

ATHENSvoice

25 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ -
1 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2025
ΤΕΥΧΟΣ 970,
210 Η ΦΩΝΗ ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ
WWW.ATHENSVOICE.GR
FREE PRESS ΚΑΘΕ ΠΕΜΠΤΗ

Φθινόπωρο 2025

ΤΙ ΘΕΛΟΥΜΕ ΝΑ ΔΟΥΜΕ

A.V. Team



ATHÉNÉE



PANAS
SOPHISTICATED HOSPITALITY

Voukourestiou 9, 10671 Athens,
T. +30210 3251 430, +30 210 3251 450
📞 +30 6980877467
www.atheneeatheens.gr

Info-diet

Της ΣΤΑΥΡΟΥΛΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΗ



ΛΕΩΦΟΡΕΙΟ 60

Το πιο συνεπές, ήσυχο, καθαρό και άδειο λεωφορείο της πόλης. Μακάριοι όσοι τους βολεύει και το παίρνουν.

ΠΟΥΚΑΜΙΣΑ ΚΑΙ ΦΟΥΤΕΡ ΔΕΜΕΝΑ ΣΤΗ ΜΕΣΗ

Καλωσορίζουμε το φθινόπωρο με το πιο μαζικό look σε όλο τον κόσμο.

ΦΡΙΝΤΑ ΚΑΛΟ

Την άλλη εβδομάδα (3/10) και για 3 μήνες ξεκινάει η έκθεση «Frida Kalho - Her Photos», μία από τις πιο συναρπαστικές της σεζόν. 241 αδημοσίευτες φωτογραφίες της σημαντικότερης μορφής της λατινοαμερικάνικης ζωγραφικής, κρυμμένες για δεκαετίες στη μυθική Casa Azul. Αξίζει να ανεβείτε μόνο και μόνο για να τη δείτε. (στο MOMus - Μουσείο Φωτογραφίας Θεσσαλονίκης)

BIKER JACKETS

Επέστρεψαν φέτος θριαμβευτικά στις πασαρέλες. Τι να πρωτοθυμηθούμε; Τη Φρανσουάζ Αρντ, την Κιμ Γουάιλντ, την Έντι Σέτζγουικ; Όμως, σε όποια παραλλαγή και να επαναλανσάρεται, εσείς προτιμήστε το κλασικό, το αυθεντικό.

ΤΣΑΓΙΑ ΣΕ ΚΑΨΟΥΛΕΣ

Η εταιρεία λέγεται 12gods και πρωτοτυπεί με βιοδιασπώμενες κάψουλες τύπου Nespresso, οι οποίες περιέχουν συνδυασμούς ελληνικών βοτάνων με ονομασίες αρχαίων θεοτήτων του Ολύμπου: «Minthi» με μέντα, μολοχάνθη, ιερό, μάραθο, «Zeus» με τσάι βουνού, ευκάλυπτο, χαμομήλι, τσουκνίδα, θυμάρι, «Erodas» με δίκταμο, τριβόλι, τσουκνίδα, μέντα, γλυκάνισο κ.ά. Μοσχομήρισε φθινόπωρο.

Η ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ

Σβήνετε καλά το μείκαπ στο πιγούνι.



ΟΧΙ ΑΛΛΟ ΜΑΖΩΝΑΚΗ

Στις πρωινατζούδες το λέω.

ΝΑ ΣΑΣ ΠΩ ΚΑΤΙ ΝΑ ΠΕΣΕΤΕ ΑΠ' ΤΑ ΣΥΝΝΕΦΑ;

Το τελευταίο πράγμα που απασχολεί μια γυναίκα μετά τα 55 είναι η ηλικία της.

ΝΕΑ SMARTPHONES

2.500 ευρώ; Να το αγοράσετε εσείς.

ΤΑ SUV ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΑ

Το τέλος του design. Είναι όλα ίδια κι όλα χάλια.

ΟΠΕΚΕΠΕ ΛΕΩ ΚΑΙ ΚΛΑΙΩ

Σύμφωνα με τα στοιχεία της ΕΛΣΤΑΤ, πρωταθλήτρια στην αγορά πολυτελών αυτοκινήτων στη χώρα μας αναδείχτηκε η Porsche, με 676 αυτοκίνητα από τον Ιανουάριο μέχρι τον Αύγουστο του 2025.

ΑΝΔΡΕΣ ΜΕ ΤΡΑΓΙΑΣΚΑ

Αν δεν τη συνοδεύετε με τουίντ σακάκι, γιλέκο και γραβάτα, είναι σαν θερμοφόρα στο κεφάλι σας.

ΑΦΡΟΔΙΤΗ ΛΑΤΙΝΟΠΟΥΛΟΥ

«Η Ελλάδα δεν θα γίνει Ισλαμαμπάντ» (Ελα, ρε κοπελιά!)

ΣΥΝΑΔΕΛΦΙΚΟΤΗΤΑ

«Δεν είναι σχεδιαστής, είναι τοπική μοδίστρα» (Ο Νίκος Αποστολόπουλος για τον Άγγελο Μπράτνη)



Σε βλέπω!

Της ΛΕΝΑΣ ΔΙΒΑΝΗ



Σε βλέπω φορτωμένο

Πώς συνειδητοποιεί κανείς ότι έχουμε φτάσει στο τελευταίο στάδιο του εξευτελιστικού καπιταλισμού — ξέρετε, αυτό που μας κάνει να νιώθουμε ότι κάτι ουσιώδες μας λείπει αν δεν έχουμε 34 φορέματα, 9 μαγιό, 17 τσάντες χειρός και 19 μπάκπακ, μπουφάν που θα ζέσταιναν ένα χωριό Εσκιμών, μπλέντερ με 17 κόφτες, ηλεκτρική ταΐστρα γάτας, σκούπα ρομπότ, που γυρνάει μόνη της στο σπίτι, και μαγνητική ξύστρα πλάτης για μοναχικούς.

Δεν ξέρω για εσάς, εγώ πάντως το 'πιασα χτες βράδυ επιστρέφοντας σπίτι μου. Στη στάση του λεωφορείου είχε αράξει και ετοιμαζόταν να κοιμηθεί μια άστεγη. Γύρω της ήταν δεκάδες σακούλες, χαρτόκουτα και βαλιτσάκια. Πλησίασα. «Καλησπέρα, να σας ρωτήσω κάτι; Τι τα θέλετε όλα αυτά;»

Με το που το ξεστόμισα το μετάνιωσα. Η γυναίκα μου χαμογέλασε και είπε απολογητικά «ε... τα απαραίτητα...», αντί να μου πει «εσείς μαντάμ, τι τα θέλετε όλα αυτά που έχετε χώσει στις δύο ντουλάπες σας, συν το πατάρι;». Ευτυχώς δεν με ρώτησε τίποτα, γιατί αν με ρώτούσε κατά πάσα πιθανότητα θα απαντούσα «ε... τα απαραίτητα...»

ΤΟ ΕΞΩΦΥΛΛΟ ΜΑΣ

Αυτή την εβδομάδα το σχεδιάζει ο Φίλιππος Φωτιάδης. Είναι αρχιτέκτονας και ιδρυτικό μέλος του δημιουργικού γραφείου we design στην Αθήνα. Σπούδασε αρχιτεκτονική και καλές τέχνες στις ΗΠΑ (RISD, Harvard GSD). Παράλληλα με την αρχιτεκτονική, δραστηριοποιείται στη ζωγραφική και την εικονογράφηση. Έργα του έχουν παρουσιαστεί σε ατομικές και ομαδικές εκθέσεις στην Ελλάδα και στο εξωτερικό. Έχει λάβει σημαντικά βραβεία και διακρίσεις για την εικονογράφηση και τη συγγραφή παιδικών βιβλίων. Το έργο του εξωφύλλου, που φωτογράφησε ο Γιώργος Βδοκάκης, έχει τίτλο «Color Coded». «Απεικονίζει ένα κτίριο που αποτελείται από μικρά κυβικά δωμάτια, το καθένα αφιερωμένο σε μία δραστηριότητα. Κάθε δωμάτιο έχει ένα έως τρία ανοίγματα και φιλοξενεί μόνο ένα άτομο τη φορά, για δέκα λεπτά. Υπάρχει πάντα ένα επιπλέον δωμάτιο σε σχέση με τον αριθμό των ατόμων. Όταν σβήνουν τα φώτα, κοιμούνται για οκτώ ώρες στο δωμάτιο όπου βρίσκονται», μας λέει ο καλλιτέχνης για το έργο του. Αντιπροσωπεύεται από την γκαλερί Αγκάθι-Καρτάλος. Περισσότερα στο philphot.gr



Athens Voices

Του ΓΙΑΝΝΗ ΝΕΝΕ
panikoval500@gmail.com

Λόγια που ακούστηκαν δημοσίως στην Αθήνα



«Βρήκε, αλλά ήταν 54 τετραγωνικά, στα 700 ευρώ και του ζητούσε 12 μήνες προκαταβολικά».

(Γυναίκες συζητούν σε café. Εξάρχεια, Παρασκευή πρωί)

«Α πα πα, όχι! Μην το συζητάς! Ε-πι-μέ-νω. Εγώ θα πληρώσω».

(Κυρίες που μαλώνουν αγαπησιάρικα μπροστά στην ταμιά του Praktiker, ενώ έχει σχηματιστεί ουρά πελατών. Ταύρος, Σάββατο απόγευμα)

«Έλα εκκλησία».

(Μαύρος μαρκαδόρος επάνω σε μενού ντελιβεράδικου. Αφημένο στο κατώφλι εισόδου πολυκατοικίας. Ασκληπείου & Αραχώβης, Σάββατο μεσημέρι)

«Κάτι που ίσως μας δώσει προς το τέλος της εβδομάδας τις πρώτες αξιόλογες βροχές για το φετινό φθινόπωρο. Αιτία γι' αυτή την εξέλιξη είναι ένα είδος εμποδισμού της ατμοσφαιρικής κυκλοφορίας, που στη μετεωρολογία καλείται Ρεξ Εμποδιστής».

(Μετεωρολόγος Κλέαρχος Μαρουσάκης. Άλλο ένα φαινόμενο με όνομα τράπερ.)

«Μιλάω με έναν πολύ καλό ψυχοθεραπευτή, έχουμε γίνει φίλοι. Μου λέει κι αυτός τα δικά του, μη νομίζεις».

(Εξηντάρα κυρία σε lounge bar κεντρικού ξενοδοχείου, Σάββατο μεσημέρι)

«Σιγά μην έχει καλό γούστο αυτή. Καλέ, αυτή είναι σαν προβατίνα με ρόλεξ».

(Γυναίκες συζητούν έξω από το μετρό στην πλατεία Κοραή, Πειραιάς. Πέμπτη απόγευμα.)



Κουλτούρα της ακύρωσης, χθες, σήμερα, αύριο

Η Πρώτη Τροπολογία και οι περιορισμοί της, η υποκρισία της αμερικανικής δεξιάς και οι ευθύνες των Δημοκρατικών

Της ΣΩΤΗΣ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ

Κοινωνική απομόνωση, οστρακισμός, «ακύρωση» ατόμων συνέβαιναν πάντοτε και με ποικίλες μεθόδους στις ανθρώπινες κοινωνίες· ακόμα και σε όσες είχαν δημοκρατικό πολίτευμα. Ολόκληρο το σύστημα του επονομαζόμενου υπαρκτού σοσιαλισμού (1917-1991) βασιζόταν στην προώθηση των μελών και στελεχών του κομμουνιστικού κόμματος, όχι μόνο στον διοικητικό μηχανισμό, αλλά και σε όλους τους τομείς δραστηριότητας· ομοίως, σε περιόδους κρίσεως των δημοκρατικών θεσμών εφαρμόστηκαν παντού μέτρα προστασίας του πολιτικού συστήματος μέσω της απομάκρυνσης και της φραγής λόγου των αληθινών ή αντιληπτών υπονομευτών του. Για παράδειγμα, στις ΗΠΑ, στη διάρκεια του Β' Παγκοσμίου Πολέμου πολλοί μετανάστες ιαπωνικής και γερμανικής καταγωγής τέθηκαν υπό στενό αστυνομικό έλεγχο (μερικοί σε στρατόπεδα κράτησης) με την υποψία ότι ήταν αφοσιωμένοι στην παλιά τους πατρίδα. Τακτική «ακύρωσης» εφαρμόστηκε σε πολλές χώρες εναντίον είτε δεξιών είτε αριστερών πολιτών, σε περιόδους γενικευμένης ανασφάλειας, εμφυλίων συγκρούσεων ή πολιτιστικών ρήξεων.

Στον 21ο αιώνα, στις ΗΠΑ, η ιδεολογική πόλωση οδήγησε σε εκτεταμένες πράξεις οστρακισμού όσων δεν ήταν αρκούντως πολιτικώς ορθοί και woke, ιδιαίτερα σε χώρους που έχουν αλωθεί από την αριστερά: πανεπιστήμια, οργανώσεις της κοινωνίας των πολιτών και ΜΜΕ. Πολλοί άνθρωποι έχασαν τη δουλειά τους και τους φίλους τους, χωρίς αυτό να σημαίνει απαραίτητως παρατεταμένη ανεργία, εξορία ή διασυρμό. Συνήθως, στο περιβάλλον της ελεύθερης οικονομίας, αδικίες τέτοιου τύπου αυτοδιορθώνονται λόγω της ιδεολογικής πολυμορφίας και της οικονομικής-εργασιακής ευελιξίας. Ωστόσο, το αποτέλεσμα της «ακύρωσης» που προκύπτει από ιντερνετικές και γενικότερα μιντιακές θύελλες είναι η επιβολή ενιαίας σκέψης σε κάποιον κοινωνικό χώρο ο οποίος διεκδικεί ομοιομορφία· δημιουργούνται θύλακες που δεν ανέχονται εσωτερικές ιδεολογικές διαφοροποιήσεις. Όσο για τα άτομα που «ακυρώνονται», παρότι τους αφαιρείται το δικαίωμα της έκφρασης σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο (πανεπιστήμιο, εφημερίδα), όπως είπα, συνήθως βρίσκουν τη θέση τους σε ένα άλλο πλαίσιο. Το στοιχείο είναι να αντέξει κανείς τις αντιδράσεις του όχλου που συνοδεύουν την επονομαζόμενη «κουλτούρα της ακύρωσης» και να αποδεχτεί ότι ακόμα και στο εσωτερικό της δημοκρατίας η διατύπωση μη δημοφιλών ιδεών έχει κόστος.

Πρόκειται για φαινόμενο που προέρχεται από αμφότερες τις πλευρές του πολιτικού φάσματος. Απλώς, μέχρι πρότινος, η αμερικανική δεξιά εφάρμοζε την ακύρωση αθόρυβα, μη αγωνιστικά· άλλωστε, ένα σημαντικό μέρος αυτής της δεξιάς ήταν, και πάλι μέχρι πρότινος και με αρκετές διακυμάνσεις στην ιστορία, αρκετά προσπλωμένο στην Πρώτη Τροπολογία: αν και πάντοτε κάτι σαλεύει μέσα μας όταν πρέπει να σεβαστούμε μια ιδέα που θεωρούμε εξωφρενική, η Πρώτη Τροπολογία ήταν σεβαστή από όλους ως θεμέλιο της αμερικανικής δημοκρατίας — θα δούμε κατά πόσον θα βγει άτρωτη από τις σκληρές δοκιμασίες στις οποίες υποβάλλεται. Η αριστερά και η θρησκευτική δεξιά (χριστιανική, μουσουλμανική κτλ.) θέτουν πάντοτε όρια στην ελευθερία της έκφρασης· αυτό το ζήτημα δύσκολα μπορεί να επιλυθεί: η εύκολη απάντηση είναι ότι ο καθένας πρέπει να μπορεί να εκφράζεται όπως θέλει και να κρίνεται κατόπιν· να θεωρείται δηλαδή καλοδεχούμενο μέλος της κοινότητας ή προς αποφυγήν με κριτήριο αυτά που λέει και κάνει. Κι εδώ αναφύονται διάφορα προβλήματα: όταν ένας χριστιανός τίθεται εναντίον του δικαιώματος της άμβλωσης, η αριστερά τον κατηγορεί για οπισθοδρομικότητα· όταν ένας μουσουλμάνος δεν συζητεί καν το εν λόγω δικαίωμα, δεν τον κατηγορεί κανείς. Στις πολυπολιτισμικές κοινωνίες οι κανόνες είναι εύκαμπτοι. Η αμερικανική αριστερά έχει παραβιάσει συστηματικά την Πρώτη Τροπολογία διώκοντας, στο μέτρο των δυνατοτήτων της, άτομα που δεν ταίριαζαν στις ιδέες και στο λεξιλόγιό της. Παράλληλα, προσπάθησε να εδραιώσει νόρμες και διατάξεις που να περιορίζουν την ελευθερία: η αριστερά δεν πιστεύει στην «ελευθερία», πιστεύει στο «σωστό», πράγμα που την έχει επανειλημμένως οδηγήσει στην εγκαθίδρυση δικτατοριών, στη δικαιολόγηση και τη στήριξη τους.

Από τη δεκαετία του 1960 μέχρι σήμερα, οι επονομαζόμενοι «προο-

δευτικοί» αποφάσιζαν, ανεξαρτήτως από το τι πίστευε και πιστεύει η πλειονότητα των Αμερικανών, για όλα τα ζητήματα του φύλου, της φυλής, της κοινωνικής τάξης, του περιβάλλοντος, της άσκησης εξουσίας, της γλώσσας, των ΜΜΕ και του πολιτισμού. Στο κλίμα του φόβου του «νθικού παραπτώματος», πολλοί άνθρωποι —διανοούμενοι, δημοσιογράφοι, επιστήμονες— έχασαν τη φωνή τους, ακόμα και τη δουλειά τους, επειδή διαφωνούσαν με την κριτική θεωρία φύλου ή με την τάση του αντιρατσιστικού κινήματος να διαχωρίζει τις φυλές και να δημιουργεί κάστες. Ανάμεσα στις εκατοντάδες περιπτώσεις αναγκαστικών παραιτήσεων και απολύσεων που οφείλονταν σε πιέσεις της αριστεράς ήταν εκείνη του Gary Garrels, επικεφαλής επιμελητή ζωγραφικής και γλυπτικής στο Μουσείο Μοντέρνας Τέχνης του Σαν Φρανσίσκο (ο Garrels παραιτήθηκε τον Ιούλιο 2020 έπειτα από κατακραυγή για τη φράση του ότι το μουσείο «θα συνεχίσει να αγοράζει έργα λευκών καλλιτεχνών»), του Joshua Katz από το Πρίνστον, του Ian Buruma από τη New York Review of Books. Οι κατηγορίες για ομοφοβία, τρανσφοβία, μισογυνισμό, ρατσισμό, ισλαμοφοβία οδήγησαν σε αποχωρήσεις πολλών διδασκόντων σε ακαδημαϊκά ιδρύματα και σε αλλαγή στάσης πολύ περισσότερων, οι οποίοι επέλεξαν να συμμορφωθούν και να λουφάξουν. Τέτοια γεγονότα δεν περιορίστηκαν στις ΗΠΑ· σε όλη την Ευρώπη, καθηγητές, δημοσιογράφοι και άλλα δημόσια πρόσωπα βρέθηκαν στη θέση να απολογούνται για τις ιδέες και για το γλωσσικό τους ιδίωμα: μερικοί αντιμετώπισαν μηνύσεις, άλλοι απολύθηκαν, όπως η καθηγήτρια φιλοσοφίας στο πανεπιστήμιο του Σάσεξ, Kathleen Stock, η οποία, αν και γκέι η ίδια, κατηγορήθηκε για ομοφοβία και τρανσφοβία. (Στη συνέχεια, το πανεπιστήμιο πλήρωσε πρόστιμο 585.000 λίρες για παραβίαση της ελευθερίας του λόγου).

Ήδη από τα μέσα του 20ού αιώνα, οι θεσμοί στις ΗΠΑ και στην Ευρώπη έχουν χωριστεί σε δεξιούς και αριστερούς, με τους μεν να προσλαμβάνουν και να προωθούν σε θέσεις λήψης αποφάσεων κατά προτίμηση μη αριστερά άτομα και τους δε να τα αποκλείουν από τους μηχανισμούς τους. Στα πανεπιστήμια αυτή η επιλογή είναι πολύ πιο αυστηρή και χαρακτηριστική: όπως θα περίμενε κανείς, τα χριστιανικά κολέγια δεν επανδρώνονται από μαρξιστές· όλα τα άλλα, συμπεριλαμβανομένων των πανεπιστημίων υψηλού κύρους, κινούνται από το 1965 περίπου στον χώρο της αριστεράς· οι δεξιοί, οι συντηρητικοί κτλ. έχουν παραμεριστεί ή απαξιωθεί. Όταν, για παράδειγμα, στο UCLA δίδασκε η γνωστή ακτιβίστρια Άντζελα Ντέιβις, δεν ήταν όλο το διδακτικό προσωπικό στελέχη και συμπαθούντες του ΚΚ των ΗΠΑ· αργότερα όμως, όταν το 1991 η Ντέιβις μεταπήδησε στο πανεπιστήμιο της Σάντα Κρουζ, βρέθηκε στο στοιχείο της: η αριστεροποίηση είχε ολοκληρωθεί. Στη συνέχεια, το αριστερό κατεστημένο σε πολλά πανεπιστήμια στις ΗΠΑ και στην Ευρώπη —Χάρβαρντ, Γέιλ, Bryn Mawr, Βιρτζίνια, Williams, Swarthmore, Columbia, SOAS (Λονδίνο), Goldsmiths (Λονδίνο), Παρίσι 8, Ναντέρ, Αυτόνομο Πανεπιστήμιο Βαρκελώνης— περιθωριοποίησε την αντίθετη γνώμη και οι επιστήμες του ανθρώπου κατακλύστηκαν από τον ιστορικό ρεβιζιονισμό, τον ακτιβισμό και το Newspeak της πολιτικής ορθότητας. Από την πλευρά τους, οι «συντηρητικοί», μερικοί υποκριτικά, άλλοι όχι, διαμαρτύρονταν για την κατάργηση του δικαιώματος λόγου και έκφρασης, αν και, όπως είπα, πολλοί ανάμεσά τους, κυρίως φονταμενταλιστές χριστιανοί, δεν έχουν καμιά κουλτούρα ελευθερίας λόγου και έκφρασης — πιστεύουν, όπως η αριστερά, μόνο στη δική τους ελευθερία.

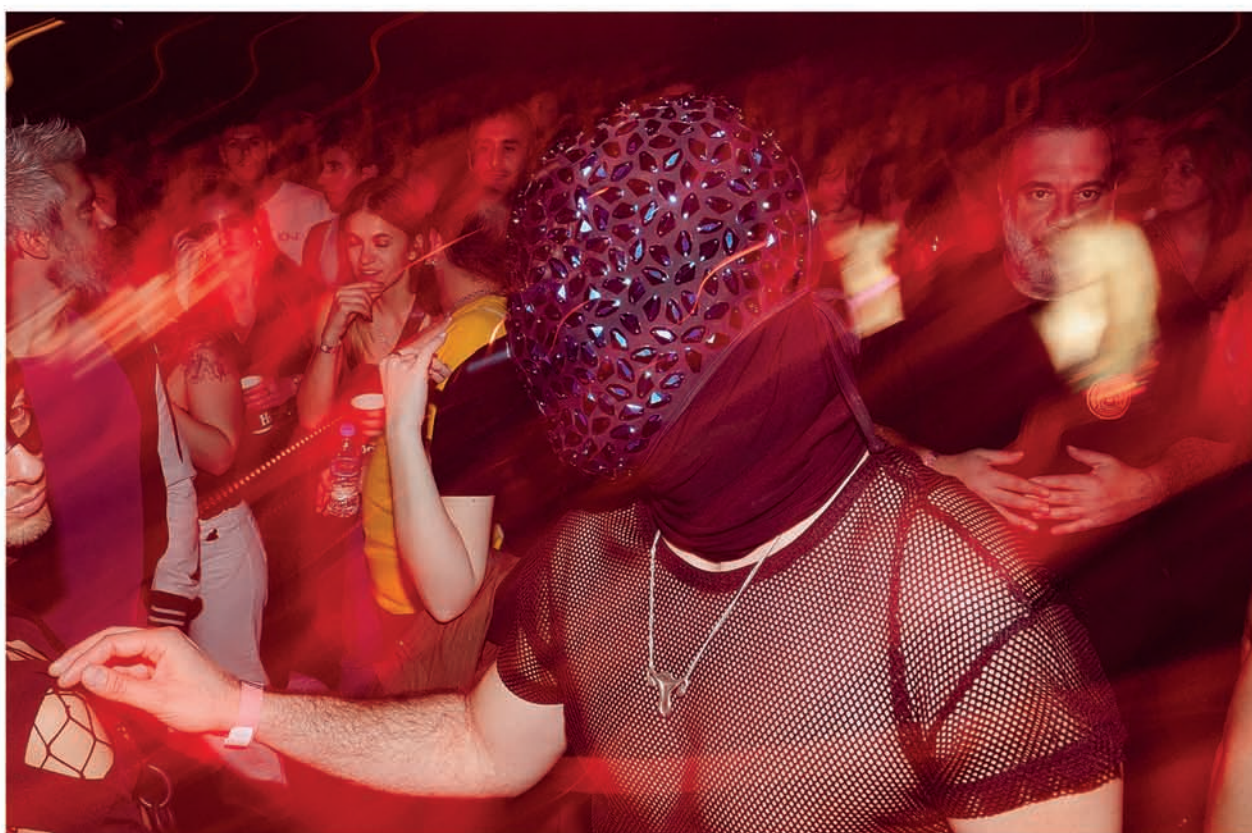
Στο μεταξύ, όλα αυτά τα χρόνια της κανονικοποίησης των ιδεών και του λεξιλογίου, πολλοί «έγχρωμοι» ξεστόμιζαν ρατσιστικές ανοησίες χωρίς να υφίστανται συνέπειες. Ούτε αυτό ήταν πρωτοφανές —ανέκαθεν οι μαύροι εθνικιστές υποδαύλιζαν το μίσος κατά των λευκών ή χρησιμοποιούσαν αντιεβραϊκό λόγο, ενώ η αριστερά τους χειροκροτούσε— αλλά στον 21ο αιώνα αυτή η τάση αναπτύχθηκε κι έγινε trendy μαζί με την ισλαμοφιλία και την ανάδειξη όλων των επιμέρους ταυτοτήτων πέραν εκείνης του «λευκού άνδρα». Το Διαδίκτυο πλημμύρισε από hashtags του τύπου #CancelWhitePeople και, απ' όσο ξέρω, κανείς δεν απολύθηκε από θεσμούς, μηχανισμούς ή επαγγελματικούς χώρους για δηλώσεις ε-

Αυτό που πέτυχε η κουλτούρα της ακύρωσης και γενικότερα το woke κίνημα ήταν η σφοδρή δεξιά ανάκρουση, η οπισθοδρόμηση

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΕΣ



Ο ΧΟΡΟΣ ΤΩΝ ΕΡΑΣΤΩΝ



STEGI.RADIO TAKEOVER

Η ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΦΑΣΗ ΕΙΝΑΙ ΤΩΡΑ.

Η ΠΡΩΤΗ ΦΑΣΗ ΓΙΑ ΤΑ ΕΙΣΙΤΗΡΙΑ
ΤΗΣ ΣΕΖΟΝ 2025-26 ΞΕΚΙΝΑ ΣΤΙΣ

→ 20 09 25

ΠΡΟΠΩΛΗΣΗ ΕΙΣΙΤΗΡΙΩΝ ΣΤΕΓΗΣ

5C ΧΡΟΝΙΑ
ONASSIS

Φωτογραφίες: (πάνω) Stéphanie Grape
(κάτω) Mike Tsolis

ONASSIS.ORG



Κουλτούρα της ακύρωσης, χθες, σήμερα, αύριο

FREE VOICES

25 - 1
ΣΕΠΤ.-ΟΚΤ.
2025

02



ναντίον των λευκών, των Εβραίων και των anti-woke. Οι μη λευκοί, ανεξάρτητα από τη μισαλλοδοξία και τις προκαταλήψεις τους, εξαιρούνται από την κατηγορία του ρατσισμού, της ομοφοβίας και της ισλαμοφοβίας, αν και πράγματι έχουν καταγραφεί αποβολές από διαδικτυακές ομάδες.

Αυτό που πέτυχε η κουλτούρα της ακύρωσης και γενικότερα το woke κίνημα ήταν η σφοδρή δεξιά ανάκρουση, η οπισθοδρόμηση. Στην αμερικανική προεδρία ανεδείχθη ο Ντόναλντ Τραμπ μαζί με έναν κύκλο επιρροής που αποτελείται από χριστιανούς φονταμενταλιστές, οι οποίοι είναι αποφασισμένοι να εφαρμόσουν με εγκάρδιο μίσος την κουλτούρα της ακύρωσης. Οπότε, ιδού η τρομερή ισορροπία: οι δεξιοί πιέζουν όλο και περισσότερο για την απόλυση ατόμων που κάνουν αναρτήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης υπέρ του δολοφόνου του Τσάρλι Κερκ και θα συνεχίσουν με άλλες αφορμές, αντιγράφοντας μια τακτική που κάποτε καταδίκασαν. Έτσι, μέχρι αυτή τη στιγμή έχουν απολυθεί ή έχουν τεθεί σε διαθεσιμότητα καμιά εικοσαριά άτομα που τόλμησαν να ασκήσουν κριτική στις ιδέες του Κερκ. Ωστόσο, και πάλι απ' όσο ξέρω, κανείς από τους απολυμένους δεν εγκωμίασε τον δολοφόνο του αγιοποιημένου θύματος — μολονότι, ακόμα κι αυτό θα ενέπιπτε στο δικαίωμα της ελευθερίας του λόγου.

Άτομα σαν τον Steve Bannon δεν αναγνωρίζουν αυτό το δικαίωμα: ο Bannon κάλεσε σε μαζικές απολύσεις «χωρίς καθυστέρηση», ενώ αυτές τις ημέρες ο ιστότοπος *Charlie Kirk Data Foundation* καλεί τους χρήστες να υποβάλουν ονόματα ατόμων που έχουν επαινέσει τον Tyler Robinson. (Φαίνεται ότι έχουν συλλεγεί σχεδόν 50.000 ονόματα). Κατόπιν τούτου, απολύθηκαν ο Matthew Dowd από το MSNBC κι ένας δάσκαλος από το Όρεγκον που έγραψε ότι η δολοφονία του «έφτιαξε τη μέρα», ενώ ένας φοιτητής του πολιτειακού Πανεπιστημίου του Τέξας (όπου, υπενθυμίζω, έχει γίνει πικετοφορία της δεξιάς με σύνθημα «Οι γυναίκες είναι περιουσία των ανδρών») έχασε τη φοιτητική του ιδιότητα. Εν ολίγοις, οι Αμερικανοί εξαναγκάζονται να συμφωνήσουν ότι ο Κερκ ήταν ήρωας της «ελευθερίας του λόγου»· δεν ήταν, αλλά αυτό δεν επηρεάζει σε τίποτα την αποτίμηση της δολοφονίας του. Το τεστ δημοκρατίας αφορά άτομα με τα οποία διαφωνούμε — να ένα τεστ που δεν θα περνούσε ποτέ η αριστερά.

Η δολοφονία του Κερκ ήταν δώρο της τύχης για το Ρεπουμπλικανικό Κόμμα και για τους Ευαγγελιστές. Αλλά, αν και απέκτησαν τον μάρτυρα που τους έλειπε, πρέπει να περιμένουμε να δούμε αν οι αμερικανικοί θεσμοί —η Δικαιοσύνη, τα ΜΜΕ— θα απαντήσουν με δημοκρατικά και συνταγματικά αντανakλαστικά ή θα ζαρώσουν στη γωνία. Ο Jimmy Kimmel, ο Terry Moran, η Karen Attiah, η Jemele Hill διεκδικούν τις αποζημιώσεις που δικαιούνται για τις απολύσεις και τις αναστολές των εκπομπών τους; Φοβάμαι ότι η ευκολία εξεύρεσης εργασίας στις ΗΠΑ αποτρέπει τους «ακυρωμένους» από την εμπλοκή σε δικαστικούς αγώνες, ακόμα κι αν στο τέλος του δρόμου τους περιμένουν μερικά εκατομμυριάκια. Πάντως, θα ήταν χρήσιμο νομικό προηγούμενο η εκδίκαση της αναστολής του «*Jimmy Kimmel Live!*» από το δίκτυο ABC και η εντελώς ανυπόστατη αγωγή του Ντόναλντ Τραμπ εναντίον των *New York Times*. Αν και οι *NYT* έχουν τεράστια ευθύνη για το κομματικό μίσος, είναι πολύ δύσκολο να κατηγορηθούν για «συκοφαντία» εναντίον του προέδρου· το πρόβλημα με την εφημερίδα δεν είναι νομικής, αλλά δεοντολογικής τάξεως. Ωστόσο, η δειλία έχει αναχθεί σε αρετή: υπενθυμίζω ότι σε μια σειρά επιθετικών δικαστικών ενεργειών εναντίον μέσων ενημέρωσης, συμπεριλαμβανομένων των «60 Minutes» του CBS News και του ABC News, ο πρόεδρος τσέπωσε με διακανονισμό 32 εκατομμύρια δολάρια, πράγμα που του άνοιξε την όρεξη να μηνύσει και τη *Wall Street Journal* — από την οποία, προς το παρόν, δεν έχει τσεπώσει τίποτα.

Υπάρχει μια σημαντική παράμετρος στην Πρώτη Τροπολογία: ο καθένας είναι ελεύθερος να εκφράζει τη γνώμη του στον δημόσιο χώρο, αλλά ορισμένες ιδιωτικές εταιρείες μπορούν να απαιτούν από τους εργαζομένους τους ένα συγκεκριμένο ήθος. Οι επιχειρήσεις είναι ελεύθερες να απολύουν συμφώνως με το δικαίο της κάθε πολιτείας. Σε ό,τι αφορά

τους δημόσιους υπαλλήλους, όπως είναι, για παράδειγμα, οι εκπαιδευτικοί, προστατεύονται περισσότερο από την Πρώτη Τροπολογία αλλά ταυτοχρόνως επιτηρούνται από τη διοικητική επιτροπή του σχολείου κι από τον σύλλογο γονέων και κηδεμόνων, ο οποίος είναι συχνά τυραννικός (το ξέρω από προσωπική πείρα). Αν οι αναρτήσεις ενός εκπαιδευτικού στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης συνδέονται με λογαριασμό του σχολείου, πιθανότατα ο χρήστης δεν έχει περιθώριο «ελευθερίας» του λόγου· αν εκφράζεται ως ανεξάρτητο άτομο, μπορεί, θεωρητικά, να πει οτιδήποτε. Αλλά, το Ρεπουμπλικανικό Κόμμα δεν είναι διατεθειμένο να διακρίνει τέτοιες αποχρώσεις: καθώς ο Ντόναλντ Τραμπ χαρακτήρισε τους Antifa «τρομοκράτες», ανοίγει ο δρόμος για παρακολουθήσεις, χαφιεδισμό, συλλήψεις και διώξεις πολιτών (πειθαρχικές κυρώσεις, απολύσεις), καθώς και για μομφές εναντίον εκλεγμένων που «ενθαρρύνουν την τρομοκρατία». Τίποτα από αυτά δεν είναι χωρίς συνταγματικά εμπόδια: η πρόταση μομφής εναντίον της βουλευτινής από τη Μινεσότα Ilhan Omar δεν πέρασε (για μία ψήφο), αν και η σομαλικής καταγωγής Omar προβαίνει συχνά σε ισλαμοφιλικές δηλώσεις, αποφεύγοντας να καταδικάσει τη Χαμάς· εξάλλου, οποιοδήποτε δικαστήριο θα έκρινε αντισυνταγματική τη λογοκρισία απ' όπου κι αν προέρχεται. Εν κατακλείδι, η Πρώτη Τροπολογία προστατεύει τους Αμερικανούς από την κυβέρνηση τους, αλλά δεν προσφέρει ασπίδα από ανθρώπους που επικρίνουν τον λόγο τους ή ζητούν την απόλυσή τους. Αυτό ήταν πάντοτε μέρος της αμερικανικής ιστορίας· απλώς, στην εποχή μας, τα social media έχουν διευκολύνει τα δηλητηριώδη σχόλια, με αποτέλεσμα αναφλέξεις σε κρίσιμες στιγμές· η κουλτούρα ακύρωσης, πάντως, χρονολογείται πολύ πριν επινοηθεί ο όρος.

Ταυτοχρόνως, γίνεται πολύς λόγος για τον μακαρθισμό, κυρίως από ανθρώπους που δεν ξέρουν τι είναι. Από την πλευρά τους, οι Ρεπουμπλικανοί βιώνουν ένα είδος Red Scare, μια συνθήκη που έχει καταγραφεί κατά τον Α' Παγκόσμιο Πόλεμο, δηλαδή μετά τη ρωσική επανάσταση, και που επαναλήφθηκε στις δεκαετίες του 1930, 1950, 1960-70, με διαφορετικές αφορμές και σε διαφορετικά συμφοραζόμενα. Ο φόβος επισύρει αυταρχισμό: για παράδειγμα, κατά τη διάρκεια του Α' Παγκοσμίου

Πολέμου, η ομοσπονδιακή κυβέρνηση ποινικοποίησε τον αντιπολεμικό λόγο και την κριτική της κυβέρνησης με τους νόμους περί Στάσης και Κατασκοπείας, έκλεισε δεκάδες έντυπα και εφημερίδες που θεώρησε υπερβολικά επικριτικές, απαγορεύοντας τη διανομή τους μέσω του ταχυδρομείου και φυλάκισε πάνω από 1.000 άτομα για περισσότερο από έναν χρόνο, αποκλειστικά και μόνο για πράγματα που έγραψαν ή είπαν. Παρόμοια μέτρα ελήφθησαν αργότερα επί Επιτροπής Μπ-Αμερικανικών Ενεργειών, με σκοπό την αντιμετώπιση της κατασκοπείας υπέρ των Σοβιετικών, αλλά και της αντιληπτής (όχι αληθινής) διάβρωσης των καπιταλιστικών αξιών. Τώρα, έπειτα από δεκαετίες αριστερής ηγεμονίας σε πολλούς τομείς του εποικοδομήματος, η δεξιά αντεπιτίθεται

με τον τρόπο που ξέρει και ο οποίος δεν απέχει πολύ από εκείνον της αριστεράς: προσπάθεια φήμωσης επικριτών, οστρακισμός διαφωνούντων, απαίτηση υποταγής· είναι απίστευτος ο αριθμός των μετανοούντων που δηλώνουν κάτι και ύστερα, από φόβο απώλειας εισοδήματος και καριέρας, ζητούν ταπεινά συγνώμη. Όμως, όλα τούτα είναι συστατικά του ολοκληρωτισμού, ο οποίος υποτίθεται πως είναι ξένος προς τον αμερικανικό πολιτισμό και δεν έχει θέση στις Ηνωμένες Πολιτείες.

Σύμφωνα με την αμερικανική νομολογία, ένας ζαχαροπλάστης μπορεί να αρνηθεί να φτιάξει γαμήλια τούρτα για ένα ομοφυλόφιλο ζευγάρι· αυτό που δεν μπορεί να κάνει είναι να τη φτιάξει και του την τρίψει στα μούτρα. Με λίγα λόγια, σύμφωνα με την Πρώτη Τροπολογία μπορείς να ξεστομίζεις λόγια που μπορούν να θεωρηθούν άθλια, απαίσια και ποταπά· αλλά δεν σου επιτρέπονται βίαιες πράξεις — αν, ωστόσο, συμβούν βίαιες πράξεις με δικαιολογία τα δικά σου λόγια, την ευθύνη έχει ο πράττων, όχι εσύ. Η ελευθερία του λόγου σταματά στο όριο της συκοφαντίας και στη σαφή, αδιαμεσολάβητη, ενθάρρυνση της βίας. Περιμένουμε λοιπόν να δούμε αν στις ΗΠΑ, και αλλού, εφαρμοστούν το Σύνταγμα και οι νόμοι, ή αν οι δημοκρατίες θα εξελιχθούν σε καθεστώτα ψιθύρων, φημών, ρουφιανιάς και συμμόρφωσης. **A**

Νηπιοποίηση

Αντιμετωπίζοντας ενήλικες ως παιδιά, με μηδενική μνήμη, αισθητική, κριτική ικανότητα, ανθεκτικότητα κι αρχές, καλλιεργείται η βαρβαρότητα, η βία και η ανελευθερία

Του ΡΩΜΑΝΟΥ ΓΕΡΟΔΗΜΟΥ

Την Τετάρτη το πρωί ήμουν στο shuttle, στο τρενάκι που συνδέει το Νότιο με το Βόρειο Terminal στο Gatwick. Η ψευδο-παιδική, παιχνιδιάρικη φωνή της εκφωνήτριας που διαφήμιζε πακέτα διακοπών της EasyJet σαν να μιλάει σε μωρά, ήταν η σταγόνα που ξεχείλιζε το ποτήρι. Ένωσα να πνίγομαι, σαν να είμαι στον βυθό του ωκεανού, σαν να μην μπορώ να αναπνεύσω.

Πριν δύομισι χρόνια επέλεξα να δώσω τον τίτλο «Άβυσσος» στα σεμινάρια που κάναμε στην Οικία Κατακουζηνού σχετικά με την ντροπή, τον θυμό και τη βία. Ο λόγος ήταν ότι το αίσθημα του ότι είσαι παγιδευμένος σε μια σκοτεινή, κρύα και μοναχική άβυσσο συνδέεται ευθέως με τους δύο πιο αρχέγονους φόβους μας, δηλαδή με δύο συναισθήματα που βρίσκονται στον πυρήνα άλλων δευτερευόντων συναισθημάτων όπως η αδικία, η ντροπή και ο θυμός: αυτά είναι αφενός μεν το συναισθήμα του κοινωνικού θανάτου –ο εξωστρακισμός ή αποκλεισμός από την κοινωνία, η απόλυτη μοναξιά–, αφετέρου δε το αίσθημα της απώλειας ελέγχου, ειδικά στο ίδιο μας το σώμα, το μυαλό ή το περιβάλλον. Αυτοί οι δύο αρχέγονοι φόβοι με κατέκλυσαν εκείνη τη στιγμή: η αίσθηση του ότι δεν ανήκω σε αυτή την κουλτούρα, δεν έχω απολύτως τίποτα κοινό μαζί της, και ότι ταυτόχρονα δεν έχω κανέναν τρόπο να την αποφύγω.

Αν πρωταγωνιστούσα σε ταινία, η σκηνή στο τρενάκι του αεροδρομίου θα εξελισσόταν σε αργή κίνηση στην τρίτη πράξη του έργου. Θα ήταν το αποκορύφωμα μιας συναισθηματικής φόρτισης που χτιζόταν λίγο λίγο εδώ και εβδομάδες, μέρες, ώρες.

Εκ των υστέρων ενώνω τις τελίτσες και συνειδητοποιώ ότι φαινομενικά άσχετα μεταξύ τους γεγονότα τροφοδοτούσαν ένα εκρηκτικό κοκτέιλ. Ο συνεργάτης στον οποίο (όχι παράλογα) έχεις επενδύσει απεριόριστα χρήματα, χρόνο και κόπο, πιστεύοντας ότι είναι ενήλικας επαγγελματίας που στέκεται στα πόδια του και ξέρει τη δουλειά του, αλλά συνειδητοποιείς ότι είναι απλώς άλλο ένα μωρό. Η μετατροπή της βρετανικής ανώτατης εκπαίδευσης σε ένα απέραντο βρεφοκομείο. Η ανελέητη, εδώ και πολλά χρόνια, βλακοποίηση της μαζικής κουλτούρας: ο καρκίνος του dumbing down σε ειδήσεις, κινηματογράφο, τηλεόραση και ίντερνετ. Η αντιμετώπιση των παιδιών ως πορσελάνινων τοτέμ, τη στιγμή που στους χώρους των ιδίων των παιδιών κυριαρχεί η βία και το bullying, η πορνογραφία και η αυτοπροβολή, ο ψηφιακός εθισμός και ο νόμος του ισχυρού. Η ραγδαία κατάρρευση της προσοχής μας και της ικανότητάς μας

να συγκεντρωνόμαστε, να διαβάζουμε, να σκεφτόμαστε, να φανταζόμαστε, να ελπίζουμε, να σχεδιάζουμε και να διεκπεραιώνουμε μεγάλα και σημαντικά πράγματα. Ο αφανισμός της κριτικής σκέψης και της λογικής μεθόδου στον δημόσιο λόγο και στην πολιτική ζωή από την προβολή αρετής (*virtue signalling*), τους ηθικούς πανικούς, τον διαγκωνισμό ταυτοτικών ομάδων για την ιδιότητα του θύματος, την επιβολή επικοινωνιακών κλισέ στις επιχειρήσεις, και –πιο πρόσφατα– την άνοδο του αυταρχισμού και την πτώση της δημοκρατίας. Στα αγγλικά υπάρχει μια πολύ ωραία λέξη για όλα αυτά: *infantilisation*. Νηπιοποίηση.

Τα ίδια ακριβώς βέβαια έλεγε και η Σχολή της Φρανκφούρτης πριν από 100 χρόνια. Και είμαι σίγουρος ότι τα ίδια λένε και έλεγαν πάντα όσοι έφταναν στην ηλικία μου, κι ακόμη πιο μετά στη ζωή τους. Η πραγματικότητα όμως δεν αλλάζει· κι αυτή είναι ότι νιώθω να πνίγομαι από μια κυρίαρχη κουλτούρα την οποία εμείς, με την ανοχή, τις επιλογές ή και τα αδιέξοδά μας, ενθαρρύνουμε να συνεχίζει να μας αντιμετωπίζει ολόένα και περισσότερο ως νήπια, ως λοβοτομημένους. Με μηδενική μνήμη, μηδενική αισθητική, μηδενική κριτική ικανότητα, μηδενική ανθεκτικότητα, μηδενικές αρχές, μηδενικό κίνητρο. Έτσι καλλιεργούνται η βαρβαρότητα, η βία και η ανελευθερία.

Εν τω μεταξύ, όλα αυτά τα συνειδητοποιήσα εκ των υστέρων, σε ανύποπτο χρόνο. Έβαλα να δω την πρώτη ταινία από τον αριστουργηματικό «Δεκάλογο» (1989-1990) του Κι-σλόφσκι. Δέκα ηπεταινίες μίας ώρας, εμμέσως εμπνευσμένες από τις Δέκα Εντολές. Ήταν σαν να αναδύομαι από τον βυθό και να μπορώ να ανασάνω για πρώτη φορά μετά από μέρες. Σαν κάποιος να μου δίνει πνευματική τροφή και νερό σε μια έρημο. Σαν να με αντιμετωπίζει ως νοήμονα άνθρωπο, που έχει

διαβάσει και σκεφτεί πέντε πράγματα στη ζωή του, και όχι ως πνευματικά και ηθικά άβουλο νήπιο, ικανό μόνο να σκρολάρει τους ινφλουένσερς. Δεν ξέρω αν πλέον κυκλοφορούν καλές ταινίες ή αν γίνονται ουσιαστικές συζητήσεις ή αν γράφονται κείμενα που θα μας φωτίσουν και θα μας αλλάξουν τη ζωή προς το καλύτερο. Υπάρχει όμως ένας τεράστιος πλούτος από άλλες εποχές, όταν ο κόσμος μπορούσε ακόμη να σωπάσει και να παρακολουθήσει ιστορίες και σκέψεις, χωρίς να πρέπει αμέσως να προβάλει το εγώ του. Είναι θλιβερό ότι πηγαίνουμε προς τα πίσω αντί προς τα εμπρός. Τουλάχιστον, όμως, βρίσκουμε την παρηγοριά εκεί: στα κλασικά, διαχρονικά κείμενα και έργα τέχνης. **A**

Είναι θλιβερό ότι πηγαίνουμε προς τα πίσω αντί προς τα εμπρός. Τουλάχιστον, όμως, βρίσκουμε την παρηγοριά στα κλασικά, διαχρονικά κείμενα και έργα τέχνης.

Το 1^ο κινηματογραφικό φεστιβάλ με θεματικό επίκεντρο τη θάλασσα

ALONISSOS MOVIES FOR THE SEA
AMOS
FILM FESTIVAL

FILM FESTIVAL

ΦΕΤΟΣ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΔΙΑΡΚΕΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ...

9-12 ΟΚΤ
2025 | ΠΑΤΗΤΗΡΙ
ΑΛΟΝΝΗΣΟΥ

• Το φεστιβάλ θα εγκαινιάσει ο Πρίγκιπας Αλβέρτος II του Μονακό

www.amosfilmfestival.com

Συνδιοργάνωση: ΔΗΜΟΣ ΑΛΟΝΝΗΣΟΥ MUNICIPALITY OF ALONISSOS Aenaos THALASSA

Αιγίδα: ΕΚΚΟΜΕΑ Ελληνικό Κέντρο Κινηματογράφου, Οπτικοακουστικών Μέσων & Δημιουργίας

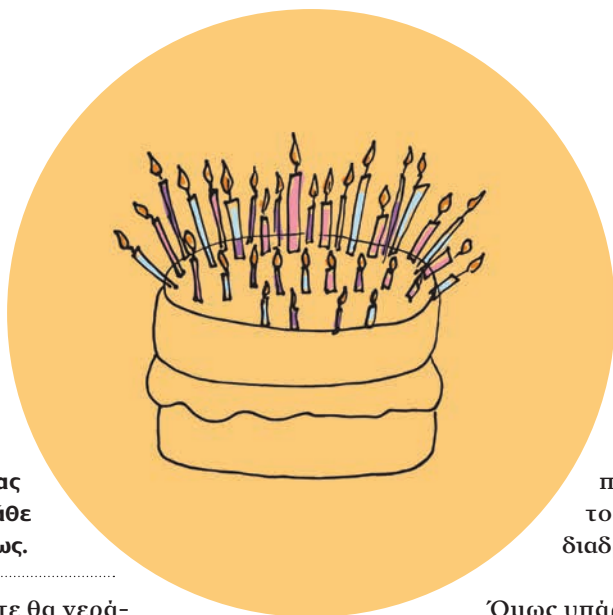
Χορηγοί επικοινωνίας: EPT EPT 3

Υποστηρικτές: SEA JETS

Δωρητές: Thalassa FOUNDATION ΟΦΥΠΕΚΑ

Γερνώντας

Της ΖΑΪΡΑΣ ΠΑΠΑΛΗΓΟΥΡΑ



Είναι η ηλικία απλώς ένας αριθμός; Βιώνεται από κάθε άνθρωπο διαφορετικά; Ίσως.

Πάντα ήξερα πως κάποτε θα γεράσω· κι όμως, βαθιά μέσα μου, ήταν σαν να μην το πίστευα. Έβλεπα τους γονείς μου να μεγαλώνουν, να παραπονιούνται για τα χρόνια που περνούν, κι εγώ δεν τους καταλάβαινα. Η υγεία τους ήταν καλή, δεν είχαν στερήσεις, κι όμως γκρίνιαζαν. Τώρα τους κατανοώ. Τα γεράματα είναι μια φάση της ζωής που δεν μπορείς να συλλάβεις, πριν τη ζήσεις.

Η πρώτη μεγάλη αλλαγή συμβαίνει με τη συνταξιοδότηση. Σταδιακά συνειδητοποιείς ότι η ταυτότητά σου άλλαξε. Δεν είσαι πλέον αυτό που το επάγγελμά σου όριζε, αλλά είσαι συνταξιούχος. Ταυτότητα η οποία αντικατοπτρίζει την ηλικία και την απουσία εργασίας – κατά τεκμήριο μια μειονεκτική θέση.

Όταν είσαι νέος, αγωνιάς για το γήρας, κυρίως μήπως έρθει ο θάνατος ενώ κάποιοι ακόμη σε χρειάζονται. Μα όταν φτάσεις πια σ' αυτή την ηλικία, οι δυσκολίες σε βρίσκουν αλλιώς: ξαφνικά, σαν κάτι πρωτόγνωρο που σε δοκιμάζει μέρα με τη μέρα.

Θρηνείς κάθε μέρα ένα μικρό κομμάτι του εαυτού σου. Μια μέρα πονάς εδώ, μια μέρα πονάς εκεί· νιώθεις ανίσχυρος για πολλά πράγματα. Μια άλλη μέρα παλεύεις να θυμηθείς μια λέξη, ένα όνομα, αλλά η μνήμη αντιστέκεται. Κάποιοι ηλικιωμένοι δεν παραδέχονται τη φθορά· συνεχίζουν να ζουν όπως παλιά, λες και ο χρόνος δεν τους αγγίζει. Ίσως φοβούνται να δουν την αλήθεια· είναι, ίσως, κι αυτός ένας τρόπος να συνεχίζεις.

Όπως και να 'χει, η ενασχόληση με τα γηρατειά από μακριά, όσο είσαι νέος, δεν έχει καμία σχέση με την εμπειρία τους όταν τελικά έρθουν. Η πορεία προς το γήρας δεν είναι εύκολη.

Ο ύπνος δεν είναι πλέον αυτός που ήταν. Δεν κλείνεις το φως και κοιμάσαι χωρίς διακοπές μέχρι να ξημερώσει· κοιμάσαι με πολλές διακοπές και, ενώ πλέον δεν έχεις λόγο να σηκωθείς νωρίς, ξυπνάς απ' τ' άγρια χαράματα. Και οι ώρες της νύχτας απλώνονται σαν σκέψεις που δεν σωπαίνουν.

Η ματαιότητα του βίου σε κυκλώνει. Αν δεν έχεις

πίστη, αναρωτιέσαι ποιο το νόημα όλης αυτής της διαδρομής.

Όμως υπάρχουν μέρες που νιώθει κανείς όπως ήταν νέος – μια βουτιά στη θάλασσα, για παράδειγμα. Αναζωογονείσαι, φεύγουν οι πόνοι, είναι όλα όπως πριν. Και υπάρχουν και οι μεγάλες χαρές, όπως η ενασχόληση με τα εγγόνια. Πώς, όταν κανείς είναι με μικρά παιδιά, δεν σκέφτεται την ηλικία του, δεν σκέφτεται τίποτα, μόνο νιώθει μια πρωτόγνωρη χαρά! Τα παιδιά σε κάνουν να εστιάζεις στο εδώ και τώρα. Όταν είσαι μαζί τους, δεν σκέφτεσαι το μέλλον ούτε το παρελθόν – απλά είσαι εκεί. Ακριβώς όπως συμβαίνει όταν κανείς είναι νέος. Η ζωή είναι η καθημερινότητα, το εδώ και τώρα.

Το πιο βαρύ, ωστόσο, δεν είναι η φθορά, αλλά η απουσία προοπτικής. Το μέλλον μοιάζει με σκιά που βαραίνει, φορτωμένο ανημπόρια, με τον θάνατο στο τέρμα του δρόμου. Η ζωή θα συνεχιστεί χωρίς εμάς· οι άνθρωποι μας θα μας θυμούνται για λίγο, έπειτα η μνήμη θα ξεθωριάσει. Αυτό το «κενό νοήματος» είναι ίσως το πιο οδυνηρό φορτίο των γηρατειών.

Η επιθυμία
στη μεγάλη ηλικία
είναι σαν ήρεμη
φλόγα: δεν καίει
πια με τη μανία
της νεότητας,
αλλά ζεσταίνει

Κι όμως, ακόμα και τότε, η δημιουργία δεν σβήνει πάντα. Άλλοτε φουντώνει, άλλοτε σιωπά· άλλοτε ανακαλύπτεις μέσα σου τη σπιθαμή που νόμιζες χαμένη, άλλοτε νιώθεις ότι η φαντασία σε εγκατέλειψε. Μα όσο ζεις κανείς, ο σπόρος της δημιουργίας παραμένει, έτοιμος να φυτρώσει ξανά, έστω και για μια στιγμή.

Και η επιθυμία; Πώς βιώνεται η επιθυμία στη μεγάλη ηλικία;

Δεν σβήνει· μεταμορφώνεται. Ίσως δεν έχει πια την ένταση ή την αφέλεια των νεανικών χρόνων, όμως παραμένει μια δύναμη που κινεί το είναι. Η επιθυμία γίνεται πιο ουσιαστική, πιο επιλεκτική. Δεν σπαταλιέται σε περιττά, δεν κυνηγά το άπιαστο· στρέφεται σε όσα έχουν αληθινό βάρος. Μια στιγμή γαλήνης, μια αγκαλιά, μια μέρα χωρίς πόνο, ένα βλέμμα που σε αναγνωρίζει.

Η επιθυμία στη μεγάλη ηλικία είναι σαν ήρεμη φλόγα: δεν καίει πια με τη μανία της νεότητας, αλλά ζεσταίνει. Κι όσο υπάρχει, θυμίζει ότι ακόμα ζούμε, ακόμα θέλουμε, ακόμα είμαστε παρόντες. Ίσως τελικά η επιθυμία είναι η πιο πεισματάρη μορφή ζωής· εκείνη που αντιστέκεται ως το τέλος, σαν ψίθυρος που λέει: «Είμαι ακόμα εδώ». **A**

© ANNIESPRATT, UNSPLASH

ATHENSvoice

Εκδότης-Διευθυντής Φώτης Γεωργελές

Σύμβουλος Έκδοσης Σταυρούλα Παναγιωτάκη
Διευθύντρια Σύνταξης Αγγελική Μπιρμπίλη

Γενική Διεύθυνση Διαφήμισης
Λουίζα Ναθαναήλ

Art Director Φώτης Πεχλιβανίδης

Διεύθυνση Web Δημήτρης Αθανασιάδης

Σύμβουλος Διεύθυνσης Χριστίνα Γαλανοπούλου

Αρχισυνταξία Δανάη Καμζόλα (Podcast & City Guide),
Μπάμπης Καλογιάννης
Αρχισυνταξία Newsroom Τόνια Ζαραβέλα
Τεχνικός Διευθυντής Βάιος Συντοσιμάς
Social Media Manager Τάσος Ανέστης

Υπεύθυνος ύλης Τάκης Σκριβάνος
Επιμέλεια ύλης Δήμητρα Γκρους
Διόρθωση κειμένων Φανή Κουλούτζου,
Κατερίνα Ασήμου

Συντακτική ομάδα: Κ. Αθανασιάδης, Ν. Αμανίτης,
Μ. Ανδριωτάκη, Ε. Βαρδάκη, Σ. Βλέτσας, Κ. Βνάτσιου,
Ρ. Γεροδήμος, Ν. Γεωργιλέ, Ν. Γεωργιάδης,
Κ. Γιαννακίδης, Κ. Γλυνιαδάκη, Β. Γραμματικογιάννη,
Β. Γρυπάρης, Γ. Δήμος, Θ. Κ. Ευθυμίου, Γ. Ζερβογιάννη,
Μ. Ζουμπουλάκη, Κ. Καϊμάκης, Σ. Καραμαντή,
Μπ. Καλογιάννης, Κ. Καμπόσου, Δ. Καραθάνος,
Λ. Καψάλη, Ν. Κοσκινά, Α. Κοσμοπούλου,
Δ. Κουμαριώτης, Α. Μανουσάκη, Μ. Μανυλοπούλου,
Χ. Μαρκάκης, Δ. Μαστρογιαννίτης, Β. Ματζιρόπουλου,
Τζ. Μελιτά, Α. Μηρουντζάκη, Γ. Νένης, Ε. Ντάκουλα,
Γ. Χ. Παπαδόπουλος, Δ. Παπαδόπουλος,
Π. Παναγιωτόπουλος, Κ. Παναγοπούλου, Γ. Παυριανός, Γ.
Πρέζα, Μ. Προβάτας, Τζ. Ρουσάκη, Μ. Ι. Σιγαλού,
Ε. Σιούσιουρα, Τ. Σκραπαλιώρη, Ζ. Σφυρή,
Σ. Τριανταφύλλου, Σ. Τσιτσόπουλος, Γ. Φλωράκης,
Ε. Χελιώτη, Κ. Χριστοφόρου, Γ. Ψυχάς, Ε. Ψυχούλη

Γραμματεία Σύνταξης Γεωργία Σκαμάγκκα
info@athensvoice.gr
avguide@athensvoice.gr

Ατελιέ Sotos Anagnos
LOOKmag Κωνσταντίνα Βλαχοπούλου

Creative Manager Θάναος Ψυλλίδης
Creative Marketing Manager Αιμιλινή Τρούγκου
Branded Content Editor Χαρά Αλεξανδροπούλου

Εικονογραφίες art@athensvoice.gr
Φωτό: Θανάσης Καρατζάς, Γιώργος Ζαρκώνης,
Τάσος Βρεττός, Έκτορας Δ. Βούτσας, Κώστας
Αμοιρίδης, Βαγγέλης Τάσης, Χρήστος Κισατζεκιάν,
Δημήτρης Κλεάνθης, Μαρία Μαρκέλη,
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 Τζεφφρόνη

Marketing & Advertising Director AV | VOICE 102.5
Τζίνα Σαλαμάνση

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. Τρικούνη 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.Β. στα σημεία διανομής,
επικοινωνήστε: 210 3617.360, 210 3617.369
Κωδικός εντύπου: 7021
ISSN 1790-6164

Νόμιμος Εκπρόσωπος: Γεωργιέ Ελισάβετ Τσιουγενή
Κύριος Μέτοχος: Γεωργιέ Φώτιος

Αρ. Πιστοποίησης MET: 230237

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



Μακροζωία: Από το όνειρο στην πράξη

Στα γράμματά τους, δύο συντάκτριες της Athens Voice εξηγούν πώς θα ήθελαν να αξιοποιήσουν μια μεγαλύτερης διάρκειας ζωή

Η μακροζωία είναι η πρόκληση που θέλω να ζήσω

Η μακροζωία για μένα δεν είναι απλώς να ζήσω πολλά χρόνια, αλλά να ζήσω καλά. Θέλω να φροντίζω την υγεία μου κάθε μέρα: να τρώω ισορροπημένα, να κινούμαι, να κάνω προληπτικούς ελέγχους, να κοιμάμαι σωστά. Να δίνω χρόνο στην ψυχική μου υγεία, να διαχειρίζομαι το άγχος, να μιλάω για όσα με δυσκολεύουν και να ζητάω βοήθεια όταν τη χρειάζομαι.

Για να ζήσεις πολλά χρόνια πρέπει να είσαι υγιής και να περνάς μια όμορφη ζωή, που ο ίδιος διαμορφώνεις. Κι αυτό για μένα σημαίνει να διατηρώ την περιέργειά μου ζωντανή, να μαθαίνω νέα πράγματα, να εξασκώ το μυαλό μου. Να έχω σχέσεις που με γεμίζουν και να αφήνω πίσω μου ό,τι με κρατάει στάσιμη. Να ζω με μέτρο, αλλά και με χαρά, και να βρίσκω λόγους για να γιορτάζω ακόμα και τα μικρά.

Θέλω να φτάσω στα 80 και στα 90 μου και να έχω τη δύναμη να στέκομαι όρθια, να συμμετέχω στις ζωές των ανθρώπων μου, να μπορώ να χαρώ την κάθε μέρα. Η μακροζωία είναι για μένα μια καθημερινή επιλογή: πώς τρέφομαι, πώς κινούμαι, πώς σκέφτομαι, πώς συνδέομαι με τους άλλους.

Κι αν τελικά ζήσω πολλά χρόνια, θέλω να είναι γιατί φρόντισα να τα γεμίσω με υγεία, ζωντάνια και στιγμές που άξιζαν!

Χαρά Αλεξανδροπούλου

Αν η ζωή είναι βιβλίο, η μακροζωία είναι να έχεις πάντα κενές σελίδες για καινούργιες αφηγήσεις

Όταν ήμουν παιδί, πίστευα ότι η ζωή είναι μια ευθεία γραμμή: μεγαλώνεις, δουλεύεις, κάνεις οικογένεια, γερνάς. Σήμερα ξέρω ότι είναι ένας κύκλος γεμάτος απρόοπτα, χρώματα και δεύτερες ευκαιρίες. Για μένα, μακροζωία σημαίνει να μπορώ να ξαναρχίζω. Να αλλάζω κατεύθυνση χωρίς ενοχές. Να γελάω δυνατά στα 70 όπως στα 20, να ερωτεύομαι ξανά και ξανά, να μαθαίνω καινούργια πράγματα όταν όλοι περιμένουν να «ηρεμήσω».

Δεν είναι ζητούμενο να σβήσω εκατό κεράκια στην τούρτα – αν και εντάξει, δεν το λες και άσχημη εικόνα. Εκείνο όμως που σίγουρα με νοιάζει είναι κάθε κερί να συμβολίζει μια εμπειρία που άξιζε. Μακροζωία είναι να φροντίζω το σώμα μου για να μπορώ να τρέχω πίσω από τα όνειρά μου. Να προστατεύω το μυαλό μου για να θυμάμαι ποια είμαι. Και να δίνω «φαγητό» στην ψυχή μου, γιατί χωρίς αυτήν τα χρόνια είναι απλώς νούμερα.

Ονειρεύομαι να γεράσω με όσο το δυνατόν λιγότερες ρυτίδες, περιτριγυρισμένη από φίλους, ιστορίες και περιέργεια για το αύριο – γιατί πάντα υπάρχει αύριο. Να είμαι παρούσα, να δημιουργώ, να δίνω. Γιατί η μακροζωία, τελικά, δεν είναι το πόσο ζεις. Είναι το πόσο ζωντανά ζεις.

Μαρία-Ιωάννα Σιγαλού

TEDxAthens Salon “Longevity”

με την υποστήριξη της NN Hellas

01.10.25 | ΙΔΡΥΜΑ ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΚΑΚΟΓΙΑΝΝΗΣ



NN

TED^x Athens

Για πληροφορίες
και εισιτήρια,
σκάναρε εδώ



Ιδιωτικά ΑΕΙ ακαδημαϊκός ρατσισμός ή θεμιτός σκεπτικισμός

Οι αντιδράσεις του ΔΣΑ για τα προγράμματα σπουδών και τα προσόντα διδασκόντων των ιδιωτικών νομικών σχολών φέρνουν στο προσκήνιο τη συζήτηση για την ανώτατη εκπαίδευση

Της ΒΑΣΩΣ ΚΙΝΤΗ*



Η ίδρυση των ιδιωτικών πανεπιστημίων έχει προκαλέσει ηθικό πανικό. Οι αντιδράσεις αυτή την εποχή εστιάζουν στις υπό έγκριση Νομικές Σχολές και προέρχονται από τον Δικηγορικό Σύλλογο της Αθήνας, καθηγητές Νομικής και δικηγόρους. Ποια είναι τα επιχειρήματα που προβάλλονται; Ας τα πάρουμε με τη σειρά:

1 Πρώτο είναι το πρόβλημα του προγράμματος σπουδών. Με δεδομένο ένα μόνο πρόγραμμα σπουδών ιδιωτικού πανεπιστημίου που δεν είναι ακόμη οριστικό, αφού βρίσκεται σε διαδικασία πιστοποίησης, έγινε κριτική για το περιεχόμενό του, για το πότε αυτό συντάχθηκε και το πότε θα εγκριθεί. Υποστηρίχθηκε ότι το πρόγραμμα σπουδών δεν έχει μαθήματα που υπάρχουν στο πρόγραμμα των Νομικών Σχολών των δημοσίων πανεπιστημίων, ενώ λείπουν μαθήματα που αφορούν το ελληνικό Σύνταγμα και γενικότερα το ελληνικό δικαίωμα σύστημα. Προφανώς ο καθένας μπορεί να κρίνει ένα πρόγραμμα σπουδών και να εκφέρει τη γνώμη του. Πόσο μάλλον οι ειδικοί. Όμως, θα έπρεπε οι αντιδρώντες να ξέρουν ότι ο νόμος Πιερρακάκη, με βάση τον οποίο αδειοδοτήθηκαν τα συγκεκριμένα πανεπιστήμια και ο οποίος έχει κριθεί συνταγματικός από το ΣτΕ, προβλέπει ότι «κάθε παράρτημα - Ν.Π.Π.Ε. παρέχει αναγνωρισμένα προγράμματα σπουδών από το μητρικό ίδρυμα» (ν. 5094/2024, Άρθρο 137γ).

Έχουν γνώμη ο Δικηγορικός Σύλλογος της Αθήνας και οι Έλληνες νομικοί για τα προγράμματα σπουδών μητρικών ιδρυμάτων του εξωτερικού που τυχόν ανοίξουν παραρτήματα στην Ελλάδα; Όχι. Είχε γνώμη ο ΔΣΑ και οι Έλληνες νομικοί για τα προγράμματα των νομικών σχολών του εξωτερικού τα οποία παρακολούθησαν Έλληνες φοιτητές οι οποίοι πήραν επαγγελματική αναγνώριση στην Ελλάδα; Όχι. Γιατί δεν κατέκριναν τότε δημοσίως αυτά τα προγράμματα σπουδών και αντιδρούν τώρα; Διότι τώρα δεν θέλουν ιδιωτικά πανεπιστήμια στη χώρα.

Οι Έλληνες νομικοί μόνο έμμεσα και ατομικά αξιολογούν τα προγράμματα σπουδών ξένων πανεπιστημίων— όταν ορίζονται ως αξιολογητές των φακέλων όσων ζητούν ακαδημαϊκή ισοδυναμία. Ο ΔΣΑ διενεργεί τις εξετάσεις για την άσκηση επαγγέλματος και πρέπει να μένει ουδέτερος ως προς τους αποφοίτους πανεπιστημίων στην Ελλάδα και στο εξωτερικό. Θα πρέπει, όμως, να ζητείται η γνώμη του για τα προγράμματα σπουδών, δημόσια και ιδιωτικά, όταν αυτά αξιολογούνται, και θα πρέπει να την καταθέτει θεσμικά.

Ύστερα, γιατί να είναι μέτρο σύγκρισης τα προγράμματα σπουδών των δημοσίων Νομικών Σχολών; Είναι σίγουροι ότι είναι τα βέλτιστα; Δεν έχουν εμπειρία πώς συγκροτούνται τα προγράμματα σπουδών στα δημόσια πανεπιστήμια; Είναι πάντα σε αυτά γνώμονας το ακαδημαϊκό στοιχείο, το τι απαιτεί δηλαδή το γνωστικό αντικείμενο και οι επαγγελματικές προοπτικές; Δεν είναι συχνά υπερφορτωμένα με μαθήματα που δεν αντιστοιχούν σε ακαδημαϊκές ανάγκες;

2 Ειπώθηκε επίσης ότι το πρόγραμμα του συγκεκριμένου πανεπιστημίου δεν είναι ώριμο, αφού συντάχθηκε εσπευσμένα μέσα στον Αύγουστο. Μα ο νόμος ορίζει πως στην αίτησή τους τα ιδιωτικά πανεπιστήμια καταθέτουν εξ αρχής «τα προσφερόμενα αναγνωρισμένα από το μητρικό ίδρυμα προγράμματα σπουδών με τον πλήρη φάκελο διάρθρωσης και οργάνωσής τους, τα οποία οδηγούν στην απονομή του αντίστοιχου τίτλου σπουδών» (Άρθρο 138, παρ. 3β) Άρα, δεν ετοίμασαν το πρόγραμμα εσπευσμένα τον Αύγουστο αλλά το κατέθεσαν με την αίτησή τους, έχοντας ήδη την αναγνώριση από το μητρικό ίδρυμα.

3 Πράγματι να δεχτούμε ότι η πιστοποίηση των προγραμμάτων σπουδών θα γίνει γρήγορα από την ΕΘΑΑΕ ενόψει της άμεσης έναρξης των μαθημάτων. Αλλά δεν θυμάμαι αντίστοιχες διαμαρτυρίες όταν ανακηρύχθηκαν τα προγράμματα σπουδών των ΤΕΙ πανεπιστημιακά, όχι σε δύο μήνες, αλλά σε μια νύχτα, χωρίς καμία πιστοποίηση. Εξάλλου, τα προγράμματα είναι ήδη πιστοποιημένα από το μητρικό ίδρυμα και τις διαδικασίες πιστοποίησης στη χώρα προέλευσης. Το στάδιο αυτό στην Ελλάδα θα μπορούσε να λείπει τελείως.

4 Προβάλλεται επίσης η άρνηση της κυβέρνησης να ιδρύσει τέταρτη Νομική στην Πάτρα, ενώ θα αδειοδοτηθούν επιπλέον Νομικές στα ιδιωτικά. Παραλείπουν όμως να αναδείξουν τη μεγάλη διαφορά: Την τέταρτη Νομική στην Πάτρα θα τη χρηματοδοτούσαν οι φορολογούμενοι, ενώ των ιδιωτικών πανεπιστημίων όχι. Αυτό που τους ανησυχεί είναι ότι οι απόφοιτοι και των δύο τύπων ιδρυμάτων, δημοσίων και ιδιωτικών, θα έχουν τα ίδια επαγγελματικά δικαιώματα. Αντί όμως να πουν να μην είναι προσδεδεμένα τα επαγγελματικά δικαιώματα στο πτυχίο του δημοσίου, ώστε όλοι ανεξαιρέτως να προσέρχονται σε αδιάβλητες, αυστηρές και χωρίς διακρίσεις εξετάσεις των δικηγορικών συλλόγων για την άδεια επαγγέλματος, αυτοί θέλουν να αποκλείσουν τα ιδιωτικά. Ας σκεφτούμε και το εξής: Η Νομική Πάτρας, εάν ιδρυόταν, θα είχε περίπου 300 εισακτέους που θα προστίθεντο στους 1.148 των ήδη υπάρχουσών Νομικών Σχολών (333 ΑΠΘ+455 ΔΠΘ+360 ΕΚΠΑ=1.148), και δεν θα υπήρχαν οι αντιδράσεις που βλέπουμε σήμερα

για τις τρεις Νομικές των μη κρατικών, οι οποίες θα έχουν συνολικά περίπου 200 φοιτητές, ίσως αυτούς που έως τώρα σπούδαζαν νομικά στην Κύπρο. Πρακτικά, δεν θα προστεθούν επιπλέον απόφοιτοι. Τα νούμερα θα είναι περίπου αυτά που είναι σήμερα. Να σημειώσουμε και τα εξής θέματα:

α. ότι σε τυχόν ξενόγλωσσα προγράμματα των ιδιωτικών θα έρχονται και ξένοι φοιτητές, οι οποίοι μπορεί να μην ενδιαφερθούν ποτέ να πάρουν άδεια άσκησης επαγγέλματος στην Ελλάδα

β. ότι και Έλληνες φοιτητές μπορεί να θέλουν να εργαστούν στο εξωτερικό

γ. ότι προγραμματίζονται και ξενόγλωσσες Νομικές στα δημόσια πανεπιστήμια με διδάκτρα. Θα είναι ενάντια και σ' αυτές;

δ. πάλι από τον νόμο προβλέπεται η ΕΘΑΑΕ να λαμβάνει υπόψη της στην αδειοδότηση «τη συμβατότητα του υπό αδειοδότηση παραρτήματος - Ν.Π.Π.Ε. με το πρόγραμμα εθνικής στρατηγικής για την ανώτατη εκπαίδευση». Δεν αποτελεί μέρος της εθνικής στρατηγικής για την ανώτατη εκπαίδευση η διεθνοποίησή της, το άνοιγμα της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης της χώρας και σε μη κρατικά ιδρύματα, ώστε να έχουν περισσότερες επιλογές οι πολίτες; Ο νόμος επίσης προβλέπει ότι η ΕΘΑΑΕ θα λαμβάνει υπόψη της για την αδειοδότηση «και τα αντίστοιχα δεδομένα των δημόσιων Ανώτατων Εκπαιδευτικών

Οι σημερινές αντιδράσεις εναντίον της ίδρυσης ιδιωτικών Νομικών σχολών αντανακλούν την εκ των προτέρων προκατάληψη εναντίον των ιδιωτικών ΑΕΙ

Ιδρυμάτων». Ας περιμένουμε, λοιπόν, την ΕΘΑΑΕ.

5 Ένα άλλο θέμα που εγείρεται είναι τα προσόντα των διδασκόντων στα ιδιωτικά πανεπιστήμια σε σύγκριση με αυτά των δημοσίων. Όμως ο νόμος προβλέπει την κατοχή διδακτορικού διπλώματος σε ποσοστό 90%, με την εξαίρεση θέσεων που αφορούν αντικείμενα αδιαμφισβήτητης ιδιαιτερότητας (Άρθρο 153, παρ. 1), όπως ακριβώς συμβαίνει και στα δημόσια επί δεκαετίες (ν. 4957/2022, Άρθρο 143, παρ. 6αα). Ο νόμος επίσης περιλαμβάνει στα προσόντα του διδακτικού προσωπικού των μη κρατικών: επιστημονικές δημοσιεύσεις, ανακοινώσεις σε συνέδρια, έρευνα, χωρίς αναλυτικές λεπτομέρειες, αφού τα κριτήρια εκλογής και εξέλιξης ορίζονται από το μητρικό ίδρυμα. Θέλουν όσοι αντιδρούν να επεκταθεί το στιβαρό χέρι του κράτους και στα ιδιωτικά ιδρύματα; Θέλουν να κάνουμε τα ιδιωτικά κρατικά; Θα μπορούν πλέον να μπαίνουν αυτοί οι μιανοί, οι δεύτερης κατηγορίας πολίτες, στα μητρώα των εκλεκτόρων των δημοσίων πανεπιστημίων και να εκλέγουν κα-

θηγητές; Οποία ύβρις! Οποία μόλυνση των μητρώων μας!

Διερωτώμαι κι εγώ, δεν θα είναι οι συνάδελφοι καθηγητές πανεπιστημίου; Υπ' αυτή την έννοια, δεν δικαιούνται να μπαίνουν στα μητρώα, όπως οποιοσδήποτε άλλος καθηγητής στον κόσμο; Από κει και πέρα, κάθε τμήμα φτιάχνει το μητρώο του, κι αν κάποιος δεν του κάνουν τους παραλείπει (αιτιολογημένα). Διερωτώμαι επίσης, αν όσοι αντιδρούν αντέδρασαν και στη μαζική μετατροπή των καθηγητών ΤΕΙ σε καθηγητές πανεπιστημίου με πραγματικά συνοπτικές διαδικασίες. Τέλος, διερωτώμαι αν οι συνάδελφοι που αγωνιούν για τα προσόντα των καθηγητών των ιδιωτικών δεν υπήρξαν μάρτυρες αναξιοκρατικών εκλογών στο τμήμα τους ή στη σχολή τους με στημένα εκλεκτορικά λόγω νεποτισμού, ευνοιοκρατίας, επιβολής ισχύος ή συναλλαγών; Δεν ξέρουν για τους ιπτάμενους καθηγητές που εμφανίζονται στο πανεπιστήμιο και διδάσκουν 1-2 μέρες την εβδομάδα, για αυτούς που ασκούν επάγγελμα και στέλνουν τους βοηθούς τους να διδά-
ξουν; Είναι τόσο καλά τα πράγματα στα

δημόσια πανεπιστήμια και πρέπει να προσαρμοστούν όλα στο πρότυπό τους; Και είναι ευχαριστημένοι με τον νόμο που διέπει τις εκλογές και την εξέλιξη των καθηγητών στα δημόσια ιδρύματα;

6 Υποστηρίζεται επίσης ότι τα πανεπιστήμια πρέπει να έχουν όλα τα επιστημονικά αντικείμενα και όχι μόνο τις σχολές υψηλής ζήτησης. Και το ΕΜΠ; Δεν έχει μόνο σχολές υψηλής ζήτησης, μόνο σχολές μηχανικών; Δεν είναι το ΕΜΠ πανεπιστήμιο επειδή δεν έχει σχολή Φιλολογίας ή Ιατρικής; Γιατί πρέπει να είναι όλα τα ιδρύματα ίδια; Γιατί δεν θέλουμε την πολυτυπία και προτιμούμε την ομοιομορφία;

7 Τέλος, το ΠΑΣΟΚ διαμαρτύρεται ότι σε καμία ανεπτυγμένη δημοκρατική χώρα του κόσμου η ανώτατη παιδεία δεν στηρίζεται σε παραρτήματα ξένων πανεπιστημίων, αλλά σε ισχυρά δημόσια και σε ιδιωτικά μη κερδοσκοπικά. Δεν έχει σκεφτεί ότι αυτό γίνεται για λόγους συντάγματος; Αν είχε ψηφίσει κι αυτό την αναθεώρηση του 16, δεν θα ήμασταν αναγκασμένοι να έχουμε μόνο παραρτήματα, αλλά θα

ήμασταν σαν τις υπόλοιπες ευρωπαϊκές χώρες. Να σημειώσουμε, επίσης, ότι κανείς δεν προτείνει να στηριχθεί η ανώτατη εκπαίδευση σε παραρτήματα ξένων πανεπιστημίων. Ούτε καν η κυβέρνηση που κατηγορείται. Άλλο να μη στηρίξεις σ' αυτά κι άλλο να απαγορεύεις την ύπαρξή τους, στέλνοντας χιλιάδες νέους κάθε χρόνο στην ξενιτιά.

Οι σημερινές αντιδράσεις εναντίον της ίδρυσης ιδιωτικών Νομικών σχολών στη χώρα δείχνουν πως αντανακλούν περισσότερο την εκ των προτέρων προκατάληψη εναντίον των ιδιωτικών ΑΕΙ. Θα μπορούσε να πει κανείς ότι συνιστούν, όπως λέει ένας συνάδελφος, ακαδημαϊκό ρατσισμό εναντίον των φοιτητών, των καθηγητών και των διοικήσεών τους. Πολλά ασφαλώς μένει να διευκρινιστούν και να κριθούν σχετικά με τη λειτουργία των ιδιωτικών ΑΕΙ. Αλλά εάν οι αντίπαλοι των ιδιωτικών ΑΕΙ θέλουν να υποστηρίξουν τις θέσεις τους, πρέπει να βρουν καλύτερα επιχειρήματα. **Α**

*Η Βάσω Κιντή είναι ομ. καθηγήτρια Φιλοσοφίας στο ΕΚΠΑ



Τα νούμερα της εβδομάδας

Του ΣΤΑΜΑΘΗ ΖΑΧΑΡΟΥ

500 τουλάχιστον πτήσεις επηρεάστηκαν την Κυριακή από την κυβερνοεπίθεση σε αεροδρόμια, σύμφωνα με την εξειδικευμένη εφαρμογή Flightradar. Κανείς δεν γνωρίζει ποιος κρύβεται πίσω από την επίθεση, αλλά οι κακές γλώσσες λένε ότι, αν ο θύτης είχε αεροπορική εταιρεία, θα έβαζε τις αεροσυνόδους να ρωτούν «Τσάι ή παράθυρο»;

2 αεροδρόμια, της Κοπεγχάγης και του Όσλο, έκλεισαν τη Δευτέρα, καθώς κάποιος «ικανός χειριστής drone» κατόρθωσε να παραβιάσει τον εναέριο χώρο τους. Ντα γκα-σπαζά.

5 χρόνια μετά την καταγγελία ότι ο Τζο Μπάιντεν την παρενόχλησε σεξουαλικά, η καταγγέλλουσα Τάρα Ριντ απέκτησε τη ρωσική υπηκοότητα. Επιτέλους βρήκε μια ζεστή αγκαλιά απέναντι στο κτήνος του καπιταλισμού, του ιμπεριαλισμού και της πατριαρχίας. Η στήλη εύχεται τα καλύτερα για τη νέα της ζωή και συνιστά λίγη προσοχή στα τσάγια και στα παράθυρα.

10 μήνες μετά τη μετακόμιση του στη Μόσχα, ο Μπασάρ αλ Άσαντ φημολογείται ότι βρίσκεται στο νοσοκομείο με σοβαρή δηλητηρίαση. Θέλει προσοχή το φθινόπωρο στη Μόσχα. Σέρνονται ιώσεις. Εκτός κι αν έφαγε χαλασμένο «βρόμικο» σε καντίνα πίσω απ' το Κρεμλίνο.

48 ομήρους συνεχίζει να κρατά η Χαμάς, δύο χρόνια μετά την επίθεση σε αμάχους εντός του Ισραήλ. Σε μια προπαγανδιστική εικόνα που δημοσίευσε, με τίτλο «μια αποχαιρετιστήρια εικόνα», φαίνονται τα πρόσωπα όλων των ομήρων και όλοι έχουν το όνομα Ρον Αράντ.

37 χρόνια αγνοείται ο Ισραηλινός αξιωματικός Αράντ, που είχε πιαστεί όμηρος από



93% από τις 559 κατοικίες της γειτονιάς Little Athens στο Ελληνικό έχουν πωληθεί ή δεσμευθεί, σύμφωνα με στοιχεία που έδωσε στη δημοσιότητα η LAMDA Development.

1,4 δισ. ευρώ είναι τα έσοδα από τις πωλήσεις ακινήτων στο Ελληνικό μέχρι το τέλος Αυγούστου, σύμφωνα πάντα με την εταιρεία.

τους Παλαιστίνιους. Οι Ισραηλινοί εικάζουν ότι απεβίωσε τη δεκαετία του '90 και η σορός δεν επεστράφη ποτέ.

80% των χωρών μελών του ΟΗΕ αναγνωρίζουν πλέον το κράτος της Παλαιστίνης. Ήτοι 151 από τις 193 χώρες-μέλη.

6 ευρωπαϊκές χώρες –Γαλλία, Βέλγιο, Λουξεμβούργο, Μάλτα, Ανδόρα και Μονακό– αναγνώρισαν τη Δευτέρα το κράτος της Παλαιστίνης. Την Κυριακή αντίστοιχη ανακρίνιση είχαν κάνει η Βρετανία και ο Καναδάς, ενώ νωρίτερα στην αναγνώριση είχαν προχωρήσει η Αυστραλία και η Πορτογαλία.

5 ημέρες διήρκεσε η λογοκρισία της εκπομπής «Jimmy Kimmel Live!». Τη Δευτέρα η Disney ανακοίνωσε ότι η εκπομπή ξαναρχίζει. Δεν μπορεί. Πρόκειται για ύπουλο σχέδιο της πολυεθνικής Disney να μπει στον χώρο του τσίρκου. Και τα κατάφερε με μια ομολογουμένης εντυπωσιακή κίνηση.

2,1 εκατ. Άραβες διαμένουν σήμερα στο Ισραήλ, έναντι 716 χιλιάδων το 1948.

9.300 Εβραίοι διαμένουν

σήμερα στο Ιράν, έναντι 100.000 το 1948.

20 Εβραίοι διαμένουν σήμερα στον Λίβανο, έναντι 20.000 το 1948.

2.100 Εβραίοι διαμένουν σήμερα στο Μαρόκο, έναντι 265.000 το 1948.

60 Παλαιστίνιοι έχασαν τη ζωή τους το Σάββατο κατά τη διάρκεια επιχειρήσεων του Ισραηλινού στρατού στη Γάζα, σύμφωνα με το Υπουργείο Υγείας της Χαμάς.

87 ήταν οι νεκροί, σύμφωνα με την πολιτική προστασία του θύλακα.

6 ελληνικά πλοία ξεκίνησαν την περασμένη Τετάρτη από τη Σύρο για να ενταχθούν στη Flotilla η οποία κατευθύνεται προς τη Γάζα για συμπράσταση και για να παραδώσει ανθρωπιστική βοήθεια.

3 ημέρες και 3 ώρες αργότερα, μέλος της αποστολής ενημέρωσε ότι ο ελληνικός στολίσκος έχει «δέσει» στη Μήλο και περιμένει «τον καιρό». Σύντροφοι, αν συνεχίσετε να πλέετε με αυτόν τον ρυθμό, όταν φτάσετε στη Γά-

ζα θα βρείτε τον Τραμπ να πίνει κοκτέιλ με τον Μπίμπι σε ξαπλώστρες πεντάστερου που θα έχει ήδη ξεκινήσει να λειτουργεί.

24 ημέρες έπλεε η Flotilla στα φιλόξενα νερά της Μεσογείου με καπετάνισσα την Γκρέτα Τούνμπεργκ. Κατόπιν έγινε «κοπτάτσια» και η Σουηδέζα ακτιβίστρια εκδιώχθηκε από την αρχηγία, καθώς –όπως γράφτηκε– διαφώνησε με άλλους ακτιβιστές, οι οποίοι δεν ανέχονταν το γεγονός ότι στην αποστολή συμμετείχαν ομοφυλόφιλοι.

51% της συνεταιριστικής «Εφημερίδας των Συντακτών» απέκτησε ο εφοπλιστής Δημήτρης Μελισσανίδης.

5 εκατ. ευρώ ήταν το τίμημα της συναλλαγής και ο εφοπλιστής ανέλαβε να πληρώσει και τους μη καταβληθέντες μισθούς των τελευταίων 5 μηνών. Οι εφοπλιστές ήταν πάντα κοντά στον αντισυστημισμό, όλοι το ξέρουν αυτό.

44.000 Αθηναίοι επέλεξαν διαδρομές από τα μεσάνυχτα έως τις 7 το πρωί στην Αθήνα, καθώς εφαρμόζεται πλέον η 24ωρη λειτουργία του Μετρό και επιλεγμένων γραμμών λεωφορείου. Οι εργαζόμενοι, και ειδικότερα οι σταθμάρχες, είχαν αντιδράσει στην 24ωρη λειτουργία με επιχειρήματα όπως η έλλειψη αστυνόμευσης, η τεχνική φθορά, η έλλειψη συντήρησης του δικτύου, καθώς και οι αστοχίες του ηλεκτρονικού εισιτηρίου.

190-200 μαχητικά αεροσκάφη διαθέτει η χώρα μας και ο αριθμός αυτός την κατατάσσει δεύτερη (από πλευράς αριθμού) σε ισχύ στην Ευρώπη.

240-250 μαχητικά έχει διαθέσιμα η Γαλλία, η οποία βρίσκεται στην πρώτη θέση.

Η ομιλία του Εμανουέλ Μακρόν στη Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ τη Δευτέρα που μας πέρασε είχε κάτι από Ντε Γκολ. Ήταν, δηλαδή, επαρκώς vintage και ανεπαρκώς πειστική. Ήταν αυτή η επιτηδευμένη «θολούρα» του Γάλλου στρατηγού, η οποία παγίδευε τον ακροατή και τους συνομιλητές του έστω κι αν η μεταπολεμική Γαλλία ποτέ δεν διέθετε πραγματική ισχύ για να επιβάλλει τις απόψεις της. Αν τις είχε αυτές της απόψεις, βέβαια.

Σε αυτό το παιχνίδι μεταξύ μιας σκηνοθετημένης θεατρικότητας και μιας αμφισβητούμενης βούλησης, ο πρόεδρος της σύγχρονης Γαλλίας επιχείρησε να παρουσιάσει τη χώρα του (για άλλη μια φορά) σαν «γαλατικό χωριό». Και βεβαίως ο κ. Μακρόν, τουλάχιστον ως προς το θέμα, μπορεί να φέρνει στον Αστεριξ, η γαλλική διπλωματική ισχύς ωστόσο πόρρω απέχει από το να είναι αποτελεσματικά αποδοτική, όπως το γαλατικό μαγικό φίλτρο. Με καθυστέρηση ετών, πιεσμένος από την κοινή γνώμη και κυρίως από μια καθολική υποχώρηση της γαλλικής διπλωματίας από τη διεθνή σκηνή, ιδιαίτερα από την Αφρική και τον Λεβάντε της Εγγύς Ανατολής (Συρία, Λίβανος, Αίγυπτος), ο κ. Μακρόν αναγκώρισε παλαιστινιακό κράτος σε μια ιστορική στιγμή κατά την οποία η ενέργεια αυτή δεν έχει και δεν θα έχει καμία πρακτική επίπτωση. Προκειμένου να μην εγκαταλείψει τη διπλωματική πρωτοκαθεδρία στη χειμαζόμενη Βρετανία, ο πρόεδρος της Γαλλίας σκέφτηκε να μιμηθεί την αναμφισβήτητη και ενίοτε αποδοτική θεατρικότητα του Ντε Γκολ. Η κίνηση Μακρόν συνέβη σε μια στιγμή κατά την οποία η πολιτική αμφισβήτηση σε ό,τι αφορά τις πολιτικές επιλογές του βρίσκεται σε ιστορικό ζενίθ. Την ίδια ώρα, στη Γαλλική Εθνοσυνέλευση οι πρωθυπουργοί τους οποίους ορίζει αποτυγχάνουν ο ένας μετά τον άλλον. Η Γαλλία καταβάλλει τα 2/3 ενός ελληνικού ΑΕΠ τον χρόνο για να εξυπηρετεί το χρέος της. Ούτε η Ευρωπαϊκή Τράπεζα ούτε βεβαίως το Διεθνές Νομισματικό Ταμείο είναι σε θέση να διαχειριστούν αυτό το ζήτημα.

Τα διεθνή ΜΜΕ, τα οποία διακρίνονται για τον προοδευτικό προσανατολισμό τους και τη συστηματική καταδίκη κάθε εκδοχής αντισημιτισμού, άσκησαν ιδιαίτερα αρνητική κριτική στην παρέμβαση Μακρόν. «Η Γαλλία προκαλεί τον Τραμπ» είναι ο τίτλος της Washington Post, η οποία επισημαίνει πως το Ισραήλ και οι Ηνωμένες Πολιτείες έδειξαν την έντονη αντίθεσή τους σ' αυτή την αναγνώριση. Η αμερικανική εφημερίδα εκτιμά ωστόσο ότι αυτή η ανακοίνωση, αν και αποτελεί «ηθική ενίσχυση για τους Παλαιστίνιους, δεν θα αλλάξει τίποτα στην πράξη». «Αναγνώριση ή όχι, ένα παλαιστινιακό κράτος φαίνεται πιο μακρινό από ποτέ», εκτιμούν από την πλευρά τους οι New York Times. Στην Ισπανία, η ομιλία του Εμανουέλ Μακρόν χαρακτηρίστηκε «απόλυτα ισορροπημένη» από την εφημερίδα El Pais. Για ένα ιδιαίτερα περίπλοκο παιχνίδι ισορροπίας κάνουν λόγο τα ιταλικά ΜΜΕ, καθώς ο ιταλός υπουργός Εξωτερικών, Αντόνιο Ταγιάνι, διαβεβαιώνει ότι «η αναγνώριση του κράτους της Παλαιστίνης είναι ένα δώρο στη Χαμάς», όπως σημειώνει χαρακτηριστικά η εφημερίδα La Repubblica. Τέλος η Wall Street Journal είναι σαφώς πιο επικριτική και εκτιμά ότι η πρωτοβουλία του Εμανουέλ Μακρόν επιβεβαιώνει κυρίως την

VERBA VOLANT

MARIANNA ΤΟΥΜΑΣΑΤΟΥ

«Πάτε λίγο στη σειρά να δούμε ποιον Χίτλερ θα πρωτοσκοτώσουμε να συλλάβουμε». Η μεγάλη μας ηθοποιός αποφάσισε να σπάσει τη σιωπή της, και με τον μετριοπαθή της λόγο βρίσκει λύση στα αδιέξοδα του σύγχρονου ανθρώπου. Διότι –ως γνωστόν– η τέχνη αμβλύνει τα πάθη, αλλά ακονίζει το λεπίδι ή το κονσερβοκούτι.

ΟΛΓΑ ΓΕΡΟΒΑΣΙΛΗ

«Είμαστε εμείς που φέραμε ένα απολύτως αξιοκρατικό σύστημα επιλογής προϊσταμένων, ένα δημοκρατικό σύστημα αξιολόγησης μέσω ψηφιακής πλατφόρμας και το Ενιαίο Σύστημα Κινητικότητας». Ησασταν όντως εσείς, οι συριζαίοι. Αυτοί που εκδίδουν ανακοινώσεις του τύπου «Με την αξιολόγηση-επιθεωρητισμό, το ΥΠΑΙΘΑ και η κυβέρνηση Ν.Δ. θέτει στο στόχαστρο τους εκπαιδευτικούς» ήταν άλλοι. Από το χωριό, δεν τους ξέρεις.

ΣΤΕΛΙΟΣ ΡΟΚΚΟΣ

«Από τη στιγμή που υπάρχει κάποιος πατέρας εκεί έξω που

κάνει απεργία πείνας αναζητώντας τη δικαίωση για τον άδικο χαμό του παιδιού του, κι εσύ δεν είσαι δίπλα του να του σφίξεις το χέρι και να σπρώξεις με την ηθική σου συμπαράσταση λίγο απ' το αβάσταχτο φορτίο αυτού του ανθρώπου, έχεις αποτύχει πρώτα ως άνθρωπος και μετά ως πρωθυπουργός»!!! Ο καλός τραγουδιστής ζητά από τον πρωθυπουργό να συμπαρασταθεί σε ένα αίτημα που δεν είχε καν υποβληθεί. Έτσι είναι οι καλλιτέχνες όμως. Φτιάχνουν φανταστικούς κόσμους και ζουν μέσα σ' αυτούς. Αυτή είναι η μαγεία της τέχνης.

ΘΑΝΟΣ ΠΛΕΥΡΗΣ

«Όσοι δεν μπορούν να πάρουν άσυλο έχουν σταματήσει να έρχονται». Σημαντική πληροφορία από τον υπουργό. Τα τρία περιστατικά διάσωσης από τη Δευτέρα μέχρι τη πρωί της Τρίτης, συνολικά 145 ανθρώπων, συμπεραίνουμε ότι αφορούν ανθρώπους που θα λάβουν άσυλο. Μπράβο, υπουργέ. Αυτός είναι ανθρωπισμός.

ΠΑΥΛΟΣ ΓΕΡΟΥΛΑΝΟΣ

«Αν δεν κουνήσει η βελόνα τους επόμενους δύο μήνες, θα έχουμε πρόβλημα να την κουνήσουμε μέχρι τις εκλογές». Κύριε Νίκο, ακούτε; Τικ-τακ, τικ-τακ.

Politik στον Πύργο του Μανχάταν

Του ΝΙΚΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗ

«τάση του να παλεύει με αντιπάλους πολύ πάνω από την κατηγορία του, σε μια περιοχή όπου η επιρροή της Γαλλίας έχει αισθητά μειωθεί».

«Πρέπει η Γερμανία να αναγνωρίσει την Παλαιστίνη ως κράτος;» αναρωτιέται από την πλευρά του το γερμανικό περιοδικό Der Spiegel, ενώ παράλληλα με ειδική αναφορά ασκεί έντονη κριτική στον Γερμανό καγκελάριο, «η απουσία του οποίου από τη Γενική Συνέλευση του ΟΗΕ καταδεικνύει την αυξανόμενη απομόνωση της Γερμανίας στη διεθνή σκηνή».

Αυτό το πολιτικό momentum επέλεξε ο Εμανουέλ Μακρόν προκειμένου να προβεί σε μια ενέργεια η οποία ούτε αποτελεσματική είναι ούτε και θα επιφέρει κάποια ποιοτική αλλαγή στη γεωπολιτική πραγματικότητα στην Ανατολική Μεσόγειο.

Η κατάσταση εκεί, μετά την απολίνωση των δυνατοτήτων των άμεσων κινδύνων κατά της ασφάλειας του Ισραήλ –Χεζμπολάχ, Χαμάς, Συρία, Ιράν– έχει περάσει στην γκρίζα ζώνη της εφαρμογής των προτεραιοτήτων μιας Pax Hebraica. Πρόκειται για ένα γεωπολιτικό δεδομένο το οποίο σε αυτή τη φάση δεν είναι δυνατόν να αμφισβητηθεί. Σε αυτή τη γεωπολιτική εξίσωση, η Αμερική στηρίζει αναφανδόν κάθε πτυχή του στρατηγικού σχεδίου επιβολής του νέου αυτού δόγματος στην Εγγύς και Μέση Ανατολή υπό τον όρο να μη θιγεί η Αίγυπτος. Αντιθέτως, βασικός περιφερειακός αντίπαλος στη νέα πραγματικότητα είναι η Τουρκία. Αυτό και μόνο το στοιχείο προσφέρει άφθονη τροφή για σκέψη σ' εκείνους που ανέξοδα θα στήριζαν ανατρεπτικές διπλωματικές πολιτικές σ' αυτή την ολοένα και επικινδυνότερη γειτονιά του κόσμου.

Αντιθέτως, η Ρωσία ανέκαθεν ανέχθηκε, αν δεν στήριξε, την ισραηλινή οπτική ασφαλείας στη Μέση Ανατολή, αρκεί τα δικά της συμφέροντα να ήταν διασφαλισμένα. Και σήμερα, ως φαίνεται, το Ισραήλ τα διασφαλίζει, τουλάχιστον όσον αφορά τα γεωγραφικά σημεία που ενδιαφέρουν τη Μόσχα στη Συρία. Άλλωστε ποτέ δεν έκλεισαν οι διάυλοι επικοινωνίας Ισραήλ - Μόσχας, ακόμη και στις πλέον δύσκολες εποχές όπως εκείνη του πολέμου του Γιουγκοσλαβικού.

Με αυτά τα δεδομένα, η ανηθικότητα της γεωπολιτικής πραγματικότητας επιβάλλει κανόνες Real Politik. Σε αυτή την πραγματικότητα υποκλίθηκαν και όλα τα αραβικά κράτη, συμπεριλαμβανομένου του Κατάρ, που ένωσε την πολεμική ανάσα του Ισραήλ στην ίδια την πρωτεύουσά του.

Επομένως είναι προφανές πως, παρά τη διεθνή κατακραυγή για τη σφαγή αμάχων στη Γάζα, το Ισραήλ θα προχωρήσει στην επόμενη φάση του σχεδίου του, δηλαδή της θεσμοποιημένης κατοχής μίας ακόμη περιοχής στη Δυτική Όχθη είτε διά στρατιωτικής εισβολής είτε διά της κλιμακούμενης ενίσχυσης με πραγματικά στρατιωτικά μέσα της εποίκιστικής δραστηριότητας.

Μια σύντομη αναδρομή

Πριν από χρόνια, όταν ακόμη υπήρχε η ελπίδα ότι το Σύμφωνο θα μπορούσε και να συνωμοτήσει προκειμένου να επιτευχθεί ένα όνειρο, μια δημοσιογραφική ομάδα από την Ελλάδα επισκέφθηκε το Ισραήλ. Κατά τη διάρκεια αυτής της επίσκεψης οι δημο-

σιογράφοι είχαν την τύχη να ενημερωθούν για το πώς θα μπορούσε να είναι το μέλλον σ' εκείνη τη βάνουσα επιβαρυνμένη από την Ιστορία περιοχή. Τότε μιλούσαμε για τις «Συμφωνίες του Όσλο». Για τους περισσότερους η αναφορά αυτή ήταν κάτι περισσότερο από ομιχλώδης. Ε λοιπόν, Ισραηλινοί και Παλαιστίνιοι τότε είχαν καθίσει σ' ένα τραπέζι και είχαν βάλει κάτω τα προβλήματα. Τα άλυτα προβλήματα. Όπως, επί παραδείγματι, την επικοινωνία μεταξύ των διαφόρων περιοχών με Παλαιστίνιους κατοίκους οι οποίες κατατένονταν από ισραηλινά εδάφη. Το μέγα ζήτημα της παραγωγής και μεταφοράς πόσιμου ύδατος, αλλά και της άρδευσης των καλλιεργούμενων εδαφών. Το πρόβλημα διασφάλισης της παραγωγής ηλεκτρικού ρεύματος μέσω της εκμετάλλευσης των αποθεμάτων φυσικού αερίου σε off shore κοιτάσματα. Τον τρόπο διοίκησης της Ιερουσαλήμ. Καθένα απ' αυτά τα προβλήματα ήταν από μόνο του ένας γόρδιος δεσμός. Κι όμως, υπήρχε η διάθεση και στη συνέχεια βρέθηκαν οι τρόποι διευθέτησης των ζητημάτων.

Μια σφαίρα από έναν εκτελεστή, φανατικό ορθόδοξο Εβραίο, έναν Ταλιμπάν του εβραϊκού εξτρεμισμού, έδωσε ένα τέλος σ' αυτή τη θαυμαστή συνωμοσία του Σύμφωντος για τη δημιουργία δύο κρατών εκεί στα χώματα των Εβραίων και των Φιλισταινών. Μια σφαίρα που πέτυχε τον Πιτζάκ Ράμπιν, τον άνθρωπό που είχε τα πολιτικά κότσια να επωμιστεί το βάρος της λύσης. Το πλήρωσε με τη ζωή του. Η ελπίδα ενταφιάστηκε. Το τσεκούρι του πολέμου ξεθάφτηκε. Οι ακροδεξιοί Εβραίοι, οι φανατικοί ισλαμιστές της Χαμάς, οι Ταλιμπάν σίτες της Χεζμπολάχ πήραν το πάνω χέρι. Ο Θεός, ο κοινός Θεός, ξέχασε τους ανθρώπους για άλλη μια φορά, όπως στην Κοιλιά του Ήλιου. Όμως οι χάρτες με τα κατασκευαστικά έργα, τη συνωμοτική γραμμή, τους σταθμούς αφαλάτωσης, τις εγκαταστάσεις εξόρυξης υδρογονανθράκων και παραγωγής ηλεκτρισμού, υπήρχαν. Τους είδαν οι δημοσιογράφοι. Τους άγγιξαν τα δάχτυλά τους. Όπως άκουσαν τις προσεγγίσεις για τη διευθέτηση του άλυτου προβλήματος της διοίκησης της Ιερουσαλήμ. Ο τότε Γενικός Γραμματέας του Υπουργείου Εξωτερικών του Ισραήλ ομολογούσε πως η μέχρι τότε καλύτερη και σωστότερη προσέγγιση ήταν οι κώδικες του Σουλεϊμάν του Μεγαλοπρεπούς.

Μετά τη δολοφονία του Πιτζάκ Ράμπιν η ελπίδα χάθηκε. Τότε όμως, όταν όλα έδειχναν πως οι Συμφωνίες του Όσλο ήταν σε καλό δρόμο, κανένας από τους διπλωματικά φωνασκούντες στα έδρανα του ΟΗΕ δεν είχε τολμήσει να προβεί στο αυτονόητο. Να αναγνωρίσει Παλαιστινιακό Κράτος ώστε να καταδειχθεί η διεθνής πολιτική βούληση. Αυτό και μόνο θα ύψωνε ένα τείχος προστασίας των πρωταγωνιστών και θα διέσωζε πολιτικά το Project.

Ο Αραφάτ απεβίωσε, ο Ράμπιν δολοφονήθηκε και η λογική ενταφιάστηκε. Τώρα πια ο κυνισμός της γεωπολιτικής επιβάλλει την ανηθικότητα των μεθόδων της. Και οι πολιτικοί ηγέτες, ισχυροί ή ανίσχυροι, παίζουν εκ του ασφαλούς, χωρίς καμία προοπτική, επικοινωνιακά παιχνίδια με τις ζωές των εγκαταλειμμένων στην Κοιλιά του Θανάτου. **A**

Τώρα πια ο κυνισμός της γεωπολιτικής επιβάλλει την ανηθικότητα των μεθόδων της



Με την υποστήριξη
του Υπουργείου
Πολιτισμού

Μέγαρο
Μουσικής
Αθηνών

Les
Grands
Ballets
Canadiens

7,8 &
9.11.25

Dancers: Yui Sugawara | Photo: Shinya Onishi/chenko



Υποστηρικτής: ΣΤΑΣΥ

Χορηγοί Επικοινωνίας

EPT, ΔΕΥΤΕΡΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 103.7, ΤΡΙΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 90.9,
KOSMOS 93.6, COSMOTV, ATTICA MEDIA GROUP, ΔΙΕΣΗ 101.3,
GALAXY 92, CULTURENOW.GR, MONOPOLI.GR, QUEEN.GR

Agentic AI Γιατί η προειδοποίηση της Μέρντιθ Γουίτεϊκερ δεν μπορεί να αγνοηθεί

Του ΛΟΥΚΑ ΒΕΛΙΔΑΚΗ



Η Meredith Whittaker, πρόεδρος του μη κερδοσκοπικού Signal Foundation, μιλά στη σκηνή του συνεδρίου Digital Life Design (DLD) στο House of Communication στο Μόναχο

© MATTHIAS BALK VIA GETTY IMAGES

FREE VOICES

Στα εργαστήρια της Silicon Valley εξελίσσεται μια μάχη χωρίς προηγούμενο. Οι πάντες βιάζονται ποιος θα παρουσιάσει –και θα ρίξει στην αγορά– πρώτος το νέο κύμα «agentic AI». Τι είναι αυτό; Ψηφιακοί πράκτορες που υπόσχονται να κάνουν για εμάς από κρατήσεις σε εστιατόρια μέχρι πληρωμές. Το πλάνο βασίζεται σε μια επικίνδυνη υπόθεση: την πλήρη πρόσβαση σε κάθε πτυχή της ψηφιακής μας ζωής.

Η Μέρντιθ Γουίτεϊκερ μπορεί να μη σου γεμίσει το μάτι την πρώτη φορά που θα τη δεις, αλλά αρκεί να μιλήσει: βραχύσωμη, αεικίνητη, καθηλωτική. Είναι πρόεδρος του Signal Foundation, υπέρμαχος της ιδιωτικότητας και ευφυής σε βαθμό πρόκλησης – σε δημοσιογράφους που διεκδικούν συνέντευξη μαζί της λέει: Αν καταφέρετε να με εντοπίσετε, δέχομαι...

Ο Economist την κάλεσε να γράψει ένα άρθρο και η Γουίτεϊκερ έκρουσε τον κώδωνα του κινδύνου για την agentic AI: μια κατεύθυνση που παρουσιάζεται σαν «ψηφιακός μπάτλερ» του μέλλοντος, αλλά στην πραγματικότητα εγκυμονεί απειλές για την ιδιωτικότητα, την κυβερνοασφάλεια και τον ανταγωνισμό.

Η ίδια δεν είναι μια τυχαία φωνή στην τεχνολογία. Ως πρόεδρος του Signal –του οργανισμού πίσω από την εφαρμογή μηνυμάτων που έχει ταυτιστεί με την έννοια της απόλυτης ιδιωτικότητας και της end-to-end κρυπτογράφησης– έχει διανύσει μια πορεία δεκαετιών στον χώρο, ξεσκεπάζοντας επανειλημμένα την υπερσυγκέντρωση ισχύος και δεδομένων από τις μεγάλες εταιρείες τεχνολογίας. Γι' αυτό ο λόγος της έχει μία επιπλέον βαρύτητα – συν το ότι είναι γνωστό πως δεν χαρίζεται σε κανέναν.

Στον Economist, η Γουίτεϊκερ εξηγεί ότι τα συ-

στήματα αυτά δεν είναι απλώς εφαρμογές που ζητούν μία ακόμα άδεια. Για να λειτουργήσουν –είτε πρόκειται να συνοψίσουν τα emails σου είτε να κάνουν πληρωμές για λογαριασμό σου– χρειάζονται πρόσβαση σε εύρος. Αυτό σημαίνει browser history, αριθμούς καρτών, ιδιωτικά μηνύματα, τοποθεσία: όλα μετατρέπονται σε «τροφή» για τα μοντέλα AI, συγκεντρωμένα σε μια ενιαία, ευάλωτη δεξαμενή δεδομένων. Είναι, όπως περιγράφει, «σαν να δίνεις τον πλήρη έλεγχο της συσκευής σου».

Η προειδοποίηση είναι σαφής: Η ίδια η ιδέα του agentic AI βρίσκεται σε σύγκρουση με την ασφάλεια και την ιδιωτικότητα. Οι ερευνητές έχουν ήδη δείξει ότι τέτοιοι agents μπορούν να παραπλανηθούν ώστε να διαρρεύσουν ευαίσθητες πληροφορίες ή να εκτελέσουν επικίνδυνες εντολές. Από την εξαγωγή κώδικα μέχρι τον χειρισμό «έξυπνων» συσκευών στο σπίτι, οι κίνδυνοι δεν είναι θεωρητικοί – είναι υπαρκτοί και καταγεγραμμένοι.

Η Γουίτεϊκερ φέρνει ως χαρακτηριστικό παράδειγμα την αποκάλυψη ότι η Siri μετέφερε transcripts μηνυμάτων WhatsApp σε servers της Apple, στο πλαίσιο της ενσωμάτωσης του Apple Intelligence. Αυτό πρακτικά κατέρριψε την εγγύηση της end-to-end κρυπτογράφησης – αφού πλέον ο παραλήπτης δεν ήταν μόνο ο συνομιλητής αλλά και η Apple. Για μια εφαρμογή όπως το Signal, που έχει χτίσει όλη τη φήμη της στην ακεραιότητα αυτής της κρυπτογράφησης, τέτοιες εξελίξεις ισοδυναμούν με υπαρξιακή απειλή.

Δεν είναι όμως μόνο η ιδιωτικότητα στο στόχα-

στρο. Η Γουίτεϊκερ επισημαίνει και τον ανταγωνισμό. Οι εταιρείες-κολοσσοί που προωθούν agents –Apple, Google, Microsoft– δεν αρκούνται στα επίσημα APIs (σύνολο κανόνων και εργαλείων που επιτρέπει σε δύο προγράμματα ή υπηρεσίες να «μιλούν» μεταξύ τους) των εφαρμογών τρίτων. Τα παρακάμπτουν, «διαβάζοντας» απευθείας ό,τι εμφανίζεται στις οθόνες των χρηστών. Έτσι, μπορούν να αντλήσουν δεδομένα από ολόκληρο το οικοσύστημα, αποκτώντας στρατηγικό πλεονέκτημα απέναντι σε κάθε άλλον παίκτη. Η συγκέντρωση δύναμης στα χέρια λίγων τεχνολογικών κολοσσών γίνεται πιο έντονη.

Ακολουθούμε έναν δρόμο που «οδηγεί στην κατάρρευση της ιδιωτικότητας και της ασφάλειας στο επίπεδο των εφαρμογών»

Η ανησυχία εντείνεται γιατί αυτά τα συστήματα δεν παρουσιάζονται ως προαιρετικά apps. Ενσωματώνονται στον πυρήνα των λειτουργικών συστημάτων, καθιστώντας την «επιλογή» σχεδόν αδύνατη. Όπως το θέτει η Γουίτεϊκερ, ακολουθούμε έναν δρόμο που «οδηγεί στην κατάρρευση της ιδιωτικότητας και της ασφάλειας στο επίπεδο των εφαρμογών».

Και καλεί σε θεμελιώδη αλλαγή: Η ιδιωτικότητα να είναι προεπιλογή, οι εφαρμογές να μπορούν να χαρακτηρίζονται ως «ευαίσθητες» και να εξαιρούνται από την πρόσβαση, ενώ η διαφάνεια να γίνει υποχρέωση, όχι υποσχέση marketing.

Η Γουίτεϊκερ καταλήγει σε ένα σκληρό συμπέρασμα: αν δεν αλλάξει η κατεύθυνση, «λίγες πανίσχυρες εταιρείες θα αποφασίσουν ότι η ευκολία του να αφήνεις σε ένα AI να κλείνει τραπεζί σε εστιατόριο ή να ιεραρχεί τις δουλειές σου αξίζει περισσότερο από την κυβερνοασφάλεια, τον υγιή ανταγωνισμό και το δικαίωμα στην ιδιωτική επικοινωνία». **■**

25 - 1
ΣΕΠΤ.-ΟΚΤ.
2025

09



ΑΝΑΠΤΥΞΗ
ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ
ΨΗΦΙΑΚΗ ΔΙΑΚΥΒΕΡΝΗΣΗ
ΣΤΗΝ ΑΥΤΟΔΙΟΙΚΗΣΗ:

4-5
ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ
2025

**Ο Ρόλος των Δημοτικών
Αναπτυξιακών Οργανισμών
στις προκλήσεις του σήμερα**

ΣΕΡΑΦΕΙΟ ΣΥΓΚΡΟΤΗΜΑ
ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



ΟΡΓΑΝΩΣΗ - ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ


www.aida.com.gr



ΤΑΣΟΣ ΓΙΑΝΝΙΤΣΗΣ

Απρόβλεπτες σκέψεις για τον χρόνο και την οικονομία

Μια προσωπική συζήτηση μακριά από την επικαιρότητα για το οικονομικό-πολιτικό σκηνικό της μεταπολεμικής Ελλάδας και το αύριο της χώρας. Αφορμή το νέο του βιβλίο, «Ελλάδα 1953-2024 - Χρόνος και Πολιτική Οικονομία».

Της ΑΓΓΕΛΙΚΗΣ ΜΠΙΡΜΠΙΛΗ - Φωτό: ΤΑΣΟΣ ΑΝΕΣΤΗΣ

Ο παράγοντας «κουλτούρα» είναι το κλειδί για να καταλάβει κανείς πολλά απ' όσα συντελέστηκαν στη μεταπολεμική περίοδο

Ο χρόνος είναι παρών σ' αυτό το όμορφο προπολεμικό σπίτι όπου γεννήθηκε και μεγάλωσε ο Τάσος Γιαννίτσας. Το γραφείο του, με τα ψηλά κόκκινα παράθυρα, δίνει αυτή την αίσθηση ηρεμίας που αποπνέουν τα παλιά σπίτια. Βιβλία παντού, ακόμα και στο πάτωμα – στοίβες που πρόκειται να δωρίσει σε κάποια δημόσια βιβλιοθήκη –, πίνακες, CD. Σε μια φωτογραφία της Nelly's, το πορτρέτο μιας όμορφης γυναίκας – η μητέρα του –, σε μια άλλη ο 30χρονος εαυτός του από την εποχή που «θέλαμε ν' αλλάξουμε τον κόσμο», με ύφος σοβαρό και γυαλιά.

«Το καλοκαίρι πέρασα ένα δεκαήμερο σ' ένα όχι ιδιαίτερα τουριστικό νησί, όπως πολλές άλλες χρονιές», λέει. «Σε κάποιες τέτοιες στιγμές και με απροσδιόριστες αφορμές, κάνουμε απολογισμό και των προσωπικών και συλλογικών χιμαιρών μας στον χρόνο. Το πώς κάποτε θέλαμε να αλλάξουμε τον κόσμο, την πραγματικότητα – εννοείται συλλογικά, όχι ατομικά, και πιστεύοντας ότι το “αυτός ο κόσμος δεν θ' αλλάξει ποτέ” ήταν απλώς ένας στίχος από τραγούδι του Μάνου. Ίσως, σε μικρό βαθμό το πετύχαμε. Αλλά βιώνοντας και το συναίσθημα ότι η πραγματικότητα άλλαζε εμάς. Ή δεν μας άλλαζε, αλλά μας απογοήτευε, ενώ βλέπαμε ότι και μέσα από τις ατομικές και συλλογικές μας δράσεις προέκυπταν νέες πραγματικότητες, που κι αυτές με τη σειρά τους έπρεπε στη συνέχεια να αλλάξουν. Αυτή ήταν η πορεία της ζωής στον χρόνο».

Ευφυής, πνευματώδης, αξιοπρεπής, ο Γιαννίτσας είναι από τους λίγους πολιτικούς που «διασώθηκαν» την τρομερή δεκαετία, τότε που η απογοήτευση μιας ολόκληρης κοινωνίας έβρισκε διέξοδο στην οργή και στη βία. Δικαίως. Ήταν ο άνθρωπος που προσπάθησε να αποτρέψει την κατάρρευση του ασφαλιστικού. Ήταν ο καθηγητής που με πληθώρα βιβλίων και δημόσιων παρεμβάσεων διερευνούσε τον τρόπο που αναπτυσσόταν η πραγματική οικονομία και προειδοποιούσε για τη διαχρονική τεχνολογική και παραγωγική μας υστέρηση. Οι αναλύσεις του ήταν πάντα ουσιαστικές, ισορροπημένες, αντικειμενικές. Έτσι και το νέο του βιβλίο, «Ελλάδα 1953-2024 - Χρόνος και Πολιτική Οικονομία», που κυκλοφόρησε στις αρχές του καλοκαιριού από τις εκδόσεις Πατάκη, είναι ένας απολογισμός και μια προειδοποίηση. Με αφετηρία τη «μεγάλη» υποτίμηση της δραχμής του 1953, ο Γιαννίτσας εξετάζει τις πολιτικές πρακτικές και αντιλήψεις στα διάφορα στάδια της μεταπολεμικής οικονομικής ανάπτυξης των τελευταίων εβδομήντα χρόνων.

— Η έννοια του «χρόνου» που χρησιμοποιείτε στον τίτλο του νέου σας βιβλίου φαίνεται κεντρική. Πώς την ενσωματώνετε σε μια οικονομική ανάλυση;
Μέσα από συνειρμούς και συναισθήματα που αναδύονται όταν γράφει κανείς για μια χρονικά τόσο μεγάλη διαδρομή, φτάνει σε ιδιόμορφες καταστάσεις. Θα χρησιμοποιήσω λόγια της Μαργκερίτ Γιουρσενάρ, που εκφράζουν καλύτερα την εικόνα: «Οδυνηρά, σχεδόν με μισή καρδιά, ο ταξιδιώτης που τερμάτιζε μια πορεία που είχε κρατήσει πάνω από πενήντα χρόνια, υποχρεωνόταν, για πρώτη φορά στη ζωή του, να ξεναχαράξει με το μυαλό του τους δρόμους που 'χε περάσει, ξεχωρίζοντας το συμπτωματικό από το ηθελημένο ή από το αναγκαίο, πασχίζοντας να διακρίνει ανάμεσα στο λίγο που φαινόταν να εκπορεύεται από αυτόν και σ' αυτό που ανήκε στην εξ αδιαίρετου ανθρώπινη συνθήκη του».

— Στη διάρκεια των ετών που εξετάζετε, αξιολογείτε όλες τις κυβερνήσεις, τις επιτυχίες και τις αποτυχίες τους. Μπορείτε να μας πείτε επιγραμματικά ποια θεωρείτε τα πιο σοβαρά λάθη που έγιναν και δεν θα πρέπει να επαναλάβουμε;

Η λέξη «λάθος» έχει ισχυρό υποκειμενικό και αξιακό βάρος και δεν θα τη χρησιμοποιούσα. Όχι ότι δεν υπάρχουν λανθασμένες και σωστές επιλογές, αποτυχίες και επιτυχίες. Υπάρχουν, οπωσδήποτε αδυναμίες, που είναι οριζόντιες, δηλαδή διαχρονικές, και άλλες που συνδέονται με επιμέρους κυβερνήσεις. Σε όλη την περίοδο υποεκτιμήθηκαν τα θέματα ενίσχυσης της διάρθρωσης της παραγωγής, της τεχνολογίας και της γνώσης, της ανταγωνιστικής ισχυροποίησης του επιχειρηματικού συστήματος, του κλαδικού μετασχηματισμού και της στήριξης κλαδικών δραστηριοτήτων μέσης και υψηλότερης τεχνογνωσίας. Η έμφαση δινόταν στη διαχείριση μακροοικονομικών μεγεθών, παρότι τα αίτια των προβλημάτων σχετιζόνταν με την πραγ-

ματική οικονομία. Επίσης, η πολιτική ασχολήθηκε με το να αναδιανέμει εισοδήματα, συχνά για πελατειακούς και όχι κοινωνικούς λόγους. Στο μεγαλύτερο τμήμα του χρόνου, η πολιτική παρέκαμψε τα μεσο- και μακρο-πρόθεσμα προβλήματα που βρίσκονταν έξω από τον εκλογικό κύκλο, όπως και θεσμικά θέματα (αποτελεσματική διακυβέρνηση, ποιότητα θεσμών, διαφθορά, φοροδιαφυγή κ.ά). Το αποτέλεσμα ήταν η ανακύκλωση των εξελίξεων. Είναι αδύνατο να αναφερθώ εδώ λεπτομερώς. Το κέντρο βάρους του βιβλίου είναι η εξέλιξη της σχέσης οικονομίας, κοινωνίας και πολιτικής στον μακρύ χρόνο, και όχι αποτιμήσεις κατά κυβέρνησης, που, μάλιστα, στον δημόσιο διάλογο τείνουν να γίνουν αντικείμενο ιδεοληπτικών ή ιδιοτελών αντιδράσεων.

— Λέτε ότι καμία κυβέρνηση δεν ήθελε να πληρώσει το πολιτικό κόστος της αντιμετώπισης των προβλημάτων. Αναφέρεστε, επίσης, στην έλλειψη ευρύτερων πολιτικών συναινέσεων και στον ρόλο των ΜΜΕ στον δημόσιο διάλογο, που οδηγεί στο να δαιμονοποιούνται οι αλλαγές. Αυτό το μοντέλο, μετά και την εμπειρία της κρίσης, βλέπετε να αλλάζει;

Η επίδραση της κρίσης ήταν βίαιη και οδυνηρή για τη χώρα, αλλά αυτό δεν άλλαξε σημαντικά τις συμπεριφορές. Το πρότυπο διακυβέρνησης ακολουθεί την ιστορική του τροχιά. Αλλαγές σε μεγάλα θέματα πολιτικής (δημογραφικό, εκπαίδευση, δημόσια διοίκηση, τεχνολογικές ικανότητες κ.ά.) δεν πήραν ιδιαίτερο βάρος. Μέσα στην κρίση διαπιστώσαμε ότι αλλαγές που όλοι θεωρούσαμε λογικές καταπολεμήθηκαν, και άλλες που έγιναν, έστω εν μέρει, άρχισαν να ξηλώνονται σταδιακά με επιστροφή σε παλιές, προβληματικές πρακτικές. Σε τέτοια θέματα διαμορφωνόταν, αφανώς, μια ιδιόμορφη συναίνεση, και όλοι κινούνταν στην παραπάνω γραμμή. Συναινέσεις διαμορφώνονταν

και όταν όλοι αποφάσιζαν να εναντιωθούν σε κάθε σοβαρό αναγκαίο μετασχηματισμό.

Διαπιστώνουμε μια συστημική αδυναμία της κοινωνίας και του πολιτικού μας συστήματος για αποτελεσματικές επιλογές που θα στηρίξουν την εξέλιξη της χώρας στο νέο περιβάλλον, που αλλάζει ραγδαία. Με την οικονομική κρίση, τη δημογραφική κρίση και πολλά άλλα, βλέπουμε πόσο ξαφνιαζόμαστε όταν κάποια στιγμή αποκαλύπτονται τα μεγάλα μας προβλήματα. Μέχρι τη στιγμή της αποκάλυψης, κανείς δεν ήθελε να γίνει τίποτα, κι από τη στιγμή εκείνη, εξ αντικειμένου, κάθε πολιτική παρέμβαση γίνεται πολλαπλάσια δύσκολη και όλοι αντιδρούν. Και στις δύο περιπτώσεις: αδιέξοδο. Στην ουσία, οι κυβερνήσεις, σε πολλές περιπτώσεις, προκειμένου να αποφύγουν το «πολιτικό κόστος», το αφήνουν να μετατραπεί σε «κοινωνικό κόστος».

— Μια τέτοια περίπτωση είναι το ασφαλιστικό, που το ζήσατε εσείς ο ίδιος και είχε τόσο μεγάλη επίδραση στις οικονομικές και πολιτικές εξελίξεις στην κρίση. Για ποιο λόγο αφιερώνετε μόνο μια μικρή παράγραφο σ' αυτό; Δεν είναι παράλειψη μιας σημαντικής παραμέτρου στην όλη θεώρηση που κάνετε;

Συμφωνώ μαζί σας ότι η παράλειψή μου είναι σημαντική, όμως έχει και σημαντική δικαιολογία. Στην ανάλυσή μου ελαχιστοποίησα οποιαδήποτε προσωπική αυτοπροβολή. Το ασφαλιστικό είναι μεγάλος πειρασμός για κάτι τέτοιο. Επιπλέον, για το ασφαλιστικό έχω γράψει πολλά, όπως και άλλοι. Δεν βρίσκω σκόπιμο το να γράφω κάθε τόσο για το συγκεκριμένο θέμα, παρότι υπάρχουν πτυχές του που συνδέονται με άλλα θέματα. Σε όλο το βιβλίο μου, προσπάθησα να επικεντρωθώ σε θέματα στα οποία θεώρησα ότι προσθέτω ουσιαστικές σκέψεις και νέες πτυχές προβληματισμού και δεν αναπαράγω αυτάρεσκα γνωστές δικές μου θέσεις.

— Υπήρχαν όμως στιγμές που κάνατε απολογισμούς πιο προσωπικούς;

Αναπόφευκτα, αλλά τα πολύ προσωπικά στοιχεία δεν μπορεί να κυριαρχούν σε μια τέτοια θεματική. Ο αναγνώστης θέλει να ξέρει τι λέει ο συγγραφέας για τα θέματα που αναλύει, όχι για τα συναισθήματά του. Δεν έχουμε να κάνουμε με μυθιστόρημα. Με την πάροδο του χρόνου κατανόησα, όμως, ότι σε ένα βιβλίο όπως αυτό πρέπει να υπάρχει μια λεπτή ισορροπία μεταξύ προσωπικής και συμβατικής προσέγγισης, που να δείχνει ότι το αποτέλεσμα δεν είναι 100% προϊόν σκέψης και επαγγελματικής θεώρησης, αλλά περιλαμβάνει αναρίθμητες στιγμές προσωπικής φύσης και αφανείς υπόγειες διαδρομές. Είναι ανάγκη ο αναγνώστης να αισθανθεί τη διαφορά μεταξύ προσωπικής γραφής και προϊόντος κάποιου GPT.

— Τις «υπόγειες διαδρομές» διακρίνει κανείς καθαρότερα στο κεφάλαιο για τον ρόλο της «κουλτούρας» ως ερμηνευτικού στοιχείου των πολιτικών και οικονομικών εξελίξεων, ιδίως στη Μεταπολίτευση. Γιατί ήταν σημαντική η επίδρασή της;

Θεωρώ, ότι ο παράγοντας «κουλτούρα» είναι το κλειδί για να καταλάβει κανείς πολλά απ' όσα συντελέστηκαν στην περίοδο της Μεταπολίτευσης – θα προσέθετα και της μεταπολεμικής περιόδου συνολικά. Το πώς εξελίχθηκε μια χώρα σε εβδομήντα χρόνια δεν είναι μόνο θέμα οικονομικών, πολιτικών

ή κοινωνικών παραγόντων. Ο παράγοντας «κουλτούρα» έχει μεγάλο βάρος και η σχέση της με την ανάπτυξη δεν επιτρέπει μονοσήμαντες ή βέβαιες απαντήσεις. Από μόνο του το στοιχείο αυτό –στοιχείο αυτογνωσίας– είναι σημαντικό σε μια ανάλυση που γνωρίζει ότι οι απαντήσεις δεν είναι μονόδρομος. Στον χρόνο που εξετάστηκε, αναπτύχθηκε στη χώρα μια κουλτούρα σε περισσότερα επίπεδα: στο επίπεδο της κοινωνίας, στη σχέση πολιτών, κράτους και παραγωγικού συστήματος, στο διαρθρωτικό και μακρο-οικονομικό επίπεδο και στο πώς το κράτος αντιμετώπιζε τις επιπτώσεις των τρόπων αυτών λειτουργίας. Στο κείμενο διακρίνω τρεις μεγάλες ενότητες: την κουλτούρα της «εύκολης ανάπτυξης», την απαξίωση του δημόσιου χώρου στα μάτια της κοινωνίας και την κουλτούρα της βίας.

— **Αναφέρεστε στη συγκλονιστική φράση του Ζαν Ζορές «αφήσαμε τη φλόγα και προτιμήσαμε τις στάχτες». Τι σήμαινε το ότι φτάσαμε εκεί;**
Σήμαινε την κατάρρευση προσδοκιών, επιδιώξεων, ονείρων ενός τεράστιου τμήματος της κοινωνίας μας. Κυρίως, σήμαινε την αίσθηση ότι δεν ήταν αναγκαίο ή αναπόφευκτο να φτάσουμε εκεί. Ότι, από την κρίση και μετά, ευρύτερα κοινωνικά στρώματα ήρθαν αντιμέτωπα με έναν κόσμο που ήταν στον αντίποδα αυτού που είχαν πιστέψει. Επιπλέον, επικράτησε μια ευρύτερη αίσθηση ότι υπήρχε συλλογική συμμετοχή στην ευθύνη –που πράγματι υπήρχε–, σε ό,τι έγινε, ανεξάρτητα από τις ευθύνες ή τις αντιλήψεις των πολιτικών, οικονομικών και κοινωνικών ελίτ, που θα περίμενε κανείς να σημάνουν συναγερμό. Αυτή η γενίκευση ήταν, πιστεύω, καταλυτική για το κλίμα που διαμορφώθηκε στην κρίση.

Προσπάθησα, να συνθέσω ένα «αφήγημα» που να εξηγεί μια ολόκληρη πορεία της κοινωνίας μας, των ανθρώπων που την έζησαν, τις προσδοκίες τους, τις σκέψεις, τους στόχους και τους τρόπους που λειτούργησαν οι ηγεσίες, οι ισχυροί και οι απλοί πολίτες ή όχι τόσο απλά κοινωνικά σύνολα. Προσπάθησα να δω την ουσία ή έστω ένα τμήμα της ουσίας των εξελίξεων και των επιλογών που έγιναν, και, κυρίως, τις συνέπειές τους για το εγγύς και το μακρινό μέλλον. Δεν έχω καμία αμφιβολία ότι μέσα σε όλα αυτά είναι πολύ πιθανό, ή και βέβαιο, ότι λειτουργούν υποκειμενικά στοιχεία. Όμως, υποκειμενικά στοιχεία λειτουργούν σε όλους και σε κάθε περίπτωση.

— **Το βιβλίο τελειώνει στο 2024. Στις μέρες μας. Τώρα που νέοι παίκτες μπαίνουν στο παιχνίδι και οι κανόνες αλλάζουν με ασύλληπτη ταχύτητα, για την Ελλάδα το θεμελιώδες ερώτημα παραμένει ίδιο: μπορεί η χώρα να υπερβεί τις χρόνιες παθογένειες; Έχει εγκαταλείψει τον ρόλο της «εκκεντρικής» περίπτωσης; Βαδίζει με μια νέα συλλογική ωριμότητα στο αύριο;**
Η Ελλάδα αντιμετωπίζει διαρθρωτικές αδυναμίες και μια αδύναμη τεχνολογική βάση εδώ και δεκαετίες, αδυνατώντας να ακολουθήσει τους ρυθμούς μετασχηματισμού και προσαρμογής άλλων χωρών. Το πρόβλημα είναι διαχρονικό και «συστηματικό». Συνδυάστηκαν περισσότεροι παράγοντες, κυρίως εσωτερικοί, αλλά και εξωτερικοί, που απαντούν όχι μόνο στο ερώτημα «γιατί είμαστε πίσω», αλλά και «γιατί παραμένουμε πίσω». Ίσως λόγω της συστηματικής και όχι ασήμαντης υστέρησής μας σε θέματα τεχνολογίας, εκπαίδευσης, παραγωγικότητας, παραγωγικής βάσης, κρίσιμων θεσμών (διαφθορά, κράτος δικαίου, αποτελεσματικότητας της πολιτικής, κυβερνητικής λογοδοσίας κ.ά.). Σίγουρα είμαστε αρκετά καλύτερα από το 2015 ή το 2019. Όμως προχωράμε πολύ αργά και αβέβαια. Υπάρχει η αίσθηση της ανάγκης για κάτι πιο αισιόδοξο και αποφασιστικό. Δεν εννοώ μεγαλεπήβολους στόχους. Αυτούς τους έχουμε ξεχάσει.

— **Ποια θεωρείτε ότι είναι τα μεγαλύτερα εμπόδια και οι μεγαλύτερες ευκαιρίες για την ελληνική οικονομία στα επόμενα χρόνια;**
Θα έδινα έμφαση στη μεγάλη απουσία μιας πολιτικής για το παραγωγικό σύστημα της χώρας, δηλαδή για την ανάπτυξη, την απασχόληση, τις αμοιβές και



την παραγωγή. Η πολιτική της Μεταπολίτευσης επικεντρώθηκε σχεδόν αποκλειστικά στον χειρισμό των δημοσιονομικών, των εισοδηματικών και των κοινωνικών και πολιτικών παραμέτρων και αγνόησε το γεγονός ότι όλο αυτό το πλέγμα των μακροοικονομικών ανισορροπιών ρηγμάτωσε το παραγωγικό σύστημα και την αναπτυξιακή διαδικασία. Το να «παίξεις» και να ανακατεύεις συνεχώς τα μακροοικονομικά μεγέθη, αγνοώντας τον παράγοντα «παραγωγική βάση/διάρθρωση» είναι εκπληκτικό εργαλείο για την κομματική/εκλογική διαχείριση, αλλά συνεπάγεται καταστροφικές συνέπειες για την παραγωγική αναδιάρθρωση και τη δυναμική της οικονομίας. Αυτό το στοιχείο διαφοροποιεί έντονα την Ελλάδα από άλλες ανερχόμενες χώρες και δεν βλέπω σημεία «απεμπλοκής». Επίσης, σημασία έχει η αξιοποίηση εξωτερικών πόρων (κοινοτικών και δανείων). Κινούμαστε σε έναν επαναλαμβανόμενο καμβά, με πολύ περιορισμένες αλλαγές σε ό,τι αφορά την πολιτική και την αντίληψη των συλλογικών εθνικών προβλημάτων.

— **Ακούγεστε αρκετά απαισιόδοξος...**

Σημασία έχει αν η αισιοδοξία ή η απαισιόδοξία συνδέονται με πραγματισμό. Δεν θα ήθελα να έχω νοητική μυωπία. Το υπόδειγμα ανάπτυξης που καλλιεργήσαμε δουλεύει για κάποια χρόνια και μετά οδηγεί σε χαμηλές επιδόσεις, αν όχι σε μικρές ή μεγαλύτερες εμπλοκές. Στην προσωπική μας ζωή σκεφτόμαστε το αύριο, προβλέπουμε, προνοούμε, παίρνουμε πρωτοβουλίες. Στη συλλογική και πολιτική μας ζωή, δηλαδή σε πιο δύσκολες συνθήκες, το αύριο εξοστρακίζεται. Το «όλα πάνε καλά» γίνεται το ελιξίριο που αποκοιμίζει, που αποτρέπει πολιτικές αμφισβητήσεις και άρα εμποδίζει προσπάθειες να αντιμετωπίσουμε ή να μετριάσουμε δύσκολες πραγματικότητες, που, όπως βλέπουμε, αυξάνονται συνεχώς και δημιουργούν πιο δύσκολες καταστάσεις.

— **Σήμερα η συζήτηση περιστρέφεται γύρω από την ΑΙ, το «επερχόμενο κύμα». Υπάρχει ελπίδα να αποφύγουμε έναν ακόμα «τεχνολογικό αποκλεισμό»;**

Είναι όμορφο να έχει κανείς τέτοιες ελπίδες. Δυσνητικά, αυτό θα ήταν εφικτό και εξαιρετικά κρίσιμο. Όμως να σημειώσω ότι η χώρα δεν μπόρεσε να παρακολουθήσει ούτε καν τη «βιομηχανική επανάσταση» της περιόδου μετά το 1980. Το εκπαιδευτικό σύστημα, το σύστημα έρευνας-καινοτομίας, οι πολιτικές, οι επιχειρησιακές δυνατότητες και επιλογές, η δομή και λειτουργία του κράτους δεν κάνουν ρεαλιστική την προοπτική να επιτύχουμε κάτι πιο δυναμικό. Βεβαίως υπάρχουν ενδείξεις, που ελπίζω να μη «σβήσουν», ότι οι εξαγωγικές επιδόσεις αρκετών επιχειρήσεων έχουν ενισχυθεί – σε μέτριο βαθμό, αλλά θετικά. Το ίδιο και η τεχνολογική τους ικανότητα. Όμως η χώρα προχωράει ασημαίνοντας. Ένα συντριπτικά σημαντικό τμήμα της ελληνικής παραγωγής αφορά δραστηριότητες με χαμηλή ή μεσαία παραγωγικότητα και προστιθέμενη αξία, με αποτέλεσμα οι ρυθμοί μεγέθυνσης να είναι αναιμικοί και να στηρίζονται σε δυσανάλογο βαθμό στη γενναιοδωρία της Ε.Ε. (π.χ. Ταμείο Ανάκαμψης).

— **Το τελευταίο κεφάλαιο του βιβλίου αφορά σκέψεις για το αύριο. Μπορείτε σε μια απάντηση να δώσετε ένα στίγμα;**

Ε, ναι. Γιατί όλες αυτές οι διαπιστώσεις για το παρελθόν έχουν σημασία προκειμένου να τις ξεπερά-

σουμε και να επικεντρωθούμε στην αντιμετώπιση των σημερινών αδυναμιών και των σημερινών ή και αυριανών απειλών μας. Θεωρώ ότι οι μεγάλοι στόχοι μας σήμερα δεν είναι απλοί, είναι πολλοί, είναι παράλληλοι και θέτουν πρωτόγνωρες απαιτήσεις. Στις επόμενες δυο τρεις δεκαετίες η εξέλιξη κάθε χώρας θα προσδιοριστεί από το είδος του κράτους και της διακυβέρνησης που θα έχει. Είναι μεγάλο θέμα και δεν είμαι δογματικός, αλλά βλέπω την απόλυτη ανάγκη για τέσσερις, τουλάχιστον, μεγάλες αλλαγές:

- Την ισχυροποίηση του παραγωγικού μας συστήματος
- Μεγάλες αλλαγές στο υπόδειγμα διακυβέρνησης
- Την ανάγκη μιας αναπτυξιακής-βιομηχανικής πολιτικής σε σημερινή βάση
- Την προστασία της δημοκρατίας και των ευάλωτων στρωμάτων.

— **Αν το βιβλίο αυτό είναι ένας απολογισμός των τελευταίων εβδομήντα χρόνων και του τι άλλαξε (ή δεν άλλαξε) στη χώρα, θα ήθελα να μου πείτε αν υπήρχαν κομβικές στιγμές που άλλαξαν εσάς ως άνθρωπο;**

Χρόνος σημαίνει και αλλαγή. Αλλαγές έρχονται αργά και υπόγεια, οπότε είναι δύσκολο να αναφερθεί κανείς σε συγκεκριμένα ορόσημα. Προφανώς, όπως στον καθένα μας: θάνατοι, έρωτες, φιλίες, ταξίδια, επαγγελματικές επιτυχίες ή αποτυχίες, γενικότερες αλλαγές ή αντιστάσεις σε αλλαγές είχαν σημαντικό βάρος, και μάλιστα για πεδία που δεν τα φαντάζεται κανείς. Ίδιως μικρές ή μεγάλες αποτυχίες ή επιτυχίες οδηγούσαν σε επιτάχυνση μιας εσωτερικής αλλαγής, ώστε να βλέπω τον κόσμο πιο βαθιά, πιο ανεκτικά, να βάζω στην άκρη το «εγώ» μου, να καταλαβαίνω περισσότερο καταστάσεις απέναντι στις οποίες ήμουν πιο απόμακρος. Χρόνος σημαίνει και ότι βλέπεις τα περιθώρια να στενεύουν, τους δικούς σου ανθρώπους να λιγοστεύουν, τις ευκαιρίες να περιορίζονται. Τότε σκέφτεσαι/αισθάνεσαι πιο έντονα. Όλα οδηγούν στην ίδια κατεύθυνση.

— **Καταλήξατε στο τι, τελικά, παίζει τον πιο σημαντικό ρόλο στη ζωή;**

Ίσως στο ότι το πιο σημαντικό δεν είναι η γνώση, οι επαγγελματικές εμπειρίες για την οικονομία, την πολιτική, τα διεθνή. Πέρα από αυτά, αναδεικνύονται ερωτηματικά για το πώς συνδέεται η γραφή ενός τμήματος της πραγματικότητας με φιλίες, συνεργασίες, συζητήσεις, συναισθήματα, που συντελούνται με άπειρους συνδυασμούς στη διάρκεια πολλών δεκαετιών και οδηγούν με έναν αφανή τρόπο στο πώς βλέπει κανείς την πραγματικότητα. Η πραγματικότητα δεν είναι ίδια για τον καθένα, και, πάντως, δεν διαβάζεται με τον ίδιο τρόπο από τον καθένα Έτσι, μέσα σε όλα αυτά, ανακατεύονται τα πάντα. Στενές ή και παροδικές φιλίες, μουσικά βιώματα (το «Άξιον Εστί» το 1964 σε μουσική Μίκη Θεοδωράκη, το «Χαμόγελο της Τζοκόντας» ή οι «Πασχαλιές μέσα από τη νεκρή γη» του Χατζηδάκη, η Τζόαν Μπαέζ, ο Λέοναρντ Κοέν, ο Λαυρέντης, η Ελένη Καραϊνδρου), ζωγραφικές παραστάσεις σε πολλαπλούς χρόνους με τον Χατζηκυριάκο-Γκίκα, τον Μόραλη, τη Φρίντα Κάλο, ο κόσμος της ποίησης και της λογοτεχνίας που ζήσαμε, όπως ο Σεφέρης, ο Ελύτης, ο Λειβαδίτης, η Γιουρσενάρ, ο Σαραμάγκου με τον Ρικάρντο Ρέις, και αναρίθμητα άλλα, που με τις επιλεκτικές αυτές αναφορές αδικώ. Δεν ανέφερα ανάμεσα σ' αυτά το κυριότερο: τον συνδυασμό φιλιών που δημιουργούνται στη διάρκεια μιας ζωής και παίζουν καταλυτικό ρόλο, αλλά και απωλειών.

Με μια μικρή δόση υπερβολής, θα πω ότι πίσω από πολλές μεγάλες θεματικές του βιβλίου, στο βάθος τους, αόρατη, βρίσκεται μια πληθώρα εμπειριών, συναισθημάτων, ασυναίσθητων καταγραφών, εσωτερικών ζυμώσεων, που συνδέονται μεταξύ τους και οδηγούν στο αποτέλεσμα που προκύπτει, με τρόπους, όμως, που δεν ξέρει κανείς, ούτε ο ίδιος, να περιγράψει. **Α**



Το βιβλίο «**Ελλάδα 1953-2024 - Χρόνος και Πολιτική Οικονομία**» (πρόλογος Κώστας Κωστής) κυκλοφορεί από τις εκδ. Πατάκη

Η παρουσίαση του βιβλίου θα γίνει **Δευτέρα 29/9** στις 7:00 μ.μ.

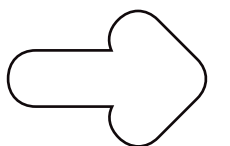
Ομιλητές: Κ. Σακελλαροπούλου, τ. ΠτΔ, Σ. Θωμαδάκης, ομότιμος καθηγητής ΕΚΠΑ, Κ. Κωστής, συντονιστής-ομιλητής, ομότιμος καθηγητής ΕΚΠΑ, διευθυντής ΜΙΕΤ, Π. Τσακλόγλου, καθηγητής Οικονομικού Πανεπιστημίου Αθηνών, πρώην υφυπουργός και ο συγγραφέας

Μέγαρο Μουσικής Αθηνών, Αίθουσα «Γιάννης Μαρίνος» Βασ. Σοφίας & Κόκκαλη

Η πραγματικότητα δεν είναι ίδια για τον καθένα, και, πάντως, δεν διαβάζεται με τον ίδιο τρόπο από τον καθένα



Το φθινόπωρο η πόλη ξαναγεμίζει ενέργεια. Νέες παραστάσεις κάνουν πρεμιέρα, μουσικές σκηνές ανοίγουν τα φώτα τους, οι γκαλερί γεμίζουν χρώμα, τα σινεμά δοκιμάζουν νέες αφηγήσεις. Στην Αθήνα συναντάς ό,τι πιο φρέσκο κυκλοφορεί, ενώ και η Θεσσαλονίκη στήνει το δικό της σκηνικό. Η ATHENS VOICE χαρτογραφεί την εποχή με περιέργεια και διάθεση για εξερεύνηση. Όλα όσα αξίζει να δεις, να ακούσεις, να ζήσεις είναι σε αυτές τις σελίδες.



ON STAGE

Από τον «Εχθρό του λαού» του Οστενμάγιερ, στον «Dracula» του Θάνου Παπα

Της ΝΙΚΗΣ-ΜΑΡΙΑΣ ΚΟΣΚΙΝΑ

Η ΣΕΖΟΝ 2025-26 χαρακτηρίζεται από πολλές επαναλήψεις και παραστάσεις που αλλάζουν θεατρική στέγη, αλλά και από συνεργασίες που ενδέχεται να προκαλέσουν έκπληξη, ξένους σκηνοθέτες που έρχονται για πρώτη φορά στην Ελλάδα και πολυσυζητημένες μεταφορές από κινηματογραφικές ταινίες που δεν έχουμε ξαναδεί στο θέατρο.

Επαναλήψεις

Στο **Εθνικό** συνεχίζονται για δεύτερη σεζόν οι τρεις παραστάσεις που έκαναν πρεμιέρα την άνοιξη του 2025. Ο λόγος για την «**Καρυάτιδα!**» του Γιώργου Καπουτζίδα, σε σκηνοθεσία της Κατερίνας Μαυρογεώργη, που φέτος θα φιλοξενηθεί στο θέατρο **Κάππα**, αλλά και τις «**Τρεις αδερφές**» του Αντον Τσέχοφ, σε σκηνοθεσία Μαρίας Μαγκανάρη. Τέλος, το «**Φάουστ**», σε σκηνοθεσία του Άρη Μπινιάρη, επιστρέφει με άλλο καστ στους δύο κεντρικούς ρόλους: Χάρης Φραγκούλης (Φάουστ) και Ανδρέας Κοντόπουλος (Εωσφόρος).

Στο θέατρο **Πορεία** συνεχίζεται ο συγκλονιστικός μονόλογος της Λένας Παπαληγούρα «**Prima Facie**», σε σκηνοθεσία Γιώργου Οικονόμου. Στο ίδιο θέατρο μετακομίζει το «**Όταν έκλαψε ο Νίτσε**», σε σκηνοθεσία Ακύλλα Καραζήση και Νίκου Χατζόπουλου. Στο **Άλμα** συνεχίζονται και οι δύο παραγωγές της προηγούμενης σεζόν, το «**Festen**», σε σκηνοθεσία Οδυσσέα Παπασπηλιόπουλου, και το «**Blue Train**» του Γεράσιμου Ευαγγελάτου, σε σκηνοθεσία Γιώργου Σουλεϊμάν, με ανανεωμένο καστ. Στο **Βεάκη** και πάλι η προσέγγιση του «**Δον Ζουάν**» του Μολιέρου, σε σκηνοθεσία Λητώ Τριανταφυλλίδου, με τον Πάνο Βλάχο στον πρωταγωνιστικό ρόλο. Στο **Βέμπο** έχουμε και φέτος το «**Ενας ήρωας με παντούφλες**», όπου ο Γιάννης Μπέζος σκηνοθετεί τον Λάκη Λαζόπουλο. Στο θέατρο **Προσκήνιο** συνεχίζεται το «**Λεωφορείο ο πόθος**», σε σκηνοθεσία Δημήτρη Καραντζά. Ο Πυγμαλίων Αδακαριδής επιστρέφει με τη «**Φάλαινα**» στον **Ακάδημο** για όσους δεν πρόλαβαν να το δουν έπειτα από τα συνεχή sold out. Το ίδιο και η Μαρία Ναυπλιώτου στο «**Ακρωτήριο**» στο **Ιλίσια**, με συμπρωταγωνιστή για φέτος τον Νικόλα Παπαγιάννη.

Στο **Επί Κολωνώ** συνεχίζεται η «**Linda**», όμως όχι με την Κατερίνα Λέχου, αλλά με τη Μυρτώ Αλικάκη. Στο **Δημοτικό Θέατρο Πειραιά** και φέτος το «**MERDE!**» του Suyako, σε σκηνοθεσία Γιώργου Κουτλή. Το «**Μάθε με να φεύγω**» του Άκη Δήμου, που ανέβηκε πέρυσι για πρώτη φορά στο Hood Art Space, σε σκηνοθεσία του Γιάννη Σκουρλέτη, μεταφέρεται στην Κεντρική Σκηνή του **Θεάτρου του Νέου Κόσμου**. Στον **Κάτω Χώρο** συνεχίζεται αυτή τη χρονιά το «**Ιβάν εναντίον Ιβάν**», σε σκηνοθεσία Σωτήρη Ρουμελιώτη. Στο **Θέατρο Χώρα** για δεύτερη χρονιά τα «**Ανεξάρτητα κράτη**» των Γιώργου Παλούμνη και Αντώνη Τσιτσισιόπουλου, ενώ «**Οι άγριοι**» του Γιώργου Παλούμνη παίζονται για δεύτερη χρονιά στο **Τζένη Καρέζη**. Η «**Μπρέρα του σκύλου**» του Παύλου Μάτεσι, σε σκηνοθεσία του Κώστα Γάκη, μετά την καλοκαιρινή της περιοδεία, επιστρέφει στο **Ακροπόλ** τον Νοέμβριο. Ο Σάββας Στρούμπος συνεχίζει με τις «**Δούλες**» του Ζενέ στο **Άττις-Νέος Χώρος**. Η παράσταση των Ρέι Κούνει και Τζον Τσάπμαν, «**Στο τσακ**», σε προσαρμογή και επεξεργασία της Δήμητρας Παπαδοπούλου και σκηνοθεσία Γιώργου Λύρα, επιστρέφει σε νέα στέγη, στο **Αλέκος Αλεξανδράκης**, με ανανεωμένο θίασο. Ενώ το δίδυμο της «**Φθινοπωρινής ιστορίας**», σε σκηνοθεσία Βάνας Πεφάνη, Σταύρος Ζαλμάς-Πέμυ Ζούνη μεταφέρεται στο θέατρο **Αργώ**. Για δεύτερη σεζόν θα παίζεται και το «**Χωρίς αναστολή**» της Μαρίας Μαυρικάκη στη **Θεατρική Σκηνή Αντώνης Αντωνίου** και το «**Vanja**», που σκηνοθετεί ο Αλέξανδρος Ραποτόσιος, στο θέατρο **Τέχνης**.

Το «**The acid test**» της Άνια Ράις, σε μετάφραση και σκηνοθεσία Ντίνου Ψυχογιού, συνεχίζεται στο θέατρο **Εν Αθήναις**. Το ίδιο και η «**Μπουμπού**» του Δημήτρη Μπιστοτάκη, σε σκηνοθεσία Κωνσταντίνου Πασσά. Στο **Αλάμπρα** συνεχίζεται το «**2:22 – A Ghost Story**» του Ντάνι Ρόμπινς, σε σκηνοθεσία του Φάνη Μουρατίδη, αλλά με ανανεωμένο θίασο. Στο θέατρο **Μπέλλος** και φέτος το «**Ηλιος με δόντια**», σε σκηνοθεσία Θανάση Ζερίτη, και, για τρίτη χρονιά, το «**Η λέξη πρόδος στο στόμα της μητέρας μου ηκούσε πολύ φάλτσα**» του Ματέι Βίζνιεκ, σε σκηνοθεσία της Αικατερίνης Παπαγεωργίου. Το «**Μια ζωή - Ο μονόλογος μιας μοδίστρας**» με τη Νένα Μεντή, σε σκηνοθεσία Πέτρου Ζούλια, αλλάζει φέτος στέγη και θα παίζεται στο **Πτι Παλαί**. Για ακόμη μια σεζόν θα απολαύσουμε την Άννα Αδριανού στο έργο του Άγγελου Ανδρεόπουλου «**Η Λένη Ριβενστάλ κοιμάται τα βράδια**», σε σκηνοθεσία Βάνας Πεφάνη, αλλά στον **Μικρό Κεραμεικό**. Ενώ η Όλια Λαζαρίδου επιστρέφει και φέτος, από τον Δεκέμβριο, στον «**Θάνατο του Ιβάν Ιλίτς**», σε σκηνοθεσία Δανάης Ρούσσου, σε έναν ειδικά διαμορφωμένο χώρο για την παράσταση στα Ιλίσια. Στο θέατρο **Radar** για δεύτερη χρονιά «**Οι βρικόλακες**» του Ίψεν, σε σκηνοθεσία Αναστασίας Παπαστάθη, ενώ στο **Από Μηχανής** ο «**Βαρόνος Φ-Φιάκας**», σε σκηνοθεσία Πάνου Σκουρολιάκου. Στο **Φούνρος** θα δούμε «**Το έργο δυο χαρακτήρων**» του Τενεσί Ουίλιαμς, σε σκηνοθεσία Στέλιου Παννακού, ενώ «**Το απόρρητο**» του Ιβάν Βιριπάγιεφ επιστρέφει στο θέατρο **Διάνα**.

Για τρίτη χρονιά ο Αργύρης Ξάφης στο **Θησεϊόν**, με τον μονόλογο «**Το πιο όμορφο σώμα που έχει βρεθεί σε αυτό το μέρος**» του Ζουζέπ Μαρία Μιρό, σε σκηνοθεσία Ζωής Ξανθοπούλου. Στο **Στοά** επιστρέφει και φέτος η διασκευή του Θανάση Παπαγεωργίου στο διήγημα του Μποστ «**Το αμάρτημα της μητρός μου**», με την Εύα Καμινάρη στον ρόλο της μητέρας. Στο θέατρο **Βασιλάκου** ο Ορφέας Αυγουστίδης συνεχίζει για ακόμη μια σεζόν με τον καθηλωτικό μονόλογο του «**Η μηχανή του Τούρινγκ**», σε σκηνοθεσία του Οδυσσέα Παπασπηλιόπουλου. Στο ίδιο θέατρο μεταφέρονται και «**Οι Σπυριδούλες**» της Νεφέλης Μαϊστράλη, σε σκηνοθεσία Θανάση Ζερίτη και Χάρη Κρεμμύδα. Για τρίτη σεζόν το έργο του Θανάση Τριαρίδη «**Αυτό που ακούτε δεν είναι σφύριγμα τραίνου**», σε σκηνοθεσία των Νίκου Μαρνά και Γιώργου Γκιόκα, αλλά φέτος στο **Ολβίο**. Στο **Χορν** συνεχίζεται το «**Μάρτυρας κατηγορίας**» της Αγκάθα Κρίστι, σε σκηνοθεσία Νικορέστη Χανιωτάκη, ενώ στο **Μικρό Γκλόρια** θα παίζονται οι «**Στρακαστρούκες**» του Δημήτρη Σαμόλη, σε σκηνοθεσία του Μάριου Κακουλλά.



«Dracula»
στο θέατρο Πόρτα

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ



© EVELYN BENCICOVA

Για 4η συνεχόμενη χρονιά το «*Μια άλλη Θήβα*» του Σέρχιο Μπλάνκο, σε σκηνοθεσία του Βαγγέλη Θεοδωρόπουλου στο θέατρο **Κνωσός** (παραγωγή Θέατρο του Νέου Κόσμου). Το ίδιο και το «*Πάρτι της ζωής μου*», σε σκηνοθεσία Ανέστη Αζά με την Ελένη Ράντου επί σκηνής και τη Μιρέλα Πάχου να τη συνοδεύει μουσικά. Για 5η χρονιά συνεχίζεται στο θέατρο **Άλφα-Ληναίος Φωτίου** το «*Θέλω να σου κρατάω το χέρι*» του Τάσου Ιορδανίδη. «*Το κόκκαλο*», η θεατρική παράσταση που συνυπογράφουν ο Άρης Ασπροούλης και η Ιόλη Ανδρεάδη, σε σκηνοθεσία της τελευταίας, επιστρέφει για περιορισμένο αριθμό παραστάσεων στο **Θέατρο Σημείο**. Στο ίδιο θέατρο έρχεται τον Οκτώβριο, για λίγες μέρες, ο Αμερικανός ηθοποιός Τζιν Ζιλέτ για να ερμηνεύσει το «*Αρτώ-Βαν Γκογκ*». Για 10η χρονιά συνεχίζεται «*Το κιβώτιο*» στο **Studio Μαυρομιχάλη**, ενώ για 14η χρονιά στον **Νέο Ακάδημο** ο μονόλογος της Κατερίνας Διδασκάλου «*Η πόρνη από πάνω*».

Από την περιοδεία στην κλειστή θεατρική στέγη

Το «*Εκείνος και εκείνος*» του Κώστα Μουρσελά, σε σκηνοθεσία Κωνσταντίνου Ρήγα, ξεκίνησε το ταξίδι του το καλοκαίρι του 2025 με μια περιοδεία σε όλη την Ελλάδα, με τον Γιώργο Κωνσταντίνο και τον Λεωνίδα Κακούρη στους πρωταγωνιστικούς ρόλους. Τον Οκτώβριο θα μεταφερθεί στο **Αργώ**. Το ίδιο συμβαίνει και με την «*Ηλέκτρα εντός*» του Δημήτρη Τάρλου. Το έργο έκανε πρεμιέρα στην Επίδαυρο. Με ανανεωμένο καστ –που περιλαμβάνει και τον ίδιο τον σκηνοθέτη στον ρόλο του Αίγισθου– επιστρέφει στο θέατρο **Πορεία** από τον Δεκέμβριο. Τέλος, το «*Χάσαμε τη Θεία-Στοπ*», σε σκηνοθεσία χρήστου Τριπόδη, που ξεκίνησε στο Αίθριο του Κέντρου Πολιτισμού Ελληνικός Κόσμος μεταφέρεται στο ανακαινισμένο θέατρο **Φιλίπ**.

Νέες παραγωγές

Ξένοι σκηνοθέτες έρχονται στην Ελλάδα

Ο σκηνοθέτης και καλλιτεχνικός διευθυντής της βερολινέζικης Schaubühne, **Τόμας Οστερμάγιερ**, έρχεται στην Ελλάδα για να σκηνοθετήσει το έργο «*Ο εχθρός του λαού*» του Ίψεν, επιλέγοντας μάλιστα ένα καστ αξιόλογων ηθοποιών. Η παράσταση θα παρουσιαστεί στο **Θέατρο Κνωσός**, που χρησιμοποιεί από την προηγούμενη σεζόν το Θέατρο του Νέου Κόσμου για τις μεγάλες του παραγωγές. Ο **Σέρχιο Μπλάνκο** θα έρθει επίσης στο **ΘτΝΚ** για να σκηνοθετήσει το έργο του «*Τα άνθη του κακού*», ένα μονόλογο με θέμα τη βία, που θα αποδώσει η Δέσποινα Σαραφίδου. Με φόντο έναν πίνακα του Ρέμπραντ, ο συγγραφέας ουσιαστικά δίνει μια διάλεξη για τον ορισμό και τα όρια της βίας.

Στη **Στέγη Ιδρύματος Ωνάση** θα έρθει από το West End του Λονδίνου ο διεθνώς αναγνωρισμένος Βρετανός σκηνοθέτης και θεατρικός συγγραφέας **Ρόμπερτ Άικ** (γνωστός στο ελληνικό κοινό από το «*The doctor*»), που θα σκηνοθετήσει μια διασκευή του «*Οιδίποδα*», μετατρέποντας την κλασική τραγωδία σε ένα πολιτικό θρίλερ. Στον ομώνυμο ρόλο ο Γιώργος Κουρής, ενώ την Ισκάστη θα υποδυθεί η Καρυοφυλλιά Καραμπέτη. Ο **Ζιλιέν Γκοσελίν**, καλλιτεχνικός διευθυντής του Οδέον Théâtre de l'Europe στο Παρίσι, θα έρθει στη **Στέγη** τον Οκτώβριο για να παρουσιάσει με τον θίασό του το «*Παρελθόν*», ένα έργο βασισμένο στο ομώνυμο διήγημα του Ρώσου συγγραφέα Λεονίντ Αντρέγεφ. Με φόντο μια αποτυχημένη γυναικοκτονία, ο Γκοσελίν προσεγγίζει το ζήτημα της αποκαθάρωσης της αγάπης, με έντονες σκηνές αλλά και με εικόνες που παραέμπνουν σε έργα τέχνης. Στο αντίπαλο δέος έχουμε τον ύμνο στην αγάπη μέσα από τον «*Χορό των εραστών*» που θα ξαναπαρουσιαστεί για λίγες παραστάσεις στο τέλος του 2025, στο πλαίσιο αφιερώματος στον Τιάγκο Ροντρίγκες.

Στο **Εθνικό Θέατρο** θα παρουσιαστεί τον Νοέμβριο μια συμπαραγωγή με το Royal Court Theatre του Λονδίνου. Η Κέιτι Μίτσελ, η Νίνα Σεγκάλ και η η Μέλανι Γουίλσον συν-δημιουργούν το «*Cow/Deer*», το οποίο θα παρουσιαστεί αρχικά στο Λονδίνο και θα έρθει τον Νοέμβριο στην Αθήνα στη **σκηνή Νίκος Κούρκουλος**. Τον Δεκέμβριο επιστρέφει στην Ελλάδα, στην **Κεντρική Σκηνή του Εθνικού**, το «*Kontakthof*», το εμβληματικό έργο της Πίνα Μπάους, 37 χρόνια μετά την πρώτη του εκτέλεση στο Ηρώδειο, τον Σεπτέμβριο του 1988.

Κινηματογραφικές μεταφορές

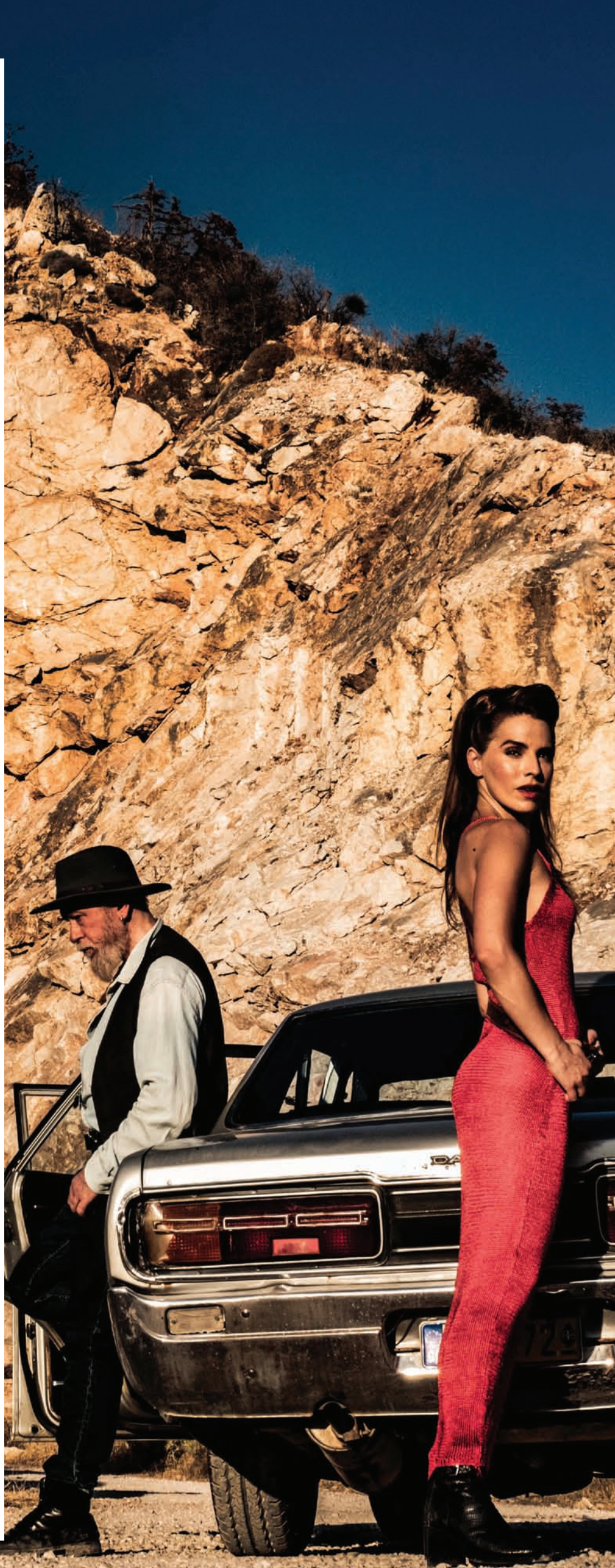
Στο **Ανεσίς** φέτος θα δούμε δύο έργα του Στίβεν Κινγκ, που έγιναν μεγάλες κινηματογραφικές επιτυχίες. Για πρώτη φορά στην Ελλάδα θα παρουσιαστεί η θεατρική μεταφορά της ταινίας «*Η τελευταία έξοδος-Ρίτα Χέιγουορθ*», σε διασκευή και σκηνοθεσία του Δημήτρη και του Ορέστη Σταυρόπουλου. Στους δύο κεντρικούς ρόλους θα δούμε τον Νίκο Ψαρρά και τον Δημήτρη Παπανικολάου, ενώ τον ηλικιωμένο φύλακα θα υποδυθεί ο Δημήτρης Μποσταντζόγλου. Το άλλο έργο είναι το «*Misery*», στη διασκευή του Γουίλιαμ Γκόλντμαν, σε σκηνοθεσία Έλενας Καρακούλη. Ο διάσημος συγγραφέας Πολ Σέλντον σώζεται από ένα αυτοκινητικό ατύχημα από τη «νούμερο ένα θαυμάστριά του», Άννι Γουίλκς (Φιλαρέτη Κομνηνού). Ανήμπορος, δίχως να μπορεί να ξεφύγει, βρίσκεται παγιδευμένος στα δίκτυα της stalker του. Στο θέατρο **Βρετάνια** θα μεταφερθεί για πρώτη φορά στην Ελλάδα το «*Αρωμα γυναίκας*», με τον Άκη Σακελλαρίου να ενσαρκώνει τον ρόλο που υποδύθηκε ο Αλ Πατσίνο στην εμβληματική χολιγουντιανή ταινία. Στον ρόλο της εκκεντρικής θείας του πρωταγωνιστή θα δούμε την Ξένια Καλογεροπούλου.

Το ελληνικό σινεμά στο θεατρικό σανίδι

«*Η κόμισσα της φάμπρικας*» των Ασημάκη Γιαλαμά και Κώστα Πρετεντέρη θα παίζεται στο ανακαινισμένο θέατρο **Embassy**, σε σκηνοθεσία του Σταμάτη Φασουλή, με τη Δήμητρα Ματσούκα στον πρωταγωνιστικό ρόλο. Πολύ αργότερα μέσα στο 2026 αναμένουμε τη θεατρική μεταφορά της «*Τζένης-Τζένης*», σε σκηνοθεσία του Νίκου Καραθάνου, με τη Γαλήνη Χατζηπασάλη και τον Χρήστο Λούλη στους πρωταγωνιστικούς ρόλους, αλλά και τη Χάρις Αλεξίου σε μια εμφάνιση-έκπληξη.

Έργα που αναμένεται να κάνουν αίσθηση

Στο θέατρο **Πόρτα** ανεβαίνει φέτος το «*Dracula*» του Μπραμ Στόκερ σε διασκευή και σκηνοθεσία του Θάνου Παπακωνσταντίνου, ο οποίος προσεγγίζει τον Δράκουλα όχι ως



ΟΙ ΕΡΩΤΕΣ



«Οι ερωτευμένοι»
στο Θησείον

© ΓΙΑΣΟΣ ΒΡΕΤΤΟΣ

ένα σύμβολο τρόμου, αλλά ως καθρέφτη της κοινωνίας μας, ως έναν σύγχρονο μύθο, που επανασυνδέεται με τη ρίζα του, την επιθυμία. Ο σκηνοθέτης έχει επιλέξει μια δυνατή ομάδα συνεργατών και ηθοποιών ώστε να μεταφέρουν το όραμά του επί σκηνής.

«**Το μικρό ταραντάκι**», η θεατρική παράσταση του Ρίτσαρντ Γκαντ που βασίζεται σε αληθινά γεγονότα και περιγράφει την καταδίωξή του από μια stalker, ιστορία που κατέληξε στα δικαστήρια, έρχεται για πρώτη φορά στην Ελλάδα στο **Ιλίσια-Βολανάκης**. Έγινε γνωστό στο ευρύ κοινό από την τηλεοπτική του μεταφορά στο Netflix, όπου μάλιστα πρωταγωνιστούσε ο ίδιος ο Γκαντ. Ο Διονύσης Πιφέας θα ερμηνεύσει τον μονόλογο, ενώ ο Μάκης Παπαδημητρίου έχει αναλάβει να τον σκηνοθετήσει.

Ένα σχεδόν άγνωστο έργο του Ουίλιαμ Σαίξπηρ, ο «**Ερρίκος ο Ε'**» ανεβαίνει για πρώτη φορά στην Ελλάδα στο θέατρο **Σημείο**, σε μετάφραση και σκηνοθεσία του Αλέξανδρου Διαμαντή. Ένα έργο αντιπολεμικό, με βαθιά πολιτικό χαρακτήρα, που επιλέγει το θέατρο για να γιορτάζει τα 40 χρόνια παρουσίας του στον χώρο.

Στο **Ίδρυμα Μιχάλης Κακογιάννης** θα δούμε φέτος για λίγες παραστάσεις τη συνεργασία της Άννας-Μαρίας Παπαχαλαράμπους (σκηνοθεσία) με τον Δημήτρη Καταλειφό (πρωταγωνιστικός ρόλος) στο «**Πριν ανοίξουμε φτερά**» του Φλοριάν Ζελέρ. Το έργο διαχειρίζεται το ζήτημα της άνοιας, που εμφανίζεται ξαφνικά και ανατρέπει τις ισορροπίες στην οικογένεια. Ένα ακόμη έργο του Γάλλου συγγραφέα φέτος στα αθηναϊκά θέατρα. Πρόκειται για την παράσταση «**Ο πατέρας**», που έγινε κινηματογραφική επιτυχία το 2020, με το δίδυμο Άντονι Χόπκινς-Ολίβια Κόλμαν. Θα το δούμε στο θέατρο **Στοά** με τον Θανάση Παπαγεωργίου (που υπογράφει και τη σκηνοθεσία) και την Εύα Καμινάρη.

Στη συνέχεια, από τον Ιανουάριο του 2026, ο Πάννης Μπέζος σκηνοθετεί την Άννα-Μαρία Παπαχαλαράμπους στο «**Η γυναίκα που μαγείρεψε τον άνδρα της**» στο θέατρο **Βέμπο**. Ο Σωτήρης Τσαφούλιας σκηνοθετεί το κλασικό δίδυμο Βλαδίμηρος Κυριακίδης-Έφη Μουρίκη στο «**Ποιος φοβάται τη Βιρτζίνια Γουλφ**» του Έντουαρντ Άλμπι, στο θέατρο **Ζίνα**.

Το νέο κείμενο του Βασίλη Κατσικονούρη, «**Ο φονιάς, το έγκλημα και η αθώωση**», ανεβαίνει στο **Δημοτικό Θέατρο Πειραιά** σε σκηνοθεσία Πυγμαλώνα Δαδακαρίδη. Πρόκειται για ένα έργο βασισμένο σε αληθινό γεγονός, σε μια γυναικοκτονία που έλαβε χώρα τη δεκαετία του 1960.

Το «**Μέχρι να σβήσουν τ' άστρα**» του Μπεθ Στιλ, μια σοκαριστική «σαπουνόπερα», παρουσιάζεται στο **Θέατρο του Νέου Κόσμου**, σε σκηνοθεσία Βαγγέλη Θεοδωρόπουλου. Μια οικογενειακή γιορτή δοκιμάζει τις σχέσεις των μελών της όταν αποκαλύπτονται καλά κρυμμένα μυστικά. Ομοίως και το «**Intra Muros**» του Αλέξης Μιχαλίκ, σε σκηνοθεσία Παντελή Δεντάκη, ένα θέατρο μέσα στο θέατρο, μελετά τη ζωή και τις σχέσεις δυο κρατούμενων που εμφανίζονται για να συμμετάσχουν σε ένα θεατρικό εργαστήρι.

Ο Πάννης Μπέζος σκηνοθετεί τον Γιώργο Νινιό στον «**Αμερικάνικο βούβαλο**» του Ντέιβιντ Μάμετ, ένα έργο που μας μεταφέρει στην Αμερική της δεκαετίας του 1970, σε ένα παλιατζίδικο. Με αφορμή μια παρεξήγηση, ο συγγραφέας μελετά την παρακμή του αμερικανικού ονείρου και το πώς δοκιμάζονται οι ανθρώπινες σχέσεις. Ο Γιώργος Κουτλής σκηνοθετεί στο θέατρο **Κιβωτός** την «**Κουζίνα**» του Άρνολντ Γουέσκερ, ένα πολύ δυνατό και επίκαιρο κείμενο για τους ρυθμούς της ζωής μας και τις στιγμές που προσπαθούμε να ζήσουμε και να μοιραστούμε. Στον κεντρικό ρόλο ο Μιχάλης Σαράντης. Από τον Δεκέμβριο, στο θέατρο **Βασιλάκου** ο Θωμάς Μοσχόπουλος θα ανεβάσει με ένα καστ αξιόλογων ηθοποιών το έργο του Γκέοργκ Κάιζερ «**Εκείνος που έκλεψε τη μέρα και πλήρωσε τη νύχτα**».

Αλλά έργα που αναμένουμε να δούμε φέτος

Ο «**Ράφτης κυριών**» του Ζορζ Φεντώ, μια κωμωδία που σατιρίζει την υποκρισία της κοινωνίας μέσα από ιστορίες απιστίας ανεβαίνει στο θέατρο **Γκλόρια**, σε σκηνοθεσία Πάννη Κακλέα, με τον Δημήτρη Μακαλιά στον πρωταγωνιστικό ρόλο.

Ο Γρηγόρης Βαλτινός επιστρέφει έπειτα από κάποια χρόνια στο έργο των Τζέφρεϊ Χάτσερ και Μιτς Άλμπομ «**Κάθε Τρίτη με τον Μόρι**», που ανεβαίνει στο **Ιλίσια Βολανάκη** σε δική του σκηνοθεσία. Στο πλευρό του ο Πάννης Σαρακατσάνης. Το ίδιο και ο Κωνσταντίνος Μαρκουλάκης, που επανέρχεται σκηνοθετικά 10 χρόνια μετά το πρώτο του ανέβασμα στο γαλλικό έργο «**Το όνομα**» των Ματιέ Ντελαπόρτ και Αλεξάντρ ντε λα Πατελιέρ, το οποίο θα παίζεται στο θέατρο **Αθηνά**, με κεντρικό ήρωα τον Κρατερό Κατσούλη.

Στο θέατρο **Άλφα-Ληναίος Φωτίου** θα δούμε φέτος το έργο «**Τα παιδιά ενός κατώτερου Θεού**» του Μάρκ Μέντοφ. Ο Δημοσθένης Παπαδόπουλος σκηνοθετεί τον Πάρη Θωμόπουλο και την Ευσταθία Τσαπαρέλη σε μια ξεχωριστή ιστορία αγάπης. Στο **Σημείο**, ο Γιώργος Καραμίκος σκηνοθετεί το έργο «**Ευγένιος**» του Φρανκ Μακ Γκίνες, μια παράσταση που μιλά για την απώλεια με πολύ μαύρο χιούμορ.

Το «**Αγώνες και μεταμορφώσεις μιας γυναίκας**» του Εντουάρ Λουί, που μελετά τον αγώνα για επιβίωση μιας γυναίκας, η οποία έχει μάθει να σκύβει το κεφάλι και να υποτάσσεται στα θέλω της πατριαρχίας, ανεβαίνει για πρώτη φορά στην Ελλάδα στο θέατρο **Τζένη Καρέζη**, σε σκηνοθεσία του Αλέξανδρου Σωτηρίου, με την Ελένη Κοκκίδου και τον Κωνσταντίνο Γεωργόπουλο στους πρωταγωνιστικούς ρόλους.

Για 6 μόνο παραστάσεις έρχονται «**Οι μεθυσμένοι**» του Ιβάν Βιριπάγιεφ στο **Ολβίο**, σε σκηνοθεσία Ανδρέα Παράσχου. Πέντε ηθοποιοί υποδύονται δεκατέσσερα διαφορετικά πρόσωπα και αναρωτιούνται για το νόημα της ζωής, ισορροπώντας στο ίδιο σκονί, έτοιμοι να πέσουν. Στο **Θησείον** θα δούμε το έργο του Σαμ Σέπάρντ «**Οι ερωτευμένοι**», σε σκηνοθεσία της Έλενας Πέγκα, αλλά και «**Τα χρόνια**» σε σκηνοθεσία Ακύλλα Καραζήση και Νίκου Χατζόπουλου. Ενώ στο **Hood Art Space** ο Βασίλης Βηλαράς πρωταγωνιστεί στην «**Εκδίκηση του Φώτη**».

Η Τατιάνα Λύγαρη σκηνοθετεί στην **Αμαξοστοιχία-Τρένο στο Ρουφ** το θεατρικό έργο «**Πυρεξία - Τρία οράματα για τη Μέση Ανατολή**» της Νάομι Γουάλας, ένα τρίπτυχο ιστοριών, βασισμένο σε πραγματικά γεγονότα, που διερευνά τα ζητήματα της αγάπης, της απώλειας και του θανάτου υπό ακραίες συνθήκες. Στο **Eliart** ανεβαίνει η «**Σκυλίσια ζωή**» της Μάρτα Μπουτσάκα, σε σκηνοθεσία Αννέτας Παπαθανασίου, μια μαύρη κωμωδία για τον έρωτα και τον θάνατο.





Κείμενο Ελλήνων λογοτεχνών στο σανίδι

Για πρώτη φορά ανεβαίνει επί σκηνής το τελευταίο μυθιστόρημα του Στρατή Τσίρκα **«Χαμένη άνοιξη»** στο θέατρο **Πορεία**, σε θεατρική διασκευή του Άρη Λάσκου και σκηνοθεσία του Βαλάντη Φράγκου. Το έργο μάς μεταφέρει στο ταραγμένο καλοκαίρι του 1965 και βλέπουμε πώς οι ραγδαίες πολιτικές εξελίξεις επιδρούν στη ζωή των ηρώων. **«Το τρίτο στεφάνι»** του Κώστα Ταχτσή ανεβαίνει σε σκηνοθεσία Στάθη Λιβαθινού, στο θέατρο **Τέχνης**. Στο **Αμφι-θέατρο Σπύρου Ευαγγελάτου**, 14 χρόνια μετά, η παράσταση **«Γιοι και κόρες»** του Πάννη Καλαβριανού, σε νέο ανέβασμα που έχει επεξεργαστεί και σκηνοθετεί ο ίδιος. Το **«Πιτσιμπούργο»** της Σώτης Τριανταφύλλου μεταφέρεται στο **Δώμα** στο θέατρο του Νέου Κόσμου, σε σκηνοθεσία Αρκαδίας Ψάλτη, με τη Τζωρτζίνα Λιώση επί σκηνής. Μια ιστορία αγάπης, ένας έρωτας δι' αλληλογραφίας ανάμεσα στη Χίο και το Πίτσμπουργκ της Αμερικής το 1913, κατά τη διάρκεια του πρώτου μεγάλου μεταναστευτικού κύματος από Ελλάδα προς Αμερική.

Μπέκετ, Κάφκα, Ιονέσκο, Ίψεν, Μολιέρος και... άγιος ο Θεός!

Η Τατιάνα Παπαδοπούλου στο **Ίδρυμα Μιχάλης Κακογιάννης**, μαζί με τους Χορευτές του Βορρά, θα ανεβάσουν **«Το κουκλόσπιτο»** του Ίψεν, ως ένα σύμβολο απελευθέρωσης από τα κοινωνικά καλούπια, όπου οι ήρωες παλεύουν με το σώμα τους ώστε να απαλλαγούν από τα πάθη και τις επιθυμίες τους. Την μουσική υπογράφει ο Μανώλης Φάμελλος. **«Οι καρέκλες»** του Ιονέσκο ανεβαίνουν φέτος σε δύο εκδοχές. Η μία είναι η αιρετική σκηνοθετική προσέγγιση, με ερμηνεία από τη Μαρία Διακοπαναγιώτου και τον Πάνο Παπαδόπουλο, στην **Κεντρική Σκηνή του Θεάτρου του Νέου Κόσμου** (Πρεμιέρα 30 Ιανουαρίου). Η άλλη είναι η προσέγγιση του Νίκου Κουφάκη που ανεβαίνει για δεύτερη χρονιά στο θέατρο **Αλκμήνη**. **«Το τέλος του παιχνιδιού»** του Σάμιουελ Μπέκετ θα ανέβει στο **Θέατρο Ιλίσια** από ένα άχαστο δίδυμο, το οποίο έχουμε ξαναδεί μαζί επί σκηνής: τον Μάκη Παπαδημητρίου και τον Πύργω Χρυσοστόμου. Τέσσερις χαρακτήρες σε ένα καταφύγιο προσπαθούν να γεφυρώσουν τις αποστάσεις μεταξύ τους μετά το τέλος του κόσμου.

Ο Άρης Μπινιάρης ανεβάζει στο **Αρκ** το έργο **«Η δίκη»** του Κάφκα, με τον Οδυσσέα Παπασπηλιόπουλο στον πρωταγωνιστικό ρόλο. Εμπνευσμένος από το καφκικό σύμπαν, ο Μάριος Ιωάννου ανεβάζει την **«Κατσαρίδα Κ.»** στο θέατρο **Αργώ**, με τη Σοφία Καζαντζιάν στον πρωταγωνιστικό ρόλο. Ο **«Ταρτούφος»** του Μολιέρου θα ανέβει φέτος στο **Αλκυονίδες**, σε σκηνοθεσία Ελένης Μαυρίδου, με τον Πάννη Τσορτέκη στον πρωταγωνιστικό ρόλο. Ένα δικό του αφιέρωμα στον Τσέχωφ σχεδιάζει τον Δεκέμβριο ο Γιάννης Μπέζος με την παράσταση **«ΒΛΑΒΕΡΕΣ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΟΥ ΓΑΜΟΥ (Γελώντας με τον Τσέχωφ)»** στο θέατρο **Άνεσις**. Με δική του μετάφραση και σκηνοθεσία συνδυάζει τρία έργα του μεγάλου Ρώσου θεατρικού συγγραφέα, με σατιρική και απολαυστικά επίκαιρη σκηνική σύνθεση. Τον Ιανουάριο αναμένεται στο **Δημοτικό Θέατρο Πειραιά** το **«Ιβανόφ»** του Άντον Τσέχοφ, σε σκηνοθεσία Πάννη Χουβερδά μ' ένα καστ που περιλαμβάνει τους Αργύρη Ξάφη, Χάρη Φραγκούλη, αλλά και τον Μπλέιν Ρέινινγκερ να ερμηνεύει ζωντανά τα τραγούδια της παράστασης. **«Το πορτραίτο του Ντόριαν Γκρέι»** του Όσκαρ Ουάιλντ ανεβαίνει στο **Δημοτικό Θέατρο Πειραιά**, σε σκηνοθεσία Δημήτρη Αγιοπετρίτη-Μπογδάνου. Στο **Θέατρο Οδού Κυκλάδων-Γιάννης Βογιατζής**, ο Γιώργος Σκευάς σκηνοθετεί τον Άρη Λεμπεσόπουλο στον **«Αρχιμάστορα Σόλνες»** του Ερρίκου Ίψεν.

Έργα νέων Ελλήνων δημιουργών

Στο Θέατρο του Νέου Κόσμου έχουμε δύο καινούργια έργα Ελλήνων δημιουργών. Το πρώτο είναι **«Οι δημοκράτορες»** του Πάννη Αποσκήτη (κείμενο και σκηνοθεσία). Βρισκόμαστε σε μια φανταστική πόλη, την Ωρυγία, όπου στήνεται ένα σκηνικό το οποίο κινείται στα όρια της παραφροσύνης, σχολιάζοντας την πολιτική επικαιρότητα του σήμερα. Το έργο αποτελεί δεύτερο μέρος της τριλογίας που ξεκίνησε με τους **«Προβοκάτορες»** (Πειραματική Σκηνή, Εθνικό, 2022). Το δεύτερο είναι το **«Πόσα τσιγάρα έχω καπνίσει από τότε που έφυγες»** της Μαργαρίτας Παπαγιάννη, σε σκηνοθεσία Θανάση Ζερίτη, που προσπαθεί να μας κάνει να κατανοήσουμε το ghosting. **«Το δράμα της δημοκρατίας»**, σε κείμενο και σκηνοθεσία Μαριάννας Κάλμπαρη, μετά την παρουσίασή του στο Φεστιβάλ Κολωνού, έρχεται για 3 μόνο παραστάσεις στο **Θέατρο Τέχνης**. Με έμπνευση από την **«Έντα Γκάμπλερ»** του Ενρίκου Ίψεν, ο Γιώρ-

γος Παλούμης και ο Αντώνης Τσιτσιόπουλος έγραψαν ένα νέο έργο με τον τίτλο **«Έντα»**, το οποίο θα ανέβει στο Τζένι Καρέζη, με την Έλενα Τοπαλούδη στον πρωταγωνιστικό ρόλο. Ο Γιώργης Τσουρής ανεβάζει στο **Άνεσις** το νέο του έργο **«Τζόνι Μπλε»**, μια σκοτεινή κωμωδία μυστηρίου που διαδραματίζεται σε ένα υπόγειο στη Νέα Ιωνία. Στον ρόλο του πατέρα ο Ιωσήφ Ιωσηφίδης, στην πρώτη του συνεργασία με τον Τσουρή. Το νέο κείμενο της Νεφέλης Μαϊστράλη, με τον τίτλο **«Αθανασία»** και πρωταγωνίστρια την Ελένη Τρίγκου, ανεβαίνει από τον Ιανουάριο 2026 στο Θέατρο **Βασιλάκου**.

Στο θέατρο **Μπέλλος** το **«Απόψε κανείς δεν πεθαίνει»**, σε κείμενο που συνυπογράφουν ο Κωνσταντίνος Μαυρόπουλος και η Βίβιαν Στεργίου, ενώ η σύλληψη ιδέας και η σκηνοθεσία ανήκει στην Αικατερίνη Παπαγεωργίου. Στο θέατρο **Χώρος** ανεβαίνουν οι **«Ανέγγιχτες»** των Αντώνη Χανιώτη και Λάμπρου Κορζιά, ένα έργο που παρακολουθεί τη ζωή τριών γυναικών οι οποίες βρίσκονται κλεισμένες στο σπίτι, αναμένοντας το τέλος του κόσμου. Το **«Unborn»** της Χριστίνας Κυρίτση, στο θέατρο **Ρεκτιφιέ**, θίγει ζητήματα σχέσεων μεταξύ αδερφών.

Τα μιούζικαλ

Μια μεγάλη παραγωγή θα ανέβει αυτή τη σεζόν στο **Ίδρυμα Μειζονος Ελληνισμού**. Ο Πέτρος Ζούλιας σκηνοθετεί το **«Μεγάλο μας Τσίρκο»** του Ιάκωβου Καμπανέλλη, σε μουσική Σταύρου Ξαρχάκου, με την Ελεωνόρα Ζουγανέλη και τον Δημήτρη Γκοτσόπουλο στους πρωταγωνιστικούς ρόλους και με τη συμμετοχή του Πάννη Ζουγανέλη. Τους πλαισιώνουν 26 μουσικοί και ηθοποιοί. Μια ακόμη πολύ μεγάλη παραγωγή αναμένεται στο **Παλλάς**. Πρόκειται για το έργο **«Αλεξάνδρεια»**, σε σύλληψη και σκηνοθεσία Φωκά Ευαγγελινού και σε πρωτότυπη μουσική της Ευανθίας Ρεμπούτσικα. Το κείμενο της Ζέτας Φίτσιου θα μας ταξιδέψει σε μια άλλη εποχή, όταν η Αλεξάνδρεια ήταν λίκνο του πολιτισμού. Στο ίδιο θέατρο, τον Οκτώβριο θα δούμε ένα μουσικό αφιέρωμα στη Σοφία Βέμπο για μια μόνο βραδιά. Το **«Hotel Amour»** στο **Ακροπόλ** είναι η νέα παράσταση που υπογράφουν ο Γεράσιμος Ευαγγελάτος (κείμενο και στίχοι) και ο Θέμης Καραμουρατίδης (μουσική), ενώ η Σμαράγδα Καρύδη έχει αναλάβει τη σκηνοθεσία. Τέσσερα ετερόκλητα ζευγάρια συναντιούνται σε ένα ξενοδοχείο ημιδιαμονής ένα μια νύχτα που όλα επιτρέπονται. Στον **Μικρό Κεραμεικό** ανεβαίνει το **«Nina Simone - 4 octaves of freedom»** σε κείμενο και σκηνοθεσία του Σωτήρη Καραμεισίνη, με πρωταγωνίστριες την Idra Kayne και τη Σάσα Παπαλάμπρου. Στο **Christmas Theater** επιστρέφει για λίγες ημέρες το **«Cats»** του Άντριου Λόιντ Τέμπερ (5 έως 9 Νοεμβρίου), για να φύγει στη συνέχεια για τη Θεσσαλονίκη, όπου παρουσιάζεται για πρώτη φορά.

Κρατικό Θέατρο Βορείου Ελλάδος

Με το μόνιμο «Θέατρο Ξανά, μαζί και παντού» ξεκινά η σεζόν στο Κρατικό Θέατρο Βορείου Ελλάδας. Οι παραστάσεις αρχίζουν χωρίς μ' ένα μικρό ταξίδι της παράστασης **«Μια ζωή - Ο μονόλογος μιας μοδίστρας»** του Πέτρου Ζούλια, που θα παρουσιαστεί για λίγες μέρες πριν την επίσημη πρεμιέρα στην Αθήνα, στο Πτι Παλαί. Στις επαναλήψεις έχουμε το **«Θελεστίνα»**, σε σκηνοθεσία του καλλιτεχνικού διευθυντή Αστέρη Πελτέκη, αλλά και το **«Εγκλημα και τιμωρία»** του Τριαρίδη, σε σκηνοθεσία Νικαίτης Κοντούρη, όπως και το **«Η αγάπη άργησε μια μέρα»**, σε σκηνοθεσία Ένκε Φεζολάρι, αλλά και το **«Οι Δελφίνοι ή Καζμίρ και Φιλιντόρ»**, σε κείμενο και σκηνοθεσία Θωμά Μοσχόπουλου. Στις νέες παραγωγές, μεγάλο highlight της σεζόν 2025-26 είναι το **«Αυτή η νύχτα μένει»**, τον Δεκέβριο, βασισμένο στο ομώνυμο βιβλίο του Θάνου Αλεξανδρή, σε θεατρική απόδοση και σκηνοθεσία του Αστέρη Πελτέκη και μουσική του Σταμάτη Κραουνάκη. Στον κεντρικό ρόλο ο Παντελής Καναράκης, ενώ σε ρόλο-έκπληξη θα είναι ο Δημήτρης Παπάζογλου.

Άλλες νέες παραγωγές που θα κάνουν πρεμιέρα μέχρι και τον Δεκέμβριο, είναι το **«SILLILAB: No difference between ho ho ho!!!»**, σε κείμενο και σκηνοθεσία Ρούλας Πατεράκη, **«Το τέλος του έρωτα»** του Πασκάλ Ραμπέρ, σε σκηνοθεσία Γρηγόρη Αποστολόπουλου και μουσική του Μάρτιν Ζακ από τους The Tiger Lillies, και το **«Οι γείτονες από πάνω»** του Ζεσκ Γκέι, σε σκηνοθεσία Νικολέτας Φιλόσογλου. Τέλος, φέτος θα παρουσιαστεί **«Η ξανθιά φράουλα»** του Μίνο Μπελέι, σε σκηνοθεσία Αλέξανδρου Ρήγα, αλλά και το **«Τρέμω»** του Ζοέλ Πομμερά σε σκηνοθεσία Άρη Κακλέα. **A**



«Οι μεθυσμένοι» στο Ολνίο

ON STAGE



«Το κουκλό-
σπιτο»
στο Ίδρυμα
Μιχάλης Κα-
κογιάννης

©ΝΙΚΟΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ GOGAS, ΣΑΚΗΣ ΓΟΥΜΤΑΣΗΣ

«Ο χορός των
εραστών»
στη Στέγη



©STEPHIE GRAPE



©ΛΕΥΤΕΡΗΣ ΤΣΙΝΑΡΗΣ

ΘΕΑΤΡΟ

ΟΠΕΡΑ

Από την «Τζοκόντα» του Πονκιέλλι μέχρι το «Ρέκβιεμ για το τέλος του έρωτα» αλλά και τη «Μήδεια» του Κερουμπίνι, δείτε πώς ξεκινά η σεζόν 2025-2026

Της ΝΙΚΗΣ-ΜΑΡΙΑΣ ΚΟΣΚΙΝΑ

ΟΠΕΡΑ



«Χρυσές εποχές» του Κωνσταντίνου Ρήγου

σε μουσική διεύθυνση του Θεόδωρου Κουρεντζή



Δημήτρης Παπαϊωάννου



Πώργος Κουμεντάκης



Θεόδωρος Κουρεντζής

Οι 12 παραγωγές που ξεχωρίσαμε

Στην **Εθνική Λυρική Σκηνή**, η σεζόν ξεκίνησε νωρίς με τις περιοδείες της **«Τραβιάτας»** αλλά και της **«Χρυσής εποχής»** του Κωνσταντίνου Ρήγου, η οποία μάλιστα αναμένεται να παρουσιαστεί στο Visavì Gorizia Dance Festival στην Ιταλία (18 Οκτωβρίου). Στη συνέχεια, ένα άγνωστο κομμάτι της επτανησιακής σχολής, το **«Flora mirabilis»**, του **Σπυρίδωνα Σαμάρα**, συστήνεται στο κοινό σε συναυλιακή μορφή και μουσική διεύθυνση του **Κωνσταντίνου Τερζάκη**.

Επίσημα, ωστόσο, η σεζόν στην ΕΛΣ ξεκινά με την **«Τζοκόντα»** του Αμίλκαρε Πονκιέλλι, σε συμπαραγωγή με το Πασχαλινό Φεστιβάλ του Ζάλτσμπουργκ και τη Βασιλική Όπερα του Λονδίνου (19, 22, 25, 29 Οκτωβρίου & 1, 4, 7 Νοεμβρίου). Διευθύνει ο **Φαμπρίτσιο Βεντούρα** και σκηνοθετεί ο καλλιτεχνικός διευθυντής του **Κόβεντ Γκάρντεν Όλιβερ Μίερς**. Η **«Τζοκόντα»** αποτέλεσε το πρώτο μεγάλο βήμα της Μαρίας Κάλλας στην Αρένα της Βερόνας το 1947, καθώς η άρια **«Suicidio»** ταυτίστηκε με τη φωνή της. Ακολουθεί η αναβίωση της **«Τόσκα»** του Τζιάκομο Πουτσίνι, που παρουσιάζεται στο πλαίσιο του αφιερώματος στον Νίκο Πετρόπουλο (27, 30 Νοεμβρίου, 2, 7, 20, 23, 27 Δεκεμβρίου 2025 & 4, 7 Ιανουαρίου 2026), σε μουσική διεύθυνση του **Πάολο Καρινιάνι**.

Στη συνέχεια, το **Μπαλέτο της Εθνικής Λυρικής Σκηνής** παρουσιάζει μια νέα παραγωγή της **«Ζιζέλ»**, σε μουσική του Αντόλφ Αντάμ. Την κλασική χορογραφία του Πετιπά αναβιώνουν οι χορογράφοι **Βερόνικα Βιγιάρ** και **Ελένα Ιγκλέσιας** (19, 21, 24, 26, 28, 30, 31 Δεκεμβρίου 2025 & 2, 3 Ιανουαρίου 2026).

Ωστόσο, το highlight της σεζόν 2025-26 της ΕΛΣ είναι το **«Ρέκβιεμ για το τέλος του έρωτα»** του Πώργου Κουμεντάκη, σε σκηνοθεσία, χορογραφία και εικαστική σύλληψη **Δημήτρη Παπαϊωάννου** και μουσική διεύθυνση **Θεόδωρου Κουρεντζή**. Με τη συμμετοχή πενήντα ερμηνευτών, ορχήστρας, χορωδίας και υψιφωνού, η νέα παραγωγή αναβιώνει ένα εμβληματικό έργο της δεκαετίας του '90, σηματοδοτώντας την πολυαναμενόμενη επανένωση των δύο δημιουργών της Ομάδας Εδάφους, σε μια σύγχρονη σκηνική εγκατάσταση (20, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28, 29, 30 Ιανουαρίου 2026). Τέλος, η ΕΛΣ επανέρχεται στο Αρχαίο Θέατρο της Επιδαύρου, έπειτα από 65 χρόνια, με την αναβίωση της **«Μήδεια»** του Κερουμπίνι, της θρυλικής παραγωγής του 1961 με τη Μαρία Κάλλας στον ομώνυμο ρόλο, σε σκηνοθεσία **Αλέξη Μινωτή**, σκηνικά και κοστούμια **Γιάννη Τσαρούχη** και χορογραφία **Μαρίας Χορς** (20 Ιουνίου 2026).

Στην **Εναλλακτική Σκηνή** της ΕΛΣ, η σεζόν ξεκινά με μια αναβίωση. Το κοινό θα έχει την ευκαιρία να ξαναδεί την τολμηρή όπερα **«Κασσάνδρα»** του διακεκριμένου Αργεντινού συνθέτη Πάβλο Ορτίς, σε κείμενο του σπουδαίου Ουρουγουανού δραματουργού Σέρχιο Μπλάνκο, σε μια συμπαραγωγή με το Teatro Colón της Αργεντινής. Σκηνοθετούν η **Ντιάνα Θεοχαρίδη** και ο **Αλέξανδρος Ευκλείδης** (4 & 5 Οκτωβρίου).

Λίγο αργότερα θα δούμε σε πανελλήνια πρεμιέρα μια επιθεώρηση σε συναυλιακή μορφή, το **«Μπράβο κολονέλο»**, βασισμένο στο ομώνυμο σατιρικό έργο των Αλέκου Σακελλάρη και Δημήτρη Ευαγγελίδη, σε νέα ενορχήστρωση και μουσική διεύθυνση του **Μιχάλη Παπαπέτρου** (25, 26 Οκτωβρίου).

Ακολουθεί το μουσικό θέατρο **«Ο ομφαλός της γης»** του Φινκ Κλάιντχοϋ, σε σκηνοθεσία **Κώστα Παπακωστόπουλου**, ιδρυτή και καλλιτεχνικού διευθυντή του Ελληνογερμανικού Θεάτρου Κολωνίας, το οποίο γιορτάζει φέτος τα 35 του χρόνια (7 Νοεμβρίου).

Τον Δεκέμβριο για πρώτη φορά στην Ελλάδα θα παρουσιαστεί το **«Tick, Tick... Boom!»** του Τζόναθαν Λάρσον (6, 7, 14, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30 Δεκεμβρίου 2025 & 2, 3, 4, 8, 9, 10, 11 Ιανουαρίου 2026), σε σκηνοθεσία της **Εμιλυσ Λουίζου**.

Προτού κλείσει η χρονιά, έχουμε μια ακόμη αναβίωση, το **«Θέλω να δω τον πάπα!»** του Θεόφραστου Σακελλαρίδη, σε μουσική διεύθυνση **Νίκου Βασιλείου** και σκηνοθεσία **Νατάσας Τριανταφύλλη** (12, 13, 17, 19, 21, 23, 24, 27, 28, 30, 31 Δεκεμβρίου 2025 & 2, 3, 4 Ιανουαρίου 2026).

Στο **Ολύμπια-Δημοτικό Θέατρο Μαρία Κάλλας** τα highlights μέχρι το τέλος του έτους είναι η όπερα **«Ντον Πασκουάλε»** του Γκαετάνο Ντονιτσέττι, σε σκηνοθεσία **Ελένης Ευθυμίου**, με τον Χριστόφορο Σταμπόγλη στον ομώνυμο ρόλο, αλλά και η όπερα **«Διδώ»** του **Διονυσίου Λαυράγκα**, με τη Σοφία Κουανίδου και τον Δημήτρη Πλατανιά (σε συναυλιακή μορφή). **Α**

ART BEAT

Οι καλύτερες εκθέσεις του φθινοπώρου: εκείνες που συνεχίζονται στα μεγάλα ιδρύματα και τα μεγάλα ονόματα από το εξωτερικό που έρχονται σε μουσεία και γκαλερί

Της ΝΙΚΗΣ-ΜΑΡΙΑΣ ΚΟΣΚΙΝΑ

ΕΙΚΑΣΤΙΚΑ



«Extinct Animals»,
Marcus Coates



Τι θα δούμε στα μεγάλα μουσεία και ιδρύματα

Στη **Στέγη Ιδρύματος Ωνάση** έχουν προγραμματιστεί τρεις εκθέσεις. Η σεζόν ανοίγει με τη μεγαλύτερη έκθεση του διάσημου φωτογράφου **Γιούργκεν Τέλερ** που έχει γίνει ποτέ στην Ελλάδα, με τον τίτλο **«you are invited»**, η οποία μάλιστα εγκαινιάζει και επίσημα τον νέο χώρο, το **Onassis Ready**. Οι ιδιαίτερες φωτογραφίες του, που ποικίλλουν –απεικονίζουν από οικογενειακές στιγμές μέχρι διασημότητες όπως ο Ίγκι Ποπ ή ο πάπας–, θα φιλοξενηθούν σε ένα παλιό εργοστάσιο πλαστικών (18 Οκτωβρίου έως 28 Δεκεμβρίου). Ακολουθεί η **Τίλντα Σουίντον** με το **«Ongoing»**, μια ρετροσπεκτίβα μνήμης και ταυτότητας (2 Μαΐου έως 14 Ιουνίου 2026). Τέλος, ο **Γιώργος Λάνθιμος** παρουσιάζει το **«The Photographs»**, τέσσερα φωτογραφικά σύνολα με βλέμμα στην οικειότητα και τις σχέσεις, στο -1 της Στέγης (7 Μαρτίου έως 17 Μαΐου 2026).

Στο **Εθνικό Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης** τρέχουν ακόμη οι εκθέσεις που έχουν ξεκινήσει από τον Απρίλιο, με στόχο την ευαισθητοποίηση του κόσμου για τη μη ανθρωπινή ζωή, υπό τον τίτλο **«Why look at animals»**. Η έκθεση πλαισιώνεται από 4 μικρότερα ατομικά πρότζεκτ, μεγαλύτερης ή μικρότερης έκτασης (έως 15 Φεβρουαρίου). Παράλληλα, συνεχίζεται και η πολύ ενδιαφέρουσα έκθεση για τον γλύπτη **Θεόδωρο** και το έργο του, με τον τίτλο **«Θόδωρος γλύπτης. Αντί αναδρομικής»** (έως 8 Φεβρουαρίου).

Στο **Μουσείο Ιδρύματος Βασίλη και Ελίζας Γουλανδρή** συνεχίζεται η έκθεση **«Takis 1∞: Μαγνητικά πεδία»**, η οποία αλληλοσυμπληρώνεται μ' εκείνη της Άνδρου, με αφορμή τα 100 χρόνια από τη γέννηση του γλύπτη **Takis** (έως 2 Νοεμβρίου). Στο **Μουσείο Γουλανδρή Κυκλαδικής Τέχνης** τρέχει η έκθεση της **Μαρλέν Ντουμά**, που συνομιλεί με τα εκθέματα του μουσείου και έχει τον τίτλο **«Cycladic Blues»**. Παράλληλα το μουσείο, με αφορμή τα 40 χρόνια λειτουργίας του, έχει οργανώσει μια εκδήλωση-γιορτή στο Ηρώδειο, όπου ο **Δημήτρης Παπαϊωάννου** ζωντανεύει στιγμές και έργα της ιστορίας του μουσείου μέσα από μια πρωτότυπη χορογραφία, την οποία θα παρουσιάσουν επί σκηνής 30 χορευτές (3 Οκτωβρίου). Στην **Εθνική Πινακοθήκη** ολοκληρώνονται τις επόμενες ημέρες οι δύο εκθέσεις που ξεκίνησαν μαζί, τα **«Los caprichos»** του Γκόγια και **«Η σαγήνη του αλλόκοτου»** (έως 30 Σεπτεμβρίου), ενώ συνεχίζεται για έναν μήνα ακόμη η μεγάλη αναδρομική για τον **Παναγιώτη Τέτση**, με τίτλο **«Η εμμονή του βλέμματος»** (έως 31 Οκτωβρίου).

Στο καφέ του **Εθνικού Αρχαιολογικού Μουσείου** τρέχει η έκθεση «Εσωτερική νήσος» σε επιμέλεια Αιμιλίας Κουγιά και Αποστόλη Σαρρή (έως 6 Οκτωβρίου), ενώ στο Μουσείο της Ακρόπολης συνεχίζεται το πρότζεκτ **«Allspice | Michael Rakowitz & Ancient Cultures»** σε συνεργασία με το Υπουργείο Πολιτισμού και το NEON (έως 31 Οκτωβρίου).

Στο **Μουσείο Μπενάκη** εγκαινιάζονται τον Οκτώβριο τρεις νέες εκθέσεις. Τα **«Πρωτόλεια»** εξερευνούν πώς τα πρώτα βήματα έντεκα Ελλήνων καλλιτεχνών γέννησαν τη μετέπειτα ώριμη γλώσσα τους (2 Οκτωβρίου 2025 έως 11 Ιανουαρίου 2026). Οι **«Ελληνικάί Εθνικάί Ενδυμασίες»** αφηγούνται την προετοιμασία της εμβληματικής έκδοσης του Αντώνη Μπενάκη για τη λαϊκή ενδυμασία (15 Οκτωβρίου 2025 έως 11 Ιανουαρίου 2026, **Μουσείο Ελληνικού Πολιτισμού**). Η **«Αισθητική τοπογραφία»** του **Δημήτρη Πικιώνη** αποκαλύπτει τον διάλογο της μοντέρνας αρχιτεκτονικής με την ελληνική παράδοση (23 Οκτωβρίου 2025 έως 25 Ιανουαρίου 2026, Πειραιώς 138).

Το **Ίδρυμα Θεοχαράκη** έχει προγραμματίσει δύο εκθέσεις μέχρι το τέλος του έτους. Η πρώτη, με τον τίτλο **«Sacred or Monsters»**, σε επιμέλεια **Ιωάννας Γερακίδη**, εξερευνά την έννοια της ταυτότητας και του τερατώδους μέσα από γλυπτά, video performances και ηχητικές εγκαταστάσεις της ομάδας **RAW** (25 Σεπτεμβρίου έως 27 Νοεμβρίου). Ακολουθεί η **«Γεωμετρική αφαίρεση»**, σε επιμέλεια Γιάννη Μπόλη, που αναδεικνύει την αφαίρεση ως μέσο μνήμης, ταυτότητας και πολιτιστικής κληρονομιάς (15 Οκτωβρίου 2025 έως 22 Φεβρουαρίου 2026).

40 καλλιτέχνες από διαφορετικές γενιές και χώρες εκθέτουν τα έργα τους στο **Αεροδρόμιο Ελ. Βενιζέλος** στο πλαίσιο του πρότζεκτ **«All aboard»**, σε επιμέλεια **Κώστα Πράπογλου**. Το Express Facility μεταμορφώνεται σε πεδίο στοχασμού: η αναμονή γίνεται αλληγορία ταξιδιού και μνήμης, ενώ ήχοι αεροσκαφών και έργα τέχνης επαναπροσδιορίζουν την έννοια της ταυτότητας και της μετάβασης (9 Οκτωβρίου έως 9 Νοεμβρίου).

Στο **ΚΠΣΙΝ**, ο **Άλκης Κωνσταντινίδης** παρουσιάζει συγκλονιστικές φωτογραφίες από φυσικές καταστροφές με την έκθεση **«Τοπίο σε κρίση»**, αποτυπώνοντας την κλιματική και ανθρωπιστική κρίση που καθορίζει το παγκόσμιο σήμερα (έως 5 Οκτωβρίου). Παράλληλα, η ομάδα **Hypercomf** με το έργο **«Marine Caves & Benthic Terrazzo»** εξερευνά τη ρύπανση των θαλασσών, δημιουργώντας πλακίδια από θαλάσσιους ρύπους και προτείνοντας καινοτόμες λύσεις επανάχρησης (έως 9 Νοεμβρίου). Τέλος, συνεχίζεται η έκθεση της **Σιμόν Λι**, **«Η ανατομία της αρχιτεκτονικής»** (έως 31 Οκτωβρίου).

Το **Καννεργοστάσιο** φιλοξενεί για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά το **Platforms Project 2025**, μια διοργάνωση που εδώ και 13 χρόνια δημιουργεί έναν διεθνή τόπο συνάντησης και ανταλλαγής ιδεών. Φέτος, συγκεντρώνει 64 εικαστικές πλατφόρμες και περισσότερους από 900 καλλιτέχνες από 25 χώρες. Με ημερίδες, περφόρμανς, ομιλίες και workshops, η διοργάνωση, υπό την καλλιτεχνική επιμέλεια της **Άρτεμης Ποταμιάνου**, προτείνει ένα πολυδιάστατο πρόγραμμα, με ελεύθερη είσοδο (9 έως 12 Οκτωβρίου).

Στο **Μέγαρο Μουσικής Αθηνών**, στο πλαίσιο του **AnnexM** εγκαινιάστηκε στον **Κήπο** η έκθεση-εγκατάσταση της **Τζέννης Μαρκέτου** **«Folly for Songs for Funk Kinships»** (Κα-





ταφύγιο για τραγούδια και άλλες συγγένειες), με επιμελητή τον **Πάνο Γιαννικόπουλο** (έως Μάιο 2026). Στη συνέχεια, ο **Γιώργος Δρίβας** παρουσιάζει την περιπατητική εγκατάσταση **«Κίνηση 78»**, ένα πειραματικό έργο που εξερευνά τα όρια της Τεχνητής Νοημοσύνης μέσω της εικόνας, της μουσικής, του κειμένου και των περφόρμανς, σε επιμέλεια **Άννας Καφέτσου**.

Το **MOMus-Μουσείο Αλέξη Μυλωνά** φιλοξενεί την έκθεση **«Πάνος Προφήτης. La Bocca La Grotta»** του βραβευμένου με το Art Athina 2024 καλλιτέχνη. Μέσα από γλυπτά-εγκαταστάσεις, ο χώρος μεταμορφώνεται σε ένα σύγχρονο μουσείο γλυπτικής, καλώντας το βλέμμα του θεατή να περιπλανηθεί τολμηρά στη σκιά, εκεί όπου κάθε βεβαιότητα αμφισβητείται (έως 30 Νοεμβρίου).

Το **Art Explora Festival**, το πλωτό μουσείο που ταξιδεύει σε όλο τον κόσμο, κάνει στάση για 10 μέρες και στην Ελλάδα, προσφέροντας στο κοινό εκθέσεις, παραστάσεις, περφόρμανς και συναυλίες, υπό την καλλιτεχνική επιμέλεια της **Κατερίνας Τσέλου**. Στην αποβάθρα φιλοξενούνται τρεις εκθέσεις: Η **«Present»** σε συνεργασία με το Μουσείο του Λούβρου αναδεικνύει γυναικείες μορφές της Μεσογείου, η **«Under the Azure»** παρουσιάζει έργα σύγχρονων καλλιτεχνών εμπνευσμένα από τη Μεσόγειο, ενώ η φωτογραφική έκθεση **«Undertow»** εστιάζει στη φιλοξενία, τη μετανάστευση και την εξορία (9 έως 12 Οκτωβρίου).

Μια βόλτα στις γκαλερί της πόλης

Στην **Γκαλερί Ζουμπουλάκη**, η σεζόν έχει ξεκινήσει με την ατομική έκθεση της **Πέγκυς Κλιάφα** **«Healing the grid/ Θεραπεύοντας το Πλέγμα»**, μια εγκατάσταση που εξερευνά τη σχέση τέχνης και ιατρικής. Μέσα από τη σύγκριση του άκαμπτου αστικού πλέγματος με τα ζιγκουράτ, η καλλιτέχνης προτείνει έναν πιο ολιστικό και πνευματικό τρόπο κατανόησης της πόλης, του σώματος και της κοινωνίας (έως 4 Οκτωβρίου). Τους επόμενους δύο μήνες έχουν προγραμματιστεί δύο ατομικές εκθέσεις, το **«Day's end»** του **Δημήτρη Εφέογλου** (9 Οκτωβρίου έως 8 Νοεμβρίου) και η ατομική του **Αχιλλέα Παπακώστα** (13 Νοεμβρίου έως 6 Δεκεμβρίου).

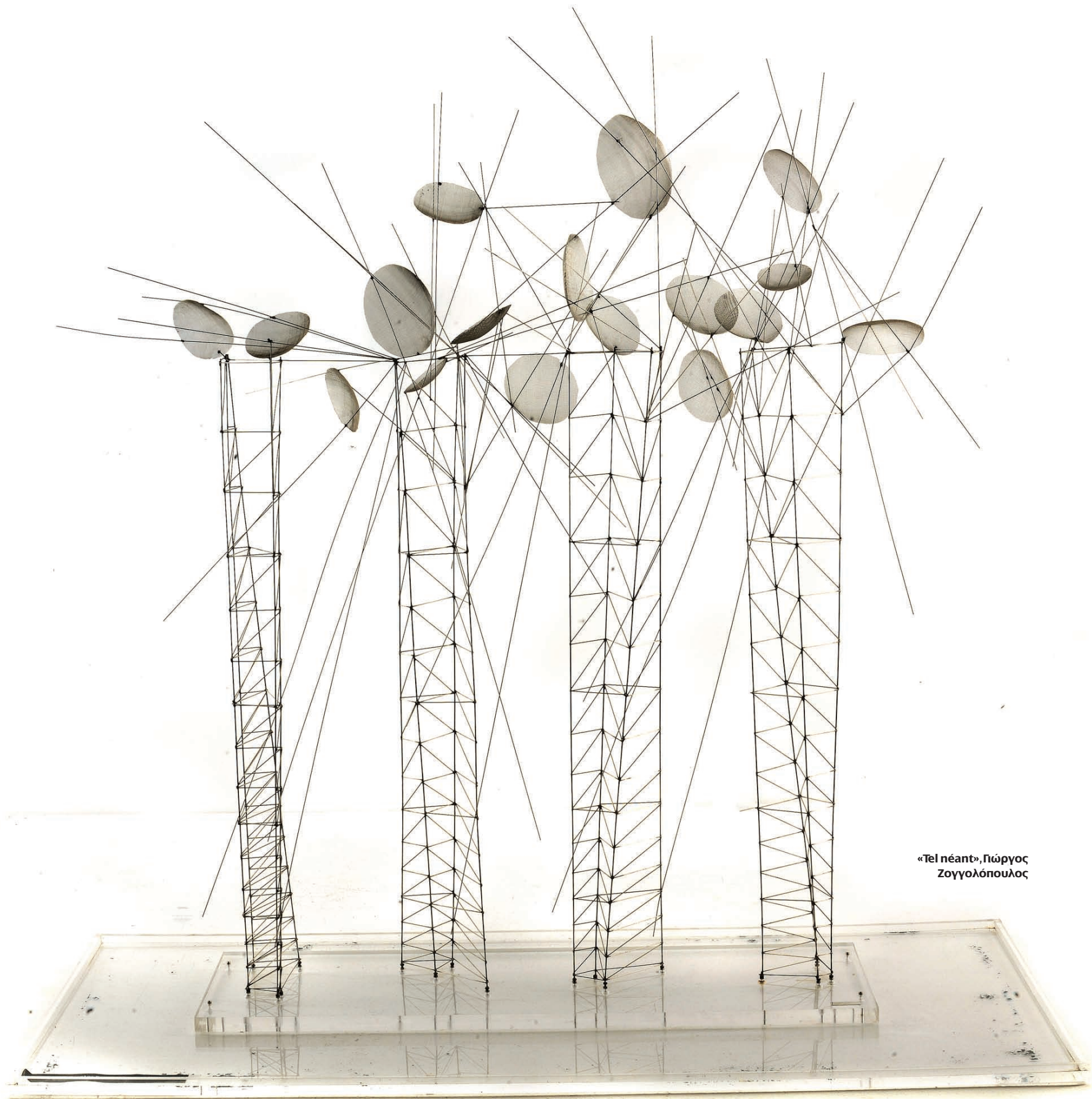
Στην **Γκαλερί Άλμα** ολοκληρώνεται σε λίγες μέρες η ομαδική έκθεση **«One year later»** σε επιμέλεια **Ειρήνης Μαρίας Νανούρη**, όπου η **Έλλη Γιαλαμά**, ο **Ορέστης Παπακωνσταντίνου** κι ο **Γιώργος Πουλής** συνομιλούν με τον χρόνο (έως 27 Σεπτεμβρίου). Στη συνέχεια έχουν προγραμματιστεί δύο ατομικές εκθέσεις, το **«The Beast Was Harmless and Horrible»** του **Θοδωρή Μπαργιώτα** (Theo Bargiotas), σε επιμέλεια **Γιάννη Κουκουλά**, (2 Οκτωβρίου έως 1 Νοεμβρίου) και το **«How to Blue the Yellow Or Η ιδέα των πραγμάτων»** της **Ράνιας Ράγκου** (6 Νοεμβρίου έως 6 Δεκεμβρίου). Η τελευταία έκθεση του χρόνου είναι ομαδική με τον τίτλο **«The Outsiders»** και αφορά καλλιτέχνες, κυρίως πλαστικών τεχνών, στους οποίους δεν δόθηκε η δέουσα σημασία όσο

ζούσαν και δημιουργούσαν (11 Δεκεμβρίου 2025 έως 10 Ιανουαρίου 2026). Στην **Γκαλερί Αντωνοπούλου** έχει ξεκινήσει η έκθεση του **Ευριπίδη Παπαδοπετράκη** **«Μηχανισμοί ομοιόστασης»**, σε επιμέλεια **Βίκυς Τσίρου**, που μελετά τη σχέση του θεατή με το συνεχώς μεταβαλλόμενο εξωτερικό περιβάλλον (έως 18 Οκτωβρίου). Ακολουθεί η ατομική έκθεση της **Γεωργίας Λαλέ**, που μελετά το τραύμα από την ενδοοικογενειακή βία και τις γυναικοκτονίες (23 Οκτωβρίου έως 29 Νοεμβρίου), και η ομαδική έκθεση **«Οι ήχοι της σιωπής»**, σε επιμέλεια **Αλεξάνδρας Κοροξενίδη** (4 Δεκεμβρίου 2025 έως 24 Ιανουαρίου 2026).

Στην **Γκαλερί Σκουφά** τρέχει η έκθεση **«Νύχτες»** της **Λήδας Κοντογιαννοπούλου**. Τα έργα της, χωρισμένα σε φιγούρες, αστικά τοπία, συνθέσεις και εσωτερικά, διερευνούν το φως, τη σκιά, την εσωτερικότητα και την οικειότητα της νύχτας. Οι πίνακές της αφηγούνται κρυφές ιστορίες, αναδεικνύοντας την ποιητική διάσταση των χώρων και των αντικειμένων (έως 11 Οκτωβρίου). Η επόμενη έκθεση είναι η ατομική του **Γιάννη Ευθυμίου** (16 Οκτωβρίου έως 8 Νοεμβρίου).

Η **Gagosian** παρουσιάζει στην Αθήνα την ατομική έκθεση **«Return to the Garden»** του **Στάνλεϊ Γουίτνεϊ**, με νέα και πρόσφατα έργα ζωγραφικής. Ο καλλιτέχνης αναδεικνύει τη δύναμη του χρώματος μέσα από χαλαρά πλέγματα και έντονη χειρονομιακή πινελιά, εμπνεόμενος από την αφαιρετική τέχνη, την τζαζ και την αρχαία ελληνική αγγειογραφία (2 Οκτωβρίου 2025 έως 17 Ιανουαρίου 2026). Η **The Intermission** στον Πειραιά, σε συνεργασία με την Pace Gallery, φιλοξενεί την αναδρομική έκθεση του Ελληνοαμερικανού καλλιτέχνη **Λουκά Σαμαρά**, αποκαλύπτοντας πάνω από πενήντα χρόνια πειραματισμού και καινοτομίας. Από τα έντονα Mosaic Paintings και τις ψυχεδελικές συνθέσεις έως τα γλυπτά-κοσμήματα και τις αυτοπροσωπογραφίες σε Polaroid, τα έργα του εξερευνούν την ταυτότητα, τη μνήμη και τη μεταμόρφωση, ενώ η υλικότητα και το σώμα γίνονται το μέσο και το θέμα (25 Σεπτεμβρίου έως 20 Δεκεμβρίου).

Η **Bernier/Eliades** μόλις εγκαίνιασε την τρίτη ατομική έκθεση του **Πάολο Κολόμπο** στην Αθήνα, **«Μουσική και μωσαϊκά»**. Με ακουαρέλες, ψηφιδωτά και ηχητικές εγκαταστάσεις, ο καλλιτέχνης δημιουργεί έργα που συνδέουν ελληνική παραδοσιακή τέχνη, μουσική του 20ού αιώνα και αρχαία μοτίβα. Οι συνθέσεις του αναδεικνύουν γραμμές, χρώματα και ποιητικές εικόνες που συνομιλούν με την ακαδημαϊκή και τη λαϊκή κουλτούρα, ενώ η ζωγραφική γίνεται μια προσωπική γλώσσα έκφρασης (25 Σεπτεμβρίου έως 8 Νοεμβρίου). Στη **Sianti Gallery** θα ξεκινήσει μια έκθεση αφιερωματική στον **Γιώργο Ζογγολόπουλο**, με τον τίτλο **«Ενότητα και πολλαπλότητα»** (10 Οκτωβρίου έως 8 Νοεμβρίου). Στη συνέχεια, ο **Νικηφόρος Τσεκούρας**, ένας 14χρονος καλλιτέχνης στο φάσμα του αυτισμού, θα παρουσιάσει το **«Ζωγραφίζοντας το άπειρο»** (14 Νοεμβρίου έως 9 Δεκεμβρίου).



«Tel néant», Πώργος
Ζογγολόπουλος



«You will find the
house full of bees, and
nothing left of the ox»,
Οδοθήης
Μπαργιώτας

Στην **Crux** ξεκινά η έκθεση της **Μαρίας Λουίζου «Moulting Season»**, με γλυπτά σε κερί, πηλό, σίδερο και γύψο, που διερευνούν τη μεταμόρφωση και την έννοια της κατοικίας. Ορισμένα έργα σε ανθρώπινη κλίμακα λειτουργούν ως μουσικά όργανα, ενεργοποιούμενα με τη φωνή και την παρουσία, φέρνοντας το κοινό σε άμεση αλληλεπίδραση με τον χώρο και την αλλαγή (26 Σεπτεμβρίου έως 8 Νοεμβρίου 2025).

Στην **Γκαλερί Dio Horia** έχει προγραμματιστεί για το επόμενο διάστημα η ατομική έκθεση της **Γκιζέλα Μακντάνιελ**, η οποία στο πλαίσιο του residency στην Αθήνα και τη Μύκονο και δουλεύει με την τοπική κοινωνία πάνω στο θέμα των δικαιωμάτων των γυναικών (18 Οκτωβρίου). Η **Citronne** φιλοξενεί την πρώτη φωτογραφική έκθεση της **Μυριέλ Πενικάου** στην Ελλάδα, σε επιμέλεια της **Τατιάνας Σπινάρη-Πολλάλη**, με τίτλο «Μητρώο του κόσμου - Matrix of Worlds». Μέσα από εικόνες που αιχμαλωτίζουν στιγμές, ανθρώπινες φιγούρες, πτηνά και τοπία, αποκαλύπτει μια κρυφή πραγματικότητα, καλώντας τον θεατή να αφηγηθεί τη δική του ιστορία (έως 8 Οκτωβρίου). Στη **Roma Gallery** αυτό το διάστημα θα δούμε την ομαδική έκθεση «Γεωμετρική όραση», με έργα των **Όου Ζούνη, Μαριάννα Λούρμπα και Γιάννη Μίχα**, σε επιμέλεια της **Άλιας Τσαγκάρη**. Εδώ η γεωμετρία αναδεικνύεται ως πολλαπλή οπτική εμπειρία: πρισματικές προοπτικές, αιγαιοπελαγίτικες δομές και δυναμικά πλέγματα συνυφαίνονται σε ένα σύνθετο πεδίο οπτικών σχέσεων (έως 12 Οκτωβρίου). **Α**

12 LIVE

ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ

Όταν η πόλη σβήνει τα φώτα, οι ενισχυτές ανάβουν και όλα αρχίζουν ξανά

Του ΔΗΜΗΤΡΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ

ΜΟΥΣΙΚΗ - LIVE



© PINELOPI GERASIMOY

Onassis Stegi Party
2025



TA LIVE ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥΤΕΛΕΙΑ· είναι επιβίωση. Ένας τρόπος να ξεφεύγεις από τον θόρυβο του timeline και να βρίσκεις ρυθμό στην αληθινή δόνηση. Συναυλία σημαίνει να ιδρώνεις δίπλα σε αγνώστους, που σε νιώθουν πιο πολύ απ' ό,τι οι φίλοι σου στο Messenger. Είναι το σημείο όπου ο χρόνος σταματάει, η πόλη αναπνέει κι εσύ θυμάσαι ότι είσαι ακόμα ζωντανός.

Septicflesh, 26-27 Σεπτεμβρίου, Ωδείο Ηρώδου Αττικού

Septicflesh κάτω απ' την Ακρόπολη: όταν το Ηρώδειο γίνεται για άλλη μια φορά ναός σκοτεινής τελετουργίας. Συμφωνικά κύματα και metal riffs σε μια σύμπραξη που στέφθηκε με επιτυχία το περασμένο φθινόπωρο και επαναλαμβάνεται, αυτή τη φορά με δύο ημερομηνίες. Με την 27η Σεπτεμβρίου να γίνεται γρήγορα sold out, προστέθηκε μια ακόμη παράσταση, μία μέρα νωρίτερα. Η **Κρατική Ορχήστρα Αθηνών**, με 60 μουσικούς υπό τη διεύθυνση του Ολλανδού μαέστρου **Koen Schoots** και guests, πλαισιώνουν την μπάντα και προσθέτουν περισσότερη ατμόσφαιρα: στις ερμηνείες η **Fany Melfi** και η **Αφροδίτη Πατουλίδου** και στο ντουντούκ ο **Vahan Galstyan**. Το Πειραιϊκό Φωνητικό Σύνολο **LIBRO CORO** και η παιδική χορωδία του συμπληρώνουν το μοναδικό ακρόαμα, σε μουσική διδασκαλία **Ανθής Γουρουντή**. Και το setlist ανανεώνεται για να μη βολευτεί κανείς.

Robbie Williams, 2 Οκτωβρίου, Καλλιμάρμαρο

Ο άνθρωπος που γκρέμισε boybands και έστησε μια pop αυτοκρατορία, έρχεται να δοκιμάσει τα ντεσιμπέλ ενός μαρμαρινού μνημείου. Με καριέρα που γράφει Guinness, με επιτυχίες που έγιναν soundtrack σε βρόμικες εξόδους και με μια φωνή που ξέρει να κάνει το πλήθος να ουρλιάζει. Στις 2 Οκτωβρίου η Αθήνα σταματά να αναπνέει και αφήνεται να την ψυχαγωγήσει ο ίδιος ο δαίμονας της pop.

The Haunted, 4 Οκτωβρίου, Gagarin 205

Θα είναι εκείνη η νύχτα αυτή με τη μεγαλύτερη σωματική επαφή της χρονιάς; Θα το μάθουμε όταν ακουστεί το «*Bury Your Dead*». Η Σουηδία ξέρει να γεννά μπάντες που δεν παίζουν απλώς metal, αλλά το χρησιμοποιούν ως ευκαιρία για εκφραστική έκρηξη. Μαζί τους δύο μπάντες της ελληνικής underground σκηνής, οι **Amken** και οι **I See Red**, φουσκώνουν την καταιγίδα. Εκεί δεν θα πας για διασκέδαση· θα πας για κάθαρση.

Mogwai, 9 Οκτωβρίου, Floyd

Τριάντα χρόνια μετά τη δημιουργία τους στη Γλασκώβη, οι post-rock πρωτοπόροι γιορτάζουν. Το συγκρότημα που ευτύχησε να έχει την υποστήριξη του θρύλου του αγγλικού ραδιοφώνου Τζον Πιλ, ηχογραφώντας περισσότερα από πέντε «Peel Sessions» από το 1996 μέχρι το 2004, από το «*Young Team*» ως το φετινό «*The Bad Fire*», παραμένει συνεπές: εκρήξεις κιθάρας, synths που λένε πολλά, σιωπές που πονούν. Έντεκα άλμπουμ, σάουντρακ για κινηματογραφιστές όπως ο Ντάρρεν Αρονόφσκι, ντοκιμαντέρ... τόσοι πολλοί λόγοι για να εξερευνήσεις ζωντανά τις συναυλίες τους.

Onassis Stegi Party 2025, 9 Οκτωβρίου, στους δρόμους γύρω από τη Στέγη

Δεκαπέντε χρόνια Στέγη. Δεν κλείνεται σε τοίχους, βγαίνει στον δρόμο και στήνει το πιο ανοιχτό street party της πόλης, στον Νέο Κόσμο. Μια τούρτα χωρίς κομμάτια, γιατί ανήκει σε όλες, όλους, όλα.

Headliners οι **Daniel Avery** και **Optimo**, μεταφέροντας την club κουλτούρα σε μια open air εμπειρία, μαζί με **Madam X**, **Buzz**, **Metaman** και **pink.wav**, σ' ένα line-up που χτυπά από grime μέχρι ηλεκτρονικές καταιγίδες. Από νωρίς, οι μικροί μπαίνουν στο παιχνίδι με **Bobos Arts Festival** και **Kalimera Circus**, ενώ το βράδυ η γειτονιά μετατρέπεται σε dancefloor χωρίς σύνορα. Η προσβασιμότητα δεν είναι υποσημείωση αλλά κανόνας: απτικοί χάρτες, QR περιγραφές, διερμνεϊά στη νοηματική, sensory kits, djs κωφοί περφόρμερ, quiet space για όσους χρειάζονται ανάσα. Η Στέγη στα 15 της δεν γιορτάζει απλώς, φτιάχνει ένα ζωντανό μνημείο ελευθερίας, όπου οι ρυθμοί σπάνε τα όρια και σε καλούν να χορέψεις στους γύρω δρόμους: Ευρυδάμαντος, Γαλαξία και Λεοντίου.

Μιχάλης Δέλτα, 11, 16 Οκτωβρίου και 1 Νοεμβρίου, Αμφιθέατρο Ιδρύματος Β & Ε Γουλανδρή

Ο Μιχάλης Δέλτα βουτά στον κόσμο του Takis και τον μεταφράζει σε ήχο, παρουσιάζοντας, για πρώτη φορά ζωντανά, στο Αμφιθέατρο του Ιδρύματος Βασίλη & Ελίζας Γουλανδρή την παράσταση «*Πνοή*», μια πρωτότυπη μουσική δημιουργία με αφορμή τη μεγάλη αναδρομική έκθεση «*Takis 1∞*», που διοργανώνει το ίδρυμα για την επέτειο των 100 ετών από τη γέννηση του καλλιτέχνη. Ηλεκτρονικά αναλογικά τοπία, που ακουμπούν πάνω σε τσέλο, πιάνο και τη φωνή της σοπράνο **Σοφίας Καρβουνά**. Μια μυσταγωγία ανάμεσα σε ήχο και εικόνα, όπου η τέχνη γίνεται ενέργεια και η μουσική το κανάλι που σε συντονίζει με το αόρατο.

Dub FX, 19 Οκτωβρίου, Fuzz

Με τη φήμη ενός παγκόσμιου beatboxer, ο street artist που μετατρέπει τη σκηνή σε εργαστήριο ήχου θα βρεθεί στην Αθήνα, με τον **Woodnote** στο σαξόφωνο, για να παρουσιάσει το νέο του άλμπουμ «*Open Secret Society*», κοινωνικά φορτισμένο, εκρηκτικό και βαθιά χορευτικό. Ένα live μανιφέστο, με loop station, MPC και τη φωνή του ως βασικό όργανο, να χτίζει dubstep, drum & bass, reggae και hip hop, που ανασαίνουν σαν ζωντανός οργανισμός.

The Rasmus, 25 Οκτωβρίου, Floyd

Το πιο σκοτεινό pop rock εξαγωγίμο προϊόν της Φινλανδίας, που πούλησε εκατομμύρια δίσκους παγκοσμίως και κέρδισε πολλά μουσικά βραβεία. Με το ενδέκατο άλμπουμ τους να θεωρείται το πιο βαρύ της καριέρας τους, οι κιθάρες συναντούν φουτουριστικά ηλεκτρονικά και hooks που σου μένουν. Ο **Lauri Ylönen** μιλά για οικογένεια, στη σκηνή, όμως, γίνεται εξομολόγηση με decibels.

Monophonics, 1 Νοεμβρίου, Gazarte Ground Stage

Έρχονται από το Σαν Φρανσίσκο, άρα γνωρίζουν τι σημαίνει ψυχεδέλεια. Έχοντας καταφέρει να ξεχωρίσουν σε πολλές πνεύρους για τον τρόπο που ταιριάζουν τον psych ήχο με τη δύναμη της soul και τη φρεσκάδα της σύγχρονης funk, οι Monophonics, με τον χαρισματικό **Kelly Finnigan** στην πρώτη γραμμή, είναι ένα πρότυπο live μπάντας της εποχής.

Stanley Clarke, 19 Νοεμβρίου, Θέατρο Παλλάς

Ο άνθρωπος που έκανε το μπάσο σολίστα, ιδρυτής των Return to Forever, τέσσερις φορές βραβευμένος με Grammy, φέρνει μαζί του όλη την κληρονομιά της σύγχρονης τζαζ. Από τον Miles Davis μέχρι τον McCartney, κάθε συνεργασία του είναι θρύλος. Στην Αθήνα, το παίξιμό του δεν είναι απλά μουσική· είναι μάθημα βαρύτητας, που ανατρέπει το ίδιο το groove.





Robbie Williams



Είμαστε Αστρόσκονη: Το κύκνειο άσμα του Διονύση Σιμόπουλου στο Ευγενίδειο Πλανητάριο με ακυκλοφόρητη μουσική του Vangelis

Το κύκνειο άσμα του Επίτιμου Διευθυντή του Ευγενίδειου Πλανηταρίου Διονύση Σιμόπουλου έμελλε να είναι και το τελευταίο αδημοσίευτο μουσικό έργο του αείμνηστου και παγκοσμίου φήμης μουσικοσυνθέτη Βαγγέλη Παπαθανασίου. Η παράσταση κάνει μια ανασκόπηση σε προηγούμενες παραστάσεις του, με ακυκλοφόρητη μουσική του Vangelis και αφηγητή τον Διονύση Σιμόπουλο. Η αφορμή για την παράσταση είναι τα 20 χρόνια λειτουργίας του Πλανηταρίου, αλλά η ουσία βρίσκεται αλλού: στη διαδρομή από τη γέννηση του ηλιακού συστήματος ως την εμφάνιση της ζωής, στην αέναη ανάγκη να ανακαλύψουμε τα μυστικά των άστρων. Στο τέλος, δεν μένει τίποτα παρά η επίγνωση πως κάθε κύτταρό μας είναι κομμάτι από αστρική σκόνη – και πως η επιστροφή μας εκεί δεν είναι ερώτημα, αλλά αναπόφευκτο ραντεβού.

Vinyl Market, 3 - 5 Οκτωβρίου, Τεχνόπολη

Το Vinyl Market επιστρέφει στην Τεχνόπολη Δήμου Αθηναίων στις 3, 4 και 5 Οκτωβρίου 2025, φέρνοντας μαζί του τη χαρά του βινυλίου. Δεν είναι απλά μια αγορά· είναι μια βόλτα σε αυλάκια που κουβαλούν δεκαετίες ιστορίας, πόνο, ιδρώτα και έρωτα. Δίσκοι συλλεκτικοί, νέες κυκλοφορίες, σπάνιες εκδόσεις από κάθε μουσικό είδος –rock, soul, funk, jazz, latin, blues, electronica– σε περιμένουν να τους κρατήσεις στα χέρια, να νιώσεις το βάρος τους, να μυρίσεις το χαρτί των εξωφύλλων τους. Οι djs στήνουν το soundtrack μιας τριήμερης γιορτής, που θυμίζει ότι η μουσική δεν είναι μόνο streaming, είναι και αφή. Σε έναν χώρο-τοπόσημο της Αθήνας, το Vinyl Market γίνεται απόδραση, εμμονή, συλλογική εμπειρία. Και κάθε βινύλιο που γυρίζει είναι υπενθύμιση: η μουσική είναι πάντα ζωντανή. **A**

ΕΠΙΣΤΡΕΦΕΙ

ΜΕΓΑΡΟ ➤ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΑΘΗΝΩΝ

ΟΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΕΡΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ ΤΟΥ ΠΡΩΤΟΥ ΤΡΙΜΗΝΟΥ ΤΗΣ ΣΕΖΟΝ 2025/26

Το Μέγαρο Μουσικής Αθηνών ανοίγει τις πόρτες του στη νέα καλλιτεχνική περίοδο με έναν σαφή στόχο: να γεφυρώσει τον παγκόσμιο πολιτιστικό ορίζοντα με την ελληνική δημιουργία. Το πρόγραμμα της σεζόν 2025-26 περιλαμβάνει τα πάντα: από διεθνείς ερμηνευτές μέχρι εγχώριες παρουσίες που χαράζουν νέες πορείες, από συμφωνικά έργα μέχρι σύγχρονες δημιουργίες, από χορό και τζαζ μέχρι οικογενειακά μιούζικαλ και εκπαιδευτικές δράσεις. Στα highlights της σεζόν θα ξεχωρίσουμε την αναμέτρηση του Θεόδωρου Κουρεντζή με τον Ρίχαρντ Βάγκνερ αλλά και την πανελλήνια πρώτη εκτέλεση του «*Vespro della Beata Vergine*» του Μοντεβέρντι από την Καμεράτα, υπό τη διεύθυνση του Εμιλιάνο Γκονζάλες Τόρο. Από την άλλη, ο Διονύσης Γραμμένος, ο μαέστρος της ΕΛΣΟΝ, συμπράττει με τον Λεωνίδα Καβάκο και τον βιολοντσελίστα Τιμόθεο Γαβριλίδη-Πέτριν, σε κομμάτια Μπραμς και Ντβόρζακ.

Της **ΝΙΚΗΣ-ΜΑΡΙΑΣ ΚΟΣΚΙΝΑ**



ΑΠΟ ΤΟΝ ΒΑΓΚΝΕΡ ΚΑΙ ΤΟΝ ΡΑΧΜΑΝΙΝΟΦ ΜΕΧΡΙ ΤΗΝ ΤΖΑΖ, ΤΟΝ ΧΟΡΟ, ΤΟ ΘΕΑΤΡΟ ΚΑΙ ΤΟ ΜΙΟΥΖΙΚΑΛ, ΤΟ ΜΕΓΑΡΟ ΦΕΡΝΕΙ ΚΟΡΥΦΑΙΟΥΣ ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΕΣ ΚΑΙ ΝΕΕΣ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ

ΟΙ ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΤΑΡ

Η νέα σεζόν ξεκινά με λάμψη και ένταση. Η σπουδαία σοπράνο **Ασμίκ Γκριγκοριάν**, που τα τελευταία χρόνια έχει κατακτήσει τις μεγαλύτερες όπερες του κόσμου με την εκρηκτική σκηνική παρουσία της, έρχεται για πρώτη φορά στην Ελλάδα, ανοίγοντας τη σεζόν. Θα παρουσιάσει ένα πρόγραμμα αφιερωμένο στους δύο κορυφαίους Ρώσους ρομαντικούς, τον Τσαϊκόφσκι και τον Ραχμάνινοφ, με τη συνοδεία του δεξιότεχνη πιανίστα **Λούκας Γκένιουςας** (17 Οκτ.) Χορηγός Τράπεζα Πειραιώς.

Λίγες μέρες αργότερα, δύο ακόμη κορυφαίοι καλλιτέχνες της διεθνούς σκηνής, η τσελίστα **Σολ Γκαμπέτα** και ο πιανίστας **Μπερτράν Σαμαγιού**, συναντιούνται στη σκηνή του Μεγάρου. Το πρόγραμμά τους εκτείνεται από τον ρομαντισμό του Μέντελσον και του Μπραμς μέχρι τις πιο απαιτητικές συνθέσεις του 20ού και 21ου αιώνα, με έργα του Βόλφγκανγκ Ριμ και του Γαίργκ Βίντμαν. Η συναυλία αυτή συνδυάζει το κλασικό με το σύγχρονο, αναδεικνύοντας την πολυμορφία του ρεπερτορίου τους (22 Οκτ.).

Δύο πολύ μεγάλες μουσικές βραδιές αναμένονται τον Νοέμβριο, καθώς ο **Θεόδωρος Κουρεντζής** και η **Ορχήστρα Utopia** επιλέγουν να αναμετρηθούν με τον Ρίχαρντ Βάγκνερ και το opus magnum του, «*To δαχτυλίδι του Νίμπελουγκ*». Η περίφημη τετραλογία, συμπυκνωμένη σε ένα ενιαίο συμφωνικό έργο από τον **Λόριν Μάσσελ**, που παίζεται για πρώτη φορά στην Ελλάδα, αποτυπώνει ανάγλυφα το μεγαλείο της μουσικής γλώσσας του Γερμανού ρομαντικού, διατηρώντας τη δραματική ακεραιότητα του έργου. Χορηγός των δύο συναυλιών είναι η ΑΙΓΕΑΣ ΑΜΚΕ (14 και 15 Νοεμ.).

Η ατμόσφαιρα των Χριστουγέννων θα αποτυπωθεί με τρόπο μοναδικό, όταν το μουσικό σύνολο **Les Arts Florissants**, υπό τη διεύθυνση του **Πολ Άγκνιου**, θα ερμηνεύσει τέσσερις καντάτες από το «*Ορατόριο των Χριστουγέννων*» του Γίochαν Σεμπάστιαν Μπαχ (16 Δεκ.).

ΟΙ ΟΡΧΗΣΤΡΕΣ IN RESIDENCE Η ΚΑΜΕΡΑΤΑ ΚΑΙ Η ΕΛΣΟΝ

Η Καμεράτα, υπό τη διεύθυνση του **Γιώργου Πέτρου**, θα παρουσιάσει δύο συναυλίες με όργανα εποχής. Η αρχή θα γίνει με τη συναυλία **Mozart Concerti**, ένα αφιέρωμα στον κορυφαίο Αυστριακό συνθέτη (2 Νοεμ.). Λίγες μέρες αργότερα, η **Καμεράτα** θα στραφεί στον αυστριακό ρομαντισμό με τη «*Συμφωνία αρ. 8*», την «*Ημιτελή*» του Σούμπερτ και τη μνημειώδη «*Πέμπτη Συμφωνία*» του Μπετόβεν (19 Νοεμ.). Στη συνέχεια, θα παρουσιάσει ένα σημαντικό θρησκευτικό έργο για πρώτη φορά στην Ελλάδα: το «*Vespro della Beata Vergine*» του Κλάουντιο Μοντεβέρντι, υπό τη διεύθυνση του **Εμιλιάνο Γκονζάλες Τόρο** (28 Δεκ.). Μια κορυφαία στιγμή της σεζόν είναι η συνάντηση του διεθνούς φήμης βιολονίστα **Λεωνίδα Καβάκου** με τον βιολοντσελίστα **Τιμόθεο Γαβριηλίδη-Πέτριν**. Οι δύο κορυφαίοι Έλληνες σολίστ θα ερμηνεύσουν το «*Διπλό Κοντσέρτο*» του Μπραμς, με τη συνοδεία της **Ελληνικής Συμφωνικής Ορχήστρας Νέων**, υπό τη διεύθυνση του **Διονύση Γραμμένου**. Η βραδιά θα ολοκληρωθεί με τη «*Συμφωνία αρ. 9 – του Νέου Κόσμου*» του Αντονίν Ντβόρζακ, ένα έργο που συγκινεί με την ένταση και τον λυρισμό του, και που εδώ θα αποκτήσει την ενέργεια και τη φρεσκάδα μιας νεανικής ορχήστρας (20 Δεκ.).

ΕΝΑ ΜΕΓΑΛΟ ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΟΝ ΡΑΧΜΑΝΙΝΟΦ

Η νέα σεζόν περιλαμβάνει έναν κύκλο αφιερωμένο στον Σεργκέι Ραχμάνινοφ, έναν συνθέτη που συμπυκνώνει την εκφραστικότητα και τον λυρισμό της ρωσικής σχολής. Ο διακεκριμένος πιανίστας **Βασίλης Βαρβαρέσσος** θα ανοίξει τον κύκλο με ρεσιτάλ αφιερωμένο στα έργα του συνθέτη (28 Νοεμ.). Λίγες μέρες αργότερα, ο **Βασίλης Τσαμπρόπουλος** θα συνεχίσει με δικό του πρόγραμμα, δίνοντας έμφαση στον τρόπο με τον οποίο η μουσική του Ραχμάνινοφ γεφυρώνει τον ρομαντισμό με τις πρώτες εκφάνσεις του 20ού αιώνα (9 Δεκ.).

ΤΖΑΖ ΣΤΟ ΜΕΓΑΡΟ

Η σειρά Jazz @ Megaron συνεχίζει να επεκτείνει τους ορίζοντες του Μεγάρου, φέρνοντας στη σκηνή σημαντικά ονόματα του διεθνούς και του ελληνικού τζαζ στερεώματος. Η φετινή σεζόν ξεκινά με τρεις Έλληνες δημιουργούς. Ο **Νικόλας Αναδολής** προτείνει νέες συνθέσεις και αυτοσχεδιασμούς, πλάι σε διασκευές Τσαϊκόφσκι και Μορίκονε (1 Νοεμ.). Ο **Δήμος Δημητριάδης** παρουσιάζει αποσπάσματα από τα έργα «*Dream Modes*» και «*Songs in Revolution*» με το διεθνές κουιντέτο του (5 Νοεμ.). Το κουαρτέτο του **Δημήτρη Καλαντζή**, μαζί με την Ορχήστρα Φιλαρμόνια, «μεταφράζει» στη γλώσσα της τζαζ έργα του Βασίλη Τσιτσάνη (8 Νοεμ.). Στη συνέχεια ξεχωρίζει η εμφάνιση του **Stacey Kent Trio**, με την αισθαντική φωνή της **Στέισι Κεντ** να υφαινεύει γέφυρες ανάμεσα στο γαλλικό chanson, τη βραζιλιάνικη bossa nova και την αμερικανική τζαζ (13 Νοεμ.). Λίγο αργότερα, οι **Ρίτσαρντ Μπόνα** και **Alfredo Rodriguez Trio** θα παρουσιάσουν ένα πρόγραμμα όπου η αφρικανική παράδοση, η λάτιν μουσική και η σύγχρονη τζαζ συνυπάρχουν δημιουργικά (18 Νοεμ.). Χορηγός MOTOR OIL.

ΜΟΥΣΙΚΕΣ ΒΡΑΔΙΕΣ ΜΕ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣΤΙΚΟ ΟΡΓΑΝΟ

Η οργανίστα του Μεγάρου **Ουρανία Γκάσιου** επιλέγει έργα από το πλούσιο ρεπερτόριο του σήμερα, ενώ ο visual artist **Χαράλαμπος Σεβοζλίδης** τα «μεταφράζει» οπτικά με τρισδιάστατες προβολές. Χάρη στην τεχνολογία του 3D projection mapping, το ίδιο το όργανο μεταμορφώνεται σε ζωντανό καμβά, δημιουργώντας ψευδαισθήσεις κίνησης και βάθους που συνομιλούν με τη μουσική (12 Οκτ.). Μια ξεχωριστή συναυλία στη μνήμη του σπουδαίου οργανίστα Νικόλας Κύναστον, που δίδαξε γενιές μουσικών μέσω του εκπαιδευτικού προγράμματος εκκλησιαστικού οργάνου του Συλλόγου Οι Φίλοι της Μουσικής. Οι μαθήτριά του, διεθνώς αναγνωρισμένες σήμερα, Ουρανία Γκάσιου και **Ελένη Κεβεντσίδου**, μοιράζονται τα κλαβιέ και τα πεντάλ του μεγάλου εκκλησιαστικού οργάνου του Μεγάρου σε μια σπάνια συνεργασία (21 Δεκ.).

ΜΟΥΣΙΚΗ ΣΤΗΝ ΑΙΘΟΥΣΑ ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΣ

Η Αίθουσα Δημήτρης Μητρόπουλος, με την εξαιρετική ακουστική της και τις 450 θέσεις, φιλοξενεί καλλιτέχνες που δημιουργούν ιδιαίτερες στιγμές. Η σεζόν ξεκινά με τη μεσόφωνο **Αλεξάνδρα Γκράβας** και το *Blues me Through the Night* (29 Οκτ.), συνεχίζεται με

Γιώργος Πέτρου

Σολ Γκαμπέτα και Μπερτράν Σαμαγιού

© MARCO BORGREVE

Στέισι Κεντ

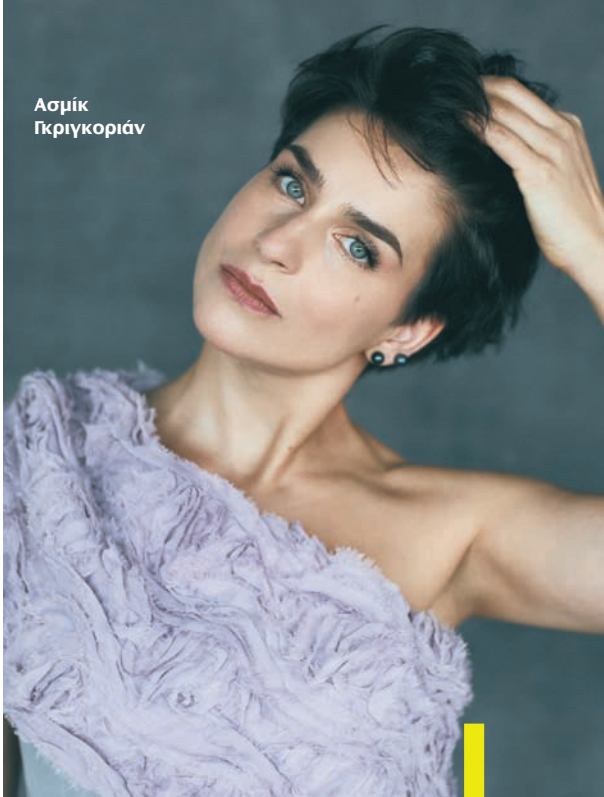
© JUDY MAXWELL

Κατερίνα Διδασκάλου

© OLYA RUNYOVA



Ασμίκ Γκριγκοριάν



© ALGIRDAS BAKAS



Θεόδωρος Κουρεντζής



ΜΕΓΑΡΟ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΑΘΗΝΩΝ



Λεωνίδας Καβάκος



Διονύσης Γραμμένος

© ΟΛΥΜΠΙΑ ΚΡΑΤΑΣΑΚΗ

τον βαρύτονο **Άρη Αργύρη** και τον πιανίστα **Πέτερ Μπόρτφελτ** σε ρεσιτάλ Βέρντι-Βάγκνερ (4 Νοεμ.), ενώ οι **Ηλίας Σδούκος** και **Μάνος Κιτσικόπουλος** παρουσιάζουν έργα του Σοστακόβιτς (20 Νοεμβρίου). Η **Σόνια Θεοδωρίδου** με το **Ensemble Sonus Amantes** και δύο χορωδίες τιμά τη μεσογειακή μουσική στο *Mare Nostrum* (22 Νοεμ.). Επίσης συνεχίζονται και φέτος οι μεσημεριανές συναυλίες, που εγκαινιάζονται με την εμφάνιση της πιανίστας **Ντόρας Μπακοπούλου** (19 Οκτ.).

ΟΙ ΣΥΓΧΡΟΝΟΙ ΗΧΟΙ

Ο κύκλος «Μουσική του Σήμερα» εστιάζει στις νέες ηχητικές εμπειρίες. Το **Κουαρτέτο Εγχόρδων L'Anima** παρουσιάζει δύο νέα έργα Ελλήνων δημιουργών, των Πάννη Κουρούδη και Haralabos (Harry) Stafylakis, συστήνοντάς μας παράλληλα έναν από τους πιο πετυχημένους συνθέτες της Διασποράς (11 Οκτ.). Την ίδια μέρα θα παρακολουθήσουμε το πέρασμα από τον Σοστακόβιτς στον σύγχρονο ήχο του **Άλφρεντ Σνίτκε**. Τρεις μέρες μετά, ο **Στέφανος Θωμόπουλος** παρουσιάζει ένα πιανιστικό πανόραμα των τελευταίων 50 χρόνων: από τον Ξενάκη και τον Φίλιπ Γκλας στον Κουμεντάκη και την 28χρονη Ισμήνη Μπεκ (14 Οκτ.). Ο **Νίκος Αθηναίος** και τα έγχορδα του **Collegium Musicum** κλείνουν τον κύκλο με τέσσερις από τους πιο επιδραστικούς Έλληνες συνθέτες: Δραγατάκης, Παπαϊωάννου, Αντωνίου, Παπαδάτος (30 Οκτ.).

ΘΕΑΤΡΟ ΚΑΙ ΧΟΡΟΣ

Η **Κατερίνα Διδασκάλου** πρωταγωνιστεί στην «*Κλυταιμνήστρα*» της Marguerite Yourcenar, σε σκηνοθεσία **Αντώνη Γαλέου**, με την **Αναστασία Γαλερού-Βλάσση** στον ρόλο της Ιφιγένειας (20-21 Οκτ.). Στη συνέχεια, ο **Χριστόφορος Χριστοφής** παρουσιάζει την ιστορική ιλαροτραγωδία «*Ο Τύραννος και η κόρη*», με πρωταγωνιστή τον **Δημήτρη Πιατά** (13-16 Νοεμ.). Ο Κύκλος Χορού φέρνει στο Μέγαρο το καναδικό συγκρότημα **Les Grands Ballets Canadiens**, που θα παρουσιάσει δύο χορογραφίες του Μάουρο Μπιγκονσέτι: «*Οι τέσσερις εποχές*» και «*Καντάτα*», με την υποστήριξη του Canada Council for the Arts, του Conseil des Arts et des Lettres du Québec και του εστιατορίου MILOS.

ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ

Ο **Ηλίας Καρελλάς** παρουσιάζει το νέο σκιομιούζικαλ «*Kara-Cartoon*», όπου Θέατρο Σκιών, κόμικ και μουσική των **Burger Project** συναντιούνται σε μια διαδραστική παράσταση (18 Οκτ. έως 13 Δεκ.). Ακολουθεί το γιορτινό έργο «*Τα Χριστούγεννα του Καραγκιόζη στην Κούβα*», που μεταφέρει μικρούς και μεγάλους σε ένα χειμωνιάτικο ταξίδι γεμάτο χιούμορ και μουσική (19 Δεκ. 2025 έως 5 Ιαν. 2026). Παράλληλα, οι εκπαιδευτικές δράσεις του Μεγάρου ξεκινούν τον Οκτώβριο και απευθύνονται σε σχολεία αλλά και οικογένειες.

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΣΤΟ ΜΕΓΑΡΟ

Την περίοδο των εορτών ανεβαίνει το οικογενειακό μιούζικαλ «*Ο Αλαντίν και τα μαγικά Χριστούγεννα*». Πρωταγωνιστούν ο **ΖΑΦ** και η **Εβελίνα Παπούλια**, ενώ την καλλιτεχνική ομάδα πλαισιώνουν καταξιωμένα ονόματα: ο **Γεράσιμος Ευαγγελάτος** στο κείμενο και τους στίχους, η **Σοφία Σπυράτου** στη σκηνοθεσία και χορογραφία, η **Χλόη Μάντζαρη** στη σκηνική επιμέλεια, ο **Στέφανος Κορκολής** στη μουσική σύνθεση (20 Δεκ. 2025 έως 5 Ιαν. 2026). Η **Κρατική Ορχήστρα Αθηνών** παρουσιάζει το καθιερωμένο χριστουγεννιάτικο γκαλά «*Ο Γύρος του Κόσμου σε 80 (και κάτι) λεπτά*» (30 Δεκ. 2025), ενώ η Καμεράτα θα υποδεχθεί το νέο έτος με βαλς των Στράους στην Πρωτοχρονιάτικη Συναυλία της υπό τη μουσική διεύθυνση του **Διονύση Γραμμένου** (4 Ιαν. 2026).

RELEASE ATHEENS

Δέκα καλοκαίρια,
ένα φεστιβάλ που αλλάζει

Του ΔΗΜΗΤΡΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ - Φωτό: ΤΑΣΟΣ ΑΝΕΣΤΗΣ

LIVE



Πάνvns Μιράμπιτας - General Manager, Θωμάς Μαχαίρας - Artistic Director, Ανδρέας Παράβας - Technical Director, Μίνα Αγγελοπούλου - Customer Support Manager, Κατερίνα Δρακούλη -

13



Commercial Director

Ο άνθρωποι πίσω από το μεγαλύτερο φεστιβάλ της Ελλάδας ετοιμάζονται αυτό το φθινόπωρο για όσα θα δούμε και θα ακούσουμε το 2026

Κάθε Ιούνιο, η Πλατεία Νερού μετατρέπεται σε κάτι πολύ μεγαλύτερο από συναυλιακό χώρο. Είναι ο τόπος όπου το Release Athens στήνει το δικό του τοτέμ: ένα φεστιβάλ που μέσα σε λιγότερο από μία δεκαετία έγινε συνώνυμο της ζωντανής μουσικής στην Ελλάδα. Όχι μόνο για τα μεγάλα ονόματα που περνάνε από τη σκηνή του, αλλά για την αίσθηση που σου δίνει ότι είσαι κομμάτι μιας φυλής, μιας επανάληψης που, όμως, κάθε χρόνο μοιάζει με πρώτη φορά. Με σύνθημα την εξωστρέφεια και την αισιοδοξία –σχεδόν πεισματικά απέναντι στις δυσκολίες– το φεστιβάλ έφερε νέα πνοή στα live δρώμενα της πόλης και πίστη στην απελευθερωτική δύναμη της μουσικής. Από αυτή τη δύναμη πήρε και το όνομά του: Release Athens.

Στα παρασκήνια δεν υπάρχουν φωτορυθμικά, μόνο λάμπες φθορίου. Εκεί συναντάς τον **Γιάννη Μιράμπιτα**, γενικό διευθυντή του φεστιβάλ. Δεν μιλάει σαν CEO, μιλάει σαν άνθρωπος που έβαλε το κεφάλι του στον πάγκο κι έμεινε εκεί δέκα χρόνια. «Είμαστε ακόμα η ίδια βασική ομάδα από την πρώτη μέρα», λέει. Η φωνή του έχει εκείνη τη χροιά ανθρώπου που έχει φάει καλοκαίρια με ήλιο, σκόνη και χιλιάδες ντεσιμπέλ. «Μεγαλώσαμε μαζί με το φεστιβάλ. Ήρθαν κι άλλα παιδιά, φρέσκα, με τρέλα και ενέργεια. Αυτό το μείγμα είναι που το κρατάει ζωντανό».

Δεν είναι απλά λόγια. Το Release Athens έχει φιλοξενήσει πάνω από ένα εκατομμύριο ανθρώπους. Και το πιο σημαντικό, οι περισσότεροι ξανάρχονται. Ένας παιδικός φίλος που γυρνάει με το παιδί του στην πλάτη. Μια παρέα που ξέρει απέξω το πρόγραμμα πριν ανακωχωθεί. Ένας ξένος που ταξιδεύει για να δει τους **Massive Attack** και βρίσκει μια πόλη που σιγοβράζει. Αυτή είναι η μεγαλύτερη ανταμοιβή της ομάδας: η επιστροφή του κοινού, σαν τελετουργία.

Release Athens: Η συνεργασία με το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος

Το 2023 απολαύσαμε μια εντυπωσιακή συνεργασία με το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος και το καλοκαιρινό του φεστιβάλ SNF Nostos. Είναι κάτι που θα επαναληφθεί στα επόμενα χρόνια; «Η συνεργασία μας, το 2023, με το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος (ISN) και το SNF Nostos ήταν μια από τις πιο ξεχωριστές στιγμές στην πορεία του φεστιβάλ. Συνδυάστηκαν δύο διοργανώσεις με κοινές αξίες και υψηλό επίπεδο παραγωγής, αλλά και με διαφορετική προσέγγιση στο πώς αντιλαμβάνονται τη μουσική και την εμπειρία του κοινού. Μάθαμε πολλά, οι ομάδες μας συνεργάστηκαν εξαιρετικά, το κοινό απόλαυσε κορυφαία shows σε δύο σκηνές, ενώ, στο πλαίσιο της συνεργασίας αυτής, το Ίδρυμα προχώρησε σε σημαντικές δωρεές (ύψους 500.000 ευρώ) για τη στήριξη της ψυχικής υγείας μέσω της μουσικής. Το 2026 είναι μια χρονιά-ορόσημο. Τριάντα χρόνια ISN και δέκα χρόνια Release Athens Festival! Καλύτερη συγκυρία για να ξανασυναντηθούμε δημιουργικά δύσκολα θα μπορούσε να υπάρξει. Με το Ίδρυμα μας ενώνει ο σεβασμός και η κοινή ανάγκη να προσφέρουμε εμπειρίες που έχουν αξία και μένουν στον κόσμο για μια ζωή. Ευελπιστούμε ότι θα το καταφέρουμε ξανά, στο πολύ κοντινό μέλλον», εξηγεί ο Γιάννης Μιράμπιτα.

Οι νύχτες του 2025

Ο **Θωμάς Μαχαίρας**, καλλιτεχνικός διευθυντής, έχει το βλέμμα εκείνου που μετράει κάθε setlist σαν προσευχή. «Θα μπορούσα να μιλήσω για όλους», ξεκινάει. Και το κάνει. Από την **Κάιλι Μινόγκ** και τον **Παύλο Παυλίδη**, που έφεραν τις πιο πολυηληθείς βραδιές, μέχρι τους **Avenged Sevenfold** και τους **Fontaines D.C.**, που μάζεψαν νεανικό αίμα. Οι **Prodigy** σάρωσαν, όπως πάντα. Οι **London Grammar** με τη **Χάνα Ριντ** σε φόρμα. Οι **IDLES**, που έκαναν το αυτονόητο: έσκισαν. Οι **Supergrass** και **The Damned**, παλιοσειρές που απέδειξαν ότι ο χρόνος είναι απλώς ένα νούμερο. Οι **Dream Theater**, που έκλεισαν με δώρο show-σεμινάριο. Κι ύστερα οι **Gojira**. «Ισοπεδωτικοί», λέει ο Θωμάς. «Ένα από τα καλύτερα metal shows που έχω δει ποτέ». Οι **Glass Beams**, «η πιο ιδιαίτερη εμφάνιση του φεστιβάλ». Και η **Aurora**, «πηγαία και απολαυστική». Η φωνή του έχει ακόμα δέος, σαν να μιλάει για κάτι που συνέβη χτες. Αυτό είναι το Release: μια αλυσίδα από στιγμές που αφήνουν αποτύπωμα.

Το κοινό που μεγαλώνει

Από το 2016 μέχρι σήμερα, το φεστιβάλ άλλαξε και το κοινό του. «Βλέπουμε πολύ περισσότερους νέους», λέει ο Θωμάς. Σε μια εποχή που το streaming σκοτώνει τις μπάντες πριν γεννηθούν, η live εμπειρία

παραμένει ναρκωτικό. Rock, pop, indie – όροι που ίσως δεν σημαίνουν πια τίποτα, αλλά για το κοινό του Release Athens έχουν ουσία: το βίωμα. Και κάθε χρόνο, μαζί με τους Έλληνες έρχονται όλο και περισσότεροι ξένοι, που εντάσσουν την Αθήνα στους σταθμούς του παγκόσμιου φεστιβαλικού τους οδοιπορικού.

Οι συζητήσεις για τους headliners δείχνουν την τάση. «Η βιομηχανία προωθεί solo καλλιτέχνες, όχι μπάντες με στόφα headliner», λέει. «Υπάρχουν εξαιρέσεις, σαν τους *Fontaines D.C.*, αλλά σπανίζουν. Και το τι σημαίνει indie ή alternative πια είναι σχεδόν κωμικό». Ο ήχος του μέλλοντος χτίζεται από αλγόριθμους και playlists, αλλά το Release Athens επιμένει να φέρνει σχήματα που ξέρουν να ιδρώνουν πάνω στη σκηνή.

Support acts και μύθοι

Το θέμα των ελληνικών support acts έχει γίνει αστικός μύθος. «Όλες οι ελληνικές μπάντες που έπαιξαν στο Release πληρώθηκαν», ξεκαθαρίζει ο Θωμάς. Από τα **Διάφανα Κρίνα** μέχρι τους πιο άγνωστους, που έπαιξαν στις έξι το απόγευμα μπροστά σε καυτό ήλιο και λίγες ψυχές. Οι φήμες ότι κάποιοι πλήρωναν για να εμφανιστούν μόνο γέλιο και θυμό προκαλούν στην ομάδα. «Μας έχουν προτείνει buy-in, και η απάντηση ήταν πάντα κατηγορηματικό όχι. Το φεστιβάλ δεν στήνεται έτσι». Η συζήτηση έχει το ύφος καπνού που μπαίνει στο μάτι: ενοχλητική αλλά σύνητομη. Γιατί η ουσία είναι αλλού: σεβασμός, επαγγελματισμός και σωστή αμοιβή.

Η τεχνική μαγεία

Ο **Ανδρέας Παράβας**, τεχνικός διευθυντής, μιλάει ως μηχανικός, που ξέρει ότι το show δεν στήνεται με ευχές. «Το Release δεν διαφέρει μόνο από ελληνικά, αλλά και από αρκετά διεθνή φεστιβάλ», λέει. Το μυστικό; Εμπειρία, ακρίβεια και εξοπλισμός τελευταίας γενιάς. «Η ροή μεταξύ των acts, η ακρίβεια στην ώρα, η ποιότητα ήχου και εικόνας. Αυτά δεν είναι δεδομένα». Κάθε χρόνο, η ομάδα κάνει post-mortem, καταγράφει τι πήγε στραβά, διορθώνει. Ο ήχος ρυθμίζεται σε πραγματικό χρόνο, με τον system engineer να παίζει σκάκι με τον άνεμο και τη θερμοκρασία. Μετά, παραδίδει το τιμόνι στον ηχολήπτη κάθε μπάντας. Το αποτέλεσμα είναι πάντα ίδιο: καθαρό, δυνατό, ακριβές. Σαν να βγαίνει η πόλη για λίγο εκτός Ελλάδας και να προσγειώνεται σ' ένα ευρωπαϊκό stage.

Η γραμμή με τους θεατές

Αν το Release είχε φωνή εκτός σκηνής, θα ήταν η **Μίνα Αγγελολοπούλου**, διευθύντρια υποστηρίξης πελατών. «Δεχόμαστε εκατοντάδες κλήσεις τη μέρα πριν το φεστιβάλ», λέει. Ερωτήσεις από το πώς θα έρθεις, μέχρι το πού θα αφήσεις το ποδήλατο. Κατά τη διάρκεια, είναι οι άνθρωποι στα info desks και στα social που απαντούν σε κάθε SOS. Μετά ζητάνε feedback, ευχαριστούν, κρατούν ζωντανή τη σύνδεση. Όταν ακυρώθηκε ο **Μόρισεϊ**, η πρόκληση ήταν τεράστια. «Έπρεπε να διαχειριστούμε απογοήτευση, αλλά με διαφάνεια». Έδωσαν επιλογές: επιστροφή χρημάτων, είσοδο σε άλλα shows, ακόμη και δωρεάν πρόσβαση για κατόχους εισιτηρίων άλλων ημερών. Το κοινό το εκτίμησε. Γιατί, στο τέλος, το Release δεν πουλάει απλώς μουσική: πουλάει εμπιστοσύνη.

Οι χορηγοί και το στοίχημα για το μέλλον

Κάπου ανάμεσα στα μεγάλα logos και τα freebies βρίσκεται η **Κατερίνα Δρακούλη**, εμπορική διευθύντρια. «Οι χορηγοί είναι βασικοί», παραδέχεται. Όχι μόνο γιατί φέρνουν χρήματα, αλλά γιατί χτίζουν εμπειρία: activations, προσφορές, διαγωνισμοί. Οι σταθερές συνεργασίες με μεγάλα brands είναι δείγμα εμπιστοσύνης. «Η συνεργασία αποδίδει», λέει. Οι χορηγοί ξέρουν ότι στο Release θα πάρουν ό,τι έχει συμφωνηθεί και κάτι παραπάνω: πρόσβαση σε ένα κοινό που ζει τη μουσική με πάθος. Και αυτή η συνέπεια είναι που τους κρατάει μέσα, χρόνο με τον χρόνο.

Το Release Athens δεν είναι απλά ένα line-up. Είναι μια κατάσταση που δημιουργεί αναμνήσεις. Δεκάδες καλοκαίρια συμπυκνωμένα σε οκτώ εβδομάδες μουσικής. Σκηνές που καίνε σαν καλοκαίρι, βράδια που καταλήγουν σε θάλασσα, πρόσωπα που λιώνουν κάτω από τα φώτα. Είναι η εμμονή μιας ομάδας να στήσει κάτι που στέκεται απέναντι στη μιζέρια της χώρας και να το κάνει με διεθνή standards.

Το Release Athens δεν είναι τέλειο. Έχει λάθη, παραλείψεις και μια συνεχή πάλη με τις ελληνικές συνθήκες. Αλλά αυτό το καθιστά ζωντανό. Γιατί η τέλεια διοργάνωση είναι ψέμα: το αληθινό φεστιβάλ είναι αυτό που ιδρώνει, κάνει θόρυβο και κουβαλάει το χάος της ίδιας της πόλης που το φιλοξενεί. Και, όπως λέει ο Γιάννης Μιράμπιτα, «χωρίς το κοινό, δεν θα υπήρχε τίποτα να γιορτάσουμε». **Α**

www.athensvoice.gr

Διαβάστε όλη τη συνέντευξη



ΓΙΩΡΓΟΣ

Έτσι έγραψα τα τραγούδια μου

ΣΑΜΠΑΝΗΣ

ΜΟΥΣΙΚΗ





Ε ΑΦΟΡΜΗ ΤΗΝ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑ ΤΟΥ ΝΕΟΥ ΤΟΥ ΤΡΑΓΟΥΔΙΟΥ «**Προς το παρόν**» και τη μεγάλη συναυλία που θα δώσει την **1η Οκτωβρίου στο Κατράκειο**, αναζητήσαμε τον συνθέτη και τραγουδιστή των μεγάλων επιτυχιών και τον πετύχαμε στη Νέα Υόρκη. Ξεκούραστο και σε χαλαρό μουντ, του ζητήσαμε να θυμηθεί μερικές, άγνωστες σε πολλούς, ιστορίες για τις συνθήκες κάτω από τις οποίες γράφτηκαν μερικές από τις τεράστιες επιτυχίες του. Ο Γιώργος πήρε χαρτί και μολύβι και μας έγραψε το παρακάτω γράμμα.

Τέσσερις μικρές ιστορίες τεσσάρων μεγάλων τραγουδιών

Είναι αλήθεια πως πίσω από πολλά τραγούδια κρύβεται μια ιστορία. Άλλες φορές για το πώς γράφτηκε κι άλλες για το πώς βρέθηκε από «το συρτάρι» στην αγκαλιά του κόσμου. Δεν μου είναι εύκολο να ξεχωρίσω ποιες πρέπει να διηγηθώ, ωστόσο θα σας εξιστορήσω μερικές που ίσως σας φανούν ωραίες...

«Δύσκολα φεγγάρια»

Μουσική: **Γιώργος Σαμπάνης**. Στίχοι: **Νίκος Γρίτσος**. Ερμηνεία: **Γιώργος Μαζωνάκης**

Το πρώτο τραγούδι μου ή, μάλλον, η πρώτη μελωδία που έφτιαξα. Έπαιζα σ' ένα ροκ συγκρότημα, τους Φάσμα, αλλά, χωρίς να ξέρω γιατί, στο σπίτι έγραφα πού και πού πολύ λαϊκές μελωδίες. Μία από αυτές ήταν το «*Δύσκολα φεγγάρια*», που το έγραψα κάπου στην Α' Λυκείου και μάλιστα του είχα βάλει και στίχο. Θυμάμαι ότι στο πρώτο τετράστιχο έγραφα «πού είσαι τώρα που σε χρειάζομαι, τώρα που ο κόσμος σκοτεινιάζει, τώρα που μόνος μου κουράζομαι, τώρα για μένα δε σε νοιάζει». Το αστειό της υπόθεσης δεν βρίσκεται στο ότι έκανα τη σύνθεση όταν ήμουν έφηβος, αλλά στο ότι την παρουσίασα στον Γιώργο Μαζωνάκη, όταν με επισκέφθηκε αιφνιδιαστικά στο σπίτι μου για ν' ακούσει τα νέα τραγούδια που του είχα γράψει. Εγώ όμως δεν είχα γράψει ούτε νότα! Τον ρώτησα αν μπορώ να του τραγουδάω τις μελωδίες χωρίς λόγια, και τότε θυμήθηκα ξαφνικά τη μελωδία του «*Δύσκολα φεγγάρια*». Ο πολύ ταλαντούχος Μαζώ την «έπιασε» αμέσως και μου είπε να τη στείλω στον Νίκο Γρίτση για να γράψει στίχο. Το τραγούδι μπήκε απευθείας για παραγωγή από τον Κώστα Καλημέρη, χωρίς ακόμα να έχουμε τους στίχους. Μάλιστα, ενώ βρισκόμασταν στο studio, διαπιστώσαμε ότι ο Γρίτσος είχε... ξεχάσει να γράψει το δεύτερο κουπλέ. Το έκανε επιτόπου μέσα σε πέντε λεπτά!

«Αυτό που αγαπάς»

Μουσική: **Γιώργος Σαμπάνης**. Στίχοι, ερμηνεία: **Γιώργος Σαμπάνης** και **Πάνος Κατσιμίχας**

Οι αδερφοί Κατσιμίχα δεν είναι απλή υπόθεση για μένα. Τους έχω δει live όταν ήμουν παιδί πάνω από 30 φορές και είναι μια από τις πιο σοβαρές μου μουσικές επιρροές. Μάλιστα συνεχίζω συχνά πυκνά να ακούω τους δίσκους τους ως απλός ακροατής και συγκινούμαι, παρώνομαι κι αναρωτιέμαι πώς γίνεται να γράφουν τόσο σπουδαία τραγούδια. Τον Πάνο Κατσιμίχα τον είδα πάνω από 10 φορές μόνο του σ' εκείνο το φοβερό πρόγραμμα με τον Γιώργο Νταλάρα και τον Μπάμπη Στόκα, στον Ζυγό, στις αρχές του 2000. Σε μια συνάντηση στην Ερατώ, τον οργανισμό για τα πνευματικά δικαιώματα, έτυχε ο Πάνος Κατσιμίχας να κάθεται δίπλα μου. Αφού μιλήσαμε λίγο, κατάλαβα πως, εκτός του ότι ήταν αγαπημένος μου δημιουργός, θα γινόταν κι ένας αγαπημένος μου άνθρωπος (αλλά αυτό είναι άλλη συζήτηση) και μου «καρφώθηκε» στο κεφάλι να του γράψω ένα τραγούδι. Έναν χρόνο μετά ήρθαν ο covid και η καραντίνα, κι εγώ, σε μια κρίση ελικοκρίνειας απέναντι στους ανθρώπους που αγαπώ, έγραψα μουσική και στίχους στο «*Αυτό που αγαπάς*» και το έστειλα στον Πάνο στο email που μου έδωσαν από την τότε δισκογραφική μου εταιρεία. Ύστερα από περίπου δέκα ημέρες έλαβα μια συγκλονιστική απάντηση από τον ίδιο! Επίσης, διόρθωσε τόσο τον υπάρχοντα στίχο, που τον παρακάλεσα να τον συνυπογράψει, μια και είχε ξεκάθαρα πια την προσωπικότητά του, ενώ αγκάλιασε τη μελωδία με έναν σεβασμό σχεδόν θρησκευτικού χαρακτήρα. Στο studio, που μπήκαμε με τον παραγωγό μου, Χρήστο Σουμκα, ο Πάνος μας «σκότωσε» με την καλλιτεχνικότητά του κι εγώ κέρδισα μια από τις πιο αγαπημένες ηχογραφήσεις στην καριέρα μου κι έναν φίλο καρδιάς που ούτε στα πιο τρελά μου όνειρα δεν πίστευα ότι θα αποκτήσω!

«Αν δεν έρθεις εσύ»

Μουσική, ερμηνεία: **Γιώργος Σαμπάνης**. Στίχοι: **Ελεάνα Βραχάλη**

Με την Ελεάνα Βραχάλη μάς συνδέουν πολλά – τόσο πολλά, που είναι σχεδόν αδύνατο να τα αναφέρω. Μετά την «*Άγρια θάλασσα*» κι αφού είχαμε κάνει πέντε άλμπουμ μαζί και είχαμε συνυπογράψει δεκαπέντε τραγούδια για άλλους τραγουδιστές, αποφασίσαμε να κάνουμε ένα καλλιτεχνικό διάλειμμα το οποίο, ούτε λίγο ούτε πολύ, κράτησε πέντε χρόνια. Κάποια στιγμή συναντηθήκαμε και ήταν σαν να μην είχε περάσει μια μέρα, οπότε είπαμε να γράψουμε ξανά μαζί. Πραγματικά, το ένα τραγούδι έφερε τ' άλλο και κάποια από αυτά θα τα ακούσετε στο προσεχές μέλλον. Ανάμεσά τους ήταν και το «*Αν δεν έρθεις εσύ*», το οποίο γράφτηκε μέσα από έναν διάλογο με την Ελεάνα και δείχνει τη δυνατή χημεία μας. Επειδή εκείνη μένει εκτός Αθήνας, ήταν δύσκολο να συναντηθούμε, κι εγώ ήθελα να βρεθούμε από κοντά για να γράψουμε, κι όχι μέσα από μηνύματα. Λόγω των πολλών υποχρεώσεων που είχαμε και οι δύο, το ενδεχόμενο να συναντηθούμε όλο κι απομακρύνονταν. Όταν της το ανέφερα αυτό, μου απάντησε: «Εντάξει, αν δεν έρθεις εσύ, θα 'ρθω εγώ». Κόλλησα! Δεν ξέρω γιατί... Έπιασα αμέσως δουλειά, έφτιαξα τη μουσική και πάνω στο πρώτο ρεφρέν έβαλα τη φράση που μόλις είχε πει η Ελεάνα. Της το έστειλα, ξετρελάθηκε και εγένετο η πρώτη μας συνεργασία έπειτα από πέντε χρόνια!

«Προς το παρόν»

Μουσική: **Γιώργος Σαμπάνης**. Στίχοι **Ελένη Γιαννατσούλια**. Ερμηνεία: **Γιώργος Σαμπάνης** (πρώτη ερμηνεία: **Αμαρυλλίς**).

Με τη στιχουργό Ελένη Γιαννατσούλια συναντήθηκα πρώτη φορά σε μια απονομή του Νίκου Οικονομόπουλου και της πρότεινα να γράψουμε μαζί. Λίγο καιρό αργότερα, η Αμαρυλλίς, η οποία ήταν συμμαθήτριά μου στο σχολείο, ήθελε να της φτιάξω ένα τραγούδι και μ' έφερε σε επαφή με την Ελένη, καθώς είναι φίλες, όμως το τραγούδι το είπε τελικά η Πέγκυ Ζήνα. Στο πέραςμα των χρόνων, γράψαμε πολλά τραγούδια με την Ελένη, τα οποία γνώρισαν μεγάλη επιτυχία κι αγάπη από τον κόσμο. Σε μια συνάντησή μας το 2019, η Ελένη μού παρουσίασε την ιδέα του στίχου κι έπειτα από μερικές μέρες κατάφερα να τον μελοποιήσω. Το «*Προς το παρόν*» ενορχηστρώθηκε και πήγε σε πολύ γνωστό Έλληνα τραγουδιστή, που, όταν το άκουσε έτοιμο στην παραγωγή, αποφάσισε να το... απορρίψει! Μου έχει τύχει πολλές φορές να απορρίψουν τραγούδια, όμως πρώτη φορά μού συνέβη να απορριφθεί κάποιο ενώ μου είχαν πει ότι θα το έλεγαν κι είχαμε κάνει την παραγωγή. Ήμουν απαρνηγόρητος! Ενώ βρισκόμουν για καφέ στη Γλυφάδα με την Αμαρυλλίδα, της πρότεινα να το πει εκείνη και δέχτηκε. Ετοιμάσαμε το τραγούδι στον τόνο της και, για να το προωθήσουμε ακόμα περισσότερο, το είπα κι εγώ παίζοντας απλά κιθάρα σ' ένα ιντερνετικό live που έκανα τότε λόγω της καραντίνας. Ο κόσμος αγάπησε το «*Προς το παρόν*» και με τη δική μου φωνή, τόσο μέσα από το ιντερνετικό live όσο και μέσα από τις συναυλίες μου. Έτσι, πέντε χρόνια από την πρώτη κυκλοφορία του, αποφασίσαμε με την εταιρεία μου, την Panik Records, να το κάνουμε σε νέα παραγωγή και να είναι το νέο μου single, το οποίο κυκλοφορεί εδώ και λίγες ημέρες. Και, φυσικά, θα το πω και στη μεγάλη μου συναυλία στην Αθήνα, την 1η Οκτωβρίου στο Κατράκειο Θέατρο Νίκαιας. **A**



Μου έχει τύχει πολλές φορές να απορρίψουν τραγούδια, όμως πρώτη φορά μού συνέβη να απορριφθεί κάποιο ενώ μου είχαν πει ότι θα το έλεγαν κι είχαμε κάνει την παραγωγή. Ήμουν απαρνηγόρητος!



SOFT CLUB

Η Gen Z φαίνεται να αποχαιρετά τα hangover της επόμενης ημέρας. Roof tops καφέ στο κέντρο που οργανώνουν απογευματινά vinyl sessions, concept stores

Της ΜΑΡΙΑΣ-ΙΩΑΝΝΑΣ ΣΙΓΑΛΟΥ - Φωτό: ΤΑΣΟΣ ΑΝΕΣΤΗΣ

ΝΕΑ ΤΑΣΗ



Amore Spritzeria, στην οδό Μεναίχμου

BEING

που δοκιμάζουν πρωινές yoga με live dj,
που κάνουν meet-ups με ambient μουσική.



ΕΧΡΙ ΠΡΟΤΙΝΟΣ ΤΟ ΚΛΑΜΠΙΝΓΚ ΣΗΜΑΙΝΕ ΤΟ ΕΞΗΣ: Ξενύχτι μέχρι το πρωί, φτηνό αλκοόλ με ακριβό αντίτιμο την επόμενη μέρα και φωτογραφίες που κανείς δεν θυμάται πώς τραβήχτηκαν. Αυτή ήταν κάτι σαν την τελετουργία της ενηλικίωσης. Βγήκες, άντε-ξες, μεγάλωσες. Το βαρύ κεφάλι και το σώμα «λες και το 'χει πα-τίσει φορτηγό» ήταν «λάβαρα» και μια απόδειξη ότι χθες βράδυ «του 'δωσες και κατάλαβε». Ωστόσο, το σκηνικό φαίνεται ν' αλλάζει.

Το κυνήγι της ευεξίας και ενός πιο υγιεινού lifestyle εν γένει, ανατρέπει τον παραδοσιακό χάρτη της νυχτερινής ζωής. Σήμερα, η Gen Z βγαίνει με πρόγραμμα. Δεν αρνείται το πάρτι, απλώς το επαναπροσδιορίζει. Σου λέει: «θα χορέψω, αλλά θα κοιμηθώ. Θα βγω, αλλά δεν θα καταστραφώ». Έτσι προκύπτει το soft clubbing.

Τι είναι το soft clubbing

Πρόκειται για μια τάση που κερδίζει ολοένα και περισσότερους υποστηρικτές, προσφέροντας μια πιο ισορροπημένη εμπειρία εξόδου, χωρίς να χάνεται το στοιχείο της διασκέδασης και της κοινωνικής επαφής, ίσα ίσα μεγαλώνει. Μια εναλλακτική προσβάσιμη στην παραδοσιακή νυχτερινή ζωή, πιο νηφάλια και πιο συνειδητή. Το πάρτι μεταφέρεται για νωρίτερα. Το βράδυ δίνει τη θέση του σε απογεύματα ή πρωινά και τα σκληρά ποτά στη μετρημένη κατανάλωση πιο ποιοτικού αλκοόλ. Ως χώροι διασκέδασης δεν επιλέγονται πια υπόγεια «μαύρα» κουτιά –χτυποκάρδι των κλειστοφοβικών–, των οποίων οι τοίχοι έχουν «ποτίσει», αλλά ταράτσες με ανοιχτωσιά, micro bakeries με δανέζικο hygge, βιβλιοθήκες κι άλλα απρόσμενα μέρη.

Όπως φαίνεται στα social media

Στα social media το soft clubbing εμφανίζεται κυρίως μέσα από reels και stories με golden hour φωτισμό, djs να παίζουν σε καφετέριες ή roof tops, φίλους να κρατούν matcha ή mocktails αντί για ποτήρια με αλκοόλ, και λεζάντες του τύπου: *Not too late, not too loud ή Day time dance, sober vibes*. Το feed γεμίζει με hashtags όπως #SoftClubbing, #DaytimeDance και #SoberCurious. Πολλοί influencers μιλούν για «πάρτι χωρίς hangover», ενώ τα brands wellness και lifestyle το αγκαλιάζουν ήδη με συνεργασίες. Το mood που περνάει είναι καθαρό: λιγότερη υπερβολή, περισσότερη παρουσία και μεγαλύτερη αίσθηση του community – λογικό, αν σκεφτείς ότι έχεις χρόνο να μιλήσεις νηφάλιος/α, χωρίς η μουσική να σου παίρνει τ' αυτιά.

Τι λένε τα στατιστικά

Δεν πρόκειται για hype των social. Τα νούμερα είναι ξεκάθαρα. Στο Ντένβερ τα πάρτι τις πρωινές ώρες ανέβηκαν 343% μέσα σε έναν χρόνο, σύμφωνα με ανάλυση της Eventbrite για την άνοδο του soft clubbing στις ΗΠΑ. Στο Σικάγο οι καφετέριες γεμίζουν με dj sets χωρίς σταγόνα αλκοόλ. Στην Αμερική γενικότερα, οι διοργανώσεις coffee clubbing σημείωσαν αύξηση 478%, τα sauna raves 256%, ενώ τα πρωινά dance parties περίπου 20% – στοιχεία που επίσης κατέγραψε η Eventbrite.

Γιατί;

Η γενιά αυτή ενηλικιώθηκε με κρίσεις – οικονομικές, οικολογικές, υγειονομικές. Οι έξοδοι που αφήνουν πονοκέφαλο, τρύπιο πορτοφόλι και ίσως κενά μνήμης δεν φαντάζουν πια και τόσο ελκυστικές. Όπως λέει η Rosellillano της Eventbrite: «Δεν είναι για να στερηθείς, είναι για να κερδίσεις περισσότερα. Παρουσία, πρόθεση, χαρά».

Η στροφή προς το λεγόμενο «ήπιο κλάμπινγκ» δεν είναι τυχαία. Ήρθε ως αποτέλεσμα κόπωσης από τα ξενύχτια και την υπερβολή, αλλά και του αυξημένου κόστους της νυχτερινής ζωής, όπου ένα ποτό πλέον ισοδυναμεί με μικρό προϋπολογισμό. Στην Αθήνα του 2025, με ποτά στα 12€ και μπουκάλια που φλερτάρουν με τον κατώτατο μισθό, το να πας σε ένα απογευματινό event με είσοδο 8€ και να πιεις ένα Aperol ακούγεται πολύ πιο λογικό και budget friendly. Παράλληλα, η γενικότερη κουλτούρα ευεξίας –με γιόγκα, σωστή διατροφή και φροντίδα του ύπνου– έχει επηρεάσει τον τρόπο που διασκεδάζει η νεότερη γενιά.

Η καραντίνα λειτούργησε ως σημείο καμπής: τα μεγάλα clubs έμειναν κλειστά, οι άνθρωποι συνήθισαν σε πιο ήπιες μορφές ψυχαγωγίας, όπως επιτραπέζια στο σπίτι, και όταν οι πόρτες ξανάνοιξαν, δεν υπήρχε η ίδια διάθεση για υπερβολή.

Κλάμπινγκ στην Αθήνα, αλλά αλλιώς

Αν και η τάση είναι ακόμα στα σπάργανα εδώ, εμφανίζονται μικρά δείγματα. Roof tops που δοκιμάζουν πρωινές yoga με live dj, καφέ στο κέντρο που οργανώνουν απογευματινά vinyl sessions, concept stores που κάνουν meet-ups με ambient μουσική. Δεν είναι rave αλλά ούτε και αποστειρωμένη διάλεξη, είναι κάτι στο ενδιάμεσο, που ταιριάζει σε μια πόλη η οποία έχει μάθει να βγαίνει αργά, αλλά τελευταία έχει κουραστεί να ξενυχτάει.

Όλα για το content;

Μήπως βέβαια όλο αυτό το trend αφορά μόνο την αισθητική και κατ' επέκταση την προβολή/επίδειξη αυτής στα So Me; Σίγουρα είναι πιο ινσταγματικό, ένα βινύλιο σε ένα industrial καφέ από ένα φωτισμένο μπουκάλι βότκας σε ένα αδιάφορο μπαρ. Αν καταλήξουμε βέβαια στο ότι όλα γίνονται για το «content», τότε προτιμώ να είμαι με δύο ποτά στο χέρι, παρά μ' ένα κινητό. Θα δείξει.

Και, κάπως έτσι, η πιο «ανήλικη» γενιά δείχνει να έχει βρει τον πιο ενήλικο τρόπο διασκέδασης. Ίσως τελικά δεν μεγάλωσε τόσο γρήγορα, όπως λένε, απλώς διάλεξε να μεγαλώσει αλλιώς. **A**

SCREEN DIARIES

Από Λάνθιμο και «Φρανκενστάιν» μέχρι Οικονομίδα και...
Μπρους Σπρίνγκστριν!

Του ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΚΑΪΜΑΚΗ



Σκηνή από την ταινία «Σπασμένη φλέβα» του Γιάννη Οικονομίδη

ΤΟ ΦΕΤΙΝΟ ΚΙΝΗΜΑΤΟΓΡΑΦΙΚΟ ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ μας δροσίζει για τα καλά με αρκετές σπουδαίες ταινίες, ενώ κάποιες από αυτές θα τις συναντήσουμε και στα προσεχή βραβεία Όσκαρ. Σημείωση: ορισμένες από τις ημερομηνίες εξόδου των παρακάτω φιλμ ενδέχεται να αλλάξουν.

Εξωγήινοι στη Γη

Οι υψηλές προσδοκίες αλλά και η φυσική περιέργεια για το «τι στο καλό είναι η Βουγονία» μετατρέπουν τη νέα ταινία του **Γιώργου Λάνθιμου** σε μια από τις αναμενόμενες –αν όχι την πιο αναμενόμενη– της χρονιάς. Ριμέικ της άγνωστης σχετικά σάτιρας φαντασίας «**Save the Green Planet**» (2003) του Νοτιοκορεάτη **Τζανγκ Τζουν-γουάν**, η «**Βουγονία**» ανοίγει τις **31ες Νύχτες Πρεμιέρας**, πριν βγει στις 6 Νοεμβρίου στις αίθουσες. Το στόρι αφορά την ακραία αντίδραση ενός «πειραγμένου» συνωμοσιολόγου (Τζέσι Πλέμονς), που απάγει τη διευθύνουσα σύμβουλο (Έμα Στόουν) μιας πολυεθνικής φαρμακευτικής, επειδή τη θεωρεί εξωγήινη από την Ανδρομέδα με αποστολή τον αφανισμό της ανθρωπότητας. Πesiμιστικό σχόλιο για το τέλος στο οποίο βρίσκεται σήμερα η ανθρωπότητα, με όχημα το γνωστό βιτριολικό ύφος του διεθνώς καταξιωμένου Έλληνα σκηνοθέτη.

Καλώς τον 2ο Τζορτζ

Ένας άλλος Τζορτζ, που είχαμε καιρό να δούμε στο σινεμά, είναι ο Κλούνι, ο οποίος επιστρέφει με το «**Jay Kelly**» του **Νόα Μπάουμπακ**, σε έναν ρόλο που μπορεί να τον βάλει και πάλι σε οσκαρική τροχιά. Ο Αμερικανός ηθοποιός παραδίδει μια σχεδόν αυτοαναφορική ερμηνεία, καθώς υποδύεται έναν διάσημο κινηματογραφικό star που βιώνει τρομερή υπαρξιακή κρίση. Η ταινία αναμένεται στις αίθουσες τον Νοέμβριο.

Κλασικός τρόμος

Σε μια χρονιά που τα περισσότερα κινηματογραφικά τέρατα («**Λυκάνθρωπος**», «**Nosferatu**») πέρασαν αλλά δεν άγγιξαν, ο «**Frankenstein**» του Γκιγιέρμο ντελ Τόρο (αρχές Νοεμβρίου στις αίθουσες και στη συνέχεια στο Netflix) στοχεύει στο να κάνει τη διαφορά. Αρκετοί βέβαια αναφέρονται σε ριψοκίνδυνες επιλογές του Μεξικανού σκηνοθέτη, με πιο τρανταχτή την περίπτωση του Τζέικομπ Ελόρντι, τον οποίο αρκετοί δημοσιογράφοι στο φεστιβάλ Βενετίας βρήκαν πολύ όμορφο για να υποδυθεί το αποκρουστικό τέρας του επιστήμονα Όσκαρ Άιζακ, που δημιουργήθηκε από τη φαντασία της Μέρι Σέλεϊ.

Μουσική κληρονομιά

Στις 20 Οκτωβρίου το «**Springsteen - Deliver me From Nowhere**» μας συστήνει την προσωπική ιστορία του Μπρους Σπρίνγκστιν. Το σενάριο, διασκευή του ομότιτλου βιβλίου του Γουόρεν Ζέινς, επικεντρώνεται σε μια ιδιαίτερη εποχή για τον τραγουδοποιό, γύρω στις αρχές των 80s, όταν δημιούργησε το κορυφαίο ίσως άλμπουμ του, το «**Nebraska**». Ο Τζέρεμι Άλεν Γουάιτ («**The Bear**») μεταμορφώνεται σε «Boss», ενώ ο Τζέρεμι Στρονγκ αναλαμβάνει τον ρόλο του μάννατζερ του Σπρίνγκστιν και παραγωγού Τζον Λαντάου. Η ταινία βγαίνει στις αίθουσες στις 23 Οκτωβρίου.

Στην εποχή του #MeToo

Μετά το αμφιλεγόμενο και επιφανειακό «**Queer**», ο **Λούκα Γκουαντανίνο** επιστρέφει, όπως φαίνεται, στα στιβαρά δράματα με το «**Μετά το κυνήγι**», φέρνοντας την Τζούλια Ρόμπερτς ξανά σε τροχιά μεγάλων ερμηνειών. Το στόρι αφορά το ηθικό δίλημμα που αντιμετωπίζει μια καθηγήτρια Φιλοσοφίας στο

Γέιλ, όταν μια αγαπημένη της φοιτήτρια (η περιζήτητη Άγιο Εντέμπερι, «**The Bear**») κατηγορεί έναν συνάδελφό της (Άντριου Γκάρφιλντ) για βιασμό. Επίκαιρο, αν μη τι άλλο, το φιλμ θίγει ζητήματα που σχετίζονται με το #MeToo και το cancel culture και αναμένεται να προκαλέσει χαοτικές αντιδράσεις στο διαδίκτυο. Στις αίθουσες από τις 16 Οκτωβρίου.

I'll be back

Είναι βέβαιο ότι φέτος δεν θα ζήσουμε πιο εντυπωσιακή επιστροφή από αυτήν του «κορυφαίου εν ζωή ηθοποιού» Ντάνιελ Ντέι Λιούις, ο οποίος οκτώ χρόνια μετά την «**Αόρατη κλωστή**» και την απόφασή του να εγκαταλείψει την υποκριτική, ανέκρουσε πρύμναν. Ο λόγος ήταν άκρως σοβαρός και οικογενειακός, καθώς ο γιος του, Ρόναν, υπέγραψε το σκηνοθετικό του ντεμπούτο με τίτλο «**Anemone**». Πρόκειται για ένα σκληρό οικογενειακό δράμα, τοποθετημένο στη Βόρεια Αγγλία, με κεντρική ιδέα την επανένωση δύο αδελφών (ο Σον Μπιν δίπλα στον βρετανό star) ύστερα από πολλά χρόνια. Το σενάριο της ταινίας, που βγαίνει στις αίθουσες στις 23 Οκτωβρίου, συνοπογράφουν από κοινού πατήρ και υιός κι έχει έμμεση αναφορά στο περίπλοκο «ιρλανδικό τραύμα».

The wrestler

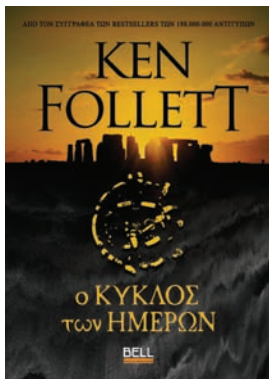
Η ταινία του Μπένι Σάφντι «**Smashing Machine**» έπεσε σαν κομήτης στο πρόσφατο φεστιβάλ της Βενετίας, όπου ήταν υποψήφια για τον Χρυσό Λέοντα. Μπορεί το φιλμ να μην κέρδισε το βαρύτιμο έπαθλο, όμως όλοι μίλησαν με τα πιο εγκωμιαστικά σχόλια για τη μεταμόρφωση του Ντουέιν Τζόνσον στον πρωταθλητή βαρέων βαρών στο UFC Μαρκ Κερ. Τον αγνώριστο (έχασε σχεδόν 15 κιλά) «**Rock**» συντροφεύει επί της οθόνης η Έμιλι Μπλαντ, η οποία μάλιστα προέτρεψε τον ηθοποιό να πάρει τον ρόλο. Ο σκηνοθέτης Μπένι Σάφντι («**Good Time**», «**Uncut Gems**») για πρώτη φορά γυρίζει ταινία χωρίς τον αδερφό του, **Τζος, με τον οποίο υπέγραψαν από κοινού τα «Good Time» και «Uncut Gems**». Στις αίθουσες από τις 2 Οκτωβρίου.

Ο φετινός Χρυσός Φοίνικας

Ο Ιρανός **Τζαφάρ Παναχί** ήταν ο μεγάλος νικητής φέτος στις Κάννες, με ένα υπόγειο ουμανιστικό δράμα που σταδιακά μεταβάλλεται σε πολιτικό θρίλερ. Το «**Ένα απλό ατύχημα**» (στις αίθουσες στις 16 Οκτωβρίου) είναι μια αριστοτεχνικά σχεδιασμένη καταγγελτική αλληγορία για τις απαλλοτρίες διώξεις που υφίστανται οι αντιφρονούντες Ιρανοί καλλιτέχνες, η οποία ξετυλίγεται από τη στιγμή που ένα αυτοκινητικό ατύχημα πυροδοτεί μια σειρά αλυσιδωτών και ανεξέλεγκτων καταστάσεων.

«Τι πήγες κι έκανες, ρε;»

«**Σπασμένη φλέβα**» λέγεται η νέα ταινία του **Γιάννη Οικονομίδη** κι ο τίτλος τα λέει όλα. Όμως σε αυτή τη δημιουργία του Κύπριου δημιουργού, που έρχεται πέντε χρόνια μετά από την «**Μπαλάντα της τρύπιας καρδιάς**», το βέβηλο χιούμορ ευθυγραμμίζεται με μια λυτρωτική κωμική συνθήκη, η οποία έχει ως βάση (το σενάριο συνοπογράφουν ο σκηνοθέτης και ο **Βαγγέλης Μουρίκης**) τον Γολγοθά που τραβάει ένας καταχρεωμένος μεσήλικας επιχειρηματίας, που δεν μπορεί να βάλει φρένο στα συνεχή λάθη του. Στο φιλμ, που βγαίνει στις αίθουσες στις 27 Νοεμβρίου, παίζουν οι: Βασίλης Μπισμπίκης, Μαρία Κεχαγιόγλου, Μπέτυ Αρβανίτη (επιστροφή στο σινεμά έπειτα από 2 και βάλε δεκαετίες για τη γνωστή ηθοποιό), Στάθης Σταμουλακάτος και Κλέλια Ρένεση. **A**



ΡΙΑ ΤΙΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ, το τελευταίο τρίμηνο της χρονιάς (και καλύτερο του έτους, μακράν) είναι κάτι σαν λούνα παρκ για τους βιβλιόφιλους. Και εκείνοι αισθάνονται, με τη σειρά τους, σαν παιδιά στο λούνα παρκ. Οι νέες εκδόσεις είναι πολλές, τα καλά έως πολύ καλά βιβλία ανάμεσά τους είναι τόσα που κανείς δεν θα προλάβαινε να τα διαβάσει όλα, οι επιλογές καλύπτουν κάθε γούστο (γιατί βέβαια τα αναγνωστικά γούστα είναι πολλά και ισάξια: ισότιμα), και οι δρόμοι προς τα βιβλιοπωλεία δεν είναι μόνο για τους happy few, αλλά για όλους. Παρακάτω, διαβάστε μία μικρή μόνο επιλογή από τις πολυαναμενόμενες κυκλοφορίες ξένης πεζογραφίας. Καλές αναγνώσεις!

Miranda July, «Στα τέσσερα»

(μετάφραση **Νατάσα Σιδέρη**, 464 σελίδες, εκδόσεις **Αλεξάνδρεια**)

Μια καλλιτέχνηδα ανακοινώνει την πρόθεσή της να διασχίσει τις ΗΠΑ με το αυτοκίνητο, ξεκινώντας από το Λος Άντζελες και καταλήγοντας στη Νέα Υόρκη. Αποχαιρετά τον άντρα και το παιδί της και, μισή ώρα αργότερα, βγαίνει από την εθνική, πιάνει ένα δωμάτιο σε ένα φτηνό ξενοδοχείο και καταδύεται σε ένα εντελώς διαφορετικό ταξίδι. Η ιστορία μιας γυναίκας που διεκδικεί την ελευθερία της. Τολμηρό, σέξι, τρυφερό και ξεκαρδιστικό, ένα μυθιστόρημα για μια γυναίκα στις απαρχές της μέσης ηλικίας, που φέρνει τα πάνω κάτω στη ζωή της. Όχι μόνο για γυναίκες αναγνώστριες!

Ken Follett, «Ο κύκλος των ημερών»

(μετάφραση **Βεατρίκη Κάντζολα Σαμπατάκου**, 648 σελίδες, εκδόσεις **Bell**)

Ο Φόλετ είναι μια κατηγορία από μόνος του, ένας μεγάλος δεξιότηχνης επικών μυθιστορημάτων που δεκαετίες τώρα βρίσκεται συνεχώς στην κορυφή. Γνωστός για την ενδελεχή ιστορική έρευνα που πλαισιώνει όλα του τα βιβλία, αυτή τη φορά καταπιάνεται με ένα συναρπαστικό θέμα – και, ταυτόχρονα, με ένα από τα μεγαλύτερα μυστήρια του κόσμου: το Στόουνχεντζ! Ένας νεαρός γεωρύχος που πηγαίνει να παρα-

κολουθήσει την τελετουργία του Μεσοκαλόκαιρου, μια ιέρεια με ηγετικές ικανότητες, μια περιοχή και μια εποχή γεμάτες βαθιές διαφορές και έγχρες... ένα σκηνικό που θα γεννήσει ένα θαύμα.

Dahlia de la Cerda, «Αδέσποτες σκύλες»

(μετάφραση **Ασπασία Καμπύλη**, 168 σελίδες, εκδόσεις **Carnivora**)

Στη μακρά λίστα για το Διεθνές Μπούκερ του 2025 (σπάνιο για συλλογή διηγημάτων), οι «Αδέσποτες σκύλες» είναι το ντεμπούτο μιας Μεξικανής συγγραφέως που αξίζει να προσέξουμε. Στις 13 αυτές ιστορίες φεμινιστικού τρόμου, κοινωνικής κριτικής και μαύρης κωμωδίας, πρωταγωνιστούν γυναίκες αποφασισμένες να παλέψουν προτού γίνουν οι ίδιες θύματα. Από πληρωμένες δολοφόνισσες, influencers και πόρνες, μέχρι νοικοκυρές, φοιτήτριες και θεούσες, είναι δυνατές και αποφασισμένες να λύσουν μόνες τα προβλήματά τους. Όλα αυτά, από έναν εκδοτικό που ξέρει καλά και τη λογοτεχνία της Λατινικής Αμερικής και τη σύγχρονη γυναικεία-φεμινιστική πεζογραφία.

Sebastian Fitzek, «Το κορίτσι του ημερολογίου»

(μετάφραση **Ειρήνη Γεούργα**, 440 σελίδες, εκδόσεις **Διόπτρα**)

Κάθε φορά που βγάζει μυθιστόρημα ο Φίτζεκ, το μόνο σίγουρο είναι ότι θα καταγραφεί ακόμη ένα μεγάλο μπεστ σέλερ: έχει το δικό του, πολυάριθμο και αφοσιωμένο κοινό. Στο νέο του θρίλερ πρωταγωνιστεί μια ψυχολόγος με ειδικότητα στα βίαια εγκλήματα, που θα παλέψει για να εντοπίσει τους βιολογικούς γονείς της υιοθετημένης της κόρης, γιατί από αυτό εξαρτάται η ζωή της. Κι αυτό θα είναι μόνο η αρχή του επιλόγου... Συλλεκτική έκδοση, με ειδικό εφέ εξωφύλλου-έκκληση, και με συνέντευξη του Φίτζεκ που δόθηκε ειδικά για τους Έλληνες φαν του.

S.A. Cosby, «Οι αμαρτωλοί στάζουν αίμα»

(μετάφραση **Σέργιος Τρεχλής**, 430 σελίδες, εκδόσεις **Gutenberg**)

Θεωρούμε τον Σ.Α. Κόσμπι τον #1 συγγραφέα crime λογοτεχνίας παγκοσμίως, και έχουμε διαβάσει δύο βιβλία του όλα κι όλα. Είναι πελώριος. Εδώ, έχουμε να κάνουμε με ένα «συναρπαστικό θρίλερ με ακατάπαυστη δράση» (Στίβεν Κινγκ), όπου ο πολυβραβευμένος Κόσμπι μιλά για «πολιτικά φορτισμένα ζητήματα – φυλή, θρησκεία, αστυνόμευση – μέσα από μια αστυνομική περιπέτεια» (*The Washington Post*). Ένας φόνος σε ένα σχολείο, ένας κατά συρροή δολοφόνος και ένα κύκλωμα βασανιστών παιδιών, σε ένα σκληρό μυθιστόρημα όλο ένταση και αίμα. Φυσικά, στη λίστα βιβλίων που προτείνει κάθε χρόνο ο πρόεδρος Ομπάμα.

Olga Ravn, «Οι υπάλληλοι»

(μετάφραση **Σωτήρης Σουλιώτης**, 160 σελίδες, εκδόσεις **Ικαρος**)

Ένα μυθιστόρημα επιστημονικής φαντασίας που εξερευνά τι σημαίνει να είσαι άνθρωπος, γραμμένο από πολλές φωνές: πολλές μαρτυρίες υπαλλήλων του διαστημοπολείου Έξι Χιλιάδες, σε ένα όχι και τόσο μακρινό μέλλον, έτη φωτός μακριά από τη Γη. Το πλήρωμά του «αποτελείται από αυτούς που γεννήθηκαν και αυτούς που δημιουργήθηκαν· αυτούς που θα πεθάνουν και αυτούς που δεν θα πεθάνουν». Το βιβλίο της Δανής συγγραφέως (πεζογράφος, ποιήτρια, κριτικός λογοτεχνίας) βρέθηκε μεταξύ άλλων στη βραχεία λίστα για το Διεθνές Μπούκερ του 2021 και το Βραβείο Ursula K. Le Guin. Μεταφράζεται σε 25 χώρες.

John Banville, «Μοναδικότητες»

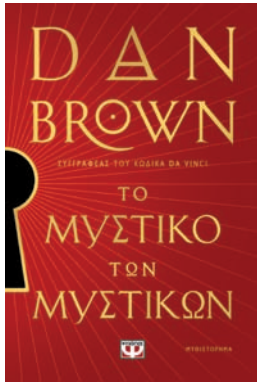
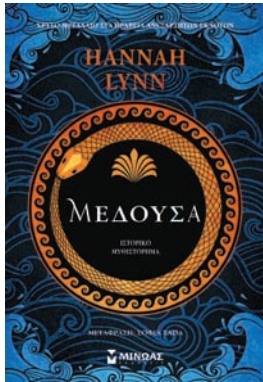
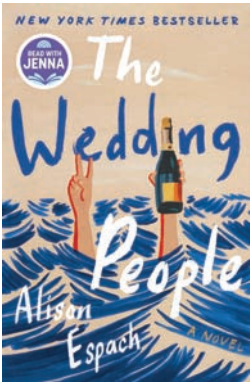
(μετάφραση **Τόνια Κοβαλένκο**, 384 σελίδες, εκδόσεις **Καστανιώτη**)

Ο Ιρλανδός στιλίστας, με την ιδιοφυΐα του πένα και το χιούμορ του, επαναφέρει στο προσκήνιο μερικούς από τους πιο αξιομνημόνευτους ήρωές του. Ένας άντρας, μετά την αποφυλάκισή του, επιστρέφει στο κτήμα της παιδικής του ηλικίας. Εκεί, τον περιμένουν εκπλήξεις. Μια άλλη

ΒΕΤΩΕΩ

Πεζογραφία, η μεγάλη αγαπημένη

Του ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ



οικογένεια κατοικεί στο σπίτι του: οι απόγονοι ενός επιστήμονα, οι θεωρίες του οποίου έχουν ρίξει τον κόσμο στο χάος. Ο πρωταγωνιστής νιώθει λες και ο χρόνος έχει σταματήσει ή ότι έχει διαρραγεί, δημιουργώντας νέες, παράδοξες διακλαδώσεις. Ένα έργο για τη νοσταλγία, τη ζωή, τον θάνατο... και την βγαντική θεωρία.

Alison Espach, «Οι άνθρωποι του γάμου»

(μετάφραση **Γεωργία Οικονομοπούλου**, 500 σελίδες, εκδόσεις **Κλειδάριθμος**)

Βραβείο Goodreads στην κατηγορία Καλύτερο Μυθιστόρημα για το 2024, #1 μπεστ σέλερ των *New York Times*, ανάμεσα στα 10 Σημαντικά Βιβλία της *Washington Post* για το 2024 και Καλύτερο Βιβλίο του Καλοκαιριού 2024 για το Goodreads και το LitHub. Μια συναρπαστική ιστορία για μια γυναίκα που εμφανίζεται απροσδόκτα σε έναν γάμο, και τις αναπάντεχες φιλίες που τη βοηθούν να κάνει μια νέα αρχή. Ένα σύγχρονο, όλο φρεσκάδα και χιούμορ κοινωνικό μυθιστόρημα, γεμάτο απολαυστικά επεισόδια και ανατροπές, ικανό να εμψυχώσει αναγνώστριες όλων των ηλικιών. Μια ιστορία ενδυνάμωσης και αυτοφροντίδας.

Ingvild H. Rishøi, «Ο δρόμος προς τα αστέρια»

(μετάφραση **Κρυστάλλη Γλυνιαδάκη**, 192 σελίδες, εκδόσεις **Μεταίχμιο**)

Τη συγκρίνουν με τον Άντερσεν και τον Ντίκενς, ενώ όλοι χαρακτηρίζουν τον πολυβραβευμένο «Δρόμο προς τα αστέρια» –που μεταφράζεται σε 30 γλώσσες!– το απόλυτο χριστουγεννιάτικο βιβλίο: ένα μυθιστόρημα που ακτινοβολεί καλοσύνη και συγκίνηση. Πρωταγωνίστριες είναι δύο αδερφές που μεγαλώνουν σε ένα φτωχικό σπίτι στο Όσλο, με έναν πατέρα άνεργο και αλκοολικό. Όταν εκείνος χάνει τη δουλειά του στον πάγκο με τα χριστουγεννιάτικα δέντρα, αποφασίζουν να πάρουν τη θέση του. Η Νορβηγίδα συγγραφέας σκιαγραφεί με τρυφερότητα τις αγωνίες, τη φαντασία και την αποφασιστικότητα των κοριτσιών.

Hannah Lynn, «Μέδουσα»

(μετάφραση **Σοφία Τάπα**, 256 σελίδες, εκδόσεις **Μίνωας**)

«Στην αρχή τη λάτρεψαν. Κατόπιν την κακοποίησαν. Και στο τέλος την έκαναν τέρας». Η Ιστορία μιλά ολόενα για άντρες που γίνονται ήρωες, που λάμπουν και κατανικούν τους πάντες. Ήρθε όμως η ώρα να ακούσουμε πώς αντιμετωπίζει τις γυναίκες που δεν συμμορφώνονται. Αυτή είναι η ιστορία του διασημότερου τέρατος, της Μέδουσας, από τη σκοπιά όμως της γυναίκας που μετατράπηκε σε σύμβολο του φόβου. Παράλληλα, παρακολουθούμε την πορεία του Περσέα, που αναλαμβάνει την αποστολή να τη σκοτώσει. Ένα μυθιστόρημα που κυλά γρήγορα, για έναν από τους πιο παρεξηγημένους χαρακτήρες της μυθολογίας μας.

Sally Rooney, «Ιντερμέτζο»

(μετάφραση **Μυρτώ Καλοφωλιά**, 564 σελίδες, εκδόσεις **Πατάκη**)

Τέταρτο μυθιστόρημα της Ιρλανδής συγγραφέως που οι αναγνώστες της τη λατρεύουν –κυριολεκτικά. Η πλοκή εκτυλίσσεται γύρω από δύο αδέρφια μετά τον θάνατο του πατέρα τους. Ο 30χρονος Πίτερ είναι επιτυχημένος δικηγόρος. Στον αντίποδα, ο μοναχικός Ίβαν, επαγγελματίας σκακιστής 22 ετών, είναι κοινωνικά αδέξιος. Το μυθιστόρημα εξερευνά τη δυναμική της αδελφικής σχέσης, τους έρωτές τους, τη θλίψη, το πένθος και την απώλεια. Μια ώριμη, φιλοσοφικά πολύ πιο φιλόδοξη εξέλιξη του συγγραφικού στίλ της Ρούνεϊ. Το βιβλίο κατέγραψε ρεκόρ πωλήσεων στην Ιρλανδία μέσα στην πρώτη μόλις εβδομάδα της κυκλοφορίας του.

Dan Brown, «Το μυστικό των μυστικών»

(μετάφραση **Χρήστος Καψάλης**, 800 σελίδες, εκδόσεις **Ψυχογιός**).

Ο πιο διάσημος συγγραφέας θρίλερ στον κόσμο επιστρέφει με το πιο εντυπωσιακό του βιβλίο μέχρι σήμερα, ένα συναρπαστικό, γεμάτο ανατροπές και προβληματισμούς μυθιστόρημα που θα διασκεδάσει τους αναγνώστες όπως μόνο ο Νταν Μπράουν μπορεί. Αυτή τη φορά, ο γνωστός μας καθηγητής συμβολολογίας Ρόμπερτ

Λάνγκτον τον ταξιδεύει στη γοττευτική Πράγα για να συναντήσει μια νοητική επιστήμονα, που ετοιμάζεται να εκδώσει ένα βιβλίο με συγκλονιστικές ανακαλύψεις γύρω από την αληθινή φύση της ανθρώπινης συνείδησης, απειλώντας να ανατρέψει αιώνες καθιερωμένων πεποιθήσεων. Ώσπου μια μυστικιστική –και φονική– οργάνωση θα ανατρέψει τα πάντα...

Seán Hewitt, «Ανοίξτε, ουρανοί»

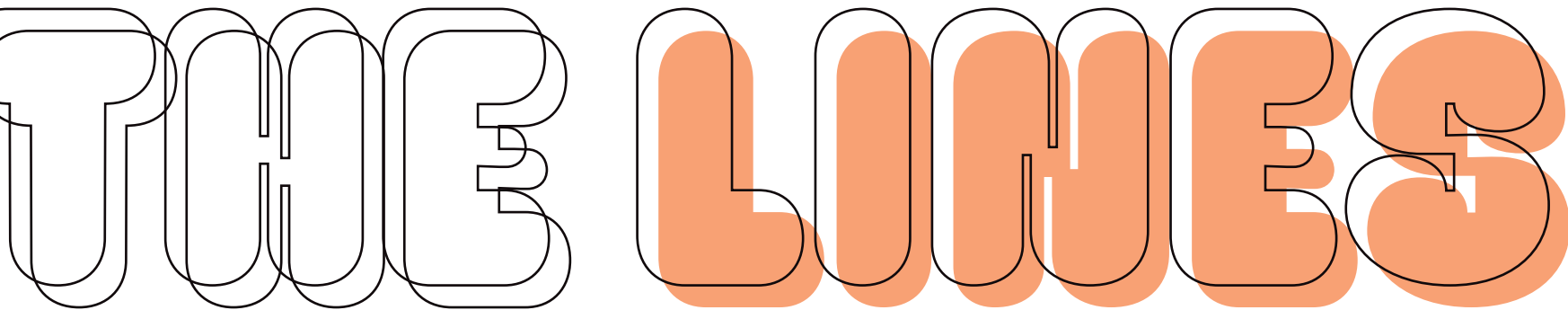
(μετάφραση **Κατερίνα Σχινά**, 312 σελίδες, εκδόσεις **Στερέωμα**)

Στο πιθανότατα πιο τρυφερό βιβλίο της λίστας μας, ο Χιούιτ μάς μεταφέρει σε ένα χωριό της Βόρειας Αγγλίας. Εκεί, ο δεκαεξάχρονος Τζέιμς συνειδητοποιεί ότι έλκεται ερωτικά από τα αγόρια. Όταν γνωρίσει τον λίγο μεγαλύτερό του, όμορφο και χαρισματικό Λουκ, θα τον ερωτευτεί παράφορα, χωρίς να είναι ποτέ βέβαιος αν εκείνος ανταποκρίνεται στα αισθήματά του. Η συνάντηση των δύο εφήβων θα μεταμορφώσει τη ζωή τους για πάντα. Ένα μαγευτικό μυθιστόρημα για την επιθυμία και τη λαχτάρα, και μαζί ένας ύμνος στην εφηβεία και στον έρωτα σε όλες του τις μορφές.

Tania Maliarchuk, «Η ιστορία συνεχίζεται, κάνουμε διάλειμμα για μιαν ανάσα»

(μετάφραση: **Ελενα Σταγκουράκη**, 136 σελίδες, **Βιβλιοπωλείον της Εστίας**)

Κρατήσαμε για το τέλος αυτό το πολύ ιδιαίτερο βιβλίο. Κείμενα γραμμένα στην Αυστρία, στα γερμανικά, πριν και μετά τη ρωσική επίθεση στην Ουκρανία, από τη βραβευμένη Ουκρανή συγγραφέα Τάνια Μαλιάρτσουκ. Μια σειρά από ιστορικά, κοινωνικοπολιτικά και πολιτισμικά δοκίμια, που όμως μοιάζουν με διηγήματα: «Τα δοκίμια αυτά συνιστούν ένα λογοτεχνικό είδος με διάρκεια», διαβάζουμε, για την ιδιαίτερη ουκρανική ταυτότητα: μια πολύτιμη παρακαταθήκη αυτοαντίληψης, αυτοκατανόησης και αυτοπροσδιορισμού του ουκρανικού λαού για το μέλλον. Πολύ σημαντικό βιβλίο, από μια πρωτοεμφανιζόμενη στη γλώσσα μας συγγραφέα. **A**



ΣΚΕ ΒΑΛΛΙ

Εκτός από τον Γκοντό, τι άλλα καλά περιμένει η Θεσσαλονίκη;

Του ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΣΙΤΣΟΠΟΥΛΟΥ

ΣΑΛΟΝΙΚΑ



© ΕΑΣ / ΑΝΔΡΕΑΣ ΣΙΜΟΠΟΥΛΟΣ



Χρυσή εποχή

© THOMAS WEIDENHAUPT

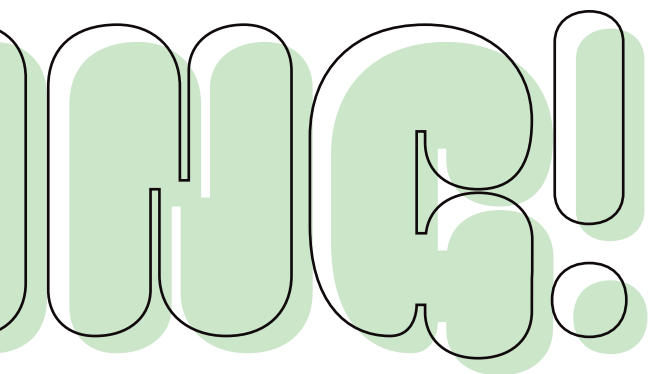


Gewalt

© ΛΑΖΑΡΟΣ ΓΡΑΙΚΟΣ



Οι συντελεστές της παράστασης που ανεβαίνει στο ΚΟΒΕ



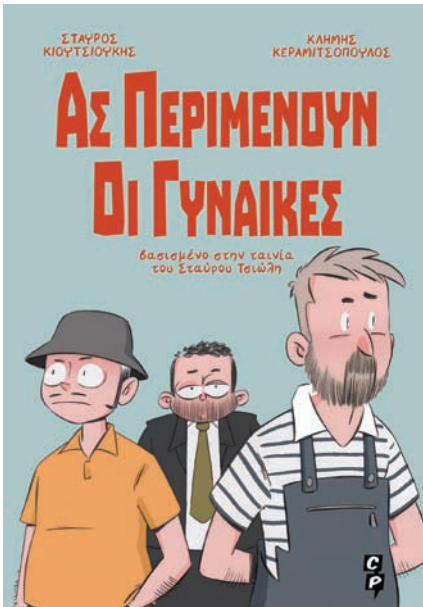
Η Φρίντα Κάλο στη Νέα Υόρκη. Φωτογραφία του Νίκολας Μάρει, 1946. Diego Rivera & Frida Kahlo Archives.



της «Το τέλος του έρωτα»,



Οι αφίσες του φετινού 66ου Φεστιβάλ Κινηματογράφου Θεσσαλονίκης, φιλοτεχνημένες από τον Στέφανο Ρόκο



Καρέ των Σταύρου Κουτσιούκη και Κλήμη Κεραμιτσόπουλου από το κόμικς «As περιμένουν οι γυναίκες»



Το εξώφυλλο του μυθιστορήματος «Πέτα το στη θάλασσα» του Σάκη Σερέφα

Το θεσσαλονικιώτικο φθινόπωρο ανήκει παραδοσιακά στα Δημήτρια

Έρχεται Γκοντό μπεκετικός όχι ό,τι κι ό,τι, αλλά «*Περιμένοντας τον Γκοντό*» με το ιταλικό Emilia Romagna Teatro, σκηνοθετημένο από τον **Θεόδωρο Τερζόπουλο**, να ανεβάζει ψηλά τον πήχη των φετινών 60ών Δημητρίων. Το ιστορικότερο φεστιβάλ πολιτισμού της Θεσσαλονίκης παρουσιάζει επίσης τη «*Χρυσή εποχή*» του **Κωνσταντίνου Ρήγου** (10, 11 και 12 Οκτωβρίου, Θέατρο Εταιρείας Μακεδονικών Σπουδών), το απίστευτο ζογκλερικό γαλλικό τσίρκο **Galactik Ensemble** (12 Οκτωβρίου, Μέγαρο Μουσικής), τους ιντάστριαλ πανκ τέκνο («We come to make you dance and to blow your mind») Βερολινέζους **Gewalt** (15 Οκτωβρίου, Πρώην Δημοτικά Σφαγεία), όπως και ένα σύνολο εκδηλώσεων που δικαιώνουν και τη μακροβιότητα του: Ο Γερμανός συγγραφέας **Τόμας Φίτζεκ** θα παρουσιάσει το νέο του μυθιστόρημα «*Το κορίτσι του ημερολογίου*» (20 Οκτωβρίου, Ολύμπιον), ενώ ο τζάζι ταγκέρο **Richard Galliano** με τους **New Viaggio Trio** (24 Οκτωβρίου, Μέγαρο Μουσικής), ο Γάλλος χορογράφος **Preljocaj** με το μπαλέτο του (26 Οκτωβρίου, Μέγαρο) και τα θεατρικά «*Το συνέδριο για το Ιράν*» από την Ορχήστρα Μικρών Πραγμάτων (27 και 28 Οκτωβρίου, Metropolitan Urban Theater) και «*Prima Facie*» με τη **Λένα Παπαληγούρα** (27, 28 Οκτωβρίου, Κολοσσαίον), ανεβάζουν την έξαψη και τα στάνταρ του ιστορικού φεστιβάλ.

Φώτα, κάμερα, πάμε

Με το που τελειώνουν τα Δημήτρια, τη σκυτάλη παίρνει το **66ο Φεστιβάλ Κινηματογράφου** (30 Οκτωβρίου - 9 Νοεμβρίου). Παίζουν ονόματα σαν τον **Μισέλ Γκοντρί** της «*Αιώνιας λιακάδας*», που έρχεται με την ταινία «*Maya give me the title*», ένα animation με χαρακτήρα εμπνευσμένο από τη μικρή κόρη του, Μάγια. Ακόμα μαθαίνω πως θα προβληθεί το «*White Snail*» των Έλσα Κρέμσλερ και Λεβίν Πέτερ, που μάγεψε στο Λοκάρνο, όπως και το «*Cactus Pears*» της **Rohan Kanawade**, της πρώτης ινδικής ταινίας που γυρίστηκε στη διάλεκτο Μαράθι και συγκίνησε τα μάλα στο Sundance.

Τα φώτα της ράμπας

Το «*Αυτή η νύχτα μένει*» του **Θάνου Αλεξανδρή**, σε σκηνοθεσία **Αστέρη Πελτέκη**, με Δώρα Χρυσικού, Παντελή Καναράκη και Δημήτρη Παπάζογλου από το Κρατικό Θέατρο Βορείου Ελλάδος είναι το δυνατό χαρτί αυτής της σεζόν. Στο θέατρο της ΕΜΣ η **Ρούλα Πατεράκη** θα παρουσιάσει το «*Sillilab: No difference between ho ho ho!!!*» (31 Οκτωβρίου), ενώ στο Φουαγιέ (22 Οκτωβρίου), πάντα στον αστερισμό του Κρατικού, ο **Γρηγόρης Αποστολόπουλος** σκηνοθετεί το «*Τέλος του έρωτα*» του Πασκάλ Ραμπέρ, με τον Μάρτιν Ζακ των Tiger Lillies στο πιάνο επί σκηνής να επενδύει μουσικά έναν χωρισμό κόλαση, όπως τον ερμηνεύουν οι Δημήτρης Σιακάρας και Ερατώ Μανδαλενάκη. Τον Φεβρουάριο, η **Χριστίνα Χατζηβασιλείου** θα ανεβάσει «*Λαχταρώ*» της Σάρα Κέιν. Επόμενη στάση Ράδιο Σίτυ (5 Δεκεμβρίου): η Άννα Μαρία Παπαχαλαράμπους με τον Λαέρτη Μαλκότση και την Έλενα Χαραλαμπούδη πρωταγωνιστούν στη «*Γυναίκα που μαγείρεψε τον άντρα της*», σε σκηνοθεσία **Γιάννη Μπέζου**. Στο ανακαινισμένο Αμαλία, ρεμπέτικα και Ρεμπώ μας κάνουν «*Τα Ρεμπώτικα*» με υπογραφή από τα **Καλογεράκια**, που 30, 31 Οκτωβρίου και 1, 2 Νοεμβρίου θα παρουσιάσουν μια παράσταση βασισμένη στα ρεμπέτικα και τον ποιητή Αρθούρο Ρεμπώ, ενώ στο Αυλαία αναμένεται ο **Γιώργος Παπαγεωργίου** στον ρόλο του Ουίνστον Σμιθ στο «*1984 - Ο τελευταίος άνθρωπος*».

Μεξικαλονίκη γιατί όλα πρέπει να αλλάξουν!

Από τις 3 Οκτωβρίου ως τις 4 Ιανουαρίου, 241 αδημοσίευτες φωτογραφίες της Φρίντα Κάλο («*Her Photos*») θα παρουσιαστούν στο MoMus Μουσείο Φωτογραφίας στο Λιμάνι, ενώ προθεμαίνεται και η 9η Μπιενάλε. Με τον αμφίσημα κρυπτικό τίτλο «*όλα πρέπει να αλλάξουν. ΡΝΣ9*», σε επιμέλεια της ανεξάρτητης επιμελήτριας και ιστορικού τέχνης **Νάντιας Αργυροπούλου**, η **9η Μπιενάλε Σύγχρονης Τέχνης Θεσσαλονίκης** θα επιχειρήσει να συνδέσει τη ζωή και την τέχνη με τρόπους απρόσμενους, με χιούμορ και επινοητικότητα, με μη διδακτικό αλλά εναλλακτικά παιδαγωγικό και μαχητικά ευφρόσυνο τρόπο, με σημεία αιχμής όσα κρίνουν το παρόν και διαμορφώνουν ήδη το μέλλον, με προσανατολισμό έναν κόσμο πολλών κόσμων. Η Μπιενάλε 9 ανοίγει στις 31 Οκτωβρίου 2025, με την έκθεση «*Ανατροπή (η επιστημονική φαντασία σαν αλλαγή)*» / Plot Twist (the science fiction change) σε συνεργασία με το Φεστιβάλ Κινηματογράφου Θεσσαλονίκης, και με μια ημέρα εκδηλώσεων-νύξεων προς όσα θα εκτυλιχθούν στην πορεία προς την κύρια έκφασή της τον Μάιο-Ιούνιο-Ιούλιο του 2026. Όπως δηλώνει η Νάντια Αργυροπούλου, «*Η έκθεση, στο πλαίσιο της διερώτησης για όσα "πρέπει να αλλάξουν", καταπιάνεται και με την έξαψη, το δέος, αλλά και τον φόβο που δημιουργεί το επείγον παρόν της Τεχνητής Νοημοσύνης, επιχειρώντας, ωστόσο, ένα πιο ουσιαστικό απρόσμενο βήμα στην ίδια την έννοια της πολύτροπης, επαναστατικής νόησης πέραν της μπανάλ επίκλησης του τεχνολογικού θαύματος-τραύματος*».

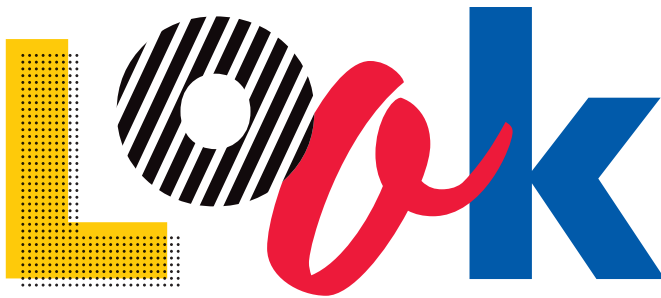
Ψήφισε εμένα η μάνα μου Νέα Δημοκρατία;

Το «*As περιμένουν οι γυναίκες*» του **Σταύρου Τσιώλη**, ύμνος στη ζωή, αποθέωση του ελληνικού καλοκαιριού, των προσμονών, των αναβολών, των ανεκπλήρωτων ερώτων, της λαϊκής μουσικής και του παλιού καλού ΠΑΣΟΚ, του ορθόδοξου, έγινε κόμικς. Βασισμένες στην ταινία, οι 160 σελίδες και τα καρέ των **Σταύρου Κουτσιούκη** και **Κλήμη Κεραμιτσόπουλου** ζωντανεύουν τις περιπέτειες της μυθικής τριπλέτας Μπακιρτζή, Ζουγανέλη, Μπουλά στα πέριξ της λίμνης Βόλβης. Το άλμπουμ κυκλοφορεί από τον κρητικό οίκο Chaniartoon.

Ο μέγας Σάκης Σερέφας επιστρέφει με το «Πέτα το στη θάλασσα» (Μεταίχιμο)

Θεσσαλονίκη, 1963. Μια μάνα πετά ένα βρέφος από την προκουμαία στη θάλασσα. Σε δύο μέρες τα πρωτοσέλιδα οργιάζουν, ο κόσμος απειλεί να τη λιντσάρει και τη γιουχάρει κατά την αναπαράσταση. Η σκύλα, η φόνισσα, η παιδοκτόνος. Άγριο θέμα ξεδιπλώνεται γύρω από το πτωματάκι, με τον Σάκη Σερέφα να επιστρέφει μ' ένα βιβλίο όπου η αληθινή ιστορία της παιδοκτόνου μάνας μπολιάζεται με μύθο και επινοήσεις που, για άλλη μια φορά, πιστοποιούν την κλάση που. Ιδρύματα παρατημένων βρεφών, τρένα που από τις Άλπεις φτάνουν στην Ξηροκρήνη, καθαρίστριες, δημοσιογράφοι, αστυνομικοί, βρόμικα πολιτικά αλισβερίσια και ο Ψυχρός Πόλεμος στο φόντο, αποκαλύπτουν ποια γρανάζια της τύχης, της εξουσίας και της κοινωνίας οδήγησαν τη μάνα σ' αυτή την πράξη. **Α**

Επιμέλεια:
ΜΑΡΙΑ-ΙΩΑΝΝΑ
ΣΙΓΑΛΟΥ



STRADIVARIUS
Φούτερ με κουκούλα και σούρα €29,99



OAKLEY
Γυαλιά ηλίου HYDRA €153



TEZENIS
Σουτιέν τρίγωνο χωρίς στρίψωμα Natural Lifting €20,99



CONVERSE
Αθλητικά παπούτσια
Wave Trainee €125



CALZEDONIA
Αθλητικό κολάν
χωρίς ραφές €22,95

PHARMASEPT
Hygienic κρεμώδες αφρόλουτρο



BERSHKA
Stainless steel
μπουκάλι €25,99



G-STAR
Μπουφάν bomber €280



UNDER ARMOUR
Γυναικείο αθλητικό crop top, μοβ κοντομάνικο €22,74

Ένα μήνα
γυμναστήριο
και ήδη έχω
χάσει 42
ολόκληρα ευρώ



ADIDAS X FARM RIO
Μακρυμάνικη μπλούζα €40



DIRTY LAUNDRY
Αρωματικό σπρέι για τα ρούχα €10



PUMA
Αθλητικά παπούτσια Magmax Nitro



DOVE
Αποσμητικό Spray
Advanced Care
Dragonfruit



STRADIVARIUS
Τσάντα shopper €22,99

Great for Healing

IN ORBIT FESTIVAL 2025

Ένα διήμερο αφιερωμένο στην εναλλακτική μουσική της πόλης

Έπειτα από πέντε χρόνια παρουσίας στη μουσική σκηνή της Αθήνας, το In Orbit αλλάζει χέρια. Την επιμέλεια για φέτος έχει αναλάβει το SNFCC Youth Council, με πιο φρέσκιες επιλογές στα σχήματα που συμμετέχουν στο φεστιβάλ εναλλακτικής μουσικής. Το διήμερο τα έχει όλα. Τη μεγάλη μουσική γιορτή ανοίγει το Kostas Sidirokastritis Group, με αυτοσχεδιασμούς και μείξεις μουσικών ειδών. Ακολουθούν οι KAPTEN και οι The Bonnie Nettles, ενώ η πρώτη βραδιά κλείνει εκρηκτικά με το ντουέτο 3MHNEΣ. Η δεύτερη μέρα του φεστιβάλ ξεκινά με ένα πάντρεμα τζαζ και ηλεκτρονικής μουσικής από τους Great for Healing, ενώ στη συνέχεια έρχονται η Aggelina και οι Kadinelia. Το Φεστιβάλ ολοκληρώνεται με την εμφάνιση της Billie Kark, που θα μας ταξιδέψει σε ένα ονειρικό σύμπαν, συνδυάζοντας με τον δικό της τρόπο τα ηπειρώτικα με την techno.

– Νίκη-Μαρία Κοσκινά

INFO ΚΠΙΣΝ, Θόλος, 26 & 27 Σεπτεμβρίου

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



1 Οι θρυλικοί Lighting Seeds στην Ελλάδα

Η μπάντα που καθόρισε τον βρετανικό pop-rock ήχο των 90s έρχεται στην Ελλάδα για δύο συναυλίες, μία στην Αθήνα και μία στη Θεσσαλονίκη. Ξεχωρίζει για τις γεμάτες φως και ενέργεια μελωδίες της, όπως τα «Pure», «The Life of Riley», «Lucky You» και τον διαχρονικό ποδοσφαιρικό ύμνο «Three Lions '98». Με επικεφαλής τον Ιαν Μπρόουντι, τραγουδοποιό και παραγωγό, η μπάντα έχει αφήσει ανεξίτηλο αποτύπωμα στη βρετανική pop και συνεχίζει να προσφέρει ζεστές, νοσταλγικές αλλά και φρέσκες ζωντανές εμφανίσεις. *Gazarte, Σάββατο 27 Σεπτεμβρίου*



© ΓΙΑΝΝΟΣ ΜΑΜΑΤΖΑΚΗΣ

2 Από την Κρήτη στην Αθήνα

Δύο αδέρφια, δύο φωνές της Κρήτης. Ο Νίκος και ο Αντώνης Ξυλούρης έρχονται στην Αθήνα για να ολοκληρώσουν την καλοκαιρινή τους περιοδεία με ένα μεγάλο κρητικό γλέντι. Με όχημα τη λύρα και το λαούτο, οι δύο μουσικοί μάς ταξιδεύουν από τις μνήμες της παράδοσης στις προκλήσεις του σήμερα. Μια σύγχρονη αφήγηση της κρητικής μουσικής, γεμάτη αυθεντικότητα, δύναμη και διονυσιακή ενέργεια. *Θέατρο Βράχων, 1 Οκτωβρίου*

3 Μεγάλο αφιέρωμα στον Τσιτσάνη

110 χρόνια από τη γέννηση του μεγάλου συνθέτη συμπληρώνονται φέτος και με αυτή την αφορμή παρουσιάζεται σε μια βραδιά μια αφηγηματική συναυλία. Με αφηγητή τον **Λεωνίδα Κακούρη**, σκηνοθεσία **Γιώργου Παπαγεωργίου** και κείμενα **Γιώργου Σκαμπαρδώνη**, καταξιωμένοι καλλιτέχνες και δύο ορχήστρες θα ερμηνεύσουν μεγάλες επιτυχίες του Τσιτσάνη, συνδέοντας το παρελθόν με το σήμερα σε μια μαγική, μοναδική βραδιά γεμάτη μουσική και κέφι. *Ηρώδειο, 1 Οκτωβρίου*



© EPA/JAVIER BLASCO

4 Ο Λουντοβίκο Εϊνάουντι και πάλι στην Αθήνα

Ο Ιταλός πιανίστας και συνθέτης έρχεται για πρώτη φορά στο Καλλιμάρμαρο, γεφυρώνοντας κλασική μουσική και κινηματογραφικούς ήχους. Η αφορμή της συναυλίας είναι η παρουσίαση του νέου του δίσκου «The Summer Portraits». Από τα «Nuvole Bianche» και «Una Mattina» μέχρι το «Experience», οι μελωδίες του ταξιδεύουν χωρίς λόγια, αφήνοντας χώρο για προσωπικές εικόνες. *Παναθηναϊκό Στάδιο, 26 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



5 Όταν η ποίηση εμπνέει τη νέα γενιά

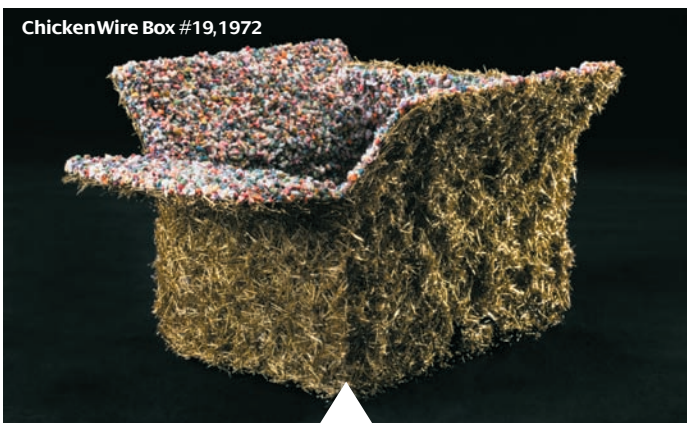
Ένας στίχος από την «Απορία» του **Μιχάλη Γκανά** αποτέλεσε αντικείμενο έμπνευσης για τα νέα μέλη του Επιμελητηρίου Εικαστικών Τεχνών Ελλάδος. 170 καλλιτέχνες απαντούν με τα έργα τους στο δίλημμα «*Γαζώνουν χαμηλά τα πολυβόλα, ή σκύβεις ή απογειώνεσαι*», από το οποίο αντλεί η έκθεση τον τίτλο της. Οι νέοι δημιουργοί προσεγγίζουν τις μορφές της σύγχρονης καταπίεσης με ποικίλα εκφραστικά εργαλεία, από έργα ζωγραφικής και γλυπτικής μέχρι εγκαταστάσεις και video-art. *Πινακοθήκη Δήμου Αθηναίων, έως 15 Οκτωβρίου. Η Athens Voice είναι χορηγός επικοινωνίας.*



Video performance, εγκατάσταση. Παραχώρηση της καλλιτέχνιδας.

6 Το ένστικτο της επιβίωσης μέσα από την τέχνη

Η **Ελίζα Κρικώνη** παρουσιάζει την ατομική της έκθεση «08.05.12.16», σε επιμέλεια της Έλλης Λεβεντάκη. Το project εξερευνά την έννοια του κινδύνου, την ανάγκη για βοήθεια και τους μηχανισμούς επιβίωσης, συνδυάζοντας τις ιδιότητες της καλλιτέχνιδας ως εικαστικού και performer. Τα έργα ενεργοποιούνται μέσω της διάδρασης του κοινού, με ήχο, αφήγηση και σώμα να παίζουν ουσιαστικό και συμβολικό ρόλο. *Cypher, 25 Σεπτεμβρίου έως 12 Οκτωβρίου*



© THE STATE OF LUCASAMARAS, COURTESY PACE GALLERY

7 Αναδρομική έκθεση για τον Λουκά Σαμαρά

Η πρώτη μεγάλη αναδρομική του Ελληνοαμερικανού καλλιτέχνη στην Ελλάδα εγκαινιάζεται στον Πειραιά. Γλυπτά, ζωγραφικά, φωτογραφίες, wearable art και ψηφιακά έργα από όλες τις φάσεις της πορείας του, από τα αρχικά δωμάτια με καθρέφτες και τις αυτοπροσωπογραφίες, έως τα Mosaic Paintings, τα Box έργα και τις ψηφιακές Photofictions, αναδεικνύουν τη μοναδική προσέγγισή του στην τέχνη. *The Intermission, 25 Σεπτεμβρίου έως 20 Δεκεμβρίου*



8 Η «Όμορφη Πόλη» ταξιδεύει στο Ηρώδειο

Η μουσικοθεατρική παράσταση «Όμορφη πόλη – 100 χρόνια Μίκης Θεοδωράκης» του Γιώργου Βάλαρη επιστρέφει για μία μοναδική αποκαρτετιστήρια βραδιά στο Ηρώδειο, τιμώντας τον θρύλο της ελληνικής μουσικής, με ανανεωμένο καστ. Στους συντελεστές, μεταξύ άλλων, έχει προστεθεί και η μούσα του Μίκη, **Μαρία Φαραντούρη**. Η παράσταση ανασυνθέτει κλασικά τραγούδια και πρωτότυπα κείμενα, ενώνοντας παρελθόν και παρόν σε μια μαγική, συγκινητική εμπειρία γεμάτη ποίηση, μουσική και ιστορία.

Ηρώδειο, 28 Σεπτεμβρίου



© ΚΙΚΗ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ

9 Το «Όσα παίρνει ο άνεμος» επιστρέφει

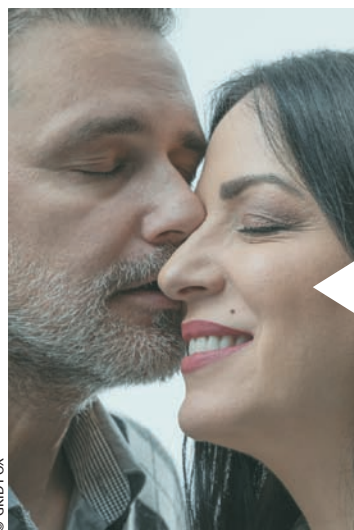
Για λίγες παραστάσεις ακόμη θα παίζεται η σκηνοθετική προσέγγιση του «Όσα παίρνει ο άνεμος» της Μάργκαρετ Μίσελ από την **Ιόλη Ανδρεάδη** σε διασκευή που έχει δουλέψει μαζί με τον **Άρη Ασπρούλη**. Ένα έργο για τον έρωτα, τον πόλεμο και τις κοινωνικές ανισότητες. Στον κεντρικό ρόλο η Λένα Παπαληγούρα, ενώ τον Ρετ Μπάτλερ υποδύεται ο Ορέστης Τζιόβας. Τη μουσική υπογράφει ο Πύργος Παλαμιώτης, ο οποίος παίζει ζωντανά επί σκηνής. *Δημοτικό Θέατρο Πειραιά, 29 Σεπτεμβρίου έως 5 Οκτωβρίου*



© JOHAN PERSSON

10 Θέατρο ζωντανά από την Αγγλία

Το «*Λεωφορείο ο πόθος*» του Τεννσί Ουίλιαμς απευθείας από την Αγγλία μεταφέρεται στην Αίθουσα Αλεξάνδρα Τριάντη για μία μόνο βραδιά. Η πολυσυζητημένη παράσταση του **Young Vic Theatre**, σε σκηνοθεσία **Μπένεντικτ Άντριους** με την Γκίλιαν Άντερσον στον ρόλο της Μπλανς Ντιμπούα, αναβιώνει μέσα από μαγνητοσκοπημένη μετάδοση, προσφέροντας μια σπαρακτική ματιά στην εύθραυστη ψυχοσύνθεση και τη σύγκρουση ψευδαίσθησης-πραγματικότητας. *Μέγαρο Μουσικής Αθηνών, 25 Σεπτεμβρίου*



© GRID FOX

11 Μια ιστορία αγάπης από το... μέλλον

Το «*Surriento - Ο κόσμος ξανά*» του **Θανάση Τριαρίδη** επιστρέφει για δεύτερη χρονιά, σε σκηνοθεσία Έφης Μεραβόγλου, για να μας μεταφέρει σε έναν τόπο καταστροφής και παρακμής. Δυο άνθρωποι συναντώνται και ζουν μια ιστορία αγάπης ξανά και ξανά. Μόνο ο ένας όμως μπορεί να αλλάξει τα πράγματα... Όπως σημειώνει ο ίδιος ο συγγραφέας, «*είμαστε η αγάπη που ρουφάχτηκε στον χρόνο. Μακάρι να μπορούμε να σώσουμε μέσα στη μνήμη κάτι από αυτή την αγάπη*».

Τεχνχώρος Εργαζόξιν, Πρεμιέρα στις 29 Σεπτεμβρίου

ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ ΜΕ ΑΙΤΙΑ

Από τον Τόμας Μαν στην Τοκάρτσουκ: φυματίωση, φιλοσοφία και φαντάσματα

Του ΑΡΗ ΣΦΑΚΙΑΝΑΚΗ

Εμείς που αγαπήσαμε το «*Μαγικό βουνό*» του Τόμας Μαν, που επισκεφτήκαμε με τον νεαρό του ήρωα το σανατόριο εκεί ψηλά, που καθήκαμε στη χιονοθύελλα με τον Χανς Κάστορπ, που ζήσαμε τον έρωτά του με την Κλώντια Σωσά (και μάλιστα σε μετάφραση Αρη Δικταίου), έχουμε τώρα την ευκαιρία να βρεθούμε για μια ακόμη φορά σε ένα παρόμοιο περιβάλλον, μιας εποχής μακρινής κι ενός τόπου χαμένου στους θρύλους.

Η Πολωνίδα με το δυσκολοπρόφερτο όνομα, η Τοκάρτσουκ κοντολογίς, μας προσφέρει το τελευταίο της μυθιστόρημα με έναν τίτλο αλλόκοτο, που σε πρώτη ανάγνωση δεν σημαίνει κάτι. Η λέξη *εμπούσιον* είναι, ωστόσο, ένα σύμφυρμα δύο λέξεων που προέρχονται από τον αρχαίο ελληνικό πολιτισμό: *έμπουσα* και *συμπόσιον*. Η έμπουσα ήταν δαίμονας θηλυκός, που σχετιζόταν με τη χθόνια θεά Εκάτη, μεταμορφωνόταν διαρκώς και απολάμβανε να καταβροχθίζει ανθρώπινη σάρκα. Και όλοι ξέρουμε το «*Συμπόσιο*» του Πλάτωνα.

Όπως και στο «*Μαγικό βουνό*», έτσι κι εδώ, οι θεραπευόμενοι στο σανατόριο φιλοσοφούν διαρκώς, ενώ περιμένουν τη σωτηρία –ή τον θάνατο–, εκεί στα ψηλά βουνά, που θα 'λεγε κι ο Ζαχαρίας Παπαντωνίου. Το συμπόσιο το έχουν στήσει οι Έμπουσες, κάτι δαιμονικά πλάσματα της τοπικής μυθολογίας, που παραμονεύουν στα δάση, αναζητώντας το επόμενο θύμα τους.

Ο ήρωας της Τοκάρτσουκ (επαναλαμβάνω το όνομα της συγγραφέως μήπως και καταφέρω να το αποστηθίσω) είναι ένας φοιτητής, ονόματι Βόινιτς, που πάσχει από φυματίωση και πηγαίνει ως εκεί με την ελπίδα να γίνει καλά. Μόνο που λογαριάζει χωρίς τον ξενοδόχο – στην κυριολεξία. Ο πανδοχέας του είναι ένα άτομο που κρύβει μυστικά στο πατάρι – κυριολεκτικά. Οι υπόλοιποι ένοικοι περιφέρονται τις ώρες της σχολής, όταν δεν κάνουν παγωμένα λουτρά ή ξαπλωματοθεραπεία στο μικρό χωριό ή στις μακρινές λοφοπλαγιές, γεμίζοντας τα χτυπημένα από τον βάκιλο του Κοχ πνευμόνια τους με καθαρό αέρα. Την ίδια στιγμή δεν χάνουν την ευκαιρία να φιλοσοφήσουν επί παντός επιστητού, πράγμα που ενίοτε προξενεί χασμουρητά ή πονοκέφαλο στον αγνό ήρωά μας.

Όμως ο αγνός ήρωάς μας, βασανίζεται κι από μια άλλη βαθύτερη έγνοια. Κάτι κρύβει που δεν θέλει επ' ουδενί να έρθει στο φως. Κάτι που ο αναγνώστης δεν μαθαίνει παρά προς το τέλος του μυθιστορήματος. Μια ιδιαιτερότητα που κάνει τον νεαρό φοιτητή Βόινιτς να ξεχωρίζει από τους γύρω του. Μάλιστα, δέχεται προειδοποιήσεις ότι μπορεί να γίνει το επόμενο θύμα των σατανικών θηλυκών πνευμάτων που ζουν στο κοντινό δάσος και τρέφονται με ανθρώπινη σάρκα. Ο Βόινιτς αγνοεί τις προειδοποιήσεις και ασχολείται με μια μυστηριώδη γυναίκα που έχει φτάσει στο απόμακρο χωριό, φέροντας πάντα στο κεφάλι μια πλατύγυρη καπελαδούρα. Να είναι άραγε αυτή η Κλώντια Σωσά του «*Μαγικού βουνού*»;

Το μυθιστόρημα της Τοκάρτσουκ, μεταφρασμένο άψογα από την **Αναστασία Χατζηγιαννίδη**, μου κράτησε δροσερή παρέα τις μέρες του καύσωνα, με έκανε να αναζητήσω τα άλλα βιβλία της Πολωνίδας νομπελίστριας και γέμισε τον αναγνωστικό μου βυθό με καινούργια πλάσματα, με αλλόκοτες ποσειδωνίες, που αργοσαλεύουν στα σκοτεινά νερά.



Όλγκα Τοκάρτσουκ
Εμπούσιον
(Εκδόσεις ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ)

Όπερα

Flora Mirabilis: Το μαγικό χαμένο λουλούδι της όπερας

«Μουσικός μύθος σε τρεις πράξεις». Μια αλληγορική ιστορία για ένα μαγικό λουλούδι (Flora Mirabilis), που έχει τη δύναμη να χαρίζει ευτυχία και να αλλάζει τη μοίρα των ανθρώπων. Ένας έρωτας, μια προδοσία και μια θυσία, στο μυστηριώδες σκηνικό της μεσαιωνικής Σουηδίας. Η όπερα του Σπυρίδωνος Σαμάρα «*Θαυμαστή άνθηση*» –όπως είχε παλιότερα αποδοθεί στα ελληνικά–, με λιμνέτο στα ιταλικά και μουσική με στοιχεία που θύμιζαν γαλλική grand opéra, ιταλικό μελκάντο αλλά και βερισμό, που μόλις τότε αναδυόταν, πρωτοπαρουσιάστηκε στο θέατρο Κάρκανο, στο Μιλάνο, στις 16 Μαΐου 1886. Η επιτυχία της υπήρξε τόσο μεγάλη, ώστε την επόμενη χρονιά ανέβηκε στη Σκάλα του Μιλάνου και συνέχισε την πορεία της σε ιταλικά θέατρα, αλλά και στη Γερμανία, την Αυστρία και τη Γαλλία.

Όμως η «*Flora Mirabilis*», το αρτιότερο ίσως έργο της ελληνικής λόγιας μουσικής, που καθιέρωσε τον Κερκυραίο μουσουργό σε διεθνές επίπεδο, ήταν μάλλον κακότυχη. Οι μελετητές αναφέρουν ότι παρουσιάστηκε στην Κέρκυρα και στην Αθήνα κατά τα τέλη του 19ου αιώνα, ύστερα ξεχάστηκε και, δυστυχώς, η παρτιτούρα καταστράφηκε το 1943, μαζί με μεγάλο μέρος του αρχείου του ιταλικού εκδοτικού οίκου Casa Musicale Sonzogno, όταν οι συμμαχικές δυνάμεις βομβάρδισαν το Μιλάνο. Το μόνο που μας έμεινε ήταν το «σπαρτίτο» –που κυκλοφορούσε σε πολλά αντίτυπα–, η έκδοση για φωνές και πιάνο. Σ' αυτή την έκδοση βασίστηκε η αναβίωση του έργου από την Εθνική Λυρική Σκηνή τον Απρίλιο του 1979, με επανενορχήστρωση του έργου από τον θρυλικό αρχιμουσικό Οδυσσέα Δημητριάδη.

Το 2014, ωστόσο, μια μεγάλη έκπληξη περίμενε τους μουσικολόγους. Στο μουσικό αρχείο της Φιλαρμονικής Εταιρείας «Μάντζαρος», στην Κέρκυρα, ανακαλύφθηκε σημαντικό μέρος του πρωτότυπου μουσικού υλικού της ορχήστρας! Αντίγραφο από το νέο αυτό υλικό δόθηκε κατ' αποκλειστικότητα στην Εθνική Λυρική Σκηνή και ο Γιάννης Σαμπαροβαλάκης (Κέντρο Ελληνικής Μουσικής), έμπειρος μουσικολόγος και κλαρινετίστας, αναπληρωτής καθηγητής στο Ιόνιο Πανεπιστήμιο, ανέλαβε την επεξεργασία, συμπλήρωση και αποκατάσταση της πρωτότυπης ενορχήστρωσης του έργου, σε συνδυασμό με την ανέκαθεν σωζόμενη αυθεντική ενορχήστρωση δύο χορευτικών αποσπασμάτων που φυλάσσονται στη Μουσική Βιβλιοθήκη της ΕΛΣ. Η «*Flora Mirabilis*» του **Σπυρίδωνος Σαμάρα** θα παρουσιαστεί για πρώτη φορά, στη νέα, αποκατεστημένη της μορφή, το Σάββατο 27 Σεπτεμβρίου, με τον ανερχόμενο Έλληνα αρχιμουσικό **Κωνσταντίνο Τερζάκη** στο πόντιουμ και την ορχήστρα, τη χορωδία και τέσσερις σπουδαίους σολίστ της Εθνικής Λυρικής Σκηνής, που μόλις επέστρεψαν από τη θριαμβευτική εμφάνισή τους στην Κίνα.

— **Ετοιμάζεστε να ερμηνεύσετε τη Λίντια, την κεντρική ηρωίδα της «Flora Mirabilis». Σας δυσκόλεψε στη μελέτη σας το γεγονός ότι υπάρχουν ελάχιστα ηχογραφημένα αποσπάσματα της όπερας, επομένως δεν είχατε κάποιες αναφορές για να μπειτε στην ατμόσφαιρα του έργου;**

Το ανέβασμά της «*Flora Mirabilis*» από τη Λυρική είναι μια ιστορική στιγμή. Μέχρι σήμερα γνωρίζαμε κυρίως τα τραγουδιστικά μέρη με

συνοδεία πιάνου. Τώρα έχουμε σχεδόν ολόκληρη την όπερα. Αν υπάρχει κάποια δυσκολία, είναι να ακολουθήσει κανείς την κάπως ακατάληπτη υπόθεση. Ουσιαστικά είναι ένα αλληγορικό παραμύθι με ρομαντικά στοιχεία. Μιλάμε όμως για όπερα, όχι για θεατρικό έργο, άρα η μουσική είναι που επικρατεί. Καλούμαστε να τραγουδήσουμε αυτό που έχουμε και να προσφέρουμε το καλύτερο τόσο φωνητικά όσο και ερμηνευτικά. Η πρόκληση αυτού του ρόλου βρίσκεται στην ερμηνεία. Για μένα, άλλωστε, είναι πολύ σημαντικό να ξέρεις τι τραγουδάς.

— **Φωνητικά, ο ρόλος της Λίντια δεν έχει υψηλές απαιτήσεις;**

Θα έλεγα ότι είναι ένας ρόλος για καθαρά λυρική φωνή σοπράνο· δεν έχει τις υψηλές νότες κολορατούρας που η δική μου φωνή μπορεί συνήθως να δείξει. Είναι για μένα μία ακόμα όμορφη πρόκληση, αφού πια περνάω όλο και πιο συχνά στο ρεπερτόριο της λυρικής σοπράνο. Στα «*Παραμύθια του Χόφμαν*» έχω κάνει όλους τους ρόλους και όχι μόνο της Ολυμπία, έχω τραγουδήσει Μιμί («*Μποέμ*»), Ντόνα Άννα («*Ντον Τζοβάνι*»), ενώ φέτος θα ερμηνεύσω για πρώτη φορά τον ρόλο της Μικαέλα από την «*Κάρμεν*». Ωστόσο, προϋπόθεση για την επιλογή των ρόλων που ερμηνεύω είναι να βρίσκονται στα όρια που μου δίνει η φωνή μου. Προσπαθώ να τη σέβομαι. Δεν θέλω να κάνω τίποτα πιο βαρύ απ' αυτό που αντέχει, γιατί οτιδήποτε άλλο μπορεί να τη βλάψει, να την κουράσει και να μειώσει τη διάρκεια ζωής της.

— **Αν δηλαδή σας πρότειναν έναν σπουδαίο ρόλο, που όμως κινείται στο όριο των φωνητικών σας δυνατοτήτων, δεν θα παίρνατε το ρίσκο;**

Αν είναι στο όριο, ναι, πάντα ζυγίζοντάς το. Για παράδειγμα, όταν μου πρότειναν να τραγουδήσω Μιμί, ήταν μια ευχάριστη έκπληξη, γιατί λατρεύω τον ρόλο, αλλά και ένα μεγάλο στοίχημα για μένα. Πριν δεχτώ όμως, ξεκαθάρισα ότι δεν πρόκειται να «φαρδύνω» τη φωνή μου παραπάνω από αυτό που είναι. Όταν με διαβεβαίωσαν ότι δεν ήθελαν κάτι τέτοιο, είπα το ναι και νομίζω ότι, ρίχνοντας το βάρος στην ερμηνεία, το κέρδισα το στοίχημα. Δεν θα ρίσκα όμως να τραγουδήσω τώρα «*Τόσκα*», όσο και να το ονειρεύομαι.

— **Ας επιστρέψουμε στη «Flora Mirabilis». Τώρα που εξοικειώνεστε σιγά σιγά με το λυρικό έργο του Σαμάρα, πού θα τον κατατάσσατε σε σχέση με τους Ιταλούς συνθέτες της εποχής του;**

Καταρχάς, να σας πω κάτι που ίσως δεν γνωρίζετε. Μελετώ για πρώτη φορά το συγκεκριμένο έργο, όμως είμαι εξοικειωμένη με τον συνθέτη, αφού έκανα το ντεμπούτο μου στη σκηνή με την όπερα «*Η μάρτυς*» του Σαμάρα! Ήμουν παιδί ακόμα –δεν είχα τελειώσει καν το σχολείο– όταν, στο Διεθνές Φεστιβάλ Κέρκυρας, η δασκάλα μου, η αείμνηστη υψίφωνος Βαρβάρα Γκαβάκου, η οποία πρωταγωνιστούσε στην παράσταση, μου έδωσε τον ρόλο μιας νεαρής σαντζέ, της Νίνα. Η μελέτη επομένως του έργου του Σαμάρα ξεκίνησε, χάρη σ' εκείνη, από νωρίς! Πρόσφατα μάλιστα, ο τεχνόρος Γιάννης Φίλιας, που κάνει εκπομπές στο Τρίτο Πρόγραμμα, μου έστειλε να ακούσω μια σπάνια ηχογράφηση από το αρχείο του, με τη δασκάλα μου να τραγουδά «*Flora Mirabilis*». Φανταστείτε τη συγκίνησή μου!

Να απαντήσω όμως στην ερώτησή σας. Τον Σαμάρα τον αγαπώ. Δεν έχει να ζηλέψει κάτι από τον Μπελίνι ή τον Ντονιτσέττι. Ανήκει στο

Βασιλική Καραγιάννη «Προσπαθώ να σέβομαι τη φωνή μου»

Η λαμπερή σοπράνο κολορατούρα μιλά στην *ATHENS VOICE* για την εμφάνισή της στην όπερα του Σπυριδωνος Σαμάρα «*Flora Mirabilis*», που για πρώτη φορά παρουσιάζεται στη νέα, αποκατεστημένη μορφή της, και για την εμπειρία της από την πρώτη μεγάλη περιοδεία της ΕΛΣ στην Κίνα.

Της ΛΕΝΑΣ ΙΩΑΝΝΙΔΟΥ



μπελκάντο και το αντιπροσωπεύει, πιστεύω, επάξια. Οι μελωδίες του είναι απίστευτες. Ο ρόλος της Λίντια, που ερμηνεύω, έχει τρεις υπέροχες άριες, και ειδικά η τελευταία θυμίζει Λεονκαβάλλο!

— **Η όπερα θα παρουσιαστεί σε συναυλιακή μορφή (κονσερτάντε), χωρίς σκηνικά και κοστούμια. Αυτός ο τρόπος παρουσίασης μήπως στερεί από τους τραγουδιστές την ευκαιρία να ξεδιπλώσουν το ερμηνευτικό τους ταλέντο;**

Εξαρτάται από το πώς θα το αντιμετωπίσεις. Σαφώς, το να φοράς το κοστούμι για να παίξεις τον ρόλο σου δίνει έναν άλλον αέρα στην ερμηνεία. Όμως έχει και το κονσερτάντε τη μαγεία του. Σου θυμίζει ότι, πρώτα απ' όλα, η όπερα είναι μουσική. Ειδικά για τη «*Flora Mirabilis*», το κονσερτάντε λειτουργεί σαν ένα αναγνωριστικό σημείο, αφού είναι η πρώτη φορά που ανεβαίνει η ορίτζιναλ ενορχήστρωση του ίδιου του συνθέτη. Είναι σημαντικό για τον κόσμο να μάθει τη μουσική, και στο κονσερτάντε όλοι εστιάζουμε, αφοσιωνόμαστε εκατό τοις εκατό σ' αυτήν, το κοινό, η ορχήστρα, η χορωδία, οι τραγουδιστές. Εμείς μάλιστα είμαστε πιο εκτεθειμένοι, γιατί δεν υπάρχει στη σκηνή κάτι που να αποσπά την προσοχή του κόσμου.

— **Η Τραβιάτα στην Κίνα: μια σπουδαία στιγμή στην ιστορία της Εθνικής Λυρικής Σκηνής**

— **Μόλις γυρίσατε από την Κίνα. Ποια ήταν η πρώτη αντίδρασή σας όταν η Λυρική σας πρότεινε να συμμετάσχετε στην πρώτη διεθνή περιοδεία της και να τραγουδήσετε Βιολέτα από την «Τραβιάτα» του Βέρντι;**

Ενθουσιάστηκα. Έχω βρεθεί ξανά για επαγγελματικούς λόγους στην Ασία, συγκεκριμένα στην Ιαπωνία, δύο φορές, τη μία για ένα προσωπικό ρεσιτάλ με άριες και συνοδεία πιάνου. Τραγούδησα τότε σε μια μεγάλη αίθουσα, κατάμεστη από κόσμο και η εμπειρία ήταν μοναδική. Για το τέλος, μου είχαν ζητήσει να προσθέσω δύο ελληνικά τραγούδια και σκέφτηκα να κλείσω με το πιο γνωστό, τα «Παιδιά του Πειραιά». Τραγουδούσε όλη η αίθουσα, ενώ, μετά το ρεσιτάλ, πέρασε από το καμαρίνι μου όλο το θέατρο κρατώντας φωτογραφίες μου εκτυπωμένες από το διαδίκτυο σε χρυσά κάδρα για να τις υπογράψω με χρυσό μαρκαδόρο! Αυτό είχα στο μυαλό μου σαν μέτρο σύγκρισης πριν φτάσουμε στην Σεντζέν, αν και γνώριζα ότι οι Ιάπωνες είναι πιο εξοικειωμένοι με τη δυτική κουλτούρα απ' ό,τι οι Κινέζοι. Η Κίνα όμως, με πολιτισμό χιλιάδων χρόνων, έχει στέρεες βάσεις και, σε συνδυασμό με την εργατικότητα των ανθρώπων της, η εξέλιξη είναι διαρκής σε κάθε τομέα. Η Σεντζέν πάντως έχει με πρωτεία σε ό,τι αφορά την τεχνολογία. Σκεφτείτε ότι τους δρόμους της καθαρίζουν ρομπότ, το ντελίβερι στα σπίτια γίνεται πια με drones και, όπως μας έλεγε η Ελληνίδα πρόξενος, τον επόμενο χρόνο θα έχει ιπτάμενα ταξί!

— **Και το κοινό; Πώς σας υποδέχτηκε;**
Οι δύο sold-out παραστάσεις μας στο

1.200 θέσεων Κέντρο Πολιτισμού και Τεχνών Γκουανγκμίνγκ (Guangming Culture & ArtsCenter) της Σεντζέν των 17 εκατομμυρίων κατοίκων – η τρίτη μεγαλύτερη πόλη της χώρας – σημείωσαν πρωτόγνωρη επιτυχία. Στην αρχή το κοινό ήταν λίγο συγκρατημένο και υπέθεσα ότι ίσως δεν γνώριζαν την «Τραβιάτα». Όμως στις γνωστές άριες επικρατούσε ενθουσιασμός και στο τέλος έγινε το κάτι άλλο... Μας αποθέωσαν, δεν σταματούσαν να χειροκροτούν! Στα καμαρίνια, για μία ακόμα φορά, η ουρά για αυτόγραφα και φωτογραφίες ήταν ατελείωτη. Αλλά και στα media εισέπραξα μόνο αγάπη. Το μήνυμα που βρήκα στο inbox μου από έναν άγνωστο «Θέλω να ξανάρθεις, σ' αγαπώ γι' αυτό που με έκανες να αισθανθώ», μ' έκανε να δακρύσω. Η επιτυχία στη Σεντζέν φυσικά δεν ήταν προσωπική, δική μου, αλλά συνολικά της Λυρικής Σκηνής, που έφερε στην Κίνα τη μεγαλειώδη παραγωγή της «Τραβιάτα», στην ιστορική σκηνοθεσία, τα σκηνικά και τα κοστούμια του Νίκου Πετρόπουλου και όχι μόνο. Η ορχήστρα μας «πετούσε», η χορωδία μας και όλοι οι συνάδελφοι έδωσαν πραγματικά, τον καλύτερό τους εαυτό. Και, βέβαια, ο μαέστρος μας, ο Λουκάς Καρυτινός, ήταν αυτός που μας ενέπνεε σιγουριά, μας έδινε φτερά στη σκηνή, την ελευθερία να απογειώσουμε την ερμηνεία μας.

— **Θα λέγατε όμως ότι είναι λιγότερο απαιτητικό;**

Καθόλου. Το κοινό δεν αποδέχεται τους πάντες και τα πάντα επειδή απλά έρχονται από το εξωτερικό. Μπροστά στο μη οικείο, στο άγνωστο, οι θεατές εμπιστεύονται το

ένστικτό τους και αναλόγως αντιδρούν. Έμαθα ότι πριν από λίγο καιρό εμφανίστηκε στον ίδιο χώρο μια ορχήστρα από τη Βιέννη, ο σολίστας της όμως δεν άρσε και ο κόσμος ξεσηκώθηκε, άρχισε να φωνάζει και πολλοί πήγαν στο ταμείο να ζητήσουν τα λεφτά τους πίσω! Νιώθεις επομένως ακόμα μεγαλύτερη χαρά και ικανοποίηση από την ανταπόκριση ενός κοινού που μπορεί να μην είναι τόσο καταρτισμένο, αλλά είναι πιο αγνό και εισπράττει άμεσα αυτό που πρέπει να περάσεις μέσω του συγκεκριμένου μουσικού έργου. Αυτό, θεωρώ, είναι πιο σπουδαίο από μια επιτυχία μπροστά σ' ένα εκπαιδευμένο κοινό.

— **Η πρώτη μεγάλη διεθνής περιοδεία της Εθνικής Λυρικής Σκηνής στέφθηκε λοιπόν με επιτυχία. Πιστεύετε ότι μπορεί να γίνει θεσμός;**

Ήταν ένα τεράστιο εγχείρημα – σκεφτείτε ότι τα σκηνικά μας έφυγαν από τον Ιούλιο για να φτάσουν με πλοίο στην Κίνα. Όλοι μας ευχόμαστε, όμως, αυτό το ταξίδι να είναι μόνο η αρχή, να υπάρξει και συνέχεια. Περιοδείες άλλωστε, ειδικά στην Ασία, κάνουν πολλά μεγάλα λυρικά θέατρα του κόσμου. Για παράδειγμα, η Όπερα της Πράγας, με την οποία τραγούδησα Βασίλισσα της Νύχτας στον «Μαγικό αυλό» του Μότσαρτ τη δεύτερη φορά που βρέθηκα στην Ιαπωνία, έκανε κάθε χρόνο περιοδεία με μια διαφορετική παραγωγή. Στη Λυρική έχουμε τόσες αξιόλογες παραγωγές, γιατί να μην τις μοιραζόμαστε εκτός Ελλάδας; **Α**

Το κοινό δεν αποδέχεται τους πάντες και τα πάντα επειδή απλά έρχονται από το εξωτερικό. Μπροστά στο μη οικείο, οι θεατές εμπιστεύονται το ένστικτό τους και αναλόγως αντιδρούν.

Αγαπημένο μου ημερολόγιο, τι λέγαμε την άλλη φορά; Βασικά για τον χρόνο που περνάει και για τις αλλαγές στο σώμα μας και στον οργανισμό μας επειδή μεγαλώνουμε. Η αλήθεια είναι ότι δεν έχουμε μάθει να τις παρατηρούμε επειδή συνηθίζουμε, κι ακόμα και πράγματα που μας ταλαιπωρούν γίνονται δεύτερη φύση μας: στην ψυχή και στο σώμα. Που, στην πραγματικότητα, είναι οι δύο όψεις του ίδιου νομίσματος –το νόμισμα είμαστε εμείς– κι όταν πάσχει το ένα, πάσχει και το άλλο. Αλλά τα σημάδια είναι πάντα εκεί. Ή σχεδόν πάντα, γιατί υπάρχουν κι εκείνες οι ασθένειες που χτυπούν ύπουλα, χωρίς καθόλου να μπορούμε να το υπολογίσουμε, και τότε ο κόσμος μας αναποδογυρίζει και πρέπει να ανακαλύψουμε τη δύναμη που κρύβουμε μέσα μας και να παλέψουμε μόνο μ' αυτό.

Τώρα όμως μιλάμε για τα απλά και καθημερινά. Είναι, λοιπόν, πολύ συχνό να μας συμβαίνουν διάφορα που απαιτούν την προσοχή μας ή ένα σχέδιο δράσης, όπως για παράδειγμα όταν παίρνουμε βάρος. Κι εμείς να συνεχίζουμε απλώς τη ζωή μας γιατί έχουμε δουλειές, προβλήματα, γεγονότα σημαντικά και ασήμαντα, σχέσεις και έρωτες, χαρές και λύπες, παιδιά ή γονείς που πρέπει να φροντίσουμε, φίλους και ανθρώπους που σχετιζόμαστε. Κι όσο παρνάει ο καιρός εξελισσόμαστε και προχωράμε ή μένουμε στάσιμοι γιατί παλεύουμε με τα τραύματά μας, τις αναποδιές και τις α(πο)τυχίες μας, ή απλώς χαιρόμαστε και περνάμε ωραία και κάνουμε όλα όσα φτιάχνουν τις μικρές ζωές μας, προσπαθώντας να επιβιώσουμε σ' έναν κόσμο που αλλάζει συνεχώς. Χωρίς να συνειδητοποιούμε πόσο πολύ συνδέεται ο τρόπος της ζωής μας με την υγεία μας – λες και είναι άλλος αυτός που ζει, κι άλλος αυτός που είναι το σώμα μας και η διάθεσή μας.

Κι όπως σου έλεγα, παρότι η φάση της εμμηνόπαυσης εκτός από το καμπαράκι με την οστεοπενία δεν με είχε απασχολήσει ιδιαίτερα, έβλεπα κι άλλες αλλαγές. Κυρίως καταλάβαινα από πρώτο χέρι αυτό που άκουγα από μεγαλύτερες γυναίκες, ότι μετά την εμμηνόπαυση είναι πολύ δύσκολο να μην παχύνεις, ειδικά στην κοιλιά. Γιατί τα οιστρογόνα –άκου τώρα!– δεν επηρεάζουν μόνο τον κύκλο μας και την υγεία των οστών, αλλά παίζουν μεγάλο ρόλο στο πού αποθηκεύεται



το λίπος. Όσο τα έχουμε σε υψηλά επίπεδα, επειδή προστατεύουν σ' έναν βαθμό τον μεταβολισμό μας, το σώμα μας τείνει να βάζει περισσότερο λίπος στους γοφούς και τους μηρούς («σχήμα αχλάδι»). Όταν όμως τα επίπεδά τους πέφτουν απότομα –στην εμμηνόπαυση– και τα επίπεδα κορτιζόλης (της ορμόνης του στρες) μπορεί να μένουν υψηλά, χάνεται αυτή η προστασία, και για κάποιον λόγο που δεν έχω καταλάβει το λίπος κατευθύνεται πιο πολύ στην κοιλιά. Το δικό μου σώμα έτσι κι αλλιώς έχει προδιαγραφή για «σχήμα μήλου» – όπως σ' αυτή την παιδική φωτογραφία με το μπλε μαγιό στην παραλία, που η κοιλίτσα μου είναι φουσκωμένη σαν μπαλόνι.

Αλλά και οι περισσότεροι άντρες στην κοιλιά δεν παχαίνουν; Για τον ίδιο ακριβώς λόγο. Εκείνοι δεν έχουν κάποια ιδιαίτερη βοήθεια από τα οιστρογόνα νεότεροι, ή τέλος πάντων έχουν χαμηλά επίπεδα οιστρογόνων (σε σχέση με τις γυναίκες), αφού κυριαρχεί η τεστοστερόνη, η οποία τους δίνει όμως άλλα εφόδια, κυρίως τους εξοπλίζει με δυνατούς μύες. Και έτσι, το αντρικό ορμονικό προφίλ ευνοεί την αποθήκευση λίπους σπλαχνικά, δηλαδή μέσα και γύρω από την κοιλιά, αντί για τους γοφούς και τους μηρούς. Και γι' αυτό, όταν χάνουμε τα οιστρογόνα μας, το γυναικείο σώμα μιμείται το αντρικό και τα σχήματα στα δύο φύλα τείνουν να μοιάζουν από μια ηλικία και μετά.

Resilience tips

• Η άσκηση (ιδιαίτερα αντιστάσεων και περπάτημα) μειώνει το σπλαχνικό λίπος και προστατεύει την καρδιά και τον μεταβολισμό.

• Η μεσογειακή διατροφή – πολλά λαχανικά, φρούτα, όσπρια, ψάρια και ελαιόλαδο – βοηθά να κρατάμε σταθερά τα επίπεδα σακχάρου και χοληστερίνης.

• Ο καλός ύπνος ρυθμίζει τις ορμόνες της όρεξης και μειώνει την κορτιζόλη, την ορμόνη του στρες, που ευνοεί την αποθήκευση λίπους.

• Το άγχος είναι κρυφός σαμποτέρ. Ακόμα και λίγα λεπτά χαλάρωσης, αναπνοών ή mindfulness τη μέρα βοηθούν τον οργανισμό να μη «φορτώνει» κοιλιακό λίπος.

Και οι άνδρες πάντως έχουν κάτι αντίστοιχο με την εμμηνόπαυση. Δεν είναι τόσο απότομη η αλλαγή όπως σε εμάς, τους συμβαίνει όμως κάτι που κάποιοι γιατροί το ονομάζουν «ανδρόπαυση» καθώς έχουν κι εκείνοι μια σταδιακή πτώση της τεστοστερόνης, εκεί μετά τα 45-50. Κι όσο μεγαλώνουν, αν μείνουν χωρίς σχέδιο δράσης, αλλάζει και το δικό τους σώμα: χάνουν μυϊκή μάζα και δύναμη και το λίπος αποθηκεύεται πολύ ευκολότερα στην κοιλιά. Κι όταν λέμε σχέδιο δράσης εννοούμε κυρίως διατροφή και γυμναστική.

Κι ενώ όλα αυτά που συζητάμε έχουν να κάνουν με την εικόνα μας, οι άνθρωποι είναι και παραμένουν όμορφοι και ενδιαφέροντες και γοητευτικοί ανεξαρτήτως κιλών. Και ο καθένας όπως αισθάνεται άνετα με τον εαυτό του, είναι δικαίωμά του. Το πρόβλημα είναι ότι ειδικά το σπλαχνικό λίπος δεν είναι απλώς αποθήκη θερμίδων, αλλά ένας ζωντανός, ενεργός ιστός, που τι κάνει; Τυλίγει τα εσωτερικά μας όργανα, παράγοντας ορμόνες και ουσίες που αυξάνουν τη φλεγμονή (αυτό θα το εξηγήσουμε κάποια στιγμή), επηρεάζουν τη χοληστερίνη και την ευαισθησία στην ινσουλίνη (κι αυτό), λειτουργώντας σαν ένας σαμποτέρ που σιγά σιγά φθείρει την καρδιά, τα αγγεία και τον μεταβολισμό μας. Και για αυτό οι –ενημερωμένοι– γιατροί και οι ειδικοί το θεωρούν πολύ πιο επικίνδυνο από το λίπος στους γοφούς ή στους μηρούς, που αποθηκεύεται ήσυχα και δεν επηρεάζει τόσο αρνητικά τον μεταβολισμό μας.

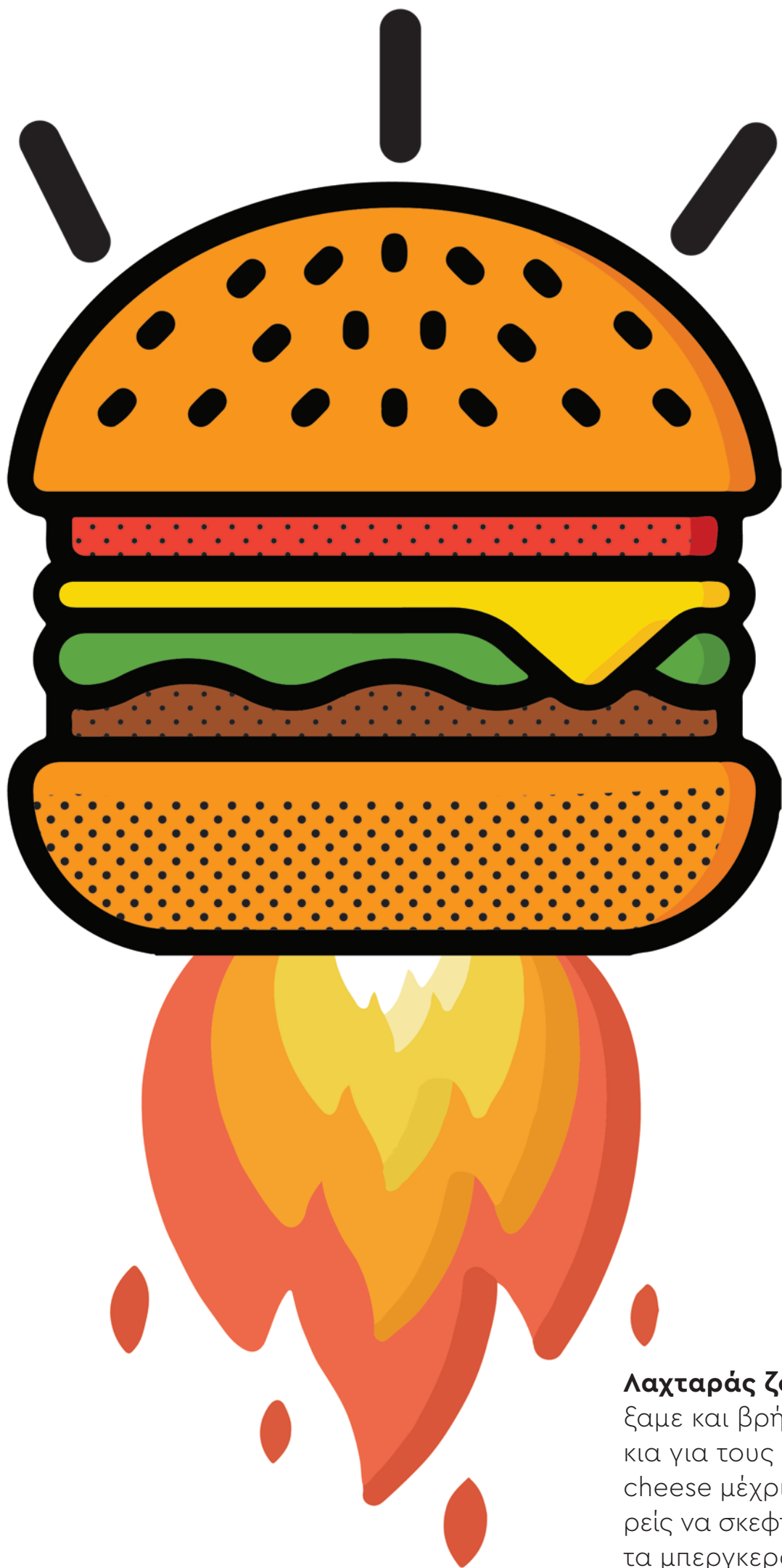
Με λίγα λόγια, κάθε φορά που αρχίζουν να μας κάνουν τα παντελόνια μας και αλλάζουμε νούμερα στη μέση, άνδρες και γυναίκες, καλό είναι να ξέρουμε ότι αυτό σχετίζεται με την υγεία μας. Και να ξέρεις ότι δεν ξεκινάμε όλοι από την ίδια βάση, γιατί δεν έχουμε την ίδια κληρονομικότητα και τον ίδιο μεταβολισμό, ούτε τα ίδια προβλήματα και άγχη. Για κάποιους ο αγώνας είναι πολύ πιο δύσκολος από ό,τι για κάποιους άλλους. Αλλά και πάλι, ούτε όλα αυτά σημαίνουν ότι αν έχουμε σπλαχνικό λίπος θα αρρωστήσουμε, ή ότι ένα αδύνατο σώμα δεν μπορεί να είναι εξίσου επιρρεπές σε μεταβολικές ή καρδιαγγειακές δυσκολίες. Αλλά το λίπος στην κοιλιά είναι ένα σιωπηλό σινιάλο που μας λέει «πρόσεξέ με»: ένας τρόπος του σώματος να μας θυμίσει ότι η καρδιά, τα αγγεία, ο μεταβολισμός μας χρειάζονται φροντίδα. Και αυτή η φροντίδα –πάντα και για όλους– έχει να κάνει με το τι τρώμε, αλλά και με το πόσο κινούμαστε, αν γυμναζόμαστε, αν κοιμόμαστε καλά και με το κατά πόσο βρίσκουμε μέσα μας μια ισορροπία κι ένα νόημα.

Αυτά κανείς δεν μας τα μαθαίνει κι έτσι ζούμε κάπως στα τυφλά. Γι' αυτό είναι χρήσιμο να μάθουμε να μας παρατηρούμε, για να καταλαβαίνουμε πότε κάτι δεν πάει καλά ή τι σημαίνουν οι αλλαγές στο σώμα μας. Αγαπημένο μου ημερολόγιο, έχουμε στα χέρια μας ένα υπερόπλο που λέγεται lifestyle medicine, δηλαδή ιατρική του τρόπου ζωής. Αυτό έχω ξεκινήσει να εφαρμόζω και για αυτό έχω μάθει όλα αυτά τα πράγματα σε σχέση με τη διατροφή και το πώς δουλεύει ο οργανισμός μας. Θα σου τα πω όλα μια επόμενη φορά. **A**

Ημερολόγιο ανθεκτικότητας

Γιατί είναι κακό να παχαίνουμε στην κοιλιά;

Της ΔΗΜΗΤΡΑΣ ΓΚΡΟΥΣ



Λαχταράς ζουμερά, καλοψημένα burgers; Ψάξαμε και βρήκαμε κάποια από τα καλύτερα στέκια για τους burger lovers! Από κλασικό double cheese μέχρι το πιο πρωτότυπο burger που μπορείς να σκεφτείς, στις επόμενες σελίδες θα βρεις τα μπεργκεράδικα που τα έχουν όλα. Ετοιμάσου για τραγανές πατάτες, λαχταριστές σος και φυσικά... το τέλειο burger! **Της ΝΑΤΑΣΣΑΣ ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ**

TGI FRIDAYS™

Η απόλυτη American εμπειρία



Στα TGI Fridays™ το burger δεν είναι απλά φαγητό – είναι μια ολοκληρωμένη εμπειρία. Από την πρώτη μπουκιά αυτό που ξεχωρίζει είναι η ποιότητα και η αυθεντικότητα.

Ξεκινάμε πάντα με φρέσκο μπιφτέκι από 100% μοσχαρίσιο κιμά, χωρίς συντηρητικά, πρόσθετα ή μπαχαρικά – ακριβώς όπως πρέπει να είναι το μπιφτέκι που μπαίνει σε κάθε burger. Το brioche ψωμάκι που το περιβάλλει παρασκευάζεται καθημερινά, χωρίς ίχνος

συντηρητικών, ενώ τα λαχανικά είναι ολόφρεσκα και οι σάλτσες χειροποίητες και φτιαγμένες με μεράκι.

Όλα ετοιμάζονται με τον κλασικό American way, τον ίδιο που έκανε τα burgers παγκοσμίως αγαπημένα: ζουμερά, λαχταριστά, με έντονη γεύση και αυθεντική προσωπικότητα.

Δοκίμασε το Fridays Smash Cheeseburger – τον απόλυτο φόρο τιμής στο κλασικό cheeseburger, με τη smash τεχνική που απογειώνει τη γεύση. Το Truffle Parmesan Burger – ένας πιο εκλεπτυσμένος συνδυασμός, με άρωμα τρούφας και την ένταση της παρμεζάνας. Και το Fridays Signature Glazed Burger – το εμβληματικό burger με την αυθεντική Jack Daniel's® glaze, που έχει γίνει θρύλος.

Εδώ, κάθε burger αποτελεί αφορμή για να ζήσεις την ατμόσφαιρα ενός αυθεντικού American diner, με την εγγύηση ποιότητας και γεύσης των TGI Fridays™.



INFO

f tgi.fridays.greece
@tgifridaysgr
@tgifridaysgr

PAX BURGERS

Ο Σταύρος Βαρθαλίτης
επιστρέφει με το Pax Mess



Είναι ολόφρεσκα, ζουμερά και βραβευμένα! Τα Pax Burgers είναι το απόλυτο burger spot σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη και σίγουρα δεν είναι τυχαίο που έχουν ήδη ξεχωρίσει με τα βραβεία **Best Burger** (2024) και **Best Burger House** (2023) από το φημισμένο Burger Fest.

Αυτή είναι η τέταρτη συνεχόμενη χρονιά συνεργασίας με τον ταλαντούχο σεφ Σταύρο Βαρθαλίτη, ο οποίος επιστρέφει δυναμικά στην κουζίνα των Pax Burgers και παρουσιάζει το «Pax Mess»: όχι ένα, αλλά δύο limited edition burgers που αν δεν λερωθείς... κάτι κάνεις λάθος! Να

στα συστήσουμε: το ένα είναι το **Birria Mess**. Με φρέσκο μοσχαρίσιο μπιφτέκι, Birria pulled beef, American cheddar, πίκλες, coleslaw και sour cream mayo. Συνοδεύεται από ζεστή Birria sauce. Ενώ το άλλο είναι το **Smashed Cheese Mess**. Με δύο smashed μοσχαρίσια μπιφτέκια, Raclette, paprika mayo, πίκλες και κρεμμύδι – ιδανικό για τους λάτρεις του τυριού, καθώς συνοδεύεται από queso sauce με chilibacon!

Αρχικά να πούμε πως το «**Pax Mess**» θα το απολαύσεις στο φετινό Burger Fest Vol. 11 και στη συνέχεια τα δύο limited edition burgers θα είναι διαθέσιμα και στα τέσσερα καταστήματα Pax Burgers σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη.

Σημείωσε ακόμη ότι όλα τα Pax Burgers φτιάχνονται από 100% φρέσκο ελληνικό μοσχαρίσιο κιμά, με αφράτα ψωμάκια, σπιτικές σος και ολόφρεσκες, κομμένες στο χέρι τηγανητές πατάτες. Μη χάνεις χρόνο, ανακάλυψέ τα!

Extra tip: Το Smashed Cheese Mess κυκλοφορεί και σε special έκδοση με μονό μπιφτέκι, αποκλειστικά στο Burger Fest (19-21 & 26-28/9 στο Παλιό Αμαξοστάσιο ΟΣΥ, στο Γκάζι).



INFO

ΑΘΗΝΑ
● Πλατεία Αγίας Ειρήνης
● Χαλάνδρι
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
● Καλαποθάκη 8
● Mediterranean Cosmos

paxburgers
paxburgers
Pax burgers



GOODY'S BURGER HOUSE

**Extreme γεύσεις
και προσφορές!**

Όταν μιλάμε για αυθεντική εμπειρία burger στην Ελλάδα, ένα brand έρχεται αμέσως στο μυαλό: Goody's Burger House. Με νέες γεύσεις, τα Goody's Burger House έχουν γίνει το αγαπημένο σημείο συνάντησης για όσους αναζητούν κάτι παραπάνω από ένα απλό γεύμα. Είναι το μέρος όπου η απόλαυση συναντά το urban vibe της πόλης και κάθε μπουκιά κρύβει λίγη από τη μαγεία του street food culture.

Και αν νομίζεις ότι το μενού σταματάει στα burgers, ξανασκέψου το! Από ζουμερά burgers και λαχταριστά bao buns, μέχρι share boxes για να μοιραστείς με την παρέα σου και extreme club sandwiches για κάθε στιγμή της ημέρας. Και φυσικά, για τους λάτρεις του κοτόπουλου, τα crispy buttermilk chicken fingers και τα ζουμερά φιλετίνια κοτόπουλο σε περιμένουν, ειδικά αν τα συνδυάσεις με τα νέα potato crisps με cheddar & bacon, που έχουν ήδη κλέψει την παράσταση.

Μιλάμε για γεύσεις που σε κάνουν να επιστρέφεις ξανά και ξανά.

Και τώρα, η μεγάλη είδηση: για limited χρονικό διάστημα, μέχρι και τις 18 Οκτωβρίου, τα Goody's Burger House παρουσιάζουν την απόλυτη προσφορά που δεν πρέπει να χάσεις: 1+1 Extreme Burger και αναψυκτικό. Ναι, καλά διάβασες! Παίρνεις 2 Extreme Burgers με τα αναψυκτικά τους, αλλά πληρώνεις μόνο το ένα. Είναι η τέλεια αφορμή να καλέσεις την παρέα, να μοιραστείς την απόλαυση και να ζήσεις τη στιγμή.

Μην το σκέφτεσαι, η προσφορά ισχύει από Δευτέρα έως Πέμπτη, μόνο για λίγο. Γιατί όταν η απόλαυση φτάνει στο extreme, δεν μπορείς να περιμένεις!

www.goody's.com



*Limited
Edition Deal
1+1 Extreme Burger
και αναψυκτικό*



*Club box, crispy buttermilk
chicken fingers και ζουμερά
φιλετίνια κοτόπουλο*

Η Αθήνα τα τελευταία χρόνια έχει δει το street food να εξελίσσεται, αλλά σπάνια ένα brand έχει καταφέρει να ξεχωρίσει με τέτοια ταχύτητα όσο η «Κουτσή Κατσικά». Σε μόλις ενάμιση χρόνο λειτουργίας, η αλυσίδα μετρά ήδη έξι καταστήματα. Τα πιο πρόσφατα, σε Αιγάλεω και Παγκράτι, ήρθαν να καλύψουν νέες γειτονιές και προσφέρουν και τραπέζια για όσους θέλουν να απολαύσουν το φαγητό τους πιο άνετα, πέρα από το take away ή το delivery.

Πίσω από την ιδέα βρίσκονται δύο φίλοι, ο σεφ της παρέας Ηλίας Στινιάς και ο επιχειρηματίας Αποστόλης Χασάπης. Μέχρι το τέλος του 2026 το δίκτυο αναμένεται να φτάσει τα 12 με 14 καταστήματα, ενώ στον σχεδιασμό υπάρχει και η επέκταση εκτός Αττικής, μια κίνηση που θα δώσει στην «Κουτσή Κατσικά» πανελλαδική παρουσία.

Η περίπτωση της «Κουτσής Κατσίκας» έχει ενδιαφέρον γιατί δεν πρόκειται για κάποιο franchise μεγάλου πολυεθνικού ομίλου. Πρόκειται για μια ανεξάρτητη, ελληνική αλυσίδα, που χτίζει το δικό της brand από το μηδέν. Ο ρυθμός ανάπτυξης –έξι καταστήματα σε 18 μήνες– δείχνει ότι υπάρχει κοινό που αναζητά κάτι διαφορετικό στο street food.

Στο νέο ανανεωμένο μενού πέρα από τα γνωστά legendary burgers της Κατσίκας θα δούμε μεγάλη ανανέωση στην ενότητα σάντουιτς, στην οποία δίνεται μεγάλη στροφή στο slow cooking style. Σιγομαγειρεμένη προβατίνα, χοιρινό, μοσχαράκι γάλακτος, μέχρι και πάπια θα μπορούμε να γευτούμε σε νέους εκρηκτικούς συνδυασμούς!

Παράλληλα, η κουζίνα βρίσκεται σε διαρκή αναζήτηση. Η ομάδα παρακολουθεί τις τάσεις, δοκιμάζει νέες ιδέες και αφουγκράζεται τι ζητά το κοινό, ώστε να προσαρμόζεται και να παραμένει μπροστά από τον ανταγωνισμό.

Από την πρώτη μέρα, το στοίχημα ήταν η σταθερή ποιότητα σε όλα τα καταστήματα. Αυτό επιτυγχάνεται μέσα από συνεργασίες εμπιστοσύνης με παραγωγούς και έναν ανοιχτό διάλογο επικοινωνίας με τον κόσμο. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι η συνεργασία με φάρμα στη Βέροια, γνωστή για την εκτροφή ελληνικών αγελάδων Wagyu.

Με την επιτυχία των πρώτων έξι καταστημάτων, η «Κουτσή Κατσικά» δείχνει ότι δεν είναι ένα ακόμα street food concept, αλλά ένα brand που ήρθε για να μείνει.



ΚΟΥΤΣΗ ΚΑΤΣΙΚΑ

Το street food που μεγαλώνει με ρυθμούς start-up



INFO

ΚΑΛΛΙΘΕΑ:
Δοϊράνης 23
2109564420

ΠΕΙΡΑΙΑΣ:
Αιτωλικού 13-15
2104227631

ΝΕΑ ΦΙΛΑΔΕΛΦΕΙΑ:
Δεκελείας 109
2102586046

ΑΝΩ ΓΛΥΦΑΔΑ:
Δημ. Γούναρη 136
2109602002

ΠΑΓΚΡΑΤΙ:
Υμηττού 73, 2107515738

ΑΙΓΑΛΕΩ:
Πλαστήρα 4

Koutsi Katsika
Street Food
 koutsi_katsika_
streetfood

Αν υπάρχει μια πόλη που έχει «αγκαλιάσει» το burger με αληθινό πάθος, αυτή είναι η Αθήνα. Κι αν υπάρχει ένα όνομα που έχει συνδεθεί αδιάρρηκτα με αυτή την αγάπη, αυτό είναι τα Simply Burgers. Για περισσότερες από δύο δεκαετίες, η αλυσίδα κατάφερε να αλλάξει το τοπίο του street food στην πρωτεύουσα, δίνοντας στο burger τη θέση που του αξίζει – όχι απλώς ως γρήγορο φαγητό, αλλά ως καθημερινή γευστική εμπειρία.

«Όταν ξεκινήσαμε το 2003, θέλαμε να φέρουμε στην Ελλάδα το αυθεντικό αμερικανικό burger», εξηγεί ο founder και CEO των Simply Burgers κος. Brian Karey, «Όχι σαν fast food, αλλά ως εμπειρία που σε ταξιδεύει». Με αυτό το όραμα ως οδηγό, τα Simply Burgers απέφυγαν τα συνηθισμένα. Αντί για έτοιμες λύσεις, επένδυσαν στην ποιότητα: φρέσκα υλικά, συνταγές με χαρακτηριστικά και μια αισθητική που θυμίζει περισσότερο τελετουργία γεύσης, παρά απλή εξυπηρέτηση σε ένα εστιατόριο.

Σήμερα, τα Simply Burgers έχουν εξελιχθεί σε σύμβολο της σύγχρονης γαστρονομικής κουλτούρας της Αθήνας – ένα brand που μεγάλωσε μαζί με τους burger lovers και συνεχίζει να εξελίσσεται, χωρίς να χάνει την ουσία του, κρατώντας σταθερές τις αξίες της φιλοσοφίας τους: ποιότητα χωρίς συμβιβασμούς σε κάθε burger, αυθεντικότητα που δεν ακολουθεί τάσεις αλλά τις δημιουργεί, σύνδεση με την κοινότητα, με κάθε κατάσταση να λειτουργεί ως μέρος της γειτονιάς.

Τώρα, η νέα σελίδα στην ιστορία των Simply Burgers γράφεται με ανανεωμένους χώρους σε δύο από τις πιο ζωντανές πλατείες της πόλης. Τα καταστήματα σε Νέα Σμύρνη και Αγία Παρασκευή απέκτησαν νέο design, σύγχρονη αισθητική και πιο φιλόξενη ατμόσφαιρα – μια αναβάθμιση που πολύ σύντομα θα επεκταθεί και σε όλα τα υπόλοιπα σημεία του brand στην Αττική.

Και, παράλληλα, η αναζήτηση νέων γεύσεων στα πολυβραβευμένα Simply Burgers δεν σταματά ποτέ. Θυμάστε μια από τις καμπάνιες που έχουν γράψει ιστορία, με το La Bistecca, όπου για πρώτη φορά στην Ελλάδα απολαύσαμε μια συνταγή burger από dry-aged μοσχαρίσιο κιμά Chianina Τοσκάνης; Ήδη δουλεύουν πάνω σε κάποιες νέες συνταγές limited edition burger, για τις οποίες θα μάθουμε τις επόμενες ημέρες. Γιατί, όπως λέει ο Brian Karey: «Η αγάπη μας για το burger είναι ίδια με εκείνη της πρώτης ημέρας».



SIMPLY BURGERS

Ένα love-brand που συνεχίζει να εξελίσσεται



INFO

simplyburgers.gr
 simplyburgers
 simplyburgers.gr

FOUR HANDS

Νέο κατάστημα στο Κολωνάκι
από τους μισελενάτους σεφ που αγαπούν
το burger όσο εμείς



Πώς είναι να τρως burger από σεφ με αστέρι Michelin; Για να μάθεις, απλώς πέρνα μια βόλτα από την πλατεία Κολωνακίου, εδώ όπου μόλις άνοιξε το ολοκαίνουργιο Four Hands των βραβευμένων σεφ Θάνου Φέσκου και Γιώργου Παπαζαχαρία. Αν είσαι λάτρης των

burgers ήδη θα το ξέρεις από το πρώτο κατάστημα που άνοιξε το 2024, μέσα στο Athens Street Food Hub, κι έκανε χαμό. Αλλά τώρα, στο νέο του πόστο, το Four Hands επανέρχεται με όλα τα burgers που αγαπήσαμε, συν κάποιες έξτρα λαχταριστές εκπλήξεις. Έτσι, εκτός από το cheeseburger και το ασυναγώνιστο Oklahoma burger, εδώ θα ανακαλύψεις επίσης ένα chicken burger (spicy or not), δύο ιντριγκαδόρικες σαλάτες (μία coleslaw και μία Caesar με τηγανητό κοτόπουλο και ένα γαλάκτωμα από σαρδέλες σε ζύμωση) και... παγωτό μηχανής (πες «ναι»!) σε δύο γεύσεις: πικραμύγδαλο και σοκολάτα-μπανάνα. Εννοείται ότι μαζί παίρνεις τις θρυλικές πατάτες του Four Hands, που μοιάζουν με churros και δεν θυμίζουν καμία άλλη πατάτα, ενώ, είσαι δεν είσαι χορτοφάγος, πρέπει οπωσδήποτε να δοκιμάσεις το λαχταριστό C.& M., ένα vegetarian burger με δύο μπιφτέκια από σέλινο, αρσενικό Νάξου, μανιτάρια, μαγιονέζα και πίκλα σέλινο. Δεν φαντάζεσαι πόσο νόστιμο είναι...



INFO

Πλατεία Φιλικής
Εταιρείας 3, Κολωνάκι
@4hands.ath

NOSH

Το φίνο σαντουιτσάδικο
της οδού Καψάλη



Μπαίνεις μέσα και νιώθεις σαν να βρίσκεσαι σε κάποιο μαγαζί του Manhattan. Ασπρόμαυρο πλακάκι, υπέροχος φωτισμός, μια σκέψη του Anthony Bourdain αποτυπωμένη στον τοίχο. Κάθεσαι στη μακρόστενη μπάρα και παραγγέλνεις κάτι που δύσκολα θα βρεις αλλού: ένα σάντουιτς με τρυφερό αστακό. Το Nosh είναι ένα σαντουιτσάδικο που δεν μοιάζει με άλλο. Μέσα στα βουτυρένια brioche του στριμώχνει μικρές γαστρονομικές εκρήξεις. Τα πιο δημοφιλή σάντουιτς είναι αυτά με τον αστακό. Το Lobster Roll Maine (με αστακό, μαγιονέζα, λάιμ και chive) και το Lobster Roll Nosh (με αστακό, σος hollandaise και chives) είναι οι

απόλυτοι πρωταγωνιστές εδώ, αλλά δεν είναι η μόνη λιχουδιά που θα ανακαλύψεις. Μην προσπεράσεις το Shrimp Roll (γαρίδα, μαγιονέζα, φινόκιο, chorizo και chips πράσου), το ονειρεμένο Grilled Cheese (raclette, cheddar, gruyere, emmental, κρεμμύδι, πίκλα και chive), μα ούτε το comfort Tuna Melt (τόνος, μαγιονέζα, κάπνισμα, αγγουράκι πίκλα και cheddar). Άλλες νόστιμες εκπλήξεις σε περιμένουν και στα συνοδευτικά... Τραγανά Kale Chips (καλύτερα και από πατατάκια!), arancini με bisque αστακού και γαρίδας και το best seller που ακούει στο όνομα Anjie's favorite Corn Ribs – μη ρωτάς τι είναι, απλώς πρόσθεσέ το στην παραγγελία σου! Μπορείς να συνοδέψεις το σάντουιτς σου με φίνα κρασιά, αναψυκτικά ή μπίρες, και να ξέρεις ότι κάθε Παρασκευή και Σάββατο το Nosh σερβίρει φρέσκα στρείδια, τα οποία έχεις την επιλογή να συνοδέψεις με ένα shot Bloody Mary. Τέλειο;

Extra tip: Από τον Οκτώβριο, πολλά ενδιαφέροντα έρχονται στο Nosh. Δεν μπορούμε να αποκαλύψουμε πολλά, γι' αυτό θα πούμε μόνο ότι θα βρεις μια σούπα που σίγουρα θα θες να δοκιμάσεις...



INFO

Καψάλη 5, Κολωνάκι
210 7228281
@nosh_lobster_and_brioche

Αν πιστεύεις ότι έχεις δοκιμάσει όλα τα burgers, κάνε μια βόλτα από την Πατριάρχου Ιωακείμ και θ' αλλάξεις γνώμη. Το Smash 'n Bun είναι το spot που έφερε την κουλτούρα του smash burger στην καρδιά του Κολωνακίου και ο βραβευμένος σεφ Μιχάλης Νουρλόγλου συνεχίζει να γράφει τη δική του ιστορία στη street food σκηνή της πόλης.

Η φιλοσοφία του είναι ξεκάθαρη: όλα ξεκινούν από την ποιότητα της πρώτης ύλης. Ο κιμάς είναι 100% ελληνικός, από grass fed αγελάδες, που περνούν διαδικασία dry aging 40 ημερών. Ζυμώνεται μόνο με αλάτι και ψήνεται στην καυτή πλάκα με τη μέθοδο smashing, δημιουργώντας μια καραμελωμένη, τραγανή κρούστα, ενώ στο εσωτερικό παραμένει ζουμερό και γεμάτος γεύση. Το ψωμάκι είναι χειροποίητο, αφράτο, από βιολογικό αλεύρι, ζυμωμένο καθημερινά στην κουζίνα του μαγαζιού. Ακόμη και η κέτσαπ, με μια πολύπλοκη διαδικασία ζύμωσης, χρειάζεται μία ολόκληρη εβδομάδα για να ετοιμαστεί.

Το μενού περιλαμβάνει επιλογές που καλύπτουν όλα τα γούστα. Το Teddy's Classic είναι η ιδανική αρχή, με πατατόψωμο, μαρούλι, βιολογικό τσένταρ, πίκλες και εκείνη τη φανταστική κέτσαπ. Το Moldo έρχεται πιο γήινο, με κρεμώδη μανιτάρια, ενώ το Chick n Avocado απευθύνεται στους λάτρεις του τηγανητού κοτόπουλου, το οποίο αγκαλιάζει bbq curry sauce και σαλάτα coleslaw. Υπάρχει και vegan επιλογή με μπιφτέκι Beyond Meat, που έχει φανατικούς οπαδούς. Στα must-try sides, οι τηγαντές γλυκοπατάτες (τέλειες), το Hot Korean Chick και φυσικά οι comfort τραγανές φτερούγες κοτόπουλου ελευθέρας βοσκής. Για το τέλος, lemon pie με limoncello, fior di latte και πραλίνα ή σοκολατένια μους-κόλαση, με αλμυρή καραμέλα και μπισκότο. Όλα τα παραπάνω συνοδεύονται ιδανικά με μπίρες μικρών ελληνικών ζυθοποιιών. Το αποκορύφωμα, όμως, είναι το signature burger του Νουρλόγλου: τρία ζουμερά μπιφτέκια dry aged, καραμελωμένα στην τελειότητα, σε ένα burger δυνατό, πληθωρικό, αλλά συγχρόνως κομψό και ισορροπημένο. Το απολαμβάνετε από την πρώτη μέχρι την τελευταία μπουκιά, χωρίς να γίνεται messy.

Το Smash 'n Bun δεν είναι απλώς άλλο ένα burger spot. Είναι μια γευστική εμπειρία που επαναπροσδιορίζει τη σημασία του σύγχρονου street food: premium, αυθεντικό και απολαυστικό.



SMASH' N BUN

Το πιο ζουμερό μυστικό του Κολωνακίου



INFO

Πατριάρχου
Ιωακείμ 48
Κολωνάκι
2107249802
f SmashnBun
@ smashnbun

**Στον γαστρονομικό χάρτη της Καλαμά-
τας**, το Nom ξεχωρίζει για τον τρόπο που
μετατρέπει ένα απλό burger σε εμπειρία.
Από τη στιγμή που μπαίνεις στον χώρο,
η ζεστή ατμόσφαιρα, η μουσική και τα α-
ρώματα της κουζίνας σε προετοιμάζουν
για κάτι διαφορετικό. Κάθε στοιχείο είναι
μελετημένο, από τον φωτισμό μέχρι τα
υλικά της διακόσμησης, δημιουργώντας
ένα περιβάλλον που παντρεύει την αστι-
κή κουλτούρα με την οικειότητα.

**Η εμπειρία όμως ξεκινά πριν καν φτά-
σει το burger** στο τραπέζι. Στο παρα-
σκευαστήριο του Nom, κάθε μέρα ζυ-
μώνονται και ψήνονται τα χειροποίητα
ψωμάκια που αγκαλιάζουν τα burgers.
Αφράτα, αρωματικά και πάντα φρέσκα,
αποτελούν το σήμα κατατεθέν του κατα-
στήματος και το μυστικό που κάνει κάθε
μπουκιά ξεχωριστή. Το ίδιο μεράκι υπάρ-
χει και στην επιλογή των πρώτων υλών,
που προέρχονται κατά κύριο λόγο από
μικρούς παραγωγούς της περιοχής.

**Το μενού είναι προσεγμένο και ισορρο-
πημένο**, με γεύσεις που καλύπτουν κάθε
προτίμηση. Το ζουμερό smash burger εί-
ναι η «ναυαρχίδα» και δεν αφήνει κανέ-
ναν ασυγκίνητο, ενώ οι πιο τολμηροί βρί-
σκουν τη δική τους απόλαυση σε γκουρμέ
εκδοχές με κατσικίσιο τυρί και αρωματική
τρούφα. Για όσους αγαπούν κάτι διαφο-
ρετικό, οι ευφάνταστες vegetarian επιλο-
γές δείχνουν ότι το burger μπορεί να είναι
συναρπαστικό με πολλούς τρόπους.

Κάθε λεπτομέρεια μετράει. Από τα χει-
ροποίητα μπιφτέκια και τις σάλτσες που
ετοιμάζονται στο χέρι, μέχρι το ψωμάκι
που βγαίνει κατευθείαν από τον φούρνο
του παρασκευαστηρίου, όλα δείχνουν
το μεράκι και τον σεβασμό στη γεύση. Κι
όταν το burger φτάσει στο τραπέζι, ξέ-
ρεις ότι κρατάς κάτι που έχει φτιαχτεί με
αγάπη για το street food.

Το ίδιο το όνομα, Nom, δεν είναι τυχαίο.
Είναι ο ήχος της απόλαυσης, η αυθόρμητη
αντίδραση που βγαίνει σε κάθε μπουκιά.
Γιατί εδώ το φαγητό δεν είναι απλώς γρή-
γορο, είναι μια εμπειρία που σε κερδίζει
από την πρώτη στιγμή και σε κάνει να θες
να επιστρέψεις ξανά και ξανά.



NOM

STREET FOOD CULTURE

Το burger όπως το ονειρεύτηκες



INFO

Ευριπίδου 23 & Φαρών
Καλαμάτα, 2721407090
@nom.strfood

Coffee No

Πώς η τεχνολογία και το wellness αλλάζουν τον καφέ μας

Της ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΚΑΜΠΟΣΟΥ

Από τα «coffices» μέχρι τις smart καφετιέρες, ο καφές της νέας εποχής είναι πολλά περισσότερα από μια κούπα με το αγαπημένο μας ρόφημα

Αν υπάρχει κάτι που μας ενώνει στην Αθήνα, πέρα από το συνεχές μποτιλιάρισμα στην Κηφισίας και το κυνήγι για πάρκινγκ, αυτό είναι ο καφές. Από το «πάμε για έναν γρήγορο espresso» που καταλήγει σε δώρη κουβέντα, μέχρι τον freddo cappuccino που κρατάμε σαν προέκταση του χεριού μας όταν κάνουμε βόλτα στο κέντρο, ο καφές είναι το πιο σταθερό ραντεβού της καθημερινότητάς μας. Όμως, όπως όλα, έτσι κι αυτός αλλάζει.

Σήμερα, η σχέση μας με τον καφέ δεν περιορίζεται στην κλασική βόλτα με τελικό προορισμό το café της γειτονιάς. Μπαίνει σε μια νέα διάσταση που έχει να κάνει με την τεχνολογία, την υγεία, ακόμα και με τη δουλειά μας. Ο καφές δεν είναι μόνο το «καύσιμο» για το πρωί, ορίζει το workspace, προσπαθεί να γίνει μέρος του wellness και ουσιαστικά αποτελεί ένα μικρό κομμάτι του μέλλοντος... που σεβρίζεται μέσα σε ποτήρι.

Coffee Ο καφές ως workspace

Αν το παλιό, καλό «πάμε για καφέ» ήταν συνώνυμο της κοινωνικοποίησης, το καινούργιο «πάμε για καφέ» μπορεί να σημαίνει «πάμε να δουλέψουμε». Η άνοδος της τηλεργασίας και των freelancers έχει γεννήσει μια νέα κατηγορία χώρων: τα λεγόμενα coffices (coffee + office).

Σε περιοχές όπως το Παγκράτι, τα Πετράλωνα ή τα Εξάρχεια, θα βρεις café που θυμίζουν κάτι ανάμεσα σε βιβλιοθήκη και living room, γεμάτα με laptop, φορτιστές και ανθρώπους που πληκτρολογούν μανιωδώς, με τα ακουστικά καρφωμένα στ' αυτιά τους. Εδώ, το WiFi είναι τόσο σημαντικό όσο και ο καλός καφές.

Και το πιο ωραίο; Στην Αθήνα, σε αντίθεση με άλλες πόλεις, τα coffices κρατούν την παρειστική διάθεση. Ναι, θα κάνεις zoom call, αλλά μπορεί δίπλα σου να ξεκινήσει μια αυθόρμητη κουβέντα για το πού θα φας το καλύτερο cinnamon roll. Αυτό το «σοβαρό, αλλά όχι και πολύ σοβαρό» είναι ίσως το πιο fun στοιχείο της νέας café culture της πόλης.

Smart coffee Η τεχνολογία πίσω από την κούπα

Η επόμενη μεγάλη αλλαγή έρχεται από την τεχνολογία. Έξυπνες καφετιέρες που φτιάχνουν τον cappuccino σου ακριβώς όπως τον θες, εφαρμογές που αποθηκεύουν τις προτιμήσεις σου, ακόμα και συστήματα που «μαθαίνουν» ποια blends ταιριάζουν καλύτερα στον ουρανίσκο σου.

Πλέον, μπορείς να παραγγείλεις τον freddo σου από το κινητό ενώ είσαι ακόμα στο λεωφορείο, να τον παραλάβεις χωρίς ουρά και να ξέρεις ότι θα έχει πάντα την ίδια γεύση. Σε μια πόλη που ο χρόνος συχνά κυλά πιο γρήγορα κι από delivery scooter στη Σταδίου, αυτές οι μικρές τεχνολογικές ανέσεις κάνουν τεράστια διαφορά.

Η Αθήνα δεν υστερεί καθόλου σε αυτό το κομμάτι. Πολλά café έχουν ήδη αγκαλιάσει apps παραγγελίας, ενώ οι πιο ψαγμένοι baristas πειραματίζονται με smart συστήματα, που προσφέρουν απόλυτη συνέπεια και ποιότητα. Το μέλλον της καφεΐνης, φαίνεται, είναι ένα μείγμα από παράδοση και ειδοποιήσεις στο κινητό.

Superfood & wellness coffee

Αν ο καφές ήταν κάποτε το «απαραίτητο κακό» για να μείνουμε ξύπνιοι, σήμερα έχει μετατραπεί σε κάτι πολύ πιο ενδιαφέρον, ένα εργαλείο ευεξίας. Τα adaptogens είναι φυτικά ή φυσικά συστατικά, όπως η ashwagandha, η rhodiola ή η maca, που βοηθούν τον οργανισμό να αντιμετωπίζει το στρες και να ισορροπεί τα επίπεδα ενέργειας. Ο καφές με adaptogens δίνει την κλασική τόνωση που χρειάζεται ο οργανισμός, αλλά ταυτόχρονα προσφέρει ένα μικρό boost ευεξίας. Στο ίδιο πλαίσιο το matcha με καφέ, ο cold brew με superfoods, ακόμη και ο «bulletproof coffee» με λάδι καρύδας και βούτυρο ghee, βρίσκουν θέση στα μενού των σύγχρονων café.

Δεν είναι τυχαίο: μια νέα γενιά καταναλωτών θέλει τον καφέ της πιο «υγιεινό» και πιο προσαρμοσμένο στο lifestyle της. Έτσι, μαζί με το «μέτριο με γάλα», σήμερα στην Αθήνα θα ακούσεις και παραγγελίες του τύπου «freddo με γάλα αμυγδάλου και λίγο maca». (Είναι η ίδια γενιά που αντί για τσιγάρο στο διάλειμμα, θα βγάλει από την τσάντα της ένα σνακ με goji berries.)

Ο καφές ως καθρέφτης της νέας καθημερινότητας

Το ερώτημα είναι: όλα αυτά τα trends—coffices, smart τεχνολογία και wellness coffee drinks—είναι μονάχα παροδικές τάσεις; Για κάποιους ναι, για άλλους αντικατοπτρίζουν τον τρόπο που αλλάζει η ζωή μας. Η εργασία γίνεται πιο ευέλικτη, η τεχνολογία πιο προσωποποιημένη και η υγεία παίρνει πιο κεντρικό ρόλο στην καθημερινότητα. Ο καφές βρίσκεται ακριβώς στη διασταύρωση αυτών των αλλαγών, κρατώντας τον ρόλο του ως κοινωνικός συνδετικός κρίκος, αλλά ανανεώνοντας συνεχώς την ταυτότητά του.

Και κάπως έτσι, το πιο αγαπημένο μας ρόφημα αποδεικνύει ότι ξέρει να συμβαδίζει ή μπορεί και να προηγείται των καιρών.

Το πιο αγαπημένο μας ρόφημα αποδεικνύει ότι ξέρει να συμβαδίζει ή μπορεί και να προηγείται των καιρών





Αν ψάχνεις το ιδανικό μέρος για να απολαύσεις ένα τέλειο brunch ή έναν εξαιρετικό καφέ, είσαι στο σωστό σημείο. Παρακάτω συγκεντρώσαμε μερικούς από τους καλύτερους προορισμούς που ξεχωρίζουν για τη γεύση, την ατμόσφαιρα και την αισθητική τους. Από cozy γωνιές με χειροποίητα γλυκίσματα μέχρι μοντέρνους χώρους με signature ροφήματα, αυτές οι επιλογές θα αναβαθμίσουν τις εξόδους σου. Είτε θέλεις ένα instagrammable spot είτε ένα ήσυχο μέρος για κουβέντα, εδώ θα βρεις αυτό που σου ταιριάζει. Έτοιμος για τον επόμενο αγαπημένο σου προορισμό;

Της **ΝΑΤΑΣΣΑΣ ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ**



PREMIUM CO

Η εμπειρία καφέ και τσαγιού σε ταξιδεύει σε άλλο επίπεδο



Η Premium Co αποτελεί έναν από τους πιο ολοκληρωμένους προορισμούς για όσους αναζητούν ποιοτικές λύσεις στον καφέ, το τσάι και τα ροφήματα. Με πολυετή παρουσία στην αγορά, η εταιρεία διαθέτει ένα από τα πιο πλούσια e-shops στον χώρο, προσφέροντας προϊόντα που καλύπτουν κάθε γούστο και ανάγκη. Η εταιρεία φέρνει στον καταναλωτή εκλεκτές ποικιλίες καφέ και τσαγιού, τόσο σε κλασικές όσο και σε πιο ιδιαίτερες επιλογές. Στο e-shop θα βρείτε λύσεις για ζεστά ή κρύα ροφήματα, μεγάλη

γκάμα σε τσάι, αλλά και προϊόντα χωρίς συντηρητικά. Η Premium Co είναι επίσημος αντιπρόσωπος της Alt Haus, ενός καινοτόμου brand που ξεχωρίζει στον χώρο των ροφημάτων. Από τον καφέ και το τσάι μέχρι εξειδικευμένα blends, οι επιλογές είναι σχεδιασμένες για να αναβαθμίζουν την καθημερινή εμπειρία. Πέρα από την πώληση προϊόντων, η Premium Co επενδύει στην εκπαίδευση του καταναλωτή. Με πρακτικές συμβουλές και ενημέρωση, βοηθά κάθε πελάτη να απολαύσει το ρόφημά του όπως ακριβώς το προτιμά. Στο e-shop της Premium Co δεν θα βρείτε μόνο καφέδες και ροφήματα, αλλά και εργαλεία barista, που σας επιτρέπουν να φτιάξετε τον ιδανικό καφέ στο σπίτι ή στο γραφείο. Ξεχωριστή θέση στη γκάμα έχει το αυθεντικό matcha tea σε σκόνη, που μπορεί να καταναλωθεί κρύο ή ζεστό, προσφέροντας μια δημοφιλή και θρεπτική επιλογή στους φίλους των εναλλακτικών ροφημάτων. Για την εταιρεία ο καφές είναι μια εμπειρία που συνδυάζει τέχνη, επιστήμη και απόλαυση. Γι' αυτό και το moto που την εκπροσωπεί στην αγορά είναι: «The Art of Premium Co Choices».



INFO

Περιβοίας 21, Κηφισιά
2160703000
www.premiumco.gr
f premiumcoeshop
@ premiumco_

everest
roasted - toasted - fresh

Απόλαυση σε κάθε γωνιά της πόλης

Βρες τον αγαπημένο σου καφέ σε ένα κοντινό κατάστημα everest
ή παράγγειλέ τον μέσω του everest app.



Σκάνανε εδώ:



RODOPOU & BEYOND

Για πρώτη φορά brunch μπουφές
κάθε Κυριακή στο rooftop του Hilton
Garden Inn Athens Syggrou Avenue



Υπάρχουν στιγμές που η πόλη μοιάζει να αποκτά έναν νέο ρυθμό. Στον τελευταίο όροφο του Hilton Garden Inn Athens Syggrou Avenue, το brunch παύει να είναι μια απλή γευστική συνήθεια και μετατρέπεται σε εμπειρία. Με φόνο την απεριόριστη θέα και μια χαλαρή ατμόσφαιρα, οι Κυριακές αποκτούν μια νέα «ιεροτελεστία».

Το εστιατόριο Rodou & Beyond τολμά να κάνει τη διαφορά: χωρίς ala carte menu, αλλά με έναν πλούσιο, εμπνευσμένο μπουφέ που ξαναγράφει τους κανόνες του brunch. Από τις 11.30 έως τις 15.30 οι επισκέπτες έχουν τη δυνατότητα να περιηγηθούν σε έναν κόσμο

γεύσεων, από εκλεπτυσμένες αλμυρές δημιουργίες μέχρι απολαυστικά γλυκά που μοιάζουν με μικρά έργα τέχνης. Στον μπουφέ θα βρείτε πιάτα όπως το hot dog με αυγό, χειροποίητες πίτες -σπανακόπιτα και τυρόπιτα- και τα signature κέικ, όπως carrot cake και red velvet.

Πρόκειται για έναν μπουφέ που συνδυάζει την παράδοση με τις πιο φρέσκες γαστρονομικές τάσεις, δημιουργώντας έναν καμβά που ικανοποιεί τόσο τους κλασικούς λάτρεις της κουζίνας όσο και τους foodies που αναζητούν πάντα κάτι καινούριο.

Η εμπειρία ολοκληρώνεται με την πόλη να ξεδιπλώνεται γύρω σου. Η αίσθηση; Μια Κυριακή που ξεκινά αργά, με γεύσεις, αρώματα και εικόνες που σε βάζουν αμέσως στη διάθεση να χαλαρώσεις, να μοιραστείς στιγμές και να απολαύσεις τη μέρα σου, πάντα με θέα την Ακρόπολη!

Από την Κυριακή 28 Σεπτεμβρίου και κάθε Κυριακή, το brunch στο rooftop του Hilton Garden Inn Athens Syggrou Avenue γίνεται το πιο όμορφο ραντεβού της εβδομάδας. Η κράτηση συνιστάται, γιατί κάποιες γεύσεις αξίζει να τις απολαμβάνεις χωρίς αναμονή.



INFO

Λεωφ. Ανδρέα
Συγγρού 234, Καλλιθέα
6987064130
rodopouandbeyond.com
www.hilton.com

Rodou & Beyond
Hilton Garden Inn
Athens
Syggrou Avenue
(234 Syggrou Avenue)

rodopouandbeyond
hiltongardeninnathens

LIYSTOR

Αξεπέραστο brunch στην καρδιά της πόλης



Στην πιο ζωντανή γειτονιά της πόλης, το Liystor ήρθε να επαναπροσδιορίσει την έννοια της all day καλοπέρασης. Φιλόξενο και καλαίσθητο, με μια υπέροχη αυλή, που μοιάζει με όαση, στην οδό Πιττάκη και με μια εντυπωσιακή βεράντα στον επάνω όροφο, που προσφέρει πανοραμική θέα στην Ακρόπολη, το εστιατόριο που στεγάζεται στο σπίτι του σπουδαίου Έλληνα αρχαιολόγου Κυριάκου Πιττάκη, επιμένει στην ίδια φιλοσοφία: δημιουργική κουζίνα, εκλεκτές γεύσεις, σεβασμός στην πρώτη ύλη.

Η μέρα ξεκινάει από νωρίς στο Liystor, με καλοφτιαγμένο καφέ, τσάγια, σοκολάτες, αλλά και ολόφρεσκους χυμούς από φρούτα και λαχανικά, με τον κατάλογο του brunch να πρωταγωνιστεί από τις 09.30 έως τις 13.30. Θα βρείτε εξαιρετικές επιλογές, σαν την ομελέτα με γραβιέρα, σχοινόπρασο, ψητά ντο-

ματίνια και καπνιστή πάπρικα, αλλά και το λαχταριστό Sausage sando, με ψωμάκι γάλακτος, λουκάνικο ψαριού και μαγιονέζα καμένου καρότου. Κι ακόμα, το έξτρα δυναμωτικό και νόστιμο Healthy breakfast bowl, με γλυκοπατάτα, σπανάκι baby, φαγόπυρο, κολοκυθόσπορο, ντοματίνια και dressing σόγιας, ενώ δεν λείπουν και οι γλυκές επιλογές, σαν το pancake Dubai, με πραλίνα φιστικιού, φουντουκιού και κανταΐρι – μείνετε συντονισμένοι γιατί από το τέλος Οκτωβρίου στο μενού θα προστεθούν νέες προτάσεις-εκπλήξεις.

Εκπλήξεις, όμως, έρχονται και στον κατάλογο του lunch, που προσφέρεται καθημερινά από τις 12.30, με τον ταλαντούχο σεφ Νίκο Αποστολάκη να παρουσιάζει από τις επόμενες ημέρες ένα μενού γεμάτο με πληθωρικές γεύσεις της παλιάς αθηναϊκής κουζίνας από το 1850 και μετά.

Ιδανικός προορισμός για όλες τις ώρες της ημέρας, για ένα διάλειμμα από τη δουλειά, τη βόλτα, τα ψώνια, αλλά και για μια έξοδο σε έναν απόλυτα ιδιαίτερο χώρο, το βράδυ θα απολαύσετε εμπνευσμένα signature cocktails, ενώ στον υπόγειο χώρο, όπου κρύβεται ένας ακόμα γευστικός θησαυρός, ένα κελάρι κρασιών με ετικέτες από τον ελληνικό και διεθνή αμπελώνα, συχνά πραγματοποιούνται tasting events και food & wine pairings.



INFO

Ερμού 92-94 &
Πιττάκη 1
2102241113
Liystor
liystor

Η Αθηναϊκή Ταράτσα είναι από εκείνα τα μέρη που δεν τα ανακαλύπτεις απλώς – τα ζεις. Στην καρδιά της πόλης, με την Ακρόπολη να στέκεται στον φόντο, ανεβαίνεις τα σκαλιά και ξαφνικά βρίσκεσαι σε ένα σκηνικό που ισορροπεί ανάμεσα στο αυθεντικό και το σύγχρονο. Ένα rooftop που δεν αρκείται να προσφέρει απλώς θέα, αλλά σε καλεί να αφεθείς σε μια εμπειρία που μυρίζει Ελλάδα, έχει γεύση Μεσογείου και αφήνει ανατολίτικες νότες στον ουρανό.

Τα Σαββατοκύριακα ξεκινούν με ελληνικό ξύπνημα, σε μορφή πρωινού και brunch, που πατάει γερά στην παράδοση αλλά παίζει και με τη δημιουργικότητα. Φρεσκοψημένες πίτες, αφράτες τηγανίτες και ο κλασικός καγιανάς συναντούν signature επιλογές που δίνουν χαρακτήρα. Όπως η λαδένια Κιμώλου με αυγά μάτια, καραμελωμένα κρεμμύδια, ψητά ντοματίνια και σύγκλινο Μάνης, που ισορροπεί τέλεια ανάμεσα στο νησιώτικο και το ηπειρωτικό. Ή η τσουχτή μακαρονάδα Μάνης με μυζήθρα, που μεταμορφώνει την πιο comfort σπιτική συνταγή σε must-try brunch. Για τους λάτρεις της παράδοσης υπάρχει η μπουγάτσα Θεσσαλονίκης, ζεστή και τραγανή, ενώ για τις παρέες οι δίσκοι με ελληνικά προϊόντα για δύο άτομα φέρνουν στο τραπέζι τυριά, αλλαντικά και μυρωδάτα συνοδευτικά, ιδανικά για μοίρασμα.

Καθώς η μέρα προχωρά, η κουζίνα αποκτά τον βραδινό της χαρακτήρα υπό την καθοδήγηση του σεφ Αλέξανδρου Καρακατσάνη. Το μενού κινείται ανάμεσα σε Ελλάδα και Ανατολή, με ιδέες που εκπλήσσουν. Φασολάκια στα κάρβουνα με πετιμέζι ροδιού, καπνιστό ξινοτύρι Καρπενησίου και ξηρούς καρπούς για αρχή, μαζί με ζεστή καπνιστή μελιτζανοσαλάτα με μοσχαρίσιο μεδούλι και κουκουνάρι. Ακολουθεί ο αμπελοντολμάς με tartar μοσχαριού, ενώ το πείνιρλί στον ξυλόφουρνο με κασέρι Ξάνθης, λούζα και αυγό γίνεται comfort στο πιο αναβαθμισμένο του επίπεδο. Για τους λάτρεις της θάλασσας, υπάρχουν караβίδες στα κάρβουνα με αρωματικό βούτυρο και κάππαρη, αλλά και το πιο γήινο σουβλάκι κοτόπουλο με ντοματόρυζο Σαντορίνης στον ξυλόφουρνο. Ένα μενού που τιμά την πρώτη ύλη, αλλά δεν διστάζει να την απογειώσει.

Στην μπάρα σε περιμένουν signature cocktails που μπλέκουν Ελλάδα και Ανατολή, μαζί με μια λίστα κρασιών που τιμά τους ελληνικούς αμπελώνες αλλά κοιτά και προς τα έξω. Να δοκιμάσετε οπωσδήποτε το cocktail «Παγωτό καϊμάκι» – μαστίχα, βύσσινο, παγωτό καιμάκι–, αλλά και το «Ελληνικό καλοκαίρι», με τεκίλα, ντομάτα, ροδάκινο και φρέσκια ρίγανη. Η Αθηναϊκή Ταράτσα δεν είναι απλώς άλλο ένα rooftop. Είναι σημείο συνάντησης, ένας τόπος που ενώνει γεύσεις, εικόνες και στιγμές. Από τον πρώτο καφέ το πρωί μέχρι το τελευταίο cocktail αργά το βράδυ, είναι πάντα αυθεντική, πάντα Αθήνα.



ΑΘΗΝΑΪΚΗ ΤΑΡΑΤΣΑ

Το rooftop που ξαναγράφει την παράδοση



INFO

Μητροπόλεως 60
Αθήνα, 2110080660
 taratsa.athens
 taratsa_athens

EARTH COFFEE

Τέλειοι καφέδες και εξοπλισμός
για κάθε home barista



Η Earth Coffee συνεχίζει να κάνει αυτό που αγαπά: να ψήνει μοναδικούς light-roast καφέδες, με την επιμέλεια του καταξιωμένου Έλληνα coffee roaster, Παναγιώτη Βόγιοβιτς, πιστοποιημένου Q Arabica Grader και κατόχου του SCA Coffee Diploma. Κι όπως πάντα, οι καφέδες που μας προμηθεύει είναι εξαιρετικά φρέσκοι - πολλές φορές με ψήσιμο την ίδια κιόλας ημέρα της κάθε παραγωγής. Φαντάσου το σκηνικό: να προσκαλείς φίλους στο σπίτι για καφέ κι εκείνοι να μένουν με... το στόμα ανοιχτό, αφού οι γεύσεις που θα τους προσφέρεις θα είναι εφάμιλλες

ή και καλύτερες από τις πιο ψαγμένες που έχουν δοκιμάσει έξω.

Ιδιαίτερους καφέδες αλλά και τον ανάλογο εξοπλισμό θα προμηθευτείτε μέσα από το απόλυτα εύχρηστο ηλεκτρονικό κατάστημα earthcoffeeco.shop, ενώ, καθώς ο Παναγιώτης Βόγιοβιτς είναι ιδιαίτερα ευαισθητοποιημένος σε ζητήματα που αφορούν το περιβάλλον, θα ανακαλύψετε καφέδες από sustainable φάρμες, συσκευασίες πλήρως ανακυκλώσιμες, καθώς και βιοδιασπώμενες κάψουλες για μηχανές Nespresso.

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Καφέ, η Earth Coffee μέσα από τη σελίδα της στο Instagram θα μας προσφέρει ένα τέλειο **giveaway**, όπου ένας τυχερός θα κερδίσει έναν κορυφαίο μύλο άλεσης καφέ Fellow Ode, με την κλήρωση να πραγματοποιείται τη Δευτέρα 6 Οκτωβρίου.

Extra tip: Από το Σάββατο 27 Σεπτεμβρίου έως και την Τετάρτη 1 Οκτωβρίου όλοι οι καφέδες στο ηλεκτρονικό κατάστημα θα είναι διαθέσιμοι με έκπτωση 20% - αυτόματα στο καλάθι, χωρίς την ανάγκη εκπαιδευτικού κωδικού.



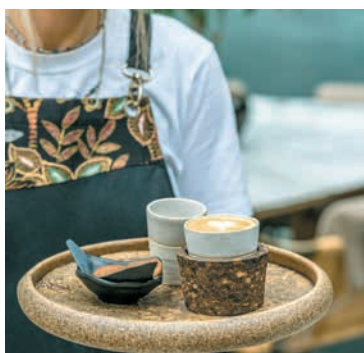
INFO

2741022201
earthcoffeeco.shop
[f earthcoffeeco](https://www.facebook.com/earthcoffeeco)
[@ earthcoffeeco](https://www.instagram.com/earthcoffeeco)



ΛΕΥΚΕΣ ON THE SIDE

Το all day φαινόμενο για brunch,
κοπές κρεάτων και φοβερά cocktails



Αν μιλάμε για brunch στην πόλη και δεν αναφέρουμε το Λεύκες on the Side, τότε μάλλον χάνουμε τη μισή εικόνα. Οκτώ χρόνια στον χώρο είναι αρκετά για να το καθιερώσουν ως ένα από τα πιο αγαπημένα all-day στέκια. Το μενού κινείται σε μοντέρνα, comfort γεύματα. Έχεις το Bao croissant με pulled pork, μια γεύση που συνδυάζει την αφράτη ζύμη με το ζουμερό κρέας, ή τη Scrambled pecan tagliata πάνω σε ψωμί γλυκοπατάτας, με pecan και μοσχάρι tagliata μαγειρεμένη σου-βιντ, που δίνει

έναν δυναμικό χαρακτήρα στο πιάτο. Το Rapuozzo σάντουιτς συνδέει ζυμαρί πιάσας με αυγολατά, μορταδέλα και πέστο βασιλικού, ενώ το chicken sandwich προσφέρει μια πιο κλασική επιλογή. Το ψωμί είναι χειροποίητο, κάτι που φαίνεται και στη γεύση αλλά και στην εμφάνιση κάθε πιάτου. Μην παραλείψεις το καραμελωμένο τσουρέκι με παγωτό βανίλια και κρέμα πουτίγκας, ένα δημοφιλές γλυκό που γίνεται λόγος για να επιστρέψεις κάθε φορά.

Από τις 14.30, που ανοίγει το κρεοπωλείο, μπορείτε να απολαύσετε ποιοτικές κοπές κρεάτων, σε μία μεγάλη γκάμα. Δύο με τρεις φορές την εβδομάδα DJs αναλαμβάνουν τη διασκέδασή σας, ενώ η μεγάλη λίστα με cocktails συνοδεύει άψογα την εμπειρία.

Το Λεύκες on the Side είναι ένα hot-spot που κατάφερε να παραμείνει στον πυρήνα της πόλης, συνδυάζοντας ποιότητα, δημιουργικότητα και καλό vibe, από το πρώτο πρωινό καφέ μέχρι το τελευταίο cocktail της βραδιάς.



INFO

Λεωφ. Γαλασίου 98
Γαλάτσι
2102934633
www.lefkes.gr
[f lefkesontheside](https://www.facebook.com/lefkesontheside)
[@ lefkesontheside](https://www.instagram.com/lefkesontheside)

Το Περιστέρι κερδίζει ξανά τη θέση του στον χάρτη της αθηναϊκής διασκέδασης και το Lazy Pepe είναι η χαρακτηριστική απόδειξη. Φέτος την άνοιξη συστήθηκε στο κοινό και έγινε σημείο συνάντησης για κάθε στιγμή της ημέρας. Χαλαρό και οικείο περιβάλλον, με ατμόσφαιρα που σε κάνει να θες να επιστρέφεις. Στο Lazy Pepe μπορείς να βρεις, κυριολεκτικά, ό,τι τραβάει η όρεξή σου. Από τον πρώτο καφέ της μέρας μέχρι τα last drinks, η ομάδα του έχει φροντίσει να σου προσφέρει εμπειρίες που ξεχωρίζουν.

Ο καφές στο Lazy Pepe είναι πρωταγωνιστής. Στο φλιτζάνι σου σερβίρονται τα Dimello, Three Continents blends της φιλοσοφίας Specialty Quest, με πιστοποίηση Rainforest Alliance. Η αμερικάνικη εκδοχή είναι ισορροπημένη, με νότες φρούτων, σοκολάτας και ξηρών καρπών, ιδανική για brunch, ενώ η ασιατική πιο «σκοτεινή» και έντονη, με μαύρη σοκολάτα, καπνό και μπαχαρικά, ιδανική για espresso ή ροφήματα με γάλα.

Το brunch είναι επιπλέον λόγος για να βρεθείς στο Lazy Pepe. Στον κατάλογο θα βρεις homemade παρασκευές, με υλικά πρώτης ποιότητας και φροντίδα σε κάθε λεπτομέρεια. Ξεχωρίζει η croque madame, με βάση κρουασάν, μπεσαμέλ, μπέικον, τηγανητό αυγό και φρέσκο μίχ λαχανικών, ενώ ο παραδοσιακός καγιανάς και τα scrambled eggs θυμίζουν πως η comfort πλευρά της κουζίνας δεν χάνει ποτέ τη γοητεία της. Στις γλυκές προτάσεις, το speculoos cheesecake έχει ήδη κερδίσει δικαίως τη φήμη του best seller. Μην ξεχάσεις τα ζουμερά burgers που σου «φωνάζουν» να τα δοκιμάσεις. Το μενού έχει επιμεληθεί ο Νίκος Κουρκουνάκης, που ξέρει να πειραματίζεται.

Καθώς περνάει η μέρα, το Lazy Pepe αλλάζει διάθεση. Τα τραπέζια γεμίζουν με signature cocktails, που υπογράφει ο δημιουργικός Κωνσταντίνος Τσατσίδης. Το Melathron με gin και το B'tch don't kill my vibe με vodka είναι από τις επιλογές που ξεχωρίζουν.

Και όταν έρθει το Σαββατοκύριακο, το Lazy Pepe μετατρέπεται σε party spot. Οι ήχοι των Dj's με 90s και 00s μουσική γεμίζουν τον χώρο και τα trash parties φέρνουν πίσω τη νοσταλγία μιας πιο ξεγνοιαστής εποχής.

Από το πρωί μέχρι αργά το βράδυ, το Lazy Pepe είναι η νέα καθημερινή πρόταση που σπάει τη ρουτίνα και βάζει τη διασκέδασή σου στο προσκήνιο.



LAZY PEPE

Καφές και brunch πρωταγωνιστούν



INFO

Περικλέους 1
Περιστέρι
6989684171
 lazypepe.ath



NUDIBRANCH

Brunch στην καρδιά της πόλης

Στην καρδιά της πόλης, το Nudibranch έχει κατακτήσει τη φήμη του με το α-πόλυτο best seller, την Queen Croque Madame, που ξεχωρίζει χάρη στη δική τους μυστική συνταγή. Εξίσου λαχταριστά είναι τα «Αυγά στην κούπα της γιαγιάς», σε μια σοφιστικέ εκδοχή με παξιμάδι χαρουπιού, τριμμένη φέτα και ντομάτα, αλλά και το scrambled σολομός και το avocado toast που αγαπούν οι brunch lovers.

Το brunch συνοδεύεται ιδανικά με μια δροσερή Mimosa, ενώ το απόγευμα η ατμόσφαιρα αλλάζει ρυθμό με Aperol ή Campari Spritz και εκλεκτά κρασιά. Για τους coffee aficionados, ο καφές είναι 100% Arabica, χαρίζοντας άρωμα σε κάθε γουλιό. Και επειδή το Nudibranch ξέρει να... παίζει με τις ώρες, κάθε μεσημέρι από τις 12:00 έως τις 14:00 η Mimosa σεβρίζεται σε προνομιακή τιμή.

INFO

Πραξιτέλους 5Α, Αθήνα
2103231400

[f NubibranchAthens](#)
[@nubibranch_athens](#)



BRUNCH BOX

Λαχταριστό brunch όλη μέρα

All day brunch: ένα απόλυτα επιτυχημένο project, που τους έχει κερδίσει όλους – νούμερο ένα προορισμός στο Trip Advisor για τους επισκέπτες της πόλης, οι οποίοι το ξεχωρίζουν λόγω του έθνικ χαρακτήρα του και της κουζίνας του! Απολαυστικές χειροποίητες πίτες της μαμάς, healthy επιλογές, σαλάτες με υλικά από τον οικογενειακό μπαξέ, ομελέτες με βιολογικά αυγά, αλλά και χατσιαπούρι, το φημισμένο γεωργιανό τηγανόψωμο. Κι ακόμη, καλοφτιαγμένοι καφές, τσάγια, φρέσκοι χυμοί, smoothies και milkshakes, αλλά και λαχταριστά γλυκά, σαν το φοβερό τσίτσκεϊκ. Σε έναν απόλυτα φιλόξενο χώρο, που ήταν από τους πρώτους που έκαναν τους Θεσσαλονικείς να αγαπήσουν το brunch. Ανοικτά καθημερινά από τις 9 το πρωί έως τις 12 το βράδυ.

INFO

Κολοκοτρώνη 25, Θέρμη
Θεσσαλονίκη 2311295480
[@brunchboxskg](#)

ΑΡΙΣΤΟΝ

Ιστορία τυλιγμένη σε ζύμη



Στην καρδιά της Αθήνας, λίγα βήματα από το Σύνταγμα, βρίσκεται ένας θρύλος της γεύσης: το Αριστον. Από το 1910 σεβρίζει τις πιο αυθεντικές και χορταστικές πίτες, με την ξακουστή τυρόπιτα-κουρού να έχει γίνει σήμα κατατεθέν για κάθε Αθηναίο και επισκέπτη της πόλης.

Η διαχρονικότητά του δεν είναι τυχαία: κρύβεται στη φροντίδα της πρώτης ύλης, στις παραδοσιακές συνταγές που περνούν από γενιά σε γενιά και στην αφοσίωση στη λεπτομέρεια. Για

ένα brunch με άρωμα παράδοσης, το Αριστον είναι ο απόλυτος προορισμός. Τραγανές χειροποίητες πίτες, γεμάτες γεύση και ιστορία: τυρόπιτα, σπανακόπιτα, κοτόπιτα, πρασόπιτα με μυστική συνταγή, αλλά και ιδιαίτερες επιλογές όπως μελιτζανόπιτα και κολοκυθόπιτα. Κάθε δάγκωμα είναι μια γευστική ανάμνηση, μια μικρή βόλτα στην αθηναϊκή ιστορία, που συνδυάζει το χθες με το σήμερα. Και για όσους προτιμούν το γλυκό στο brunch τους; Το Αριστον προσφέρει απολαυστικές μπλόπιτες με κανέλα και εποχιακές γλυκές δημιουργίες, που ολοκληρώνουν την εμπειρία με τον πιο γλυκό τρόπο.

Το μεράκι και η αγάπη για τη ζύμη και τη γέμιση είναι εμφανή σε κάθε δημιουργία, κάνοντάς τις ιδανική επιλογή για όλες τις ώρες της ημέρας. Το Αριστον δεν είναι απλώς ένας φούρνος. Είναι μια στάση-γευστικό μνημείο στο κέντρο της πόλης, που εδώ και πάνω από έναν αιώνα μας θυμίζει πως η απλότητα, η ποιότητα και η παράδοση μπορούν να γίνουν η πιο νόστιμη εμπειρία brunch στην Αθήνα. Μια εμπειρία που αξίζει να ζήσει κανείς ξανά και ξανά.



INFO

Βουλής 10, Σύνταγμα,
2103227626
[www.artiston.gr](#)
[f bakery.artiston](#)
[@artiston.bakery](#)

Με τη χαρακτηριστική μυρωδιά του φρεσκοψημένου βιολογικού ψωμιού να υποδέχεται τους επισκέπτες του από την είσοδο, το Le Pain Quotidien έχει καταφέρει να γίνει σημείο αναφοράς στην αθηναϊκή brunch σκηνή. Στο πρώτο κατάστημα του φημισμένου βελγικού brand στην Ελλάδα, το φθινόπωρο φέρνει ανανέωση, χωρίς να αλλάζει η καρδιά της φιλοσοφίας: απλότητα, ζεστασιά και sharing.

Το all day menu, που τόσο αγαπήσαμε, συνεχίζει να δίνει έμφαση στο βιολογικό προζυμένιο ψωμί αργής ωρίμανσης, ενώ πρόσφατα προστέθηκαν δύο ολοκαίνουργια είδη: πρωτεϊνικό ψωμί και ψωμί gluten free, σε ειδική συσκευασία για αγορά από το κατάστημα ή παραγγελία. Παράλληλα, η Viennoiserie εμπλουτίζεται με το εμβληματικό βελγικό butter croissant σε νέες, απολαυστικές εκδοχές, με πραγματικές speculoos, noir, poisella και brunette.

Στον κατάλογο ξεχωρίζουν οι χαρακτηριστικές tartines, οι comfort σούπες αλλά και οι πλούσιες σαλάτες, όμως η ιεροτελεστία του breakfast και του brunch παραμένει αξεπέραστη: βιολογικά αυγά, γιαούρτι με σπιτική γκρανόλα, pancakes, μαρμελάδες και spreads σερβίρονται σε κοινό τραπέζι, ενώ συνοδεύονται ιδανικά από φρεσκοκαβουρδισμένο καφέ 100% Arabica. Για τις καθημερινές, το Le Pain Quotidien αποτελεί ιδανικό lunch spot, ενώ από νωρίς το απόγευμα το Aperol Spritz γίνεται ο τέλειος σύμμαχος για after office στιγμές.

Ο χώρος παραμένει ζεστός και φιλόξενος, με φυσικό φως, μοναδική θέα στο πάρκο και cozy ατμόσφαιρα, ιδανική για ραντεβού, εργασία ή ένα ήσυχο break από την καθημερινότητα. Στο ισόγειο, μια ιδιαίτερη «βιβλιοθήκη» προσφέρει στους επισκέπτες τη δυνατότητα να προμηθευτούν για το σπίτι αγαπημένα προϊόντα όπως βιολογικές μαρμελάδες, spreads, μπισκότα speculoos, σπιτικά κεκάκια και φυσικά ολόφρεσκο ψωμί, που ψήνεται καθημερινά και διατίθεται για takeaway. Για όσους πάλι προτιμούν την άνεση του σπιτιού, τα προϊόντα του Le Pain Quotidien είναι διαθέσιμα και σε μεγάλες πλατφόρμες delivery. Από τον Οκτώβριο, έρχονται νέες προσθήκες στην αρτοποιία και μέχρι το τέλος της χρονιάς αναμένεται και δεύτερο κατάστημα στην Αθήνα.

Αυτή την εποχή του χρόνου, που όλοι επιστρέφουμε στις αγαπημένες μας συνήθειες, το Le Pain Quotidien γίνεται ξανά το αγαπημένο μας καταφύγιο για ζεστά brunch weekends και lunch breaks γεμάτα ποιότητα, φροντίδα και γεύση.



LE PAIN QUOTIDIEN

Το πιο cozy brunch της πόλης επιστρέφει δυναμικά το φθινόπωρο



INFO

Ιοφώντος 31, Ιλίσια
2107258533
lepainquotidien.com
 Le Pain Quotidien Greece
 lepainquotidiengreece

UBUNTU

Τέλειος καφές, φως,
χρώματα και χαμόγελα



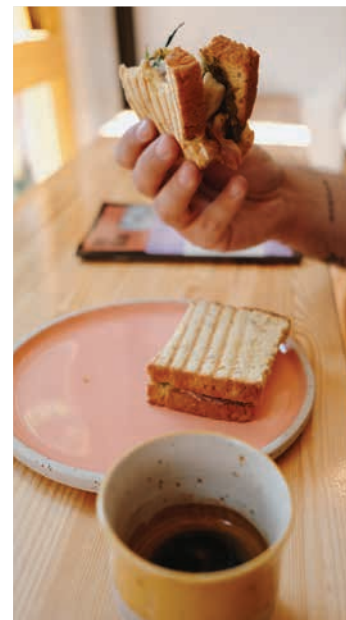
Στο κέντρο του Θησείου, σε ένα από τα πιο όμορφα και χαλαρά σημεία της πόλης, το ιδιαίτερο αυτό specialty coffeeshop έχει γίνει αγαπημένο στέκι για όσους ξέρουν να εκτιμούν τον καλό καφέ και τη θετική ενέργεια. Από τις 7 το πρωί έως τις 8 το βράδυ, καθημερινά και τα Σαββατοκύριακα, ο χώρος γεμίζει με φως, χρώματα και χαμόγελα, δημιουργώντας την ιδανική ατμόσφαιρα για να απολαύσεις την ημέρα σου.

Ο καφές; Εμπειρία από μόνος του. Οι ποικιλίες επιλέγονται προσεκτικά από το Handpickers, ένα από τα κορυφαία ελληνικά roasteries, γνωστό για τις μονοποικιλιακές προτάσεις υψηλής ποιότητας. Κάθε εβδομάδα φέρνει και μια νέα γεύση που σε προσκαλεί να την ανακαλύψεις!

Ο Χρήστος και ο Νίκος, με πάντα φιλική διάθεση και πάθος για αυτό που κάνουν, δεν σεβρίουν απλώς έναν καφέ – δημιουργούν εμπειρίες που σε κάνουν να επιστρέφεις.

Και όταν η πείνα κάνει την εμφάνισή της; Σε περιμένουν απολαυστικές χειροποίητες λιχουδιές: από vegan babka με ταχίνι και cranberry, μέχρι cinnamon rolls που λιώνουν στο στόμα, αλλά και φρεσκοφτιαγμένα σαντουιτσάκια με εξαιρετικά υλικά.

Έλα για τον καφέ, μείνε για την ατμόσφαιρα και γίνε μέρος μιας κοινότητας που αγαπά τον καλό καφέ όσο κι εσύ.



INFO

Νηλέως 58, Θησείο
2103410566

[f ubuntu_ath](#)

[@ ubuntu_thiseio](#)

BRUNCHO

Το στέκι για brunch στο Μετς



Το Μετς είναι από τις γειτονιές που σε κάνουν να νιώθεις σαν να έχεις βρει το μυστικό κέντρο της πόλης. Στενά με ιστορία, σπίτια με νεοκλασικό χαρακτήρα και στέκια που ξερουν να παντρεύουν το χθες με το σήμερα. Σε αυτό το σκηνικό, το Bruncho ήρθε πριν από έναν χρόνο να βάλει τη δική του υπογραφή – και μέσα σε λίγους μήνες έγινε σημείο αναφοράς.

Από νωρίς το πρωί, όταν η Αθήνα ξυπνάει, το Bruncho γεμίζει με αρώματα από

φρεσκοψημένο ψωμί για burger και καπνιστό σολομό που ετοιμάζεται εκεί! Η κουζίνα του σεφ Βαγγέλη Καίσαρη έχει άποψη: το brunch δεν είναι απλώς μια τάση, αλλά ένα ολόκληρο mood.

Το μενού κινείται ανάμεσα σε comfort επιλογές και πιο «ψαγμένα» πιάτα. Από το iconic avocado toast – με αέρινη μους αβοκάντο, αυγό ποσέ, φρέτα και χειροποίητη σος – και τα eggs royal, με καπνιστό σολομό, μέχρι το ζουμερό smashed burger με μοσχάρι κιμά, όλα είναι φτιαγμένα με έμφαση στη λεπτομέρεια. Οι σαλάτες, είτε η Bruncho, εκδοχή της χωριάτικης, με πίκλα κρεμμυδιού, είτε η πιο μοντέρνα quinoa salad, με κρέμα αβοκάντο, ντοματίνια, flakes καρύδας, ολόφρεσκα μυρωδικά και ξύσμα εσπεριδοειδών, κουμπώνουν ιδανικά με τον urban χαρακτήρα του χώρου. Στις γλυκές επιλογές τα χειροποίητα pancakes Baklava είναι must try και τα «ελληνικά» churros με σιμιγδάλη, που έρχονται με διάφορες επιλογές πραλίνας, βάζουν τη δική τους σφραγίδα στην εμπειρία.

Από τις 8 το πρωί μέχρι τις 6 το απόγευμα.



INFO

Αναπαύσεως 18, Μετς
2169002693

2743306740

[f Bruncho Mets](#)

[@ Bruncho Mets](#)

LAZY DUCK

Το spot της πλατείας Αγίας Ειρήνης



Στην καρδιά της Αθήνας, στην πλατεία Αγίας Ειρήνης, το Lazy Duck έχει καθιερωθεί ως ένα από τα πιο ζωντανά spots του κέντρου. Τα τραπέζια του απλώνονται στην πλατεία και δημιουργούν έναν χώρο που γίνεται κομμάτι της καθημερινότητας της πόλης, προσελκύοντας όσους αναζητούν έναν συνδυασμό καλού καφέ και casual γεύματος. Από τις 8 το πρωί, οι barista του Lazy

Duck, με τα χαρακτηριστικά T-shirts που φέρουν την τεμπέλικη πάπια, σερβίρουν καφέ Area 51 με έντονο χαρακτήρα και ισορροπημένη οξύτητα. Η εμπειρία ξεκινά από τον καφέ, που δίνει ενέργεια για την ημέρα, και συνεχίζεται με το μενού που επικεντρώνεται στα sandwiches.

Το μενού προσφέρει πρωτότυπες αλλά παράλληλα comfort επιλογές. Το Fish & Chips sandwich σε κερδίζει με την πρώτη μπουκιά, το fried chicken εντυπωσιάζει με το τραγανό κοτόπουλο, ενώ για γλυκό υπάρχει το κλασικό PBJ sandwich με φυστικοβούτυρο και μαρμελάδα, επιλογές που συνδυάζουν γεύση και την αίσθηση του ιδανικού comfort food.

Το Lazy Duck ακολουθεί τον ρυθμό της Αγίας Ειρήνης, προσαρμόζεται στην κίνηση της πλατείας και γίνεται σημείο αναφοράς για όσους θέλουν ένα αληθινό στέκι στο κέντρο. Είτε για γρήγορο πρωινό καφέ, είτε για lunch break, είτε για ένα χαλαρό απόγευμα στην πλατεία, το Lazy Duck προσφέρει την εμπειρία ενός spot που ενσωματώνεται πλήρως στην καθημερινότητα της πόλης. Αν θες να δεις τι σημαίνει αληθινό στέκι στο κέντρο, Duck around and find out.



INFO

Πλ. Αγίας Ειρήνης 2
2103235388

[f Lazy Duck Athens](#)
[@ lazyduckathens](#)

EASY PEASY

Δίνει boost στη μέρα σου με top καφέ, brunch και φοβερά vibes



Στο Περιστέρι, υπάρχει ένα place to be που συνδυάζει καφέ, φαγητό και urban ενέργεια με τρόπο μοναδικό. Στο old school χαρακτήρα Easy Peasy θα σε εντυπωσιάσει η αυλή, ενώ θα ανακαλύψεις arcade games και ένα vibe που θυμίζει την καρδιά της πόλης. Ο καφές, πάντα Area 51, σερβίρεται καλοφτιαγμένος, με καθαρή ένταση, έτοιμος να δώσει boost σε κάθε στιγμή της μέρας.

Το brunch εδώ παίζει δυνατά. Από την ομελέτα σε brioche και το chicken & waffle με το αλμυρό-γλυκό combo, μέχρι τα bagels για κάθε γούστο και το αγαπημένο όλων cinnamon roll Lotus, ένα γλυκό που γίνεται αφορμή για να έρθεις ξανά και ξανά. Τα all-day bites συμπληρώνουν την εμπειρία: juicy burgers, gourmet hot dogs, mac 'n' cheese, τηγανίτες της γιαγιάς και λουκουμάδες που κάνουν κάθε στιγμή αξέχαστη.

Η ατμόσφαιρα έχει δικό της beat: φίλοι που γελάνε δυνατά, παρέες που μοιράζονται φαγητό και ποτό και εικόνες από μια περιοχή γεμάτη ζωή. Το Easy Peasy λειτουργεί ως urban hub, ένα σημείο συνάντησης που συνδυάζει διασκέδαση, γεύση και social energy.

Με τον τρόπο του το Easy Peasy έχει αλλάξει τον χάρτη της διασκέδασης στο Περιστέρι, προσφέροντας έναν χώρο που είναι τόσο stylish όσο και φιλικός, τόσο urban όσο και άνετος. Είναι το στέκι που δίνει ρυθμό στην πόλη και κάνει κάθε έξοδο πιο ενδιαφέρουσα.



INFO

Αιμιλίου Βεάκη 12
Περιστέρι, 2105742689
[@ easypeasy.ath](#)



PEGGY SUE

Απολαυστικές brunch επιλογές

Το **Peggy Sue**, το δημοφιλές brunch spot που ξεκίνησε από τη Νέα Σμύρνη, έχει επεκταθεί από το καλοκαίρι στο Θησείο, φέρνοντας την ίδια ατμόσφαιρα στην καρδιά της Αθήνας. Ο καφές τους; Σίγουρα, δεν περνάει απαρατήρητος! Το Dimello, Three Continents – Αμερική, 100% Arabica, προσφέρει αρώματα κόκκινων, κίτρινων και πυρηνόκαρπων φρούτων, νότες σοκολάτας και ήπιων ξηρών καρπών, με μέτρια οξύτητα και ισορροπημένο χαρακτήρα, ιδανικός για espresso αλλά και για κάθε επιλογή brunch. Η σειρά διαθέτει πιστοποίηση Rainforest Alliance, εξασφαλίζοντας βιώσιμες καλλιέργειες και υπεύθυνη παραγωγή.

Στο Peggy Sue, κάθε brunch γίνεται μια curated εμπειρία γεύσης και στυλ, όπου η ποιότητα του καφέ και του μενού συναντά τη fancy αισθητική και το design, για στιγμές που αξίζει να μοιραστείς. Ανοικτά καθημερινά από τις 8 το πρωί έως τις 6 το απόγευμα.

INFO

Θησείου 15, Θησείο, 210230 0887 /
Σπαθάρη 2, Νέα Σμύρνη, 2109325230
@peggysue_ath



OLIVIA'S BROTHER

Το brunch-spot του Χολαργού

Το **Olivia's Brother** έχει κερδίσει τη φήμη του ως ιδανικός προορισμός για brunch. Όλα ετοιμάζονται στο παρασκευαστήριό τους, με φρέσκα και προσεκτικά επιλεγμένα υλικά, ώστε η ποιότητα να είναι σταθερά υψηλή. Το μενού ανανεώνεται τέσσερις φορές τον χρόνο και θα βρείτε μεγάλη ποικιλία σε αλμυρές και γλυκές επιλογές, οι οποίες δημιουργούνται με βάση τα φρέσκα προϊόντα της εποχής, προσφέροντας πάντα κάτι αυθεντικό και διαφορετικό. Πίσω από το μενού βρίσκεται ο σεφ Γιάννης Λιόκας, που επιμελείται με φροντίδα κάθε επιλογή, ενώ στα γλυκά συναντάμε την υπογραφή της pastry chef Εβίτας Δόντα, που δίνει τη δική της δημιουργική πινελιά.

INFO

Κεραμεικού 4, Χολαργός
2106511397
oliviabrother.gr
f oliviabrother
@oliviabrother_athens



ΛΕΛΟΥΔΟ

Το νέο spot για καφέ στο κέντρο

Νέο αέρα στο κέντρο της πόλης έφερε από τον Μάιο το Λέλουδο, φωτεινό, χαρούμενο, με θετικά vibes στην ατμόσφαιρα και τη Νίκη να υποδέχεται τους πάντες με χαμόγελο. Εδώ θα συναντήσεις εργαζόμενους και ανθρώπους της γειτονιάς που κάνουν ένα σύντομο break, αλλά και περαστικούς που εκτιμούν τον καλοφτιαγμένο καφέ, με τον κατάλογο να προτείνει, επίσης, σοκολάτες, τσάγια, φρέσκους χυμούς και άλλα. Θα βρείτε ακόμη νόστιμα σάντουιτς, που ετοιμάζονται καθημερινά εδώ (μη χάσετε αυτό με το προσούτο), φρέσκες σαλάτες αλλά και γλυκά, σαν το λαχταριστό red velvet. Με τραπεζάκια μέσα κι έξω, αλλά και με ένα πατάρι ιδανικό για διάβασμα ή για εργασία, είναι ανοικτό από Δευτέρα έως Παρασκευή 07.00 με 19.00 και το Σάββατο 08.00 με 17.00.

INFO

Σόλωνος 97 & Ζωοδόχου Πηγής
Εξάρχεια, 2110083733



PURPLE

Το spot της Ακαδημίας για τέλειο καφέ

Μη φανταστείς το πολύβουο κέντρο, εδώ στο Purple είναι σαν να μπαίνεις σε μια γλυκιά παρένθεση από τη φασαρία, ένα ιδανικό spot για ένα διάλειμμα από τη δουλειά, τα ψώνια ή τη βόλτα σου. Στα τραπεζάκια ή στο χέρι, θα απολαύσεις τέλειο καφέ Mrs Rose (με δώρο το νερό), που θα σου φτιάξει ο Περικλής και η υπέροχη ομάδα του και οπωσδήποτε θα δοκιμάσεις ένα από τα υπέροχα χειροποίητα κέικ που ετοιμάζει η σύντροφός του, Πέγκυ. Ακόμα, σάντουιτς που επίσης φτιάχνονται εδώ με φρέσκα υλικά, δυναμωτικοί χυμοί, νόστιμα σφολιατοειδή, σε ένα χώρο που θα γίνει το καθημερινό σου πέρασμα.

INFO

Δευτέρα - Παρασκευή
07.00 - 19.00
Σάββατο 07.00 - 15.00
Και delivery
Ακαδημίας 66, Αθήνα
2114210995
@purple.cafe_akadimias

ITALAROMA

Απόλαυσε ποιοτικά τον καφέ σου
και χωρίς... φίλτρο



Η ItalAroma είναι μια οικογενειακή επιχείρηση με έδρα την Πρέβεζα, που εδώ και 25 χρόνια φέρνει στην Ελλάδα την αυθεντική εμπειρία του ιταλικού espresso. Με συνέπεια και πάθος για τον καφέ, έχει καταφέρει να εδραιωθεί στον χώρο, συνεργαζόμενη με μερικά από τα πιο αναγνωρισμένα ιταλικά brands όπως η Borbone και η Lollo Caffè, δύο εταιρείες που ξεχωρίζουν για τα χαρμάνια τους. Παράλληλα, εκπροσωπεί τις μηχανές espresso Didiesse και Faber, που συνδυάζουν ευκολία χρήσης και άψογη ποιότητα εκχύλισης, ενώ στο site θα βρείτε μηχανές της ιστορικής Gaggia, με μοντέλα για αλεσμένο καφέ αλλά και υπεραυτόματες μηχανές για όσους αναζητούν πρακτικότητα.

Η ItalAroma έχει ενισχύσει την παρουσία της μέσα από το e-shop της, όπου ο καταναλωτής μπορεί να βρει αλεσμένο καφέ, καφέ σε κόκκους, κάψουλες συμβατές με Dolce Gusto και Nespresso, αλλά και ταμπλέτες καφέ, απολαμβάνοντας κάθε φορά άριστη ποιότητα. Η επιχείρηση απευθύνεται τόσο σε ιδιώτες, για την καθημερινή τους απόλαυση στο σπίτι όσο και σε επαγγελματίες, καλύπτοντας τις ανάγκες καφετεριών, εστιατορίων και γραφείων που θέλουν να προσφέρουν ποιοτικό καφέ! Στον πυρήνα της φιλοσοφίας της βρίσκονται τα ναπολιτάνικα χαρμάνια, με πιο σκούρο καβούρδισμα, που αναδεικνύει την ένταση, τα πλούσια αρώματα και τη μακρά επίγευση, όπως συνηθίζεται στον ιταλικό νότο. Ωστόσο, έχει φέρει στην Ελλάδα και τη νέα σειρά Selection της Borbone με τρία διαφορετικά χαρμάνια, έναν πιο ελαφρύ καφέ που αντικατοπτρίζει την κουλτούρα της βόρειας Ιταλίας, με πιο φρουτώδη χαρακτηριστικά. Η ItalAroma είναι ο συνδετικός κρίκος ανάμεσα στην ιταλική παράδοση και στην καθημερινή απόλαυση, φέρνοντας σε κάθε σπίτι και επαγγελματικό χώρο το τελετουργικό του αυθεντικού espresso.



INFO

Χαονίας 6, Πρέβεζα
2682089258
www.italaroma.gr
f italaromacoffee
i italaromacoffee

LOVELY DAYS

Το στέκι για καφέ και brunch
στο Περιστέρι



Φιλόξενο και παρεϊστικό, το Lovely Days αποτελεί το ιδανικό σποτ στο Περιστέρι για καλοφτιαγμένο καφέ αλλά και για ξεχωριστό brunch. Για τον καφέ δεν χρειάζονται ιδιαίτερες συστάσεις, αρκεί να σας πούμε ότι οι ταλαντούχοι barista του δημιουργούν μικρά θαύματα, με βάση τον speciality single origin espresso που προμηθεύονται από το ελληνικό roastery June Coffee Roasters. Στον κατάλογο του brunch, το οποίο

σερβίρεται έως τις 17.00 και ανανεώνεται συχνά με βάση την εποικότητα, θα βρείτε προτάσεις όπως το λόβλι τοστ με ελαφρύ milk bread, χειροποίητο guacamole και μαρμελάδα μπέικον, αυγά τηγανιτά με χωριάτικο λουκάνικο όπως το τρώμε στο χωριό, το λαχταριστό και «σήμα κατατεθέν» smash cheeseburger. Κι ακόμα, ένα απόλυτα χορταστικό σάντουιτς με χοιρινό, ενώ δεν λείπουν και οι vegan επιλογές, σαν το vegan τοστ με χειροποίητη κρέμα ρεβίθι και φιστικοβούτυρο, πίκλα από κρεμμύδι και καρότο και αγγουράκι ψιλοκομμένο ζουλιέν.

Σημείωσε ότι το Lovely Days αποτελεί ιδανικό προορισμό για ένα after office ποτό ή ένα κοκτέιλ το βράδυ, όπου με ξεχωριστές μουσικές μπορείς να απολαύσεις και αυθεντική ναπολιτάνικη πίτσα από το γειτονικό Amore Pizza.

Extra tip: Τα Σαββατοκύριακα ρωτήστε οπωσδήποτε για τις εκπληκτικές χειροποίητες πίτες και το γλυκό ημέρας!



INFO

Σοφοκλή Βενιζέλου 42
& Κολοκοτρώνη
Περιστέρι, 2105748048
i lovely.days.ath



©COURTESY WARNER BROS PICTURES

critic's CHOICE

Μια μάχη μετά την άλλη (ONE BATTLE AFTER ANOTHER) ****

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Πολ Τόμας Άντερσον ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Λεονάρντο Ντι Κάπριο, Σον Πεν, Μπενίσιο ντελ Τόρο, Ρετζίνα Χολ, Τεγιάννα Τέιλορ, Τσείς Ινφίνιτι

JUST THE FACTS

Μια μάχη μετά την άλλη ***

Πολιτική σάτιρα χωρίς έλεος από τον Πολ Τόμας Άντερσον

Διαβάζοντας τη Λολίτα στην Τεχεράνη **1/2

Ιρανικό κρυφό σχολειό

Harvest ***

Πίνακας μεσαιωνικής ιστορίας διά χειρός Αθηνάς Ραχήλ Τσαγγάρη

Μπερλινγκουέρ: Η μεγάλη ελπίδα ***

Ραντεβού με την Ιστορία

Χαμένα όνειρα **1/2

Καμία σχέση με το προηγούμενο φιλμ των Φράνκο - Τσαστέιν

Κλειδωσες; Οι άγνωστοι 2 *

Ποια είναι η Τάμαρα;

Το Κουκλόσπιτο της Γκάμπι: Η ταινία -

Γατοπεριπέτειες

Αμερικανική επαναστατική ομάδα με το όνομα «French 1975» προκαλεί σοβαρές ζημιές λόγω της εξτρεμιστικής δράσης της στον οικονομικό και πολιτικό ιστό των ΗΠΑ. Αρχηγός των επαναστατών είναι η δυναμική Αφροαμερικανίδα Περφίντια, ενώ δεξί της χέρι –και σύντροφός της στη ζωή– είναι ο Μπομπ, που ειδικεύεται στις εκρήξεις. Ώσπου ένας απρόβλεπτος παράγοντας εισέρχεται στη σχέση του ζευγαριού: ο φανατικός Στίβεν Λόκτζου, υπεύθυνος ασφαλείας για το μεταναστευτικό και διοικητής στα κέντρα «φιλοξενίας» των προσφύγων από το Μεξικό, αναπτύσσει εμμονή με την Περφίντια.

Έχουν περάσει 10 χρόνια από τότε που ο Πολ Τόμας Άντερσον έφτιαξε το «Εμφυτο ελάττωμα», μια κατάμαυρη κωμωδία βασισμένη στο ομότιτλο μυθιστόρημα του Τόμας Πίντσον. Η νέα ταινία του σπουδαίου σκηνοθέτη βασίζεται και πάλι σε μυθιστόρημα του ακριβοθώρητου συγγραφέα. Το «Vineland» γράφτηκε το 1990 και, σε σχέση με το βιβλίο, που διαδραματίζεται στη ριγκανική Καλιφόρνια του 1984, ο Άντερσον κρατά μόνο τα βασικά, ενώ σπάει τη δράση σε δύο χρονικά μέρη. Το δεύτερο μέρος, όπου ο μονίμως μαστούρης Μπομπ ζει κρυμμένος με την κόρη του, Γουίλα, σε μια δασική περιοχή, εκτυλίσσεται 16 χρόνια μετά τα δραματικά γεγονότα που οδήγησαν στη διάλυση των επαναστατών και την εξαφάνιση της αγαπημένης του –μπτέρας της Γουίλα– Περφίντια. Ο Άντερσον, σε τρομακτική φόρμα, φτιάχνει ένα ακόμη αριστούργημα, όπου η μαύρη κωμωδία συναντά μια α-ξεπέραστη πολιτική σάτιρα, που ρίχνει ματιές στο χτες και κοιτάει με τρόπο το σήμερα, όπου η παράνοια και η έκπτωση αξιών κυριαρχούν. Με το φιλμ αυτό ο Άντερσον βουτά βαθιά στην καρδιά της Αμερικής και στην ανάλυση δύο πολεμικών κόσμων με ξεκάθαρες διαφορές, αλλά και πονηρές ομοιότητες. Οι αποβλακωμένοι συντηρητικοί ποτέ δεν εξισώνεται με τους γραφικούς επαναστάτες, που, μέσα στη μαστούρα και τη σύγχυσή τους, βρίσκουν μεν τα ηθικά πλεονεκτήματα για την ένοπλη δράση τους, αλλά πέφτουν σε αδιέξοδο στην πραγμάτωση των ρομαντικών ψευδαισθήσεών τους.

ΑΚΟΜΗ

►►► «Χαμένα όνειρα» (Dreams) (1/2), το γεμάτο κλισέ φιλμ του Μισέλ Φράνκο, ένα ρομάντζο ανάμεσα σε μια γυναίκα της αμερικανικής υψηλής κοινωνίας κι έναν Μεξικανό χορευτή μπαλέτου. ►►► Εικόνες σπλάτερ στο «Κλειδωσες; Οι άγνωστοι 2» (*) του Ρένι Χάρλιν, με την ένταση του τρόμου στη διαπασών. ►►► Στο «Κουκλόσπιτο της Γκάμπι: Η ταινία» (Gaby's Dollhouse: The Movie) (-), η ηρωίδα ξεκινάει σε ένα οδοιπορικό με τη γיאγιά της, με προορισμό το Κατ Φρανσίσκο!

MUST SEE

6ο Greece International Film Festival Επιστρέφει για 6η φορά στην Αθήνα, για να παρουσιάσει ταινίες της εγχώριας και παγκόσμιας παραγωγής. Οι δράσεις θα φιλοξενηθούν από τον Κινηματογραφικό Τομέα ΠΟΦΠΑ και θα λάβουν χώρα στη νεοκλασική και ιστορική «Ιριδα», στο κέντρο της Αθήνας, με διεθνείς ταινίες μικρού, μεσαίου και μεγάλου μήκους στις 27 & 28 Σεπτεμβρίου.

Διαβάζοντας τη Λολίτα στην Τεχεράνη

(READING LOLITA IN TEHRAN) **1/2

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Εράν Ρικλός ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Γκολσιφτέ Φαραχανί, Ζαρ Αμίρ, Μίνα Καβάνι, Μπαχάρ Μπεϊχάγκι, Ιζαμπέλα Νεφάρ



Στο Ιράν του 1980 ισλαμικές ομάδες ηθικής περιφρουρούν την Τεχεράνη. Ενώ οι φονταμενταλιστές καταλαμβάνουν τα πανεπιστήμια, μια παθιασμένη με τη λογοτεχνία δασκάλα συγκεντρώνει κρυφά έξι μαθήτρίες της και τους διαβάζει απαγορευμένα μυθιστορήματα.

Η φιλοτιμία και οι καλές προθέσεις γύρω από την αντίσταση των γυναικών κατά του σκοταδισμού καταφέρνουν οριακά να ξεπερνούν τους σκοπέλους της ακαδημαϊκής αφήγησης. Μια πειστική, ζοφερή απεικόνιση ενός σκληρού κόσμου, που ορίζεται από τις απάνθρωπες συνθήκες της θρησκευτικής μισαλλοδοξίας και του αυταρχισμού. Αφοπλιστική στον ρόλο της η Γκολσιφτέ Φαραχανί, υπερασπίζεται το δικαίωμα να εκφράζει την άποψή της και να διαβάσει ελεύθερα τις ιστορίες του Ναμπόκοφ, του Φιτζέραλντ και της Τζέιν Όστιν, ενώ η συμπρωταγωνίστριά της Ζαρ Αμίρ απέσπασε το βραβείο ερμηνείας στις Κάννες.

Harvest ***

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Αθηνά Ραχήλ Τσαγγάρη ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Κέιλεμπ Λάντρι Τζόουνς, Χάρι Μέλινγκ, Ρόζι ΜακΓίουεν, Αρίνζε Κένε, Φρανκ Ντίλαν



Δύο παιδικό φίλοι, ο Γουόλτερ, που από αστός μετατράπηκε σε αγρότη, και ο γαιοκτήμονας Τσαρλς προετοιμάζονται ώστε να αντιμετωπίσουν μια εισβολή από τον έξω κόσμο που απειλεί το ειδυλλιακό χωριό τους.

Η Αθηνά Ραχήλ Τσαγγάρη επιστρέφει στις μεγάλες μήκους ταινίες 10 χρόνια μετά το «Chevalier» με ένα μελαγχολικό φιλμ για τα δεινά της σύγχρονης ανθρωπότητας, τα περισσότερα εκ των οποίων σχετίζονται με τα πρώτα στάδια του καπιταλισμού. Η πυκνός συμβολισμός ταινία είναι γυρισμένη με εικαστική μέριμνα, αλλά και με ένα μικρό σχόλιο για τις κοσμογονικές ιστορικές αλλαγές που μας φέρνουν ένα βήμα πιο κοντά στην πρόοδο, αλλά και μερικές φορές στα χείλη του γκρεμού. Τρομερός ερμηνευτής ο Κέιλεμπ Λάντρι Τζόουνς («Νίτραμ»), παίρνει κυριολεκτικά την ταινία πάνω του.

Μπερλινγκουέρ: Η μεγάλη ελπίδα

(BERLINGUER: LA GRANDE AMBIZIONE) ***

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Αντρέα Σέγκρε ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Έλιο Τζερμάνο, Πάολο Πιερομπόν, Ελένα Ραντονίτσις, Φαμπρίτσια Σάκι, Πάολο Καλαμπρέζι



Ο ΓΓ του ιταλικού Κομμουνιστικού Κόμματος τη δεκαετία του 1970 επιχειρεί να ολοκληρώσει μια ιστορική συμμαχία με τους χριστιανοδημοκράτες, που θα βοηθούσε στην ενδυνάμωση της δημοκρατίας στη χώρα.

Από τους πλέον δημοφιλείς ιταλούς κομμουνιστές, ο Μπερλινγκουέρ υπεράσπισε με σθένος τις βαθιά δημοκρατικές αρχές του, ακόμα και κόντρα σε δικούς του ανθρώπους, θεωρώντας ότι η Ιταλία βρισκόταν σε μια κρίσιμη καμπή και μόνο με δημοκρατική θεώρηση θα μπορούσε να αντιμετωπίσει τα προβλήματα που την απειλούσαν. Η ταινία αποκτά ισχυρό δραματολογικό ενδιαφέρον, που πηγάζει είτε από τα κοσμογονικά γεγονότα της εποχής είτε από την υπαρξιακή αγωνία ενός ακέρατου πολιτικού που δεν πρόδωσε ποτέ τα ιδανικά του. Ο Έλιο Τζερμάνο σε μια συγκλονιστική ερμηνεία, που τιμήθηκε με πληθώρα βραβείων (Ντονατέλο, φεστιβάλ της Ρώμης μεταξύ άλλων).

«ΤΑ ΣΠΟΥΔΑΙΑ ΒΙΒΛΙΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΣΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΖΟΥΝ ΚΑΙ ΝΑ ΣΕ ΚΑΝΟΥΝ ΝΑ ΑΜΦΙΣΒΗΤΕΙΣ ΟΣΑ ΘΕΩΡΕΙΣ ΔΕΔΟΜΕΝΑ» (ΔΙΑΒΑΖΟΝΤΑΣ ΤΗ ΛΟΛΙΤΑ ΣΤΗΝ ΤΕΧΕΡΑΝΗ)

© JACLYN MARTINEZ - HARVEST FILM LIMITED

© VIVO FILM JOLEFILM TARANTULA AGITPROP

Σημειώσεις Ενός Μονομανούς

CCCXXXVII

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΦΛΩΡΑΚΗ



Οι Nirvana στην Φρανκφούρτη, 12 Νοεμβρίου 1991. Αριστερά προς τα δεξιά: ο ντράμερ Dave Grohl, ο τραγουδιστής και κιθαρίστας Kurt Cobain και ο μπασίστας Krist Novoselic.

Nirvana: 34 χρόνια από την κυκλοφορία του «Nevermind»

Το «*Nevermind*», το άλμπουμ που κυκλοφόρησε στις 26 Σεπτεμβρίου του 1991, ήταν ο δίσκος που άλλαξε πολλά στην παγκόσμια σκηνή της εποχής και στη μουσική βιομηχανία συνολικά

Την προηγούμενη εβδομάδα, οι Σημειώσεις Ενός Μονομανούς είχαν ασχοληθεί με το «*Singles*», την ταινία του Cameron Crowe, που βγήκε στους κινηματογράφους το 1992 και έφερε το grunge κοντά σ' ένα ευρύτερο κοινό. Όμως το μουσικό αυτό ιδίωμα που γεννήθηκε στο Σιάτλ, θα ήταν ένα απόλυτα περιθωριακό δημιούργημα μερικών δεκάδων σκληρών μεταπάνκηδων, αν δεν είχε κυκλοφορήσει ποτέ το «*Nevermind*» των Nirvana. Κυκλοφόρησε ένα χρόνο πριν από το «*Singles*» και έφερε τα πάνω κάτω στη μουσική βιομηχανία αλλά και στη μουσική την ίδια.

Το «*Nevermind*» δεν ήρθε όμως από μία πρωτοεμφανιζόμενη μπάντα. Οι Nirvana είχαν δείξει με το «*Bleach*», που κυκλοφόρησε τον Ιούνιο του 1989, ότι ήταν διαφορετικοί από το σωρό των καλών αλλά βαθύτατα underground σχημάτων του Σιάτλ. Ο δίσκος, αν και κόστισε μόλις 600 δολάρια για να ηχογραφηθεί, κατάφερε να πουλήσει περί τα 40.000 αντίτυπα, αριθμός τεράστιος για μια ανεξάρτητη δισκογραφική εταιρεία όπως η Sub Pop.

Οι Nirvana σε αντίθεση με όλα τα συγκροτήματα της πολιτείας της Ουάσινγκτον, κατάφερναν, χωρίς να χάνουν την punk ενέργεια και διατηρώντας τον σκληρό ήχο, να παρουσιάσουν τραγούδια που θα μπορούσαν να παιχτούν στο ραδιόφωνο κι έτσι πλησίαζαν ένα πιατάκι. Ο Kurt Cobain είχε ένα πολύ σπάνιο χάρισμα για τη σκηνή στην οποία ανήκε: μπορούσε να δημιουργεί μελωδίες, μπορούσε ακόμη περισσότερο να κάνει pop μουσική, διατηρώντας παράλληλα το σκληροπυρηνικό περίβλημα του punk.

Το τραγούδι που έπεισε τους πάντες για την υπόγεια pop φύση των Nirvana ήταν το «*Sliver*», που κυκλοφόρησε ως single τον Σεπτέμβριο του 1990. Επιπλέον, οι Nirvana, ειδικά μετά την προσθήκη του Dave Grohl στα ντραμς έκαναν απίστευτα live, που ξεσήκωναν όλο και μεγαλύτερα ακροατήρια. Άρχισε να γίνεται φανερό ότι η μικρή ανεξάρτητη Sub Pop δεν θα μπορούσε να χειριστεί την επόμενη κυκλοφορία της μπάντας. Παράλληλα, οι μεγάλες εταιρείες είχαν αρχίσει να τους κυνηγούν, αλλά και οι ίδιοι οι Nirvana εί-

χαν αρχίσει να καταλαβαίνουν ότι είχε έρθει η ώρα να αλλάξουν πίστα. Έτσι, υπογράφουν στην DGC, που είναι το νεανικής κατεύθυνσης sub label της Geffen.

Έχουν γραφτεί άπειρες λέξεις για το περιεχόμενο του «*Nevermind*», οπότε ας μην προσθέσουμε εδώ κι άλλες. Εκείνο όμως που θεωρώ σημαντικό σήμερα, 34 χρόνια μετά την κυκλοφορία του δίσκου αυτού, είναι να δούμε την επίδρασή του στη μουσική αλλά και στην ευρύτερη πραγματικότητα του καιρού του. Πριν το «*Nevermind*», αν άνοιγε κανείς το MTV ή το ραδιόφωνο, δεν θα άκουγε καθόλου κιθάρες, ούτε εναλλακτικό ήχο, πόσο μάλλον ήχους με επιρροές από το punk. Αυτή η κυκλοφορία αποδεικνύει ότι ένας φασαριόζικος, αγριεμένος δίσκος μπορεί να τα καταφέρει όχι μόνο να παίξει στα μεγάλα ραδιόφωνα και τα παντοδύναμα κανάλια, όπως το MTV, αλλά και να πουλήσει πολύ, δηλαδή περί τα 30 εκατομμύρια αντίτυπα μέχρι σήμερα.

Είναι χαρακτηριστικό ότι το single «*Smells Like A Teen Spirit*» γκρέμισε από την κορυφή των charts τον Michael Jackson. Σε αντίθεση με το glam metal, που έπαιζαν σχήματα όπως οι Motley Crue και οι Poison, οι Nirvana, χωρίς να έχουν τίποτα εξεζητημένο, τίποτα ψεύτικο και τίποτα εκτυφλωτικό, κερδίζουν με τα καρρό πουκάμισα, τα τριμμένα τζιν και την αλήθεια τους, τόσο την καλλιτεχνική αποδοχή όσο και την εμπορική επιτυχία.

Μετά το «*Nevermind*», οι δισκογραφικές εταιρείες ψάχνουν να υπογράψουν συγκροτήματα από το Σιάτλ, αλλά και κιθαριστικά εναλλακτικά συγκροτήματα ανεξαρτήτως καταγωγής, που να παίζουν με πάθος. Ο απόηχος των Nirvana διαπερνά τη δισκογραφική παραγωγή ολόκληρης της δεκαετίας του '90.

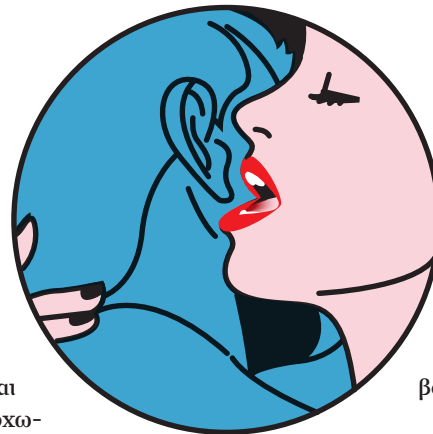
Τέλος, κι αυτό είναι ίσως το πιο σημαντικό, το «*Nevermind*» αποδεικνύεται ότι δεν ήταν απλώς ένας δίσκος. Ήταν ένα ευρύτερο πολιτιστικό γεγονός που αφορούσε τη μουσική, τη μόδα, τις κοινωνικές στάσεις και την ιδεολογία, ένα γεγονός που διεμβόλισε το mainstream και –πάνω απ' όλα– συνέβαλε αποφασιστικά στη δημιουργία μιας νέας διακριτής νεανικής ταυτότητας.

Το «*Nevermind*» ήταν πιθανότατα το πιο σημαντικό άλμπουμ της δεκαετίας του '90. Κι όσοι το ζήσαμε έντονα –στα πικ απ, στα ραδιόφωνα και στα περιοδικά εκείνης της εποχής– νιώθουμε πολύ τυχεροί που το ξέρουμε απ' έξω...

Μίλα μου Βρόμικα

RELOADED

Της ΤΖΕΝΗΣ ΜΕΛΙΤΑ



1 Αυτές τις μέρες έχω αναθεωρήσει

πολλά πράγματα και είμαι αρκετά στενοχωρημένη. Έχω σχέση 2 χρόνια τώρα με ένα παιδί. Κλασικά, όλα στην αρχή ήταν πολύ ωραία και συνέχιζαν να είναι μέχρι που μου ζήτησε να παντρευτούμε. Το ξέρω, θα έπρεπε να χαίρομαι, αλλά είναι λίγο complicated η περίπτωση μου. Το αγόρι μου μου πρότεινε να κάνουμε μεγάλο ανοιχτό γάμο στο χωριό. Αυτός θέλει να καλέσει πολύ κόσμο, τα σόγια, μακρινά ξαδέρφια κ.λπ. Εγώ πάλι θέλω κάτι πολύ ήσυχο. Το συζητάμε, αλλά πάντα καταλήγουμε σε αδιέξοδο. Μου λέει δικαιολογίες του τύπου «μια φορά παντρεύεται κανείς» και τέτοια. Εγώ δεν θέλω και αρνούμαι πεισματικά. Μα τι θα κάνουμε;

Εκείνος ονειρεύεται γλέντι με σόγια, χορούς και τραπέζια γεμάτα. Εσύ ονειρεύεσαι μια ήσυχη στιγμή, κάτι που να ανήκει μόνο σε εσάς. Κι ενώ μιλάτε για τον ίδιο γάμο, μοιάζει σαν να μιλάτε για δύο τελείως διαφορετικές ζωές. Ο γάμος είναι μια μέρα, η σχέση είναι όλα τα υπόλοιπα χρόνια. Αν αυτή η μέρα γίνεται αφορμή για τελεσίγραφα και ρήξεις, τότε το πρόβλημα δεν είναι το catering ή ο αριθμός των καλεσμένων. Είναι το πόσο έτοιμοι είστε να συμβιβαστείτε ο ένας με τα θέλω του άλλου. Θα σας πρότεινα να βρείτε μια μέση λύση με δύο τελετές σε διαφορετικό ύψος, αν, όμως, δεν τα βρίσκετε με τίποτα ούτε για το τραπέζι του γάμου, τι θα γίνει όταν έρθει το πραγματικό μενού της ζωής;

2 Τζένη μου, τι κάνεις; Εγώ έχω τις μαύρες μου. Πριν λίγες μέρες επέστρεψα ξανά στη δουλειά από διακοπές. Έβγαينا με ένα παιδί από τη δουλειά πέρσι τον χειμώνα, με τον οποίο χωρίσαμε πριν τις διακοπές. Τώρα έμαθα πως βγήκε ραντεβού με μία καινούργια κοπέλα που ήρθε στο γραφείο. Εγώ έχω εκνευριστεί πάρα πολύ. Δεν είναι ότι καίγομαι γι' αυτόν, αλλά είναι σαν να το κάνει επίτηδες για να με

εκνευρίσει. Δεν ξέρω τι να κάνω! Με βρίσκεις υπερβολική;

Ξέρεις τι λένε: το πιο δύσκολο πράγμα μετά από έναν χωρισμό δεν είναι να αφήσεις πίσω σου τον άνθρωπο. Είναι να τον βλέπεις κάθε μέρα... δίπλα στον εκτυπωτή. Δεν είναι ότι καίγεται γι' αυτόν, το ξέρω. Είναι που δεν θες να βλέπεις την ιστορία σου να ξαναγράφεται στο ίδιο γραφείο. Αλλά, ίσως, το ερώτημα δεν είναι «το κάνει για να με εκνευρίσει;» Ίσως, το ερώτημα είναι «γιατί αφήνω ακόμα κάποιον που ανήκει στο χθες, να ορίζει τη διάθεσή μου σήμερα;». Σύντομα θα δεις ότι αυτό το τσιμπηματάκι θα φύγει. Και δεν είσαι υπερβολική, είσαι άνθρωπος.

3 Αυτός ο Σεπτέμβρης, με βρίσκει κάπως προβληματισμένη με τη σχέση μου. Θέλουμε να νοικιάσουμε ένα σπίτι μαζί. Προς το παρόν και οι 2 μένουμε με τους δικούς μας. Το αγόρι μου σκέφτηκε μια ιδέα, μια και οι δύο δουλεύουμε τηλεργασία, να πάμε να μείνουμε στο χωριό του παππού του, όπου έχουν ένα σπίτι δικό τους, γιατί τα ενοίκια εδώ στην Αθήνα πραγματικά δεν παλεύονται με τίποτα. Στην αρχή μου άρεσε η ιδέα, αλλά τώρα έχω τους δισταγμούς μου. Πού θα αφήσω τους φίλους μου και την οικογένειά μου για να πάω στο έρημο χωριό μέσα στον χειμώνα, να βαρεθώ εντελώς; Τι λες κι εσύ;

Στην αρχή ακούγεται ρομαντικό. Δωρεάν στέγη, ήσυχες μέρες, καθαρός αέρας. Εσύ, εκείνος και η φύση! Σαν εκδρομή που δεν τελειώνει ποτέ. Αλλά μετά σου σκάει η άλλη σκέψη. Οι φίλοι σου, η οικογένειά σου, τα αγαπημένα σου στέκια... Καταλαβαίνω πως προβληματίζεσαι για το αν το ειδύλλιο στη φύση, μέσα στον χειμώνα, καταλήξει σε πλήξη με φόντο την ξυλόσομπα. Αλλά, φίλη μου, επειδή τα ενοίκια όντως δεν παλεύονται και επειδή εμένα θα μου άρεσε λίγη περιπέτεια και λατρεύω τη φύση, θα σου έλεγα γιατί δεν το δοκιμάζετε για λίγους μήνες;



**Κριός**

20 Μαρτίου - 19 Απριλίου

Καλή εβδομάδα, Κριέ! Δοκίμασε να καθοδηγήσεις εσύ τους άλλους – με θάρρος μεν, α-πόλυτη ψυχραιμία δε. Έτσι θα μπορέσεις και να δεις επιτυχίες, αλλά και να κερδίσεις τις εντυπώσεις, των ατόμων που σ' ενδιαφέρουν τουλάχιστον. Πα-ράλληλα, ξεκαθάρισε τις σχέσεις, διαπροσωπικές και επαγγελματικές και βάλε όρια σε κάποιους. Στα αισθηματικά σου, αν είσαι ελεύθερο πουλί, το ότι θα κάνεις νέες γνωριμίες είναι το μόνο σίγουρο. Αυτό που φοβάμαι είναι μην τυχόν και ξεκινήσεις τα παιχνίδια εξουσίας λόγω της υπέρμετρης ζήλιας σου. Αν δεν είσαι ελεύθερο πουλί, προσπάθησε να επικοινωνήσεις σωστά και λίγο πιο ανοιχτά με το ταίρι σου, γιατί θα προκύψουν εντάσεις. Σε σώζει βέβαια το ότι θα υπάρξει και πολύ πάθος.

**Ταύρος**

20 Απριλίου - 19 Μαΐου

Καλή εβδομάδα, Ταύρε μου! Αυτό το επταήμερο θα σε βοηθήσει να ανασυγκροτηθείς. Ειδικά στον τομέα της καθημερινότητας και της ψυχολογίας σου, είναι κάτι που έχεις άμεσα ανά-γκη. Ωστόσο δεν αποκλείεται να νιώσεις κάπως πιο ώριμος. Αξιοποίησέ το αυτό ώστε να κινηθείς με ακρίβεια αλλά και να υποδεχτείς τις νέες συν-θήκες της ζωής σου με θετικότερο vibe. Στα ερω-τικά τώρα, αν είσαι single, κατάλαβε πως ο μόνος τρόπος να αλλάξει αυτό είναι το να γνωρίσεις νέο κόσμο και να μην είσαι εντελώς ξινός, έτσι! Βέβαια δεν πρέπει και να είσαι μόνο λόγια! Αν δεν είσαι single, αφιέρωσε ποιοτικό χρόνο στο αμόρε για να μη σας καταπιεί η καθημερινότητα, η ρουτίνα ή και οι ατελείωτες υποχρεώσεις.

**Δίδυμοι**

20 Μαΐου - 20 Ιουνίου

Καλή εβδομάδα, Διδυμάκι μου. Ζεις τη φάση σου αυτό το επταήμερο και το παίζεις Χάιντι στα λιβάδια. Δεν αποκλείεται να εκτονωθείς σχεδιάζοντας ή κάνοντας κάποια ανακαίνιση στο σπίτι ή στον προσωπικό σου χώρο. Δεν ξεκινάς από την τακτοποίηση πρώτα και τα υπόλοιπα μετά; Από την άλλη, θες να νιώσεις πιο active γενικά, αλ-λά και συγκεκριμένα στη δουλειά. Στα γκομενικά, αν είσαι ελεύθερος, δεν αποκλείεται να υπάρξει ένα ευχάριστο φλερτ, που όμως δεν ξέρω αν θα ευοδωθεί. Δώσε χώρο κι άσε το πράγμα να πάει μόνο του. Αν δεν είσαι ελεύθερος, θα σου πω να σταματήσεις να κριτικάρεις το έτερον ήμισυ. Όχι μόνο αυτό, αλλά εστίασε σ' αυτά που σας ενώνουν παρά σ' αυτά που σας χωρίζουν.

**Καρκίνος**

21 Ιουνίου - 21 Ιουλίου

Καλή εβδομάδα, Καρκίνε. Κάπως διπολικό προβλέπεται το κλίμα. Από τη μία, ίσως νιώσεις την επιθυμία να επιστρέψεις στη βάση σου, στην οικογένεια ή και το πατρικό σου. Είναι ό,τι κα-λύτερο μπορείς να κάνεις τώρα για να διορθώσεις οτιδήποτε σε κλονίζει ψυχικά. Κουβάλα μόνο τα δικά σου βάρη, των υπολοίπων δεν είναι πρόβλημά σου. Από την άλλη, έχεις πολλή ενέργεια και διάθε-ση για δημιουργία. Στα της καρδιάς, αν είσαι αδέ-σμευτος, ευνοούνται οι νέες γνωριμίες μέσα από τον κύκλο σου. Μην αγνοείς ποτέ όμως το ένστικτό σου! Αν δεν είσαι αδέσμευτος, πρέπει να κάνεις κά-ποιες σοβαρές συζητήσεις με το αμόρε, αλλά δεν καταλαβαίνω γιατί γίνεσαι ανταγωνιστικός.

**Λέων**

22 Ιουλίου - 22 Αυγούστου

Καλή εβδομάδα, Λέοντα! Αυτό το ε-πταήμερο εστίασε στις επικοινωνίες σου. Αφενός εκεί θα υπάρξουν εντάσεις, αφετέρου θα πετύχεις ξεκαθαρίσματα. Σε συμφέρει να μιλή-σεις τη γλώσσα της αλήθειας, καθώς έτσι και θα εισακουστείς αλλά και θα κερδίσεις τις εντυπώσεις και τον σεβασμό των άλλων. Επιπλέον αναμένονται έσοδα, οπότε ανασυγκροτήσου! Στα προσωπικά σου, αν δεν έχεις μόνιμο δεσμό, σίγουρα θα υπάρ-ξουν όμορφες γνωριμίες, απλά μη βιαστείς να δε-σμευτείς αν δεν είσαι 100% σίγουρος. Αν έχεις ήδη μόνιμο δεσμό, οργάνωσε κάτι αναζωογονητικό με το αμόρε. Εκτός αυτού, κόψε την κριτική όταν και εάν κάνει κάποιο λάθος, οκέι;

**Παρθένος**

23 Αυγούστου - 21 Σεπτεμβρίου

Καλή εβδομάδα, Παρθένε! Αυτό το επταήμερο πρόσεχε τα λόγια σου και το κατά πόσο είσαι διπλωμάτης. Μπορείς να σε περιποιηθείς με το να πας κομμωτήριο, γυμνα-στήριο ή δεν ξέρω κι εγώ πού! Στα λίγο πιο ζόρικα, ενδέχεται να προκύψουν έξοδα που θα σου ξυ-πνήσουν ξανά ανασφάλειες. Σε συμφέρει πάντως να κοιτάς μόνο αυτά που μπορούν να μείνουν μα-κροπρόθεσμα. Στα θέματα καρδιάς, αν είσαι single, ίσως γνωρίσεις νέο γκομενάκι μέσα από τη δουλειά σου. Δες μόνο αν το ενδιαφέρον είναι αμοιβαίο. Βα-σικό! Αν δεν είσαι single, κατάλαβε πως τα προβλή-ματά σας πρέπει να αντιμετωπιστούν από κοινού, αλλιώς θα κλιμακωθεί η ένταση!

**Ζυγός**

22 Σεπτεμβρίου - 22 Οκτωβρίου

Καλή εβδομάδα, Ζυγέ μου! Αρκετά ωφέλιμο και ευεργετικό αυτό το επταήμερο! Μπαί-νεις σε τροχιά σταθεροποίησης και νέων ξεκινήμα-των. Για να μη σου χαϊδεύω τα αυτιά όμως, όση δύ-ναμη κι ενέργεια πάρεις, άλλες τόσες ευθύνες θα υπάρξουν! Ταυτόχρονα πρέπει να είσαι προσεκτι-κός σε πολλά ενεργά μέτωπα, όπως είναι τα έξοδα, τα επαγγελματικά (κυρίως οι συμφωνίες), αλλά και τα ερωτικά. Πιο συγκεκριμένα, αν είσαι χωρίς σχέ-ση, θα κάνεις γνωριμίες που θα σε ενθουσιάσουν. Η παγίδα κρύβεται στο να κρατήσεις ρεαλιστικές προσδοκίες. Κόψε τα παιχνίδια εξουσίας. Αν είσαι σε σχέση, προσπάθησε να κάνεις πράγματα που θα σας υπενθυμίσουν τι σας ενώνει με το άλλο σου μισό. Περιορίσε τις εξωτερικές παρεμβολές.

**Σκορπιός**

23 Οκτωβρίου - 21 Νοεμβρίου

Καλή εβδομάδα, Σκορπιέ μου! Πρέπει να μάθεις να κυριαρχείς στις παρορμήσεις ή στο μέσα σου. Σταμάτα να πιέζεις τους πάντες, του εαυτού σου συμπεριλαμβανομένου. Πάντως η δύναμη και η εύνοια για το κυνήγι των στόχων σου δεν λείπουν. Να ξέρεις πως μπορείς τώρα όχι μόνο να αποκοπείς από ό,τι δεν σου κάνει, αλλά και να επανασυνδεθείς μ' αυτό που στην πορεία κατάλαβες ότι σου κάνει. Στα ερωτικά, αν είσαι μόνος, δεν νομίζω πως σε νοιάζει να βρεις κάτι νέο τώρα. Πέραν τον χρόνο σου ψάχνοντας να βρεις τι ζητάς και μετά ψάξ' το και στο real life. Αν δεν είσαι μόνος, μην επιτρέπεις σε μικροπαρεξηγήσεις να χαλάνε το κλίμα μεταξύ σας. Προτίμησε τον εποι-κοδομητικό διάλογο.

**Τοξότης**

22 Νοεμβρίου - 20 Δεκεμβρίου

Καλή σου εβδομάδα, Τοξότη! Αυτό το επταήμερο ανεβαίνεις ψυχολογικά μέσω φίλων/ ομάδων ή και των συλλογικών δράσεων όπου παίρνεις μέρος. Μην τυχόν και αρνηθείς πρόσκλη-ση, ε! Ειδικά αν προέρχεται από άτομο που συνανα-στρεφός σου παλιότερα! Παράλληλα, προτίμησε να μείνεις στην οργάνωση των επερχόμενων projects σου –ειδικά των επαγγελματικών–, κα-θώς δεν ευνοείται η άμεση δράση. Στον έρωτα, αν είσαι μπακουρομπάκουρο, μην παρασυρθείς από ενθουσιασμό και ραφτείς, πριν μάθεις τις ακριβείς προθέσεις και της απέναντι πλευράς, έτσι; Αν δεν είσαι μπακουρομπάκουρο, αφιέρωσε χρόνο στο να ανανεώσεις την κοινή σου ζωή με το αμόρε αφήνο-ντας στην άκρη αυτά που σας βάζουν εμπόδια.

**Αιγόκερως**

21 Δεκεμβρίου - 19 Ιανουαρίου

Καλή εβδομάδα, Αιγοκεράκι! Στα επαγγελματικά, σίγουρα θα γίνει μεγάλη συζήτη-ση γύρω από το όνομά σου, ειδικά αν αυξήσεις τις κοινωνικές σου εμφανίσεις. Οπότε δεν αποκλείεται να προκύψει μια ωφέλιμη πρόταση για δουλειά. Θα υπάρξουν όμως και περισσότερες ευθύνες. Αν πι-στεύεις πως το έχεις, τότε βγες μπροστά και δείξ' το με θάρρος, πυγμή κι αποφασιστικότητα. Στα θέματα καρδιάς τώρα, αν είσαι χωρίς ταίρι, βγες και πέρνα καλά, γιατί κάπου εκεί κρύβεται μια γνωριμία. Απλά, Αν δεν όμως ότι πρόκειται ξανά για κάτι απαιτητικό, που θα σου στραγγίσει όλη την ενέργεια, τότε απλά εξαφανίσου! Αν είσαι με ταίρι, ισορρόπησε τη δου-λειά με τα προσωπικά. Επίσης σταμάτα να βάζεις τη δουλειά μέσα στη σχέση.

**Υδροχόος**

20 Ιανουαρίου - 17 Φεβρουαρίου

Καλή εβδομάδα, Υδροχόε! Καλό θα ήταν να μάθεις ότι δεν πρέπει να εξάπτεις από οτιδήποτε δεν βρίσκεται υπό τον δικό σου έλεγχο. Δεν μπορείς να κάνεις πάντα εσύ κουμάντο! Αντ' αυτού εστίασε σ' εσένα, στην οργάνωση ενός τα-ξιδιού ή σε κάτι από αυτά τα φιλοσοφικά που τόσο σου αρέσουν. Επικεντρώσου μόνο στην ουσία και μείνε μακριά από οτιδήποτε κάνει απλά θόρυβο! Ό-σον αφορά τα ερωτικά σου, αν δεν είσαι σε σχέση, δεν αποκλείεται μέσα από κάποια δραστηριότητα ή χόμπι να γνωρίσεις νέο αμόρε. Χρειάζεται να σου τονίσω ότι δεν πρέπει να πέσεις με τα μούτρα; Αν, πάλι, είσαι ήδη σε σταθερή σχέση, διοχέτευσε την ενέργειά σου στο να οργανώσετε κάτι από κοινού με το άλλο σου μισό. Απόφυγε τις εντάσεις.

**Ιχθύες**

18 Φεβρουαρίου - 19 Μαρτίου

Καλή εβδομάδα, Ιχθύ! Αυτές τις μέρες ίσως νιώσεις ένα κάλεσμα να προστατευ-τείς. Αν κάτι σε βαραίνει, είναι προτιμότερο να το εξωτερικεύεις. Βρες απλά τον σωστό τρόπο να το κάνεις. Επίσης, θυμήσου πως, αν θελήσεις να κοιτάξεις πίσω, να το κάνεις μόνο για να κλείσεις ό,τι έχει μείνει μισανόιχτο κι όχι για να του ανοίξεις ξανά την πόρτα. Άκου το ένστικτό σου. Στο κομμάτι του έρωτα, αν είσαι αδέσμευτος, μάλλον θα κάνεις μια γνωριμία η οποία θα χαρακτηρίζεται τόσο από πάθος όσο κι από ενθουσιασμό. Σε παρακαλώ λοι-πόν να μην πέσεις σ' αυτήν ακριβώς την παγίδα! Αν είσαι δεσμευμένος, δείξε κατανόηση στο αμόρε, ειδικά όταν συζητάτε για τα δικά σας. Απόφυγε τις εντάσεις βελτιώνοντας την επικοινωνία σας.



Την καθημερινή αστρολογική σου προβλέψη στο athensvoice.gr/zodia

* Για πιο ολοκληρωμένη εικόνα των αστρολογικών σου τάσεων θα πρέπει να διαβάξεις και τον ωροσκόπο σου



MORNING BOOST MIX

ENERGY, MUSIC & COFFEE

Μετρό
Συντάγματος



29.09 ΕΩΣ 03.10

LIVE 08:00 - 10:00

powered by

protergia



Πέμπτη 2 Οκτωβρίου - Coffee Day
παρέα με τα Starbucks! Σας περιμένουμε.



Master Franchisor in Greece: CALIN S.A. Tel: 210.68.40.005
E-mail: info@calingroup.gr - Website: calin.gr

intimissimi

La Collezione

voice
ATHENS



αν μυρίζεις σαν τη μάνα σου.

**2 STEP
ROUTINE**

ΑΡΩΜΑ ΑΚΑΤΑΜΑΧΗΤΑ ΔΙΚΟ ΣΟΥ



AXE 2 STEP ROUTINE

Για άρωμα ακαταμάχητα δικό σου!

Ετοιμαζόταν να βγει. Πρώτο ραντεβού. Έβαλε από νωρίς στην άκρη το καινούργιο του παντελόνι και το αγαπημένο του πουκάμισο. Το πουκάμισο φρεσκοσιδερωμένο ή μάλλον σιδερωμένο για τα δικά του δεδομένα, ασιδέρωτο αν ρωτούσες τη μαμά του. Μέχρι και τα sneakers του καθάρισε σχολαστικά κι έβγαλε ολοκαίνουργιες κάλτσες από το κουτί. Θα τη συναντούσε στις 8, μπήκε για μπάνιο στις 7. Με νερό στα μάτια και μυαλό στο ραντεβού έπιασε το αφρόλουτρο της μαμάς του – δεν ήταν κι η πρώτη φορά που το δανείζεται. Ανθισμένο, γλυκερό, κάτι σαν ροζ κήπος που μόλις ανατινάχθηκε. Ένα τεταρτάκι σαπουνιζόταν, αν τον έβλεπες έμοιαζε σαν αφρός με χέρια. Όταν με το καλό τέλειωσε το μπάνιο, κοίταξε εξονυχιστικά κάθε ραφάκι. Ωπ, να και το αποσμητικό. «Α ρε μάνα», σκέφτηκε, «απ' όλα έχεις».

Στο ραντεβού ήταν στην ώρα του, μη σου πω και πέντε λεπτά νωρίτερα. Μπήκαν στο σινεμά, μα εκείνος δεν μπορούσε να συγκεντρωθεί. Ταινία; Ποια ταινία; Το μόνο που τον ένοιαζε ήταν το ραντεβού να μην εξελιχθεί σε θρίλερ. Ευτυχώς μετά, στο φαγητό, εκείνη δεν είχε και πολύ όρεξη να συζητήσει για την ταινία. Γιατί δεν θα θυμόταν και τίποτα να της πει.

Πέρασαν τέλεια και ήταν κύριος. Την πήγε στο σπίτι με ταξί και προσφέρθηκε να τη συνοδεύσει μέχρι την είσοδο. Είπαν να μιλήσουν και την επόμενη μέρα για να πάνε για καφέ. Την αγκάλιασε. Μοσχοβολούσε φρούτα του δάσους. Οι

κείο άρωμα. Πριν εκείνος καταλάβει τι του θύμιζε, εκείνη κοντοστάθηκε.

«Με το ίδιο αφρόλουτρο κάνουμε μπάνιο;», του είπε και γέλασε δυνατά. Εκείνος αγχώθηκε στιγμιαία, εκείνη όμως τον φίλησε στο μάγουλο και η καταστροφή αναβλήθηκε.

Ήταν πολύ καλή αλλά εκείνος στον δρόμο για το σπίτι σκεφτόταν ότι μάλλον ήρθε η ώρα να πάρει τα δικά του προϊόντα προσωπικής περιποίησης.

Αλλά ποιος από εμάς, στα πρώτα χρόνια της ενηλικίωσής του, δεν έχει χρησιμοποιήσει ό,τι βρήκε πρόχειρα στο μπάνιο; Το αφρόλουτρο της μαμάς, το παιδικό αφρόλουτρο που είναι ξεχασμένο καιρό, μέχρι και το αποσμητικό της γιαγιάς;

Κι εδώ έρχεται το AXE, που ξέρει πολύ καλά ότι αυτή η ηλικία της ενηλικίωσης είναι η ηλικία που τα αγόρια θέλουν περισσότερο από ποτέ να νιώθουν καλά με τον εαυτό τους, να εκπέμπουν αυτοπεποίθηση και να αρέσουν.

Οπότε; Αν θέλουμε να αποκτήσουμε προσωπική ζωή, καλό είναι να έχουμε και τη δική μας, προσωπική περιποίηση. Έτσι, η νέα καμπάνια AXE δίνει στους νέους άνδρες τη δύναμη να αποκτήσουν το δικό τους μοναδικό άρωμα, ένα άρωμα που τους ανήκει πραγματικά. Με το AXE 2 STEP ROUTINE, μια ρουτίνα περιποίησης με αποσμητικά και αφρόλουτρα AXE, που μαζί προσφέρουν άρωμα απόλυτης φρεσκάδας και αναζωογόνησης. Για άρωμα ακαταμάχητα δικό σου.

AXE



αν μυρίζεις σαν τη γιαγιά σου.

2 STEP ROUTINE

ΑΡΩΜΑ ΑΚΑΤΑΜΑΧΗΤΑ ΔΙΚΟ ΣΟΥ



Περιορίζουμε τη σπατάλη τροφίμων με ένα **υπερσύγχρονο σύστημα παραγγελιών**



Στη Lidl Ελλάς μειώνουμε έμπρακτα τη σπατάλη τροφίμων.

Πώς το πετυχαίνουμε αυτό;

- Διασφαλίζουμε τις πρώτες ύλες σε κάθε στάδιο παραγωγής, **αξιοποιώντας δεδομένα και στατιστικά.**
- Παραγγέλνουμε από τους προμηθευτές μας τις **ακριβείς ποσότητες** που χρειαζόμαστε.
- Χάρη στο σύστημά μας, **μειώσαμε τον δείκτη επάρκειας κατά 5%.**
- Σε σύγκριση με το 2024, **μειώσαμε τα απαξιωμένα τρόφιμα κατά 0,56%.**

Γιατί αυτή είναι η δύναμή μας.

