φανταστεί έτσι εξαρχής».

Συμεών Τσομώκος

Στόχος είναι να παραμείνει το Φόρουμ των Δελφών συμπαγές, αλλά διεθνώς ανταγωνιστικό

Η τέχνη της soft diplomacy μέσα από τις δραστηριότητες του Συμεών Τσομώκου

Του ΛΟΥΚΑ ΒΕΛΙΔΑΚΗ





Όταν ξεκινούσε το Φόρουμ, είχε στο μυαλό του έναν θεσμό μικρότερης κλίμακας, αλλά υψηλής ποιότητας. «*Ηθελα να φέρω τους άριστους. Να μαζευτούν 100-200 σημαντικοί άνθρωποι από την Ελλάδα και την Ευρώπη, και, μέσα από τη ζύμωση ιδεών, να παραχθεί κάτι ουσιαστικό. Ένα δημόσιο αποτύπωμα που να δείχνει ότι αυτή η χώρα έχει προοπτική, ότι μπορεί να παίξει ρόλο*». Δεν μπορούσε να φανταστεί ότι μέσα σε τρία χρόνια το Φόρουμ θα έφτανε να συγκεντρώνει χιλιάδες συμμετέχοντες. «*Αυτό με ξεπέρασε. Δεν το περίμενα. Και μετά χάσαμε και δύο κρίσιμα χρόνια*».

Αναφέρεται στην πανδημία. «*Το 2020, όταν ήρθε ο COVID, είχαμε ήδη έτοιμη τη διοργάνωση. Ο Προκόπης Παυλόπουλος θα άνοιγε το συνέδριο το Σάββατο. Τετάρτη πρωί, παίρνω τον Πάννη –τον γαμπρό μου, που τα κάνουμε όλα μαζί– και του λέω “το ακυρώνω”*». Μέσα σε τέσσερις μέρες, όλα είχαν στηθεί και όλα κατέρρευσαν. «*Πάθαμε και οικονομική και ψυχολογική ζημιά. Ήταν μεγάλη απόφαση*».

Την ίδια χρονιά, ωστόσο, το Φόρουμ έγινε ψηφιακά. Την επόμενη χρονιά διοργανώθηκε υβριδικά, με φυσική παρουσία στο Ζάππειο και ισχυρή διεθνή συμμετοχή. «*Το 2022 επιστρέψαμε στους Δελφούς πιο δυναμικά*». Έκτοτε, το Φόρουμ μεγαλώνει σταθερά, αλλά με συνειδητή προσπάθεια να διατηρείται η ποιότητα. «*Το 2023 είχαμε 220 συνεδρίες, ήταν πάρα πολλές. Φέτος, τις πήγαμε στις 180. Θέλουμε να τις μειώσουμε κι άλλο. Όχι για να περιορίσουμε τη θεματολογία, αλλά για να ενισχύσουμε την ουσία*». Ο στόχος είναι να παραμείνει το Φόρουμ «*συμπαγές, αλλά διεθνώς ανταγωνιστικό*».

Την ίδια στιγμή, η εξωστρέφεια αυξάνεται. «*Έχουμε πια 7-8 μεγάλες εκδηλώσεις ετησίως στο εξωτερικό: Ουάσινγκτον, Βρυξέλλες, Τορόντο, Παρίσι, Βερολίνο, Βουκουρέστι, Σουλεϊμανίγια. Στο Τορόντο έγινε για τέταρτη χρονιά. Πλέον μας ξέρει ο κόσμος του συνεδριακού χώρου και της πολιτικής διεθνώς. Και το πιο σημαντικό είναι ότι έχουμε διασυνδεθεί με 30-40 από τα μεγαλύτερα think tanks του κόσμου*». Οι προσκλήσεις όμως αυξάνονται. «*Τον Ιούνιο ταξίδεψα στις μεγαλύτερες διοργανώσεις: NATO Public Forum, Globsec στην Πράγα, στη Χάγη... Μας καλούν επίσημα πλέον. Είμαστε μέρος του διεθνούς δικτύου*».



● Η διαδρομή στον χρόνο

Η πολιτική σκηνή της δεκαετίας του '80 τον έφερε σε επαφή με προσωπικότητες όπως ο Ανδρέας Παπανδρέου, ο Κωνσταντίνος Μητσοτάκης και αργότερα ο Κώστας Σημίτης. Τον Ανδρέα τον χαρακτηρίζει «*τεράστια προσωπικότητα*». «*Είχε απίστευτο προσωπικό χάρισμα. Ήταν εξαιρετικός ομιλητής, γνώριζε σε βάθος τα οικονομικά. Αν έπρεπε να συγκρίνω κάποιον μαζί του, θα έλεγα μόνο τον Κλίντον*».

Ο Μπιλ Κλίντον μπήκε στη ζωή του μέσα από τη διπλωματική και επιχειρηματική του δράση. Όταν προσπάθησε να μετατρέψει το επιμελητήριο σε πραγματικά ελληνοαμερικανικό –με σύνδεση με τις αντίστοιχες αμερικανικές δομές στην Ευρώπη και τις ΗΠΑ– «*έπρεπε να αλλάξω το καταστατικό, να κάνω επαφές, να χτίσω σχέσεις. Και κάποια στιγμή με κάλεσαν στην Ουάσινγκτον για την 25η Μαρτίου – εκπληκτική εμπειρία. Ο Κλίντον ήταν σαν να έβλεπα τον Ανδρέα ξανά: χαρισματικός, με απίστευτη επικοινωνία, είτε από το βήμα είτε στο τετ-α-τετ*».

Για τον Κωνσταντίνο Μητσοτάκη, αναγνωρίζει επίσης το πολιτικό εκτόπισμα, αλλά «*ήταν πιο δυσπρόσιτος στον απλό κόσμο – τουλάχιστον έτσι τον έβλεπα εγώ*». Ενώ για τον Κώστα Σημίτη λέει: «*Ήταν σοβαρός, λίγο απόμακρος, αλλά είχε ξεκάθαρη στόχευση: να κάνει την Ελλάδα ευρωπαϊκή χώρα*».

Όλες αυτές οι εμπειρίες «*συσσωρεύτηκαν*». «*Και τώρα μπορώ να πω ότι τις βλέπω να λειτουργούν – αυτό που μου έδωσε εκείνη η διαδρομή, αυτό που έχτισα από την εποχή του επιμελητηρίου το κουβαλάω και το αξιοποιώ*». Τα συνεχή του ταξίδια, οι σχέσεις που καλλιεργεί – αυτό είναι το κεφάλαιο», όπως αναφέρει. «*Χτίζω σχέσεις*».

● Όλα είναι θέμα ηγεσίας

Στο τέλος της κουβέντας, ο Συμεών Τσομώκος επιστρέφει στο ζήτημα που θεωρεί καθοριστικό: την ηγεσία. «*Αν δεν υπάρχει ηγεσία, δεν κάνεις πολιτική, δεν κάνεις επιχείρηση, δεν κάνεις οικονομία. Ο χρυσός κανόνας είναι να τολμάς, να πηγαίνεις κόντρα στο ρεύμα όταν χρειάζεται, με σκληρή δουλειά, όραμα και πράξεις*». Για εκείνον, ο ηγέτης δεν είναι διακοσμητικός, είναι αυτός που συνθέτει. Αυτό ισχύει και για τη διοργάνωση του Φόρουμ. «*Είναι σαν στρατιωτική επιχείρηση. Χρειάζεται σύνθεση. Ο ηγέτης δεν είναι εκεί για να επιβάλλει, αλλά για να παίρνει το καλύτερο από κάθε συνεργάτη και να το ενσωματώνει στο τελικό αποτέλεσμα*». Κι εξηγεί: «*Σέβομαι όλες τις απόψεις στο γραφείο – είτε είναι από κάποιον που δουλεύει τρεις μήνες είτε από έναν που είναι μαζί μου 25 χρόνια. Ο ηγέτης οφείλει να συνθέτει και να δείχνει την πορεία*».

Η επόμενη μέρα του Οικονομικού Φόρουμ των Δελφών, όπως σημειώνει, είναι να γίνει «*όσο πιο διεθνές γίνεται*», να διασυνδεθεί με τους μεγαλύτερους οργανισμούς του κόσμου και να εξελιχθεί όχι μόνο σε συνεδριακή πλατφόρμα, αλλά και σε δεξαμενή σκέψης. «*Πρέπει να παράγουμε και γνώση, όχι μόνο διάλογο*», τονίζει.

Κι όταν η συζήτηση στρέφεται στις σύγχρονες παγκόσμιες προκλήσεις, είναι ευθύς: η ταχύτητα της τεχνολογίας, η κλιματική κρίση, η έλλειψη παιδείας στα νέα παιδιά. «*Η Ελλάδα ποτέ δεν πεθαίνει*», καταλήγει, «*αρκεί ο καθένας να κάνει σωστά το μερίδιο που του αναλογεί. Και, πάνω απ' όλα, να συνεχίζουμε να συζητάμε. Να επικοινωνούμε, α-κόμη και με τον εαυτό μας*».

Ο Συμεών Τσομώκος στο Οικονομικό Φόρουμ των Δελφών μετατρέπει την Ελλάδα, για κάποιες μέρες, σε σημείο συνάντησης σπουδαίων προσωπικοτήτων από όλο τον κόσμο.

Κάτω: Ο Συμεών Τσομώκος με τον Τόνι Μπλερ.

Σύντομη συζήτηση
με τον

ΙΑΝ ΑΝΤΕ ΡΣΘΝ

Jethro Tull, η μεγάλη αγγλική μπάντα
στον Λυκαβηττό το Σάββατο 20 Σεπτεμβρίου

Της ΣΩΤΗΣ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ



Α

νακάλυψα τους **Jethro Tull** το 1970, όταν κυκλοφόρησε το «*Benefit*»: εκείνη τη χρονιά, έβγαине τουλάχιστον ένα υπέροχο LP την εβδομάδα — το χαρτζιλίκι μου δεν αρκούσε για όλα (χώρια τα δισκάκια 45 στροφών) και το αίτημα για αύξηση του εβδομαδιαίου παιδικού επιδόματος είχε απορριφθεί κάμποσες φορές. Πίστευα πως ήμουν το παιδί με το μικρότερο χαρτζιλίκι στον κόσμο. Αγόρασα το «*Aqualung*» από τα λεγόμενα «ρέστα»: όταν με έστελναν στο περίπτερο να πάρω εφημερίδες και περιοδικά, κρατούσα τα ρέστα· δραχμές και πενννταράκια· πολλά πενννταράκια. Αλλά, καθώς το 1973 το χαρτζιλίκι μου αναβαθμίστηκε επιτέλους σε εφηβικό και αυξήθηκε στο αστρονομικό ποσό των 100 δραχμών εβδομαδιαίως, συν τα «ρέστα» (το ChatGPT μου λέει ότι το κατοστάρικο του 1973 αντιστοιχεί σε σημερινή αγοραστική δύναμη 10-15 ευρώ), απέκτησα με άνεση το «*Thick as a Brick*» και το «*Passion Play*».

Έτσι, άρχισα να συμπληρώνω τη δισκογραφία των Jethro Tull και γενικότερα να χτίζω μια θηριώδη δισκοθήκη με βινύλια. Στην πραγματικότητα, το αγαπημένο μου άλμπουμ των Tull το άκουσα πολύ αργότερα: ήταν το πρώτο τους, το «*This Was*» — αλλά δεν το είπα στον Ίαν Άντερσον, για να μην τον τσαντίσω. Ύστερα, μετά το «*Songs from the Wood*», εγκατέλειψα τους Tull· η εποχή άλλαξε· αν και άρχισα να ακούω όλο και περισσότερα μπλουζ, Bruce Springsteen και Clash, παρέμεινα αφοσιωμένη στους Pink Floyd, στους Genesis και στους Fleetwood Mac — του το απέκρυψα κι αυτό.

— Παρ' ολίγο να σας δω στο Παρίσι. Πώς πήγε; Δεν μου αρέσει ιδιαίτερα το Olympia. Πνίγει την ατμόσφαιρα των συναυλιών: μεταξύ άλλων, κάνουν παρατεταμένο διάλειμμα για να δουλέψει το μπαρ. Νιώθεις τη διαφορά ανάμεσα στο γαλλικό κοινό και σ' εμάς τους Έλληνες; Η αίσθηση που δίνει το κοινό έχει να κάνει λιγότερο με την εθνικότητα και περισσότερο με τη φύση του χώρου και με το αν παίζουμε σε εσωτερικό ή εξωτερικό χώρο. Όπως και να 'χει, προτιμώ να είναι ήσυχο το κοινό κατά τη διάρκεια της συναυλίας και να δείχνει την εκτίμησή του στο τέλος των κομματιών και, φυσικά, στο τέλος του gig.

—Έχεις επίγνωση της επίδρασης που είχες στην Ελλάδα; Όταν ήμασταν έφηβοι, το να ακούμε Jethro Tull ήταν η επιτομή του cool. Ήταν περισσότερο πόζα παρά ουσία —τότε δεν υπήρχε θέμα ουσίας!— αλλά το prog θεωρούνταν το coolest thing. Γουάου. Σοβαρά τώρα; Όχι, δεν είχα συνειδητοποιήσει ότι ήμασταν «κουλ». Νομίζω ότι ως επί το πλείστον βρισκόμασταν στην περιφέρεια της κομπόστητας και του «καινούργιου». Για τις ΗΠΑ ξέρω ότι γύρω στο 1970 είχαμε ελκύσει την προσοχή και μας έπαιζαν πολύ στο ραδιόφωνο.

—Κι εδώ σας έπαιζαν στο ραδιόφωνο, στις μουσικές εκπομπές που τις ονόμαζαν «ξένου ρεπερτορίου»... Και βεβαίως υπήρχαν πολλά άρθρα στα μουσικά περιοδικά. Δεν μπόρεσα ποτέ να καταλάβω πώς μας αντιλαμβάνονταν στην Ελλάδα, διότι, όταν ερχόμασταν για συναυλίες, φτάναμε το βράδυ, κάναμε το gig την επόμενη μέρα και φεύγαμε νωρίς το πρωί για τον επόμενο σταθμό μας. Οπότε, δεν είχα καμία επαφή με άλλους ανθρώπους εκτός από τους εργαζομένους στην παραγωγή και στη σκηνή. Από σένα τα ακούω αυτά.

—Προσθέτω λοιπόν ότι, εκτός του ότι έχω ονομάσει το ένα σκυλάκι μου Τζέθρο, σε ένα βιβλίο μου περιγράφω μια σκηνή όπου ο κεντρικός ήρωας προσπαθεί να χορέψει το «*Aqualung*». Χέρια που κουνιούνται αδέξια στο κενό με εφηβικό υπαρξιακό άγχος. Ε, ναι, η μουσική μας δεν γέμιζε ποτέ τις πίστες...

—Πάντως εμείς οι Boomers και η Jones Generation χορεύαμε και χορεύουμε ακόμα, ενώ τα κόκαλά μας τρίζουν σαν τις αλυσίδες του Φαντάσματος του Κάντερβιλ. Ιδιαίτερα εφόσον εδώ και χρόνια ζούμε στο απόλυτο μουσικό τίποτα. Εσύ τι λες; Υπάρχει κάτι που ξεχωρίζει μέσα από την ψηφιακή ομίχλη και τον θόρυβο; Είμαι σίγουρη ότι σου το έχουν ρωτήσει χιλιάδες φορές, αλλά είμαι πραγματικά περίεργη. Σταμάτησα να ακούω πολύ pop και ροκ μουσική στα μέσα της δεκαετίας του '70, δεν ήθελα να έχω περαιτέρω επιρροές από τους συνομηλίκους μου μουσικούς. Ακούω μόνο μπαρόκ και αναγεννησιακή μουσική· ιδιαίτερα στα αεροπλάνα, για να ελαχιστοποιήσω το άγχος των πτήσεων. Περιστασιακά ακούω επιτυχημένους σύγχρονους καλλιτέχνες όπως ο Ed Sheeran ή η Taylor Swift, απλώς για να ξέρω τι συμβαίνει γύρω μας. Όμως, όλα μου ακούγονται υπερβολικά οικεία· φαίνεται σαν να ανακυκλώνουν μελωδίες και στίχους από τις προηγούμενες γενιές.

—Δικά σου παλιά κομμάτια ακούς; Πολύ συχνά, επειδή πρέπει να εξασκώμαι στην κιθάρα και στο φλάουτο. Μελετώ παλιότερα τραγούδια για να εντοπίσω τα καλύτερα μέρη τους και να διατηρήσω τα πρότυπά μου σε υψηλό επίπεδο. Επιπλέον, συχνά γίνονται διαδικασίες νέου μιξάζ και πρέπει να τα εξετάζω όλα πολύ προσεκτικά.

—Τι νιώθεις όταν τα ακούς; Σου φαίνεται ποτέ σαν να τα έφτιαξε κάποιος άλλος; Σε στιλ «Ποιος είναι αυτός ο τύπος με το φλάουτο και το ατίθασο ύφος»; Όχι, όχι. Όλα ακούγονται πολύ αληθινά και η ερμηνεία και το στιλ είναι καταδικά μου! Τα συναισθήματα και οι σκέψεις πίσω από τα τραγούδια είναι αυθεντικό μέρος της προσωπικής μου μουσικής ιστορίας. Για παράδειγμα, το playlist αυτής της περιοδείας, στην οποία περιλαμβάνεται και η Αθήνα, ξεκινά με τρία κομμάτια από το πρώτο κιόλας άλμπουμ των Tull του 1968.

—Το «*This Was*»...
Ναι! Κυκλοφόρησε τον Οκτώβριο του 1968.

—Ήταν πιο μπλουζ από τα επόμενα άλμπουμ σας... Έχουν παρεξηγηθεί ποτέ οι Jethro Tull με τρόπους που σε διασκέδασαν — ή που σε έκαναν να χτυπάς το κεφάλι σου στη θήκη του φλάουτου; Ο καθένας που ακούει τη μουσική μας έχει τη δική του ερμηνεία γι' αυτά που γράφω και γι' αυτά που παίζουμε. Προσπαθώ να τους δώσω τα εύσημα που τους αξίζουν για την προσωπική τους άποψη, ακόμα κι όταν αυτή διαφέρει ριζικά από τη δική μου. Φαντάζομαι ότι ο τρόπος με τον οποίο προσλαμβάνω εγώ ένα κομμάτι του Χέντελ δεν είναι ίδιος με τον τρόπο του ίδιου του Χέντελ ή ότι η κατανόησή μου για μια μελωδία μπίμπον του Τσάρλι Πάρκερ ίσως δεν ταυτίζεται με αυτό που θα ήθελε να μεταδώσει ο μεγάλος τζαζίστας. Το ίδιο ισχύει και για τις σπουδαίες εικαστικές τέχνες, ακόμη και για τις κινηματογραφικές ταινίες. Όλοι έχουμε τα δικά μας μάτια και τα δικά μας αυτιά κι έχουμε δικαίωμα στη γνώμη μας. Ακόμα κι όταν είναι εντελώς ανοησία.

—Και συχνά είναι. Θυμάμαι πώς ο Robert Christgau παραδοκούσε να βγάλετε καινούργιο δίσκο για να σας βρίσει. Ο Lester Bangs επίσης. Νομίζω ότι οι Άγγλοι κριτικοί σας καταλάβαιναν καλύτερα. Θυμάμαι επίσης τον δικό μας Γιάννη Πετρίδη να επαινεί το «*Thick as a Brick*» —δικαίως— σε μια ραδιοφωνική εκπομπή το 1973, μια καταπληκτική χρονιά για τη μουσική. Κάποιοι κριτικοί ήταν ευγενικοί, κάποιοι δεν ήταν. Το πιο πρόσφατο άλμπουμ φάνηκε να τυχάνει γενικής αποδοχής, αλλά όσα γράφουν οι κριτικοί και οι θέσεις στα charts δεν είναι και τόσο σημαντικά για μένα. Όσο διασκεδάζω και διατηρώ το πάθος για τις δημιουργικές μου προσπάθειες, είμαι ικανοποιημένος.

—Έχεις γράψει ποτέ ένα κομμάτι ή ακόμα κι ένα ολόκληρο άλμπουμ που αργότερα θεώρησες ότι παραήταν έξυπνο για να γίνει εμπορικό; Σκέφτομαι το «*Passion Play*», για παράδειγμα. Υπήρξαν στιγμές που σκέφτηκες ότι το κοινό δεν θα καταλάβαινε τίποτα; Κατά καιρούς το χιούμορ των Tull δεν γινόταν κατανοητό — και οι αναφορές σας ήταν υπερβολικά εξεζητημένες. Το «*Passion Play*» ήταν ένα άλμπουμ που θα μπορούσε να είχε ωφεληθεί από το μοντάζ και τη μείωση των πυκνών στρωμάτων των μουσικών μερών και της ενορχήστρωσης. Θα το έφτιαχνα διαφορετικά αν το ηχογραφήσασα σήμερα. Αλλά δεν θα το κάνω, διότι δεν θέλω να σας ταλαιπωρήσω περισσότερο από όσο σας έχω ήδη ταλαιπωρήσει.

—Τα τελευταία χρόνια κατακλυζόμαστε από περιεχόμενο· αυτό είναι που μας ταλαιπωρεί. Το ότι πρόκειται κυρίως για αποσπάσματα, λίστες αναπαραγωγής και shuffles. Πιστεύεις ότι ακόμα τα άλμπουμ έχουν πραγματικό καλλιτεχνικό βάρος; Κανείς δεν τρέχει να αγοράσει ένα καινούργιο LP.

Κι όμως, κάποιοι έσπευσαν να αγοράσουν το τελευταίο άλμπουμ, «*Curious Ruminant*», την εβδομάδα κυκλοφορίας του. Διαφορετικά δεν θα είχε μπει στην πρώτη δεκάδα αρκετών εθνικών charts —τουλάχιστον αυτά μαθαίνω από τη δισκογραφική εταιρεία.

—Ναι, ναι, έχει άριστες κριτικές, και ευτυχώς ο Christgau έχει σιωπήσει. Προς το παρόν δηλαδή. Ίαν, έχεις δει μουσικές εποχές να έρχονται και να παύουν, όπως τις έχω δει κι εγώ, ως ακροάτρια. Αν μπορούσες να ζήσεις μια εποχή πέρα από τη βιολογική σου ζωή, ποια θα ήταν αυτή; Ίσως το τέλος της δεκαετίας του 1930, κατά την άνοδο της μπλουζ στις ΗΠΑ ή στις βασιλικές αυλές της Ευρώπης, όταν δημιουργήθηκαν μεγάλα μουσικά έργα: Χέντελ, Μπαχ, Μότσαρτ, Μπετόβεν.

—Ακούς ποτέ πχώ του εαυτού σου σε συγκροτήματα όπως οι Gryphon, Gentle Giant, Camel, Mostly Autumn ή Spock's Beard — ή ακόμα και σε σχήματα tribute; Το τελευταίο πρέπει να είναι μάλλον κολακευτικό, εκτός αν παίζουν τα κομμάτια των Jethro Tull λίγο παράφωνα. Μια φορά είχα δει στη Βοστώνη τους Minstrels in the Gallery. Έχω ακούσει πολλούς ανθρώπους να λένε ότι επηρεάστηκαν από τη μουσική μου κάποια στιγμή — όπως ο Sting, ο Bob Geldof, ο Eddie Vedder των Pearl Jam, μέλη των Red Hot Chili Peppers· ακόμη και οι Metallica. Αλλά ίσως είναι απλώς ευγενικοί μαζί μου. Την επιρροή δεν την ακούς απαραίτητως στη μουσική τους· η επιρροή μπορεί και πρέπει να είναι, στην καλύτερη περίπτωση, ανεπαίσθητη.

—Και πολλοί άλλοι έχουν αναγνωρίσει επιρροές. Ο Joe Bonamassa, οι Iron Maiden... Α propos, υπάρχει κάποιο riff ή μοτίβο που έχει αναδυθεί από τόσο





βαθιά μέσα σου ώστε να νιώθεις ότι το εφηύρες; Δεν μιλάω για τους στίχους — ή τη σιλουέτα στο ένα πόδι, ή τα γουρλωμένα μάτια... Μιλάω για τη μουσική.

Πιθανώς τα ορχηστρικά riff από το «Aqualung» ή το «Locomotive Breath», που έχουν κάτι από την απήχηση των εναρκτήριων μέτρων της «5ης Συμφωνίας» του Μπετόβεν. Όπως και τα riff των Cream, των Zeppelin και ιδιαίτερα του «Smoke On The Water» των Deep Purple.

—Μια και μιλάμε γι' αυτό, έχεις χτίσει μια ολόκληρη περσόνα γύρω από το φλάουτο. Γιατί όχι κιθάρα; Ή μπάσο; Ή ντραμς; Τα ντραμς είναι πολύ πιο φωτογενή· η κιθάρα λιγότερο.

Ξεκίνησα ως κιθαρίστας, όπως πολλοί από εμάς. Αλλά υπήρχαν ήδη πάρα πολλοί σπουδαίοι κιθαρίστες, όπως ο Eric Clapton, ο Jeff Beck, ο Jimmy Page και ο Ritchie Blackmore. Ευτυχώς, κανείς από αυτούς δεν ήταν πολύ καλός στο φλάουτο. Πάντως, συνέχισα να χρησιμοποιώ την ακουστική κιθάρα για μεγάλο μέρος της σύνθεσης κομματιών μου μέχρι σήμερα. Και να παίζω μερικές φορές ακουστική κιθάρα σε δίσκους. Όπως η κιθάρα, το φλάουτο γίνεται περίφημο φαλλικό σύμβολο — ανάλογα με το πώς χρησιμοποιείς το καθένα από αυτά τα όργανα.

—Υπάρχουν τραγούδια των Tull από τα οποία έχεις αποσυνδεθεί; Σαν να έχουν αποκτήσει τη δική τους ζωή;

Ίσως μερικές φορές, ναι, αλλά όταν τα ακούω ξανά και ξανά με προσοχή, η σύνδεση επανέρχεται καταιγιστικά και με καλό τρόπο.

—Παρακολουθείς όσα συμβαίνουν στον κόσμο; Έχεις γράψει για την κοινωνική τύφλωση, πιστεύεις ότι έχουμε φτάσει στο αποκορύφωμά της;

Κάθε πρωί, διαβάζω περίπου έξι εθνικές εφημερίδες διαφορετικών πολιτικών αποχρώσεων και ρίχνω μια ματιά στις «Jerusalem Post» και «The Kyiv Independent». Και αρκετά συχνά τους ξαναρίχνω μια ματιά το βράδυ, για να ενημερώνομαι για τα γεγονότα. Όμως, γνωρίζω πολλούς ανθρώπους που δεν παρακολουθούν τίποτα και δεν διαβάζουν ποτέ ειδήσεις. Είναι απλώς τεμπέληδες ή τους έχει καταβάλει η θλίψη από τις τραγωδίες που κάνουν τις εφημερίδες να πουλάνε φύλλα; Δεν ξέρω.

—Έχεις γίνει απαισιόδοξος; Πιστεύεις ότι ο δεσποτισμός, ο φανατισμός, το doomscrolling βρίσκονται σε άνοδο; Ή μήπως είναι οι influencers του TikTok και οι ψευτοπροφήτες που προειδοποιούν για τη συντέλεια;

Δεν συμμετέχω στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αν και τα χρησιμοποιώ όταν συντρέχουν επαγγελματικοί λόγοι. Προτιμώ την άμεση επικοινωνία με φίλους, συγγενείς ή θαυμαστές. Προτιμώ να σηκώσω το τηλέφωνο ή να στείλω ένα καλογραμμένο email. Είμαι συνήθως αισιόδοξος, παρά την αρνητικότητα και τα σενάρια καταστροφής που απορρέουν από τις ενέργειες του Τραμπ, του Πούτιν και άλλων αυταρχικών επιδωξων δικτατόρων.

—Σε ρωτώ, επειδή είναι η πρώτη φορά στη ζωή μου που με παρασύρει η γενική ανησυχία για τη δημοκρατία, για το κλίμα...

Πιθανότατα θα ένιωθες το ίδιο κατά την άνοδο του Ναζισμού στη Γερμανία ή τη με τη ρωμαϊκή εισβολή στη Βρετανία το 43 μ.Χ. Ή κατά τη διάρκεια της επιδημίας της Μαύρης Πανώλης ή την καταστροφή της Πομπηίας. Κάθε εποχή έχει τις δικές της συμφορές, είτε ανθρωπογενείς είτε «φυσικές», κι εύκολα βυθιζόμαστε σε κατάσταση απελπισίας. Αλλά οι γαλανοί ουρανοί επιστρέφουν και η διάθεση φωτίζεται. Κι αυτό, παρά τους αρνητές της κλιματικής αλλαγής.

—Έχεις γράψει για παλιούς θεούς, παρακμάζουσες αυτοκρατορίες, αγροτική παρακμή... Στο τρέχον πολιτικό κλίμα, ειδικά μετά το Brexit, κάποιοι από τους παλιότερους στίχους σου έχουν γίνει απροσδόκτα επίκαιροι.

Περιστασιακά με επισκέπτονται με φαινομενικές προφητείες και ικανότητες μαντείας. Ο Νοστράδαμος με φλάουτο...

—Έδειχνες πάντοτε μια ιδιαίτερη έγνοια για τον χρόνο — όχι μόνο μουσικά, αλλά και στιχουργικά. Υπάρχει κάποια περίοδος της βρετανικής ιστορίας που σε έλκει ιδιαίτερα ως δημιουργό; Κάτι που σε καλεί συνεχώς;

Στην περίοδο της Αναγέννησης υπήρξε μια πρωτοφανής καλλιτεχνική άνθηση στην Ευρώπη και θα ήθελα να ήμουν μέρος της. Υπό τον όρο να λειτουργούσαν και τα ντους· και να είχαν εφευρεθεί τα αντιβιοτικά και η κατάψυξη.

—Ποια θα έλεγες ότι είναι η καλύτερη δουλειά σου και ποια η χειρότερη; Παραδέχεσαι την αποτυχία όταν συμβαίνει;

Δεν μπορώ να ξεχωρίσω ποιο είναι το αγαπημένο μου ανάμεσα στα παιδιά μου, στα εγγόνια μου ή στις γάτες μου. Όχι, δεν μπορώ. Η αποτυχία είναι προσωπική υπόθεση και το μόνο που προσφέρει είναι να επηρεάζει μελλοντικές προσπάθειες βελτίωσης. Αποτυγχάνω σε κάποια προσπάθεια μερικές φορές μέσα στην ίδια μέρα και δεν δυσκολεύομαι να το αναγνωρίσω. Σήμερα το πρωί ξέχασα να αδειάσω το πλυντήριο πιάτων, οπότε η μέρα ξεκίνησε στραβά.

—Σε έχω δει να παίζεις αρκετές φορές. Θυμάμαι μια συναυλία στην Αθήνα, όταν έφυγες από τη σκηνή με φορείο — Too Old to Rock 'n' Roll, Too Young to Die. Αυτό ήταν πριν από 40 χρόνια σχεδόν. Κι όμως είσαι εδώ. Είμαστε εδώ μέχρι σήμερα.

Μέχρι στιγμής, όλα καλά. Αλλά η μελωδία τελειώνει υπερβολικά νωρίς για όλους μας. Ποιος το έγραψε αυτό; Οι Jethro Tull στο «Life Is A Long Song».

Yep. The tune ends too soon for us all. **A**



Κάθε εποχή έχει τις δικές της συμφορές, είτε ανθρωπογενείς είτε «φυσικές», κι εύκολα βυθιζόμαστε σε κατάσταση απελπισίας. Αλλά οι γαλανοί ουρανοί επιστρέφουν.



Ο Ίαν Άντερσον με την μπάντα του, τους Jethro Tull



Τόσο μυρωδάτο

που δεν μπορείς
να του αντισταθείς

Απορροφούμε
τον

ΦΠΑ



No.1

στη σχέση
ποιότητας-τιμής

Από 04.09. έως 01.10.
έκπτωση -13% σε πάνω
από 30 προϊόντα



Δες όλα
τα προϊόντα
εδώ

Λήδα ΚΟΝΤΟΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ

Το πορτρέτο της καλλιτέχνης στο ημίφως

Με αφορμή τη νέα της έκθεση, η ζωγράφος μάς μιλάει για το αποτέλεσμα της καλλιτεχνικής της ενηλικίωσης, που παρουσιάζεται από 11 Σεπτεμβρίου έως 11 Οκτωβρίου στην Γκαλερί Σκουφά

Της ΚΡΥΣΤΑΛΛΗΣ ΓΛΥΝΙΑΔΑΚΗ - Φωτό: ΤΑΣΟΣ ΑΝΕΣΤΗΣ



ΜΙΑ ΞΑΝΘΙΑ ΚΟΠΕΛΑ ΣΕ ΦΟΝΤΟ ΤΙΡΚΟΥΑΖ. Κοιτάζει στα ίσια τη ζωγράφο. Στο πρόσωπό της μια αδιόρατη μελαγχολία, μια στενοχώρια ίσως, μια παραίτηση, που έρχεται σε αντίθεση με τα έντονα χρώματα που φοράει, το χρώμα του τοίχου πίσω, την ολοζώντανη και χαρωπή σύνθεση λουλουδιών δίπλα της· σε αντίθεση με οτιδήποτε έχει εκθέσει τα τελευταία χρόνια η ζωγράφος Λήδα Κοντογιαννοπούλου.

«Είναι το πρώτο έργο που έκανα σε μια περίοδο μεγάλης συναισθηματικής έντασης», μου λέει, σε μια αναπάντεχη στιγμή οικειοθελούς εξομολόγησης. Προσπαθώ εδώ και ώρα να την κάνω να

μου μιλήσει για τον εαυτό της, να καταλάβω από πού πηγάζουν οι συνθέσεις της, εκείνη όμως αντιστέκεται με επιμονή και, προπαντός, χάρη: είναι ένας πραγματικά ιδιωτικός άνθρωπος που της αρέσει να μιλάει αποκλειστικά για τα έργα της, λες και το πορτρέτο της καλλιτέχνης πίσω απ' αυτό καλό θα ήταν να αποσιωπάται.

Όμως δεν το βάζω κάτω. Θα επιμείνω μέχρι να καταλάβω, σκέφτομαι, πώς συνδέεται ο μέσα της κόσμος με τους κόσμους που αποτυπώνει στον καμβά: τα πορτρέτα γυναικών, τις συνθέσεις εσωτερικών χώρων, τις νεκρές φύσεις, τις αστικές θέες που θα εκτεθούν στην Γκαλερί Σκουφά για έναν μήνα, αρχής γενομένης την 11η Σεπτεμβρίου.

*

Βρίσκομαι στο ατελιέ της στον Χολαργό εδώ και αρκετή ώρα. Είναι ακόμα αρχές καλοκαιριού, δροσιά. Οι κηπουροί καθαρίζουν τους κατάφυτους κοινόχρηστους χώρους των πολυκατοικιών – πολυκατοικιών χτισμένων τις δεκαετίες του '70 και του '80, πολυκατοικιών από τις παιδικές μου αναμνήσεις, όταν αλώνιζα στον Παπάγου και στον Χολαργό με τα ξαδέρφια μου, που ζούσαν εδώ κοντά, και παίζαμε σε πάρκα και πλατείες και αλάνες μήλα και μπάλα και μπάσκετ ή κάναμε κόντρες με τα ποδήλατα.

Τα γράφω όλα αυτά γιατί νιώθω πως έχω έρθει να συναντήσω έναν άνθρωπο οικείο, που δεν έχω γνωρίσει όμως ποτέ: ίσως γιατί ο τρόπος της να αποτυπώνει εσωτερικούς χώρους (χαμηλά φώτα, σκιές στις γωνίες και στα πρόσωπα, λεπτομέρειες βιβλίων, χαλιών, παραθύρων) πλάθει έναν κόσμο που με τραβάει να χαθώ εντός του. Ίσως γιατί η θέα που αποτυπώνεται από τα οικεία της μπαλκόνια (έκκεντρα φωτισμένα παράθυρα που κρύβουν μυστηριώδεις ζωές άλλων, τα Τουρκοβούνια στο μούχρωμα, σαν μακρινή υπόσχεση μιας απόκοσμης πόλης) είναι ένας τρόπος θέασης του κόσμου που με γοήτευε ανέκαθεν: οι αίσθηση ότι μέσα στην αστική ζούγκλα βρίσκεται ένα παράθυρο, ένας άνθρωπος, ένα διαμέρισμα, μια γωνιά που είναι φτιαγμένη για μένα και κρύβει μέσα της την απάντηση σε όλα μου τα υπαρξιακά ερωτήματα.

Καταλαβαίνω φυσικά ότι τίποτα απ' όλα αυτά δεν χρειάζεται να συμβαίνει στο μυαλό της Λήδας Κοντογιαννοπούλου όταν ζωγραφίζει τους γοπτευτικότατους, γεμάτους γρίφους και λεπτομέρειες πίνακές της. Μα θέλω να μάθω τι συμβαίνει. Π' αυτό κι επιμένω, διακριτικά, να τη ρωτώ· γι' αυτό και την ακούω με τόση προσοχή.

«Η κοπέλα αυτή εργαζόταν στο σπίτι του Τέτση», συνεχίζει να μου λέει για το μελαγχολικό μοντέλο της σε φόντο τρκουάζ. «Μου άρεσε το πρόσωπό της, το πόσο ασυνήθιστα λευκό ήταν το δέρμα της. Δεν είναι εύκολο να βρεις εύκαιρα μοντέλα να σου ποζάρουν, οι άνθρωποι εργάζονται... Όταν δουλεύαμε φιγούρες στην Καλών Τεχνών, εγώ ζωγράφιζα τον εαυτό μου, ακόμα και στη διπλωματική μου: ήμουν το πιο διαθέσιμο, εύκαιρο και καλόβολο μοντέλο που θα μπορούσα να έχω. Συμφωνούσαμε στις ώρες δουλειάς, στη μουσική που μας αρέσει να ακούμε στο εργαστήριο...» (χαμογελάει ντροπαλά)

Για πολλά χρόνια σταμάτησε να κάνει πορτρέτα όμως, και δούλεψε σε απεικονίσεις νεκρών φύσεων και άδειων δωματίων. Γιατί ξαναγύρισε σ' αυτά; «Γιατί στην ουσία, όταν ζωγραφίζεις κάποιον άλλο, είναι σαν να ζωγραφίζεις τον εαυτό σου· κι εκείνη την περίοδο είχα ανάγκη να μου χαρίσω μια πηγή αισιοδοξίας, να δουλέψω με λουλούδια, με έντονα χρώματα, να αποτυπώσω μέσα σε όλα αυτά μια Λήδα που δεν είναι η Λήδα, σε μια προσπάθεια εξορκισμού της θλίψης».

Τη ρωτώ: δηλαδή χρησιμοποιεί τη ζωγραφική και λίγο σαν ψυχοθεραπεία, σαν ξόρκι πιθανόν;

«Ίσως», απαντάει διστακτικά· κι αμέσως μετά: «Αλλά εδώ, σ' αυτές τις δύο φιγούρες, η μητιά μου είναι περισσότερο αποστασιοποιημένη», λέει και μου δείχνει ένα πορτρέτο μεν, αλλά παλαιότερο, από τη σειρά των εσωτερικών του σπιτιού του Πύργου Σεφέρη, στην οδό Άγρας. Εξαιρετικός ελιγμός για αλλαγή πορείας στη συζήτηση.

Στον καμβά βλέπω ζωγραφισμένες την Άννα Λόντου, κληρονόμο του Σεφέρη, με την κυρία Ζωή, τη βοηθό της, λίγο πριν φύγει η πρώτη από τη ζωή. «Και το γατάκι!» λέει η Λήδα. «Το λάτρευε αυτό το γατί η κυρία Άννα και ανησυχούσε πού θα πάει όταν θα έφευγε εκείνη. Και τελικά, όταν αυτό συνέβη, το γατί άρχισε να μην τρώει, να μην πίνει νερό και μια μέρα εξαφανίστηκε. Ίσως πήγε κάπου για να πεθάνει ήσυχα».

Παραξενεύομαι που μου δίνει αυτή τη μικρή λεπτομέρεια και τη ρωτώ να μου πει περισσότερα για την Άννα Λόντου και τα εσωτερικά της οικίας Σεφέρη, παρόλο που πρόκειται για παλαιότερή της δουλειά.

«Από την πρώτη μέρα που πήγα στο σπίτι μέχρι το τελευταίο έργο πέρασαν έξι χρόνια. Με διαλείμματα, βεβαίως. Ήταν τα ωραιότερα χρόνια της ζωής μου. Μου άρεσε πολύ η Άννα Λόντου, ήταν σαν έρωτας από την πρώτη στιγμή. Μου είχε δώσει μια φοβερή ελευθερία να κουνώ έπιπλα, λάμπες μες στο σπίτι, να κλείνω τα παντζούρια αν ήθελα –ήταν λες και το σπίτι στην Άγρας έγινε το εργαστήριό μου. Πήγαίνα το πρωί στις οκτώ παρά δέκα, λες και χτυπούσα κάρτα, κι έφευγα το βράδυ. Στο τέλος μού έδωσε μέχρι και το κλειδί του σπιτιού, να πηγαίνω το πρωί όποτε θέλω χωρίς να την ξυπνώ. Μου λείπει πάρα πολύ».

Δεν δυσκολεύομαι να καταλάβω την εμπιστοσύνη που έδειξε η Άννα Λόντου στη Λήδα Κοντογιαννοπούλου: εκτός του ότι αποτύπωσε με φωτογραφική λεπτομέρεια το υλικό περιεχόμενο αλλά κυρίως τις συναισθηματικές εκφάνσεις του σπιτιού της οδού Άγρας, η αδιαπραγμά-

τευτη ιδιωτικότητα του χαρακτήρα της πρέπει να έκανε την παρουσία της εξαιρετικά διακριτική εντός του σπιτιού, σχεδόν αέρινη.

*

Πράγμα που έρχεται σε πλήρη αντίθεση με τα δύο πιο εντυπωσιακά, κατά τη γνώμη μου, έργα της παρούσας έκθεσης: τις διπλές αυτοπροσωπογραφίες της ζωγράφου, μυστηριώδεις, επιβλητικές, μαγνητικές. Τέσσερις Λήδες που είτε μας κοιτούν στα ίσια (η μία μ' ένα σαρκαστικό μειδίαμα, η άλλη ίσως μ' έναν μικρό εκνευρισμό), είτε μας αγνοούν τελείως (η μία συγκεντρωμένη στο βιβλίο της, η άλλη ψάχνοντας ή αναλογιζόμενη κάτι, σίγουρα όχι εμάς τους θεατές). Είναι γυναίκες με αυτοπεποίθηση, με τσαγανό, γυναίκες που όχι μόνο θέτουν οι ίδιες τις συντεταγμένες της ζωής τους, αλλά δεν έχουν πρόβλημα και να μας το πουν κατάμουτρα. «Back off» είναι σαν να λένε οι Λήδες που μας κοιτάζουν κατάματα. «Άφησέ με ήσυχη» οι Λήδες με το βλέμμα στραμμένο αλλού. ►

Ένας Πολιτισμός από Ήχο

Μέγαρο Μουσικής Αθηνών

Asmik Grigorian

Lukas Geniušas

17.10.25

©Margarita Baltas

Κλείστε τα εισιτήριά σας εδώ

ΧΟΡΗΓΟΣ

Με την υποστήριξη του Υπουργείου Πολιτισμού



«Βεράντα»

Τι ακριβώς έχει συμβεί στη ζωγράφο που, αόρατη σχεδόν, αποτύπωσε το σπίτι του Σεφέρη, του ποιητή Νίκου Παναγιωτόπουλου, την οικία Τέτση, το ίδιο της το κενό από ανθρώπινη παρουσία εργαστήρι; Πώς βγαίνει τώρα έτσι «μπροστά»; Και τι σχέση έχουν αυτές οι τέσσερις Λήδες με τον ευπροσήγορο, γλυκύτατο και καλόβολο άνθρωπο που έχω απέναντί μου;

«Δεν είμαστε ένα πράγμα», μου λέει, «είμαστε; Αυτές είναι πτυχές του χαρακτήρα μου, δεν έχω λόγο να είμαι αρεστή στον θεατή ως αυτοπροσωπογραφία. Ήθελα να με παρουσιάσω λίγο θυμωμένη, εκνευρισμένη ίσως. Τελικά ίσως να δείχνω απλώς στεναχωρημένη, δεν έχει καν σημασία. Στις προσωπογραφίες των μοντέλων μου οι πίνακες διαμορφώνονται με ζωγραφικά κριτήρια: ασχολούμαι με τις διαγωνίους μέσα στη σύνθεση, το πώς στέκονται οι φιγούρες, το τι χρώματα θα μπουν ώστε να ισορροπήσει ο καμβάς. Ενώ εδώ ήθελα να ζωγραφίσω δύο Λήδες μαζί, στην ίδια θέση, διαφορετικές εκφάνσεις ενός εαυτού. Δεν ξέρω γιατί. Ξέρω όμως ότι ήθελα να δουλέψω πολύ με το μπλε. Είναι ένα χρώμα που με δυσκολεύει πολύ».

Γιατί; «Γιατί σχεδόν δεν το θεωρώ χρώμα. Ήθελα να υποχρεώσω τον εαυτό μου να το διερευνήσει, να μάθει τις αποχρώσεις του και τα κρυφά του σημεία. Μου αντιστέκεται το μπλε, πάρα πολύ, κι αποφάσισα να αναμετρηθώ μαζί του».

Εξηγεί αυτή η επιθυμία την αποφασιστικότητα στα βλήματα στις διπλές της αυτοπροσωπογραφίες; Ίσως. Μπορεί όμως και να συμβαίνει το αντίθετο: ψάχνοντας να καταλάβει το μπλε, η Κοντογιαννοπούλου φαίνεται να ψάχνει να καταλάβει τον εαυτό της.

Αλλά είπαμε, τέτοιες ευθείες ερωτήσεις μόνο αινιγματικά τις απαντά. Ίσως γιατί δεν τις χρωστάει σε κανέναν, παρά μόνο σ' εκείνον.

*

Πολύ μπλε όμως, επιμένω. Και είναι αλήθεια: από το φόντο στις αυτοπροσωπογραφίες της μέχρι τη λάμψη από διάφορες οθόνες που φωτίζουν πρόσωπα στις συνθέσεις της, κι από λεπτομέρειες σε ταπετσαρίες, υφάσματα, πλακάκια, μέχρι την «μπλε ώρα», που λούζει τις αστικές της τοπιογραφίες, το μπλε είναι το κυρίαρχο στοιχείο όλης της νέας της έκθεσης.

«Μου αρέσει πολύ αυτή η μπλε ώρα», λέει η Λήδα. «Η θέα που αποτυπώνεται δεν είναι εντελώς ακριβής, βεβαίως. Έβγαλα κτίρια, τα έβαλα εκεί που με βόλευαν για τη σύνθεση του έργου, ξεκίνησα από έναν καμβά που αποδείχθηκε ότι χρειαζόταν ένθεν και ένθεν άλλους δύο, με αποτέλεσμα το έργο να γίνει τρίπτυχο... Αυτό μου έχει ξανασυμβεί. Θυμάμαι ένα έργο στο σπίτι του Τέτση: ξεκίνησα από το σαλόνι και κατόπιν μου φάνηκε ενδιαφέρον να υπάρχει αριστερά η βεράντα και δεξιά η κουζίνα. Ως ζωγράφος δεν πρέπει να παρασύρεσαι από το θέμα, το θέμα μπορεί να είναι το έναυσμα και μετά πρέπει να βρεις και να αποτυπώσεις τις ζωγραφικές αξίες της σύνθεσης».

Δηλαδή; τη ρωτώ. «Να μπορείς να συνδυάζεις ένα ενδιαφέρον θέμα με δομικές αξίες, αξίες που αναδεικνύουν τη σύνθεση του πίνακα – και, για μένα, να δίνεις προτεραιότητα σ' αυτές. Αλλιώς είσαι απεικονιστής. Το βασικό συστατικό κάθε καλού έργου είναι ένας καλός σκελετός, μια σύνθεση με διαγώνιες, τρίγωνα που «βαστούν» το έργο εκ των έσω, αλλιώς ο πίνακάς σου δεν έχει κανένα ενδιαφέρον. Μπορεί να αρέσει σε ανθρώπους που δεν ασχολούνται με τη ζωγραφική, αλλά δεν θα είναι καλό έργο».

Για του λόγου το αφαλές, οι πίνακές της είναι τόσο ισορροπημένοι που σε ρουφούν μέσα τους, δεν σε πετούν εκτός θες να ακολουθήσεις τους δρόμους τους, να δεις τι κρύβεται στις σκοτεινές γωνίες των σαλονιών της, στις απέναντι πολυκατοικίες πέρα από τις μπαλκονόπορτες της. Όταν της το αναφέρω, η Λήδα λέει πως της θύμισα ένα διήγημα της Μαργκερίτ Γιουρσενάρ, όπου ο ζωγράφος Βανγκ Φο ξεφεύγει από κάποιον που κυνηγά να τον σκοτώσει μπαίνοντας μέσα σ' ένα από τα έργα του. «Κι εγώ σκέφτομαι καμιά φορά ότι θα μπω μέσα στους πίνακές μου και θα περνώ ωραία», λέει και γελάει ήσυχα. «Όταν ζωγράφιζα τον πίνακα με τα Τουρκοβούνια, αισθανόμουν μια ανεξήγητη νοσταλγία: στο πρώτο πλάνο υπάρχει ένα σπιτάκι που φωτίζεται από μια λάμπα του δρόμου, το οποίο στην πραγματικότητα βρίσκεται προς άλλη κατεύθυνση, όχι σε αυτή τη θέση. Όμως είχα την ανάγκη να το ζωγραφίσω εδώ. Κι όταν το ζωγράφιζα, ένιωθα μια σύνδεση με τα πολύ παλιά, ίσως επειδή κι ο μπαμπάς μου είχε μεγαλώσει εδώ κι ήταν λες και είχα μια επαφή μαζί του. Με θυμάμαι σαν παιδί να παρατηρώ από το σχολικό όλα τα σπίτια από τα οποία περνούσαμε καθημερινά: ποιος είχε φερφορτζέ, ποιος είχε γλάστρες, ποιος κήπος ήταν απεριποίητος. Με ενδιέφερε το πώς ζουν οι άνθρωποι μες στα σπίτια τους και μ' ενδιαφέρει ακόμα: περπατώ το βράδυ και παρατηρώ τα αναμμένα παράθυρα. Το πιο αισιόδοξο πράγμα που μπορώ να σκεφτώ είναι ένα θερμό φως σε συνθήκες ημίφωτος».

*

Αν είχα παραπάνω χώρο γι' αυτή τη συνέντευξη, θα έγραφα και για τα χίλια δυο άλλα πράγματα που είπαμε με τη Λήδα εκείνο το πρωινό: για το γεγονός ότι τα μεγαλύτερά της όνειρα, ανεκπλήρωτα πάντα, είναι να ταξιδεύει ανά τον κόσμο για να βλέπει μουσεία, από το Μεξικό ως το Σικάγο. Για το «γενεαλογικό» ζωγραφικό της δένδρο, όπως το αναγνωρίζει εκείνη, και τους ζωγράφους που την ενδιαφέρουν και την εμπνέουν: από τον Βαν Άικ, τον Βερμέερ και τον Βαν Γκογκ, μέχρι τον Ρέμπραντ και τον Χαλς. Για το πώς το εργαστήριό της είναι «η προσωπική της εκκλησία», το καταφύγιό της απ' ό,τι τη φοβίζει και την απειλεί στον έξω κόσμο: την τοξική πολιτική πόλωση, τη σύγχρονη αμερικανική πραγματικότητα, τους πολέμους. Για το πώς κρύβει μικρούς γρίφους στους πίνακές της: μια προσωπογραφία του Μπαχ ή του Γκλεν Γκουλντ, ένα συγκεκριμένο βιβλίο, έναν νερόμυλο από το πατρικό του πατέρα της σαν αντικαταστάτη της παρουσίας του ανάμεσα στις γυναίκες της οικογένειας στην κουζίνα του δικού της πατρικού. Για τις γάτες που καταλαμβάνουν στρατηγικά σημεία στους πίνακές της, λύνοντας προβλήματα σύνθεσης αλλά και καθησυχάζοντας τον θεατή με το πλασματικό γουργουρητό τους. Για το πώς πολλοί πίνακές της είναι ευχές: ευχές για τους αγαπημένους της να είναι καλά, να θυμούνται την αγάπη που τους περιβάλλει· ή και γράμματα αγάπης σε ανθρώπους που έχουν φύγει, κατοικούμενα από πράγματα που αγάπησαν εκείνοι στη ζωή.

Και ίσως τελικά να σιωπώ συνειδητά για πολλά απ' όσα μου είπε για τη ζωή της, τις σπουδές της, την οικογένειά της. Είναι τόσο έντονο το κοντράστ του ενθουσιασμού και της ανοιχτότητας με την οποία μιλά για τα έργα της απέναντι στην ησυχία με την οποία διαχειρίζεται τις λεπτομέρειες της προσωπικής της ζωής, που γίνομαι κι εγώ, ενστικτωδώς, συνεργός στην επιθυμία της για ιδιωτικότητα. Ό,τι έχει να πει – κι είναι πολλά, για όσους θέλουν να προσέξουν – το λέει μέσα από το γλαφυρό, ευφράδες έργο της. Το εξηγεί και η ίδια, με άλλη αφορμή, μιλώντας για τις ισορροπίες του φωτός και της σκιάς: «Δεν μ' ενδιαφέρει να δείξω τι έχει μέσα ένα φωτεινό παράθυρο, όπως έκανε ο Χόπερ. Μ' ενδιαφέρει το φως και το σκοτάδι να ισορροπούν: τι πρέπει να φωτίζεται και τι πρέπει να αποσιωπάται. Καθένα έχει τον χώρο και τον χρόνο του». **Α**

Μ' ενδιαφέρει το φως και το σκοτάδι να ισορροπούν: τι πρέπει να φωτίζεται και τι πρέπει να αποσιωπάται. Καθένα έχει τον χώρο και τον χρόνο του.

Η επιστροφή στην πόλη σηματοδοτεί νέο ξεκίνημα: ρυθμοί που ανεβαίνουν, συνήθειες που ανανεώνονται, επιλογές που σε στηρίζουν σε κάθε στιγμή. Σε αυτή τη μετάβαση, το νέο Natural Lifting Bra της Tezenis γίνεται ο απόλυτος supporter σου.

Από το πρωινό meeting μέχρι το βραδινό pilates

Πόσες φορές έχεις βρεθεί να αλλάζεις outfit τρεις φορές την ημέρα; Από το γραφείο στο γυμναστήριο και μετά σε ένα after-work drink. Το Natural Lifting Bra είναι φτιαγμένο για αυτές ακριβώς τις μέρες: seamless, με laser cut λεπτομέρειες, που το κάνουν αόρατο κάτω από κάθε ρούχο – από το λευκό πουκάμισο μέχρι το αθλητικό top. Χωρίς μπανέλα, αλλά με σταθερή δομή που στηρίζει φυσικά, προσφέρει ένα απαλό lifting effect που αναδεικνύει τη σιλουέτα σου χωρίς προσπάθεια.

Η αίσθηση: Σαν να φοράς το πιο απαλό σου second skin. Η μικροίνα αγκαλιάζει το σώμα, αφήνοντας το δέρμα να αναπνέει, ενώ η λειότητα στο ντεκολτέ χαρίζει κομψότητα και αυτοπεποίθηση ακόμη κι όταν το outfit είναι πιο απαιτητικό.

Το μυστικό της ευελιξίας

Το lifestyle μας πλέον δεν έχει σαφή όρια: δουλειά, φίλοι, προπόνηση, όλα μπλέκονται σε ένα 24ωρο που τρέχει. Ένα σουτιέν που μπορεί να σταθεί σε όλες αυτές τις περιστάσεις, γίνεται το απόλυτο must. Το Natural Lifting Bra είναι σχεδιασμένο για να προσαρμόζεται στις ανάγκες κάθε γυναίκας, ανεξάρτητα από την ηλικία ή το πρόγραμμα. Δεν σε περιορίζει, δεν σε βαραίνει, δεν σου υπενθυμίζει την παρουσία του – είναι εκεί απλώς για να στηρίζει τη φυσική ομορφιά σου.

Γιατί να το επιλέξεις τώρα

Η επιστροφή στην πόλη είναι η τέλεια στιγμή για ανανέωση. Όπως αγοράζεις ένα νέο planner, γραφική ύλη για το γραφείο ή sneakers για το γυμναστήριο, έτσι αξίζει να επενδύσεις και σε εσώρουχα που θα σε συνοδεύουν κάθε στιγμή. Το Natural Lifting Bra δεν είναι απλά πρακτικό. Είναι ένα καθημερινό reminder ότι μπορείς να είσαι άνετη και σίγουρη χωρίς να κάνεις καμία υποχώρηση στο στυλ.

Η νέα καθημερινότητα ξεκινάει με στήριξη

Όταν νιώθεις καλά μέσα στα ρούχα σου, όλη η μέρα αλλάζει. Το Natural Lifting Bra της Tezenis είναι εκεί για να το αποδεικνύει: από το πρώτο βήμα στο γραφείο, μέχρι την τελευταία διάταξη στο γυμναστήριο. Ένα κομμάτι τόσο ευέλικτο και διακριτικό που γίνεται αναπόσπαστο μέρος της καθημερινότητάς σου.

Η επιστροφή στη ρουτίνα, λοιπόν, δεν είναι απλώς μια υποχρέωση. Είναι η ευκαιρία να χτίσεις νέα δυναμική, να επενδύσεις σε κομμάτια που σε κάνουν να νιώθεις η καλύτερη εκδοχή του εαυτού σου. Και αυτό ξεκινάει από μέσα προς τα έξω. Με υποστηρικτή το νέο και must-have Natural Lifting Bra.

www.tezenis.com

TEZENIS
underwear

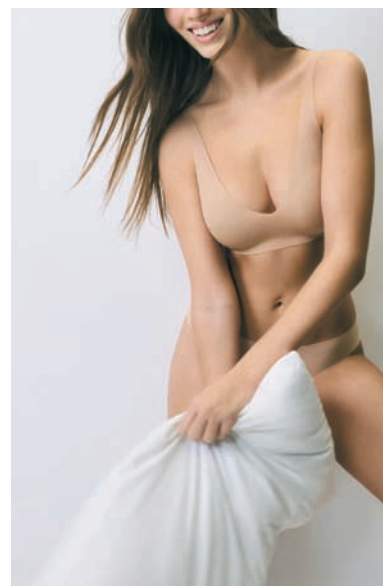


Το μυστικό της άνεσης για την επιστροφή στην πόλη

Natural Lifting Bra

by TEZENIS

Επιμέλεια: ΜΑΡΙΑ-ΙΩΑΝΝΑ ΣΙΓΑΛΟΥ

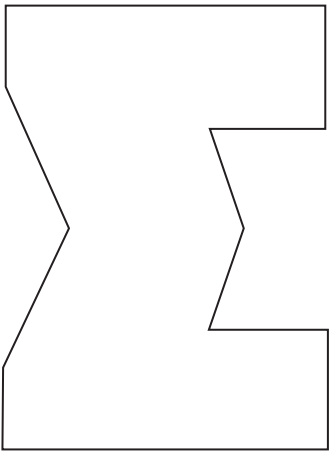




Ο Μίνως Μάτσας στα τραγούδια του κόσμου

Ο Μίνως Μάτσας επιστρέφει με τα «Ρεμπέτικα II + Fado, Tango & Blues» και μιλάει στην Α.Υ. για τη ρεμπέτικη μουσική, την πορεία του και τον δεύτερο κύκλο της συναυλίας που ετοιμάζει στο Ηρώδειο

Του ΓΙΑΝΝΗ ΝΕΝΕ



ΣΕ ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΤΟΥ ΠΕΡΣΙΝΟΥ SOLD OUT ΣΤΟ ΗΡΩΔΕΙΟ, ο Μίνως Μάτσας παρουσιάζει στις 16/9 τον δεύτερο κύκλο: «*Τα Ρεμπέτικα II + Fado, Tango & Blues - Τα τραγούδια του κόσμου*». Οι μουσικές παραδόσεις από διαφορετικό μήκος και πλάτος της Γης, που εκφράζουν τις ίδιες εμπειρίες και συναισθήματα, τον πόνο, τη φτώχεια, την αγάπη, τον χωρισμό, τη νοσταλγία, τη μοναξιά, τον έρωτα και την ελπίδα. Η μουσική όμως είναι μία. Μας ενώνει, μας δονεί, μας συγκινεί, μας συναρπάζει, από όπου κι αν προέρχεται, αρκεί να έχει αλήθεια.

Ο Μίνως Μάτσας είναι ένας μουσικός που εκπέμπει συναίσθημα, φιλική διάθεση και αγάπη – γιατί αυτά υπάρχουν μέσα στις μουσικές του, μαζί με έναν σημαντικό πλούτο γνώσεων, εμπειρίας και οικογενειακής παράδοσης. Πολίτης του κόσμου, αλλά και ατόφιος Έλληνας, έπιασε τα ρεμπέτικα από το σημείο που τα άφησε η περίφημη τότε «ομιλία του Χατζηδάκι» και τους έδωσε άλλη μορφή, χωρίς να αλλοιώσει την ψυχή τους. Και, σαν συγκοινωνούντα δοχεία, τα συνέδεσε με τα πορτογαλικά fado, τα αργεντινικά tango και τα blues του αμερικανικού Νότου, για να μας τα παρουσιάσει, με πλήθος συντελεστών και ερμηνευτών, υπό τον τίτλο: «*Τραγούδια των αγνών και πληγωμένων ψυχών*». Πριν από έναν χρόνο, σε μια συνομιλία μαζί του είχαμε αναζητήσει την έμπνευση, το συναίσθημα και τον τρόπο με τον οποίο είχαν δουλευτεί αυτά τα τραγούδια. Σήμερα, αναμένουμε να δούμε τι καινούργιο θα παρουσιάσει ο μουσικός κατά τον δεύτερο κύκλο της συναυλίας.

Μετά τη θεαματική επιτυχία της πρώτης σειράς «Τραγουδιών των αγνών και πληγωμένων ψυχών», τι καινούργιο θα δούμε και θα ακούσουμε στη φετινή εκδοχή; Μετά την περσινή αναπάντεχη επιτυχία, συνεχίζω με τα «Ρεμπέτικα II», όπου για μια ακόμα φορά πρωταγωνιστές είναι τα τραγούδια του κόσμου. Σε ένα πρόγραμμα με αγαπημένα ρεμπέτικα, fado, tango και blues, ο κόσμος θα απολαύσει επί σκηνής Έλληνες και ξένους καλλιτέχνες σε αυτά τα είδη, που έγραψαν ιστορία την ίδια εποχή σε διαφορετικά μήκη και πλάτη της γης. Φέτος θα ακούσουμε μια νέα επιλογή τραγουδιών αλλά πάνω στην ίδια λογική, όπου στο πρώτο μέρος θα κυριαρχήσουν οι διασκευές των ρεμπέτικων και στο δεύτερο θα εναλλάσσονται μαζί με τα fado, τα tango και τα blues. Ο φετινός υπότιτλος «Τα τραγούδια του κόσμου» σηματοδοτεί το νόημα αυτής της συναυλίας: ότι η μουσική είναι μία και ενώνει τους ανθρώπους. Ειδικά τη σημερινή εποχή της βαρβαρότητας, οι ψυχές μας έχουν ανάγκη να νιώσουν την αγαλλίαση που μόνο η μουσική μπορεί να μας προσφέρει.

Πώς ήταν η αντιμετώπιση του κόσμου σε αυτά τα τραγούδια; Προφανώς εμπνέουν συγκίνηση και πάθος... Εκεί, ζωντανά, στη συναυλία αλλά και μετά, τι σου έλεγαν; Τι άκουσες; Και αυτή η αντιμετώπιση έπαιξε καθόλου ρόλο στην προετοιμασία του δεύτερου κύκλου;

Η αντιμετώπιση του κόσμου ήταν πραγματικά συγκινητική. Πολλοί άνθρωποι ήρθαν μετά τη συναυλία και μου είπαν ότι γνώρισαν τραγούδια που δεν ήξεραν ότι υπήρχαν – νέοι άνθρωποι, που μέσω της μουσικής ήρθαν σε επαφή με έναν ολόκληρο κόσμο. Άλλοι μου μίλησαν για το πώς οι διασκευές έριξαν φως σε γνώριμα κομμάτια με έναν τρόπο που τους άγγιξε βαθιά. Αυτό το πάντρεμα με το fado, το tango και τα blues –το να συναντιέται το ρεμπέτικο με άλλα είδη που κουβαλούν κι αυτά πόνο, πάθος, έρωτα– είχε πολύ μεγάλη ανταπόκριση. Ο κόσμος ένιωσε ότι αυτά τα διαφορετικά μουσικά είδη επικοινωνούν μεταξύ τους, με κοινό παρονομαστή την ανθρωπινή ανάγκη να τραγουδήσουν και να ενώσουν τις φωνές τους σε έναν κοινό μύθο, τη μουσική. Όλη αυτή η αγάπη και η επικοινωνία επηρέασε πολύ την προετοιμασία του δεύτερου κύκλου. Μας έδωσε ώθηση αλλά και κατεύθυνση: καταλάβαμε τι είχε πραγματικά απήχηση και θέλαμε να το εξελίξουμε, να το πάμε ένα βήμα παρακάτω. Αρκετός κόσμος δεν κατάφερε να βρει εισιτήρια πέρυσι. Όλο τον χρόνο λάμβανα μηνύματα για το πόσο θα ήθελαν να παρευρεθούν στη συναυλία αυτή.

Ποια ήταν η έμπνευσή σου για να στραφείς σε αυτά τα τόσο σημαντικά είδη όπως το ρεμπέτικο, το fado, το tango και τα blues;

Το ρεμπέτικο είναι στα κύτταρά μου. Να σου θυμίσω πως ο παππούς μου, ο Μίνως Μάτσας, ως διευθυντής της Odeon-Parlophone ηχογράφησε πρώτος τον Βαμβακάρη και πολλούς άλλους συνθέτες της εποχής, όταν το ρεμπέτικο ήταν συνώνυμο με τον υπόκοσμο, την παρανομία, τα ναρκωτικά. Ο Χατζηπαυστόλου και οι άλλοι συνθέτες της σοβαρής, λόγιας μουσικής της εποχής τον απείλησαν πως, αν ηχογραφούσε αυτά τα «σκουπίδια», θα έφευγαν από την εταιρεία. Έτσι κι έγινε. Ο παππούς μου ηχογράφησε τους συνθέτες του ρεμπέτικου και πολλοί έφυγαν θυμωμένοι από την Odeon. Όμως διασώθηκαν τα ρεμπέτικα τραγούδια. Και κάτι ακόμη. Ο συνονόματός μου έγραψε στίχους για κάποια πολύ γνωστά τραγούδια όπως «Το μινόρε της αυγής», «Ο Αντώνης ο βαρκάρης», «Είσαι εσύ ο άνθρωπος μου», «Καραμπιμπερίμ», «Μες στον όντα» κ.ά. Από μικρός άκουγα τους τραγουδιστές και τους συνθέτες των ρεμπέτικων τραγουδιών κι ένιωθα μια βαθιά συγκίνηση. Πατί έχουν αλήθεια, ομορφιά, πόνο, θάνατο, πάθος, ρυθμό. Περιέχουν όλα τα στοιχεία από τα οποία είναι φτιαγμένος ο κόσμος. Με μεγάλη χαρά έμαθα πως το 2017 το ρεμπέτικο εγγράφηκε στον κατάλογο της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς της ανθρωπότητας από την UNESCO. Σκέφτηκα τι τιμητικό και πόσο σημαντικό γεγονός. Η συναυλία μας τελεί μάλιστα υπό την αιγίδα της UNESCO. Αποφάσισα, λοιπόν, να κάνω ένα πρότζεκτ με ρεμπέτικα σε έναν μουσικό διάλογο με τα αντίστοιχα είδη: το fado, το tango και τα blues. Δεν είναι τυχαίο που όλα αυτά δένουν υπέροχα. Διότι είναι τραγούδια που γεννήθηκαν μέσα από την καταπίεση και τις ίδιες αντίξοες κοινωνικές και πολιτικές συνθήκες. Οι άνθρωποι έψαχναν μια δίοδο για να εκφραστούν. Στην Πορτογαλία 40 χρόνια δικτατορίας, στον αμερικανικό Νότο σκλαβιά και στην Αργεντινή εμικγκρέδες και μπουρδέλα. Η σύνδεση των ειδών αυτών δεν είναι θεωρητική. Πρακτικά έχουν τις ίδιες ρίζες. Οι ψυχές των ανθρώπων θέλουν να πετάξουν. Και το πέταγμα γεννάει άθελά του τέχνη υψηλή.

Ποια κομμάτια ή ερμηνευτές από το κάθε είδος που σε γοητεύουν;

Η λίστα είναι ανεξάντλητη! Θα αναφέρω ενδεικτικά, αλλιώς θα έπρεπε να μιλάμε μόνο γι' αυτούς. Βαμβακάρης, Παπαϊωάννου, Τσιτσάνης, Μπαγιαντέρας, Χιώτης, Ιωάννα Γεωργακοπούλου, Στέλλα Χασκίλ, Ρόζα Εσκενάζυ. Δεν θα μπορούσα να μην αναφέρω τη βασίλισσα του fado, Αμάλια Ροντρίγκες, τον μαγευτικό Αλφρέντο Μαρσενέιρο, τη Μαρία Τερέσα. Από τα τάνγκο, τον Κάρλος Γαρδέλ, τη Τίτα Μερέλο, τον Ανίμπαλ Τρόιλο. Τέλος από τα blues, σίγουρα τον Λέντμπετερ, γνωστό και ως Lead-belly, τον Ρόμπερτ Τζόνσον και τον Εντ Λιούις!

Είσαι ένας κοσμοπολίτης. Έχεις ταξιδέψει και ζήσει σε άλλες χώρες. Πώς σε επηρέασε αυτή η πορεία ως άνθρωπο και ως μουσικό; Ποια είναι τα πιο έντονα στοιχεία που αφομοιώσες;

Σαφώς τα χρόνια που έζησα και εργάστηκα στην Αμερική έχουν αφήσει ανεξίτηλα σημάδια στον χαρακτήρα αλλά και στη μουσική μου. Ήμουν πάντα ανοιχτός στις μουσικές του κόσμου και σε πολλά διαφορετικά είδη. Η Αμερική ήρθε κι έδεσε. Όπως ξέρεις, η Νέα Υόρκη και το Λος Άντζελες είναι melting pot – ένα καζάνι όπου έχουν αναμειχθεί όλες οι φυλές του κόσμου. Ήμουν ήδη έτοιμος από την Ελλάδα, αλλά όταν έζησα εκεί, 15 χρόνια συνολικά, επιβεβαιώθηκαν οι υποψίες μου. Είμαστε απλά μια κουκκίδα. Πολύ σημαντική μεν, αλλά δεν παύουμε να ζούμε ανάμεσα σε εκατοντάδες χιλιάδες, εκατομμύρια ανθρώπους με διαφορετικά γούστα, στιλ, προτιμήσεις, απόψεις, ενδιαφέροντα. Για μένα ήταν σημαντικό το ότι δέχτηκα στη μουσική μου επιρροές από παντού, για τις οποίες όμως ήμουν έτοιμος. Διψούσα να μάθω, να ακούσω, ήμουν περιέργος να δω τι θα προκύψει όταν συνδιαλλαγώ μουσικά με τους υπόλοιπους.

Τι άλλο θα δούμε και θα ακούσουμε από σένα στη νέα σεζόν;

Κάνω τη μουσική για το biopic «Καποδίστριας», όπου αναβιώνει η ανατριχιαστική ιστορία του πρώτου κυβερνήτη της Ελλάδας, ο οποίος, αν δεν τον είχαν δολοφονήσει, θα είχε οργανώσει την Ελλάδα όπως ακριβώς είχε οργανώσει προηγουμένως την Ελβετία. Επίσης, έπεται η ταινία «Recrucified» του Παπαδουλάκη, μια ανατρεπτική οπτική στο μέλλον του γνωστού έργου «Ο Χριστός Ξανσταυρώνεται» του Καζαντζάκη. Έπονται θέατρο και σειρές στην τηλεόραση, με αρχή το «Madre» της Μιμής Ντενίση.

** Μίνως Μάτσας - Τα Ρεμπέτικα II + Fado Tango & Blues - Τα τραγούδια του κόσμου
Τρίτη 16.09.2025, Ωδείο Ηρώδου Αττικού
Ωρα έναρξης: 21:00*



Ειδικά τη σημερινή εποχή της βαρβαρότητας, οι ψυχές μας έχουν ανάγκη να νιώσουν την αγαλλίαση που μόνο η μουσική μπορεί να μας προσφέρει



ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΤΣΙΛΙΦΟΝΗΣ

Στόχος μου είναι
να κάνω διεθνείς
ταινίες γυρισμένες
στην Ελλάδα

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΔΗΜΟΥ





ΜΟΙΡΑΖΟΝΤΑΣ ΤΟΝ ΧΡΟΝΟ ΤΟΥ ΜΕΤΑΞΥ ΛΟΝΔΙΝΟΥ ΚΑΙ ΑΘΗΝΑΣ, ο Έλληνας σκηνοθέτης και σεναριογράφος Αλέξανδρος Τσιλιφώνης ολοκλήρωσε πρόσφατα την πρώτη μεγάλου μήκους ταινία του, **«Café 404»**, μια παραγωγή της Central Athens με συμπαραγωγούς την ΕΡΤ, τον ΕΚΚΟΜΕΔ, τη NOVA και την Batavia Films, γυρισμένη με Έλληνες ηθοποιούς στην Ελλάδα, αλλά πάνω σε αγγλικό σενάριο, το οποίο υπογράφει ο ίδιος μαζί με τον **Αντώνη Τσιοτσιόπουλο** και τον **Σωτήρη Νικία**. Η ταινία, που είναι η δεύτερη του σκηνοθέτη, μετά τη μικρού μήκους *«The T3st»*, έκανε την παγκόσμια πρεμιέρα της στο 65ο Φεστιβάλ Κινηματογράφου Θεσσαλονίκης, στη συνέχεια έκανε μια στάση στο Los Angeles Greek Film Festival, όπου έγινε δεκτή με ιδιαίτερο ενθουσιασμό από το κοινό, και ύστερα διαγωνίστηκε στο London Independent Film Festival, όπου κέρδισε το Πρώτο Βραβείο της Κριτικής Επιτροπής. Το καστ περιλαμβάνει τους ηθοποιούς: Ντιμίτρι Γκριπάρι, Τζερόμι Καλούτα, Margaux Καραγιάννη, Αντώνη Τσιοτσιόπουλο, Βασίλη Κουκαλάνη και Μαρία Ναυπλιώτου. Λίγο πριν το *«Café 404»* κυκλοφορήσει στις κινηματογραφικούς αίθουσες, αλλά και πριν το *«T3st»* προβληθεί στο φετινό Διεθνές Φεστιβάλ Ταινιών Μικρού Μήκους της Δράμας, ο Αλέξανδρος Τσιλιφώνης μάς μίλησε για τις επιρροές του ως σκηνοθέτη, τη «μαύρη κωμωδία» ως κινηματογραφικό είδος και την ανάγκη του καλλιτέχνη το έργο του να ξεπερνάει τα στενά όρια της τοπικότητας.

— **Σας πήρε πολύ καιρό, αφότου ολοκληρώσατε το σενάριο μαζί με τον Αντώνη Τσιοτσιόπουλο και τον Σωτήρη Νικία, μέχρι να ξεκινήσετε και να ολοκληρώσετε τα γυρίσματα του «Café 404»;**
Απ' όταν ξεκινήσαμε να γράφουμε το πρώτο προσχέδιο του σεναρίου, ήμασταν πολύ ρεαλιστές ως προς το ότι θέλαμε να γράψουμε κάτι που να μπορεί να γυριστεί. Συνήθως, ένα μεγάλο πρόβλημα που αντιμετωπίζουν οι πρωτοεμφανιζόμενοι σκηνοθέτες είναι ότι, ενώ μπορεί να έχουν δυνατές ιδέες, αυτές δεν είναι τελικά υλοποιήσιμες. Από το πρώτο προσχέδιο, η δράση λάμβανε χώρα σε μία τοποθεσία – ένα μαγαζί στη μέση του πουθενά– και υπήρχαν τέσσερις κεντρικοί χαρακτήρες. Αυτό, αφενός το κάνει πιο ελκυστικό στις εταιρείες παραγωγής και αφετέρου βοηθάει πάρα πολύ στο να έχει μια σαφή δομή (αρχή, μέση, τέλος). Εξαιτίας, λοιπόν, αυτών των περιορισμών, καταφέραμε να γράψουμε την πρώτη εκδοχή του σεναρίου μέσα σε περίπου έναν χρόνο κι έπειτα από τρία χρόνια συνολικά, μπήκαμε στην παραγωγή. Δεδομένο ότι υπήρχε και μια καταυστέρηση όσον αφορά τη χρηματοδότηση, λόγω της πανδημίας του κορωνοϊού, θεωρώ πως ήταν ένα πολύ ικανοποιητικό χρονοδιάγραμμα.

— **Πώς πήρατε την απόφαση να γράψετε το σενάριο στα αγγλικά; Συναντήσατε δυσκολίες, δεδομένου ότι η ταινία είναι ελληνικής παραγωγής και πολλοί από τους ηθοποιούς είναι Έλληνες;**
Καταρχάς, ο Σωτήρης Νικίας –ενώ έχει πολύ ελληνικό όνομα– είναι Άγγλος, μεγαλωμένος εκεί. Έτσι, το πρώτο προσχέδιο ήταν αναγκαστικά γραμμένο στα αγγλικά. Εκείνη την περίοδο ζούσα μόνιμα στο Λονδίνο και ψάχναμε να γυρίσουμε την ταινία με αυτό το concept: σε μία τοποθεσία και με αυτούς τους χαρακτήρες. Όταν αρχίσαμε να κάνουμε αιτήσεις χρηματοδότησης, είδαμε πως ο ΕΚΟΜΕ θα μπορούσε να μας βοηθήσει να τη γυρίσουμε στην Ελλάδα. Έπειτα κάναμε και την αίτηση στην ΕΡΤ, η οποία, εφόσον η ταινία θα γυριζόταν στην Ελλάδα, με ελληνικό καστ και συνεργείο, δεν ενδιαφερόταν αν θα ήταν στα ελληνικά ή όχι. Αυτό, λοιπόν, μας επέτρεψε να δοκιμάσουμε να κάνουμε μια ουσιαστικά «ξένη» παραγωγή στην Ελλάδα. Γενικά, ήθελα η ταινία να διαδραματίζεται κάπου στα Βαλκάνια, καθώς έχει να κάνει με αυτούς τους τέσσερις χαρακτήρες, που έρχονται ο καθένας από διαφορετικό background. Θέωρνα πως τα Βαλκάνια είναι ιδανικό μέρος για να συναντηθούν αυτές οι τέσσερις ψυχές. Συνεπώς, η ταινία διαδραματίζεται σε μια Εθνική Οδό που περνάει μέσα από τα Βαλκάνια, χωρίς να αναφέρεται ποτέ η ακριβής τοποθεσία. Έτσι, βγάζει νόημα και το γεγονός ότι μιλάνε αγγλικά, γιατί είναι μια γλώσσα στην οποία μπορεί να συνεννοηθεί π.χ. ένας Βούλγαρος με έναν Έλληνα.

— **Την εποχή του COVID επιστρέψατε για κάποιο χρονικό διάστημα στην Ελλάδα και σήμερα μένετε κυρίως στο Λονδίνο, αλλά επισκέπτεστε συχνά την Αθήνα. Εκτός από τη χρηματοδότηση, τι ήταν αυτό που σας ώθησε να γυρίσετε την πρώτη μεγάλου μήκους ταινία σας εδώ;**
Την περίοδο της πανδημίας, όταν ήμουν 26 χρονών, μου είχε δοθεί μια τρομερή ευκαιρία να σκηνοθετήσω μια τηλεοπτική σειρά για κάποια πλατφόρμα. Λόγω του COVID, το πρότζεκτ αυτό δυστυχώς δεν υλοποιήθηκε ποτέ. Έτσι, βρέθηκα σε μια κατάσταση όπου δεν ήξερα τι κάνω. Το όνειρό μου ήταν να γίνω σκηνοθέτης, και πάνω που μου είχε δοθεί η ευκαιρία, ξέσπασε ο «Γ΄ Παγκόσμιος Πόλεμος». Βρισκόμουν, λοιπόν, μεταξύ Αθίνας και Λονδίνου, κι αφού δεν γυρίστηκε η σειρά, είχα πάρει την απόφαση πως, ό,τι και να γίνει, έπρεπε να γυριστεί αυτή η ταινία. Τα βάλαμε κάτω με την εταιρεία παραγωγής και είδαμε ότι μας συνέφερε να γυρίσουμε το πρότζεκτ στην Ελλάδα. Έτσι, λοιπόν, όταν αρχίσαμε να παίρνουμε τις χρηματοδοτήσεις, ήταν και λίγο μονόδρομος. Στην πραγματικότητα, εκείνο που θέλω περισσότερο απ' όλα είναι να καταφέρω να κάνω «διεθνείς» ταινίες και να τις γυρίζω στην Ελλάδα. Θέλω να συνδέσω το τοπικό με το παγκόσμιο. Όσον αφορά το Λονδίνο, έχω τη βάση μου εκεί, αλλά προσπαθώ να πηγαиноέρχομαι. Μάλιστα, τώρα συζητάμε να γυρίσουμε μια σειρά του BBC στην Ελλάδα. Οι καιρικές συνθήκες, οι ομορφιές αλλά και ο τρόπος ζωής της Ελλάδας δεν υπάρχουν πουθενά αλλού. Αν καταφέρουμε, ως χώρα και ως χώρος, να φέρουμε εδώ μια νοοτροπία επαγγελματισμού και συνεχίσουμε με σταθερότητα και συνέπεια να προσφέρουμε κίνητρα χρηματοδότησης, τότε είναι βέβαιο ότι μπορούμε να προσελκύσουμε ξένες παραγωγές με υψηλούς προϋπολογισμούς.

— **Ενώ η κωμωδία είναι ένα είδος που αρέσει στο ελληνικό κοινό, μαύρες κωμωδίες βλέπουμε πιο σπάνια. Πώς σας ήρθε η έμπνευση να γυρίσετε μια τέτοια ταινία;**
Ο κάθε σκηνοθέτης, πιστεύω, θέλει να πει κάποια πράγματα. Το genre είναι ένα όχημα για να εκφραστούν αυτές οι απόψεις με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Μια μαύρη κωμωδία, προσωπικά, μου επιτρέπει να μιλήσω για μερικά πολύ δραματικά θέματα με έναν χιουμοριστικό τρόπο, ώστε το τελικό αποτέλεσμα να είναι αρκετά ψυχαγωγικό για το κοινό. Μέσα από αυτή τη διαδικασία ανακαλύπτω και τη δική μου φωνή ως σκηνοθέτης. Θεωρώ ότι είναι ένα πολύ δύσκολο genre, καθώς η κωμωδία γενικότερα είναι κάτι το υποκειμενικό. Πολλοί παραγωγοί (αλλά και σκηνοθέτες) φοβούνται να κάνουν μαύρη κωμωδία γιατί είναι δυσκολότερο να «μαρκεταριστεί». Δεν είναι ξεκάθαρο για ποιο κοινό προορίζεται κι έτσι είναι πολύ λίγες οι επιτυχίες ή πάρα πολύ λίγοι οι σκηνοθέτες που καταφέρνουν και το κάνουν. Μερικά χαρακτηριστικά παραδείγματα σκηνοθετών από το παγκόσμιο

στερέωμα που έχουν καταφέρει να υπηρετήσουν καλά αυτό το κινηματογραφικό είδος είναι ο Μάρτιν ΜακΝτόνα, οι αδερφοί Κοέν, οι αδερφοί Σάφντι και ο Γκάι Ρίτσι.

— **Αν σας ζητούσα να ονομάσετε πέντε αγαπημένους σας σκηνοθέτες, ποιοι θα ήταν αυτοί και γιατί;**
Οι ταινίες που έβλεπα μικρός και μ' έκαναν να θέλω να μάθω «τι πάει να πει σινεμά» είναι σίγουρα εκείνες του Γκάι Ρίτσι. Σήμερα, βέβαια, ο συγκεκριμένος έχει στραφεί σε ένα πιο εμπορικό είδος κινηματογράφου, αλλά οι πρώτες ταινίες του ήταν αυτές που πραγματικά με «έβαλαν στον χορό». Έπειτα, εκείνος που θεωρώ ότι είναι ένας από τους καλύτερους σεναριογράφους-σκηνοθέτες είναι ο Μάρτιν ΜακΝτόνα. Όταν είχα δει το «In Bruges» δεν μπορούσαν να πιστέψω πως υπάρχει τέτοια μαύρη κωμωδία. Ύστερα, ένας σκηνοθέτης που νομίζω πως μας έχει επηρεάσει όλους κατά κάποιον τρόπο είναι ο Θόδωρος Αγγελόπουλος. Έχουν ειπωθεί πολλά για τις ταινίες του, όμως η δομή τους και αισθητική τους, ειδικά για την εποχή που κυκλοφόρησαν είχαν κάτι το πρωτοποριακό. Τώρα τελευταία, μου αρέσει πολύ και ο Μπονγκ Τζουν-χο. Τα «Παράσιτα» θεωρώ πως ήταν η καλύτερη ταινία της δεκαετίας και χάρηκα ιδιαίτερα που μια ταινία γυρισμένη στα κορεάτικα κατάφερε να αγγίξει τόσο πολύ κόσμο παγκοσμίως. Τέλος, ένας σκηνοθέτης στον οποίο πραγματικά θα ήθελα να μοιάσω, γιατί μπορεί να κάνει τόσο διαφορετικές ταινίες μεταξύ τους είναι ο Τάικα Γουαϊτίτι. Μπορεί να γράφει με όποιον τρόπο θέλει, όντας πάντα ο εαυτός του και χωρίς να περιορίζεται σε ένα συγκεκριμένο είδος σινεμά.

— **Το σενάριο του «Café 404» είναι φανταστικό και η βία έχει μια καρτουνίστικη υφή, όπως στις ταινίες του Ταραντίνο. Είναι, ωστόσο, μια ταινία που εκφράζει προβληματισμούς για το σήμερα;**
Με αυτή την ταινία ήθελα να μιλήσω για τη δημιουργία μιας διαφορετικής μορφής οικογένειας, όπως αυτή που συχνά συναντάμε μέσα στην κοινωνία. Πρόκειται για μια οικογένεια που χτίζεται μέσα από σχέσεις, εμπιστοσύνη και αλληλοστήριξη. Κάθε χαρακτήρας αντιπροσωπεύει κάτι διαφορετικό – σαν πρότυπα ή αντανάκλαση καταστάσεων που βλέπουμε γύρω μας. Έτσι, η ταινία θέτει ερωτήματα για το πώς μπορούμε να σταθούμε ο ένας δίπλα στον άλλο και να βρούμε κοινό νόημα, ακόμη κι αν δεν μας συνδέουν δεσμοί αίματος.

— **Όσον αφορά το καστ της ταινίας, πώς γνωρίσατε τους ηθοποιούς και πώς κατάλαβατε ότι είναι ιδανικοί για τους ρόλους τους οποίους ενσαρκώνουν;**
Έχουμε ένα πάρα πολύ ενδιαφέρον καστ: Ο Ντιμίτρι Γκριπάρι και η Margaux Καραγιάννη είναι δύο νέα αστέρια και το «Café 404» είναι η πρώτη τους μεγάλου μήκους ταινία. Τον Αντώνη Τσιοτσιόπουλο τον είχα δει σε μια θεατρική παράσταση, το «Εθνικός Ελληνορώσων», που τώρα γυρίζεται και σε ταινία, και εκτός από τον ρόλο που παίζει στο «Café 404» βοήθησε και στη συγγραφή του σεναρίου. Ύστερα, έχουμε δύο πολύ δυνατούς γκεστ σταρ, τον Βασίλη Κουκαλάνη και τη Μαρία Ναυπλιώτου. Όλο αυτό το καστ δεν θα το έβρισκα χωρίς την Ελπίδα Παναγιωτίδου, την casting director μας. Της είχα δώσει μια πολύ συγκεκριμένη περιγραφή για τον κάθε χαρακτήρα. Ο Ντιμίτρι Γκριπάρι είχε κάνει τότε το «Dangerous Liaisons» στο Amazon Prime και η Ελπίδα τον είχε δει στη σειρά, οπότε μου είπε κατευθείαν ότι αυτός θα ήταν τέλειος για τον πρωταγωνιστικό ρόλο. Πράγματι, όταν έκανε το κάστινγκ του, καταλάβαμε ότι δεν υπήρχε περίπτωση να δώσουμε τον ρόλο σε κάποιον άλλο. Ήθελα, επίσης, όλοι οι ηθοποιοί να έχουν ρίζες από την Ελλάδα και η οικογένεια του Ντιμίτρι ήταν από εδώ. Με τη Margaux είχαμε συνεργαστεί σε άλλες δύο μικρού μήκους ταινίες στην Αγγλία, οπότε, όταν έγραφα τον ρόλο, την είχα ήδη στο μυαλό μου. Τέλος, ο Αντώνης ήταν εκεί από την αρχή (λόγω του σεναρίου) και ενώ είχαμε σκεφτεί έναν πιο ηλικιωμένο ηθοποιό για τον συγκεκριμένο χαρακτήρα, τελικά τον ανέλαβε εκείνος. Ο Αντώνης ήταν αυτός που μου γνώρισε και τον Βασίλη Κουκαλάνη, με τον οποίο είχε συνεργαστεί πολλές φορές στο παρελθόν. Ο Τζερόμι Καλούτα έφερε στην ταινία την κερκτική του ενέργειας και τη σκηνική του παρουσία, στοιχεία που αναζητούσα για τον συγκεκριμένο χαρακτήρα. Με την αυθεντικότητα και την πολυδιάστατη καλλιτεχνική του πορεία, έδωσε στον ρόλο μια ιδιαίτερη ζωντάνια. Η Μαρία Ναυπλιώτου, από την άλλη, έφερε στο σετ έναν αέρα επαγγελματισμού και κομψότητας που μας ανέβασε όλους. Με τη χάρη και την παρουσία της έδωσε στο γύρισμα μια ιδιαίτερη ποιότητα.

— **Το «Café 404» έκανε πρεμιέρα στο 65ο Φεστιβάλ Κινηματογράφου Θεσσαλονίκης. Πώς ήταν αυτή η εμπειρία και ποια ήταν η ανταπόκριση του κοινού;**
Το να προβάλλεται η ταινία σου σε ένα μεγάλο φεστιβάλ, όπως αυτό της Θεσσαλονίκης, είναι μια ξεχωριστή εμπειρία. Νιώθεις έναν παλμό και καταλαβαίνεις τι «δουλεύει» και τι δεν «δουλεύει», οπότε μαθαίνεις πώς μπορείς να βελτιωθείς ως σκηνοθέτης και ως καλλιτέχνης. Στην πρεμιέρα του «Café 404», ήμασταν πολύ τυχεροί, γιατί ήταν από τις πρώτες ταινίες που έγινε sold out την πρώτη μέρα. Για κάποιο λόγο είχε τόσο απήχηση στον κόσμο, που από τη δεύτερη κιόλας μέρα προπώλησης των εισιτηρίων το Φεστιβάλ μάς ειδοποίησε ότι είχαν εξαντληθεί όλα. Είχε, λοιπόν, μια πολύ θερμή υποδοχή. Επίσης, ενώ η ταινία ανήκει στο είδος της μαύρης κωμωδίας, δεν ήταν ένας από τους βασικούς μας στόχους να κάνουμε το κοινό να γελάσει. Μέτρηση, όμως, τις φορές που το κοινό ξέσπασε σε γέλια κατά τη διάρκεια της ταινίας και οι φορές αυτές ήταν 45. Σε μια ταινία 90 λεπτών, αυτό σημαίνει ότι ο κόσμος γέλαγε, κατά μέσο όρο, ανά ένα λεπτό. Το να καταφέρνεις να κάνεις τον κόσμο ν' αφήσει για λίγο τα προβλήματά του και να γελάσει για μιάμιση ώρα είναι από μόνο του κάτι σπουδαίο· πόσο μάλλον όταν μέσα σ' αυτό το γέλιο κρύβεται κι ένα μήνυμα που μπορεί να τον αγγίξει.

— **Οι ταινίες σας κυκλοφορούν –ή θα να κυκλοφορήσουν– και στο εξωτερικό;**
Στην Ελλάδα, το «Café 404» θα κυκλοφορήσει στις αίθουσες από την Tanweer στις 17 Σεπτεμβρίου. Τον Νοέμβριο του 2025 θα προβληθεί στα κανάλια της Nova κι έπειτα από κάποιους μήνες στο ERTFLIX. Παράλληλα, σε συνεργασία με τη 7 Palms Entertainment και το Amazon Prime, εξασφαλίσαμε τη διεθνή διανομή της ταινίας σε 25 χώρες.

— **Τώρα δουλεύετε σε κάποιο πρότζεκτ που μπορείτε να μοιραστείτε μαζί μας;**
Η πρώτη μικρού μήκους ταινία μου, «The T3st», θα κάνει φέτος την ελληνική της πρεμιέρα στο Διεθνές Φεστιβάλ Ταινιών Μικρού Μήκους Δράμας. Στην Αγγλία είχα ολοκληρώσει μερικές μικρού μήκους ταινίες, συμπεριλαμβανομένου ενός student film, χωρίς όμως ένα μπάζετ που να μπορεί να υποστηρίξει μια ταινία. Έτσι, θεωρώ πως το «T3st» ήταν το κινηματογραφικό μου ντεμπούτο και χαίρομαι ιδιαίτερα που θα προβληθεί και στην Ελλάδα. Ετοιμάζω το σενάριο για μια μεγάλου μήκους εκδοχή του «T3st», που θα ήθελα να είναι η δεύτερη μεγάλου μήκους ταινία μου. Θα είναι μια ολλανδική συμπαραγωγή και αυτή τη στιγμή βρίσκομαι στο δεύτερο draft του σεναρίου. Επίσης, ετοιμάζω μια σειρά με την Tanweer. Θα λέγεται «Αντίπαρος» και παρουσιάστηκε με μεγάλη επιτυχία στο Series Mania, στη Γαλλία, οπότε ελπίζουμε πως θα γυριστεί στο άμεσο μέλλον. **A**

Ποια είναι η **Νήσος** πο



Αλέξανδρος Κουρής,
δημιουργός και ιδιοκτήτης
της μπίρας ΝΗΣΟΣ



ου ψάχνεις;

Για μένα ήταν
ανάγκη να κάνω
κάτι θετικό, παρα-
γωγικό, αληθινό,
που να κουβαλάει
τον τόπο μέσα του.
Η γνωριμία μου με
τη Μάγια Τσόκλη
ήταν καταλύτης.
Ήταν εκείνη που με
μύησε στην Τήνο
και μοιράστηκε
το όνειρο μαζί μου.



Μιλήσαμε με τον **Αλέξανδρο Κουρή** για το πώς μια ρομαντική ιδέα έγινε μια διεθνώς βραβευμένη μπίρα

Της **ΜΑΡΙΑΣ-ΙΩΑΝΝΑΣ ΣΙΓΑΛΟΥ**

Στην άκρη του Αιγαίου, εκεί όπου το φως ακουμπά τις πλαγιές της Τήνου και το μελτέμι δροσίζει τις μέρες μας, γεννιούνται ιστορίες που δεν χωρούν σε λέξεις. Μια από αυτές είναι η ΝΗΣΟΣ. Όχι απλώς μια μπίρα, αλλά ένας ζωντανός οργανισμός, ένα βλέμμα προς τον κόσμο μέσα από το πρίσμα της νησιωτικής ψυχής. Κάθε μπουκάλι κλείνει μέσα του την αλμύρα της θάλασσας, το παιχνίδι του ήλιου πάνω στις πέτρες, τη χαρά της παρέας γύρω από ένα τραπέζι. Πίσω από αυτή τη διαδρομή βρίσκεται ο Αλέξανδρος Κουρή. Δεν τον συναντά κανείς μόνο ως επιχειρηματία ή δημιουργό, αλλά ως ταξιδευτή ιδεών, άνθρωπο που έμαθε να κοιτά τον κόσμο ανάποδα και να τον φαντάζεται αλλιώς. Στα χέρια του, η μπίρα γίνεται αφορμή για αφήγηση – μια αφήγηση που ξεκινά από το νησί και φτάνει μακριά, χωρίς ποτέ να χάνει τον πυρήνα της.

Η ΝΗΣΟΣ δεν είναι προϊόν, είναι τόπος, είναι αίσθηση. Είναι εκείνο το σημείο που ο καθένας αναζητά μέσα του. Μια προσωπική πατρίδα, ένα καταφύγιο, ένα όνειρο που παίρνει μορφή. Κι αν η Τήνος είναι το σπίτι της, η έμπνευση και η αγκαλιά της, τότε ο Αλέξανδρος Κουρή είναι η φωνή που της δίνει ψυχή και κατεύθυνση. Στη συνέντευξη που ακολουθεί, τον ακούμε να μιλά με το ίδιο πάθος που σιγοβράζει σε κάθε σταγόνα ΝΗΣΟΣ.

Τι σας ενέπνευσε να δημιουργήσετε τη μπίρα ΝΗΣΟΣ; Ήταν μια ρομαντική ιδέα που γεννήθηκε στα χρόνια της κρίσης, τότε που όλα έμοιαζαν να καταρρέουν. Για μένα ήταν ανάγκη να κάνω κάτι θετικό, παραγωγικό, αληθινό, που να κουβαλάει τον τόπο μέσα του. Η γνωριμία μου με τη Μάγια Τσόκλη ήταν καταλύτης. Ήταν εκείνη που με μύησε στην Τήνο και μοιράστηκε το όνειρο μαζί μου. Θέλαμε να ζυθοποιήσουμε τον αέρα, το φως, το αλάτι και την αύρα του Αιγαίου σε μια μπίρα ταυτόχρονα τοπική και παγκόσμια. Μια μπίρα που να ξεχωρίζει για τη γεύση της και να εμπνέει με την παρουσία της.

Τι είναι για εσάς η Τήνος; Η Τήνος είναι το σπίτι μας. Η πατρίδα εξ έρωτος που έγινε κομμάτι της ζωής και της ταυτότητάς μου. Το πέτρινο κτίριο στη Βαγιά, με θέα τη Δήλο και τη Ρήνεια, είναι το σπίτι της ΝΗΣΟΣ. Εκεί, κάθε μέρα, μια εμπνευσμένη ομάδα δημιουργεί μπίρες που βραβεύονται διεθνώς.

Ποια είναι η φιλοσοφία και η ταυτότητα που κάνει τη ΝΗΣΟΣ να ξεχωρίζει; Δεν αρκεστήκαμε ποτέ στο να είμαστε ένα «συμπαθές τοπικό προϊόν». Από την αρχή θέλαμε να σταθούμε αντάξιοι με τα κορυφαία διεθνή brands. Η ΝΗΣΟΣ είναι 100% αληθινή. Ότι δείχνει, το ζούμε: από την επιλογή των συνταγών και την εμμονή στην ποιότητα, μέχρι τις ιστορίες που αφηγούμαστε. Δεν είναι επικοινωνιακό κατασκεύασμα, είναι το ίδιο μας το βίωμα.

Πώς αποτυπώνεται η αύρα της Τήνου και του Αιγαίου σε κάθε μπουκάλι; Μια ΝΗΣΟΣ είναι σαν να ανοίγεις ένα παράθυρο στο Αιγαίο. Η ταυτότητα και η επικοινωνία μας έχει μέσα της την ένταση του αέρα, το χρυσάφι του ήλιου, το παιχνίδισμα του μελτεμιού. Έχει τις αυθόρμητες στιγμές ενός καλοκαιρινού μπάλου, το αλάτι στο δέρμα μετά

τη θάλασσα, την αίσθηση της παρέας.

Τι σας κάνει περήφανο για τη ΝΗΣΟΣ; Με κάνει περήφανο ότι η ΝΗΣΟΣ ξεκίνησε από ένα μικρό νησί, χωρίς καμία παράδοση στη ζυθοποιία και όντως κατάφερε να ανταγωνιστεί τα κορυφαία brands. Με συγκινεί ότι οι μπίρες μας βραβεύονται διεθνώς, αλλά ακόμα περισσότερο ότι ο κόσμος μάς αναζητά και μας επιλέγει συνειδητά. Είμαι περήφανος για την ομάδα μας, για την τοπική κοινωνία που μας στήριξε από την πρώτη στιγμή, για τους συνεργάτες και τους νέους μετόχους μας που μοιράζονται το ίδιο όραμα. Και πάνω απ' όλα, είμαι περήφανος που μέσα από τη ΝΗΣΟΣ αναδεικνύουμε τις Κυκλάδες, τα νησιά μας και την Ελλάδα, αποδεικνύοντας ότι μια μπίρα ελληνικής δημιουργίας μπορεί να είναι πρεσβευτής πολιτισμού, γεύσης και ποιότητας σε όλον τον κόσμο.

Πριν δύο χρόνια ξεκινήσατε συνεργασία με την Ολυμπιακή Ζυθοποιία. Τι σας οδήγησε; Η ΝΗΣΟΣ μεγάλωσε πιο γρήγορα από όσο περιμέναμε. Χρειάζόμαστε δικτύο, υποστήριξη για την παραγωγή του βασικού μας προϊόντος, ΝΗΣΟΣ Pilsner, αλλά και εξαγωγικό ορίζοντα. Η συνεργασία με την Ολυμπιακή Ζυθοποιία μάς έδωσε όλα αυτά. Παραμένουμε πιστοί στη νησιωτική μας καταγωγή, αλλά μπορούμε πλέον να ταξιθεύουμε πιο μακριά.

Η καμπάνια σας λέει «Για σένα που ψάχνεις τη δική σου Νήσο». Τι σημαίνει «να ψάχνεις τη δική σου Νήσο»; «Νήσος» δεν είναι απαραίτητα ένα νησί. Είναι τόπος, αλλά είναι και αίσθηση. Είναι εκεί που νιώθεις πλήρης, εκεί που μπορείς να είσαι αληθινά εσύ. Μπορεί να είναι μια τέχνη, μια σχέση, μια ιδέα, ένα όνειρο. Είναι ο προσρισμός της εσωτερικής σου πυξίδας. Η ΝΗΣΟΣ μάς εμπνέει να ακολουθήσουμε το κάλεσμα του εαυτού μας, όσο άγνωστο κι αν μοιάζει. Γιατί η δική μας Νήσος υπάρχει. Και το ταξίδι προς τα εκεί είναι το πιο αληθινό που μπορούμε να κάνουμε.

Ποια είναι «...η δική σας ΝΗΣΟΣ»; Για μένα είναι η στιγμή που είμαι στη θάλασσα με ανοικτά πανιά. Αυτή είναι «η δική μου Νήσος».

Η νέα εκτέλεση του «Μες του Αιγαίου» είναι συγκινητική. Πώς προέκυψε; Θέλαμε να δώσουμε ήχο στο συναίσθημα που κουβαλά η ΝΗΣΟΣ. Το «Μες του Αιγαίου» είναι φόρος τιμής στη θάλασσα που μας γέννησε και μας εμπνέει. Είναι μουσικό χαλί που μας συνοδεύει στο ταξίδι, μια υπενθύμιση ότι η θάλασσα είναι πάντα μέσα μας.

Η ΝΗΣΟΣ απευθύνεται στους «εξερευνητές». Ποιοι είναι αυτοί; Είναι οι άνθρωποι που δεν αρκούνται στο προφανές. Θέλουν να ανακαλύψουν, να δοκιμάζουν, να ζουν στην αλήθεια. Δεν καταναλώνουν προϊόντα, αλλά συνδέονται, εμπνέονται, ταυτίζονται με ιδέες. Είναι ταξιδιώτες, φίλοι της παρέας, ανήσυχτοι δημιουργοί.

Αν η ΝΗΣΟΣ ήταν καλοκαιρινό τοπίο, πού θα μας ταξίδευε; Σε ένα μικρό κυκλαδίτικο λιμανάκι στο σούρουπο. Τα καΐκια δένουν, ο ήλιος βάφει το νερό χάλκινο, φουσά ένα μελτέμι, η παρέα γελάει, και στο χέρι μια παγωμένη ΝΗΣΟΣ. Εκεί, όλα βρίσκουν τη θέση τους.

ΑΦΙΕΡΩΜΑ

89η

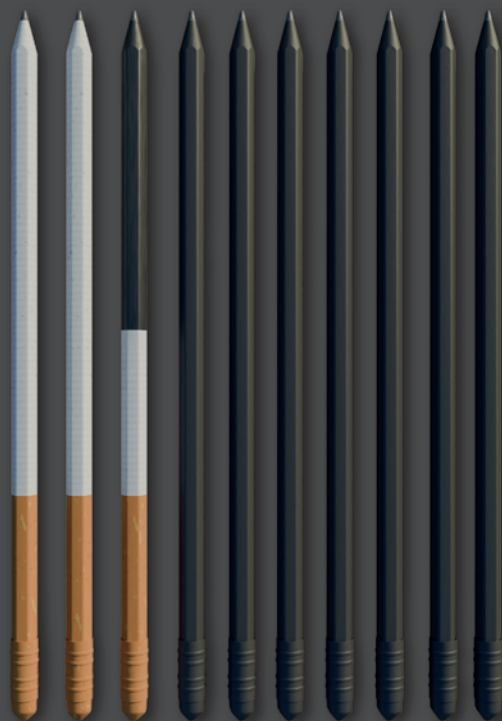


100 χρόνια συμπληρώνονται φέτος από την πρώτη Διεθνή Έκθεση Θεσσαλονίκης, η οποία πραγματοποιήθηκε το 1925, και η *ATHENS VOICE* παρουσιάζει ένα μεγάλο αφιέρωμα στην εμβληματική αυτή διοργάνωση, που συγκεντρώνει κάθε χρόνο χιλιάδες επισκέπτες. Από την ιστορία και τα χρονικά ορόσημα της έκθεσης μέχρι σήμερα, αλλά και για το μέλλον, που προδιαγράφεται πολύ ενδιαφέρον. Θα διαβάσετε για τα μεγάλα έργα υποδομής που αλλάζουν τη Βόρεια Ελλάδα, όπως η επέκταση του Μετρό Θεσσαλονίκης, η αναβάθμιση της ανατολικής εσωτερικής περιφερειακής Θεσσαλονίκης (Flyover), η οδική σύνδεση του έκτου προβλήτα του Οργανισμού Λιμένος Θεσσαλονίκης με τον ΠΑΘΕ και το δίκτυο αυτοκινητοδρόμων της χώρας. Ακόμη, πώς η Βόρεια Ελλάδα αναδεικνύεται σε κομβικό «παίκτη» στον τομέα της ενέργειας, καθώς και πώς προσελκύει ολοένα και περισσότερους πρωταγωνιστές της επιχειρηματικότητας και της καινοτομίας. Και φυσικά, για την ίδια την πόλη, για τα πιο ιδιαίτερα στέκια της και για τους ανθρώπους της.

– A.V. Team



ΕΙΝΑΙ ΣΤΟ ΧΕΡΙ ΜΑΣ ΝΑ ΜΗΝ ΕΙΝΑΙ ΣΤΟ ΧΕΡΙ ΤΟΥΣ.



25%

ΤΩΝ ΠΟΛΙΤΩΝ ΔΕΝ ΓΝΩΡΙΖΕΙ
ΟΤΙ ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ Η ΠΩΛΗΣΗ ΤΣΙΓΑΡΩΝ
ΣΤΟΥΣ ΑΝΗΛΙΚΟΥΣ.

Σύμφωνα με την έρευνα της MRB για την ΠΑΠΑΣΤΡΑΤΟΣ «Στάσεις και απόψεις για την αποτροπή πρόσβασης των ανηλίκων σε προϊόντα καπνού και νικοτίνης», που διεξήχθη τον Ιούνιο 2025, πριν την πρόσφατη ψήφιση του Ν. 5216/2025.

Η **Παπαστράτος** ενώνει τις δυνάμεις της με την **Πολιτεία** δημιουργώντας μία ισχυρή συμμαχία με στόχο την αποτροπή της πρόσβασης των ανηλίκων στα προϊόντα καπνού και νικοτίνης. Μία ολοκληρωμένη στρατηγική πρόληψης, εκπαίδευσης και ψηφιακής καινοτομίας με ένα ξεκάθαρο μήνυμα: **η προστασία των ανηλίκων είναι ευθύνη όλων μας.**

ΤΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΚΑΠΝΟΥ
ΚΑΙ ΝΙΚΟΤΙΝΗΣ
ΑΠΕΥΘΥΝΟΝΤΑΙ
ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΟΥΣ

18+

Μάθετε περισσότερα



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Ψηφιακής Διακυβέρνησης
και Τεχνητής Νοημοσύνης

Powered by:



ΠΑΠΑΣΤΡΑΤΟΣ
ΕΤΑΙΡΙΑ ΤΗΣ PHILIP MORRIS INTERNATIONAL

#prostokalytero

ΑΦΙΕΡΩΜΑ

89η ΔΕΘ

100 χρόνια ΔΕΘ: Από το όραμα του Νικόλαου Γερμανού στη νέα εποχή

Σε πρώτο πλάνο η ανάπλαση των εγκαταστάσεων της διοργάνωσης

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΥ



ΧΡΟΝΙΚΑ ΟΡΟΣΗΜΑ ΤΗΣ ΔΕΘ

1925 Γεννιέται η ιδέα ίδρυσής της
1926 Πραγματοποιείται για πρώτη φορά
1928 Επίσκεψη για πρώτη φορά του τότε πρωθυπουργού Ελευθέριου Βενιζέλου
1930 Ο αριθμός των εκθετών ξεπερνά τους 2.430
1939 Η τελευταία προπολεμική διοργάνωση

1941-1950 Οι Γερμανοί χρησιμοποιούν τα περίπτερα ως αποθήκες
1951 Η ΔΕΘ επαναλειτουργεί μετά τον πόλεμο
1992 Τελετή θεμελίωσης Συνεδριακού Κέντρου «Ι. Βελλίδης»
2007 Οι εθνικές εκλογές συμπίπτουν, για πρώτη φορά, με τη ΔΕΘ
2025 100 χρόνια από την ίδρυση της ΔΕΘ-HELEXPO

Συμβολική χρονιά αποτελεί το 2025 για τη Διεθνή Έκθεση Θεσσαλονίκης, έναν από τους σημαντικότερους θεσμούς εξωστρέφειας και ανάπτυξης της χώρας. Όχι άδικα, καθώς συμπληρώνονται 100 χρόνια από την ίδρυση της ΔΕΘ-HELEXPO, του εθνικού εκθεσιακού φορέα που συστάθηκε το 1925, αποτελώντας καρπό του βουλευτή Νικόλαου Γερμανού.

Η φετινή Διεθνή Έκθεση Θεσσαλονίκης είναι η 89η, αφού ο θεσμός δεν διοργανώθηκε για ορισμένα χρόνια, λόγω πολέμων και κρίσεων. Το 1926 υπήρξε η πρώτη χρονιά που η ΔΕΘ έλαβε χώρα στο Πεδίο του Άρεως, στην περιοχή Στρατηγείο, καταλαμβάνοντας επιφάνεια 7.000 τ.μ., με 600 εκθέτες και 100.000 επισκέπτες να δίνουν το παρών. Το 1928, για πρώτη φορά, Έλληνας πρωθυπουργός, και συγκεκριμένα ο Ελευθέριος Βενιζέλος, επισκέφτηκε τη ΔΕΘ, ενώ το 1939 υπήρξε η τελευταία χρονιά που η διοργάνωση έλαβε χώρα στο Πεδίο του Άρεως. Το

1940 υπήρξε το τελευταίο έτος κατά το οποίο η ΔΕΘ πραγματοποιήθηκε προπολεμικά, έχοντας διάρκεια ενός μήνα, από τις 22 Σεπτεμβρίου έως τις 22 Οκτωβρίου, δηλαδή η διοργάνωση έλαβε τέλος λίγες ημέρες πριν την κήρυξη του πολέμου. Στα χρόνια της Κατοχής (1941-1950) οι χώροι της διοργάνωσης καταστράφηκαν, καθώς οι Γερμανοί ανατίναξαν τις εγκαταστάσεις προτού αποχωρήσουν από τη Θεσσαλονίκη. Την εν λόγω δεκαετία, λόγω των καταστροφών που προκάλεσαν οι Γερμανοί και λόγω του Εμφυλίου, η ΔΕΘ διέκοψε τη λειτουργία της.

ΤΑ ΒΛΕΜΜΑΤΑ ΕΙΝΑΙ ΣΤΡΑΜΜΕΝΑ ΣΤΗΝ «ΕΠΟΜΕΝΗ ΜΕΡΑ» ΤΗΣ ΔΕΘ ΚΑΙ ΤΑ ΦΙΛΟΔΟΞΑ ΣΧΕΔΙΑ ΑΝΑΠΛΑΣΗΣ, ΤΑ ΟΠΟΙΑ ΠΡΟΒΛΕΠΟΥΝ ΤΗΝ ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΠΑΛΑΙΩΝ ΚΑΙ ΜΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΩΝ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ

Ανοιξε εκ νέου τις πύλες της το 1951, επί πρωθυπουργίας Νικολάου Πλαστήρα. Τα χρόνια που ακολούθησαν, η διεθνής διοργάνωση ήκμασε, φτάνοντας το 1970 να μετράει 1,6 εκατομμύριο επισκέπτες. Εξάλλου, η δημιουργία του πρώτου καφέ φραπέ έλαβε χώρα στη ΔΕΘ από τον Δημήτρη Βακόνδιο, υπάλληλο της εταιρείας καφέ «Δρίτσα». Το 1977 αποτέλεσε χρονιά ορόσημο, καθώς η ΔΕΘ μετατράπηκε από Νομικό Πρόσωπο Δημοσίου Δικαίου σε Ανώνυμη Εταιρεία, με τον διακριτικό τίτλο «Helexpo-ΔΕΘ ΑΕ». Στη δεκαετία του 1990 εγκαινιάστηκε το Συνεδριακό Κέντρο «Ιωάννης Βελλίδης» και το εκθεσιακό κέντρο στην Αθήνα, ενώ το 2016 επανακαθιερώθηκε ο θεσμός της «Τιμώμενης Χώρας». Ευλόγως η ΔΕΘ αποτελεί έναν θεσμό ταυτισμένο με τη Θεσσαλονίκη, με σημαντική επίδραση στην τοπική οικονομία και κοινωνία, όπως φανερώνει πρόσφατη δημοσκόπηση της εταιρείας Interview.

Συγκεκριμένα, το 77% των πολιτών θεωρεί τη ΔΕΘ και μικρότερης κλίμακας κλαδικές διοργανώσεις πολύ ή αρκετά σημαντικές για την πόλη, ενώ το 70% αναγνωρίζει τη σημασία της εκατοντάχρονης πορείας του θεσμού. Επίσης, το 83% των ερωτηθέντων πιστεύει ότι οι εκθέσεις ενισχύουν το brand name της Θεσσαλονίκης, με το ποσοστό να αγγίζει το 91% μεταξύ των κατοίκων εκτός του Δήμου Θεσσαλονίκης. Τα βλέμματα, όμως, είναι στραμμένα στην «επόμενη μέρα» της ΔΕΘ και τα φιλόδοξα σχέδια ανάπτυξης, που προβλέπουν την αντικατάσταση των παλαιών και μη λειτουργικών εγκαταστάσεων με ένα σύγχρονο, ενιαίο και βιοκλιματικό συγκρότημα. Προβλέπεται η υλοποίηση επένδυσης της τάξεως των 300 εκατ. ευρώ με αντικείμενο την υλοποίηση δόμησης 96.000 τ.μ., η οποία θα συνοδεύεται από μειωμένη, κατά 20%, κτιριακή κάλυψη (από 67.000 τ.μ. σήμερα σε 53.800 τ.μ.). ●





Τα μεγάλα δρώμενα που περιλαμβάνει η φετινή ΔΕΘ

Πλούσια βεντάλια εκδηλώσεων

Ένα πλούσιο και πολυδιάστατο πολιτιστικό πρόγραμμα πλαισιώνει και τη φετινή Διεθνή Έκθεση Θεσσαλονίκης, αναδεικνύοντας τον θεσμό και ως σημείο συνάντησης της τέχνης, της ψυχαγωγίας και της δημιουργικότητας. Κατά τη διάρκειά της, οι επισκέπτες θα έχουν την ευκαιρία να απολαύσουν εκδηλώσεις που καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα δραστηριοτήτων – από μουσικές παραστάσεις και διαδραστικές δραστηριότητες για κοινό κάθε ηλικίας έως το Auto Thessaloniki 2025 και γαστρονομικές εμπειρίες.

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΥ

Το πρόγραμμα φιλοδοξεί να δημιουργήσει έναν ζωντανό πολιτιστικό πυρήνα μέσα στον εκθεσιακό χώρο, με σειρά events, εκ των οποίων τα βασικότερα περιλαμβάνουν τα εξής:

► **Πολυάριθμα fora σχετικά με τις συμπράξεις Δημόσιου και Ιδιωτικού Τομέα (ΣΔΙΤ)**, την ορθολογική διαχείριση υδάτινων πόρων, τη δίκαιη αναπτυξιακή μετάβαση, το ταμείο ανάκαμψης, την πράσινη επιχειρηματικότητα, την εκπαίδευση και την τεχνολογία.

► **Θεματικό αφιέρωμα για την έρευνα και την καινοτομία**, που αναδεικνύει τα πρόσφατα επιτεύγματα της σύγχρονης τεχνολογίας και καινοτομίας με σημαντικά εκθέματα, ειδικά προγράμματα και έξυπνες εφαρμογές. Οι επισκέπτες, μέσα από μια διαδραστική εκθεσιακή εμπειρία, αποκτούν επαφή και εξοικείωση με τη χρήση νέων τεχνολογιών στην καθημερινότητα.

Νεοφυείς επιχειρήσεις (startups), ερευνητικά ιδρύματα και κέντρα έρευνας, σύμβουλοι καινοτομίας, κυβερνητικοί οργανισμοί και φορείς, funds και αγγελιαφόροι καινοτομίας δίνουν το «παρών» στη συγκεκριμένη ενότητα της Διεθνούς Έκθεσης Θεσσαλονίκης.

► **To Academia**, ένα από τα δημοφιλέστερα θεματικά αφιερώματα της ΔΕΘ, το οποίο αποτελεί σημείο συνάντησης της εκπαιδευτικής κοινότητας με το κοινό και λειτουργεί ως μια πλατφόρμα ενημέρωσης, ανταλλαγής ιδεών και ενίσχυσης της δημιουργικότητας στον χώρο της εκπαίδευσης.

► **To Auto Thessaloniki**, που εντάσσεται στα κορυφαία εκθεσιακά γεγονότα της 89ης Διεθνούς Έκθεσης Θεσσαλονίκης, εγκαινιάζοντας μια σύγχρονη πλατφόρμα αφιερωμένη στον κόσμο του αυτοκινήτου. Με τη συμμετοχή κορυφαίων εταιρειών και εμβληματι-

κών μαρκών, παρουσιάζει τις τάσεις και τις προοπτικές της αυτοκίνησης, τεχνολογικές καινοτομίες και λύσεις καθημερινής μετακίνησης. Το Auto Thessaloniki καθιερώνεται ως σημείο αναφοράς για την αγορά αυτοκινήτου στη Βόρεια Ελλάδα, σε συνέχεια της επιτυχίας του Auto Athina.

► **Θεματική ενότητα με τίτλο «Γεύσεις από Ελλάδα»**, όπου φιλοξενούνται τα αυθεντικά προϊόντα, οι τοπικές γεύσεις και οι συνταγές της πλούσιας ελληνικής γης. Μέσα από σειρά παρουσιάσεων και εκδηλώσεων καθ' όλη τη διάρκεια της ΔΕΘ, οι Περιφέρειες Πελοποννήσου, Στερεάς Ελλάδας, Δυτικής Ελλάδας, Δυτικής Μακεδονίας και Ανατολικής Μακεδονίας & Θράκης θα έχουν τη δική τους ημέρα για να «στρώσουν το τραπέζι» στους επισκέπτες και να τους συστήσουν τις γαστρονομικές προτάσεις τους.

► **To Hobby Festival**, που λαμβάνει χώρα για δεύτερη χρονιά στη ΔΕΘ και επικεντρώνεται σε κάθε μορφή χόμπι, δεξιότητα και δημιουργική αναζήτηση. Από τον μοντελισμό και τα επιτραπέζια παιχνίδια μέχρι την επαυξημένη πραγματικότητα και τα μαχητικά αθλήματα, το φεστιβάλ φιλοξενεί επαγγελματίες και εξειδικευμένους φορείς που θα μοιραστούν με το κοινό γνώση, τεχνικές και έμπνευση.

► **Μουσικά δρώμενα και καθημερινές συναυλίες** με δημοφιλείς καλλιτέχνες και κορυφαία ονόματα και σχήματα της ελληνικής μουσικής σκηνής. ●

ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ

ΟΜΙΛΟΣ ΕΤΑΙΡΕΙΩΝ

Επενδύουμε σε μία καλύτερη
ποιότητα ζωής για όλους

SNFCC/ Giorgis Yerolymbos

Κάθε έργο μας, αξία για τη χώρα.

Κάθε έργο μας είναι μια δέσμευση για ένα καλύτερο αύριο. Με τις υποδομές που δημιουργούμε, χιλιάδες οικογένειες στηρίζονται και αποκτούν νέα προοπτική, οι πόλεις αναβαθμίζονται, οι πολίτες νιώθουν μεγαλύτερη ασφάλεια, το περιβάλλον αναπνέει και οι τοπικές οικονομίες ανθίζουν.

Με σταθερά βήματα εξέλιξης, είμαστε μπροστά στην απασχόληση, την οικονομία, την ενέργεια και την κοινωνία.

- ✓ Συμβάλλουμε έμπρακτα στην **ενίσχυση της απασχόλησης**.
- ✓ Ενδυναμώνουμε την **τοπική επιχειρηματικότητα** και το εθνικό εισόδημα.
- ✓ Ενισχύουμε την **ενεργειακή αυτονομία** και **ασφάλεια της χώρας**.
- ✓ Στεκόμαστε **δίπλα στη νέα γενιά**, στηρίζουμε τις ευάλωτες ομάδες και ανταποκρινόμαστε άμεσα σε κάθε έκτακτη ανάγκη.

www.gekterna.com



Ισχυρός ενεργειακός παίκτης

Οι μεγάλες επενδύσεις που υλοποιούνται

Σε κομβικό παίκτη στον τομέα της ενέργειας αναδεικνύεται η Βόρεια Ελλάδα, διεκδικώντας πρωταγωνιστικό ρόλο, με αιχμή νέες μονάδες φυσικού αερίου αλλά και σημαντικές υποδομές. Πρόκειται για επενδύσεις οι οποίες έχουν χρονικό ορίζοντα το 2035 και διαθέτουν προϋπολογισμό της τάξεως των 15 δισ. ευρώ. Υπηρετούν, όπως εξηγούν οι ειδικοί, τον στόχο της ευέλικτης παραγωγής ηλεκτρικής ενέργειας, που αποτελεί προϋπόθεση για την πράσινη μετάβαση, ώστε να διασφαλίζεται η ευστάθεια του συστήματος. Η τελευταία απειλείται από τη στοχαστικότητα των Ανανεώσιμων Πηγών Ενέργειας, δηλαδή την υψηλή εξάρτηση από τις καιρικές συνθήκες και τον δυσκολότερο έλεγχο της έγχυσης στο δίκτυο, με κίνδυνο υπερφόρτωσης.

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΥ

Υπεράκτια αιολικά

► Στο πλαίσιο αυτό, στην Αλεξανδρούπολη δρομολογείται το πρώτο υπεράκτιο αιολικό πάρκο στην Ελλάδα, του οποίου την ανάπτυξη θα υλοποιήσουν οι **Ομίλοι Motor Oil και ΤΕΡΝΑ Ενεργειακή**. Προς την κατεύθυνση αυτή, μέσα στη χρονιά ολοκληρώθηκαν οι διαδικασίες για τη συμμετοχή του Ομίλου Motor Oil, μέσω της θυγατρικής του MORE (Motor Oil Renewable Energy), με ποσοστό 50% στο μετοχικό κεφάλαιο της Αιολική Προβατά Τραϊανουπόλεως, θυγατρικής του Ομίλου ΤΕΡΝΑ Ενεργειακή. Το πιλοτικό αιολικό πάρκο που θα αναπτυχθεί είναι ισχύος 400 MW και θα βρίσκεται στη θαλάσσια περιοχή νότια της Αλεξανδρούπολης και βόρεια της Σαμοθράκης. Το πρωτοπόρο αυτό έργο-ορόσημο, με ορίζοντα ολοκλήρωσης το τέλος της τρέχουσας δεκαετίας, θα είναι το πρώτο στο είδος του στην Ελλάδα, συμβάλλοντας ουσιαστικά στην επιτυχία της υλοποίησης του Εθνικού Προγράμματος Ανάπτυξης υπεράκτιων αιολικών. Αξίζει να σημειωθεί ότι και η ΔΕΗ, μετά την εξαγορά, μέσω της ΔΕΗ Ανανεώσιμες, του 100% της εταιρείας Θρακική Αιολική 1 Α.Ε. από τους Ομίλους Κοπελούζου και Σαμα-

ρά, κατέχει άδεια παραγωγής για υπεράκτιο αιολικό πάρκο ισχύος 216 MW. Δίχως όμως, αμφισβήτηση, το ζητούμενο είναι να προχωρήσουν οι απαιτούμενες γραφειοκρατικές διαδικασίες ώστε να καταστεί εφικτή η ανάπτυξη υπεράκτιων αιολικών πάρκων.

Μονάδες φυσικού αερίου

Παράλληλα, **ΔΕΗ και ΔΕΠΑ Εμπορίας** προχωρούν σταθερά στην ανάπτυξη της νέας μονάδας φυσικού αερίου ονομαστικής ισχύος 840 MW στην Αλεξανδρούπολη (Ηλεκτροπαραγωγή Αλεξανδρούπολης Α.Ε.), με το έργο να είναι στρατηγικής σημασίας για το ενεργειακό σύστημα της χώρας. Πρόκειται για επένδυση της τάξεως των 400 εκατ. ευρώ, η οποία θα συνδέεται απευθείας με το πλωτό τερματικό FSRU της Αλεξανδρούπολης, ενώ θα βρίσκεται σε άμεση γειτνίαση με τον διασυνδεδετήριο αγωγό Ελλάδας-Βουλγαρίας (IGB). Η θέση της μονάδας ενισχύει τις δυνατότητες διασυνδεδεμένης ηλεκτρικής διασύνδεσης, καθιστώντας την ικανή να εξαγάγει ενέργεια προς όλες τις γειτονικές αγορές. Η ολοκλήρωση του έργου τοποθετείται χρονικά έως το 2027, με τον σταθμό



της ο Βορράς

π

να αναμένεται να αποτελέσει κομβικό πυλώνα για την τροφοδοσία και τις εξαγωγές ηλεκτρικής ενέργειας στη Νοτιοανατολική Ευρώπη –αρχικά προς Βουλγαρία και Βόρεια Μακεδονία και στη συνέχεια προς Σερβία– ενισχύοντας παράλληλα και το γεωστρατηγικό αποτύπωμα της Ελλάδας στην περιοχή. Σημειώνεται πως στη μετοχική σύνθεση της εταιρείας Ηλεκτροπαραγωγή Αλεξανδρούπολης, η ΔΕΗ κατέχει το 71% και η ΔΕΠΑ Εμπορίας το 29%.

Ένας ακόμη υπερσύγχρονος σταθμός φυσικού αερίου βρίσκεται στο επιχειρηματικό πάρκο Κομοτηνής και ελέγχεται από τη Θερμοηλεκτρική Κομοτηνής Α.Ε., την οποία ελέγχουν κοινοπρακτικά –με 50% έκαστος– η Motor Oil και η ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ. Το έργο αποτελεί επένδυση ύψους 375 εκατ. ευρώ.

Από την πλευρά του, ο ΔΕΣΦΑ έχει θέσει στον σχεδιασμό του την κατασκευή νέου αγωγού υψηλής πίεσης, μήκους 215 χλμ., που θα συνδέει την Καρπερή με την Κομοτηνή. Η υποδομή αντιστοιχεί σε επένδυση 310,56 εκατ. ευρώ και θα αναπτυχθεί παράλληλα με τον υφιστάμενο αγωγό μεταφοράς φυσικού αερίου στην περιοχή. Στόχος του έργου είναι η αύξηση της

δυνατότητας του συστήματος να μεταφέρει πρόσθετες ροές φυσικού αερίου μεταξύ του Βορρά και του Νότου του, αντιμετωπίζοντας τα βασικά σημεία συμφόρησης.

Σε πλήρη εξέλιξη βρίσκεται η κατασκευή του σκέλους του διασυνδετηρίου αγωγού φυσικού αερίου Ελλάδας - Βόρειας Μακεδονίας, με τις εργασίες στο ελληνικό τμήμα να τις έχει αναλάβει η ΤΕΡΝΑ. Το έργο, ύψους 92 εκατ. ευρώ, περιλαμβάνει –επί του ελληνικού εδάφους– την κατασκευή του αγωγού υψηλής πίεσης, μήκους 68 χλμ., από τη Νέα Μεσημβρία έως τους Ευζώνους-Γευγελή. Από εκεί θα ξεκινά το εκτός Ελλάδας τμήμα του έργου, το οποίο θα καταλήγει στην περιοχή του Νεγκότινο. Εκτιμάται ότι το ελληνικό τμήμα θα έχει ολοκληρωθεί μέχρι τα μέσα του 2026 το αργότερο. Ο αγωγός θα έχει αρχική χωρητικότητα 1,5 δισ. κ.μ., μέγεθος που δύναται να αυξηθεί στα 3 δισ. κ.μ. Η ολοκλήρωση του αγωγού θα σηματοδοτήσει τη δημιουργία μιας νέας ενεργειακής διόδου για τη Βόρεια Μακεδονία, η οποία θα έχει τη δυνατότητα να προμηθεύεται τόσο αζέριο αέριο όσο και φορτία LNG, τα οποία θα διοχετεύονται στο Εθνικό Σύστημα Φυσικού Αερίου (ΕΣΦΑ)

μέσω των τερματικών σταθμών Ρεβυθούσας και Αλεξανδρούπολης.

Υδρογόνο

Σημαντικές επενδύσεις και στο υδρογόνο προωθούνται στη Βόρεια Ελλάδα. Η **Hellenic Hydrogen**, που ελέγχουν η Motor Oil και η ΔΕΗ, υλοποιεί το σύνολο των προαπαιτούμενων διαβημάτων προκειμένου να εξασφαλίσει την άδεια εγκατάστασης μονάδας πράσινου υδρογόνου που θα βρίσκεται στο Αμύνταιο, θα έχει ισχύ 50 MW και κόστος 70 εκατ. ευρώ. Η παραγωγή «πράσινου» υδρογόνου θα πραγματοποιείται μέσω ηλεκτρόλυσης του νερού, με χρήση ηλεκτρικής ενέργειας που προέρχεται από Ανανεώσιμες Πηγές Ενέργειας (ΑΠΕ). Το υδρογόνο που θα παράγεται θα διοχετεύεται στο δίκτυο φυσικού αερίου του ΔΕΣΦΑ, προκειμένου να αξιοποιείται από βιομηχανικούς καταναλωτές, συμπεριλαμβανομένων μονάδων ηλεκτροπαραγωγής που λειτουργούν με φυσικό αέριο. Εάν ληφθούν υπόψη οι επενδύσεις που σχεδιάζουν μεγάλοι όμιλοι, εκτιμάται ότι η συνολική αξία των επενδύσεων σε υδρογόνο αγγίζει τα 2 δισ. ευρώ. ●



ΣΤΗΝ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ ΔΡΟΜΟΛΟΓΕΙΤΑΙ ΤΟ ΠΡΩΤΟ ΥΠΕΡΑΚΤΙΟ ΑΙΟΛΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ, ΤΟΥ ΟΠΟΙΟΥ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΘΑ ΥΛΟΠΟΙΗΣΟΥΝ ΟΙ ΟΜΙΛΟΙ MOTOR OIL ΚΑΙ ΤΕΡΝΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ





The Journey of Energy

Τεχνολογία, θέαμα και ενέργεια από τη ΔΕΗ στη ΔΕΘ

Μία εντυπωσιακή εμπειρία
τεχνολογίας και θεάματος
με επίκεντρο την ενέργεια
στην 89η ΔΕΘ
με καθημερινές προβολές

INFO

The Journey of Energy από τη ΔΕΗ
Από 6 έως 14 Σεπτεμβρίου 2025
Πρόγραμμα προβολών ανά μισή ώρα
Καθημερινές 16:00 - 22:00
Σαββατοκύριακο 10:00 - 22:00

Η ΔΕΗ συμμετέχει στην 89η Διεθνή Έκθεση Θεσσαλονίκης με το περίπτερο **The Journey of Energy**, προσκαλώντας το κοινό σε ένα μοναδικό ταξίδι όπου η τεχνολογία, η ενέργεια και το θέαμα ενώνονται.

Το περίπτερο «**The Journey of Energy**» είναι ανοιχτό στο κοινό από τις 6 έως τις 14 Σεπτεμβρίου στον εκθεσιακό χώρο ΔΕΘ HELEXPO, με είσοδο από την πύλη ΧΑΝΘ.

Οι προβολές πραγματοποιούνται ανά μισή ώρα: τα Σαββατοκύριακα από τις 10.00 έως τις 22.00 και τις καθημερινές από τις 16.00 έως τις 22.00. Με πολυαισθητηριακές προβολές, εντυπωσιακούς φωτισμούς και ήχους που αναπαριστούν φυσικά φαινόμενα, οι επισκέπτες ζουν μία μοναδική εμπειρία.

Στο επίκεντρο βρίσκεται το βραβευμένο έργο «**The Power of Electricity**», μία καθηλωτική 4D παραγωγή που αφηγείται την ιστορία της ενέργειας από την αρχαιότητα έως το μέλλον της καθαρής ενέργειας.

Η ΔΕΗ δημιουργεί μία μοναδική εμπειρία για τους επισκέπτες όλων των ηλικιών με τρόπο εκπαιδευτικό, εμπνευσμένο, με έντονη βιωματική διάσταση.



Η παρουσία της ΔΕΗ στη ΔΕΘ αντανakλά τον στρατηγικό μετασχηματισμό του Ομίλου, δυναμικές επενδύσεις στην καθαρή ενέργεια, αξιοποίηση της τεχνολογίας και διαρκής δέσμευση για βιώσιμη ανάπτυξη

ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΟΣ ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΜΟΣ ΠΕΛΑΤΟΚΕΝΤΡΙΚΗ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΣΙΝΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

Η παρουσία της ΔΕΗ στη ΔΕΘ αντανakλά τον στρατηγικό μετασχηματισμό του Ομίλου: **δυναμικές επενδύσεις στην καθαρή ενέργεια, αξιοποίηση της τεχνολογίας και διαρκής δέσμευση για βιώσιμη ανάπτυξη.** Με αυτόν τον τρόπο, η ΔΕΗ επανασυστήνεται στο κοινό ως σύγχρονη Powertech εταιρεία που διαμορφώνει το ενεργειακό μέλλον της χώρας.

Η ΔΕΗ αποτελεί σήμερα τον κορυφαίο Όμιλο ενέργειας στη Νοτιοανατολική Ευρώπη, με δραστηριότητες στην παραγωγή, διανομή και πώληση προηγμένων προϊόντων και υπηρεσιών ενέργειας, καθώς και παρουσία σε **Ελλάδα, Ιταλία, Ρουμανία, Βόρεια Μακεδονία και Βουλγαρία.** Ως μεγαλύτερος προμηθευτής ενέργειας στην Ελλάδα και τη Ρουμανία, εξυπηρετεί συνολικά 8,7 εκατ. πελάτες, παρέχοντας περίπου 33 TWh ηλεκτρικής ενέργειας, ενώ επενδύει διαρκώς σε έργα καθαρής ενέργειας, εκσυγχρονισμό των δικτύων και καινοτομικές λύσεις για τον πελάτη.

Προσφέροντας πολλά περισσότερα εκτός από ενέργεια, η ΔΕΗ επενδύει σε λύσεις που βοηθούν τους πελάτες της να διαχειριστούν καλύτερα την κατανάλωσή τους, να μειώσουν τα κόστη τους και να επιλέγουν βιώσιμες πρακτικές. Μέσα από ευέλικτα προϊόντα και προηγμένα ψηφιακά κανάλια εξυπηρέτησης, ενισχύει τη σχέση εμπιστοσύνης με τον πελάτη, προσφέροντας αξία και επιλογές που ανταποκρίνονται στις σύγχρονες ανάγκες. Στόχος είναι η ουσιαστική υποστήριξη των πελατών στην πορεία προς μια ενεργειακή μετάβαση με επίκεντρο τον άνθρωπο και το περιβάλλον.

Με έμφαση στη βιώσιμη ανάπτυξη, η ΔΕΗ ενισχύει τον θετικό αντίκτυπο στο περιβάλλον, προωθώντας ένα καθαρό και ευέλικτο χαρτοφυλάκιο παραγωγής, την ψηφιοποίηση των δικτύων διανομής και την παροχή ολιστικών ενεργειακών προϊόντων και υπηρεσιών. Παράλληλα, ο Όμιλος προχωρά σε επενδύσεις σε ΑΠΕ, ηλεκτροκίνηση και έργα τεχνολογικής καινοτομίας, επιβεβαιώνοντας τη δέσμευσή του στην πράσινη μετάβαση και στη δημιουργία προστιθέμενης αξίας για όλα τα ενδιαφερόμενα μέρη.



Κόμβος καινοτομίας η Βόρεια Ελλάδα

Μεγάλες επενδύσεις μεταμορφώνουν τη Θεσσα- λονίκη σε πρωταγωνιστή



▲ Τα τελευταία χρόνια, τουλάχιστον τρία funds έχουν επενδύσει ποσά εκατομμυρίων ευρώ στη Θεσσαλονίκη, ενώ δρομολογούνται σημαντικές υποδομές έρευνας και καινοτομίας

Σε δυναμικό κόμβο καινοτομίας και επιχειρηματικότητας εξελίσσεται η Βόρεια Ελλάδα, προσελκύοντας το ενδιαφέρον επενδυτών, ακαδημαϊκών ιδρυμάτων και νέων επιχειρηματιών. Το υψηλά κα-
ταρτισμένο ανθρώπινο δυναμικό, η ισχυρή πανεπιστημιακή και ερευνητική κοινότητα και η κομβική γεωγραφική θέση της πόλης «μαγνητίζουν» νεοφυείς επιχειρήσεις (startups), που συμβάλλουν στην αναδιαμόρφωση του προφίλ της τοπικής οικονομίας καθώς και στη δημιουργία ενός οικοσυστήματος καινοτομίας. Είναι ενδεικτικό ότι, τα τελευταία χρόνια, τουλάχιστον τρία funds έχουν επενδύσει ποσά εκατομμυρίων ευρώ στη Θεσσαλονίκη, ενώ δρομολογούνται σημαντικές υποδομές έρευνας και καινοτομίας.

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΥ

Τα funds

Ειδικότερα, η **THERMI VC** επιδιώκει να διαδραματίσει πρωταγωνιστικό ρόλο στον ανασχεδιασμό του ελληνικού αγροδιατροφικού μοντέλου της Βόρειας Ελλάδας και της Θεσσαλονίκης, επενδύοντας 30 εκατ. ευρώ σε καλλιέργειες υψηλής τεχνολογίας. Μέσω του Northern Greece Investment Fund –του τρίτου επενδυτικού ταμείου που διαχειρίζεται, με έδρα τη Θεσσαλονίκη– η **THERMI VC** υλοποιεί στρατηγικό σχέδιο επενδύσεων σε υπερσύγχρονες υδροπονικές μονάδες. Η εταιρεία προχώρησε σε πέντε επενδύσεις στον τομέα της υδροπονικής γεωργίας, με στόχο τη δημιουργία ενός ενιαίου παραγωγικού οικοσυστήματος που συνδυάζει την τεχνολογική καινοτομία με την πράσινη ανάπτυξη.

Το επιχειρηματικό σχέδιο περιλαμβάνει την ανέγερση θερμοκηπίων συνολικής έκτασης 80 στρεμμ., εξοπλισμένων με συστήματα υδροπονικής καλλιέργειας και μονάδες συμπαραγωγής ηλεκτρικής και θερμικής ενέργειας. Η ετήσια παραγωγή αναμένεται να υπερβεί τους 3.750 τόνους σε ντομάτες, αγγούρια, φράουλες και microgreens – καλλιέργειες με υψηλή διατροφική και εμπορική αξία. Από το 2004 έως σήμερα, η **THERMI VC** έχει διαχειριστεί στη Β. Ελλάδα ποσά άνω των 65 εκατ. ευρώ, μέσω τριών διαδοχικών funds, επιδιώκοντας τον παραγωγικό μετασχηματισμό της περιφέρειας. Εν μέσω πανδημίας έκανε την εμφάνισή του το **TECS Capital Fund**, το πρώτο Αμοιβαίο Κεφάλαιο Επιχειρηματικών Συμμετοχών, με περιοχή αναφοράς τη Θεσσαλονίκη και την Κεντρική Μακεδονία. Εστιάζει σε νεοφυ-

είς επιχειρήσεις που αξιοποιούν τεχνολογίες της 4ης βιομηχανικής επανάστασης για την ανάπτυξη καινοτόμων λύσεων λογισμικού και υλισμικού (hardware). Έκτοτε, το fund έχει πραγματοποιήσει επτά επενδύσεις, θέτοντας στο επίκεντρο τοποθετήσεις pre-seed (προ-σποράς) και seed (σποράς) επιπέδου. Το **TECS Capital Fund** δίνει έμφαση στην πραγματοποίηση συν-επενδύσεων με άλλους επενδυτικούς οργανισμούς από την Ελλάδα και το εξωτερικό, με στόχο τη δημιουργία συμπράξεων που θα αξιοποιούν δύο στοιχεία: τη γεωγραφική εγγύτητα επενδυτή και startup ως βασικό στοιχείο στα αρχικά στάδια ανάπτυξης και την πρόσβαση σε διεθνή δίκτυα και αγορές για την εξασφάλιση υψηλού βαθμού εξωστρέφειας. Το **Loggerhead Ventures** είναι ένα ακόμη κεφάλαιο επιχειρηματικών συμμετοχών, που ιδρύθηκε τον Φεβρουάριο του 2024, στο πλαίσιο του προγράμματος «Accelerate TT» της Ελληνικής Αναπτυξιακής Τράπεζας Επενδύσεων. Το fund επενδύει σε εταιρείες που αναπτύσσουν προϊόντα και υπηρεσίες με διακριτό περιβαλλοντικό αποτύπωμα.

Νέες επενδύσεις

Πυλώνα καινοτομίας στη Βόρεια Ελλάδα αποτελεί η **Αλεξάνδρεια Ζώνη Καινοτομίας**, της οποίας η διοίκηση, υπό τον Παναγιώτη Κετικίδη, δρομολογεί την υλοποίηση του **Thess Inno Food Hub**, ενός κόμβου για την αγροδιατροφική καινοτομία και την επιχειρηματική ανάπτυξη. Εκτιμάται ότι στους προσεχείς μήνες θα έχουν ολοκληρωθεί τα τεύχη δημοπράτησης της θερμοκηπίδας αγροδιατροφής, που θα αναπτύσσεται, σε πρώτη φάση, σε 2.000 τ.μ., ενώ θα περιλαμβάνει συνολικά 26.700 τ.μ. Σημειωτέον ότι το Κέντρο Ψηφιακής Καινοτομίας για την Αγροδιατροφή θα αναπτυχθεί σε παραχωρηθείσα στην Αλεξάνδρεια Ζώνη Καινοτομίας έκταση 60 στρεμμ. στη Θέρμη Θεσσαλονίκης.

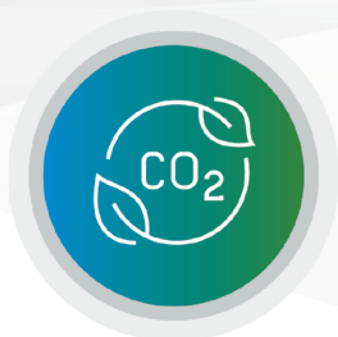
Παράλληλα, η ΑΖΚ δρομολογεί τη δημιουργία του **Κέντρου Καινοτομίας και Τεχνολογίας Θεσσαλονίκης Thess INTEC** σε έκταση 760 στρεμμ. του Δήμου Θερμαϊκού δίπλα στο Αεροδρόμιο Θεσσαλονίκης, που παραχώρησε το 2020 ειδικά γι' αυτόν τον σκοπό το δημόσιο στην Αλεξάνδρεια Ζώνη Καινοτομίας. Αυτή την περίοδο ολοκληρώνονται τα απαιτούμενα γραφειοκρατικά προαπαιτούμενα ώστε να εκδοθεί η άδεια δόμησης για την υλοποίηση της επένδυσης της τάξεως των 100 εκατ. ευρώ. Το έργο χρηματοδοτείται με πόρους 35 εκατ. του Ταμείου Ανάκαμψης, το οποίο προβλέπει συγκεκριμένα, πλέον ασφυκτικά, χρονικά περιθώρια (έως τα τέλη του 2026) για την αξιοποίησή τους. Ως εκ τούτου και με στόχο να μην παραμείνει μακέτα το πρώτο Κέντρο Καινοτομίας και Τεχνολογίας 4ης γενιάς στην Ελλάδα, το Υπουργείο Ανάπτυξης έχει δεσμευτεί πως θα χρησιμοποιηθούν εθνικοί πόροι για να υλοποιηθεί το Thess INTEC.

Το τεχνολογικό πάρκο ευνοείται καθώς η Θεσσαλονίκη διαθέτει μια πανεπιστημιούπολη 120.000 φοιτητών και ερευνητών, ενώ βρίσκεται σε εγγύτητα με βαλκανικές χώρες, γεγονός που ενισχύει τον ρόλο του ως ευρύτερου πόλου έρευνας και τεχνολογικής καινοτομίας. Κατά την πρώτη φάση ανάπτυξης του θα δημιουργηθούν κτιριακές εγκαταστάσεις που θα φιλοξενούν 5.500 τ.μ. γραφειακών χώρων καθώς και 5.000 τ.μ. εργαστηρίων για τη στέγαση της διοίκησης του πάρκου, της θερμοκηπίδας επιχειρήσεων και των ερευνητικών ομάδων των Mega-Projects.

Σημαντική είναι και η συνεισφορά του παγκόσμιου κέντρου καινοτομίας και νανοτεχνολογίας **International Nanotechnology Hub Thessaloniki**, όπου συμμετέχουν εταιρείες όπως η Organic Electronic Technologies, που έχει πρωταγωνιστική θέση παγκοσμίως στην ανάπτυξη και παραγωγή οργανικών φωτοβολταϊκών τρίτης γενιάς. Εκτός από τα funds που δίνουν το «παρών» και τις υποδομές έρευνας και καινοτομίας που βρίσκονται στα σκαριά, εδώ και πολλά χρόνια «απόβαση» στη Θεσσαλονίκη έχουν πραγματοποιήσει πολυεθνικοί όμιλοι. Σε αυτούς ανήκουν η **Pfizer**, η οποία έχει δημιουργήσει κέντρο ψηφιακής καινοτομίας, που υποστηρίζει τους στρατηγικούς στόχους της εταιρείας για ανάπτυξη καινοτόμων λύσεων. Επίσης, ο όμιλος **Deutsche Telekom** λειτουργεί στη Θεσσαλονίκη Κέντρο Πληροφορικής και Λογισμικού (software), μέσω του οποίου αναπτύσσεται software για τη Γερμανία και για άλλες χώρες του κόσμου. ●

ΔΕΠΑ ΕΜΠΟΡΙΑΣ

ΕΙΜΑΣΤΕ ΠΙΣΩ ΑΠΟ ΟΣΑ ΠΑΝΕ ΤΗΝ ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΜΠΡΟΣΤΑ



Βιωσιμότητα

Μείωση των εκπομπών ρύπων
άνω του 26% σε έναν χρόνο
Εφαρμογή των κριτηρίων ESG
και των Στόχων Βιώσιμης
Ανάπτυξης του ΟΗΕ



Ενεργειακή Ασφάλεια

Με το ανταγωνιστικό
χαρτοφυλάκιο προμήθειας
φυσικού αερίου
εγγυόμαστε την ενεργειακή
ασφάλεια της χώρας



ΑΠΕ

Ισχύς άνω των 700 MW
σε όλη τη χώρα,
με στόχο το 1 GW
Ανάπτυξη πράσινων καυσίμων
(υδρογόνο, βιομεθάνιο)



Αγωγός IGB

Δυναμικότητα
3 δισεκατομμύρια m³
φυσικού αερίου ετησίως



Τερματικός LNG Αλεξανδρούπολης

Χωρητικότητα
153.500 m³ LNG
Δυναμικότητα
5,5 δισεκατομμύρια m³
τον χρόνο



Ηλεκτροπαραγωγή με φυσικό αέριο

Μονάδα Αλεξανδρούπολης
ισχύος 840 MW προς
αντικατάσταση 3 ρυπογόνων
λιγνιτικών μονάδων
Μονάδα Αλβανίας
ισχύος 174 MW



Διεθνής Δραστηριοποίηση και Εξωστρέφεια

Παρουσία σε όλες τις
βασικές περιφερειακές αγορές
φυσικού αερίου και
ηλεκτρικής ενέργειας
και συνεχής αύξηση
των εξαγωγών



FISIKON

Πανελλαδικό δίκτυο
32 πρατηρίων
με CNG/FISIKON
και προώθηση
της αεροκίνησης

choose

Είμαστε πίσω από τη δυναμική μεταμόρφωση της ΔΕΠΑ Εμπορίας σε μία σύγχρονη ολοκληρωμένη εταιρεία ενέργειας, με υψηλή καθαυτοποίηση. Χάρη στον μακρόπνοο σχεδιασμό, τις στοχευμένες επενδύσεις και τις στρατηγικές συνεργασίες, αντιμετωπίσαμε με επιτυχία τις προκλήσεις της ενεργειακής κρίσης και θωρακίσαμε την ενεργειακή ασφάλεια της χώρας. Στηρίζουμε την ελληνική οικονομία εξασφαλίζοντας ενεργειακή επάρκεια και προσιτές τιμές για τις επιχειρήσεις και τις βιομηχανίες της χώρας. Είμαστε πίσω από το πράσινο σχέδιο που μας πάει στο μέλλον, με επενδύσεις σε ηλεκτροπαραγωγή από φυσικό αέριο, ΑΠΕ και πράσινα καύσιμα.



Κ Ρ Α Τ Α Μ Ε Τ Η Ζ Ω Η Ε Ν Ε Ρ Γ Η

Μεγάλα έργα υποδομής

Ποιες μεγάλες επενδύσεις



Πώς αλλάζουν τη Βόρεια Ελλάδα οι επενδύσεις υλοποιούνται ή βρίσκονται στη γραμμή εκκίνησης



Η Θεσσαλονίκη και η Βόρεια Ελλάδα αλλάζουν σελίδα. Μεγάλα έργα υποδομής που καθυστέρησαν για δεκαετίες, εάν δεν ολοκληρώνονται, βρίσκονται σε πλήρη εξέλιξη ή στη γραμμή εκκίνησης. Αισίως, τον χειμώνα του 2024 η «τρύπα του Κούβελα» –το προσωνόμιο του εργοταξίου του Μετρό Θεσσαλονίκης– έκλεισε και έκτοτε η βασική γραμμή του μέσου σταθερής τροχιάς, ύστερα από πολλά έτη καθυστερήσεων, βρίσκεται σε πλήρη λειτουργία. Υπενθυμίζεται ότι η βασική γραμμή έχει μήκος 9,6 χλμ., διαθέτει 13 σύγχρονους σταθμούς και αποτέλεσε επένδυση της τάξεως του 1,5 δισ. ευρώ.

Τον Μάρτιο του 2027 αναμένεται να ολοκληρωθούν οι εργασίες για την αναβάθμιση της ανατολικής εξωτερικής περιφερειακής Θεσσαλονίκης (Flyover)

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΥ





Τα βλέμματα είναι στραμμένα στην ολοκλήρωση της επέκτασης του μετρό προς την Καλαμαριά



Πλέον, τα βλέμματα είναι στραμμένα στην ολοκλήρωση της επέκτασης του μετρό προς την Καλαμαριά. Όπως έγινε γνωστό και μετά την πρόσφατη επίσκεψη του αντιπροέδρου της ελληνικής κυβέρνησης Κωστή Χατζηδάκη στο σταθιάκιο του μετρό, οι συρμοί θα εισέρχονται σταδιακά στη γραμμή με στόχο η επέκταση να παραδοθεί πλήρως σε λειτουργία εντός του πρώτου τριμήνου του 2026. Στο πλαίσιο αυτό, τέσσερις νέοι συρμοί έχουν ήδη παραδοθεί για να εξυπηρετήσουν την επέκταση του μετρό προς την Καλαμαριά, ενώ με την ολοκλήρωση του έργου, η συχνότητα των δρομολογίων θα φτάνει το 1,5 λεπτό ανά συρμό, από τρία που είναι σήμερα. Τα έργα πολιτικού μηχανικού της βασικής σύμβασης έχουν ολοκληρωθεί σε ποσοστό άνω του 90%, με τη γραμμή, μήκους 4,78 χλμ., να περιλαμβάνει 5 νέους σταθμούς (Νομαρχία, Καλαμαριά, Αρετσού, Νέα Κρήνη και Μίκρα). Με την ολοκλήρωση της επέκτασης προς Καλαμαριά, αναμένεται να εξυπηρετούνται καθημερινά 63.000 επιβάτες και να κυκλοφορούν καθημερινά περίπου 12.000 λιγότερα ΙΧ, κάτι που θα μειώσει τους ρύπους CO2 κατά 43 τόνους ημερησίως, ενώ η απόσταση από τον σταθμό της Μίκρας μέχρι το κέντρο της Θεσσαλονίκης αναμένεται να καλύπτεται σε μόλις 15 λεπτά. Να σημειωθεί ότι η βασική γραμμή, που κατασκευάζει ο **όμιλος ΑΚΤΩΡ**, σε συνδυασμό με την επέκταση της Καλαμαριάς έχουν συνολικό κόστος 3 δισ. ευρώ. Σε πλήρη εξέλιξη βρίσκονται και οι κατασκευαστικές εργασίες για την αναβάθμιση της ανατολικής εσωτερικής περιφερειακής Θεσσαλονίκης (Flyover), που αναμένεται να ολοκληρωθεί μέχρι τον Μάιο του 2027, σύμφωνα με το χρονοδιάγραμμα. Μετά την ολοκλήρωσή του, ο αυτοκινητοδρόμος, που έχει προϋπολογισμό 462 εκατ. ευρώ, θα μπορεί να εξυπηρετεί 10.000 οχήματα ανά ώρα, έναντι 5.000 σήμερα. Το έργο, που υλοποιεί η κοινοπραξία ΑΒΑΞ-ΜΕΤΚΑ, θα περιλαμβάνει εννέα ανισόπεδους κόμβους, οκτώ νέες γέφυρες και τρεις νέες σήραγγες.

Κομβικής σημασίας είναι και το έργο της οδικής σύνδεσης του έκτου προβλήτα του Οργανισμού Λιμένος Θεσσαλονίκης με τον ΠΑΘΕ και το δίκτυο αυτοκινητοδρόμων της χώρας. Η υλοποίηση του έργου καθυστέρησε εξαιτίας, μεταξύ άλλων, των απαλλοτριώσεων, αλλά από τις αρχές του χρόνου προχωρά χωρίς προσκόμματα.

Επίσης, ενδιαφέρον προσελκύει η δημοπράτηση του Δυτικού Προαστιακού Σιδηροδρόμου Θεσσαλονίκης, η οποία τοποθετείται μέχρι το τέλος της χρονιάς. Με τη λειτουργία του έργου, τα δυτικά προάστια θα αποκτήσουν καλύτερη πρόσβαση στο κέντρο και σε άλλες περιοχές της Θεσσαλονίκης, βελτιώνοντας τις μετακινήσεις χιλιάδων πολιτών – από τους φοιτητές στη Σίνδο έως τους εργαζόμενους στη Βιομηχανική Περιοχή. Στον ευρύτερο σχεδιασμό υπάρχει η δημιουργία νέου σιδηροδρομικού σταθμού στη Θεσσαλονίκη, που θα συνδέει το μετρό της πόλης με τον Δυτικό Προαστιακό και την υπόλοιπη Ελλάδα. Ο Δυτικός Προαστιακός Σιδηρόδρομος Θεσσαλονίκης θα έχει αφετηρία τον Νέο Σιδηροδρομικό Σταθμό, στο σημείο όπου βρίσκεται και η στάση του μετρό.

Game changer η Εγνατία Οδός

Η έναρξη της 35ετούς παραχώρησης του αυτοκινητοδρόμου της Εγνατίας Οδού και των καθέτων αυτής στην κοινοπραξία ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ-Egis, που τοποθετείται στα τέλη του 2025 με αρχές του 2026, αποτελεί έργο υποδομής που πρόκειται ν' αλλάξει τα δεδομένα της Βόρειας Ελλάδας. Ειδικότερα, η ανάδοχος κοινοπραξία θα αναλάβει για 35 έτη τη χρηματοδότηση, λειτουργία, συντήρηση και εκμετάλλευση της Εγνατίας Οδού και των καθέτων αξόνων:

► **Σιάτιστα - Ιερόπηγή/Κρυσταλλοπηγή (69,3 χλμ.)** Οδικός άξονας που συνδέει την Αλβανία με την Κεντρική Ελλάδα και την Αθήνα μέσω του Ε65. Αποτελεί τμήμα του «εκτεταμένου διευρωπαϊκού οδικού δικτύου» και διαθέτει οκτώ ανισόπεδους κόμβους. Τα χαρα-

ΤΟΝ ΧΕΙΜΩΝΑ ΤΟΥ 2024 Η «ΤΡΥΠΑ ΤΟΥ ΚΟΥΒΕΛΑ» – ΤΟ ΠΡΟΣΩΝΥΜΙΟ ΤΟΥ ΕΡΓΟΤΑΞΙΟΥ ΤΟΥ ΜΕΤΡΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ– ΕΚΛΕΙΣΕ ΚΑΙ ΕΚΤΟΤΕ Η ΒΑΣΙΚΗ ΓΡΑΜΜΗ ΤΟΥ ΜΕΣΟΥ ΣΤΑΘΕΡΗΣ ΤΡΟΧΙΑΣ, ΥΣΤΕΡΑ ΑΠΟ ΠΟΛΛΑ ΕΤΗ ΚΑΘΥΣΤΕΡΗΣΕΩΝ, ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΣΕ ΠΛΗΡΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

κτηριστικά του προσομοιάζουν με αυτά της Εγνατίας Οδού.

► **Χαλιάστρα - Εύζωνοι (60 χλμ.)** Σύνδεση με τη Βόρεια Μακεδονία μέσω του μεθοριακού σταθμού Ευζώνων. Αποτελεί τμήμα του «κεντρικού διευρωπαϊκού οδικού δικτύου», διαθέτει τρεις ανισόπεδους κόμβους και περιλαμβάνει υποχρεώσεις αναβάθμισης από τον παραχωρησιούχο.

► **Θεσσαλονίκη - Σέρρες - Προμαχώνας (95,5 χλμ.)** Διασυνδέει την Ελλάδα με τη Βουλγαρία και την Αθήνα μέσω της Εγνατίας Οδού και του ΠΑΘΕ. Περιλαμβάνει 17 ανισόπεδους κόμβους και απαιτεί αναβάθμιση στο τμήμα Χριστός - Αμπέλα (10,176 χλμ.). Εντός της πρώτης πενταετίας προβλέπεται η υλοποίηση επενδύσεων ύψους 420 εκατ. ευρώ, ενώ σε ορίζοντα 35ετίας θα πραγματοποιηθούν εργασίες βαριάς συντήρησης συνολικού ύψους 1,8 δισ. ευρώ. Οι εργασίες αυτές αφορούν κυρίως αντικαταστάσεις ασφαλτικών και οδοστρωμάτων, βαριά συντήρηση τεχνικών έργων (γέφυρες, σήραγγες), αντικαταστάσεις οριζόντιας και κάθετης σήμανσης (πινακίδες, διαγράμμιση) και αντικατάσταση μεταλλικών στηθαίων ασφαλείας. Η σύμβαση προβλέπει επίσης την κατασκευή 16 Σταθμών Εξυπηρέτησης Αυτοκινητιστών (ΣΕΑ) και 12 σύγχρονων χώρων στάθμευσης και αναψυχής κατά μήκος του οδικού άξονα. Περιλαμβάνει για πρώτη φορά τη βαριά συντήρηση του οδικού άξονα και των καθέτων του, συνολικού μήκους 225 χιλιομέτρων, που συνδέουν τη χώρα με την Αλβανία, τη Βόρεια Μακεδονία και τη Βουλγαρία. Οι υποδομές του αυτοκινητοδρόμου αναμένεται να αναβαθμιστούν σημαντικά, με στόχο τη βελτίωση της οδικής ασφάλειας και της ποιότητας των μετακινήσεων.

Περίπου 16 χρόνια έχουν περάσει από τις 30 Μαΐου 2009, όταν η Εγνατία Οδός δόθηκε ολοκληρωμένη στην κυκλοφορία, σε τελετή με την παρουσία του τότε πρωθυπουργού Κώστα Καραμανλή και του υπουργού ΠΕΧΩΔΕ Γιώργου Σουφλιά. ●

R-FORM space

Το αρχιτεκτονικό γραφείο
που μετατρέπει χώρους σε εμπειρίες

Το διακεκριμένο R-FORM space architecture + design studio «γεννήθηκε» από την ανάγκη να συνδεθεί η διεθνής εμπειρία με την τοπική κουλτούρα. Από την αρχή, στόχος του γραφείου ήταν να δημιουργεί έργα που σέβονται τον χώρο, να συνομιλούν με την ιστορία του και ταυτόχρονα να ανοίγονται σε νέες ιδέες.

Ο αρχιτέκτονας Πάνος Ευστρατίου ξεκίνησε την πορεία του στην Ελλάδα, όμως η εμπειρία του στη Σουηδία υπήρξε καθοριστική. Εκεί εργάστηκε σε μεγάλα γραφεία αλλά και ως freelancer, σε ένα περιβάλλον με υψηλές απαιτήσεις και άψογη οργάνωση. Αυτή η περίοδος του έδωσε πειθαρχία, τεχνική κατάρτιση και αίσθηση διεθνούς ορίζοντα. Όταν επέστρεψε, θέλησε να μεταφέρει αυτή τη γνώση, συνδυάζοντάς τη με τον ελληνικό χαρακτήρα και τη δυναμική του αστικού τοπίου. Η φιλοσοφία του κ. Ευστρατίου συνοψίζεται σε τρεις λέξεις: ανθρώπινη, ποιητική, λειτουργική.

Η επιλογή και ο συνδυασμός των υλικών αποτελούν καθοριστικό σημείο της δουλειάς του γραφείου. Η έρευνα και ο σεβασμός προς

τον τόπο προηγούνται: πέτρα, ξύλο, μέταλλο συχνά ενσωματώνονται με τρόπο που δημιουργεί έναν δημιουργικό «διάλογο» ανάμεσα στο παραδοσιακό και το σύγχρονο.

Ανάμεσα στα έργα που ξεχωρίζουν είναι το εστιατόριο Kaia στη Βοστώνη, που μετέφερε την αίσθηση του ελληνικού καλοκαιριού με αυθεντικά υλικά από την Ελλάδα. Στην εγκύρια σκηνή, ξεχωρίζουν ανακαινίσεις ιστορικών κτιρίων και χώροι φιλοξενίας που συνομιλούν με την πόλη και τους ανθρώπους της, ισορροπώντας ανάμεσα στην παράδοση και την καινοτομία.

Το βλέμμα του RFORM στρέφεται τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό. Στους στόχους περιλαμβάνονται ανακαινίσεις ξενοδοχείων, πολιτιστικοί χώροι και έργα που επαναπροσδιορίζουν τη σχέση πόλης-ανθρώπου. «Το σημαντικότερο είναι να παραμένουμε πιστοί σε μια αρχιτεκτονική που βελτιώνει την καθημερινότητα και αφήνει θετικό αποτύπωμα στο περιβάλλον», τονίζει ο Πάνος Ευστρατίου.

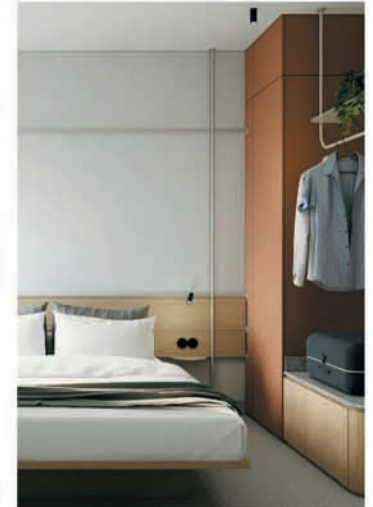
Γραφείο
Εταιρείας
Θεσσαλονίκη



Κατάστημα εστίασης
Θεσσαλονίκη



Δωμάτιο ξενοδοχείου
Θεσσαλονίκη κέντρο



Κτήμα δεξιώσεων
Θεσσαλονίκη



Εξοχική κατοικία, Χαλκιδική

Ίωνος Δραγούμη 55, Θεσσαλονίκη, 2310547864
www.rform.space email info@rform.space insta rform.space

Μαγειρεύουμε στις ρίζες μας

Μια αυθεντική μακεδονική γαστρονομική εμπειρία

Στην καρδιά της Μακεδονίας η γαστρονομία δεν είναι απλώς θέμα διατροφής, αλλά μια γιορτή της παράδοσης, του τόπου και της φιλοξενίας. Η Μακεδονική Κουζίνα, με τις πλούσιες γεύσεις και τα αγνά υλικά της, αποτελεί το βασικό συστατικό που ενώνει τη σύγχρονη ζωή με την ιστορία της περιοχής. Σήμερα, καθώς όλο και περισσότεροι επιθυμούν να επιστρέψουν στις ρίζες τους και να απολαύσουν γεύματα γεμάτα θρεπτική αξία και αληθινή γεύση, η Μακεδονική Κουζίνα προσφέρει ακριβώς αυτό: ένα ταξίδι γεύσεων που συνδυάζει τις παραδόσεις με τις σύγχρονες ανάγκες του σύγχρονου διατροφικού κόσμου.

Γευστική κληρονομιά από τον κάμπο της Μακεδονίας Από την εύφορη γη της Θεσσαλονίκης, των Σερρών, της Χαλκιδικής, του Κιλίκι, της Πέλλας, της Ημαθίας και της Πιερίας, τα αγνά προϊόντα της Μακεδονίας φτάνουν στο τραπέζι μας γεμάτα γεύση και θρεπτικά συστατικά. Κάθε περιφερειακή ενότητα τροφοδοτεί τους καταναλωτές με μια ποικιλία, που δεν έχει να ζηλέψει τίποτα από τις μεγαλύτερες γαστρονομικές παραδόσεις του κόσμου. Οι μαγειρικές τεχνικές, που περνούν από γενιά σε γενιά, με σεβασμό στα υλικά και στην παράδοση, αποτελούν τον πυρήνα της μακεδονικής κουζίνας.

Μαγειρεύοντας παραδοσιακά Η μακεδονική κουζίνα είναι ένα γευστικό ταξίδι στις αυθεντικές συνταγές των επτά περιφερειακών ενότητων της Κεντρικής Μακεδονίας. Από τη

λαχταριστή σερραϊκή μπουγάτσα μέχρι τον αγιορείτικο μπακαλιάρο και τα παραδοσιακά σαρμαδάκια της γιαγιάς, κάθε πιάτο είναι γεμάτο από την αγάπη και την ιστορία των ανθρώπων αυτής της γης. Η κουζίνα αυτή δεν είναι μόνο ένας τρόπος για να χορτάσεις, αλλά μια γιορτή της παράδοσης, μια πρόσκληση να γευτείς την πραγματική αυθεντικότητα.

Προβολή - προώθηση του γαστρονομικού τουρισμού Το Σχέδιο Διατοπικής Συνεργασίας CLLD/LEADER «Προβολή και Προώθηση της Μακεδονικής Κουζίνας», των Αναπτυξιακών Εταιριών της Κεντρικής Μακεδονίας, επιδιώκει την ανάδειξη της γαστρονομικής κληρονομιάς της Κεντρικής Μακεδονίας, μέσω της προβολής των μοναδικών γεύσεων, ενισχύοντας τη σύνδεση του τόπου με τη διεθνή γαστρονομική κοινότητα και τον τουρισμό.

Ανακαλύψτε το αληθινό τραπέζι της μακεδονικής γης Όταν γεύσετε τα πιάτα της Μακεδονικής Κουζίνας, δεν απολαμβάνετε μόνο το φαγητό, συμμετέχετε σε μια παράδοση που έχει ρίζες σε αιώνες ιστορίας. Το τραπέζι της Μακεδονίας δεν είναι απλώς ένα μέρος για να απολαύσετε τοπικά εδέσματα. Είναι ένα μέρος όπου γιορτάζετε τη ζωή, την οικογένεια και τη φιλοξενία. Αφήστε το ταξίδι στις γεύσεις της Μακεδονίας να σας αποκαλύψει τη δύναμη της απλής, αυθεντικής μαγειρικής και να σας θυμίσει ότι το φαγητό είναι πολλά περισσότερα από μια απλή ανάγκη, είναι η καρδιά της παράδοσης.



Ανακαλύψτε τις γεύσεις της Μακεδονικής Κουζίνας www.macedonian-cuisine.com/

01 Το techno house της Myrophora νετάρει στη χαρά

Όταν η Άννα Βίσση τής πρότεινε τηλεφωνικά να παίξει μουσική στο Hotel της Ερμού, η Μυροφόρα τη ρώτησε σε ποιο ακριβώς σημείο της Ερμού βρίσκεται το κλαμπ, αν δηλαδή είναι πριν ή μετά την πλατεία Αριστοτέλους. Η Βίσση απάντησε «Ερμού στην Αθήνα, πουλάκι μου», η Μυροφόρα έκανε «Ααα, εντάξει», δεν δίστασε, κατέβηκε, σπίναρε για το σόου της Βίσση, όλα καλά, και τα υπόλοιπα είναι ιστορία. Καλοκαίρια στη Μύκονο, φετινό ηλεκτρονικό Reworks σύντομα, μελωδικό τέκνο με 90s γκρουβ, βόκαλς και αισιόδοξη διάθεση, όπου και να παίζει. Φέτος ξεκίνησε και στο ραδιόφωνο. Μιξάρει στον FLY 104 από Δευτέρα ως Παρασκευή 18:00 με 20:00 κουλαριστά και ωραία πράγματα.

ΘΕΣ ΣΑΛΟ ΝΙΚΗ, ΤΙ ΝΕΑ;

ΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ: Η ATHENS VOICE ΑΝΕΒΗΚΕ, ΓΝΩΡΙΣΕ, ΔΟΚΙΜΑΣΕ, ΣΥΝΑΝΤΗΣΕ, ΕΙΔΕ ΚΑΙ ΤΣΕΚΑΡΕ ΤΗ ΦΑΣΗ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ, ΠΟΥ ΠΑΝΤΑ ΕΧΕΙ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΝΑ ΞΑΦΝΙΑΖΕΙ ΜΕ ΤΑ ΩΡΑΙΑ ΤΗΣ ΚΑΙ ΝΑ ΕΝΤΥΠΩΣΙΑΖΕΙ ΜΕ ΤΙΣ ΔΥΝΑΜΙΚΕΣ ΤΗΣ

ΤΟΥ ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΣΙΤΣΟΠΟΥΛΟΥ, Φωτό: ΛΑΖΑΡΟΣ ΓΡΑΙΚΟΣ

Ο σκηνοθέτης Γρηγόρης Αποστολόπουλος και οι ηθοποιοί Δημήτρης Σιακάρας και Ερατώ Μανδελιανάκη κάνουν πρόβα



Ο Σταν και η Όντρεϊ συναντιούνται για να τελειώνουν με τη σχέση τους. Ο καθένας τους εκτοξεύει λόγια μνηστικά και παραληρηματικά, λόγια που εκτός από την καρδιά μακαιρώνουν και το κορμί, δολοφονώντας έτσι εν ψυχρώ μια αγάπη που κάποτε τη ζούσαν και την κυνηγούσαν παθιασμένα. Το έργο «Το τέλος του έρωτα» του Πασκάλ Ραμπέρ θα ντεμπούταρει στις 17 Οκτωβρίου στο Κρατικό Θέατρο Βορείου Ελλάδος.



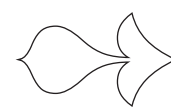
Η Δέσποινα Πολυχρονίδου κατέχει από θεσσαλονικιώτικη urbania

Ανταμώνουμε στο **Flow** της Ολύμπου, ένα μικρό μπαράκι στην πιάτσα πάνω από την Εγνατία, αφού αυτή είναι η σπεσιαλιτέ της. Η δημοσιογράφος, κλάμπερ, ερασιτέχνης ιστορικός και αφηγήτρια κοινωνικών στιγμών Θεσσαλονίκης από τα 00s έως σήμερα, το foodie λαγωνικό, η εκτιμήτρια urban μουσικών, η θαυμάστρια των βίνταζ ρουχάδικων, η ταξιδιώτισσα και συλλέκτρια σκηνών που αποθησαυρίζει καθημερινά στο **exostis.gr**, η αγαπητή Δέσποινα Πολυχρονίδου, αλωνίζει το άστυ καθημερινά. Η μικρή παντογνώστρια και δεινή εξερευνήτρια έχει τις απαντήσεις σε όλα τα ερωτήματα, αρκεί να μπειτε και να τσεκάρετε το **exostis.gr**, του οποίου ηγείται. Στην ερώτηση «Γιατί αγαπάς το Flow και την Ολύμπου;» η απάντησή της είναι: «Πρώτον, γιατί μένω εδώ κοντά, στη Φιλίππου, και δεύτερον, γιατί η ζωή στην επάνω πλευρά της Θεσσαλονίκης και ειδικά στο ενάμισι χιλιόμετρο ευθεία, που ενώνει τη Ροτόντα με τους 12 Απόστολους, είναι ότι πιο ρομαντικό, αληθινό και ενδιαφέρον διαθέτει αυτή τη στιγμή η πόλη».



Ο Αλέξανδρος Μυροφορίδης έγραψε ένα ζόρικο εγχειρίδιο δημιουργικής γραφής

«Η πλοκή στη δημιουργική γραφή, θεωρήσεις και μεθοδολογίες»: Το τρίπτυχο δράση, χαρακτήρας, σκέψη, οι αρχετυπικές και οι κλιμακούμενες πλοκές από τον Αριστοτέλη και τον Δάντη ως τον Έντγκαρ Άλαν Πόε και τον Ρωσικό Φορμαλισμό. Λέξεις-κλειδιά και τα μυστικά της στοχευμένης χρήσης των θεματικών μοτίβων: Ο Αλέξανδρος Μυροφορίδης είναι διδάκτορας Δημιουργικής Γραφής στο Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας, με γνωστικό αντικείμενο την πλοκή στην πεζογραφία. Ακόμα είναι υπεύθυνος της λογοτεχνικής σειράς «Θεσσαλονίκη νούαρ» και ψυχή της **Gamecraft**, που ειδικεύεται σε διαδραστικές παραστάσεις μυστηρίου. Το νέο του βιβλίο κυκλοφορεί από τις εκδόσεις **Επίκεντρο** και, αν θες να μυηθείς στα ενδότερα της συγγραφής, αξίζει να οργανώσεις τη σκέψη και την πράξη σου ακολουθώντας τις συμβουλευτικές του.



ΘΕΣ ΣΑΛΟ ΝΙΚΗ, ΤΙ ΝΕΑ;

05

Ο Πάρκερ Τζον ανεβάζει τον πήχη στη Στρατηγού Καλλάρη

Μικρότερο σε κυβικά από το **Residents** και πιο μεγάλο από το **Father**, το μικράκι **Ligo** του Πάρκερ Τζον, ενός μπαρτέντερ-μορφή που στο παρελθόν θήτευσε σε ιστορικά στέκια σαν τον **Θερμαϊκό** ή το **Local**, σηματοδοτεί την τάση επιστροφής της πόλης σε μπάρες μικρής κλίμακας. Ανθρώπινες, παρεϊστικές και speakeasy είναι οι καταστάσεις που παίζονται στην τριπλέτα Ρέζι, Εξαρχό και Πάρκερ για τους μνημένους. Σπέσιαλ καφέ και νεγκρόνι με περγαμνές, ηλεκτρονικές βραδιές, χαλαρό αεράκι να θροίξει και να δροσίζει τα τραπέζια έξω, και ναι: το Ligo Bar είναι άλλη μια φάνα είσοδος στον πεζόδρομο της Καλλάρη, που ξαναπήρε τα πάνω της.



07 Η οικογένεια Χαντάκη είναι εξπέρ στο σουτζουκάκι

Σουτζουκάκια υπάρχουν πολλά και υπέρκαλα, το πιάτο είναι από τα φετίχ της Θεσσαλονικιώτικης γαστρονομικής ταυτότητας. Το ίδιο ισχύει και για τον γύρο. Όμως, όταν μιλάμε για τη **Διάβαση**, πρέπει να έχουμε στο μυαλό μας ένα νούμερο που πιστοποιεί το μεγαλείο της οικογένειάς του **Άγγελου**, της **Βασιλικής** και του **Δημήτρη Χαντάκη**. 50 σχεδόν χρόνια στο κουρμπέτι, επί 12 μήνες τον χρόνο, επί 2.000 τεμάχια μέσο όρο καθημερινά, να το ιλιγγιώδες νούμερο: περισσότερα από 36,5 εκατομμύρια σουτζουκάκια έχουν καταναλωθεί εδώ, μετά καταπληκτικής ρωσικής και τηγανητής φαντασμαγορικής πατάτας που έρχεται από τη Δράμα. Τιμή και δόξα στον καλύτερο ψήστη της πόλης και τη μυστική συνταγή της συζύγου του, κυρίας Βασιλικής, που δεν μπορεί να τη συναγωνιστεί άνθρωπος στο σύμπαν. «50 χρόνια ψωνίζω κρέας από τον Καλαϊτζήδη της Μπότσαρη και μαναβική από τη Σβώλου. Για την ακρίβεια, αγοράζω τις πρώτες ύλες μου από τα παιδιά τους. Όπως ο δικός μας Δημήτρης ακολούθησε τον δρόμο μας, έτσι και τα δικά τους συνέχισαν τη δουλειά των πατεράδων τους. Το να ακολουθεί η γραμμή του αίματος και να προάγει την παράδοση, ώστε να υπάρχουν στην πόλη κάποιες ανεπανάληπτες σταθερές, αυτό είναι που αποκαλώ "Ιστορία"».

06

Ο Θωμάς και ο Γιώργος Δούζη του Ergon άνοιξαν το ζαχαροπλαστείο Τζένεραλ

Κόσμος: 30 Ergon σημάνσεις σε μαρκίζες ξενοδοχείων, εστιατορίων, deli markets και φούρνων, από τη Θεσσαλονίκη ως το Ντουμπάι, από το Λονδίνο ως το Αμπου Ντάμπι και από τη Χαλκιδική και την Αθήνα μέχρι την Κύπρο και το Κατάρ, προπαγανδίζουν το μεσογειακό αρτιζανάλ πρότζεκτ των Θωμά και Γιώργου Δούζη. Από το οικογενειακό τους μανάβικο και το 2008 ως σήμερα, το Ergon μετρά 600 κωδικούς μεσογειακής διατροφής που πλανώνται στον κόσμο, με τους Δούζηδες να αποτελούν τον ορισμό του success story στον τομέα εστίασης και καινοτόμα Θεσσαλονικιώτικη επιχειρηματικότητα που τα σπάει. Παρ' όλα αυτά: «Η ντουλάπα με τα ρούχα μας, το σπίτι μας, η ζωή, οι οικογένειες και η ρίζα μας θα είναι πάντα στη Θεσσαλονίκη», απαντούν, όταν ρωτώ να μάθω πόσο γιογιό και σβούρα έγινε η ζωή τους, αφού όλα αυτά τα χρόνια το Ergon τελεί υπό συνθήκη συνεχούς ανάπτυξης. Και αυτά τα συζητάμε δοκιμάζοντας παρέα την ωραιότερη και γευστικότερη μπουγάτσα κρέμα-κανέλα που μπορεί να γευτεί ο κάτοικος του κέντρου της Θεσσαλονίκης. Φερμένη από το ζαχαροπλαστείο **Τζένεραλ**, τη νέα τους τρέλα τους, που άνοιξε δίπλα ακριβώς από το στρατηγείο του Ergon της Παύλου Μελά, η μπουγάτσα των Δούζηδων δεν αστειεύεται. Το ίδιο και η αλμυρή με σπανάκι που προλόγισε τη γλυκάδα της. Η απίστευτη ζαχαροπλαστική του Τζένεραλ είναι 100% στοχευμένη στην γκουρμέ Θεσσαλονικιώτικη γλυκοσύνη: αρμενοβίλ σένιο και πορτοκαλόπιτα μαγική, κρέμα βανίλια όνειρο και κρέμα σοκολάτα κλάσης, ντοντουρμάς και παγωτά κατηγορίας «άπαιχτα homemade», μπακλαβάδες και τρίγωνα Πανοράματος μούρλια και... αίντε, καλή αρχή στο Τζένεραλ. Να πούμε όμως κάτι και για την **Αγορά Μοδιάνο**, την αποτυχημένη επιστροφή της οποίας, πριν από τρία χρόνια, καλούνται να θεραπεύσουν οι αδελφοί Δούζη; Είναι γνωστή η εμπλοκή τους στην υπόθεση «Επαναλανσάρισμα Μοδιάνο». Δεν είναι σε θέση να ανακοινώσουν οτιδήποτε ακόμα, λένε, και ειλικρινά κανένα πρόβλημα: επικεντρωνόμαστε πάλι στο Τζένεραλ και στο ραβανί του. Δάκρυσα!

08

Κανένας
δεν τον λέει
Κωνσταντέλια,
όλοι τον φωνά-
ζουν **Ντέλια**

Φωτογραφία: Κώστας Αμοιρίδης

Ίσως το Ντέλιας να βγαίνει και από το ντελίριο, αφού το αγαπημένο παιδί της κερκίδας και αστραφτερό διαμάντι του **ΠΑΟΚ**, ο μεσοεπιθετικός παιχταράς που ξέρει να μοιράζει αλλά και να πλαγιοκοπεί σαν τούρμπο εξτρέμ, φέτος το καλοκαίρι κόντεψε να ξεσηκώσει εμφύλιο σπαραγμό με το που ακούστηκε ότι ο **Ιβάν Σαββίδης** συζητά να τον πουλήσει. Καθόλου άδικο, ο Ντέλιας υποδέχεται μπάλα, φεύγει σφαίρα στον κενό χώρο, τραβάει παικτες επάνω του, δραπετεύει στο φτερό, ξαναπαίρνει μπάλα και χαρίζει στο παιχνίδι ένα θέαμα που στη Θεσσαλονίκη, σε ατομικό επίπεδο, είχαμε να απολαύσουμε από την εποχή του **Βασίλη Χατζηπαναγή**.

09

Οι Red Hot Chilli
Peppers θα πλή-
ρωναν χρυσάφι
για το ριφ του
Ασκληπιού
Ζαμπέτα στο
«Out of Control»

Το ίδιο ισχύει και για τους Placebo για το «Carbonate», μια και το ριφ του καλύτερου ηλεκτρικού κιθαρίστα της πόλης (τώρα, χθες, στον αιώνα τον άπαντα) σκοτώνει και καθηλώνει, όπως και ο τελευταίος δίσκος των Seahorse, με τους οποίους ροκάρει ανελέητα, το «Not An AI Creation». Από τους γκαρτζιέρηδες ημίθεους Mushrooms και τις Τρύπες ως τον Νίκο Παπάζογλου, τον σόλο Παυλίδη και τους Love Underground, ο **Ζαμπέτας** με τους Seahorse παραδίδει μαθήματα ηλεκτρικού θορύβου και ψυχωμένης διαλεκτικής συζήτησης με ό,τι συνεχίζει να δηλώνει ροκ εν ρολ.



ΘΕΣ ΣΑΛΟ ΝΙΚΗ, ΤΙ ΝΕΑ;

10

Ο Θανάσης Γεωργίου και οι designmono επιμελήθηκαν την εικόνα των φετινών 60ών Δημητρίων

Το ιστορικότερο φεστιβάλ πολιτισμού του Δήμου Θεσσαλονίκης εμπνέεται από τις «Εποχές», την πρώτη ποιητική συλλογή του **Μανόλη Αναγνωστάκη**. 100 χρόνια από τη γέννηση του ποιητή, τα φετινά Δημήτρια λανσάρουν για σήμα τους μια βεντάλια, που μπορεί να συμβολίζει τον χρόνο. Βάζω «μπορεί», γιατί είναι πολύ δύσκολο να κατασκοπεύσεις τους νευρώνες του εστέτ και ιντελεκτουέλ αρχηγού ενός από τα πιο σπουδαία δημιουργικά γραφεία της Θεσσαλονίκης, ώστε να τον διαβάσεις με ευκρίνεια. Ο Γεωργίου, γκραντ μάστερ στον οπτικό σχεδιασμό και τον ανασχεδιασμό, το μπραντάρισμα και το επαναλανσάρισμα προϊόντων, με ειδικευση στον πολιτισμό και το productive design and packaging, σχεδίασε για τα φετινά Δημήτρια μια απίστευτη μετάφραση του τι σημαίνει χρόνος. Μαζί του στο έργο, πολλά χρόνια τώρα, βρίσκονται οι **Μπάμπης Κιμίκουλου** και **Μιχάλης Καρακώστας**. Επιστρέφοντας στο 60ό Φεστιβάλ των Δημητρίων, το μενού ξεκινά να «σερβίρεται» από την 1η Οκτωβρίου και περιλαμβάνει από **Κωνσταντίνο Ρήγο** και «Χρυσή Εποχή» έως «Γκοντό» του **Τερζόπουλου**, με ολίγη από την πανκ ενέργεια των Βερολινέζων **Gewalt**, ανάμεικτη με τη θρησκευτικότητα του **Φώτη Κόντογλου**. Ακόμα: Το μπαντονεόν του **Ρίτσαρντ Γκαλιάνο** και του **New Villagio Trio** συμπληρώνεται με σύγχρονο τσίρκο και χορούς από τη Γαλλία (**Prejlocaj** και **Galactik Ensemble**), τον **Τόμας Φίτζεκ**, που θα παρουσιάσει στη Θεσσαλονίκη το νέο του μυθιστόρημα, και τριάντα ακόμα εκδηλώσεις θεάτρου, μουσικής, χορού, εικαστικών και σινεμά για τις εποχές που πέρασαν, τις εποχές που ήρθαν, τον χρόνο που τελείωσε και το τικ τακ του που ξαναρχίζει να μετράει από την αρχή.



12

11

Ο Πάνος Ευστρατίου και το RFORM. SPACE/ architecture + design studio σκέφτονται και πράττουν τοπικά και παγκόσμια

«Στόχος είναι τα έργα μας να λειτουργούν σαν γέφυρα ανάμεσα στην πραγματικότητα και στις ιδέες», μου λέει ο Πάνος Ευστρατίου, που κάποτε πήρε την απόφαση να μετακομίσει στη Στοκχόλμη, αναζητώντας νέες επαγγελματικές προοπτικές αλλά και για να συνεχίσει τις μεταπτυχιακές σπουδές του. Ήταν και η περίοδος της οικονομικής κρίσης στην Ελλάδα, οπότε ο διακινισμός στη Σκανδιναβία, μια «σεσημασμένη» αρχιτεκτονική και ντιζάιν Μέκκα, έμοιαζε με μονόδρομο. Στη Σουηδία εργάστηκε τόσο σε αρχιτεκτονικά γραφεία όσο και ως ελεύθερος επαγγελματίας, αποκτώντας έτσι μια ολοκληρωμένη εικόνα για το πώς κινείται ο αρχιτεκτονικός κόσμος στην Ευρώπη. Παράλληλα έκανε το μεταπτυχιακό του στον αρχιτεκτονικό φωτισμό στο Πολυτεχνείο ΚΤΗ της Στοκχόλμης, και συνέχισε με έξτρα μεταπτυχιακές σπουδές στο Konstfack για την τέχνη του δημόσιου χώρου, εστιάζοντας στο πώς δημιουργείται και εξελίσσεται ένας κοινός χώρος, αισθητικά και κοινωνικά. Το 2019 ο Πάνος πήρε τη μεγάλη απόφαση: επέστρεψε στην Ελλάδα και τρία χρόνια αργότερα ντεμπούταρε στη Θεσσαλονίκη το αρχιτεκτονικό στούντιο **RFORM.SPACE**, το οποίο εστιάζει στην πρόοδο και την εξέλιξη του εγχώριου αστικού τοπίου. Είναι ένα ατέρμονο και νον στοπ πρότζεκτ, που υπηρετεί την αναβάθμιση της εικόνας της πόλης, με τον Ευστρατίου να ισορροπεί μεταξύ διεθνούς εμπειρίας και τοπικής κουλτούρας: «Η αρχιτεκτονική είναι ένα εργαλείο, ένα μέσο, το οποίο μπορεί να βελτιώσει σημαντικά την ποιότητα ζωής. Τα έργα μας είναι ανθρωποκεντρικά, άρτια γεωμετρικά και προορισμένα να υπηρετούν και να εξυπηρετούν τις ανάγκες κάθε πελάτη. Το όμορφο, άλλωστε, πρέπει να είναι και χρηστικό. Στο RFORM.SPACE δημιουργούμε και παράγουμε αρχιτεκτονική μέσω μιας ιδιαίτερης διαδικασίας, που δίνει προτεραιότητα στον άνθρωπο και τις ανάγκες του. Η φιλοσοφία μας έχει ως στόχο να ξεπεράσει τα κατασκευαστικά όρια, δίνοντας ζωή και χαρακτήρα σε κάθε ιδέα. Διαμορφώνουμε ένα μέλλον όπου η αρχιτεκτονική λειτουργεί σαν γέφυρα ανάμεσα στην πραγματικότητα και τις σκέψεις, θέτοντας μια νέα αντίληψη για το πώς ζούμε και δημιουργούμε». Well done, αλλά και ακόμα καλύτερα για τον Πάνο Ευστρατίου και την ομάδα του, που εκτός από την Ελλάδα, τα κατάφεραν και στη Βοστώνη: Το βραβευμένο εστιατόριο **Kaia**, ένα ελληνομεσογειακό concept που μεταφέρει στον Αμερικανό επισκέπτη την αίσθηση του ελληνικού καλοκαιριού, αν μη τι άλλο είναι μια σημαντική επιβράβευση. Το τοπικό, το παγκόσμιο και ο Πάνος Ευστρατίου που σας έλεγα.



Οι Κωνσταντίνος Κουλουζάκης, Δανάη Μπερσή και Ελένη Ζαχαροπούλου το φετινό φθινόπωρο δίνουν ραντεβού στις πλατείες

Το μπαρ **Στόρι** της Ολύμπου είναι το στρατηγείο τους. Βέρος Θεσσαλονικιός ο Κωνσταντίνος Κουλουζάκης και Αθηναίες οι Δανάη Μπερσή και Ελένη Ζαχαροπούλου, που πρόσφατα μετακόμισαν στον Βορρά για να αλλάξουν αέρα και ζωή, το φετινό φθινόπωρο ξαναζωντανεύουν το αλήστου 90s λαζοπουλικό σλόγκαν «Πάμε πλατεία!». Ο ινστρουκτορας Κουλουζάκης, δεκατρία χρόνια πριν, λάνσαρε το **Πικ Νικ Urban Festival**, που είναι πλέον θεσμός: Μουσική, σινεμά, χαλαρό άραγμα σε φανερές ή μυστικές γωνιές της Θεσσαλονίκης και επανασύσταση της μοπέμ αστικότητας, μέσα από την περιπλάνηση και τον ρεμβασμό, αυτό ήταν το κόνσπετ και έτσι συνεχίζει. Εμβληματικά μνημεία αποκτούν ξανά νευρική ζωή, αντί οι ανδριάντες των ηρώων να κοιμούνται μακάριοι στις δάφνες της λήθης, συνύπραξη, συμμετοχή, χαρά και πάμε: Από τη Ρωμαϊκή Αγορά ως τις Δωδεκαόροφες της Σταυρούπολης και από τα Κάστρα ως τις Σαράντα Εκκλησιές, οι γειτονιές της Θεσσαλονίκης δονούνται από νέες δυναμικές. Για όλο τον χάρτη όπου εξελίσσεται η δράση, τσεκάρετε το **Urbanpicnic.gr**

Ο Αλέξανδρος Πλωμαρίτης περιπλανιέται σαν φάντασμα στα ερείπια και τα χαλάσματα

Το σώμα, απόλυτα και πολυδιάστατα παρόν στην εικαστική πορεία του Αλέξανδρου Πλωμαρίτη, πρωταγωνιστεί και πάλι στην έκθεση με τίτλο «*Becoming a Ghost*» στο MOMus-Πειραματικό Κέντρο Τεχνών στο Λιμάνι. Από αρχιτεκτονικά ερείπια στις Βρυξέλλες, εγκαταλειμμένα μοναστήρια, εκκλησίες και μέγαλα, φορείς μιας χαμένης αριστοκρατικής και θρησκευτικής ταυτότητας, το σώμα του αφηγείται ιστορίες από άλλους τόπους, μέχρι να επιστρέψει στον οικείο τόπο γέννησής του, τη Θάσο και το Παγγαίο όρος. Στέκει εκεί, στη μέση της θάλασσας, πάνω σ' ένα παλιό πολυβολείο, κρατώντας μια ανοιχτή μαύρη ομπρέλα ως μια σιωπηλή ποιητική αναφορά στον Ρενέ Μαγκρίτ, αφού ο Πλωμαρίτης με το σώμα του θέτει διαχρονικά ερωτήματα για την ταυτότητα, την πατρίδα, την απώλεια, την ετερότητα, τη μνήμη και την ιστορική συνέχεια. Στην έκθεση «*Becoming a Ghost*», μέσα από φωτογραφίες, βίντεο και εγκαταστάσεις, εξερευνά την επιτελεστικότητα του σώματος ως φασματικής υπόστασης: ένα σώμα που υπάρχει αλλά δεν αναγνωρίζεται, που κατοικείται αλλά δεν είναι φανερό, που είναι σιωπηλό αλλά επιτελεί την παρουσία του, που δεν εντάσσεται αλλά επιβιώνει. Σε επιμέλεια της ιστορικού Τέχνης **Ειρήνης Παπακωνσταντίνου**.



Ο λαϊκός pop art ζωγράφος Σπύρος Σούτσος στο μυθικό ατελιέ της Εγνατίας 65

Καζαντζίδης και Lemmy, AC/DC και Βασίλης Χατζαπαναγής, Iron Maiden και Γεωργία Βασιλειάδου από την «Καφετζού», Μόνικα Βίτι από το «L'Avventura» του Αντονιόνι, κι αυτός είναι ο λόγος που, πάντα οπότε με βγάζει ο δρόμος, μπαίνω στη **Soutsos Art Gallery** και τα ψιλολέμε με τον Σπύρο. Είτε απθανατίζει τον Μάικλ Ντάγκλας και τον Μαραντόνα, είτε τον Νίκο Ξυλούρη, τη Μελίνα, τη Βουγιούκλω και τον Κλιντ Ίστουγντ, η πινελιά του κρύβει ενθουσιασμό, σεβασμό και υπέρτατη λατρεία για το καλλιτεχνικό του υποκείμενο. Λατρεία που μόνο μάστορες και ψυχάρες σαν του λόγου του μπορούν να την αποτυπώσουν τόσο κομπλέ και αγαπησιάρικα.



ΘΕΣ ΣΑΛΟ ΝΙΚΗ, ΤΙ ΝΕΔ;

16

Τι ετοιμάζει η Θούλη Μισιρλόγλου στην 9η Μπιενάλε και τι θα πει ΡΝΣ9;

Υπομονή ως τις 31 Οκτωβρίου που ξεκινά. Με τον κρυπτικό τίτλο «Όλα πρέπει να αλλάξουν. ΡΝΣ9», όπου ΡΝΣ9 σημαίνει Ριζοσπαστική Νοημοσύνη Σαλονίκη 9, η Θούλη Μισιρλόγλου, διευθύντρια του **Μακεδονικού Μουσείου Σύγχρονης Τέχνης**, και η ανεξάρτητη επιμελήτρια **Νάντια Αργυροπούλου** προλογίζουν τα επερχόμενα: Στο πλαίσιο της διερώτησης για όσα «πρέπει να αλλάξουν», η Μπιενάλε καταπιάνεται «με την έξαψη, το δέος αλλά και τον φόβο που δημιουργεί το επείγον παρόν της Τεχνητής Νοημοσύνης». Η διοργάνωση θα επιχειρήσει ένα πιο ουσιαστικό, απρόσμενο βήμα στην ίδια την έννοια της πολύτροπης, επαναστατικής νόησης, πέραν της μπανάλ επίκλησης του τεχνολογικού θαύματος-τραύματος. «Η Ριζοσπαστική Νοημοσύνη, το ΡΝ στο παράξενο αρκτικόλεξο-δείκτη του τίτλου, συνδυάζεται με τη συντομογραφία Σ9, όπου κωδικοποιείται η λαϊκότερη εκδοχή Σαλονίκη (αντί του Θεσσαλονίκη), έτσι ώστε να ενσωματώνεται στον τίτλο η κατεύθυνση και η απεύθυνση, η δυναμική της προσέγγισης *προς* και της εκπομπής *από* την πόλη, έτσι ώστε να επιτευχθεί κατά το δυνατό το “μαζί” της προσωρινής κατοίκησης του χώρου και των συμβόλων της». Κατάσταση αναμονής...



Ο εκδότης Πέτρος Παπασαραντόπουλος αγαπά την πλατεία Ναυαρίνου

Οι λόγοι είναι πολλοί αλλά και ο εξής ένας: Η πλατεία Ναυαρίνου, η δεύτερη μεγαλύτερη πλατεία του κέντρου της Θεσσαλονίκης, υπήρξε ανέκαθεν πολύχρωμη, αστική, μποέμ και συνάμα επαναστατική. Οι ιδέες χρόνια τώρα κυκλοφορούν και ζυμώνονται στα πέριξ, επομένως η γειτονιά ήταν και παραμένει το ιδανικό σημείο για το **Επίκεντρο**. Ο πιο δραστήριος εκδοτικός οίκος του Βορρά και ο ιστορικός εκδότης, δημοσιογράφος και φιλελευθέρως διανοούμενος, που δεκαετίες τώρα παράγει έργο, σκέψη και αποτέλεσμα, κατοικούν στο Ναυαρίνο. Με κέντρο την πλατεία, διακονούν γράμματα, σπουδάματα και αλά Καρλ Πόπερ συγγράμματα. Τελευταία σοδειά: Διονύσης Καραχάλιος, «Οι αριστερόστροφες ιδεοληψίες και οι μύθοι της Μεταπολίτευσης», Χρίστος Ζαφείρης, «Η Θεσσαλονίκη του 20ού αιώνα», Ανδρέας Πανταζόπουλος, «Ο Ντοστογιέφσκι και το πολιτικό κακό» και Λίλα Μαρκ, «Αγνοια και μακαριότητα».

15



Ο Γιάννης Καλπακίδης είναι ο βασιλιάς του κρασιού

Στην ίδια θέση από το 1987, το μπαρ που διδάσκει κρασί και νύχτες στο κόκκινο (κυριολεκτικά, αφού αυτό είναι το κυρίαρχο χρώμα του) λέγεται **Alea** και είναι δημιούργημα ενός τύπου που μόνο σεβασμό εμπνέει. Αν ο Μάρτιν Ζακ, ο αρχηγός των Tiger Lillies, δήλωσε ότι το Alea είναι το καλύτερο wine bar του κόσμου, είναι γιατί στα ποτήρια του κυκλοφορεί μεγάλη ποικιλία αμπελώνων: από τον Ναουσαϊκό και του Αμύνταιου ως της Νέας Ζηλανδίας και της Καλιφόρνιας, και από της Τοσκάνης και της Γαλλίας ως της Νότιας Αφρικής.

18 Η Κική Μποτονάκη το πρωί είναι μαμά και τις νύχτες μια techno ιέρεια

Σε μια αγορίστικη clubland, η techno της **Kika**, όπως τη φωνάζουν οι φίλοι της, κάνει τη διαφορά. Μινιμαλίζει, χαουζάρει, ατσαλώνει, ακούγεται στον θερμαϊκό, προθερμαίνεται για το φετινό **Reworks** (Κική, ζούμε back to back με τον Black Coffee να σε δούμε!). Μετά γλυκού λόγου, το καθημερινό ραδιοφωνικό σόου της στον **FLY 104**, 15:00 με 18:00, αλλά και η συνολική της έκθεση στα φεστιβάλ, τα κλαμπ και τα σπέσιαλ events, χρίζουν την Κική Μποτονάκη βασίλισσα της Θεσσαλονικιώτικης ΒΡΜλάνδης. Πολλά κιλά ρισπέκτ.





19

Οι πρωινοί του Local μπορούν άνετα να κυβερνήσουν τη Θεσσαλονίκη

Κάθε πρωί, στο πιο κεντρικό σημείο της πόλης, στο ιστορικό καφέ της γωνίας Παύλου Μελά και Παλαιών Πατρών Γερμανού, με καφεΐνη, κουλούρια και ατελείωτη ανταλλαγή πληροφοριών και κατάθεση απόψεων, αυτοί οι τύποι δικαιώνουν την άποψη που θέλει τη Θεσσαλονίκη να είναι ένα μικρό χωριό, όπου όλα μαθαίνονται και τίποτα δεν μένει κρυφό. Ανταλλάσσουν κhow how, αφού ο καθείς είναι εξπέρ στο είδος του και μια κατηγορία γνώσης και σπάνιων πληροφοριών από μόνος του. Η κυβέρνηση του Local, όπως μου αρέσει να τους αποκαλώ, μπορεί άνετα μια μέρα να ζητήσει ψήφο εμπιστοσύνης από τον λαό της Θεσσαλονίκης, αφού στον καθημερινό της καφέ, από τις 8 ως τις 10 το πρωί, λύνει και δίνει και δίνει λύσεις σε όλα τα θέματα της πόλης. Από αριστερά προς τα δεξιά: **Ανδρέας Ανδρόνικος Ανδρονικίδης** (καθηγητής Marketing Management στο ΠΑΜΑΚ), **Φραγκίσκος Βακαλόπουλος** (ιδιοκτήτης της ΕΞΠΟ, εταιρείας διαχείρισης και κατανομής κοινοχρήστων), **Νίκος Ευαγγελόπουλος** (ιδιοκτήτης του Local), **Νάσος Βλαδίκης** (οδοντίατρος), **Γιάννης Κελλαρτζής** (χημικός μηχανικός), **Χρήστος Ζλατάνος** (λογιστής), **Σταύρος Κόλλας** (δημοσιογράφος και ΠΑΟΚ ως το μεδούλι), **Νάντια Κουλούρη** (Γραφείο Τύπου στον Οργανισμό Λιμένος) και **Αβραάμ Βουτσινάς** (Sales). Πίσω τους στο βάθος ο ταχυδακτυλουργός της καφεΐνης και μάγος των εκχυλισμάτων **Μάριος Φωκάς**. Από την αναμνηστική λήψη λείπουν οι **Πρόδρομος Μοναστηριδής** (προϊστάμενος του τμήματος Marketing και Χορηγιών του Μεγάλου Μουσικής Θεσσαλονίκης) και ο **Κωστής Μπουντόλας** (head baker του Local).

Έχω φίλες που κόβουν φλέβα για να φορέσουν Αλκμήνη Τριγωνάκη!

Τα ρούχα της έχουν φινέτσα και στίλ, προσωπικότητα και ουσία, γκλαμ διακριτικό και πολυτέλεια που δεν βοά. Και αυτή η πανέμορφη ράφτρα, που ο κόπος της παράγει υψηλή ραπτική με μια δόση θεατρικότητας και λάμψης, πέρα από ταλέντο, δυναμική, φήμη και εύσημα (ελάτε τώρα, μιλάμε για ό,τι καλύτερο κυκλοφορεί στη χειροποίητη μη φασόν μόδα), διαθέτει ατελιέ στο ιστορικό σημείο της **Στοάς Μαλακοπή**. Εκεί που το ρολόι δείχνει πάντα 11:06, ακινητοποιημένο στην ώρα του σεισμού του '78, η Αλκμήνη Τριγωνάκη κόβει και ράβει τα μαγικά της.

20



21



Οι κοσμικές λούπες του Γιώργου Κλουντζού-Χρυσίδη

Πριν από δύο χρόνια, ο πιο γκρούβι ντράμερ της πόλης κυκλοφόρησε το «Semazen», στα 8 τραγούδια του οποίου ροές από φυσικά τύμπανα, πιάνο και κουλαριστή be boe τζαζ κελάρυζαν πλάι σε χιπ χοπ φλόου και χαουζάδικα τύμπανα. Διάθεση εξεπαισμένη, και μια αναφορά στη ρίζα της περσικής λέξης Semazen: προέρχεται από το αραβικό Sama, που θα πει «ακοή», και το Zan, ρυθμό που παραπέμπει στον χορό των Σούφι. Semazen θα πει ένωση, σύνδεση με τον Θεό. Λίγο μετά την κυκλοφορία της δουλειάς του, ο Κλουντζός σέταρε και την μπάντα **Semazen**, οπότε αξίζει οι λάτρες του βινυλίου να αναζητήσετε τον δίσκο του και να σαπορτάρετε τους Semazen όπου παίζουν, στα **Giapi, Pikap, Hydro** και **Ορατό**, τις συντεταγμένες δηλαδή της Θεσσαλονίκης που κρατούν την τζαζ και τα ηλεκτρονικά ψηλά. Υπάρχει κι ένα άλλο μαγικό σχήμα στο οποίο συμμετέχει ο Κλουντζός, οι **Yako Trio**, οπότε συνολικά η διάθλαση και η διάδραση αυτού του τύπου με κάνουν να τον θεωρώ τον καλύτερο της κατηγορίας «Ανήσυχος τυμπανιστής τα σπάει με όποιον παίζει, όπου παίζει και σε ό,τι ηχογραφεί».

ΘΕΣ ΣΑΛΟ ΝΙΚΗ, ΤΙ ΝΕΔ;

52 Α.Υ. 11 - 17 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2025



22

Η Φιλού Μαυροδέλλου συντονίζει μια από τις μεγαλύτερες λέσχες ανάγνωσης

Μερικά από τα πιστεύω της είναι: «Λίγος Κούντερα ακόμα, γιατί ποτέ δεν είναι αρκετός», «Μπράβο, Νίκο, ωραίο βιβλίο μας πρόσφερες» (για τη νουβέλα «Η δεσμοφύλακας» του Δαββέτα) και «Σε διαπερνούν τα βιβλία του Ρόμπερτ Πεν Γουόρεν, σπουδαία λογοτεχνία, στοχεύουν ευθύβολα στις ραγισματιές μέσα σου». Το Φιλού βγαίνει από το Τριανταφυλλιά και η μούσα των θεσσαλονικιώτικων γραμμάτων, που για τις ανάγκες του τεύχους φωτογραφήθηκε στη Ρωμαϊκή Αγορά με πράσινο φόρεμα (Χλωροφιλού!), συντονίζει μια από τις πιο δυναμικές λέσχες ανάγνωσης της χώρας, τη **Λέσχη Ανάγνωσης του Αρχαιολογικού Μουσείου**. Η λέσχη έχει πάνω από 2.000 διακτυακούς φίλους και τουλάχιστον 200 παρόντες, ψυχή τε και σώματι, στην αίθουσα κάθε φορά που ανταμώνουν οι βιβλιόφιλοι για την «ακτινογραφία» σελίδων. Η ηρωίδα μας σας καλεί στην πρώτη συγκέντρωση της νέας αναγνωστικής χρονιάς. Ήτοι: 26 Σεπτεμβρίου, πρώτος καλεσμένος ο **Κώστας Αρκουδέας**, ιδρυτής της λέσχης, που επιστρέφει για να παρουσιάσει τα βιβλία του «*Το χαμένο Νόμπελ—μια αληθινή ιστορία*», «*Επικίνδυνοι συγγραφείς*» και «*Μυστική Ιθάκη*».



23

Η Εύη Καρκίτη έχει διάφορα ωραία και καλά μέσα στο κεφάλι της

Δύο κορίτσια μεγαλώνουν με τους γονείς τους, εκλιπαρώντας για αγάπη, στοργή, αγκαλιές και προσοχή. Δεν τα εισπράττουν κι έτσι φαντασιώνονται ένα παράλληλο σύμπαν, όπου εντός τους συμβαίνουν όλα όσα επιθυμούν. Μεγαλώνοντας, οι δυο αδελφές, ανακαλούν στη μνήμη τους τα τραύματα, συνεχίζοντας να καταφεύγουν στη φαντασία, τα παλιά περιδικά, τους σκίους που σκέφτονται σαν άνθρωποι, τα δάση και τις πισίνες-προσομοιώσεις μικρών ωκεανών. Με εξώφυλλο το «*Die Traumende*» του Σίλε, η δημοσιογράφος, ραδιοφωνική παραγωγός της εκπομπής «*Ολίγη κίνηση του δρόμου και των μαγαζιών*» (95,8 FM) και συντονίστρια της ομάδας πολιτιστικών περιηγήσεων **Thessaloniki Walking Tours**, κυκλοφόρησε το πρώτο της μυθιστόρημα, «*Ο Ιερώνυμος στην έρημο*» (εκδ. Κριτική), όπου μιλά για τον χρόνο, τον έρωτα, την πείνα για αγάπη και τη σημασία ύπαρξης μιας δεύτερης ζωής-αποκούμπι, που εντός της τα ανεπούλωνα καταλαγιάζουν και το κενό μειώνεται. Διαβάστε το.

Ο αλανιάρης Χάρης Παπαδόπουλος είναι ο αρχηγός και των Εκτάκτων και των Ατάκτων

«Τη νύχτα που ανοίξαμε την **Κονσέρβα**, ο Γκοντάρ διάλεξε να φύγει με ευθανασία. Τις επόμενες 40 μέρες ένα κερί για την ψυχούλα του έκαιγε κάτω από την αφίσα του “Ζούσε τη ζωή της”, ταινία για την οποία ακόμα ο Χάρης Παπαδόπουλος κόβει φλέβες. Η Κονσέρβα είναι μπαρ διευρυμένης καλλιτεχνικής αντίληψης και νυχτερινού ξοδέματος με λόγο, αιτία και γκαγκάν διάκοσμο. Οι αφίσες του Ψωμίαδη πριν γίνει νομάρχης, τότε που τραγουδούσε στο κοσμικό κέντρο Γαρδένια στα Λαδάδικα, συνομιλούν βανδαλιστικά με τον Ντέιβιντ Λιντς, τον Νίκο Παπάζογλου, τις Μουσικές Ταξιαρχίες και τον Παπαθεμελή εποχής ΠΑΣΟΚ, ωραία χρόνια. Η Κονσέρβα είναι προέκταση της περσόνας του Χάρη. Δίπλα στον σταθμό του μετρό Αγίας Σοφίας, μαζί με τον αδελφό του τον **Μούση** (μάντεψε γιατί τον λένε έτσι) και τον **Νίκο**, ο Χάρης ενορχήστρωσε μια κατάσταση με τα λαϊκά τα τίμια, τα ανόθευτα, τα αγνά να λαλούν όλη τη νύχτα. Αγαπώ τον Χάρη, τον τρυφερό, τον κανίβαλο, τον τζίνιους, τον κουλουριάρη και τον λαϊκό δερβίση. Και λατρεύω την Κονσέρβα για το ετερόκλητο του θέματος, το ήθος και την ευγένεια, την ανθρωπιά και τη συμπεριληψη. Συχνάζουν γνωστοί Σαλονικιοί, ή σκέτοι παλαβοί χωρίς πτυχίο, αράζουν ζωγράφοι αλλά και ψυχούλες χωρίς υψηλές καλλιτεχνικές ιδιότητες, παιδιά περίεργα, παράφορα, παράξενα και ωραία, σαν αυτά που έχουν την Τζένη Βάνου εικόνισμα και τον Χάρη τον αλανιάρη Παπαδόπουλο για αρχηγό. Στην υγεία όλων τους. **A**





ΘΕΣΣΑ ΛΟΝΙΚΗ

Ο ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΣ ΤΩΝ FOODIES!

14 μέρη στη Θεσσαλονίκη
που αξίζει
να δοκιμάσεις τώρα

CHOUREAL

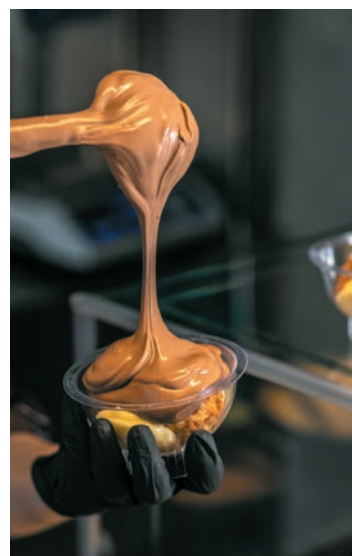
Το προφιτερόλ της ζωής σου!



Δεν είναι τυχαίο που το Choureal έχει κερδίσει πάνω από 25 βραβεία γεύσης. Γιατί τη στιγμή που μια γενναιόδωρη ποσότητα σοκολάτας πέφτει πάνω από το φρεσκοψημένο choux, κάθε ήχος σταματά σε αυτή τη ζαχαρένια γωνιά και το «ευτυχιόμετρο» ανεβάζει ρυθμό! Όλοι παρακολουθούν με έκθαμβο βλέμμα το tailor-made a la minute προφιτερόλ, το πρώτο της Ελλάδας, που δημιουργείται από την αρχή μπροστά στα μάτια «μάστορα» και πελάτη και όλοι δοξάζουν τη μοναδική γεύση του. Όμως αυτός δεν είναι ο μόνος λόγος που έστειλε το Choureal στην κορυφή των pastry shops της χώρας. Είναι και η ευλαβική προσήλωση στην ποιότητα των υλικών, τα ολόφρεσκα αυγά και το

αγνό γάλα, το καλό αλεύρι, το βούτυρο από τη Βρετάνη, τη φυσική βανίλια Μαδαγασκάρης και φυσικά, τις καλύτερες σοκολάτες του κόσμου, αφού, εκτός από τη γνωστή μας Valrhona, χρησιμοποιεί επίσης και τη Noalya, μία extra premium από την Τοσκάνη, που εισάγει αποκλειστικά το Choureal. Όσο για τα choux στο προφιτερόλ σου, εννοείται πως κι αυτά, όπως κάθε τι άλλο, φτιάχνονται εδώ και μόνο εδώ. Πολλές μικρές παρτίδες ξεφουρνίζονται μέσα στη μέρα και γεμίζονται με αυθεντική κρέμα ζαχαροπλαστικής ή χειροποίητο παγωτό, homemade παραγωγή – στην παγωτό-προφιτερόλ signature συνταγή του Choureal μπορείς να επιλέξεις ανάμεσα σε δέκα γεύσεις παγωτού για να γεμίσεις τα σουδάκια σου. Αν δίπλα σε αυτό προσθέσουμε και την πλούσια ποικιλία σε σοκολάτες με τις οποίες θα περιχύσεις το προφιτερόλ σου, από σοκολάτα φιστίκι μέχρι σοκολάτα με passion fruit αλλά και espresso mocha, και αν συνυπολογίσουμε και τις δεκάδες επιλογές σε γαρνιτούρες, καταλαβαίνεις ότι οι συνδυασμοί είναι αμέτρητοι.

Extra tip: Δοκίμασες τα τρομερά εκλέρ; Φτιάχνονται καθημερινά σε κλασικές γεύσεις αλλά και εποχιακούς συνδυασμούς και είναι τέλεια!



INFO

Παλαιών Πατρών
Γερμανού 9
2310252766 /
Ελ. Βενιζέλου 20
2310285353
www.choureal.com
f choureal.
profiterole
@ choureal_
profiterole

Ήταν το μακρινό 1976 όταν ο Μίλτος Βαγγέλης άνοιξε το πρώτο Ζαχαροπλαστείο «Μίλτος» στην περιοχή της Μαρτίου. Σήμερα, σχεδόν 50 χρόνια μετά, τα ζαχαροπλαστεία μετρούν 10 καταστήματα κι έχουν γράψει τη δική τους ιστορία στον γαστρονομικό χάρτη της Θεσσαλονίκης, έχοντας ως μότο «Για κάθε στιγμή της ημέρας» και φιλοσοφία που παραμένει αναλλοίωτη στο πέρασμα των χρόνων: ποιοτικές γλυκές και αλμυρές γεύσεις, φτιαγμένες με μεράκι, από άριστες πρώτες ύλες, φιλοξενία και άριστη εξυπηρέτηση.

Το ψωμί του Μίλτου δεν πρέπει να λείπει από κανένα τραπέζι. Ζυμώνεται καθημερινά, με φυσικό προζύμι, χωρίς βελτιωτικά και ενισχυτικά γεύσης και είναι το ψωμί που λατρεύει κάθε οικογένεια. Παράλληλα, καθημερινά θα βρείτε τα γεύματα ημέρας, 8 με 10 πιάτα, μαγειρεμένα με τα καλύτερα υλικά. Η ποικιλία μεγάλη και εναλλάσσεται σχεδόν καθημερινά, έτσι μπορεί να βρείτε μαμαδιστικά γεμιστά με κιμά, φοβερό μοσχάρι με πουρέ πατάτας, αγαπημένο παστίτσιο, διάφορα όσπρια, κοτόπουλο λεμονάτο με πατάτες στον φούρνο, κριθαράκι με θαλασσινά και άλλα πολλά. Μια ακόμα ιδιαίτερη κατηγορία γεύσεων στα Ζαχαροπλαστεία Μίλτος αποτελούν οι πίτες και οι σφολιάτες, φτιαγμένες με παραδοσιακές συνταγές, φρέσκο βούτυρο και φέτα. Οι χωριάτικες πίτες, (τυρί, σπανάκι, κιμάς) είναι πραγματικά απολαυστικές, όπως και τα σφολιάτοειδή, με τυρί, σπανάκι, λουκάνικο, ζαμπόν-κασέρι, κίς λορέν). Κι ακόμη, θα βρείτε τортιγίες, σαλάτες, σάντουιτς και πολλά άλλα.

Γλυκιά Ζωή

Οι γλυκατζήδες της πόλης αλλά και οι ψαγμένοι επισκέπτες πάντα κάνουν μια στάση στα Ζαχαροπλαστεία Μίλτος – και κάτι παραπάνω ξέρουν. Θα βρείτε ολόφρεσκες πάστες σε μια πολύ μεγάλη ποικιλία, αξέχαστα σιροπιαστά, όπως κανταϊφάκια, μπακλαβά, σαραγλί, γαλακτομπούρεκο, τριγωνάκια και άλλα, που φτιάχνονται με φρέσκο βούτυρο και διαλεχτούς ξηρούς καρπούς, αξεπέραστα παγωτά σε γεύσεις όπως cookies, σοκολάτα, κρέμα, λεμόνι, πραλίνα, φράουλα κ.λπ., τα οποία μπορείτε να προμηθευτείτε είτε σκέτα, είτε με διάφορα toppings και σιροπιαστά, αλλά και σε παγωτίνια. Κι ακόμη, υπέροχα σοκολατάκια και κεράσματα, αλλά και τα φημισμένα τσουρέκια και τα κέικ, φτιαγμένα κι αυτά με με παραδοσιακές σπιτικές συνταγές και με αγνές πρώτες ύλες όπως είναι το φρέσκο γάλα, το βούτυρο, τα αυγά και το εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο. Σημειώστε ότι όλα αυτά τα νόστιμα μπορείτε να τα προμηθευτείτε και μέσω του e-shop των Ζαχαροπλαστείων Μίλτος, που από την πρώτη δοκιμή θα γίνουν ο αγαπημένος σας προορισμός.

Extra tip: Το catering των Ζαχαροπλαστείων Μίλτος μπορεί να οργανώσει με τον καλύτερο τρόπο το γευστικό κομμάτι κάθε σας προσωπικής στιγμής – γάμους, γενέθλια, βαπτίσεις και άλλα.



ΜΙΛΤΟΣ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΑ

Αγαπημένες γλυκές και αλμυρές γεύσεις από το 1976



INFO

Κεντρικό:
Στέλιου Καζαντζίδη 37
Θέρμη
2310476187 & 189
Τσιμισκή:
Τσιμισκή 82
2310222120
Δελφών:
Δελφών & Μαρτίου
2310319413
Βότση:
Ελ. Βενιζέλου 8 –
Βότση, 2310431429
Χαριλάου:
Αλ. Παπαναστασίου 133
2310325272 /
Γιάννη Αγγέλου 13
2310323279
Αγ. Ιωάννης:
Γ. Γεννηματά 34
2310445328
Περαία:
Ανθών 44
2392027078
Εγνατία:
Κ. Καραμανλή 35
2310989980
Καλαμαριά:
Λεωφόρος Εθνικής
Αντιστάσεως 10
2310433284

www.miltos.gr

CIN CIN

Το αγαπημένο στέκι της Ικτίνου
και η ωραιότερη αυλή της πόλης



Κάθεσαι αναπαυτικά σε μια ρομαντική φερ φορζέ καρέκλα. Ο πρωινός ήλιος χαϊδεύει το μάγουλό σου. Ένα πληθωρικό Croque Madame προσγειώνεται μπροστά σου και κάνει αυτή τη στιγμή ακόμη πιο νόστιμη. Έτσι ξεκινούν οι όμορφες μέρες στο Cin Cin Thessaloniki, το στέκι που τα τελευταία 8 χρόνια έχει γράψει τη δική του ιστορία στη Θεσσαλονίκη. Από την είσοδο επί της Ικτίνου δεν τη βλέπεις, ούτε καν τη φαντάζεσαι, αλλά στο βάθος σε περιμένει μια φουντωτή αυλή. Ιδανική για να απολαύσεις ένα πλούσιο brunch, πεντανόστιμο lunch και, αργότερα, το ποτό σου. Το Cin Cin ανοίγει στις 10 το πρωί και μέχρι

τις 12 το μεσημέρι σε περιμένει με το Early Birds Go Lucky, μια μοναδική προσφορά, που σου δίνει τη δυνατότητα να επιλέξεις ανάμεσα σε τέσσερις επιλογές πρωινού στα €8 μαζί με δωρεάν καφέ ή χυμό. Όσο προχωράει η μέρα κι άλλες λιχουδιές κάνουν την εμφάνισή τους. Τι να πρωτοδοκιμάσεις; Σίγουρα τα Paccheri Manzo με αφρό παρμεζάνας, pulled μοσχαρίσια μάγουλα και λάδι τρούφας, ένα βαθιά comfort πιάτο, αλλά και τη Shrimp Fregola με bisque, ψητή γαρίδα, τραγανό chorizo και gel λεμονιού και δυόσμου – ποίημα!

Οι Θεσσαλονικείς ξέρουν καλά ότι το Cin Cin εκτός από μία λαχταριστή κουζίνα, έχει και μια πολύ δυνατή μπάρα (σ.σ. ο θεσμός του Trolley VS Trolley επανέρχεται τον χειμώνα με πολλές εκπλήξεις!). Θα ανακαλύψεις όλα τα κλασικά cocktails, πολλές ενδιαφέρουσες επιλογές στη signature cocktail list, όπως και ολόδροσα aperitivo, τα οποία μάλιστα από τις 16.00 έως τις 20.00 σερβίρονται στα €6. Αυτά συμβαίνουν στην πιο όμορφη αυλή του Θεσσαλονικιότικου κέντρου και κάνουν την επιστροφή στην πόλη να μοιάζει λίγο πιο γλυκιά.



INFO

Ικτίνου 22
2310223350
f Cin Cin
@cincin.skg /
trolleyvstrolley

GIULIETTA SPRITZERIA

Το πρώτο spritz bar στη Βόρεια Ελλάδα
γεννήθηκε στη Θεσσαλονίκη



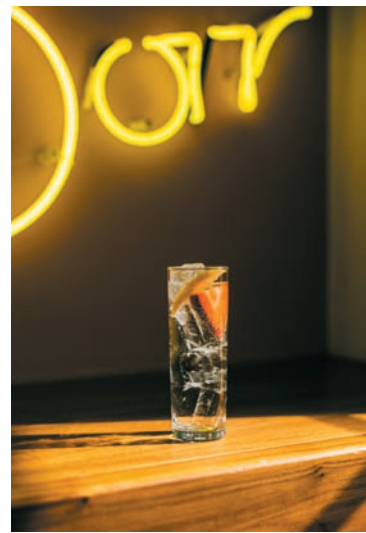
Όλοι ξέρουν την Giulietta (κλείσιμο ματιού...). Το χαρακτηριστικό στέκι με τις ριγέ τέντες και τις πορτοκαλί καρέκλες είναι το σημείο όπου όλη η Θεσσαλονίκη δίνει ραντεβού μετά τη δουλειά. Ως γνήσια spritzeria (πρόκειται, μάλιστα, για το πρώτο spritz bar σε ολόκληρη τη Βόρεια Ελλάδα!), η Giulietta σερβίρει αποκλειστικά Spritz. Αλλά τι Spritz! Θα βρεις όλα τα κλασικά cocktails που αγαπά η ώρα του Aperitivo (το Classic Spritz το βάζεις στα «οποσδήποτε»),

αρκετές επιλογές χωρίς αλκοόλ, αλλά και κάποια μοναδικά Spritz με την ξεχωριστή υπογραφή της Giulietta. Και η αλήθεια είναι ότι θα ήταν κρίμα μεγάλο να έρθεις σε αυτή τη spritzeria και να μη δοκιμάσεις το ξακουστό White Negroni, την ολόδροση Italian Paloma ή την ανατρεπτική Passion Spritz Margarita.

Για να συνοδέψεις το Spritz σου θα βρεις υπέροχα πλατό αλλαντικών και τυριών, ενώ να ξέρεις ότι η Giulietta είναι ανοιχτή από τις 10 το πρωί σερβίροντας αψεγάδιαστο ιταλικό καφέ, αλλά και κάποια πραγματικά ιδιαίτερα ιταλικά αναψυκτικά.

Μην το σκέφτεσαι... Η Giulietta φτιάχτηκε ακριβώς γι' αυτά τα ραντεβού με φίλους και after office Spritzs, που δίνουν ένα ανέμελο τέλος ακόμη και στην πιο δύσκολη μέρα.

Extra tip: Υπάρχει μια καμπάνα που χτυπάει καθημερινά τα μεσάνυχτα για να σημάνει την τελευταία παραγγελία, οπότε έχεις χρόνο για ένα ακόμη spritz..



INFO

Π.Π. Γερμανού 33
2310242020
@giuliettaspritzeria

MOONKIZ CAFÉ

Το πρώτο κορεάτικο καφέ βρίσκεται στη Θεσσαλονίκη και σαρώνει!



Από τον Δεκέμβριο του 2024 η Θεσσαλονίκη απέκτησε το δικό της slice από Σεούλ: το Moonkiz Café, το πρώτο κορεάτικο place to be στην Ελλάδα. Ένας χώρος που έχει ήδη εξελιχθεί σε hot spot για τη Gen Z, τους K-pop fans και κάθε fun-seeker που θέλει να δοκιμάσει κάτι διαφορετικό. Το design του, διά χειρός Ark4lab of Architecture, έχει παρουσιάσει στο Archilovers, ενώ η ατμόσφαιρα παραπέμπει κατευθείαν σε hip γειτονιά της Σεούλ.

Στον κατάλογο θα βρεις την πιο ολοκληρωμένη πρόταση matcha στην πόλη, σε premium εκδοχές όπως red bean, honeycomb, ube, strawberry και turmeric. Τα Korean corndogs έγιναν bestseller μέσα σε μόλις έναν μήνα, ενώ τα instagrammable cocktails με κορεάτι-

κο twist έχουν ήδη viral status στα social media. Στα comfort bites, coin toasts, taiyaki και Korean macarons συμπληρώνουν την εμπειρία με τον πιο playful τρόπο. Το Moonkiz έχει καταφέρει να δημιουργήσει μια κοινότητα, φέρνοντας στην Ελλάδα την K-pop εμπειρία σε μηνιαία βάση, με parties που γεμίζουν τον χώρο από fans που τραγουδούν και χορεύουν, σε ένα σκηνικό που θυμίζει συναυλία. Τα θεματικά fan nights, όπως Stray Kids ή Blackpink, έχουν μετατρέψει το café σε community hub.

Πίσω από το project βρίσκεται μια ομάδα με ισχυρό background στη γαστρονομία και το branding. Ο Δημήτρης Τριανταφύλλου, CEO της Asian House, με πολυετή εμπειρία στον χώρο, ο Γιάννης Χρηστίδης με τη γνώση του franchise από το Jerry's Foodtruck, η Ελένη Ντίλη με πλούσια πορεία σε γαστρονομικά projects και εκπαίδευση, και ο Daniel Hardy, Executive Chef με 30 χρόνια εμπειρίας και θητεία στο Le Cordon Bleu. Το Moonkiz κατάφερε σε πολύ σύντομο χρονικό διάστημα να φέρει το K-culture vibe στην Ελλάδα και να βάλει τη Θεσσαλονίκη στον χάρτη του Korean wave. Το brand, μετά την επιτυχία στη Θεσσαλονίκη, ετοιμάζεται μέσα στο επόμενο τετράμηνο να επεκταθεί στο κέντρο της Αθήνας.



INFO

Γεωρ. Σταύρου 8
Θεσσαλονίκη
2310222011
www.moonkiz.com
f moonkizcafe
@ moonkizcafe

ASIAN HOUSE

Η Θεσσαλονίκη σε... ασιατικό mood



Αν η Θεσσαλονίκη έχει μια κατηγορία γεύσεων που ανεβαίνει σταθερά, αυτή προέρχεται από την ασιατική κουζίνα. Και το Asian House είναι μάλλον το πιο χαρακτηριστικό παράδειγμα. Με πέντε δυνατά σημεία στην πόλη (Νέα Παραλία, Κέντρο, Εύσμος, Τούμπα, Θέρμη), το brand έχει κατορθώσει να γίνει σχεδόν συνώνυμο της «γρήγορης αλλά σωστής» ασιατικής εμπειρίας.

Το μενού παίζει σε πολλά επίπεδα. Από ramen και rho που επαναπροσδιορίζουν την έννοια του comfort food, μέχρι bao buns, dumplings και gyoza που θυμίζουν αυθεντικό street food από

Τόκιο και Σεούλ. Τα fusion bowls και τα noodles παντρεύουν Ανατολή και Δύση με πιο παιχνιδιάρικες συνταγές, ενώ το sushi και το kimbar προσφέρουν μια πιο δροσερή επιλογή για όσους προτιμούν κάτι ελαφρύ. Και για το κλείσιμο, τα ασιατικά γλυκά έρχονται να ολοκληρώσουν την εμπειρία χωρίς καμία υπερβολή.

Αυτό που κάνει το Asian House να ξεχωρίζει δεν είναι μόνο το φαγητό, αλλά και η φιλοσοφία του. Όλα ετοιμάζονται «ala minute», με φρέσκα υλικά, η κουζίνα είναι ανοιχτή, οι χώροι μοντέρνοι και φιλόξενοι, με μια urban αίσθηση, που ταιριάζει απόλυτα στη Θεσσαλονίκη. Παράλληλα, η ομάδα έχει αναπτύξει υπηρεσίες catering, μεταφέροντας το ίδιο vibe σε events, επαγγελματικά ή ιδιωτικά.

Η ομάδα του Asian House διαθέτει ισχυρό background και πολυετή εμπειρία στη γαστρονομία, με τον Δημήτρη Τριανταφύλλου να βρίσκεται στον ρόλο του CEO.

Εδώ και χρόνια το Asian House λειτουργεί ως γαστρονομικό project, που έχει καταφέρει να βάλει την Ασία στο καθημερινό food map της πόλης.



INFO

Νέα Παραλία:
Κορομηλά 3
2310864005 /
Κέντρο:
Καποδιστρίου 7 &
Πάικου, 2310550100 /
Εύσμος:
Παλαιοκώμης 20
2310692896 /
Τούμπα:
Κλεάνθους 49
2310911100 /
Θέρμη:
Β. Ταβάκη 27 &
Π. Τσαλδάρη
2310468000
www.asianhouse.gr
f AsianHouseGR
@ asianhousegr

ΜΑΙΤΡ ΚΑΙ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ

Σύγχρονη ελληνική κουζίνα
με βάση τη γευστική μας μνήμη



Στο **Μαιτρ και Μαργαρίτα** κάθε πιάτο ξεκινά από την πρώτη ύλη. Τοπικά, εποχιακά προϊόντα γίνονται η αφορμή για δημιουργία, με σεβασμό στη γεύση και την ιστορία τους. Εδώ, η ελληνική κουζίνα αποκτά τη δική μας φωνή-προσωπική, οικεία και σύγχρονη. Πιστεύουμε στην εμπειρία του μοιράσματος. Γι' αυτό προτείνουμε το φαγητό στη μέση του τραπέζιού, για να ξαναθυμηθούμε την «τελετουργία» του κοινού τραπέζιματος, την αίσθηση της φροντίδας μέσα από το μοίρασμα της τροφής. Με οδηγούς το βίωμα και τη γευστική μας μνήμη, φέρνουμε στο πιάτο τη δική μας comfort εκδοχή της ντόπιας κουζίνας. Μαθαίνουμε κι αναζητούμε τα νέα του ελληνικού αμπελώνα με ετικέτες κρασιών γνωστές και άγνωστες στο ευρύ κοινό. Φυσικά, orange και βιοδυναμικά κρασιά. Άλλα με έντονο χαρακτήρα που πρωταγωνιστούν στο τραπέζι, με τη συνοδεία κάποιου τυριού ή σαλάτας. Άλλα, πάλι, με έντονες γωνίες και τανίνες που απαιτούν τη λιπαρότητα ενός πλήρους γεύματος. Επιμελούμαστε τη λίστα κρασιών και επιλέγουμε μικρά οινοποιεία ανά την Ελλάδα, με κρασιά που ξεχωρίζουν και δύσκολα συναντάς.

Το καλοκαίρι μάς βρήκε στο Domes Novos Santorini, όπου στήσαμε το καλοκαιρινό μας εστιατόριο. Επιστρέφουμε ανανεωμένοι στη βάση μας, με ανατρεπτικές ιδέες και μια νέα συνεργασία, που ξαναφέρει το Poster στη γαστρονομική σκηνή της πόλης. Το **Μαιτρ και Μαργαρίτα** δεν είναι απλώς ένα wine bistro. Είναι τόπος συνάντησης, γεύσεων και ανθρώπων, ένας ζωντανός διάλογος ανάμεσα στο παρελθόν και το παρόν της ελληνικής κουζίνας.

© ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΚΑΡΠΙΔΗΣ



INFO

Φράγκων 3 &
Στρ. Σφέτσου
2314007586
maitrandmargarita.com
f Maitr & Margarita
m maitr.margarita

LAS RAMBLAS SKG

Το mustspot που που σε «εθίζει»
στο brunch



Η εμπειρία ξεκινά με τον καφέ. Δεν μιλάμε για τυχαίο espresso, αλλά για κόκκους που καβουρδίζονται αποκλειστικά για το Las Ramblas. Είναι ο ιδανικός τρόπος να ξεκινήσεις τη μέρα σου, ειδικά αν ανήκεις σε εκείνους που δεν συμβιβάζονται με τίποτα λιγότερο από «σωστό καφέ». Και μετά... έρχεται το brunch. Ο διάλογος είναι γεμάτος επιλογές που πραγματικά σε βάζουν σε δίλημμα. Pancakes σε διάφορους συνδυασμούς που μοιάζουν βγαλμένοι από foodporn posts στο Instagram. Αφράτα, χειροποίητα πάντα φρέσκα. Και φυσικά, πιάτα με βάση το αυγό-από κλασικά μέχρι πιο ιδιαίτερα- που ανεβάζουν το comfort brunch σε άλλο επίπεδο. Όλα τα υλικά είναι φρέσκα και προσεγμένα. Το προσωπικό δεν σε αφήνει να χαθείς: Ξέρει να σου προτείνει αυτό που ταιριάζει ιδανικά, στις γεύσεις σου. Με λίγα λόγια, το Las Ramblas, το οποίο έχει και έναν πολύ όμορφο επάνω χώρο, ιδανικό για διάβασμα, εργασία, συναντήσεις, είναι αγαπημένη συνήθεια για όσους αναζητούν τον καλό καφέ, το φαγητό με στίλ και τη ζωντάνια της πόλης. Ένα μέρος που έχει καταφέρει να γίνει σημείο αναφοράς.

© ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΚΑΡΠΙΔΗΣ



INFO

Αγίας Θεοδώρας 8
Θεσσαλονίκη
2310261529
lasramblas.skg

WEIRDO STREET FOOD

Το νέο place to be
για τρομερά smashed burgers



Το **Weirdo Street Food** είναι η νέα πρόταση που έρχεται να καλύψει κάθε γευστική ανάγκη μέσα στην ημέρα. Στόχος του είναι να αποτελέσει τη συνέχεια του The Little Cup, δίνοντας περισσότερες επιλογές φαγητού από το πρωί μέχρι αργά το βράδυ.

Το μενού βασίζεται σε προϊόντα πρώτης ποιότητας και συνεργασίες εμπιστοσύνης, ενώ περιλαμβάνει γεύσεις που κινούνται από τις comfort μέχρι τις πιο ισορροπημένες επιλογές. Το δυνατό του

χαρτί είναι τα smashed burgers, με το Mango Spicy να ξεχωρίζει ήδη, ενώ το club sandwich με focaccia είναι ιδανικό για μοίρασμα. Άλλα smashed burgers που αγαπήσαμε είναι εκείνο με BBQ ή bacon, ενώ μια διαφορετική πρόταση είναι το μεσογειακό με χαλούμι και σπιτική κρέμα πιπεριάς.

Στη λίστα συναντάμε επίσης πρωινά για κάθε γούστο, αλλά και healthy και vegan επιλογές που δίνουν street food χαρακτήρα χωρίς ενοχές. Δοκίμασε το guacamole open sandwich, τον καγιανά με λαχανικά σε bríoche ψωμάκι, τις πληθωρικές σαλάτες, ενώ θα βρεις και yogurt προτάσεις.

Το **Weirdo** δίνει έμφαση στο dine in και φιλοδοξεί να αποτελέσει προορισμό για μια πλήρη έξοδο που συνδυάζει φαγητό και ποτό, διατηρώντας παράλληλα μια value for money φιλοσοφία. Με αυτόν τον τρόπο συμπληρώνει όσα ήδη έχει χτίσει το The Little Cup και αναμένεται να καθιερωθεί ως νέο σημείο αναφοράς στην πόλη για όσους αναζητούν street food με ποιότητα και χαρακτήρα.



INFO

Ζεφύρων 20
Θεσσαλονίκη
2317009444
f Weirdo-skg
@ weirdo.streetfood

THE LITTLE CUP

Το νέο place to be
για τρομερά smashed burgers



Μέχρι πριν λίγα χρόνια, οι Δώδεκα Απόστολοι δεν είχαν τον τίτλο της «πιάτσας». Αυτό άλλαξε πριν από τέσσερα χρόνια, με το άνοιγμα του The Little Cup. Ένα στέκι που έβαλε την υπογραφή του στη νέα ταυτότητα της περιοχής.

Από νωρίς το πρωί, το The Little Cup παίζει μπάλα εκεί που πρέπει: στον specialty καφέ. Με χαρμάνια Three Continent by Dimello και με έναν χώρο που έχει street προφίλ και urban χαρακτήρα, έγινε γρήγορα σημείο αναφοράς. Είναι «κεντρικά

αλλά τόσο όσο», κόβει δρόμο από τη βαβούρα, χωρίς να χάνεις τον παλμό της πόλης. Σε συνδυασμό με τον καφέ σου, μην παραλείψεις να κάνεις επιδρομή στη θεϊκή, χειροποίητη μπλόπιτα, η οποία κλέβει την παράσταση, ενώ ακολουθούν τα αφράτα cakes και τα cinnamon rolls σε διάφορες γεύσεις.

Μπαίνοντας στον χώρο, το μάτι σου σίγουρα θα πέσει στη φιγούρα του Μάλκολμ ΜακΝτάουελ, που υποδύθηκε τον Άλεξ ΝτεΛάρτζ στο «Κουρδιστό πορτοκάλι». Το μεγάλο γκράφιτι είναι κομμάτι της ταυτότητας του The Little Cup.

Όταν πέφτει ο ήλιος, τα νβία παίρνουν τα signature cocktails και τα ποτά που έχουν ήδη τους δικούς τους fans. Το κλίμα είναι φιλικό, ανεπιτήδευτο, και κυρίως pet friendly – στοιχείο που χαρακτήρισε το The Little Cup από την πρώτη μέρα λειτουργίας του. Οιδιοκτύτες, άλλωστε, ξέρουν τη γειτονιά απ' έξω κι ανακατωτά και δημιούργησαν έναν χώρο που μιλάει στη δική της καθημερινότητα. Events και djs που παίζουν σε chill ρυθμούς δίνουν άλλη διάσταση στις Κυριακές σου.



INFO

Ζεφύρων 20
Θεσσαλονίκη
2310537717
f little.cup
@ little_cup

PAPERBAG

Το θεσσαλονικιώτικο street food που προκαλεί εκρήξεις γεύσεων



Η έμπειρη ομάδα πίσω από το επιτυχημένο Shed Specialty Coffee Shop επεκτείνει τη δραστηριότητά της με το Paperbag Street Food, ένα project που συστήθηκε τον Νοέμβριο του 2024 και φιλοδοξεί ν' αλλάξει τους κανόνες του επαναπροσδιορίσει του urban street food στη Θεσσαλονίκη.

Με έμπνευση από ταξίδια στο εξωτερικό και την ανάγκη να παντρέψουν το street food με την ατμόσφαιρα ενός bar, οι δημιουργοί του Paperbag προτείνουν έναν χώρο που συνδυάζει γεύση και ποτό σε ισορροπία. Το concept λειτουργεί αυτό-

νομα, αλλά παράλληλα συμπληρώνει το Shed: όποιος προμηθευτεί φαγητό από το Paperbag μπορεί να το απολαύσει και στον χώρο του coffee shop.

Το μενού κινείται σε comfort food κατευθύνσεις, με έμφαση στην πρώτη ύλη και την προσιτή τιμή. Ξεχωρίζουν ο viral κωδικός Butter Milk Chicken Sando, το Cuban Sandwich, με slow cooked pork, edam, ham και χειροποίητες πίκλες, οι τηγανντές πατάτες με 9 μπαχάρια, καθώς και το Deli Sandwich, με speck, salmojero και κατίκι. Στις επιλογές συναντάμε επίσης American Mac n' Cheese, με τηγανητό buttermilk κοτόπουλο, αλλά και χειροποίητα κεφτεδάκια με τηγανντές πατάτες και σάλτσα από μοσχάρι ζωμό.

Συνοδευτικά, προτείνονται κρασιά από τον ελληνικό αμπελώνα, αλλά και ready-to-serve ποτά σε τενεκεδάκια, ώστε το pairing να παραμένει εύκολο και ενδιαφέρον.

Οι παραγγελίες διατίθενται μέσω efood για όσους προτιμούν το delivery, ωστόσο η εμπειρία ολοκληρώνεται μέσα στον χώρο, με dine in που αναδεικνύει την ταυτότητα του Paperbag ως street food με bar χαρακτήρα.



INFO

Αχειροποιήτου 2
2310284529

paperbag.streetfood



ΝΕΑ ΔΙΑΓΩΝΙΟΣ

Ελληνική δημιουργική κουζίνα, με θέα θάλασσα

Το περιβάλλον είναι ινσταγκραμικό. Ένας πολύ όμορφος, περιποιημένος χώρος, με θέα στη θάλασσα και μ' ένα υπέροχο ηλιοβασίλεμα. Αλλά πρωταγωνιστής, όπως πρέπει, είναι η κουζίνα, με πιάτα που παντρεύουν το παραδοσιακό με το μοντέρνο, με το μενού να επιμελείται ο ιδιοκτήτης και σεφ, Γιάννης Χαντακός, το ταλέντο του οποίου έχει περάσει τα σύνορα της χώρας μας και τον Οκτώβριο θα είναι υποψήφιος στα The Best Chef Awards, στο Μιλάνο. Πολλά και νόστιμα θα απολαύσετε εδώ – μη χάσετε τον γύρο και τα σουτζουκάκια, αμφότερα χειροποίητα, όπως και το τυρί με χύμα ελιάς και σούπα ντομάτας, αλλά και τα αλμυρά λουκουμαδάκια! Θα συνοδεύσετε με ελληνικές μπύρες, ετικέτες από τον ελληνικό αμπελώνα και εμπνευσμένα κοκτέιλ, σ' ένα χώρο αληθινά φιλόξενο.

INFO

Θεμιστοκλή Σοφούλη 64Α
2310029085
www.neadiagonios.gr
 neadiagonios
 neadiagonios



ΟΥΖΕΡΙ ΙΟΡΔΑΝΗΣ

Το ιστορικό στέκι της πόλης

Το φημισμένο ουζερί - μεζεδοπωλείο, με ιστορία από το 1979. Την αρχή έκανε ο πατέρας Κυριάκος και σήμερα την παράδοση συνεχίζει η τρίτη γενιά της οικογένειας, ο Ιορδάνης Αράπογλου, πάντα με την ίδια φιλοσοφία: άριστες πρώτες ύλες και τα πιο νόστιμα θαλασσινά στο τραπέζι μας. Να δοκιμάσετε οπωσδήποτε το διάσημο πιάτο γαρίδα σαγανάκι με τη συνταγή της γιαγιάς, τα μύδια αχνιστά, το ψητό καλαμάρι, όλα τα τηγανητά, που παρασκευάζονται στο παραδοσιακό σκεύος «τουρκάλα». Θα συνοδεύσετε με φίνα κρασιά και αποστάγματα σε ένα περιβάλλον απόλυτα καλαίσθητο και φιλόξενο. Ανοιχτό Τρίτη έως Σάββατο, μεσημέρι και βράδυ, και Κυριακή μεσημέρι.

INFO

Σταδίου 6, Πολίχνη
2310654956
 Ouzeri Iordanis
 ouzeri_iordanis

LOOP PIZZA

Η πίτσα που πρέπει να γνωρίσεις από κοντά

Ένα μικρό spot στην Παπάφη 117 στη Θεσσαλονίκη είναι το new entry στον γαστρονομικό χάρτη της πόλης. Η Loop Pizza δεν είναι άλλη μια πιτσαρία αλυσίδας, είναι το προσωπικό project του Βλάση Σκανδάλη, ο οποίος ξεκίνησε την ενασχόλησή του με την πίτσα ως hobby και τελικά τη μετέτρεψε σε επάγγελμα. Το αποτέλεσμα; Ένας χώρος με νίβε γειτονιάς, που μοιάζει πιο πολύ με στέκι φίλων παρά με «κατάστημα».

Η λογική είναι τύπου ναπολιτάνικης πίτσας, με ζυμάρια που ωριμάζουν τρεις ημέρες και ψήνονται στον φούρνο μέχρι να γίνουν αέρινα και σωστά καψαλισμένα. Κυρίαρχο χαρακτηριστικό σε όλες τις πίτσες είναι η σάλτσα ντομάτας Γκρέκα από τον εύφορο κάμπο των γειτονικών Σερρών. Ντομάτες συλλεγμένες στην εποχή τους, κονσερβοποιημένες στο peak της γεύσης, δίνουν σε κάθε μπουικιά ένταση, γλύκα και ισορροπία. Σε αυτή τη βάση «χτίζονται» όλες οι πίτσες της Loop: η μαρινάρα (vegan), με σκόρδο, βασιλικό και ελαιόλαδο, αλλά και η μαργαρίτα, με μοτσαρέλα και Grana Padano, που σε κάνει να δηλώσεις στην παρέα: «αυτή είναι μακράν μια από τις καλύτερες πίτσες στην πόλη». Η veggie (vegan), με μανιτάρια, πιπεριές πράσινες και Φλωρίνης, κρεμμύδι, σκόρδο και ελιές, είναι μια απροσδόκητη έκπληξη που σε κερδίζει αμέσως. Η πεπερόνι – κλασική επιλογή. Ιδιαίτερη θέση στο μενού έχει η πίτσα «Φέτα»: βασιλικός, Grana Padano, ελιές και χειροποίητη πάστα με φέτα, πιπεριές Φλωρίνης και σκόρδο, που απογειώνει τη γεύση. Στο μενού θα βρεις επίσης χειροποίητα κρεμμύδια πίκλα (vegan), σκορδόψωμο (vegan) που μυρίζει από μακριά, με ένα ντιπ ντομάτας που το συμπληρώνει. Σύντομα προστίθενται και νέες επιλογές: salsiccia picante, με την πιο ζαλιστική κάψα του σύμπαντος και prosciutto cotto, για όσους ξέρουν.

Όλα αυτά μπορείς να τα γευτείς μόνο με δύο τρόπους: είτε κάθεις με την παρέα σου στα τραπέζια έξω είτε τα παίρνεις take away. Delivery στη Loop Pizza δεν υπάρχει, κι αυτό είναι άποψη: «η πίτσα τρώγεται αμέσως, ζεστή, όπως μόλις βγήκε από τον φούρνο – ακριβώς όπως στη Νάπολη». Επίσης, γίνεται συνειδητή προσπάθεια ώστε τα υλικά και αναψυκτικά να είναι ελληνικής προέλευσης, όπως η ελληνική σάλτσα Γκρέκα, υποστηρίζοντας μικρούς παραγωγούς και τοπικές λύσεις. Ένα επιπλέον στοιχείο που κάνει τη Loop Pizza να ξεχωρίζει είναι η περιβαλλοντική συνείδηση του όλου concept: το βασικό αίτημα των καιρών για μείωση πλαστικού και ειδών μιας χρήσης ικανοποιείται σε μέγιστο βαθμό. Τέλος, αξίζει να αναφέρουμε ότι ο χώρος είναι σχεδιασμένος από την αρχιτέκτονα Δανάη Τσίγκανου. Είναι μίνιμαλ και cozy, χωρίς να του λείπει χαρακτήρας, με λίγα τραπέζια έξω, που έχουν ήδη γίνει στέκι για τη γειτονιά της Παπάφης και της Κλεάνθους.



INFO

Παπάφη 117, Τούμπα
2313035871
www.looppizza.gr
[loop.pizza.skg](https://www.instagram.com/loop.pizza.skg)

BACK2 SCHOOL



© RIZKI ARDIA / UNSPLASH

ΠΩΣ ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ RESTART ΜΕΤΑ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

Tips για να βρεις ξανά τους παραγωγικούς ρυθμούς σου
και να κάνεις τη μετάβαση πιο... smooth

Της ΧΑΡΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΠΟΥΛΟΥ

Μαύριες, κολύμπιες, έφαγες σύκα, παγωτά, γαρίδες σαγανάκι... γέμισες μπαταρίες. Και τώρα γύρισες. Και τώρα τι; Ο κύριος Σεπτέμβριος φαντάζει σαν αυστηρός καθηγητής που φοράει γυαλιά, κοντομάνικο καρό πουκάμισο και κρατάει μια βέργα που ολοκληρώνει το λουκ. Έρχεται το βράδυ στον ύπνο σου και γράφει στον πίνακα τα νέα «πρέπει» της χρονιάς. Ξυπνάς και αγχώνεσαι μην και αργήσεις και σου βάλει απουσία. Έχεις σκεφτεί, όμως, ότι μπορεί και να τον έχεις παρεξηγήσει λίγο; ►



BACK 2 CITY ME CONVERSE DOUBLE STACK

Η
ΠΟΛΗ
ΣΤΑ
ΠΟΔΙΑ
ΣΟΥ

Η επιστροφή στην πόλη μετά το καλοκαίρι είναι πάντα γεμάτη αντιθέσεις. Ο ρυθμός δυναμώνει, τα βήματα γίνονται πιο γρήγορα, η καθημερινότητα απαιτεί ενέργεια, αλλά και στιλ. Σε αυτό το σημείο ακριβώς έρχεται η Converse, με τη νέα καμπάνια «Back 2 City», για ν' αποδείξει ότι η πόλη δεν είναι απλώς το φόντο, αλλά η ίδια η σκηνή. Κάθε σοκάκι, κάθε λεωφορείο που χάνεις, κάθε ραντεβού που προλαβαίνεις τελευταία στιγμή, είναι μια ευκαιρία να αφήσεις το δικό σου αποτύπωμα.

Στην καρδιά της καμπάνιας, το Converse Double Stack. Ένα sneaker που παίρνει την εμβληματική σιλουέτα του Chuck Taylor All Star και την ανεβάζει –κυριολεκτικά– σε άλλο επίπεδο. Με τη δίπατη σόλα του, το Double Stack προσθέτει ύψος, άνεση και bold χαρακτήρα. Είναι το μοντέλο που συνδυάζει το γνώριμο DNA της Converse με το απρόσμενο twist που χρειάζεσαι για να ξεχωρίσεις στους δρόμους.

Στο εσωτερικό του κρύβεται η CX foam επένδυση, που χαρίζει αντικραδασμική προστασία και extra άνεση, ώστε να μπορείς να τρέχεις από το πρωινό meeting μέχρι την απογευματινή έξοδο χωρίς δεύτερη σκέψη. Εξωτερικά, παραμένει πιστό στις λεπτομέρειες που το έκαναν θρύλο: το All Star patch, το λευκό toecap, το pinstripe στον πάτο. Είναι Chuck, αλλά είναι και κάτι περισσότερο... η απόδειξη ότι το κλασικό μπορεί να γίνει καινούργιο, ξανά και ξανά.

Και αυτή τη σεζόν, το κόκκινο Double Stack γίνεται το απόλυτο must have. Έντονο, δυναμικό, γεμάτο αυτοπεποίθηση, ταιριάζει με την ενέργεια της πόλης και τη διάθεση της νέας σεζόν. Είτε το φορέσεις με denim είτε με πιο statement επιλογές, το κόκκινο γίνεται ο δικός σου τρόπος να δηλώσεις «παρών» και να ξεχωρίσεις.

Δίπλα του, η Converse παρουσιάζει και άλλες σιλουέτες που υποστηρίζουν το μήνυμα της καμπάνιας. Τα Classic Trainers, με street-ready αισθητική εμπνευσμένη από τα 70s, και τα Retro Trainers, με vintage αέρα από τα 80s και 90s, φέρουν διαφορετικά vibes στην ίδια παλέτα στιλ. Μαζί με τα διαχρονικά Chuck 70 συνθέτουν μια συλλογή που καλεί τον καθένα να εκφραστεί με τον δικό του τρόπο.

Το κεντρικό μήνυμα της καμπάνιας, «Make moves to your next big thing», είναι κάτι παραπάνω από slogan. Είναι μια πρόσκληση να αφήσεις πίσω την αδράνεια και να βρεις τον δικό σου ρυθμό. Στους δρόμους, στα αμφιθέατρα, στις βραδινές βόλτες, κάθε στιγμή γίνεται κομμάτι της προσωπικής σου αφήγησης. Και τα Converse Double Stack είναι εκεί για να σε συνοδεύσουν σε κάθε βήμα.

Γιατί η πόλη δεν περιμένει. Και το στιλ σου δεν κάνει συμβιβασμούς.

Converse Double Stack. Classic. Elevated.
Always Converse.

converse.gr
@converse.greece

● Μη δαιμονοποιείς τους αργούς ρυθμούς σου

Η προσαρμογή στην καθημερινότητα, τη δουλειά και τις υποχρεώσεις δεν γίνεται πατώντας το μαγικό κουμπί. Ο καθένας παίρνει τον χρόνο του και τα καταφέρνει με τους δικούς του ρυθμούς. Αλλιώς, το μόνο που θα καταφέρεις είναι να συνδυάσεις την καθημερινότητα με άγχος και πίεση, με αποτέλεσμα να περιμένεις τις επόμενες διακοπές για να χαλαρώσεις ξανά. Γι' αυτό, μην απαιτείς από τον εαυτό σου να είναι από την πρώτη κιόλας μέρα παραγωγικός στο φουλ. Μικρά βήματα, όχι άλματα, δεν είσαι και ο Τεντόγλου — εκτός κι αν είσαι.

● Οργάνωσε το πρόγραμμά σου ρεαλιστικά

Ο Σεπτέμβριος είναι πράγματι ένας μήνας πολλά υποσχόμενος. Έχει την τάση να μας γεμίζει με ενθουσιασμό: να ξεκινήσεις νέο χόμπι, γυμναστήριο, πιλάτες, σεμινάρια, κεραμική και πιάνο. Και ξαφνικά το πρόγραμμά σου μοιάζει με γεμάτο excel. Κράτα τα βασικά. Γράψε σε ένα χαρτί (ή σε app, αν είσαι πιο digital τύπος) τα τρία πιο σημαντικά πράγματα που θες να επαναφέρεις ή να προσθέσεις στην καθημερινότητά σου και δώσε τους προτεραιότητα. Και όταν σταθεροποιηθούν και αποφασίσεις πως αξίζουν να μείνουν, πρόσθεσε και τα νέα.

● Επένδυσε σε καλή διατροφή

Ωραιές οι γρανίτες, τα σουζάκια και τα φαγοπότια αργά το βράδυ, τώρα όμως το σώμα έχει ανάγκη από λίγη ισορροπία. Καμία στερεντική διαίτα, κανένα εξαντλητικό πρόγραμμα στο γυμναστήριο — μακριά από μας. Το μόνο που χρειάζεται είναι λίγο από τον χρόνο σου και να μην παραλείπεις γεύματα — όπως, για παράδειγμα, το υποτιμημένο πρωινό, το καλύτερο γεύμα της ημέρας, που σου γεμίζει τις μπαταρίες και μπορείς να το απολαύσεις και γλυκό και αλμυρό και όπως θες. Και μην ξεχνάς ποτέ πως ο χρόνος προετοιμασίας του δικού σου φαγητού στην κουζίνα είναι μια επένδυση για τον εαυτό σου. Θα μαγειρεύεις για τους φίλους σου, θα μαγειρεύεις για την οικογένειά σου. Κάν' το και για σένα.

Η ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗ
ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕ-
ΡΙΝΟΤΗΤΑ, ΤΗ
ΔΟΥΛΕΙΑ ΚΑΙ ΤΙΣ
ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ
ΔΕΝ ΓΙΝΕΤΑΙ
ΠΑΤΩΝΤΑΣ ΤΟ
ΜΑΓΙΚΟ ΚΟΥΜΠΙ.
Ο ΚΑΘΕΝΑΣ
ΠΑΙΡΝΕΙ ΤΟΝ
ΧΡΟΝΟ ΤΟΥ.

● Μέτρα μέχρι το τρία και σήκω από τον καναπέ

Η γυμναστική είναι ο πιο άμεσος τρόπος να ξυπνήσεις τον οργανισμό σου. Δεν χρειάζεται να τρέχεις μαραθωνίους, ούτε να γραφτείς σε τρία γυμναστήρια ταυτόχρονα. Αρκεί μια καθημερινή ημίωρη βόλτα, λίγες ασκήσεις στο σπίτι ή ένα μάθημα που σου αρέσει — από yoga μέχρι χορό. Η κίνηση θα σε βοηθήσει να αποβάλεις το στρες, να κοιμάσαι καλύτερα και να νιώθεις πιο «ξύπνιος» στη δουλειά.

● Κοιμήσου σαν άνθρωπος, τι σου ζητάμε;

Μήπως τον υποτιμάς κι εσύ τον ύπνο σου; Το ξενύχτι στην παραλία και στα μπαράκια του νησιού έχει άλλη χάρη, αλλά τώρα χρειάζεσαι reset. Βάλε στόχο να κοιμάσαι σε σταθερές ώρες και να αφήνεις το κινητό λίγο νωρίτερα στην άκρη. Ο καλός ύπνος είναι το πιο δυνατό hack για να είσαι παραγωγικός: καθαρίζει το μυαλό, ανεβάζει αντοχές, βελτιώνει τη διάθεση και φτιάχνει και το δέρμα, να τα λέμε κι αυτά.

● Βρες κίνητρο, όχι μόνο υποχρεώσεις

Το μυστικό για μια smooth μετάβαση δεν είναι να φορτώσεις τον εαυτό σου με «πρέπει». Βρες και τα «θέλω». Θέλεις να μάθεις μια καινούργια γλώσσα; Να οργανώσεις ένα μικρό ταξίδι για το φθινόπωρο; Να βρεις χρόνο για κολάζ στο σπίτι; Να κάνεις ένα καλό skincare καθημερινά; Ό, τι κι αν είναι αυτό που μπορεί να σε κάνει να νιώσεις όμορφα, βρες τον χρόνο να το κάνεις. Γιατί οι διακοπές διαρκούν λίγο, η καθημερινότητά σου όμως πολύ.

Ο Σεπτέμβριος, λοιπόν, δεν είναι ο κακός δάσκαλος ούτε ο απαιτητικός προπονητής. Είναι απλώς μια νέα σελίδα, που μπορείς να τη γεμίσεις όπως θες, αρκεί να σε φροντίσεις κατάλληλα και να σου δώσεις τον χρόνο που νομίζεις πως δεν έχεις. Και να θυμάσαι: το restart δεν γίνεται με άγχος, αλλά με μικρά, σταθερά βήματα που κάνουν την επιστροφή πιο εύκολη, smooth και διασκεδαστική. **A**

ΣΧΟΛΗ ΧΑΤΖΗΒΕΗ

*Εδώ το εκπαιδευτικό ταξίδι ξεκινά
από το προνήπιο και ολοκληρώνεται στο λύκειο*

Σε ένα περιβάλλον αγάπης και ασφάλειας, οι άνθρωποι της Σχολής Χατζήβηβη στηρίζουν κάθε παιδί συναισθηματικά και εκπαιδευτικά, **επιδιώκοντας να είναι χαρούμενο**, να ξεδιπλώσει όλες τις δημιουργικές του ικανότητες, να καλλιεργήσει τις ιδιαίτερες δεξιότητές του και να διαμορφώσει μια ολοκληρωμένη προσωπικότητα.

Στο σχολείο **η μαθησιακή διαδικασία τοποθετεί το παιδί στο επίκεντρο**, δίνοντάς του την ευκαιρία να γίνει υπεύθυνο, αυτόνομο και συνεργατικό. Στη διδασκαλία αξιοποιούνται **σύγχρονες παιδαγωγικές πρακτικές** σε ένα βιωματικό πρόγραμμα σπουδών που ταυτόχρονα αξιοποιεί τη σοφία της εμπειρίας πολλών ετών και προσφέρει γνώσεις υψηλού επιπέδου, **αποφεύγοντας την υπερφόρτωση του μαθητή**. Όλα τα μαθήματα του αναλυτικού προ-

γράμματος **διδάσκονται με δημιουργικό τρόπο**, ώστε κάθε παιδί να έχει την ευκαιρία μέσα από αυτά να εκφράζεται, να δημιουργεί, να αξιοποιεί τα ταλέντα του, να επικοινωνεί. Ταυτόχρονα δίνεται η δυνατότητα σε κάθε παιδί **να διαμορφώσει ένα εξατομικευμένο ημερήσιο πρόγραμμα** επιλέγοντας ποικίλες δραστηριότητες, εικαστικές και δημιουργικές δραστηριότητες.

Παράλληλα με τους υψηλούς μαθησιακούς σκοπούς, στοχεύουν **να καλλιεργούν στα παιδιά και στους εφήβους θεμελιώδεις δεξιότητες ζωής**, την επικοινωνία, τη συνεργασία, την κριτική ικανότητα, τη δημιουργικότητα, τη φαντασία, δεξιότητες που εμπλουτίζουν την προσωπικότητά τους και τους δίνουν τα εφόδια **να ξεχωρίσουν και να κάνουν πράξη τα όνειρα και τους στόχους τους**.



Νηπιαγωγείο, Δημοτικό: Αδάνων 17, Νέα Φιλαδέλφεια, 2102511371
Γυμνάσιο, Λύκειο: Ιφιγενείας 24-26, Ηράκλειο Αττικής, 2104441560
www.xatzivei.gr



| Back to School

New Balance Stores

- **THE MALL ATHENS** - ΑΝΔΡΕΑ ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ 35 ΜΑΡΟΥΣΙ ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ: 210-6300177
- **ΓΛΥΦΑΔΑ** - ΔΗΜΑΡΧΟΥ ΑΓΓΕΛΟΥ ΜΕΤΑΞΑ 25, ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ: 210-8980241
- **ΑΤΤΙΚΑ CITY LINK** - ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ 9, ΑΘΗΝΑ, 105 64
ΤΗΛ: 211-1802763
- **NOTOS** - ΣΤΑΔΙΟΥ & ΑΙΟΛΟΥ
ΤΗΛ: 210-3311894
- **ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ** - ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ 52
ΤΗΛ: 2310-286619
- **MEDITERRANEAN COSMOS** - 110 ΧΛΜ ΕΘΝΙΚΗΣ ΟΔΟΥ, Α/Δ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ Ν. ΜΟΥΔΑΝΙΩΝ
ΤΗΛ: 2310-478782

New Balance Outlet Stores

- **DESIGNER OUTLET ATHENS** - ΟΙΚΟΔΟΜΙΚΟ ΤΕΤΡΑΓΩΝΟ, ΓΙΑΛΟΥ, ΣΠΑΤΑ
ΤΗΛ: 210-6638241
- **FACTORY OUTLET** - ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΑΕΡΟΔΡΟΜΙΟΥ ΠΑΙΑΝΙΑ - ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ: 210-3541221
- **FACTORY OUTLET** - ΠΕΙΡΑΙΩΣ 76 ΝΕΟ ΦΑΛΗΡΟ - ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ: 210-4834203
- **MEGA OUTLET** - ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, ΛΕΩΦΟΡΟΣ ΓΕΩΡΓΙΚΗΣ ΣΧΟΛΗΣ 43
ΤΗΛ: 2310-473803

E-shop: www.newbalance.gr


new balance

ΤΟ ΣΧΟΛΙΚΟ FASHION STATEMENT ΚΑΘΕ ΕΠΟΧΗΣ

Από τα All Star με αυτόγραφο και τις Eastpak γεμάτες μπλάνκο, μέχρι τα New Balance και τα GRWM TikToks

Της ΜΑΡΙΑΣ-ΙΩΑΝΝΑΣ ΣΙΓΑΛΟΥ



• Τα 10s – Hipster vibes, Vans και το μεγάλο come back

Το Instagram ήρθε να κάνει το σχολείο ακόμα πιο ανταγωνιστικό. Vans και Converse ήταν οι βασικοί παίκτες, με skinny jeans που έμοιαζαν να κόβουν την κυκλοφορία του αίματος. Φούτερ Abercrombie, μπλουζάκια Hollister και βελούδινες φόρμες Juicy Couture Stater-pack γυμνασίου. Οι Eastpak δεν έφυγαν ποτέ από το προσκήνιο, αλλά τώρα πλέον συνοδεύονταν από αυτοκόλλητα Apple, Starbucks cups.

• Σήμερα – New Balance, TikTok και το effortless cool

Κι ερχόμαστε στο τώρα. Δύο swipe αρκούν για να μάθεις τι φοράει η Νέα Υόρκη και να το δοκιμάσεις στο Παγκράτι. Το TikTok έχει αντικαταστήσει τη μεγάλη αδερφή που κάποτε σου έδειχνε τι να φορέσεις –και δεν τσακώνεσαι κιόλας–, ενώ τα GRWM (get ready with me) βιντεάκια δίνουν και παίρνουν. Τα New Balance έχουν μπει δυναμικά στο παιχνίδι: από τα «dad shoes», που έγιναν trend, μέχρι τα μοντέρνα σχέδια που δείχνουν ότι μπορείς να είσαι άνετος και στιλάτος ταυτόχρονα. Είναι το effortlessly cool παπούτσι-αγαπημένη τάση των καιρών μας, που όμως έχει αναζητηθεί σε τρία e-shops και δύο second-hand ομάδες στα social. Το athleisure έγινε κανονικό ντύσιμο – φόρμες, hoodies, sneakers, που βγαίνουν κατευθείαν από lookbook. Και το eyeliner έχει δώσει τη θέση του σε «πικάντικα» lip balm που φουσκώνουν τα χείλη, σαν να έχεις φάει πιπεριές χαλαπένιος, και κοκκινωπό υγρό ρουζ, σαν της Χέιλι Μπίμπερ και της Κάιλι Τζένερ.

• Και τελικά;

Αν κάτι αποδεικνύει η ιστορία της σχολικής μόδας, είναι πως κάθε εποχή έβρισκε τον τρόπο να αφήσει το αποτύπωμά της. Το τζελ μπορεί να έφυγε, το MSN να ξεχάστηκε, αλλά το αίσθημα ότι το διάλειμμα είναι η δική μας μικρή «εβδομάδα μόδας» δεν χάθηκε ποτέ. Γιατί κάθε μαθητής, σε κάθε εποχή, θέλει να του συμβεί αυτό: να μπει στην τάξη και να νιώσει ότι το look του «μιλάει» από μόνο του. **Α**

0 **Ι πασαρέλες του Παρισιού και του Μιλάνου** καλά κρατούν, αλλά το πραγματικό catwalk ήταν (και παραμένει) ο διάδρομος του σχολείου. Εκεί, δίπλα στον πίνακα ανακοινώσεων και στο κυλικείο με τις σφολιάτες που σου σπάνε τη μύτη, γράφτηκε η πιο αυθεντική ιστορία μόδας.

Από τα All Star που μάζευαν υπογραφές συμμαθητών και τις Eastpak τσάντες που έγιναν συλλογικός καμβάς, μέχρι το πρώτο eyeliner, όταν ακόμα το χέρι μας έτρεμε, κάθε εποχή είχε τη δική της ιστορία, με στιλ. Το κουδούνι χτυπά για να ξεκινήσει η επόμενη... επίδειξη.

• Τα 80s – Hairspray, τζιν και θράσος

Τότε που ο όρος «street style» δεν υπήρχε καν, οι μαθητές φορούσαν stone washed τζιν που έμοιαζαν να έχουν περάσει από τον πόλεμο. Το σχολικό προαύλιο θύμιζε ατελιέ κομμωτικής όπου το hairspray δεν ήταν απλώς προϊόν, ήταν φιλοσοφία. Συγκεκριμένα, το τζελ (που έμπαινε σε ποσότητες βιομηχανικής κλίμακας) έκανε τα μαλλιά να μοιάζουν με κράνος. Οι πιο τολμηροί έκαναν φράντζα τόσο αιχμηρή, που μπορούσε να θεωρηθεί φονικό όπλο. Οι τσάντες ήταν βαριές και χωρίς statement brand – το statement το έκαναν οι κονκάρδες των AC/DC, των Metallica και, αν ήσουν πιο pop, της Μαντόνα.

• Τα 90s – All Star και το πρώτο eyeliner

Η δεκαετία της «εναλλακτικής επανάστασης», που έβαλε τη σχολική μόδα σε παγκόσμια κλίμακα. Αν δεν είχες All Star (με σκισμένα κορδόνια και μερικές πρόχειρες ζωγραφιές με Tippex), δεν ήσουν καν στο παιχνίδι. Το

πιο χοντ ήταν τα αυτόγραφα συμμαθητών. Το καλύτερο; Αν κατάφερνες να κερδίσεις του αγοριού που είχες κρυφό έρωτα, τότε τα διαλείμματα με τις κολλητές ξαφνικά αποκτούσαν άλλο νόημα. Οι Eastpak τσάντες έκαναν το ντεμπούτο τους: απλές, αλλά τόσο κουλ και με μια διάθεση ΙΥΚΥΚ (If you know, you know).

Κάπου εδώ εμφανίζεται και το eyeliner: το πρώτο, αδέξιο, στραβό, με το χέρι να τρέμει, που έδειχνε πως κάτι αλλάζει – όχι μόνο στο μάτι, αλλά και στη διάθεση. Τα αγόρια, από την άλλη, δοκίμαζαν τζελ που έμοιαζε με βερνίκι επιπλών. Σειρές όπως το Beverly Hills 90210 έβαζαν το soundtrack στην πασαρέλα του προαυλίου.

• Τα 00s – Τζιν καμπάνα, tribal και MSN nicknames

Το teenpop culture στο απόγειό του. Μια εποχή που το σχολικό διάλειμμα ήταν τοπικό φεστιβάλ. Οι Eastpak είχαν γεμίσει με καρδούλες και αστεράκια από μπλάνκο και χρωματιστά Posca, και φυσικά με ονόματα συγκροτημάτων – Linkin Park, Evanescence, ανάλογα με το mood. Οι κοπέλες φορούσαν τζιν καμπάνα και φανελάκια (τώρα τα λέμε tanktops) με στρας που έγραφαν «Princess» ή «Angel», ενώ στα μάτια έβαζαν μπλε eyeliner με γκλίτερ – η έφηβη Britney συναντούσε το grunge των Nirvana. Θυμάστε μήπως και αυτά τα φιογκάκια –σε διάφορες υφές και prints– που πιάναμε με τσιμιτιδάκι στα μαλλιά; Τα αγόρια δοκίμαζαν tribal μπλούζες ή τις πρώτες oversized φόρμες. Το styling ολοκληρωνόταν με κινητό-τούβλο που προεξείχε από την τσέπη. Κι αν το MSN ψευδώνυμό σου ήταν κάπως έτσι: P@n@gíwt@kø\$_4ever<3, τότε ήσουν από τους πιο δημοφιλείς του σχολείου.

ΑΝ ΚΑΤΙ
ΑΠΟΔΕΙΚΝΥΕΙ
Η ΙΣΤΟΡΙΑ
ΤΗΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ
ΜΟΔΑΣ, ΕΙΝΑΙ
ΠΩΣ ΚΑΘΕ
ΕΠΟΧΗ ΕΒΡΙΣΚΕ
ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΝΑ
ΑΦΗΣΕΙ ΤΟ
ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΤΗΣ



fuelcell rebel




new balance

newbalance.gr
@newbalance



ΤΟ ΤΕΛΕΙΟ ΦΟΙΤΗΤΙΚΟ ΣΠΙΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΟΥ

Πώς θα βρεις σπίτι και μικρά μυστικά για να το διακοσμήσεις

Της ΝΑΤΑΣΣΑΣ ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ

Δεν θα ξεχάσω ποτέ την πρώτη φορά που έμεινα μόνη μου. Το φοιτητικό μου σπίτι ήταν μια σταλιά, μόλις 23 τ.μ., αλλά ήταν καταδικό μου. Ένας χώρος μόνο για μένα, που στα ελάχιστα τετραγωνικά του κατάφερε να χωρέσει όλα μου τα όνειρα, τις άγρυπνες νύχτες της εξεταστικής και τους φοιτητικούς μου έρωτες. Δεν θα το άλλαζα για τίποτα στον κόσμο. Ούτε κι εσύ, αγαπητέ φοιτητή, ακόμη κι αν αυτή τη στιγμή η νέα σου πραγματικότητα μπορεί να σε τρομάζει ή να σε αγχώνει λίγο. Πάρε μια ανάσα. Παρακάτω τα πάντα για να βρεις και να διαμορφώσεις το δικό σου φοιτητικό σπίτι, όπως το ονειρεύεσαι.

● Πώς θα βρεις σπίτι;

Ψάχνοντας. Πολύ. Δεν είναι εύκολο, αλλά δεν είναι και ακατόρθωτο. Σε κάθε περίπτωση, θα κλείσεις ραντεβού για να δεις όλα τα σπίτια των αγγελιών. Οι χώροι όπως αποτυπώνονται στις φωτογραφίες μπορεί να απέχουν πολύ από την πραγματικότητα ή μπορεί να μη νιώθεις καλά σε κάποιον χώρο. Εκ πείρας θα σου πω να μην απορρίψεις τα πολύ μικρά σπίτια πριν τα δεις — αρκεί να έχουν άπλετο φυσικό φως και καλή διαρρύθμιση. Τα υπόλοιπα μειονεκτήματα ενός μικρού σπιτιού (όπως π.χ. ο ελλιπής χώρος αποθήκευσης) λύνονται σχετικά εύκολα με έξυπνες τροποποιήσεις στη διακόσμηση και στην επίπλωση.

Αν το budget σου είναι περιορισμένο, ίσως χρειαστεί να αναζητήσεις συγκάτοικο. Σε αυτό θα σε βοηθήσουν πλατφόρμες όπως το MyRoomie (www.myroomieapp.com). Επίσης,

ιδανικό θα ήταν το φοιτητικό σου σπίτι να βρίσκεται σχετικά κοντά στη σχολή σου, γιατί πώς αλλιώς θα προλαβαίνεις τα μαθήματα που ξεκινούν στις 8 το πρωί;

● Πώς θα το διαμορφώσεις

Βρήκες σπίτι; Πάμε να το κάνουμε δικό σου! Αρχίζουμε από τα βασικά: αν το σπιτάκι σου δεν είναι επιπλωμένο, τα απολύτως απαραίτητα για να ζήσεις σ' αυτό είναι ένα κρεβάτι, στρώμα, ηλεκτρικές συσκευές (ψυγείο, πλυντήριο, κουζίνακι), λευκά είδη και εξοπλισμός κουζίνας (1 τηγάνι, 1 κατσαρόλα, πιάτα, μαχαιροπίρουνα και ποτήρια είναι αρκετά για αρχή). Ναι, το ξέρω ότι τις πρώτες ημέρες της ανεξαρτησίας σου τα delivery app θα είναι οι καλύτεροί σου φίλοι, αλλά αυτές οι ημέρες, πιστεψέ με, έχουν ημερομηνία λήξης. Πολύ σύντομα θα βαρεθείς το σουβλάκι, την πίτσα και τα πατατάκια, και θα μάθεις να μαγειρεύεις (ω, ναι!). Οπότε εξόπλισε την κουζίνα σου κατάλληλα και πάρε μερικές συνταγές της μαμάς μαζί σου (εκτός από τάπερ).

Τώρα, για τα απολύτως βασικά, οι μεγάλες εταιρείες ηλεκτρικών ειδών και επίπλων έχουν όλες ειδικά πακέτα προσφορών για φοιτητές. Τσέκαρέ τα και διάλεξε αυτό που ταιριάζει καλύτερα στις ανάγκες σου. Παρεμπιπτόντως, το ίδιο ισχύει και για τις παρόχους internet και ρεύματος.

● Η διακόσμηση

Μεγάλο μάθημα που μου έδωσε η ζωή: το σπίτι σου δεν το διαμορφώνεις από την αρχή, το διακοσμείς σιγά σιγά (και αυτό κράτα το, για-

τί είναι κανόνες που ισχύει για όλα τα σπίτια που θα αλλάξεις στη ζωή σου, όχι μόνο για τη φοιτητική σου φωλιά). Πράγμα που σημαίνει ότι δεν θα αγοράσεις ό,τι αντικείμενο, πινακάκι και κούπα σου γυαλίζει. Θα περιμένεις μέχρι να εμφανιστεί στον δρόμο σου κάτι που πραγματικά θα λατρεύεις να βλέπεις και να χρησιμοποιείς κάθε μέρα. Επιπλέον, πρέπει να περάσεις λίγες εβδομάδες ή και μήνες ζώντας σ' ένα σπίτι για να καταλάβεις τι χρειάζεται να αγοράσεις ώστε να το κάνεις πιο χρηστικό. Έχοντας πει αυτά, ακολουθούν μερικές χρήσιμες συμβουλές διακόσμησης που θα κάνουν το πιθανότατα λιλιπούτειο φοιτητικό σου σπίτι να μοιάζει μεγαλύτερο.

Το λευκό είναι σύμμαχος. Επίλεξε ανοιχτό-χρώμα σκεπάσματα, μαξιλάρια, κουρτίνες και λευκούς τοίχους. Το λευκό αντανακλά το φως και κάνει έναν χώρο να μοιάζει μεγαλύτερος απ' ό,τι είναι. Το ίδιο συμβαίνει και με τους καθρέφτες.

Μέτρα τα πάντα. Κάθε διάσταση και κάθε απόσταση. Στο δικό μου μικρό παλατάκι των 23 τ.μ. είχα... καναπέ! Ήταν πολύ μικρός, ίσα που χώραγε ανάμεσα στον τοίχο και στον πάγκο της κουζίνας, και δυσκολεύτηκα λίγο να βρω καναπέ σε τόσο μικρές διαστάσεις, αλλά υπήρξε σωτήριος. Φρόντισε να διαλέξεις τα έπιπλά σου σύμφωνα με τις διαστάσεις του χώρου, διαφορετικά το αποτέλεσμα δεν θα είναι λειτουργικό, ενώ μπορεί να αποβεί ακόμη και κλειστοφοβικό.

Διάλεξε έπιπλα με αποθηκευτικό χώρο. Κρεβάτι που κρύβει συρτάρια από κάτω, σκαμπό που λειτουργούν και ως κουτιά, τραπέζακι με κρυφό συρτάρι. Το παν σε ένα μικρό σπίτι είναι να βρεις έναν τρόπο να αποθηκεύσεις όλα αυτά που είναι απαραίτητα για τη διαβίωσή σου, ώστε να έχεις αρκετό ελεύθερο χώρο για να... κινείσαι.

Δημιούργησε επιπλέον αποθηκευτικό χώρο εκεί που (φαινομενικά) δεν υπάρχει. Έχεις ανακαλύψει όλους τους αποθηκευτικούς χώρους της γκαρσονιέρας σου; Είσαι σίγουρος; Δες ξανά, αυτή τη φορά στο σωστό σημείο. Για παράδειγμα, μερικά κουτιά πάνω από τα ντουλάπια της κουζίνας σου μπορούν να χωρέσουν όλα εκείνα τα μικροπράγματα της κουζίνας που δεν χρησιμοποιείς καθημερινά, ενώ, αν τα επιλέξεις στο ίδιο χρώμα με τα ντουλάπια, δημιουργείς μια ωραιότερη οφθαλμαπάτη, που τα κάνει να φαίνονται ως συνέχεια των ντουλαπιών.

Μια ράγα στη μέσα πλευρά της πόρτας της ντουλάπας, δημιουργεί επιπλέον χώρο για τα ρούχα σου χωρίς να καταλαμβάνει χώρο, μια υφασμάτινη θήκη πίσω από την πόρτα του μπάνιου, με πολλές τσέπες, χωράει όλα σου τα αξεσουάρ, και ο χώρος κάτω από τον καναπέ σου είναι ιδανικός για τα κουτιά των παπουτσιών σου.

Το πιο σημαντικό: Γέμισε το σπίτι σου με αναμνήσεις. Κάλεσε φίλους, ακόμη κι αν δεν χωράτε όλοι, πειραματίσου στην κουζίνα σου, χόρεψε πάνω στο κρεβάτι σου. Καλώς ήρθες στη νέα σου ζωή. Θα τη λατρεύεις. **A**

ΓΕΜΙΣΕ ΤΟ
ΣΠΙΤΙ ΣΟΥ ΜΕ
ΑΝΑΜΝΗΣΕΙΣ.
ΚΑΛΕΣΕ ΦΙΛΟΥΣ,
ΑΚΟΜΗ ΚΙ ΑΝ
ΔΕΝ ΧΩΡΑΤΕ
ΟΛΟΙ, ΠΕΙΡΑ-
ΜΑΤΙΣΟΥ ΣΤΗΝ
ΚΟΥΖΙΝΑ ΣΟΥ,
ΧΟΡΕΨΕ ΠΑΝΩ
ΣΤΟ ΚΡΕΒΑΤΙ
ΣΟΥ.

Για σχολικά, φέτος πάρ' το **ΧΑΛΛΑΡΑ**



Η σχολική επιστροφή γίνεται πιο ευχάριστα από ποτέ!

Γιατί στα Public βρίσκεις όλα τα απαραίτητα βιβλία, απίθανες τσάντες & κασετίνες, τετράδια & χαρτικά, είδη ζωγραφικής & χειροτεχνίας και **όλα ΑΤΟΚΑ και χωρίς κάρτα.**

**DON'T
WORRY**
GO
Public



56 καταστήματα



public.gr



210 81 81 333



© PEXELS

Η ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ ΜΟΝΤΕΣΣΟΡΙ ΣΤΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΣΠΙΤΙ

Πώς μια διεθνής παιδαγωγική προσέγγιση μεταφέρεται στα ελληνικά σπίτια μέσα από το **Montessori Home School**, καλλιεργώντας αυτονομία και δημιουργικότητα στα παιδιά

Της ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΚΑΜΠΟΣΟΥ

Η μέθοδος Μοντεσσόρι είναι μια από τις πιο συζητημένες τάσεις στην εκπαίδευση των τελευταίων χρόνων. Από τα ξύλινα παιχνίδια που γεμίζουν τα δωμάτια των παιδιών μέχρι τα σχολεία που εφαρμόζουν τη φιλοσοφία της, το όνομα «Montessori» έχει γίνει σχεδόν συνώνυμο της εναλλακτικής, σύγχρονης μάθησης.

Όμως, στην πραγματικότητα τι κρύβεται πίσω από αυτή την προσέγγιση; Και πώς μπορεί να εφαρμοστεί πέρα από το σχολείο, ακόμα και στο ίδιο μας το σπίτι; Μιλήσαμε με την ιδρύτρια της πλατφόρμας Montessori Home School στην Ελλάδα, Ιωάννα Μαρία Αλεξάκη,

η οποία μας εξηγεί γιατί η Μοντεσσόρι δεν είναι μόδα, αλλά μια στάση ζωής, που μπορεί να αλλάξει την εκπαίδευση και την οικογένεια.

● Η μέθοδος Μοντεσσόρι

Ξεκινήσαμε τη συζήτηση από τα βασικά, τι είναι τελικά η μέθοδος Μοντεσσόρι και τι την ξεχωρίζει από την κλασική εκπαίδευση; «Αρκετοί γονείς τα τελευταία χρόνια έχουν αγοράσει έπιπλα ή παιχνίδια για τα παιδιά τους τα οποία βασίζονται στη μοντεσσोरιανή προσέγγιση, θεωρώντας πως αυτό και μόνο αποτελεί την έννοια της προσέγγισης αυτής. Ωστόσο η μέθοδος Μοντεσσόρι δεν είναι μόνο τα όμορφα υλικά και παιχνίδια. Ξεκινά από τις παρατηρήσεις που έκανε η ίδια η δρ. Μο-

BACK2
SCHOOL

Η ΜΟΝΤΕΣΣΟΡΙ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΑΠΛΩΣ ΕΝΑ ΣΥΣΤΗΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ Ή ΕΝΑ ΣΧΟΛΕΙΟ, ΑΛΛΑ ΜΙΑ ΟΛΟΚΛΗΡΗ ΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΕΝΗΛΙΚΑ ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΣΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΟ

ντεσσόρι, βλέποντας ποιες είναι οι πραγματικές ανάγκες του ανθρώπου σε κάθε ηλικιακή φάση. Έτσι, βασισμένη στις επιστήμες της ιατρικής, της φιλοσοφίας, της ανθρωπολογίας και της ψυχολογίας, προσπάθησε να δημιουργήσει μια προσέγγιση που θα εξυπηρετεί τις σωματικές, ψυχικές, νοητικές και κοινωνικές ανάγκες του ανθρώπου. Μια παιδοκεντρική και όχι δασκαλοκεντρική προσέγγιση, που εστιάζει στις ανάγκες και στον ρυθμό ανάπτυξης κάθε παιδιού. Ο ενήλικας φροντιστής αποτελεί τη “γέφυρα” που θα ενώσει το παιδί με τον κόσμο, φροντίζοντας να υπάρχει στο περιβάλλον του πλήθος ερεθισμάτων, που του δίνουν παράλληλα τη δυνατότητα να εξερευνήσει τον κόσμο ελεύθερα, θέτοντας πάντοτε υγιή όρια στη δράση του.

»Το παιδί από τη γέννηση του είναι “ο οικοδόμος του εαυτού του” και ο ρόλος του ενήλικα δεν είναι να το διορθώνει, αλλά να του προσφέρει τον σεβασμό που χρειάζεται για να ξεδιπλώσει τις έμφυτες δυνατότητές του», εξηγεί η εκπαιδευτικός.

Από την περιγραφή της φαίνεται ότι η Μοντεσσόρι δεν είναι μια απλή παιδαγωγική τεχνική, αλλά μια φιλοσοφία με βαθιές επιστημονικές βάσεις. Τι ήταν όμως αυτό που την ώθησε να δημιουργήσει το Montessori Home School στην Ελλάδα;

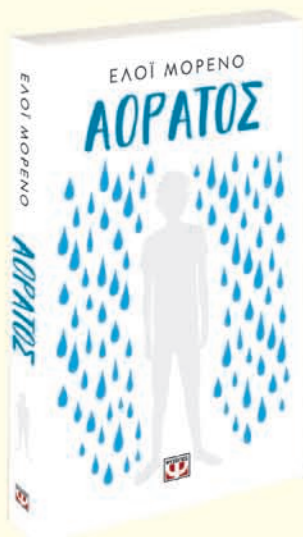
«Ένα απόγευμα, παρακολουθώντας μια διάλεξη στη σχολή μου Ami (Association Montessori International) σχετικά με τις αναπτυξιακές ανάγκες και τα χαρακτηριστικά των



Back to School



Βιβλία και παιχνίδια για μία δυναμική
επιστροφή στα θρανία!



ΑΟΡΑΤΟΣ
ΕΛΟΪ ΜΟΡΕΝΟ



**ΠΑΜΕ ΚΟΝΤΡΑ
ΣΤΙΣ ΟΘΟΝΕΣ;**
ΜΑΡΙΟΣ ΜΑΖΑΡΗΣ



ΔΕΝ ΠΑΩ ΣΧΟΛΕΙΟ!
ΜΑΡΙΛΙΤΑ
ΧΑΤΖΗΜΠΟΝΤΟΖΗ



HERO BAG
GRECIAN SEA
ODDY AT SEA



FOIL FUN ΔΙΑΣΤΗΜΑ
SKILLMATICS



CUBIMAG MINI
ZITO!



www.psichogios.gr



◀ παιδιών ηλικίας 0-6 ετών, συνειδητοποίησα ότι όλα αυτά τα σημαντικά επιστημονικά στοιχεία είναι απαραίτητο να τα γνωρίζει κάθε γονιός και ενήλικας φροντιστής παιδιών. Με αυτή τη σκέψη δημιούργησα το Montessori Home School, με σκοπό να παρέχω σε κάθε οικογένεια όχι μόνο τις κατάλληλες γνώσεις, αλλά και πρακτικούς τρόπους εφαρμογής από τους ίδιους ή τους φροντιστές ανάπτυξης παιδιών, μέσα στο πιο ασφαλές περιβάλλον, το σπίτι τους».

● Μοντεσσόρι στο σχολείο ή στο σπίτι;

Στην Ελλάδα, οι περισσότεροι γονείς συνδέουν τη μέθοδο κυρίως με ιδιωτικά νηπιαγωγεία ή προσχολικές δομές. Όμως, όπως εξηγεί η ιδρύτρια της πλατφόρμας, το πεδίο εφαρμογής είναι πολύ ευρύτερο.

«Η Μοντεσσόρι δεν είναι απλώς ένα σύστημα εκπαίδευσης ή ένα σχολείο, αλλά μια ολόκληρη στάση του ενήλικα απέναντι στο παιδί και στον άνθρωπο. Δεν ταυτίζεται αποκλειστικά με το σχολείο. Άλλωστε, η ίδια η δρ. Μοντεσσόρι δεν ονόμασε το σχολείο της Montessori School, αλλά “Σπίτι των παιδιών” (Casa dei Bambini). Τα παιδιά μπορούν να λάβουν ερεθίσματα που τα βοηθούν να καλλιεργούν δεξιότητες, να αυτονομούνται και ταυτόχρονα να απολαμβάνουν τον χρόνο τους δημιουργικά, παίζοντας και διασκεδάζοντας στο σπίτι τους».

● Ηλικίες και ρόλος του γονέα

Ρωτήσαμε την κ. Αλεξάκη σε ποιες ηλικίες απευθύνεται η υπηρεσία και τι απαιτεί από τον γονέα. Η απάντηση δείχνει μια ευελιξία που ταιριάζει στη σύγχρονη οικογένεια:

«Το Montessori Home School σέβεται τις ανάγκες τόσο των παιδιών όσο και των γονέων, της οικογένειάς συνολικά, επομένως κάθε ενήλικας γονέας αποφασίζει τον δικό του ρόλο μέσα σ’ αυτή τη συνεργασία. Τα προγράμματά μας για τη φροντίδα και δημιουργική απασχόληση αφορούν παιδιά ηλικίας 0-6 ετών. Οι δραστηριότητες σχεδιάζονται με βάση την ηλικία, τις αναπτυξιακές ανάγκες του παιδιού και τον ιδιαίτερο χαρακτήρα κάθε οικογένειας. Φέτος εισάγουμε και την υπηρεσία “Μελέτη στο σπίτι” για παιδιά 6-12 ετών, όπου οι φροντιστές μας αναλαμβάνουν, με κατάλληλη προσέγγιση, να βοηθήσουν τα παιδιά στην καθημερινή μελέτη, ώστε να αναπτύξουν δεξιότητες αυτονομίας, συγκέντρωσης και υπευθυνότητας».

● Η αξία της αυτονομίας

Ο πυρήνας της μεθόδου αφορά την αυτονομία του παιδιού, καθώς, σύμφωνα με τα λεγόμενά της, το παιδί

είναι ικανό να μάθει μέσα από τις επιλογές και τις πρωτοβουλίες του. Ένα ερώτημα, ωστόσο, που απασχολεί κάθε γονιό είναι το πώς μετριέται η πρόοδος χωρίς βαθμούς ή τεστ.

«Όταν το παιδί έχει τη δυνατότητα να αποφασίζει, να δοκιμάζει και να διορθώνει τα λάθη του, καλλιεργεί αυτοπεποίθηση, υπευθυνότητα και αποκτά παράλληλα εσωτερικά κίνητρα για μάθηση. Η ελευθερία μέσα σ’ ένα καλά δομημένο περιβάλλον το βοηθά να ανακαλύψει τον εαυτό του, να χτίσει την προσωπικότητά του και να αναπτύξει ουσιαστικά δεξιότητες ζωής. Μέσα από ειδικά σχεδιασμένα υλικά και προγράμματα, ενθαρρύνεται να συμμετέχει ενεργά στη διαδικασία μάθησης και να διαμορφώνει σταδιακά την αυτοπειθαρχία του».

«Η αξιολόγηση της προόδου των παιδιών διαφέρει αρκετά από τα παραδοσιακά εκπαιδευτικά συστήματα. Δεν βασίζεται σε βαθμούς, τεστ ή συγκρίσεις μεταξύ μαθητών, αλλά σε συνεχή παρατήρηση του παιδιού από τον ενήλικα φροντιστή, μέσα στο περιβάλλον του. Ο φροντιστής και βοηθός ανάπτυξης παρακολουθεί πώς αλληλοεπιδρά το παιδί με το υλικό, πόσο ανεξάρτητα εργάζεται, ποιες δεξιότητες έχει κατακτήσει και ποιες θα ήταν βοηθητικό να ενισχύσει. Με τον τρόπο αυτό, η αξιολόγηση δεν εστιάζει μόνο στο τι έμαθε το παιδί ή στην προετοιμασία του για τη σχολική ζωή, αλλά και στο πώς εξελίσσεται ως προσωπικότητα και πώς αποκτά τις απαραίτητες δεξιότητες για τη ζωή, που θα το συνοδεύουν σε κάθε του βήμα. Στο Montessori Home School παρέχουμε μηνιαία ενημέρωση στους γονείς σχετικά με την πρόοδο και την ανάπτυξη του παιδιού. Παράλληλα, συζητούμε μαζί τους θέματα που αφορούν την πορεία του, ώστε να μπορούν και οι ίδιοι να υποστηρίξουν αποτελεσματικά τον ρυθμό του».

Ενίστε αντιμετωπίζεται ως ένα εκπαιδευτικό trend, αλλά για κάποιους σηματοδοτεί την αρχή μιας βαθιάς αλλαγής στη σχέση γονιών, παιδιών και μάθησης—σ’ αυτό καταλήγουμε με την κ. Αλεξάκη. «Δείχνει την ανάγκη που έχουν οι γονείς να βοηθήσουν τα παιδιά τους με ουσιαστικό τρόπο, για να μπορέσουν να σταθούν σ’ έναν κόσμο που συνεχώς αλλάζει. Εκεί πιστεύω ότι βρίσκεται το μέλλον της εκπαίδευσης στην Ελλάδα, στην ισορροπία ανάμεσα στην τεχνολογία, την αυτονομία του παιδιού και την ουσιαστική συμμετοχή του στη μάθηση».

A



BACK2 SCHOOL

Καλοκαίρι ήταν και πάει – μην ανησυχείς, θα ’ρθει και το επόμενο πριν το καταλάβεις. Αλλά, όπως και να το κάνουμε, οι πρώτες ημέρες της επιστροφής στο σχολείο και στη σχολή έχουν τις ιδιαιτερότητές τους. Στις σελίδες που ακολουθούν θα βρεις επιλογές ανάμεσα σε εκπαιδευτικά ιδρύματα, προτάσεις για τεχνολογικά εργαστήρια για παιδιά και για τον ελεύθερό σου χρόνο, ακόμα και για το look σου.

A.V. Team





A+
στη γεύση!



A+
στην πρακτικότητα

Ένα «άριστο» ξεκίνημα χρειάζεται μέλι Αττική!

Το μέλι Αττική από το 1928 κάνει γλυκιά κάθε νέα αρχή. Με το smart pack του σας ακολουθεί παντού, χαρίζοντας την αυθεντική γεύση και όλα τα θρεπτικά του οφέλη, ενώ το πώμα ελεγχόμενης ροής της PET συσκευασίας φροντίζει να μην χάνετε ούτε σταγόνα!

ROBOSOCIETY

*Εκεί όπου η επόμενη γενιά μαθαίνει
να καινοτομεί μέσα από το STEM*

Το Robosociety δημιουργήθηκε με έναν ξεκάθαρο στόχο: να προσφέρει στα παιδιά έναν σύγχρονο χώρο μάθησης, δημιουργίας και έμπνευσης. Σε ένα περιβάλλον που ενισχύει τη φαντασία και την ομαδικότητα, οι μαθητές έρχονται σε επαφή με τη ρομποτική και τον κόσμο του STEM, αποκτώντας δεξιότητες που ξεπερνούν την τεχνολογία. Η εκπαιδευτική ρομποτική στο Robosociety είναι μια εμπειρία συνεργασίας, δημιουργικότητας και επίλυσης προβλημάτων. Τα παιδιά μαθαίνουν να εργάζονται σε ομάδες, να διαχειρίζονται την αποτυχία, να αναπτύσσουν κριτική σκέψη και να καλλιεργούν δεξιότητες που θα τους συνοδεύουν σε κάθε βήμα της ζωής τους.

Σήμερα, το Robosociety προσφέρει προγράμματα για όλες τις ηλικίες, από το δημοτικό μέχρι το λύκειο, βασισμένα στη φιλοσοφία STEM. Παράλληλα, διοργανώνει summer camps, workshops και φεστιβάλ, ενώ οι μαθητές του συμμετέχουν ενεργά σε διεθνείς και πανελλήνιους διαγωνισμούς ρομποτικής. Στις πιο σημαντικές στιγμές

της πορείας του ξεχωρίζει η διάκριση με το Team Model Award στο παγκόσμιο πρωτάθλημα FIRST Championship στο Χιούστον του Τέξας, ανάμεσα σε συμμετοχές από 190 χώρες. Σημαντικό ορόσημο αποτελεί και η 2η θέση στο πανελλήνιο διαγωνισμό FIRST LEGO League Greece όπου απέσπασε το βραβείο Rising All-Star Award. Η συνεργασία με σχολεία και συλλόγους γονέων αποτελεί βασικό άξονα δράσης. Μέσα από ειδικά εργαστήρια, παρουσιάσεις και προγράμματα, το Robosociety φέρνει την εμπειρία του STEM στις τάξεις και σε εξωσχολικές δραστηριότητες.

Το όραμα του Robosociety είναι να εμπνεύσει όσο το δυνατόν περισσότερους νέους να ασχοληθούν με την τεχνολογία και να αποκτήσουν τα εφόδια που χρειάζονται σ' έναν κόσμο που αλλάζει με ταχύτητα. Οι εγγραφές για τη νέα χρονιά έχουν ήδη ξεκινήσει – τώρα είναι η ιδανική στιγμή για να μπουν οι μικροί μαθητές σε ένα συναρπαστικό ταξίδι γνώσης και καινοτομίας. Εκεί όπου η επόμενη γενιά μαθαίνει να καινοτομεί μέσα από το Robosociety.

Νικ. Πλαστήρα 105, Άγιοι Ανάργυροι
● Εθν. Αντιστάσεως 67, Πετρούπολη ● Θεμιστοκλέους 18, Χαϊδάρη
211 1136778, www.robosociety.gr
f Robosociety @robosociety.gr



ΒΙΒΛΙΟΠΩΛΕΙΟ POLYGLOT

Τα πάντα για τις ξένες γλώσσες

Με έναν μαγικό, πολύχρωμο χώρο που σε ταξιδεύει σε όλο τον κόσμο μέσω της γλώσσας, μοιάζει το ξενόγλωσσο βιβλιοπωλείο Polyglot στο κέντρο της Αθήνας, στην Ακαδημίας 84. Με ιστορία από το 2013, αποτελεί τον ιδανικό προορισμό για την κάλυψη όλων των εκπαιδευτικών αναγκών σε ξένες γλώσσες, προσφέροντας μια εξαιρετικά μεγάλη γκάμα βιβλίων, που καλύπτουν ακόμα και τις πιο εξειδικευμένες γλωσσικές ανάγκες.

Στα ράφια του Polyglot θα βρείτε περισσότερους από 20.000 τίτλους βιβλίων, κυρίως εκπαιδευτικών για όλες τις δημοφιλείς γλώσσες, αλλά και για πιο σπάνιες όπως τα κινεζικά, τα κορεατικά, τα αραβικά και όποια άλλη γλώσσα μπορείτε να φανταστείτε. Είτε είστε μαθητής είτε εκπαιδευτικός, εδώ θα βρείτε ό,τι χρειάζεστε για τη διδασκαλία

και την εκμάθηση της ξένης γλώσσας για όλα τα μαθησιακά επίπεδα, ενώ υπάρχουν και βιβλία εκμάθησης δημοφιλών αλλά και σπάνιων γλωσσών με μεθόδους άνευ διδασκάλου.

Παράλληλα, θα ανακαλύψετε μια μεγάλη ποικιλία λεξικών και βοηθητικών εγχειριδίων εκμάθησης, μια εξαιρετική συλλογή λογοτεχνικών βιβλίων, καθώς επίσης και αποκλειστικές και περιορισμένες εκδόσεις.

Τα βιβλία είναι τακτοποιημένα ανά γλώσσα, κάνοντας εύκολη την περιήγηση, ενώ η έμπειρη και φιλόξενη ομάδα του Polyglot θα λύσει κάθε σας απορία. Κι αν δεν βρίσκεστε κοντά, μπορείτε να προμηθευτείτε όλον αυτόν τον ξενόγλωσσο θησαυρό μέσω του e-shop.

Ακαδημίας 84, Αθήνα, 2103300455
www.polyglotbooks.gr

f polyglotbooks @polyglot_bookstore



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΝΕΑΠΟΛΙΣ ΠΑΦΟΣ

*Ποιότητα, ευελιξία και διεθνής αναγνώριση
στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση*

Το Πανεπιστήμιο Νεάπολις Πάφος αποτελεί έναν από τους πιο δυναμικούς ακαδημαϊκούς φορείς στην Κύπρο, με διαρκή ανάπτυξη και εστίαση στην καινοτομία. Προσφέρει εξ αποστάσεως προγράμματα σπουδών υψηλού επιπέδου, τα οποία διατηρούν τα ίδια ακαδημαϊκά πρότυπα και την επιστημονική αρτιότητα που χαρακτηρίζουν και τα προγράμματα διά ζωής φοίτησης.

Το πανεπιστήμιο προσφέρει μια ευρεία επιλογή εξ αποστάσεως σπουδών, τόσο σε προπτυχιακό όσο και σε μεταπτυχιακό επίπεδο. Οι φοιτητές μπορούν να επιλέξουν μεταξύ τριών προπτυχιακών προγραμμάτων (Διοίκηση Επιχειρήσεων, Ψυχολογία και Διεθνείς Σχέσεις και Ασφάλεια) και μιας σειράς μεταπτυχιακών σπουδών σε αντικείμενα όπως Διοίκηση Επιχειρήσεων, Δημόσια Διοίκηση, Λογιστική, Τραπεζική, Ψηφιακό Μάρκετινγκ, Εκπαιδευτική Ψυχολογία, Διεθνείς Σχέσεις και άλλα. Τα προγράμματα έχουν σχεδιαστεί ώστε να καλύπτουν τις ανάγκες της σύγχρονης αγοράς εργασίας, προσφέροντας στους φοιτητές τα εφόδια για άμεση και επιτυχημένη επαγγελματική αποκατάσταση.

Η εκπαιδευτική διαδικασία υποστηρίζεται από μια προηγμένη ψηφιακή πλατφόρμα μάθησης, η οποία επιτρέπει την αξιοποίηση καινοτόμων παιδαγωγικών μεθόδων και εργαλείων όπως σεναρία προσομοίωσης, ενεργητική μάθηση και διαδραστικές δραστηριότητες. Η δυνατότητα ασύγχρονης συμμετοχής εξασφαλίζει την απαιτούμενη ευελιξία, ώστε οι φοιτητές να προσαρμόζουν τη μελέτη τους στις απαιτήσεις της προσωπικής και επαγγελματικής τους ζωής.

Η εξ αποστάσεως φοίτηση στο Νεάπολις απευθύνεται σε ανθρώπους που επιδιώκουν να συνδυάσουν τις σπουδές τους με τις υπόλοιπες υποχρεώσεις τους – επαγγελματικές, οικογενειακές ή γεωγραφικές. Χωρίς να χρειάζεται φυσική παρουσία, οι φοιτητές έχουν πρόσβαση σε ένα πλήρες ακαδημαϊκό περιβάλλον και απολαμβάνουν την υποστήριξη που χρειάζονται σε όλα τα στάδια των σπουδών τους.

Όλα τα εξ αποστάσεως προγράμματα είναι αναγνωρισμένα από τον ΔΟΑΤΑΠ ως ισότιμα με τα αντίστοιχα ελληνικά ΑΕΙ, ενώ το πανεπιστήμιο διατηρεί στρατηγικές συνεργασίες με σημαντικά ελληνικά και ευρωπαϊκά ακαδημαϊκά ιδρύματα. Είναι μέλος της Ευρωπαϊκής Συμμαχίας Πανεπιστημίων EMERGE, ενισχύοντας την παρουσία του στον ευρωπαϊκό χώρο της ανώτατης εκπαίδευσης. Η υποστήριξη προς τους φοιτητές είναι συνεχής και πολύπλευρη, με ακαδημαϊκούς συμβούλους και έμπειρο διοικητικό προσωπικό που φροντίζουν για την ομαλή πορεία κάθε φοιτητή. Η ανθρώπινη διάσταση της εκπαίδευσης διατηρείται ακόμα και εξ αποστάσεως, ενισχύοντας το αίσθημα συμμετοχής και συνοχής στην ακαδημαϊκή κοινότητα.

Η διεθνής πορεία του Πανεπιστημίου Νεάπολις Πάφος επιβεβαιώθηκε πρόσφατα με μία ακόμη διάκριση: η θέση 2.337 που κατέλαβε στην παγκόσμια κατάταξη Webometrics του 2025, το τοποθετεί στο κορυφαίο 7% των πανεπιστημίων παγκοσμίως, ανάμεσα σε περίπου 32.000 ιδρύματα. Η πρόοδος αυτή αναδεικνύει τη συνεχή επένδυση του πανεπιστημίου στην ποιότητα, στην εξωστρέφεια και στην ερευνητική δραστηριότητα.

Για περισσότερες πληροφορίες και αιτήσεις
www.nup.ac.cy/gr





YOGA FAMILY VIOLET ALIGNMENT

Νέα εκπαιδευτικά προγράμματα

Με περισσότερα από 15 χρόνια εμπειρίας στον χώρο της γιόγκα, η ιδρύτρια του Yoga Family Violet, Φωτεινή Δημητρίου, έχει καθιερωθεί ως μία από τις πιο αξιόπιστες και εμπνευσμένες δασκάλες της νέας γενιάς. Η προσέγγισή της εστιάζει στη γιόγκα ως καθημερινή πρακτική αυτογνωσίας και ισορροπίας, όχι μόνο στο σώμα, αλλά και στον νου και την ψυχή, με το Yoga Family Violet να πραγματοποιεί νέο κύκλο εκπαιδευτικών προγραμμάτων από τον Οκτώβριο, απευθυνόμενα σε επαγγελματίες του χώρου αλλά και σε όσους επιθυμούν να ξεκινήσουν το δικό τους ταξίδι ως δάσκαλοι γιόγκα. Πρόκειται για πιστοποιημένα προγράμματα υψηλών προδιαγραφών, προσανατολισμένα στην ολιστική προσέγγιση της πρακτικής και της διδασκαλίας.

Αγίων Αναργύρων 16
Ψυρρή, 6972841468
www.yogaviolet.com
f thevioletyoga
@yoga_family_violet_alignment



FÜEL

Η αύρα της παγκόσμιας streetwear κουλτούρας

Πριν από έντεκα χρόνια το Füel έκανε τα πρώτα του βήματα ως online sneaker store και σήμερα έχει εξελιχθεί σε σημείο αναφοράς για τη streetwear σκηνή της Ελλάδας, φέρνοντας την urban αισθητική στο προσκήνιο. Με συνεργασίες, αποκλειστικά για την Ελλάδα, με μερικά από τα πιο emblematic ονόματα του παγκόσμιου street-culture, όπως Carhartt WIP, Nike, Patta, The North Face, Salomon, Arte, Awake NY, Vans και πολλά άλλα, το Füel προσφέρει συλλογές που δεν θα βρεις πουθενά αλλού. Είτε πρόκειται για limited drops, είτε για συλλογές που διατίθενται αποκλειστικά στο κατάστημα, κάθε κομμάτι είναι carefully curated και φέρνει μαζί του την αύρα της παγκόσμιας streetwear κουλτούρας. Και για όσους προτιμούν το ψηφιακό experience, το Füel είναι εκεί και online (www.fuel.com.gr) φέρνοντας την πιο exclusive streetwear συλλογή απευθείας στην πόρτα σου.

Ιπποκράτους 3 Αθήνα
2103629127
www.fuel.com.gr
f Fuelsneakersshop
@fuel_official
fuel_official_greece

AKA ARCHITECTURE KIDS ATHENS

Όταν τα παιδιά ανακαλύπτουν την αρχιτεκτονική

Το Aka Architecture Kids Athens είναι το πρώτο αρχιτεκτονικό κέντρο στην Ελλάδα αποκλειστικά για παιδιά και νέους. Μέσα από εργαστήρια, διαλέξεις και εκθέσεις, τα παιδιά γνωρίζουν την αρχιτεκτονική όχι ως θεωρία, αλλά ως παιχνίδι, κατασκευή και δημιουργία.

Με έδρα τον Χολαργό, το Aka «τρέχει» ένα πρωτοποριακό πρόγραμμα για παιδιά 4-16 ετών, διάρκειας έως 12 χρόνια. Σε κάθε στάδιο, οι μαθητές μαθαίνουν τεχνικές, μεθόδους σχεδίασης και τρόπους αναπαράστασης, ενσωματώνοντας γνώσεις από το σχολείο και ενισχύοντας τη δημιουργικότητα και την κριτική τους σκέψη.

Ο βασικός στόχος: Να μάθουν τα παιδιά να βρίσκουν έξυπνες λύσεις μέσα σε περιορισμούς – όπως ένα μικρό οικόπεδο ή ένας αυ-

στηνός προϋπολογισμός. Μέσα από τέτοιες ασκήσεις, καλλιεργούνται δεξιότητες όπως η προσαρμοστικότητα, η ανθεκτικότητα και η καινοτομία.

Το Aka συνεργάζεται με σχολεία και φορείς όπως το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος, το Goethe-Institut και το Platforms Project, ενώ με την υποστήριξη του Υπουργείου Πολιτισμού έχει δημιουργήσει εκπαιδευτικό περιεχόμενο και στο YouTube.

Πίσω από το εγχείρημα βρίσκονται οι αρχιτέκτονες Marc Britz και Χριστίνα Παπαδημητρίου, με σπουδές και εμπειρία σε κορυφαία ιδρύματα όπως το Princeton University και η Architectural Association στο Λονδίνο. Μέσα από το Aka ανοίγουν για τα παιδιά ένα παράθυρο στον κόσμο της αρχιτεκτονικής όπως αυτός διαμορφώνεται σήμερα στον κόσμο.



Φανερωμένης 49, Χολαργός, 2106544724
www.architecturekidsathens.com, Youtube: architecturekidsathens
@architecturekidsathens f Aka Architecture Kids Athens



TWIST IT

Η ιστορία πίσω από κάθε scrunchie

Η **Twist It** δεν είναι απλώς ένα brand, είναι η ιστορία μιας κόρης με ένα όνειρο και μιας μητέρας που πίστεψε σε αυτό. Το 2021, η Αγάπη, μόλις 21 ετών, αποφάσισε να δημιουργήσει το δικό της scrunchie – ένα αξεσουάρ που θα κρατάει τα μαλλιά σφιχτά χωρίς να τα ταλαιπωρεί, ενώ ταυτόχρονα θα χαρίζει στιλ. Δίπλα της από την πρώτη στιγμή ήταν η μητέρα της, Ελένη. Από τη Μηνέα Ιωαννίνων, το γραφικό χωριό της Πίνδου, έραβαν μαζί τα πρώτα scrunchies, με μεράκι και αγάπη, μετατρέποντας μια ιδέα σε δημιουργία.

Το όνομα «Twist It» είναι εμπνευσμένο από τη στριφογυριστή κίνηση που κάνουμε όταν τυλίγουμε ένα scrunchie στα μαλλιά μας. Κάθε κομμάτι κρύβει μέσα του την αφοσίωση μητέρας και κόρης, την πίστη σε ένα όνειρο και τη δύναμη της οικογένειας.

Σήμερα, η Twist It προσφέρει τη μεγαλύτερη συλλογή χειροποίητων scrunchies στην Ελλάδα, αλλά και καινοτόμα αθλητικά και ιατρικά scrunchies που δεν υπάρχουν πουθενά αλλού. Παράλληλα, δημιούργησε μια ολοκληρωμένη σειρά αξεσουάρ μαλλιών, με κορυφαίο προϊόν τη μοναδική σατέν μαξιλαροθήκη με λάστιχο, που προστατεύει τα μαλλιά και εφαρμόζει τέλεια σε κάθε μαξιλάρι.

Από ένα μικρό χωριό της Πίνδου, η Twist It μεγάλωσε και συνεχίζει να εξελίσσεται. Παραμένει, όμως, πιστή στην αρχική της υπόσχεση: να προσφέρει αξεσουάρ που συνδυάζουν λειτουργικότητα, ποιότητα και μόδα, πάντα με πολλή αγάπη.

Γιατί πίσω από κάθε scrunchie υπάρχει μια ιστορία και είναι Twist It.



Μηνέα, Ιωάννινα, 2656061431, 6940871259

www.scrunchies.gr  [scrunchiestwistit](https://www.facebook.com/scrunchiestwistit)  [scrunchiestwistit](https://www.instagram.com/scrunchiestwistit)

Αγαπημένο μου ημερολόγιο, δεν ξέρω πώς το αποφάσισα... πάει καιρός από τότε που αναζητώ έναν τρόπο να μιλήσω για όλα αυτά. Ένα απόγευμα στη θάλασσα, προχωρημένος Αύγουστος, ήρθε και με βρήκε η ιδέα να τα λέω σε σένα — δηλαδή, σε μένα· γιατί σε ποιον άλλο μπορείς να τα πεις αυτά; Σε ποιον μπορείς να πεις (χωρίς να σε στραβοκοιτάξει): σταμάτα να τρως το βράδυ, περιόρισε τους υδατάνθρακες και μην τρως γλυκά, κάνουν κακό στην υγεία. Κι ενώ ο καθένας μας είναι μια εντελώς διαφορετική ιστορία —και ειδικά η διατροφή είναι κάτι εντελώς προσωπικό— υπάρχουν τόσα πράγματα που ισχύουν για όλους, αφού έχουν να κάνουν με το πώς δουλεύει ο οργανισμός μας, που στην πραγματικότητα σε όλους έχω να πω από κάτι. Από την άλλη δεν είμαι ειδικός, απλώς εδώ και πολύ καιρό —επειδή μεγαλώνω— είναι κάτι που με απασχολεί, διαβάζω, ακούω podcast με ειδικούς και έχω μάθει πέντε πράγματα.

Και να σου πω το πιο παράξενο με όλα αυτά: Ενώ κάπως τα ξέρεις, την ίδια στιγμή δεν ξέρεις τίποτα. Ή, ακόμα κι αν νομίζεις πως τα ξέρεις, την αμέσως επόμενη στιγμή τα ξεχνάς. Αλλιώς πώς εξηγείται ότι δεν τα εφαρμόζεις; Ή μήπως δεν γίνεται αλλιώς, και πρέπει να περάσεις από το σημείο της πλήρους αποτυχίας, που ενώ έχεις πει *δεν θα φάω το βράδυ*, όταν έρχεται εκείνη η ώρα ανοίγεις το ψυγείο και τρως για πολλοστή φορά; Από την άλλη, αν τελικά βρίσκεσαι να κάνεις κάτι που δεν θέλεις —αλλά ξέρεις ότι δεν θέλεις να το κάνεις—, ίσως τότε να είσαι στην αρχή μιας διαδρομής και χρειάζεται να διανύσεις όλον αυτό τον δρόμο μέχρι να φτάσεις στο επιθυμητό. Δεν ξέρω. Ο κάθε άνθρωπος έχει τους δικούς του χρόνους.

Πάντως όλα τα πράγματα που θέλουμε να αλλάξουμε, όσα πρέπει να «υποχρεωθούμε» να κάνουμε επειδή είναι «καλά για εμάς», περνάνε μέσα από μια διαδικασία. Δεν αλλάζεις μια συνήθεια χρόνων επειδή κάποιος θα σου πει: *κάνε αυτό ή μην κάνεις το άλλο*, και *ορίστε τα 5 πράγματα που δεν πρέπει ποτέ να βάλεις στο στόμα σου*. Δεν πιστεύω ότι λειτουργεί έτσι, αλλά όλα ξεκινάνε από το τι θα σκεφτούμε και πώς θα νιώσουμε, αν δοκιμάσουμε τον ένα ή τον άλλο τρόπο ζωής.

Τέλος πάντων, αυτό που θέλω να σου πω είναι



Edward Hopper, *Second Story Sunlight* (1960), Whitney Museum of American Art

ότι στις διακοπές έφαγα πολλά σνίτσελ, κάτι που δεν με έκανε να νιώθω και πολύ καλά. Όταν τελείωναν οι βόλτες κι οι δραστηριότητες και πηγαίναμε σε κάποιο από αυτά τα ωραία εστιατόρια και τις μπιραρίες της Τσεχίας, σχεδόν πάντα παράγγελνα σνίτσελ, επειδή κάτι μέσα μου ήθελε να δοκιμάσει την τοπική κουζίνα στην καλύτερη εκδοχή της. Την ώρα της παραγγελίας σκεφτόμουν *αυτή τη φορά μπορεί να είναι το πιο νόστιμο σνίτσελ που έχεις φάει*, και η αλήθεια —που δεν ομολόγησα στους φίλους μου— είναι ότι απογοητευόμουν. Κάτι που, αντί να με πτοήσει, δυνάμωνε την επιθυμία μου να βρω το καλύτερο σνίτσελ, ή έστω ένα καλύτερο από το προηγούμενο. Εντωμεταξύ στην κανονική ζωή δεν τρώω ποτέ σνίτσελ, για να μη σου πω ότι τρώω ελάχιστο κρέας έτσι κι αλλιώς — μια συζήτηση που πρέπει να κάνουμε κάποια στιγμή.

Το θέμα είναι ότι τα σνίτσελ είναι ανθυγιεινά γιατί είναι τηγανητά, όλοι το ξέρουμε: το τηγάνισμα αυξάνει πολύ τα λιπαρά και τις θερμίδες. Άσε που, αν το λάδι ξαναχρησιμοποιείται, δημιουργούνται επιπλέον επιβλαβείς ουσίες που τις λένε τρανς λιπαρά. Το ίδιο και με τις τηγανητές πατάτες, που έχουμε πολλούς λόγους να μην τις προτιμούμε. Πες όμως ότι είναι μαγειρεμένα με τις καλύτερες προδιαγραφές: το χοιρινό σνίτσελ, όπως και το μοσχαρίσιο —το «βιεννέζικο» σνίτσελ είναι

Resilience tips

* Καλύτερα να πέφτουμε για ύπνο ελαφρά πεινασμένοι, παρά φουσκωμένοι. Το σώμα ξεκουράζεται πιο καλά έτσι.

* Πάντα υπάρχει μια πιο ελαφριά εκδοχή του φαγητού μας: βρώμη αντί για αλεύρι, ψήσιμο αντί για τηγάνισμα, και πολλές νόστιμες συνταγές που αρκεί να τις αναζητούμε. Οι γεύσεις είναι συνήθειες· κι οι συνήθειες αλλάζουν.

* Το πολύ ή το λάθος φαγητό δεν είναι ελευθερία· είναι άλλος ένας περιορισμός. Η πραγματική ελευθερία είναι να σκωνόμαστε από το τραπέζι ελαφρείς για να έχουμε ενέργεια στη μέρα μας.

μοσχαρίσιο, και ήταν το πιο νόστιμο—, έχουν πολλά «κορεσμένα λιπν», που για να καταλάβεις τι σημαίνει αυτό πρέπει να είσαι καλός στη χημεία. Έτσι, όλη αυτή η υποτιθέμενη νοστιμιά, η τραγανή κρούστα που θα πρέπει (αν είναι τραγανή) να τρίζει στα δόντια, και το ζουμερό κρέας από μέσα, σε φορτώνουν ένα σωρό κορεσμένο λίπος, επιπλέον των θερμίδων και του λαδιού τηγανίσματος. Κι αυτό όταν το τρως τακτικά ανεβάζει τη χοληστερίνη —την κακή, αυτή που κολλάει στις αρτηρίες και τις στενεύει— και σιγά-σιγά φτιάχνεις το έδαφος για προβλήματα στην καρδιά — εσύ, μόνος σου, αυτό είναι που με τρελαίνει περισσότερο. Και δεν είναι μόνο τα σνίτσελ, φυσικά.

Στις διακοπές όλοι το ρίχνουμε έξω, θα μου πεις. Είναι μια εποχή ελευθερίας και συνήθως επιστρέφουμε με περισσότερα κιλά, γιατί δεν μας νοιάζουν οι κανόνες κι οι περιορισμοί. Από την άλλη, αν βαρυστομαχιάζεις από το πολύ ή το λάθος φαγητό, αυτό δεν είναι ένας περιορισμός; Που για κάποιον λόγο μας είναι πιο οικείος από το να είναι άδαιο το στομάχι μας.

Κι όμως, οι ειδικοί λένε ότι το βράδυ είναι καλό να πέφτουμε για ύπνο ελαφρώς πεινασμένοι, ώστε να ξεκουράζεται ο μεταβολισμός μας· ενώ εμείς του δίνουμε δουλειά συνεχώς και τον επιβαρύνουμε. Γιατί το σώμα χρειάζεται τη νύχτα να ασχοληθεί με την επισκευή και την ανανέωση των κυττάρων, όχι να κωνεύει. Κι αν το τελευταίο μας γεύμα είναι βαρύ, όπως ας πούμε «τηγανητό κρέας», το σκώτι και το πάγκρεας δουλεύουν υπερωρίες όσο κοιμόμαστε, είτε είμαστε διακοπές είτε στο σπίτι. Και δεν το λένε μόνο οι ειδικοί, το αισθανόμαστε κι εμείς επειδή δεν κάνουμε καλό ύπνο, και το πρωί που ξυπνάμε δεν έχουμε την ενέργεια που χρειαζόμαστε για να απολαύσουμε τη μέρα μας. Για κάποιον λόγο, έχουμε μάθει να απομονώνουμε τη στιγμή και το είδος του φαγητού από την υπόλοιπη μέρα και νύχτα μας — ενώ δεν είναι καθόλου έτσι.

Για να είμαι ειλικρινής στην Τσεχία η κουζίνα δεν μου άρεσε. Τρώνε πολύ κρέας και ελάχιστα σαλάτες και λαχανικά, καθόλου μαγειρευτά με ζαρζαβατικά σαν τα δικά μας, καθόλου όσπρια κι όλα αυτά που φτιάχνουν τη μεσογειακή διατροφή, που είναι διάσημη, και σε όλα τα επιστημονικά άρθρα και podcast αναφέρεται σαν η καλύτερη διατροφή. Κρίμα, που την έχουμε κάπως χάσει.

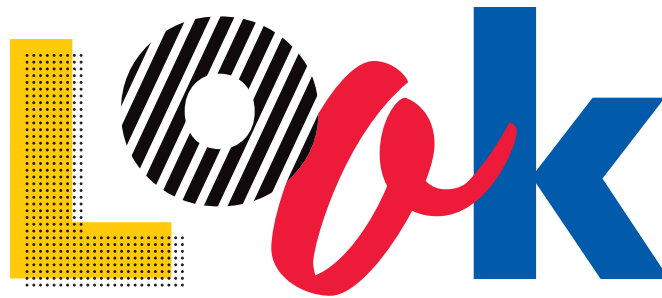
Αλλά κι αυτό είναι μια άλλη ιστορία, που θα την πούμε μια μέρα. Σνίτσελ δεν ξέρω αν θα ξαναφάω — ίσως αν πάω ποτέ στη Βιέννη. Κι αν μου έρθει καμιά φορά φοβερή όρεξη, που πολύ αμφιβάλω, θα δοκιμάσω να πανάρω το κρέας με αλεσμένη βρώμη αντί για αλεύρι και, αντί να το τηγανίσω, θα το ψήσω. Θα είναι το ίδιο νόστιμο; Ποιος ξέρει. Αυτό που έχω καταλάβει είναι ότι οι γεύσεις, οι νοστιμιές, οι συνήθειες, όλα αυτά που νομίζουμε ότι δεν μπορούμε να ζήσουμε χωρίς, μια ιδέα είναι... Αν μπεις σ' αυτό τον τρόπο σκέψης ακολουθεί κι ο τρόπος της ζωής, πολύ πιο εύκολα από ό,τι νομίζεις. Το μόνο σίγουρο είναι ότι, αν τρως υγιεινά, αυτό δεν σημαίνει ότι δεν απολαμβάνεις το φαγητό σου. Απλώς μαθαίνεις να σου αρέσουν διαφορετικά πράγματα. **■**

Ημερολόγιο ανθεκτικότητας

Όταν το φαγητό δεν σε κάνει να νιώθεις καλά

Της ΔΗΜΗΤΡΑΣ ΓΚΡΟΥΣ

Επιμέλεια
ΜΑΡΙΑ-ΙΩΑΝΝΑ
ΣΙΓΑΛΟΥ



ADIDAS

T-shirt Shmoofail Stairs €35



PLAISIO

Goomby παγούρι θερμός
Pink Leopard 600ml €11,90



ADIDAS

Essentials Loose Fleece Hoodie €42,25



NEW BALANCE

Γυναικεία Sneakers New Balance WS327LPA €129,95



AV SUNGLASSES

Γυαλιά ηλίου ODIE Black/Pink
UV400 Protection €69

ESSENCE

Juicy Bomb shiny lip gloss
extreme plump €1,79



CERAVE

Καθαριστικό προσώπου
Balancing Air Foam Cleanser



TEZENIS

Σουτιέν Balconette Wien ελαφρώς ενισχυμένο
και στρινγκ με ψηλό κόψιμο
€16,99 και €6,99



PUBLIC

Αυτοκόλλητα χαρτάκια Legami Rainbow Thoughts
120x60x17mm €4,98



CONVERSE

Παπούτσια Chuck Taylor
All Star Move Platform €65



G-STAR

Σαλοπέτα
Dungaree €85,99



CONVERSE

Τσάντα ώμου €27,90

-Τι έβαλες
πρώτη μέρα
στο σχολείο;
-Τα κλάματα

VOICE 102.5

Το νέο πρόγραμμα του ραδιοφωνικού σταθμού ξεκίνησε

Νέες και αγαπημένες φωνές και μουσικές που κρατούν συντροφιά στην περιπέτεια της καθημερινότητας. Ένα εναλλακτικό ραδιόφωνο με pop και rock ήχους από όλο τον κόσμο, που εκπέμπει από την καρδιά της πόλης.



08:00 - 10:00	Επιστήμη Μπινάζη & Διονύσης Νοταράκης
10:00 - 12:00	Γιάννης Νένες
12:00 - 14:00	Γιοβάννα Βλασσοπούλου
14:00 - 16:00	Αθηνά Κλήμη
16:00 - 18:00	Χαρά Αλεξανδροπούλου
18:00 - 20:00	Δημήτρης Αθανασιάδης
20:00 - 22:00	Σωτήρης Ρουμελιώτης

Η φωνή της Αθήνας το soundtrack της πόλης



© ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΠΑΤΙΔΑΛΟΣ

Σεπτέμβριος γεμάτος μουσική στην Τεχνόπολη

Από το Rock Hard Festival στους πειραματισμούς του Κωνσταντή Πιστιόλη και την καινούργια μπάντα της Ελεωνόρας Ζουγανέλη

Ο Σεπτέμβριος ξεκίνησε πολύ δυναμικά στην Τεχνόπολη, με ένα πλούσιο, πολυσυλλεκτικό πρόγραμμα, όπου ξεχώρισαν η **5η Ακρόαση** της Μικρής Άρκτου – μια μεγάλη συναυλία για το ελληνικό τραγούδι σε συνδιοργάνωση με την Τεχνόπολη, όπου αναδείχθηκαν 15 νέοι ερμηνευτές, 27 καινούργια τραγούδια και ισάριθμοι δημιουργοί–, η μουσική γιορτή με φίλους του **Σπύρου Γραμμένου** και το live των **Planet of Zeus**. Οι συναυλίες συνεχίζονται με τη **Lila** (11/9) με τραγούδια από τον πρώτο της δίσκο, «*Apotipota*», ενώ φέτος έχει προγραμματιστεί στην Τεχνόπολη το **Rock Hard Festival Greece**, που φιλοξενεί κορυφαία ονόματα της διεθνούς metal σκηνής, όπως οι **Hammerfall**, **Overkill**, **Candlemass** με τον **Messiah Marcolin**, **Gus G.**, **Innerwish**, **Heavens Gate**, **Cobra Spell** (12 & 13/9). Στη συνέχεια, οι **Nightstalker** μαζί με τους **Natraxas** ανεβάζουν την ένταση, παρουσιάζοντας τα νέα τους κομ-

μάτια σε ένα εκρηκτικό live (14/9), ενώ ο πολυοργανίστας **Κωσταντής Πιστιόλης** συνδυάζει παραδοσιακούς ήχους με ηλεκτρονικούς πειραματισμούς (15/9). Ο **ΑΡΟΝ** παρουσιάζει νέα κομμάτια από το άλμπουμ του «*Ονειροπόλος*», αλλά και παλιότερα από το πλατινένιο του «*SEXERO*» (16/9), ενώ η **Ελεωνόρα Ζουγανέλη** επιστρέφει με ένα νέο σχήμα υπό τη μουσική διεύθυνση του **Ευριπίδη Ζεμενίδη** (18/9). Η Μουσική Τεχνόπολη 2025 ρίχνει την αυλαία της με δύο μεγάλα διαφορετικά φεστιβάλ: το **Ρίζες ΦΕΣΤ** (19/9) και το **Death Disco Open Air Festival** (20 & 21/9). Να σημειωθεί ότι οι βραδιές της Μουσικής Τεχνόπολης αποκτούν κοινωνικό χαρακτήρα, καθώς οι θεατές μπορούν να προσφέρουν είδη πρώτης ανάγκης για το Κέντρο Υποδοχής και Αλληλεγγύης του Δήμου Αθηναίων (Κ.Υ.Α.Δ.Α.), που στηρίζει πάνω από 3.500 οικογένειες. – **Νίκη-Μαρία Κοσκινά**

Θέατρο,
μουσική,
εκθέσεις,
προβολές.
Πολιτιστικές
προτάσεις
που μας
ιντριγκάρουν
αυτό το
επταήμερο

1 Η δύναμη της αγάπης

Ένα από τα λίγα μπαλέτα της εποχής του ρομαντισμού, με υψηλές απαιτήσεις στην τεχνική. Η ιστορία μιας αληθινής και βαθιάς αγάπης που κινείται πέρα από τον θάνατο. Μια χωρική ερωτεύεται έναν αριστοκράτη, κι όταν καταλαβαίνει ότι δεν μπορεί να τον έχει, τρελαίνεται και αυτοκτονεί. Τα γυναικεία πνεύματα της νύχτας ζητούν εκδίκηση, αλλά εκείνη καταφέρνει να τον σώσει με τη βαθιά αγάπη της. Η «Ζιζέλ» του Αντόλφ Αντάμ ζωντανεύει στη σκηνή από την **Εθνική Όπερα της Οδησσού** με 120 συντελεστές. **Ωδείο Ηρώδου Αττικού, 14 Σεπτεμβρίου**



Άττιλο
Γιώργος Πουλής

2 Η ροή του χρόνου

Η γκαλερί Alma εγκαινιάζει τη νέα σεζόν με την έκθεση «One Year Later», υπό την επιμέλεια της **Ειρήνης Μαρίας Νανούρη**. Τρεις καλλιτέχνες –Έλλη Γιαλαμά, Ορέστης Παπακωνσταντίνου και Γιώργος Πουλής– εξερευνούν τον χρόνο μέσα από γλυπτά, ζωγραφικά έργα και πηγαία αισθητική χειρονομία, αποτυπώνοντας τη ροή, τη στασιμότητα και τη μνήμη. Το κοινό θα ανακαλύψει προσωπικές στιγμές δημιουργικής έκφρασης, όπου το παρελθόν και το παρόν συνυπάρχουν, προσφέροντας μια βαθιά, συλλογική εμπειρία. **Γκαλερί Alma, 11 έως 27 Σεπτεμβρίου**

3 Μεγάλο αφιέρωμα στον Γρηγόρη Μπιθικώτση

Είκοσι χρόνια μετά τον θάνατο του «σερ» του ελληνικού πενταγράμμου, μια ξεχωριστή συναυλία ζωντανεύει ξανά τη μαγεία της μουσικής του. Κορυφαίοι Έλληνες ερμηνευτές θα αποδώσουν τα αγαπημένα του τραγούδια, ενώ τιμητική συμμετοχή θα έχει ο **Σταύρος Ξαρχάκος**. Τη σκηνοθεσία και την παρουσίαση αναλαμβάνει ο **Λάκης Λαζόπουλος** και μέρος των εσόδων θα διατεθεί στον Σύλλογο «ΦΛΟΓΑ». Μια βραδιά γεμάτη συναίσθημα, μνήμη και αξέπέραστο μουσικό μεγαλείο. **Καλλιμάρμαρο, 17 Σεπτεμβρίου**



4 Plisskën Festival 2025 σε νέο χώρο

Το μουσικό φεστιβάλ επιστρέφει με ένα εκρηκτικό διήμερο. Από punk και synth pop μέχρι techno και darkwave, κάθε σκηνή αποκτά τη δική της ταυτότητα. Στο φετινό line-up συναντάμε τον ατμοσφαιρικό **King Krule**, τους εκρηκτικούς **Brutalismus 3000**, τους **Confidence Man**, την **KI/KI**, τον ανατρεπτικό **TOMMY CASH**, τον οραματιστή **John Maus** και τους Αθηναίους **Selofan**, πλαισιωμένους από διεθνείς DJs όπως οι Héctor Oaks, John Talabot, Daria Kolosova και Eris Drew & Octo Octa. **Πειραιώς 260, 12 & 13 Σεπτεμβρίου**

Για να καταχωριστείτε στους οδηγούς της Α.Υ., στείλτε δελτία Τύπου 2 εβδομάδες πριν από την προγραμματισμένη ημερομηνία. Ταχυδρομικώς στη διεύθυνση Χαρ. Τρικούπη 22, 10679 Αθήνα ή στο fax 210 3617310 ή στο **avguide@athensvoice.gr**



© ΤΑΣΟΣ ΑΓΑΠΗΣ

5 Μάλαμας-Καραπατάκη στη Νίκαια

Σιγά σιγά ολοκληρώνονται οι εμφανίσεις σχημάτων που περιόδευσαν σε όλη την Ελλάδα το καλοκαίρι. Ο Σωκράτης Μάλαμας με την Ιουλία Καραπατάκη ένωσαν φέτος τις δυνάμεις τους σε ένα ξεσηκωτικό μουσικό δίδυμο, που τελειώνει τα καλοκαιρινά live του στις 21 Σεπτεμβρίου. Στην Αθήνα, έχουν προγραμματίσει μια τελευταία εμφάνιση, στο Κατράκειο Θέατρο της Νίκαιας. Τους πλαισιώνουν σπουδαίοι μουσικοί, ενώ στα κρουστά αλλά και στα φωνητικά βρίσκεται ο γιος του Σωκράτη, **Γιάννης Μάλαμας**.

Κατράκειο Θέατρο, 11 Σεπτεμβρίου



© MIKERAFAIL

6 Τελευταίες παραστάσεις του Ξένου

Το έργο του **Μιχαήλ Μαρμαρινού** «Ζ-η-θ, ο Ξένος», βασισμένο σε 3 ραψωδίες της Οδύσσειας, ολοκληρώνει το ταξίδι του στην Αθήνα. Ξεκινώντας από το ναυάγιο του ομηρικού ήρωα στο Νησί των Φαιάκων, βλέπουμε το πώς υποδέχεται τον Ξένο ένας λαός που δεν θεωρείται και πολύ φιλόξενος. Μέσα από το τραγούδι του τυφλού αοιδού Δημόδοκου, οδηγούμαστε σιγά σιγά προς την αναγνώριση και την αποκάλυψη της ταυτότητας του ήρωα, που πραγματοποιείται με μια συγκλονιστική σκηνή, η οποία παράλληλα φωτίζει τα εγκλήματα των Αχαιών κατά τον Τρωικό Πόλεμο.

Δημοτικό Θέατρο Λυκαβηττού, 17 Σεπτεμβρίου

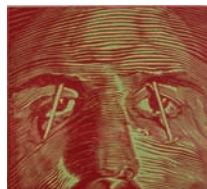


© ΘΟΜΑΣ ΔΑΣΚΑΛΑΚΗΣ

7 Οι δυο Οιδίποδες του Χουβαρδά

Η ιστορία μιας μεταμόρφωσης: από το σκοτάδι στο φως. Ο Γιάννης Χουβαρδάς καταπιάνεται με την ιστορία του τραγικού ήρωα, προσεγγίζοντας μαζί τα δύο έργα του Σοφοκλή, «Οιδίπους τύραννος» και «Οιδίπους επί Κολωνών». Η ιστορία ξεκινά ανάποδα, από το τέλος προς την αρχή, ενώ ο κεντρικός ήρωας αναζητά τα βαθιά αίτια των δεινών του. Στον κεντρικό ρόλο ο **Νίκος Καραθάνος**, ενώ τον Κρέοντα υποδύεται η **Καρουφυλλιά Καραμπέτη**.

Οδείο Ηρώδου Αττικού, 13 Σεπτεμβρίου



«Toothpicks»

8 Η ισορροπία μέσω της δημιουργίας

Στην έκθεση «Μηχανισμοί ομοιόστασης», ο **Ευριπίδης Παπαδοπετράκης** χρησιμοποιεί χαρακτηριστικά, γλυπτά και ready-made αντικείμενα για να εξερευνήσει το πώς η τέχνη μπορεί να γίνει καθρέφτης της αντίληψης και της ισορροπίας μας με τον κόσμο. Τα έργα του φωτίζουν τη λεπτή γραμμή ανάμεσα στο λογικό και το άλογο, την εικόνα και τον λόγο, προσκαλώντας τον θεατή να αναστοχαστεί πάνω στη σχέση του με το περιβάλλον και τον ίδιο του τον εαυτό.

*Γκαλερί Αντωνοπούλου
11 Σεπτεμβρίου έως
18 Οκτωβρίου*



«Chandelier III, Ziggurat- Ianos»

© MARIA MANETA/ZG

9 Όταν η τέχνη θεραπεύει

Η **Πέγκυ Κλιάφα** στη νέα της έκθεση δημιουργεί έναν κόσμο όπου η τέχνη συναντά την ιατρική. Το «Θεραπεύοντας το πλέγμα» είναι μια μεγάλη εγκατάσταση που αποτελείται από γλυπτά, φωτεινές κολόνες από κάψουλες και κολάζ από φαρμακευτικές σακούλες, που αναδεικνύουν τη δύναμη και την πίεση του σύγχρονου πλέγματος. Μέσα από φως, υλικότητα και συμβολισμό, η εγκατάσταση στήνει έναν διάλογο για τον χώρο, το σώμα και την ψυχή, για το πώς η τέχνη μπορεί να μας γιατρέψει αλλά και να αναδιατάξει την πραγματικότητα. *Γκαλερί Ζουμπουλάκη, 11 Σεπτεμβρίου έως 4 Οκτωβρίου*



«Bucolic drama»

10 Στο σπήλαιο των σκιών

Ο βραβευμένος με το Art Athina 2024 καλλιτέχνης, στη νέα του έκθεση «Πάνος Προφήτης. La Bocca La Grotta», μας οδηγεί σε έναν κόσμο που παρπέμπει στην πλατωνική θεωρία. Μέσα από γλυπτά-εγκαταστάσεις, μεταμορφώνει τον χώρο σε ένα σύγχρονο μουσείο γλυπτικής, καλώντας το βλέμμα του θεατή να περιπλανηθεί τολμηρά μέσα στη σκιά, εκεί όπου κάθε βεβαιότητα αμφισβητείται. Τα έργα του συνομιλούν με το παρελθόν και το επανεξετάζουν μέσα από εντελώς σύγχρονα υλικά και οπτικές. *MOMus-Μουσείο Αλέξη Μυλωνά, 12 Σεπτεμβρίου έως 30 Νοεμβρίου*

Garth Greenwell «Small Rain»

Πόσο *ίδι@* είμαστε *όλ@* μπροστά
στο αξεπέραστο του θανάτου

Της ΚΡΥΣΤΑΛΛΗΣ ΓΛΥΝΙΑΔΑΚΗ

© BERTRAND LAFORET/GAMMA-RAPHO VIA GETTY IMAGES



Ο Μίκης Θεοδωράκης διευθύνει
τον ορχήστρα του στο Παρίσι στις
20 Οκτωβρίου 1970, Γαλλία

Μίκης Θεοδωράκης Έξι όψεις ενός μεγάλου έργου

Οι πολύ μεγάλοι συνθέτες έχουν πολύ-
πλευρο έργο. Έτσι, μπορείς, με απόλυτα
υποκειμενικό τρόπο, να επιλέξεις στιγ-
μές της διαδρομής τους που έχουν μιλή-
σει βαθιά μέσα σου.

1. Λαμπράκηδες

Ο Μίκης Θεοδωράκης δεν ήταν απλώς ο
πρώτος πρόεδρος της Νεολαίας Λαμπράκη,
που ιδρύεται το 1964, μερικούς μήνες μετά
τη δολοφονία του Γρηγόρη Λαμπράκη. Ή-
ταν ο εμπνευστής της και ο άνθρωπος που
καθόρισε το όραμά της: έναν πολιτισμικό και
καλλιτεχνικό χαρακτήρα και μια σύνδεση της
πολιτικής δράσης με τη μουσική, την ποί-
ηση και την τέχνη. Αν μέχρι εκείνη την εποχή η
σχέση με την τέχνη ήταν προνόμιο των αστι-
κών στρωμάτων της ελληνικής κοινωνίας, οι
Λαμπράκηδες δημιουργούν το περιβάλλον
για να συνδεθούν όψεις του πολιτισμού με τη
νεολαία και τα στρώματα που αμφισβητούν
τη φαυλότητα του πολιτικού συστήματος της
εποχής. Από τους Λαμπράκηδες ξεπήδησε
ένα τεράστιο κύμα διανοουμένων και καλλι-
τεχνών που συνδέθηκε στα κατοπινά χρόνια
με την Αριστερά.

2. Τα τραγούδια του αγώνα

Μην έχοντας καταλάβει –λόγω μικρής ηλι-
κίας– τι ακριβώς σήμαινε η δικτατορία στην
Ελλάδα, ακούς τον ίδιο τον Μίκη να ανοίγει
τα «Τραγούδια του αγώνα», που πρωτοκυκλο-
φόρησαν στο εξωτερικό το 1971 και στην
Ελλάδα αμέσως μετά τη Μεταπολίτευση, με
στίχους όπως αυτοί: «Σπόρος οργής πέφτει
στο χώμα / μίνυμα πάλης τρέφει φτερά / σπίθα
φεγγίζει μες στο σκοτάδι / νέοι αγώνες σε προ-
σκαλούν». Και είναι τότε ακριβώς που αρχίζει
να συνειδητοποιείς γιατί όλα έμοιαζαν κάπως
θλιμμένα και ασπρόμαυρα εκείνη την εποχή.
Ακόμα μέχρι σήμερα, δεν μπορείς ν' ακούσεις
αυτόν τον δίσκο χωρίς να δακρύσεις.

3. Δρόμοι παλιοί

Ένα πολύ σημαντικό ποίημα του Μανόλη Ανα-
γνωστάκη, που μεταφέρει όλη τη διάψευση
που ακολουθεί τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, την
απάνθρωπη πραγματικότητα, την αγωνία,
την απογοήτευση, τη μοναχική πορεία που
ακολουθεί κάθε άνθρωπος που είχε κάποτε
ελπίσει ότι θα έρθει ένας καινούργιος, καλύ-
τερος κόσμος. Ο Αναγνωστάκης με το ποίημα
αυτό βρίσκει τον τρόπο να επικοινωνήσει όχι
μόνο με την εποχή του αλλά και με όλες τις
μεταγενέστερες, ακόμη και με τη σημερινή. Η
μουσική του Μίκη Θεοδωράκη για το τραγού-
δι αυτό συνδέθηκε και με την ταινία «Serpico».

4. Καρναβάλι

Υπάρχουν σίγουρα πολύ σημαντικότερες λό-
γιες συνθέσεις του Θεοδωράκη από το «Καρ-
ναβάλι» ή την «Ελληνική Αποκριά», που πα-
ρουσιάστηκε για πρώτη φορά στην Όπερα
της Ρώμης τον Μάρτιο του 1953 από το Ελλη-
νικό Χορόδραμα της Ραλλούς Μάνου. Όμως
στο έργο αυτό είναι η πρώτη φορά που ο
Θεοδωράκης έρχεται να συνδέσει νεοελλη-
νικές μελωδίες και χορούς με τη συμφωνική
μουσική, πράγμα που είχαν κάνει και πολλοί
μεγάλοι συνθέτες, όπως, για παράδειγμα, ο
Σούμπερτ, ο Μπραμς, ο Ντβόρζακ ή ο Σμέ-
τανα με τη μουσική των δικών τους τόπων.
Όπως ο ίδιος ο συνθέτης έγραφε το 1993,
«*τρυφερά, νοσταλγικά, δραματικά, γλυκά ή
απεγνωσμένα, τόσο οι ελεγειακές φορτίσεις
όσο και η απελπισία μου απ' την τραυματική
ελαφρότητα της αθιναϊκής μετεμφυλιακής
ιντελιγκέντίας δεν μπόρεσαν να εμποδίσουν
την "Ελληνική Αποκριά" να γίνει τελικά ένας
ύμνος στη χαρά της ζωής και προπαντός στον
Έρωτα*».

5. Χάθηκα

Πρόκειται για ένα ιδιαίτερα απλό τραγούδι,
ενδεχομένως από τα πρώτα που έγραψε ο Μί-
κης Θεοδωράκης. Είναι γραμμένο σε στίχους
Πάννη Θεοδωράκη, όπως και άλλα τρία από
την ποιητική συλλογή «Αιποτάχτες». Έτυχε ό-
μως να είναι το πρώτο τραγούδι που άκουσα
ποτέ από τη φωνή του Μίκη Θεοδωράκη, σ'
ένα παλιό μονοφωνικό ηλεκτρόφωνο, μέσα
στη δικτατορία και με χαμηλά το volume. Πά-
ντα έλεγα ότι, ακόμη κι αν οι ίδιοι οι συνθέτες
δεν έχουν τις φωνητικές δυνατότητες των
τραγουδιστών που επιλέγουν –ενός Μπιθι-
κώτση, ας πούμε– τραγουδούν με βαθιά συ-
γκινητικό τρόπο τα δικά τους τραγούδια. Εδώ
το κάνει ο Θεοδωράκης, αλλού ο Χατζιδάκις,
ο Μικρούτσικος ή ο Λοΐζος.

6. Γιώργος Θεοδωράκης

Είναι απολύτως unfair να αναφέρεται σ' ένα
κείμενο που αφορά τον Μίκη Θεοδωράκη
ο γιος του, Γιώργος. Κι αυτό γιατί ο Γιώργος
είναι ένας αυτόφωτος συνθέτης, μια πολύ
ιδιαίτερη προσωπικότητα για την ελληνική
μουσική. Θα ασχοληθούμε εκτεταμένα στο
μέλλον, μα τώρα, επειδή ακριβώς παραμέ-
νει στη σκιά, χωρίς άλλη επισήμανση, ας α-
κούσουμε το «Φ.Α.» σε στίχους του Μιχάλη
Μαρματάκη, στην εκτέλεσή από το «Σήμα».
Κυκλοφόρησε την ίδια χρονιά με τα «Λευκά
κελιά» των Clown στην Creep και από το 1983
αυτά τα δύο τραγούδια είναι βαθιά συνδεδε-
μένα μέσα μου.

Ένας ξαφνικός πόνος, σαν μαχαίριά
που δεν σταματάει να του τρυπάει την
κοιλιά, παραλύει τον ανώνυμο πρω-
ταγωνιστή μας. Φοβούμενος να πάει
στο νοσοκομείο στην προ-εμβολιακή
εποχή του κόβιντ, τον Αύγουστο του
2020, παραμένει στο σπίτι για πέντε
ολόκληρες ημέρες, μέχρι που συνει-
δητοποιεί ότι μάλλον δεν θα τη βγά-
λει καθαρή αν δεν σπεύσει στα Επεί-
γοντα. Ο πόνος του περιγράφεται με
κάθε ιδιαίτερη λεπτομέρεια, όπως και
η παραμονή του στα επείγοντα· όπως
και καθετί που θα του συμβεί τις επό-
μενες ημέρες στην εντατική του Πανε-
πιστημιακού Νοσοκομείου της Αϊόβα
με διάγνωση για ρήξη κοιλιακής αορ-
τής: ένα από τα εσωτερικά τοιχώματα
της κεντρικής αορτής του έχει σκιστεί
στο ύψος της κοιλιάς κι αιμορραγεί.
Τα ποσοστά θνησιμότητας των ατό-
μων που δεν αντιμετωπίζουν αυτή την
κατάσταση τις πρώτες ώρες ή ημέρες
(όπως εκείνος); Τρεις στους τέσσερις.
Με λίγα λόγια, από θαύμα ζει.

Και κάπως έτσι θ' αρχίσει να αντιμε-
τωπίζει τον κόσμο γύρω του ο πρω-
ταγωνιστής του Γκαρθ Γκρίνγουελ
–ο ίδιος που εμφανίζεται και στα δύο
προηγούμενα βιβλία του, «Αυτό που
σου ανήκει» (μτφρ. Τόνια Κοβαλέν-
κο, εκδ. Καστανιώτης) και «Cleanness» (εκδ.
Picador)– ήτοι, σαν μικρό
παιδί που παρακολουθεί
τα πάντα με μάτια διά-
πλατα, σαν μικρά θαύ-
ματα που ποτέ δεν είχε
σκεφτεί να παρατηρήσει:
τα ενδοφλέβια σωληνά-
κια που βγαίνουν από τα
χέρια του, τις εκφράσεις
των γιατρών που τον κου-
ράζουν, τη θέα από το
παράθυρο της εντατικής,
το σπουργίτι που έρχεται
έξω από το παράθυρό
του, την αίσθηση ενός χε-
ριού στον αστράγαλό του,
την ανακούφισή του όταν

πηγαίνει στην τουαλέτα, τον τρόμο ό-
ταν μια νοσοκόμα δεν φαίνεται ν' ακο-
λουθεί τις οδηγίες των γιατρών.
Κι ανάμεσα σε όλα αυτά, την ίδια του
τη ζωή και τις αναμνήσεις της: τη σχέ-
ση του με τον σύντροφό του L., καθη-
γητή ισπανικής λογοτεχνίας και γρα-
φής στο πανεπιστήμιο, το πώς γνωρί-
στηκαν κι αγαπήθηκαν κι αποφάσισαν
να αγοράσουν μαζί ένα παλιό σπίτι
στην εξοχή της Αϊόβα Σίτι, που έβγα-
λε, κατά την ανακαίνιση, ένα εκατομ-
μύριο περισσότερα προβλήματα απ'
αυτά που περίμεναν· τα προβλήματα
αυτά, τούβλο το τούβλο, μαδέρι το
μαδέρι, εργολάβο τον εργολάβο, και
πώς τα αντιμετώπισαν· τη σχέση του
με την ποίηση και τη γραφή (ο πρω-
ταγωνιστής μας είναι ποιητής) και της
γραφής και της ποίησης με τον κόσμο.

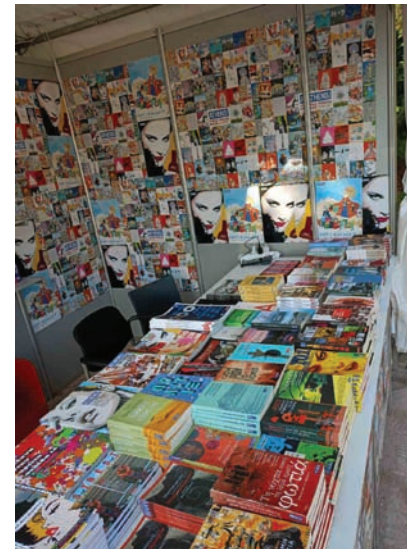


Garth Greenwell
Small Rain
εκδ. Picador

Ο τρόπος που εξιστορεί ό,τι συμβαί-
νει στο σώμα του, εντός νοσοκομείου,
και στις σκέψεις του είναι θαυμαστός:
ουδεμία στιγμή κουράζουν στην ανά-
γνωση όλες αυτές οι εκτενείς λεπτο-
μέρειες. Κι ενώ τα τρέχοντα γεγονότα,
εκτός νοσοκομείου (η ένταση μεταξύ
τραμπικών και μη τραμπικών ψηφο-
φόρων για την πανδημία και την «ψυ-
χή της Αμερικής», η συνωμοσιολογία
για τα εμβόλια και τα λοκντάουν, οι
φυλετικές τριβές, οι ψυχαναλυτικές
ρίζες του απομονωτιστικού τρόπου
σκέψης των μεσοδυτικών πολιτειών)
περνούν από τις σελίδες του, ο Γκρίν-
γουελ, ακριβώς επειδή ο πρωταγωνι-
στής του είναι αποκομμένος απ' όλα
αυτά και παλεύει για τη ζωή του, επι-
λέγει να εστιάσει σ' αυτά που μάλλον
απασχολούν τους ανθρώπους που
παλεύουν για τη ζωή τους: Τι έχει ση-
μασία; Η αγάπη; Η φιλία; Η ομορφιά;
Η τέχνη;

Μας χαρίζει, έτσι, μια σειρά από α-
παστράπτουσες σελίδες που μιλούν
για την προκλασική μουσική, για την
ποίηση του Τζορτζ Όπεν, για τον τρό-
πο που το φως μεταμορφώνει έναν
χώρο μέσα από τα μεγάλα παράθυρα
του σπιτιού τους με τον L. και το πώς
μια μεγάλη καταστροφή μπορεί να ο-
δηγήσει σε μια αίσθηση παραμυθιού:
μια καταιγίδα ρίχνει την εκατοντάχρο-
νη βελανιδιά του κήπου στη στέγη του
σπιτιού τους, δημιουργώντας έναν
κόσμο μαγικό, με έπιπλα, χαλιά και
φυλλωσιές που φιλτράρουν το λευκό
φως του ήλιου για ουρανό.

Ωραία όλα αυτά, θα μου πείτε, αλλά
είναι το «Small Rain» ένα κουίρ βιβλίο;
Σαφέστατα. Είναι ένα βιβλίο για την
ενηλικίωση του κουίρ, για τον πρωτα-
γωνιστή που δεν αυτοπροσδιορίζεται
πια με βάση την κουίρ ταυτότητά του,
αλλά με την αίσθηση του ανήκειν από
κοινού στην ανθρωπότητα, μαζί δηλα-
δή με άλλα «περίεργα», «δύσκολα», μη
κουίρ πλάσματα. Γραμμένο από γκέι
συγγραφέα, με γκέι πρωταγωνιστές
και γεμάτο από μικρές υπενθυμίσεις
ότι, ακόμα και σήμερα, κάτι τέτοιο
μπορεί να σε τοποθετήσει σε διαφο-
ρετική «κατηγορία» από άλλους αν-
θρώπους, το βιβλίο είναι ο θρίαμβος
της κανονικοποίησης του queerness.
Αυτό δεν θα αρέσει σε όσ@ προτιμούν
να διαβάζουν μανιφέστα και σε όσ@
βασίζουν την αίσθηση της μοναδικό-
τητάς τους σε αυτή την ταυτότητα και
παλεύουν να διαχωρίζονται από την
ετεροκανονική «πλέμνα». Αλλά ακρι-
βώς εδώ βρίσκεται και το μεγαλείο
του μυθιστορήματος του Γκρίνγουελ:
στο ότι δείχνει πόσο *ίδι@* είμαστε *όλ@*
μπροστά στο αξεπέραστο του θανά-
του και τον τρόπο του, και πόσο ξε-
χωριστ@ είναι καθένας/μία/ένα από
εμάς, πόσο πολύτιμ@ και μοναδικ@,
είμαστε δεν είμαστε κουίρ.



ATHENS VOICE BOOKS στη γιορτή του βιβλίου

Στο φεστιβάλ συμμετέχει όπως κάθε χρόνο και η Athens Voice με δικό της περίπτερο, όπου οι επισκέπτες μπορούν να βρουν συγκεντρωμένα όλα τα βιβλία των εκδόσεων **ATHENS VOICE BOOKS**, από νέες κυκλοφορίες μέχρι παλαιότερους τίτλους, δίνοντας την ευκαιρία στο κοινό να γνωρίσει τον εκδοτικό της κατάλογο μέσα σε έναν χώρο-γιορτή του βιβλίου.

53ο ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΒΙΒΛΙΟΥ Το παιδί και η φαντασία στο επίκεντρο

Πεδίον του Άρεως, έως 21 Σεπτεμβρίου

Το Πεδίον του Άρεως γέμισε ξανά με λέξεις, ιδέες και ιστορίες, καθώς το 53ο Φεστιβάλ Βιβλίου άνοιξε τις πύλες του. Μια διοργάνωση-θεσμός που φέτος φιλοξενεί 210 εκδοτικούς οίκους, 285 περίπτερα και περισσότερες από 200 εκδηλώσεις, επιβεβαιώνοντας ότι η ανάγνωση παραμένει ζωντανή εμπειρία συνάντησης και ανταλλαγής.

Κεντρικό αφιέρωμα είναι το «Παιδί και Φιλαναγνωσία: Με ένα βιβλίο ανακαλύπτω τον κόσμο», που αναδεικνύει τον ρόλο του βιβλίου στην καλλιέργεια της φαντασίας, της συναισθηματικής νοημοσύνης και της κριτικής σκέψης από μικρή ηλικία. Στρογγυλά τραπέζια, παρουσιάσεις νέων συγγραφέων, θεατρικές παραστάσεις, βιωματικά εργαστήρια, μαγικά, συναυλίες και αφιερώματα συνθέτουν ένα πολυδιάστατο πρόγραμμα όπου η ανάγνωση συναντά τις τέχνες και την κοινωνική εμπειρία. - **Νίκη-Μαρία Κοσκινά**

53ο

ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΒΙΒΛΙΟΥ

ΑΦΙΕΡΩΜΑ

ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΦΙΛΑΝΑΓΝΩΣΙΑ

Με ένα βιβλίο ανακαλύπτω τον κόσμο

ΗΜΕΡΕΣ & ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

Δευτέρα έως Πέμπτη 18:00-22:30

Παρασκευή & Σάββατο 18:00-23:00

Κυριακή 10:30-15:00 & 18:00-22:30

5—21

Σεπτεμβρίου'25

ΠΕΔΙΟΝ
ΑΡΕΩΣ

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ
ΕΚΔΟΤΩΝ
ΒΙΒΛΙΟΥ

ΥΠΟ ΤΗΝ ΑΙΓΙΔΑ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Πολιτισμού

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

ΕΛΛΗΝΙΚΟ
ΙΔΡΥΜΑ
ΒΙΒΛΙΟΥ ΚΑΙ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ
ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ
ΑΘΗΝΩΝ

ΜΕ ΤΗΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

onanda

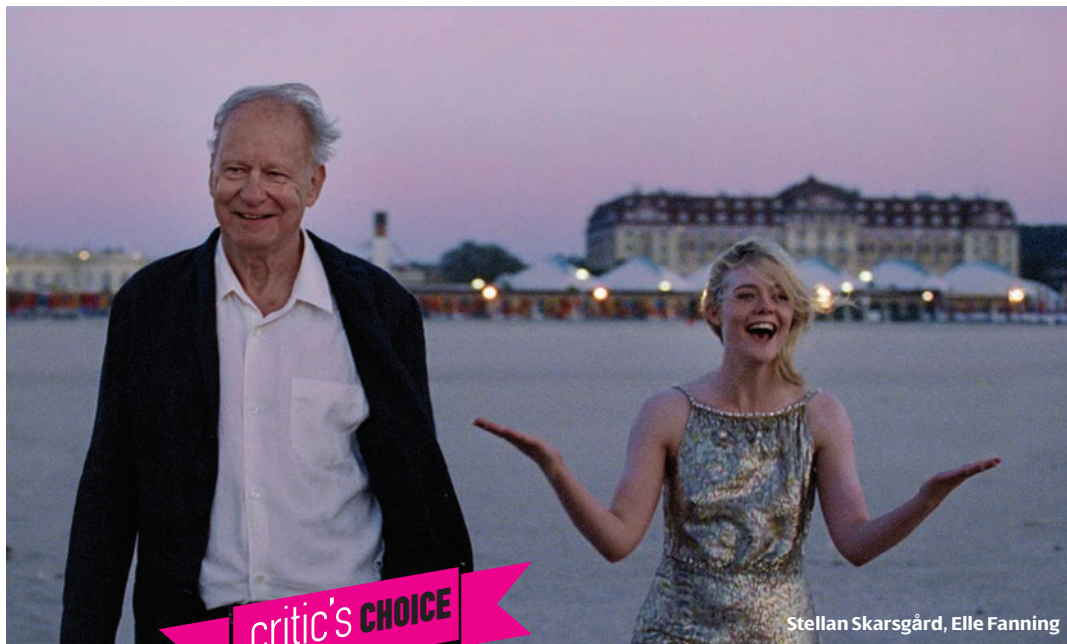
οοδελ

ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ

ΕΘΝΙΚΟ
ΙΣΤΟΡΙΚΟ
ΜΟΥΣΕΙΟ

ΕΘΝΙΚΟ
ΦΙΛΙΠΠΟΣ ΝΑΚΑΣ

11 - 17 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2025 Α.Υ. **85**



© KASPER TUXEN ANDERSEN

critic's CHOICE

Stellan Skarsgård, Elle Fanning

Συναισθηματική αξία

(SENTIMENTAL VALUE) *****1/2

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Ριοακίμ Τρίερ ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Ρενάτε Ράινσβε, Στέλαν Σκάργκαρντ, Ελ Φάνινγκ

Ο καταξιωμένος σκηνοθέτης Γκούσταβ οραματίζεται το τελευταίο αριστούργημα της ζωής του. Το σενάριο που γράφει, «πατάει» σε βιώματά του και γίνεται ακόμη πιο προσωπική υπόθεση από τη στιγμή που ζητάει από τη μεγάλη κόρη του, Νόρα, η οποία είναι θεατρική ηθοποιός, να αναλάβει εκείνη τον πρωταγωνιστικό ρόλο στην ταινία του. Η τελευταία όμως αρνείται.

Έχοντας κλείσει την τριλογία του Όσλο με το αριστουργηματικό «Ο χειρότερος άνθρωπος στον κόσμο», που αποτελούσε ένα εξαιρετικό γυναικείο πορτρέτο τοποθετημένο στο σύγχρονο χάος, ο Γιοακίμ Τρίερ επιστρέφει στον κυκεώνα των διαπροσωπικών σχέσεων βάζοντας αυτή τη φορά τη σχέση πατέρα-κόρης στον βωμό της δραματουργίας του, που εντοπίζεται σε ένα σπίτι γεμάτο μνήμες και ανοιχτές πληγές (η τραγική ιστορία της αντιστασιακής μητέρας του Γκουστάβ, που βασανίστηκε από τους ναζί, είναι το κλειδί της ιστορίας). Καθώς η Νόρα προσπαθεί να βάλει σε μια τάξη τη ζωή της, έρχεται σε σύγκρουση με τον πατέρα της, που του χρεώνει το διαζύγιο των γονιών της και κυρίως ότι τους εγκατέλειψε όταν εκείνη ήταν ακόμη μικρό παιδί κι έκτοτε ουσιαστικά χάθηκε από τη ζωή της. Η «Συναισθηματική αξία» είναι ένα φιλμ μεγάλης ωριμότητας βασισμένο σε ιερὰ πρόσωπα (Μπέργκμαν, Στρίνμπεργκ κ.ά.) αλλά και αρχετυπικά έργα (το «Κουκλόσπιτο» του Ίψεν κρύβεται πίσω από κάθε καρτέ, γεγονός που επιβεβαιώνεται κι από το όνομα της βασικής ηρωίδας), το οποίο αρνείται να γίνει μελό, διδακτικό και κυρίως ναρκισσοειδές. Ο Τρίερ, σε τρομερή φόρμα, αφαιρεί κάθε σκηνοθετική... υπόνοια μελό, που μπορεί να συνδεθεί με τις παραπάνω παγίδες, επιλέγοντας μια ελλειπτική αφήγηση που ποντάρει στα βασικά και απαραίτητα. Όλα είναι δοσμένα με υπόγεια ένταση και ανόθευτη ειλικρίνεια και οδηγούν τη «Συναισθηματική αξία» σε οπαραχτικές αλήθειες αλλά και ψυχραιμες κουβέντες. Η πατρική φιγούρα σαφώς και δεσπόζει στον ουρανό της ιστορίας, όμως την πραγματική λάμψη καθώς και την ουσία του έργου τη χαρίζουν οι γυναίκες. Η κατεστραμμένη, αλλά με γλώσσα που τσακίζει Νόρα, που είναι «ίδια ο πατέρας της», αδυνατεί να κατανοήσει γιατί δεν μπόρεσε ποτέ να φτιάξει μια σχέση της προκοπής. Η μικρή της αδελφή Άγκνες, που ζει με τον σύζυγο και τον γιο τους μια μάλλον ρουτινιάρικη αλλά ασφαλή οικογενειακή ζωή, έχει επιγνώση της κατάστασής της και κυρίως σε ποιον οφείλει την ψυχική ισορροπία της. Και, τέλος, η φαινομενικά ρηχή αλλά ειλικρινής και έντιμη χολιγουντανή σταιρ, η οποία κατανοεί το περιορισμένο της ταλέντο. Με όχημα τούτη την εκλεκτή γυναικεία τριπλέτα, και καταλύτη τον εκπληκτικό Στέλαν Σκάργκαρντ στην καλύτερη ίσως ερμηνεία της καριέρας του, ο Τρίερ παραδίδει ακόμη ένα αριστούργημα γύρω από τις τραυματικές οικογενειακές σχέσεις, αλλά και το νόημα της τέχνης που πολλές φορές δίνει νόημα στην ίδια τη ζωή.

ΕΠΙΣΗΣ

▶▶▶ Το «*Demon Slayer: Το κάστρο του άπειρου*» (-) είναι ένα φημισμένο ιαπωνικό animation βασισμένο στο σύμπαν της ομώνυμης δημοφιλούς σειράς. ▶▶▶ Στις «*Τερατομουντζούρες*» (-), το παιδικό φιλμ φαντασίας του Σεθ Γουόρλι, οι ζωγραφιές της μικρής ηρωίδας αποκτούν ξαφνικά ζωή. ▶▶▶ Η «*Ευδοκία*» (****) του Αλέξη Δαμιανού, που αφηγείται τον έρωτα μιας πόρνης κι ενός φαντάρου, είναι μια κορυφαία στιγμή του ελληνικού σινεμά.

Καυτό γάλα (HOT MILK) **

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Ρεμπέκα Λένκιεβιτς ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Έμα Μάκεϊ, Φιόνα Σο, Βαγγέλης Μουρίκης, Βενσάν Περέζ, Βίκι Κρίπις



Η νεαρή Σοφία είναι μοναχοπαίδι που παράτησε τις σπουδές της για να φροντίζει τη μητέρα της Ρόουζ, η οποία πάσχει από μια περίεργη μορφή ασθένειας που την κρατά καθηλωμένη σε αναπηρικό καροτσάκι. Οι φρετινές καλοκαιρινές διακοπές τους στην Ισπανία θα προκαλέσουν αναταράξεις στη σχέση τους.

Μια ελληνική συμπαραγωγή (Heretic) με γυρίσματα σε Κερατσίνι και Λαύριο, ένα ελκυστικό καστ (η Έμα Μάκεϊ στον ρόλο της Βρετανοελληνίδας Σοφίας) κι ένα πολλά υποσχόμενο μυθιστόρημα (το βραβευμένο βιβλίο της Ντέμπορα Λέβι) προσφέρουν μια δυνατή βάση. Το φιλμ κυλάει με άνεση, αλλά όχι με τις δυνατές συγκινήσεις όπως υποσχεται ο τίτλος. Είναι λες και η υψηλή θερμοκρασία του καυτού ήλιου, που «λιώνει» τις αντοχές των δύο γυναικών, να διαπερνά τη ραχοκοκαλιά του έργου, που θέλει να μιλήσει για πολλά (ο απρόσμενος ερωτισμός της Σοφίας όταν βλέπει την Ίγκριντ πάνω στο άλογο), αλλά τελικά μόλις και διατυπώνει ελάχιστα ουσιώδη για τη σχέση μητέρας-κόρης.

Η μακριά πορεία (THE LONG WALK) **

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Φράνσις Λόρενς ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Κούπερ Χόφμαν, Ντέιβιντ Τζόνσον, Γκάρρετ Γουέρινγκ, Τζούντι Γκριπ, Μαρκ Χάμιλ



Κάθε χρόνο, πενήντα έφηβοι συγκεντρώνονται για ένα γεγονός γνωστό σε όλη τη χώρα ως «Η Μακριά Πορεία». Νικητής αναδεικνύεται όχι μόνο εκείνος που θα περπατήσει για όσο χρειαστεί, αλλά κι αυτός που γνωρίζει καλά τους κανονισμούς.

Ως μια άλλη εκδοχή των «Αγώνων πείνας» θα μπορούσαμε να αποκαλέσουμε τη «Μακριά πορεία», με τη διαφορά πως ο σκηνοθέτης και των δύο φιλμ,

Φράνσις Λόρενς, εδώ περιορίζει τη θεαματική δράση –δεν το λέμε απαραίτητα για καλό–, προκειμένου να διατυπωθεί ένα καίριο πολιτικό σχόλιο γύρω από μια δυστοπική και ανθρωποφάγα κοινωνία (αν και χωρίς συγκεκριμένο χρονικό πλαίσιο, στον φόντο αντικρίζουμε την Αμερική των 60s) που «τρώει τα παιδιά της». Το σενάριο αποτελεί διασκευή ενός μυθιστορήματος του Στίβεν Κινγκ.

Ο Πύργος του Ντάουντον: Το μεγάλο φινάλε (DOWNTON ABBEY: THE GRAND FINALE) **

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Σάιμον Κέρτις ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Χιου Μπόνεβιλ, Τζιμ Κάρτερ, Μισέλ Ντόκερι, Πολ Τζιμάτι, Ελίζαμπεθ ΜακΓκόβερν, Πενέλοπε Γουίλτον



Δοκιμασίες για τους Κρόουλι, καθώς η Μαίρη γίνεται επίκεντρο σκανδάλου στα βρετανικά ταμπλόιντς, ενώ ο πατέρας της ψάχνει να εξασφαλίσει το μέλλον του Πύργου του Ντάουντον.

Έχει απασχολήσει αρκετούς το γιατί μια παλιομοδίτικη τηλεοπτική σαπουνόπερα, με ήρωες μια οικογένεια αριστοκρατών με φιλομοναρχικές καταβολές, άγγιζε τόσο κόσμο ώστε να μετατραπεί σε pop φαινόμενο στις αρχές του 21ου αιώνα. Οι ταινίες που ακολούθησαν δεν γνώρισαν ανάλογη επιτυχία, αλλά πρόσφεραν μια πιο κινηματογραφική πινελιά στο λαμπερό οικοδόμημα της κλειστής κοινότητας του πύργου. Η τρίτη ταινία του franchise οδηγεί τους παρηκμασμένους κάπως αριστοκράτες στη νέα εποχή και τον πραγματικό κόσμο, με πυξίδα μια αναμενόμενη χαρμολύπη πασπαλισμένη με υπερβολική νοσταλγία και συγκίνηση.

«ΟΛΗ ΜΟΥ Η ΖΩΗ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑΣ ΑΓΩΝΑΣ ΑΝΤΟΧΗΣ» (ΚΑΥΤΟ ΓΑΛΑ)

JUST THE NOTES

Συναισθηματική αξία *****1/2

Το πρώτο αριστούργημα της σεζόν

Καυτό γάλα **

Οικογενειακές καλοκαιρινές διακοπές για πάντα;

Η μακριά πορεία (The Long Walk) **

Αγώνας χωρίς αύριο

Ο Πύργος του Ντάουντον: Το μεγάλο φινάλε **

Ο αποαιρετισμός των Κρόουλι

Demon Slayer:

Το Κάστρο του Άπειρου – Ιαπωνική anime φαντασία

Τερατομουντζούρες

Τα όργια της παιδικής φαντασίας

Ευδοκία ****

Η πόρνη και ο φαντάρος

Σε είδα...

ΚΑΠΟΙΟΣ ΣΕ ΨΑΧΝΕΙ. ΨΑΞΕ ΤΟΝ ΚΙ ΕΣΥ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΕ ΜΑΖΙ ΤΟΥ ΣΤΟ www.athensvoice.gr/styles/se-eida.



ΜΕΛΑΧΡΙΝΗ, ΜΑΚΡΙΑ ΜΑΛΛΙΑ

Καβούρι, παραλία κάτω από Πυροσβεστική. Ήσουν με μια ξανθιά φίλη σου και με έναν φίλο σου. Σε κοίταξα, με κοίταξες, δεν μίλησα. Βλακεία. Ελπίζω να το δεις, σε σκέφτομαι συνέχεια!

ΣΕ ΒΛΕΠΩ ΣΥΧΝΑ ΣΤΟ ΨΥΧΙΚΟ

Είσαι γύρω στα 50, εργάζεσαι σε κάποιο σπίτι στο Ψυχικό. Φοράς πάντα μαύρα. Μακάρι να το έβλεπες.

ΣΕ ΕΙΔΑ ΣΤΟ ΣΟΥΠΕΡ ΜΑΡΚΕΤ

ΑΒ Παγκράτι. Γύρω στις 2:30 το μεσημέρι στις 6/9, κοιταζόμασταν φουλ και όταν φύγαμε από εκεί, αλλά δεν μιλήσαμε. Θα ήθελα να σε γνωρίσω.

ΣΥΝΟΔΗΓΟΣ ΣΕ ΣΧΟΛΙΚΟ

Χολαργός. Ήσουν συνοδηγός σε σχολικό με δύο διάσημα ζώακια. Έχεις το πιο απίστευτο χαμόγελο που έχω δει! Κρίμα που ήμασταν «Διαγώνια» σε απόσταση και δεν κατάφερα να σου πιάσω κουβέντα... Το μόνο που κατάφερα ήταν να σε χαζεύω σαν τουρίστας σε ξένη χώρα!

EYE CONTACT...

Paradise Ψάθα. Σου άρεσα όντως ή μου φάνηκε; Ξανθιά, μαύρο μαγιό... θα καταλάβεις.

ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ

Έχω εξαντλήσει κάθε άλλο τρόπο να σε ψάξω, οπότε να με. Σε λένε Νίκο και σε γνώρισα στο καταφύγιο στον Όλυμπο, λέγαμε για τις μακαρονά-

δες, αλλά δεν ήρθες ποτέ να τη μοιραστούμε. Μου έδωσες όταν έφευγα έναν ηλεκτρολύτη σου. Ντρέπομαι λίγο, αλλά θα γελούσες αν ήξερες τους άλλους τρόπους που σε ψάχνω.

Η ΩΡΑΙΑ ΜΠΛΟΥΖΑ

Σε είδα (την Τετάρτη 3/9) στο κέντρο των Ιωαννίνων στην κεντρική πλατεία. Διασχίσαμε τη διάβαση και, μόλις περάσαμε απέναντι, σου είπα «τέλεια μπλούζα και με ωραίο μήνυμα»... Έγραφε «Brake my bed, not my heart». Αν το δεις, στείλε, πανέμορφη...

ΨΗΛΕ ΓΚΡΙΖΟΜΑΛΛΗ, ΔΕΣ ΤΟ!

Γλυφάδα. Σε είδα, σταμάτησα και ξανασταμάτησα να σε κοιτάξω, όπως κι εσύ!

Μίλα μου Βρόμικα

RELOADED

Της ΤΖΕΝΗΣ ΜΕΛΙΤΑ

1 Πρόσφατα έκανα κάτι που δεν συνηθίζω, και μάλιστα

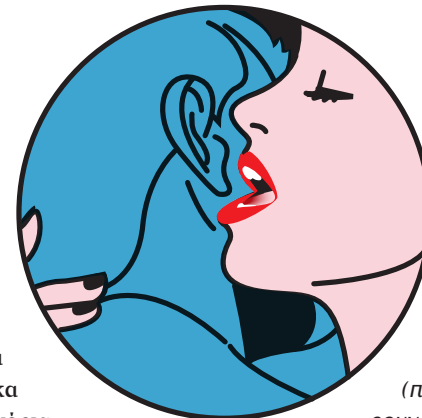
ήταν η πρώτη φορά που το έκανα. Βγήκα ραντεβού με δύο αγόρια ταυτόχρονα. Δηλαδή όχι ταυτόχρονα, με τον έναν βγήκα τη μία μέρα και με τον άλλον την επόμενη. Στην αρχή είχα ενδοιασμούς, γιατί γενικά είμαι συντηρητικός άνθρωπος, θα έλεγα, στα ερωτικά μου. Αλλά αυτή τη φορά έκανα τη διαφορά. Το καλό είναι ότι πέρασα ωραία, αλλά το κακό είναι ότι έχω κολλήσει και με τους δύο, δεν ξέρω πώς γίνεται, πρώτη φορά μου συμβαίνει. Τους σκέφτομαι και τους δύο το ίδιο. Τι κάνουμε στην περίπτωση μου;

Θα σου πω ειλικρινά. Πιστεύω ότι αυτό που έχεις πάθει είναι μάλλον παροδικό και όχι τόσο αληθινό. Ενδεχομένως σου άρεσε η όλη φάση –μια και είναι κάτι ολοκαίνουργιο για σένα, όπως μου γράφεις–, αλλά και τους δυο μαζί, αν το σκέφτεσαι για σοβαρά, δεν γίνεται, εκτός αν οι υποψήφιοι είναι σκανδιναβικής νοοτροπίας. Δώσε λίγο χρόνο στον εαυτό σου για να δεις τι πραγματικά είναι αυτό που θέλεις!

2 Εδώ και αρκετά χρόνια είμαι single, κάτι για το οποίο, τον

περισσότερο καιρό, δεν είχα θέμα. Ίσα ίσα, μου αρέσει, αλλά αρχίζω να προβληματίζομαι γιατί δεν έχω βρει κάτι, έστω μια απλή γνωριμία. Βέβαια, δεν με βοηθάει και το ότι δεν βγαίνω τόσο συχνά, λόγω περιορισμένου χρόνου, και από κοινούς γνωστούς δεν προκύπτει κάτι. Σκέφτομαι πως θα ήθελα να έχω μια σχέση, αλλά από την άλλη δεν θέλω να συμβιβαστώ. Είμαι 35 χρονών και ακούω διάφορα σχόλια τύπου «πώς περνάνε τα χρόνια», αλλά δεν θέλω με το ζόρι. Απλά μου λείπει να έχω μια σχέση και δεν ξέρω τον τρόπο πέρα των social για να γνωρίσω κάποιον. Τι θα μου πρότεινες να κάνω;

Όταν είσαι single για χρόνια, μαθαίνεις να αγαπάς την ελευθερία σου. Αλλά, όσο κι αν απολαμβάνεις τη μοναξιά, κάποια βράδια γυρνάς σπίτι και σκέφτεσαι «μήπως μου λείπει εκείνη η αίσθηση



ότι κάποιος με περιμένει;» Κι ενώ κάποιοι μπορεί να σχολιάσουν «πώς περνάνε τα χρόνια» (ποσώς μας ενδιαφέρουν τέτοιοι τύποι), εσύ ξέρεις ότι δεν θέλεις να μπει σε μια

σχέση μόνο και μόνο για να μην είσαι μόνη. Κι εκεί έρχεται η πρόκληση: με περιορισμένο χρόνο, με κοινωνικούς κύκλους που δεν παράγουν νέες γνωριμίες, με τα social να μοιάζουν περισσότερο με σούπερ μάρκετ γεμάτο επιλογές, αλλά χωρίς κάτι αληθινά ιντριγκαδόρικο, πού βρίσκεις τον άνθρωπό σου; Η απάντηση δεν είναι στο να αλλάξεις εσύ τον τρόπο που ζεις, αλλά να αφήσεις ανοιχτή μια μικρή χαραμάδα για να μπει κάτι καινούργιο. Ένα νέο χόμπι, ας πούμε. Γιατί ποτέ δεν ξέρεις πότε μπορεί να γνωρίσεις κάποιον. Και το ωραίο είναι πως τις καλύτερες σχέσεις δεν τις «κυνηγάς», τις συναντάς εκεί που δεν τον περιμένεις.

3 **Τζένη, έχω κριντζάρει τελείως** και το ίδιο θα πάθεις κι εσύ μ' αυτό που θα σου πω. Είναι ένας φίλος από τη δουλειά, ο οποίος ξεκάθαρα με γουστάρει, δηλαδή μου το έχει «πει» με όλους τους πλάγιους τρόπους. Να σου πω την αλήθεια, κι εμένα μου αρέσει, αλλά επειδή είμαι αρκετά παρατηρητική ως άνθρωπος, έχω διαπιστώσει εδώ και 20 μέρες, μη σου πω και παραπάνω, ότι μπαίνει και μου κάνει like στις φωτογραφίες μου στο Insta. Αυτό το κάνει συγκεκριμένες ώρες, μεταξύ 19:00-20:00 το απόγευμα, αφού γυρίσουμε από τη δουλειά. Μα καλά, επίτηδες το κάνει;

Υπάρχουν πολλές γλώσσες της έλξης: τα βλέμματα, τα χαμόγελα... Αλλά στην εποχή των social media υπάρχει κι άλλη μία, πιο αθόρυβη, πιο ψηφιακή: το like. Αν με ρωτάς, δεν τρελαίνομαι. Θα προτιμούσα να είχε το θάρρος να έρθει να σου πει ότι του αρέσεις. Προφανώς προσπαθεί να σου πιάσει την κουβέντα κάθε φορά την ίδια ώρα, γιατί μάλλον τότε βρίσκει τον χρόνο να το κάνει.

Φυσικά, επειδή έχει καταντήσει κάτι σαν τελετουργικό όλο αυτό, μπορείς να τον πιάσεις και να του το πεις, να δούμε τι θα σου πει. Πάντως, για να είμαι ειλικρινής, δεν τρελαίνομαι και με την προσέγγιση, μίλησέ του, και εδώ είμαι για τη συνέχεια!





★ GOLD SPOT ★

Στα καταστήματα GOLD SPOT λαμβάνετε άμεσα μετρητά για χρυσά κοσμήματα, ασημικά, ασημένια σκεύη, λίρες και αντικείμενα αξίας, χωρίς χρονοβόρες διαδικασίες και στις καλύτερες τιμές της αγοράς. Η αγορά και η ενεχυρίαση χρυσού πραγματοποιείται με απόλυτη εχεμύθεια και διαφάνεια προς τον πελάτη.

ΕΚΤΙΜΗΣΕΙΣ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ



ΝΕΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑ
Άνοιγμα θυρίδων-εκτιμήσεις

ΜΑΡΟΥΣΙ Θησέως 28, 2121040444
ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ Λεωφ. Μεσογείων 76, 2111828800
ΠΛΑΤΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ Λιοσίων 172, 2117506600
ΠΑΓΚΡΑΤΙ Φιλολάου 39Α, 2114180000

www.goldspot.gr GoldSpot goldspot.gr



Κριός

20 Μαρτίου - 19 Απριλίου

Καλή εβδομάδα, Κριέ μου! Ολοκλήρωση ή και κλείσιμο φέρνει αυτό το επτάημερο. Ίσως να κόψεις από κάτι που δεν τραβάει πολύ, ή απλά να ολοκληρώσεις μια πιο εσωτερική διεργασία. Στα επαγγελματικά, σκέψου λογικά και μη θαμπωθείς απ' όσα σου τάξουν. Δώσε προτεραιότητα σε ό,τι σε εκφράζει κι έχει πραγματική αξία για σένα. Στα αισθηματικά, αν είσαι ελεύθερος, να είσαι ανοιχτός στις απλές κουβέντες, γιατί αυτές ίσως γεννήσουν έναν φλογερό έρωτα. Ειδικά μέσα από τον χώρο της δουλειάς σου. Αν δεν είσαι ελεύθερος και πέρασες από φάσεις ασυνεννοσίας με το έτερον ήμισυ, τώρα αυτό καταλαγιάζει και μπορείτε να λύσετε τις παρεξηγήσεις.



Ταύρος

20 Απριλίου - 19 Μαΐου

Καλή εβδομάδα, Ταυράκι μου! Αυτό το επτάημερο εστίασε στην αυτοφροντίδα σου. Βέβαια, μη φτάσεις και στα όρια της υπερβολής. Και μη βιάζεσαι να πάρεις αποφάσεις. Αντ' αυτού... listen to your heart, όλο και κάτι παραπάνω θα ξέρει. Σε αυτό το mood, μην επηρεαστείς από τρίτους ούτε στο κομμάτι των ερωτικών σου. Πιο συγκεκριμένα, αν ανήκεις στους αδέσμευτους, ίσως γνωρίσεις νέο γκομενάκι κάνοντας το χόμπι σου ή μια ευχάριστη δραστηριότητα. Αν ανήκεις στους ήδη δεσμευμένους, μπορείς να πατήσεις PAUSE στις υποχρεώσεις και να αφιερώσεις περισσότερο χρόνο στο αμόρε. Όμως, για τώρα, απόφυγε τις βαριές και δύσκολες συζητήσεις.



Δίδυμοι

20 Μαΐου - 20 Ιουνίου

Καλή εβδομάδα, Διδυμάκι μου! Πρέπει να ασχοληθείς με τα θέματα που του σπιτιού και της οικογένειας αλλά και με κάποια εσωτερικά και πιο προσωπικά σου θέματα. Ωστόσο μεγάλη προσοχή στα λόγια σου. Να είσαι ανοιχτός και σε οτιδήποτε έχει το στοιχείο του καινούργιου. Στα ερωτικά, αν είσαι single, μην αρνηθείς προτάσεις από μέλη της οικογένειάς σου, γιατί μέσα απ' αυτό το περιβάλλον σε περιμένει μια αξιόλογη γνωριμία. Ίσως να ξεκινήσει ως κάτι μικρό και απλό, που όμως γρήγορα θα σου βάλει φωτιά. Αν δεν είσαι single, λύσε τα θέματα που απασχολούν εσένα και το ταίρι σου σχετικά με το σπίτι ή την κοινή σας καθημερινότητα.



Καρκίνος

21 Ιουνίου - 21 Ιουλίου

Καλή εβδομάδα, Καρκινάκι μου! Αυτό το επτάημερο έρχεται με φόρα μεν, σε καλεί να παραμείνεις κι αρκετά ψύχραιμος δε, ειδικά με τους δικούς σου ανθρώπους, ακόμα κι αν θεωρείς πως ακούς mal@kies! Στα επαγγελματικά, άρπαξε τις ευκαιρίες που θα σου παρουσιαστούν, γιατί θα υπάρξει αρκετή κινησούλα. Στα της καρδιάς, αν είσαι μόνος, μια απλή γνωριμία ενδέχεται να εξελιχθεί σε κάτι πιο μόνιμο. Αν δεν είσαι μόνος, βρες τον τρόπο να μιλήσεις στο αμόρε για να εισακουστούν οι επιθυμίες σου. Ειδικά αν αυτές συσχετίζονται με το σπίτι, την κοινή σας καθημερινότητα, πορεία κι εξέλιξη.



Λέων

22 Ιουλίου - 22 Αυγούστου

Καλή εβδομάδα, Λέοντα! Εστιάζεις σε πιο εσωτερικά θέματα, κι αυτό μπορεί να σε βοηθήσει να ανέβεις ψυχολογικά! Από την άλλη, δες τα οικονομικά, καθώς πρέπει να διευθετήσεις οφειλές ή να υπολογίσεις τι μπαίνει και τι βγαίνει. Στα γκομενικά, αν είσαι χωρίς ταίρι, ίσως βιώσεις το φλερτ μέσω μιας σοβαρής και διακριτικής προσέγγισης. Παρότι είναι κάτι στο οποίο δεν έχεις συνηθίσει, μη ρίξεις άκυρο. Πρόκειται για άτομο που θέλει να σου προσφέρει κάτι μόνιμο. Αν είσαι με ταίρι, κάνε γνωστές τις ανάγκες σου στο αμόρε και δες αν και κατά πόσο θα σκιιστεί να τις πραγματοποιήσει.



Παρθένος

23 Αυγούστου - 21 Σεπτεμβρίου

Καλή εβδομάδα, Παρθένε μου! Άκρως σημαντικό επτάημερο, γιατί ανοίγει νέους κύκλους. Κι εσύ μπαίνεις σ' αυτή τη φάση με μεγάλη αυτοπεποίθηση. Παράλληλα, μη μένεις άλλο κοντά σε ό,τι δεν σου ταιριάζει. Διευθέτησε τα οικονομικά, μπας και αυξήσεις τα έσοδα. Στα ερωτικά, αν είσαι free, σε κάποια έξοδο ή βόλτα ενδέχεται να γνωρίσεις κάποιο νέο γκομενάκι, το οποίο θα ξέρει να μιλάει τη γλώσσα της αλήθειας. Αν είσαι ήδη σε σχέση, προτίμησε τις ξεκάθαρες κουβέντες με το αμόρε και σταμάτα να τρέμεις μην τυχόν και σε παρεξηγήσει. Αν το κάνεις τόσο εύκολα, τότε δεν είναι ο ένας!



Ζυγός

22 Σεπτεμβρίου - 22 Οκτωβρίου

Καλή εβδομάδα, Ζυγέ μου! Πάρε αποστάσεις και κράτα χαμηλό προφίλ, καθώς έχεις μεγάλη ανάγκη από ψυχική ανασυγκρότηση, κι αυτό θα γίνει μόνο αν συμψιλιωθείς με κάποια παρελθοντικά συμβάντα. Άσε το ένστικτό σου να σε οδηγήσει. Μην πατάς τα όριά σου δίνοντας απλόχερα, γιατί κάποια στιγμή θα βγεις μείον! Αν είσαι μόνος, δεν ξέρω αν σε νοιάζει το να ψάξεις κάτι καινούργιο. Πιο πολύ νομίζω πως θες να εστιάζεις στο τι ακριβώς είναι αυτό το κάτι που θέλεις. Αν, πάλι, δεν είσαι μόνος, ήρθε η ώρα να μιλήσεις ανοιχτά σχετικά με όλα αυτά που κρατάς εδώ και πολύ καιρό μέσα σου. Προτίμησε τις φάσεις ηρεμίας.



Σκορπιός

23 Οκτωβρίου - 21 Νοεμβρίου

Καλή εβδομάδα, Σκορπιέ! Η προσοχή σου στρέφεται προς τους φίλους σου. Ωρα για ξεσκαρτάρισμα λοιπόν. Και μπορείς να ξεκινήσεις κάτι από κοινού με όσους περάσουν στην επόμενη φάση! Μη διστάσεις να κλείσεις κύκλους, ακόμα κι αν δεν νιώθεις πως ελέγχεις εσύ την κατάσταση. Στα προσωπικά σου, αν είσαι ελεύθερο πουλί, θα έχεις ευκαιρίες να γνωρίσεις κάποιο νέο γκομενάκι μέσα από τις κοινωνικές σου εμφανίσεις ή την παρέα σου. Πριν επενδύσεις στο μεταξύ σας, επένδυσε στη σωστή επικοινωνία, ώστε να δεις αν αξίζει τον κόπο. Αν δεν είσαι ελεύθερο πουλί, μπορείς να κάνεις με το αμόρε από κοινά σχέδια μέχρι κοινές δραστηριότητες.



Τοξότης

22 Νοεμβρίου - 20 Δεκεμβρίου

Καλή εβδομάδα, Τοξότη μου! Αυτό που φαίνεται να σε καίει τώρα είναι τα επαγγελματικά. Θέλεις να αναγνωριστείς, να ακούσεις ένα «μπράβο», να νιώσεις ότι υπάρχει προοπτική για πρόοδο. Και μπορείς να το πετύχεις, αρκεί να μείνεις πιστός στο όραμα και στις δυνάμεις σου. Είναι καλή στιγμή να επεκτείνεις τις γνώσεις σου, να γίνεις δημιουργικός ή να πας κάνα ταξιδάκι! Στα θέματα καρδιάς, αν δεν έχεις μόνιμο αμόρε, μην ακυρώνεις ένα καινούργιο άτομο απλά επειδή δεν σε κέρδισε με την πρώτη. Αν έχεις μόνιμο αμόρε, εκμεταλλεύσου το ότι απουσιάζουν οι εντάσεις για να απολαύσεις την ηρεμία. Έτσι θα νιώσετε πιο safe για τη σχέση που έχετε χτίσει.



Αιγόκερως

21 Δεκεμβρίου - 19 Ιανουαρίου

Καλή εβδομάδα, Αιγόκερέ μου! Ήρθε η στιγμή όπου λες «Ε, μέχρι εδώ ήταν η μίρλα και η κλάψα, θέλω να ζήσω!» Οπότε θα σε συμβούλευα να οργανώσεις κάποιο ταξίδι που, πέρα από αναζωογονητικό, μπορεί να είναι και άκρως επιμορφωτικό. Μην περιμένεις, όμως, όλα να αλλάξουν αυτομάτως, έτσι; Στα ερωτικά, αν δεν έχεις σχέση, σίγουρα θα κάνεις μια πολύ αξιόλογη γνωριμία. Αυτό που πρέπει να προσέξεις είναι να μην πέσεις με τα μούτρα. Δώσε χρόνο και χώρο στη σωστή επικοινωνία να ανθίσει, καθώς έτσι μόνο θα μπορέσεις να δεις αν αξίζει. Αν έχεις σχέση, οργάνωσε κάποια απόδραση με το ταίρι σου, γιατί χρειάζεστε κάτι που θα σας φέρει πιο κοντά.



Υδροχόος

20 Ιανουαρίου - 17 Φεβρουαρίου

Καλή εβδομάδα, Υδροχόε μου! Θες ν' αλλάξεις και τον τρόπο που αντιμετωπίζεις τη ζωή ή τους ανθρώπους. Όλο αυτό, όμως, θα εκφραστεί σωστά μόνο αν το συζητήσεις πρώτα με τον εαυτό σου. Κι αυτό γιατί είναι κρίμα να χάσεις σχέσεις που μπορούν να δημιουργηθούν τώρα επειδή ώρες ώρες τα πετάς όπως να 'ναι! Στα γκομενικά, αν είσαι ελεύθερος, μάλλον δεν θα μείνεις για πολύ, γιατί θα βρεθεί κάποιος που δεν θα τρομάξει από το σκληρό προσωπείο σου και θα σου τα πει έξω απ' τα δόντια. Αν δεν είσαι ελεύθερος, μπορείς να μοιραστείς τις ανησυχίες σου, αλλά και να μοιράσεις τις ευθύνες μεταξύ εσού και του ετέρου ημίσεος.



Ιχθύες

18 Φεβρουαρίου - 19 Μαρτίου

Καλή εβδομάδα, Ιχθύ μου! Θέλεις να δεις ποιες σχέσεις σου διέπονται από ειλικρίνεια, ποιες είναι ώριμες και με γερά θεμέλια και ποιες δεν έχουν πλέον λόγο ύπαρξης. Να ξέρεις πως μπορείς να εκφράσεις τις διαφωνίες ή τα συναισθήματά σου με ευγενικό τρόπο. Στα επαγγελματικά, αν σου λείπει το στοιχείο του δημιουργικού, τότε γιατί δεν το δημιουργείς εσύ; Στα προσωπικά σου, αν είσαι μπακουρομπακούρο, σίγουρα θα κάνεις κάποια γνωριμία, η οποία, ακόμα κι αν δεν κρατήσει, θα σε γεμίσει έστω με χαρούμενα κι αισιόδοξα feelings. Αν δεν είσαι μπακουρομπακούρο, μπορείς να έρθεις πιο κοντά στο ταίρι σου με το να του μιλήσεις ανοιχτά ή καθαρά και ξάστερα.



ATHENS voice

SUPERSTAR





SUPERSTAR



