

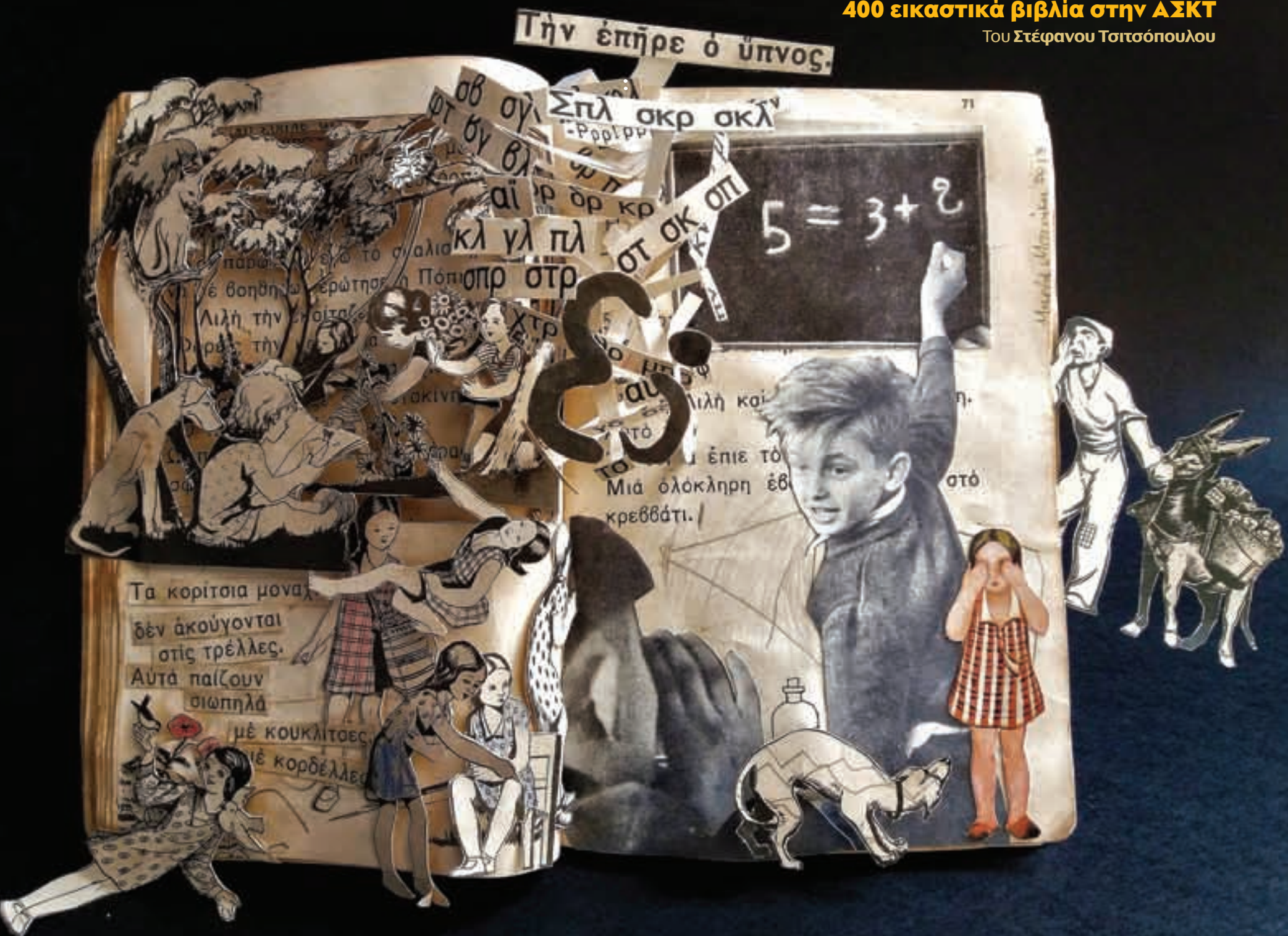
ATHENS voice

Πλ. Αγίου Γεωργίου
Η νέα hot πλατεία της Αθήνας
Της Νενέλας Γεωργελέ

Αυτοάμυνα
Τι μπορούμε να κάνουμε, όταν ένα άτομο
ετοιμάζεται να μας επιτεθεί
Του Βασίλη Σταματίου

Με τι κλαίει ο Ευθύμης Φιλίππου;
Του Γιάννη Νένε

**100 καλλιτέχνες και
400 εικαστικά βιβλία στην ΔΣΚΤ**
Του Στέφανου Τσιτσόπουλου



ΑΦΙΕΡΩΜΑ

ΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ coffee bar ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ

Coffee Roasteries

Η τελευταία μανία των Αθηναίων

Της Κατερίνας Καμπόσου

Αίθουσα Σταύρος Νιάρχος
Εθνικής Λυρικής Σκηνής

14, 19, 21, 24, 27 Οκτωβρίου
& 2 Νοεμβρίου 2018

Κέντρο Πολιτισμού
Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος

Όπερα

Εθνική
Λυρική
Σκηνή

Greek
National
Opera

Κοκκός Γιάννοτσος
Κοκκός 20ος αιώνας

Γενούφα

Λέος Γιάννατσεκ



Πρώτη πανελλήνια παρουσίαση

Μουσική διεύθυνση: Λουκάς Καρυτινός
Σκηνοθεσία: Νικόλα Ράαμπ
Σκηνικά - Κοστούμια: Γιώργος Σουγλιδής
Φωτισμοί: Νταβίντ Ντεμπριναί
Κινησιολογία: Φώτης Νικολάου
Διεύθυνση χορωδίας: Αγαθάγγελος Γεωργακάτος

Λάτσα: Φρανκ βαν Άκεν
Στέβα: Δημήτρης Πακσόγλου
Νεωκόριασα: Ζαμπίνε Χογκρέφε (14, 21, 24/10),
Τζούλια Σουγλάκου (19, 27/10, 2/11)
Γενούφα: Σάρα-Τζέιν Μπράντον (14, 21, 24/10),
Μαρία Μητσοπούλου (19, 29/10, 2/11)

Με την Ορχήστρα,
τη Χορωδία και Μονωδούς της ΕΛΣ

Ώρα έναρξης: 20.00 (Κυριακές: 18.30) / Εισπήρια από 15€
Προώληση: 213 088 5700 / www.nationalopera.gr, www.ticketservices.gr, & <http://tickets.public.gr/>



STAVROS
NIARCHOS
FOUNDATION
CULTURAL
CENTER

ΚΕΝΤΡΟ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΪΔΡΥΜΑ
ΣΤΑΥΡΟΣ
ΝΙΑΡΧΟΣ

ΜΕΡΟΣ ΔΟΡΥΦΕΡΗΣ ΒΑΣ



ΪΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ
STAVROS NIARCHOS FOUNDATION

ΚΟΡΝΕΪΟ ΠΑΡΑΣΤΑΣΕΩΣ



ALPHA BANK



ΚΟΡΝΕΪΟ
ΑΕΡΟΜΕΤΑΦΟΡΩΝ



TECHNOLOGY
PARTNER

ATCOM

ΥΠΟΕΤΗΡΕΚΤΗ



ΚΟΡΝΕΪΟ



INGLOT

KERASTASE

ΚΟΡΝΕΪΟ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΣ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ
ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ

ΕΥΡΩΚΟΙΝ



ΕΚΑΤ

αθλητισμός



ΕΚΑΤ

αθλητισμός



ΕΚΑΤ

αθλητισμός



ΕΚΑΤ

αθλητισμός



ΕΚΑΤ

αθλητισμός



ΕΚΑΤ

αθλητισμός

Συντακτική ομάδα: Δ. Αλικάκος, Ν. Αργυροπούλου, Μ. Βελέντζας, Ντ. Βλαχοπούλου, Σ. Βλέτσας, Κ. Βνάτσιου, Ν. Γεωργελέ, Ν. Γεωργιάδης, Κ. Γιαννάκης, Α. Γκόρου, Β. Γραμματικογιάννη, Β. Γρυπάρης, Γ. Δημητρακόπουλος, Φ. Δημητριάδη, Θ. Ευθυμίου, Ν. Ζαχαριάδης, Μ. Ζουμπούλακη, Σ. Ζιώγου, Κ. Καϊμάκης, Κ. Καμπόσου, Δ. Καραθάνος, Μ. Κοντοβά, Ε. Κυριακίδου, Μ. Μαρμαρά, Δ. Μαστρογιαννίτης, Β. Ματζάρογλου, Μ. Μπλάτος, Ελ. Μπεζιριάνογλου, Γ. Νέες, Ευτ. Παλλήκαρης, Π. Παναγιωτόπουλος, Κ. Παναγοπούλου, Ν. Παπαηλιού, Γ. Παυριανός, Κ. Περρή, Κ. Ρήγος, Ε. Συναδινού, Ζ. Σφυρή, Σ. Τριανταφύλλου, Ευ. Τσαβδάρη, Σ. Τσιτσόπουλος, Δ. Φύσσας, Σ. Χαραμή, Λ. Χουρμούζη

Γραμματεία Σύνταξης Γεωργία Σκαμάγκα
info@athensvoice.gr
Υπεύθυνη οδηγού Δανάη Καμτζόλα
avguide@athensvoice.gr

Ατελιέ Μορφούλα Βογιατζόγλου, Sotos Anagnos
Εικονογραφίες Οδοδωρή Μπαργιώτας, Β. Γκογκτζιλιάς, art@athensvoice.gr
Φωτό: Θανάσης Καρατζάς, Τάσος Βρεττός, Έκτορας Δ. Βούτσας, Κώστας Αμοιρίδης, Βαγγέλης Τάσης, Γιάννης Οικονόμου

Group Advertising Manager
Αναστασία Μπαρούνη, anastasia@athensvoice.gr
Advertising Manager Ξένια Κατσιούλα

Direct Market Μαρίνα Β. Γεωργοπούλου, Στεφάνια Μουστάκη, Βασίλης Ζαφειρούλης, Κρύστα Φωτεινοπούλου, Ιωάννα Παπαγεωργίου
Υποδοχή Διαφήμισης Νίκη Σκαμάγκα
marketing@athensvoice.gr
Digital Advertorial Coordinator Έφη Ορφανάκου
efiorfanakou@athensvoice.gr
Digital Traffic Manager Εύη Ταρνάρη

Διεύθυνση Λογιστηρίου Έφη Μούρτζη
Λογιστήριο Ουρανία Μιχάλη, Μαρία Καραχοντζή, Γιώργος Άνθης, Μαίρη Λυκούση

Διαχωρισμοί - Εκτύπωση
«Καθημερινές Εκδόσεις ΑΕ»
Διανομή: Free Sunday

Athens Voice S.A.
Χαρ. Τρικούπη 22, 106 79 Αθήνα
Σύνταξη: 210 3617.360, 3617.369
fax: 210 3632.317
Διαφημιστικό: 210 3617.530, fax: 210 3617.310
Αγγελίες: 210 3617.369
Λογιστήριο: 210 3617.170

www.athensvoice.gr

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



Κωδικός εντύπου: 7021
ISSN 1790-6164

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



EDITO

Του Φώτη Γεωργελέ



ΤΟ ΞΕΦΥΛΛΟ ΜΑΣ

Αυτή την εβδομάδα το σχεδίασε η **Μαρία Μπενάκη**. Γεννήθηκε στα Χανιά. Αποφοίτησε από τη Δραματική Σχολή του Κ.Θ.Β.Ε. το 1989. Έχει σκηνογραφήσει έργα των Φεϊντό, Πιραντέλο και αυτή τη στιγμή κάνει τα κουστούμια στην παράσταση «Nordost» του Τόρστεν Μπούχσταϊνερ και σκηνικά και κουστούμια στο «4/4» της Άννας-Διονυσίας Γιαννοπούλου σε σκηνοθεσία Στέλλας Κρούσκα στο Στούντιο Μαυρομιχάλη. Ασχολείται με το κολάζ από το 2013. Τον Μάρτιο του 2016 έκανε έκθεση κολάζ με τίτλο «Το παλάτι των πουλιών και άλλες ιστορίες» στα Χανιά, τον Δεκέμβριο του 2017 πήρε μέρος σε ομαδική έκθεση στην γκαλερί Heos και τον Σεπτέμβριο του 2018 στο «Collagistas Festival 5» στο Δουβλίνο. Εργάζεται ως ηθοποιός από το 1990.

Καμιά φορά οι «εγκληματίες» έχουν όνομα, παιδικό χαμόγελο και θλιμμένη ζωή. Και καμιά φορά αυτοί που δολοφονούν δεν είναι «εγκληματίες», είναι οι άνθρωποι της διπλανής πόρτας. Η ζωή είναι γεμάτη από τραγικά περιστατικά, φρικτές ιστορίες, πόνο και απώλεια. Κάθε τραγωδία είναι μοναδική, είναι ξεχωριστό γεγονός. Δεν ξέρεις τι έγινε, τι ακριβώς συνέβη, ποιες είναι οι αιτίες. Δεν ξέρεις, πριν μάθεις. Κάθε άνθρωπος μπροστά στη βία ενός διαλυμένου σώματος που το κλωτσάνε και το πατάνε κάτω, νιώθει μόνο φρίκη. Δεν γίνεται να μην πονέσεις, δεν γίνεται να μην παγώσεις μπροστά στη σκηνή ενός λιντσαρισματος με θεατές.

Δεν είσαι όμως υποχρεωμένος να πάρεις θέση, πριν μάθεις. Δεν είμαστε σε κάποιο πόλεμο, δεν οφείλουμε να διαλέξουμε στρατόπεδο. Αν φοβάσαι για την τύχη της γιαγιάς σου που «σιδέρωσαν» για ένα 50ρικο, δικαιολογείς τη βία. Αν νιώθεις τον πόνο των δυστυχισμένων outsiders της ζωής, δικαιολογείς τη ληστεία. Όχι. Δεν χρειάζεται να κάνεις τίποτα από τα δύο. Μπορείς να είσαι ευαίσθητος, συμπονετικός, φοβισμένος, ανασφαλής, μαζί. Έτσι είμαστε όλοι. Οι άλλοι, οι «επαγγελματίες ευαίσθητοι», οι επαγγελματίες συνήγοροι της βίας, άλλοτε γιατί είναι η «δικαιολογημένη οργή της κοινωνίας» και άλλοτε γιατί είναι ο «δικαιολογημένος φόβος του νοικοκύρη», είναι στρατός, δεν είμαστε εμείς. Εμείς δεν είμαστε είτε νοικοκυραίοι, είτε ευαίσθητοι. Μπορούμε να είμαστε πολλά πράγματα.

Στη σημερινή εποχή της γρήγορης μετάδοσης και των social media, η υπερπληροφόρηση δεν οδηγεί σε περισσότερη γνώση όπως θα περίμενες. Μια είδηση που μεταδίδεται αστραπιαία, μια εικόνα, ένα βίντεο, δεν είναι η ιστορία. Είναι τμήμα της ιστορίας. Μια άλλη μαρτυρία μπορεί να ανατρέψει την πρώτη είδηση. Ένα άλλο βίντεο μπορεί να φωτίσει αλλιώς τα γεγονότα. Σκέψου ότι έχουν περάσει 5 μέρες κι ακόμα για το τραγικό περιστατικό της Ομόνοιας δεν ξέρουμε ούτε καν αν ήταν ληστεία, αν κρατούσε μαχαίρι το θύμα, ποιες ήταν οι αιτίες θανάτου. Κι όμως, στην αρένα των social media, όχι 5 μέρες αλλά 5 λεπτά μετά, είχε στηθεί ο γνωστός διαδικτυακός πόλεμος. Αδιάφοροι για τα πραγματικά δεδομένα άνθρωποι έπαιρναν τους γνωστούς ήδη προκαθορισμένους ρόλους, έτοιμοι να αντιμετωπίσουν το απέναντι στρατεύμα με τους επίσης γνωστούς προκαθορισμένους ρόλους. Η σύγχρονη πραγματικότητα έχει γίνει πολύ σύνθετη. Ο κόσμος έχει εγκαταλείψει την ιδέα να βρίσκει την αλήθεια μέσα από εμπειρικά δεδομένα. Να διαμορφώνει γνώμη μαθαίνοντας. Να αλλάζει γνώμη. Τώρα αγνοούμε όλα τα δεδομένα που δεν ταιριάζουν στις προκαταλήψεις μας και κρατάμε απλώς μόνο ό,τι ταιριάζει.

Όλο και περισσότεροι άνθρωποι δεν μπορούν να κατανοήσουν τον κόσμο. Μπροστά στο κενό, διαλέγουν ένα στέρεο στρατόπε-

δο, γεμάτο πίστη χωρίς γνώση, αλλά μακριά από την επώδυνη αμφιβολία. Παράλληλες πραγματικότητες δημιουργούνται, κόσμοι χωριστοί, γεμάτοι ολοκληρωτική βεβαιότητα και φανατισμό. Δεν συναντιούνται αλλά μάχονται αέναα σαν ένα παγκόσμιο βιντεοπαιχνίδι ρόλων που παίζεται συνεχώς στις οθόνες των social media. Η αλήθεια και το ψέμα έγιναν παρωχημένες ιδέες. Στη μεταμοντέρνα ψηφιακή πραγματικότητα, η φιλελεύθερη ανεκτικότητα και η συνωμοσιολογία του σκοταδισμού, αντί να συγκρούονται, ενώνονται και γεννάνε στρατούς και στρατόπεδα.

Η ταχύτητα του ψηφιακού κόσμου οδηγεί και τα παραδοσιακά μέσα να μεταδίδουν συνεχώς, σχεδόν σε πραγματικό χρόνο, θραύσματα πληροφοριών, χωρίς εξακρίβωση, χωρίς αξιολόγηση, χωρίς συμπέρασμα. Μέσα σε δευτερόλεπτα το δάχτυλο πρέπει να κάνει like ή «έλεος», φατσούλα που κλαίει. Πρέπει πρώτος να εκφράσεις γνώμη, να πάρεις θέση, να συνταχθείς με την ομάδα σου για να πολεμήσεις την αντίπαλη ομάδα. Η πραγματικότητα του σύγχρονου λαϊκισμού. Αντί για σκέψη, μίσος και εκθροπάθεια. Αντί για λύσεις στα προβλήματα, εκθροί για να μισήσουμε. Η ιστορία της ζωής μας τα τελευταία χρόνια.

Σε κάθε τραγικό περιστατικό ξεδιπλώνεται πάντα το ίδιο μοτίβο, μιας κοινωνίας ανεύθυνης που δεν ξέρει να αντιδρά, δεν μπορεί να επιμερίσει τις ευθύνες. Στους δράστες, τους θεατές, την πολιτεία, το ΕΚΑΒ, τις αστυνομικές δυνάμεις. Όλα λάθος. Σπασμωδικά, αντιεπαγγελματικά, ερασιτεχνικά, έξαλλα, υστερικά, εκρηκτικά, σαν ταινία του Οικονομίδη. Και γι' αυτό, αντί να βγάζει συμπεράσματα, βρίσκει εκθρούς.

Η ζωή μας δεν είναι βιντεοπαιχνίδι ρόλων. Δεν είμαστε στρατοί, δεν οφείλουμε να «πάρουμε το μέρος» πριν μάθουμε τι συμβαίνει. Οφείλουμε μόνο να είμαστε άνθρωποι. Να μας απωθεί η βία. Να ξέρουμε ότι οι νεκροί είναι άνθρωποι, τους λένε Ζακ κι όχι «πρεζόνι». Τελεία. Δεν είμαστε επαγγελματίες της σύγκρουσης, δεν είμαστε επαγγελματίες της βίας και της ασφάλειας του σιδηροδρομού, δεν είμαστε επαγγελματίες της αλληλεγγύης που εξαργυρώνεται με ευρωπαϊκά προγράμματα. Δεν είμαστε users, δεν είμαστε followers, δεν είμαστε friends. Δεν είμαστε εμείς οι δικαστές. Και δεν πρέπει να επιτρέπουμε σε κανέναν να εργαλειοποιεί τη φρίκη ή τον φόβο μας για τα δικά του εξουσιαστικά παιχνίδια.

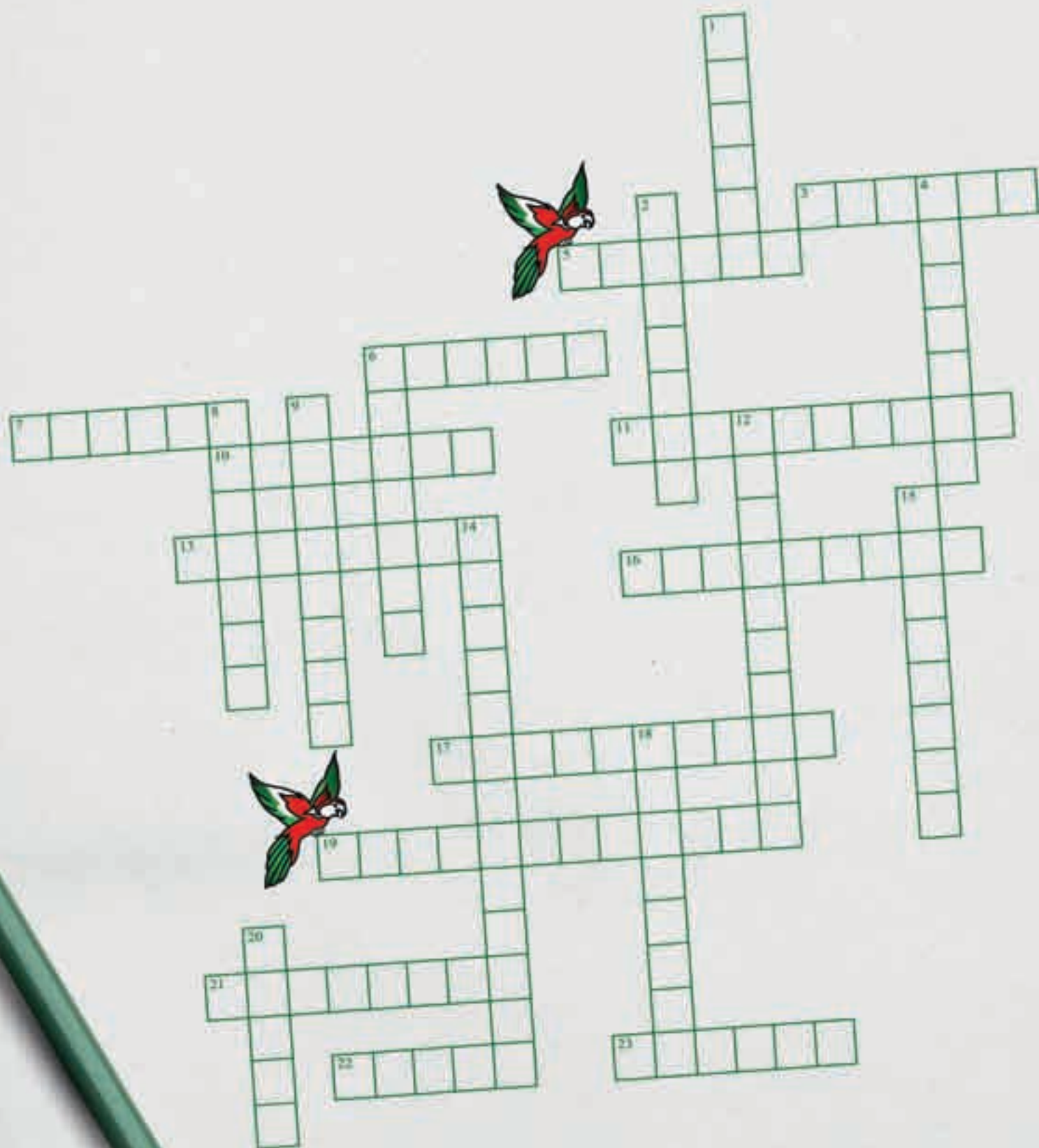
Είμαστε πολίτες. Μπορούμε να καταλάβουμε και τον φόβο και την ανασφάλεια και την ευαισθησία και την αλληλεγγύη. Δεν είμαστε αναγκασμένοι να αφήσουμε κανέναν να στήσει τα στρατόπεδα που τον βολεύουν με μάχιμο υλικό τους εαυτούς μας. Μας παγώνει η βία γιατί ξέρουμε ότι είναι πάντα φασιστική. Χρειαζόμαστε ευαισθησία, λογική, ψυχραιμία, χρόνο. Είμαστε γεμάτοι αμφιβολίες και αβεβαιότητες γιατί έτσι είναι οι άνθρωποι. Μόνο αυτά ξέρουμε. **A**



**Αν αγαπάς τον ελληνικό καφέ,
υπάρχει... λύση!**

Βρες τις απαντήσεις και μετά δεξ
που μπορείς να απολαύσεις δωρεάν
τον Λουμιδη Παπαγάλλο,
στην τελευταία σελίδα.





ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

- 3. Την έχει τη ζαχαρίτσα του
- 5. Αλλιώς ο πικρός
- 6. Ο σωστός ελληνικός γίνεται εκεί
- 7. Χωρίς αυτό ελληνικός δεν γίνεται
- 10. Ο περισσότερο καθουρδιασμένος Λουμίδης
- 11. Κάποιοι το θέλουν δίπλα στον ελληνικό τους
- 13. Ο μερακλής θέλει δυο - τρεις
- 16. Λουμίδης...
- 17. Είναι ο κόκκινος Λουμίδης
- 19. Ο περιποιημένος ελληνικός
- 21. Ο Λουμίδης δεν είναι απλά ελληνικός, είναι...
- 22. Ο Λουμίδης έχει μοναδικό χαρμάνι και πλούσιο...
- 23. Όχι μόνος

ΚΑΘΕΤΑ

- 1. Όλη η τέχνη είναι στο...
- 2. Ούτε γλυκός, ούτε πικρός
- 4. Έχει μόνο ο ελληνικός
- 6. Αυθεντικό και αρωματικό
- 8. Ο Λουμίδης γράφει τη δική του...
- 9. Ανεβαίνει... ανεβαίνει στο μπρίκι
- 12. Την 1η Οκτώβρη ο Λουμίδης είναι...
- 14. Μία από τις αξίες του Λουμίδα
- 15. ...Παπαγάιος
- 18. Λέει και την τύχη
- 20. ...κι ασήκωτος



10

ATHENS voice



15 ΧΡΟΝΙΑ ATHENS VOICE

Σχεδίασε εσύ το επετειακό εξώφυλλο!

Είσαι ζωγράφος, street artist, φωτογράφος, graffiti writer, visual artist, designer, φοιτητής καλών τεχνών, γραφίστας;

Γίνε κι εσύ ένας από τους 500 καλλιτέχνες που έχουν φιλοτεχνήσει μέχρι σήμερα το εξώφυλλο της ATHENS VOICE.

Σχεδίασε το επετειακό εξώφυλλο της εφημερίδας μας που θα κυκλοφορήσει σε ένα συλλεκτικό τεύχος (σε ελάχιστη διάσταση 35 cm ύψος x 27,5 cm πλάτος) και κέρδισε μεγάλα δώρα-έκπληξη που θα ανακοινωθούν σε επόμενο τεύχος!

Για να δημοσιευτεί το έργο σου θα πρέπει να το στείλεις σε υψηλή ανάλυση (δηλαδή ανάλυση 300 dpi, ελάχιστη διάσταση 35 cm ύψος x 27,5 cm πλάτος) στην ηλεκτρονική διεύθυνση info@athensvoice.gr με τη διευκρίνιση «15χρόνια ATHENS VOICE» και τα στοιχεία σου.

Μέχρι 5/11/2018



Νύχτες Πρεμιέρας. Πριν την προβολή της εναρκτήριας ταινία «Ψυχρός Πόλεμος». Δύο ηλικιωμένες κυρίες: **-Τι θα δούμε; Ξέρεις; -Όχι... Νομίζω κάτι πολωνικό.** (Μέγαρο Μουσικής, Τετάρτη βράδυ)

«ΑΠΑΓΟΡΕΥΟΝΤΑΙ: ΟΙ ΣΚΥΛΟΙ, ΤΑ ΠΟΔΗΛΑΤΑ, ΟΙ ΑΘΛΟΠΑΙΔΕΙΕΣ. ΧΑΡΕΙΤΕ ΤΟΥΣ ΚΗΠΟΥΣ. ΔΗΜΟΣ ΠΕΝΤΕΛΗΣ» (Πεντέλη. Αποκαρδιωτική ταμπέλα σε πάρκο. Κυριακή πρωί)

«Τον έκανε ό,τι ήθελε. Τον είχε κάνει υποχειρίδιό της». (Ξανθιά πρωινιάτζου στο Epsilon, Σάββατο πρωί)

Καλοκαιρινό. Παρέα με 16χρονα αγόρια και κορίτσια σε βραχώδη ακτή, απολαμβάνουν το μπάνιο τους με φωνές και τσιρίδες. Πιο δίπλα, δύο λίγο μεγαλύτερες κοπέλες τα κοιτάζουν κατσουφιασμένες και φανερά εκνευρισμένες. Αργότερα, φεύγοντας τα πιτσιρικά περνούν δίπλα από τις κοπέλες και τους λένε:

«Συγγνώμη, θα θέλατε να πετάξουμε και τα δικά σας σκουπίδια μαζί με τα δικά μας;» (Βάρκιζα, Παρασκευή μεσημέρι)

«Στείλε μου τα παιδιά και κάτσε εσύ με τον Αλβανό, που τον γουστάρεις». (Άντρας μιλάει στο κινητό του φωνάζοντας. Οδός Μενάνδρου, Παρασκευή μεσημέρι)

ΓΙΑΝΝΗΣ ΝΕΝΕΣ
→ panikoval500@gmail.com

Η αγαπημένη στήλη Athens Voices στα ηχεία και τα ακουστικά σας. Οι φωνές της Αθήνας, όσα κρυφακούει ο Πάννης Νένης στο δρόμο, στο Μετρό, στο γραφείο, σε γνωστά, πολυσύχναστα μέρη αλλά και απίθανα σημεία, κάθε μέρα στο Athens Voice Radio 102.5



15 ΜΕΡΗ ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ ΜΕ ΕΛΕΥΘΕΡΟ WI-FI

Για να είσαι συνεχώς συνδεδεμένος

Πλατεία Νέας Σμύρνης

Άλσος Βείκου Γαλατίσι

Γλυφάδα (κυρίως στην Κάτω Γλυφάδα. Στην Άνω στις πλατείες Καραϊσκάκη, Μακεδονίας και Αγίου Τρύφωνα)

Πλατεία Δημοτικού Θεάτρου Πειραιάς

Άλσος Ιλίου

Μαρίνα Φλοίσβου Παλιό Φάληρο

Παραλία Νέας Μάκρης

Τεχνόπολη Δήμου Αθηναίων Γκάζι

Κέντρο Πολιτισμού - Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος Καλλιθέα

Μουσείο Ακρόπολης Διονυσίου

Αεροπαγίτου 15

Λιμάνι Πειραιά

Διεθνής Αερολιμένας Αθηνών

«Ελευθέριος Βενιζέλος» (για 60')

Σιδηροδρομικός Σταθμός Αθήνας

The Mall Athens, Ανδρέα Παπανδρέου 35, Μαρούσι

Athens Metro Mall, Λ. Βουλιαγμένης 276, Άγιος Δημήτριος

-ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ ΣΤΑΜΑΘΗ

Info~DIET

Της ΣΤΑΥΡΟΥΛΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΗ



ΕΡΧΟΝΤΑΙ ΟΙ CURE

Άντε πάλι να αλλάξεις μακιγιάζ. (17/7/19 στη πλατεία Νερού)

ΑΚΟΥΣΤΗΚΕ

«Η ευτυχία είναι επιλογή». (στη Σόλωνος)

ΓΙΑΟΥΡΤΙ «ΠΑΛΑΜΑ»

Το καλύτερο ελληνικό γιαούρτι. (Η προηγούμενη φράση ΔΕΝ είναι διαφήμιση)

ΒΙΒΛΙΟ ΠΑΝΤΟΣ ΚΑΙΡΟΥ

Σε τι διαφέρει το «ακολουθήστε» από το «ακολουθείστε»; Κάθισα ή κάθησα; Μ' εμένα ή με μένα; Τις απαντήσεις στα ερωτήματα αυτά και πολλά ακόμα βρήκα στο νέο χρηστικό βιβλίο-οδηγό «Το λέμε σωστά; Το γράφουμε σωστά;» για τη σωστή χρήση της γλώσσας μας. Τέλειο για όλες τις ηλικίες. (εκδ. Μεταίχμιο)

(ΞΑΝΑ)ΣΚΕΨΟΥ ΤΟ

Το μεγάλο επιχειρηματικό σουξέ θα είναι αυτός που θα σκερτεί πρώτος να φτιάξει και στην Ελλάδα το πρώτο σουπερ διαδραστικό hot spot. Ένα χώρο δηλαδή μέσα στην πόλη τόσο όμορφο, με τόσο σωστά χρώματα και γωνίες που θα λατρεύσουν οι instagramers για τις σέλφι τους και θα το κάνουν μόδα στο πι και φι.

ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ 2018

Η Τατιάνα ζητά κοινό για την εκπομπή της.

ΔΑΚΤΥΛΙΟΣ

Επέστρεψε στην πόλη και όποιος θέλει να τον παραβιάσει ας έχει πρόχειρα 100 ευρώ στην τσέπη.

ΠΩΛΗΘΗΚΕ Ο VERSACE

Και πολύ τον κράτησες, Ντονατέλα.

ΔΗΜΟΣΙΑ ΛΙΝΤΣΑΡΙΣΜΑΤΑ

Το επόμενο στάδιο δίψας για εκδίκηση είναι το Κολοσσαίο.

ΣΕΜΝΑ ΚΑΙ ΤΑΠΕΙΝΑ

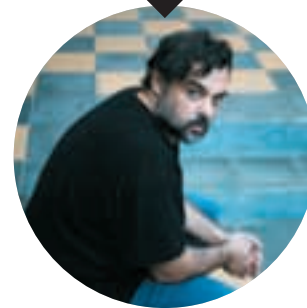
«Η κόρη μου θυμίζει πολύ εμένα. Της αρέσουν τα αρχαία, η ιστορία και έχει θεϊκή φωνή» δηλώνει σε συνέντευξη της η Δέσποινα Βανδή.

ΑΣΗΜΕΝΙΟ ΒΕΛΟΣ

Κρίμα το ωραίο ινδιάνικο όνομα που του είχαν δώσει. Το σουπερ γρήγορο τρένο Θεσσαλονίκη-Αθήνα γυρίζει πίσω στους Ιταλούς λόγω ακαταλληλότητας των συρμών.

ΕΡΤ

Ζει τη χειρότερή της περίοδο. Στις εκπομπές, στις ειδήσεις, στις ταινίες της... όλα μηδενικά.



ΑΡΓΥΡΗΣ ΞΑΦΗΣ

Επιμέλεια: Γιώργος Δημητρακόπουλος

Το καλύτερο σύνθημα σε αθηναϊκό τοίχο; «Ήρθαν τα Αύρια να διώξουν τα Σήμερα».

Αγαπημένος αθηναϊκός ήχος; Παλιότερα φοβόμουν τον καρπουζά, τώρα όποτε τον ακούω με θυμάμαι πόσο μικρός και αθώος ήμουν που φοβόμουν.

Τι είναι αυτό που κάνει κάποιον Αθηναίο; Το να θέλει να γυρίσει εδώ.

Ποιο είναι το καλύτερο μέρος για να απομονώσεσαι; Στο αμάξι. Εκεί έχουν μαθευτεί τα περισσότερα κείμενα.

Ένα επίθετο που χαρακτηρίζει ακριβώς τους Αθηναίους; Ανυπόμονοι.

Ένα επίθετο που δεν ταιριάζει καθόλου στους Αθηναίους; Προσεχτικοί, λεπτομερείς.

Ποιο είναι το πρώτο αθηναϊκό στιγμιότυπο που θυμάσαι; Το χτίσιμο μιας πολυκατοικίας απέναντι από το σπίτι μας στο Περιστερί και εμένα να πετάω την πιπίλα μου στα μεπτά.

Το πρώτο σου διαμέρισμα; Φεύγοντας από το σπίτι των γονιών μου στο Μαρούσι, τέλειωνα τις σπουδές μου στη σχολή του Εθνικού και αποφάσισα να συγκατοικήσω με έναν συμφοιτητή μου στην Κυψέλη. Στη Λέλας Καραγιάννη. Σ' ένα τεράστιο νεοκλασικό σπίτι 140 τ.μ., χωρίς να έχουμε τα βασικά. Σχεδόν ποδόσφαιρο παίζαμε μέσα εκεί. Αλλά είχαμε χώρο για πρόβες. Κοντά μας ήταν μερικά ιστορικά θέατρα. Λίγο πιο κάτω ένα ρετρό μπαρ, αρκετά κωλόμπαρα, κορίτσια και αγόρια που εκδίδονταν. 24 ώρες το 24ωρο ζωί.

Η καλύτερη θεά στην Αθήνα; Περιφερειακός Γαλατίσιου, στο βράχο.

Η πιο τυπική αθηναϊκή ταινία που έχεις δει; «Από την άκρη της πόλης» του Κ. Πάνναρη.

Ποιο είναι το αγαπημένο σου πιάτο; Φαρόσουπα στην πλατεία στην Καισαριανή.

Ποιος σκηνοθέτης θα ήθελες να γυρίσει μία ταινία για την Αθήνα; Ο Κασουρισμάκι. Νομίζω ότι η τρέλα αυτής της πόλης τού είναι όσο πρέπει οικεία για να απογειώσει τη δική του, μαγική τρέλα.

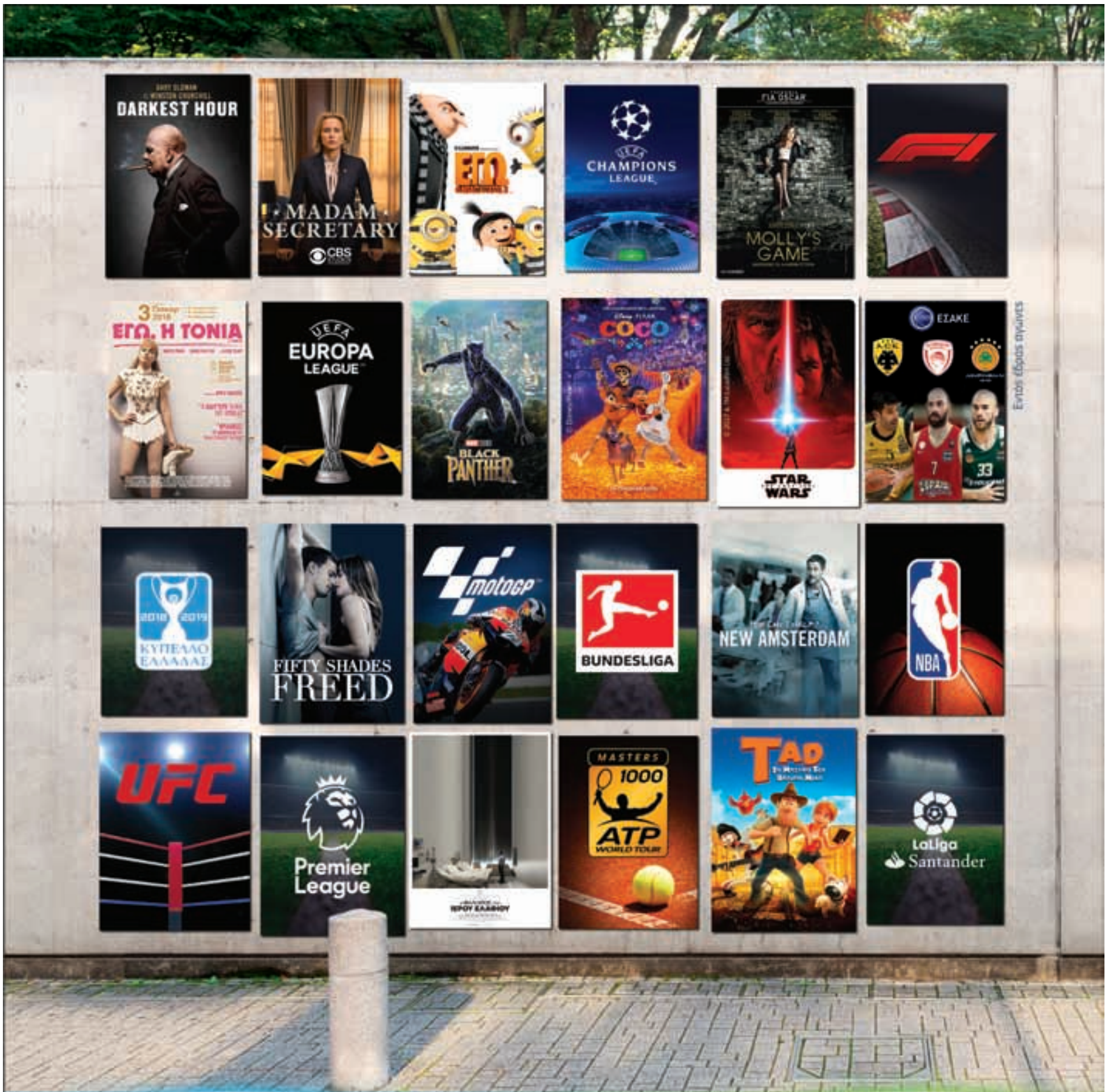
Ποιο ελληνικό βιβλίο θα αποστήθιζες στο Φαρένα-ιτ451; «Οιδίποδα Τύρανο» του Σοφοκλή.

Ποιος είναι ο πιο όμορφος δρόμος της Αθήνα; Η Ηρώδου Αττικής. Πριν την κλείσουν φυσικά.

Πώς φαντάζεσαι την Αθήνα σε 50 χρόνια; Καλύτερη. Θα έχει φύγει κόσμος για να ζήσει κάπου καλύτερα, μιας και οι δουλειές θα μπορούν πιο εύκολα να γίνονται από απόσταση.

Αν η Αθήνα ήταν ένα πρόσωπο, ποιο θα ήταν αυτό; Του Σάτυρου της αρχαίας Ελλάδας.

Ο Α.Ξ. είναι σκηνοθέτης και ηθοποιός. Από 11/10 θα παίξει στις «Δούλες» του Ζενέ σε σκην. Τσέζαρις Γκραουζίνις στο Θέατρο του Νέου Κόσμου, ενώ έκανε τη μετάφραση στο «Μόλλυ Σουίνη» που ανεβαίνει ξανά από 15/10 στο ίδιο θέατρο.



Ενός κόσμου σπορς



COSMOTETV

cosmotetv.gr

ΑΠΟΛΑΥΣΕ ΤΟ ΣΥΝΑΡΠΑΣΤΙΚΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΤΗΣ COSMOTETV, ΤΗΝ ΩΡΑ ΠΟΥ ΜΕΤΑΔΙΔΕΤΑΙ Ή ΚΑΙ ΑΡΓΟΤΕΡΑ, ΟΠΟΥ ΚΙ ΑΝ ΒΡΙΣΚΕΣΑΙ!



ΟΜΑΔΕΣ ΣΤΑΘΕΙΩΝ

10

ATHENS voice





**ATHENS
PHOTO**

15 ΧΡΟΝΙΑ ATHENS VOICE

Οι Αθηναίοι φωτογραφίζουν την πόλη τους

Η ATHENS VOICE κλείνει 15 χρόνια και τα γιορτάζει με έναν φωτογραφικό διαγωνισμό με θέμα την Αθήνα, που θα συνοδευτεί από μεγάλα δώρα-έκπληξη που θα ανακοινωθούν σε επόμενο τεύχος.

Κάνε κλικ στην πόλη. Φωτογράφισε ή βιντεοσκόπησε τα σημεία και τις εικόνες που αγαπάς, ζωντάνεψε την ιστορία της Αθήνας. Όλες οι συμμετοχές θα δημοσιευτούν και ο μεγάλος νικητής θα δει το έργο του εξώφυλλο στην εφημερίδα μας.

Για να δημοσιευτεί η φωτογραφία σου στο εξώφυλλο θα πρέπει να τη στείλεις ΚΑΙ σε υψηλή ανάλυση (δηλαδή ανάλυση 300 dpi, ελάχιστη διάσταση 27,5 x 35cm) στη ηλεκτρονική διεύθυνση contest@athensvoice.gr με τη διεκρίνιση «15χρόνια ATHENS VOICE» και τα στοιχεία σου.

Μέχρι 5/11/2018.

ΟΙ ΕΠΙΣΤΟΛΕΣ ΤΟΥ FORREST GUMP

Από τον ΝΙΚΟ ΖΑΧΑΡΙΑΔΗ

(Μέλος του συλλόγου για την κατασκευή χαρτοσακούλας σε μέγεθος που να μπορεί να χωρέσει τα κουλούρια Θεσσαλονίκης)



← Αυτό που συνέβη με την Επιτροπή Ελέγχου για τα κονδυλία του μεταναστευτικού είχε ήδη προβλεφθεί στο «Αστεριξ στους Ελβετούς»

Κακόμοιρε ελεγκτή των κονδυλίων για τους πρόσφυγες,

Θα μπω κατευθείαν στο θέμα. Καλά ξεμπερδέματα! Ξέρω ότι ξεκινάτε με τις καλύτερες προθέσεις. Άκουσα μάλιστα τον εκπρόσωπο της «Ευρωπαϊκής Υπηρεσίας για την Καταπολέμηση της Απάτης» να διατυπώνει πολύ προσεκτικά την πρόθεση της υπηρεσίας σας να ερευνήσει για πιθανή κακοδιαχείριση των κονδυλίων για τη σίτιση των προσφύγων στην Ελλάδα. Και βέβαια εκείνος τόνισε το «πιθανή». Αλλά μη νομίζετε ότι αυτό έχει και τόση σημασία εδώ.

Δεν ξέρω αν έχετε ενημερωθεί για το πού ακριβώς έρχεστε. Οπότε θα ήθελα να σας βοηθήσω λίγο. Έρχεστε σε μια χώρα που λειτουργεί με τους δικούς της κανόνες. Τους οποίους δεν θέλει να αλλάξει. Και ένας από αυτούς είναι ότι όποιος μας ζητάει λογαριασμό ή έλεγχο, είναι εκ προοιμίου εχθρός μας. Πώς να σας το πω για να το καταλάβετε; Είμαστε η χώρα όπου οι ελεγκτές του ΣΔΟΕ μαθαίνουν πολεμικές τέχνες. Γιατί πολύ συχνά τους πλακώνουν στο ξύλο. Και αυτοί που το κάνουν, δεν βρίσκονται στο στόχαστρο της λαϊκής κατακραυγής. Μάλλον το αντίθετο. Πολλοί στέκουν απέναντί τους αλληλέγγυοι, γιατί κάνουν κάτι ηρωικό. Τα βάζουν με το κράτος. Άρα με τον κοινό εχθρό. Βλέπετε, εδώ υπάρχει ένα έθιμο που μάλλον σας είναι άγνωστο. Θεωρούμε τη διασπάθιση των κονδυλίων κάτι σαν φυσικό δικαίωμα της εξουσίας. Έτσι έγινε και με τα χρήματα του σχεδίου Μάρσαλ, πριν από πολλά χρόνια. Η διακίνησή τους θεωρείται ένα είδος λάφυρου. Που ο «αρχηγός» το μοιράζει στους ανθρώπους της ομάδας του. Ή της φυλής του.

Βλέπετε, εδώ έχουμε πολύ πιο ισχυρά πράγματα από τους θεσμούς και τους κανονισμούς ± το έχει πει και ο Παύλος Πολάκης για τη «Διαύγεια». Εδώ έχουμε τις «φυλές». Που είναι κάτι σαν τις οικογένειες της «μαφίας». Αυτό συνέβαινε από πάντα. Από την εποχή του Πετρόμπεη Μαυρομικάλη που σκότωσε τον Καποδίστρια, αμυνόμενος στον «εξευρωπαϊσμό». Δηλαδή, στην κατάργηση της παραδοσιακής αρχηγίας του. Και στην αντικατάστασή της με θεσμούς.

Ε, το ίδιο συμβαίνει και σήμερα. Κάτω από κάθε αρχηγό συντάσσεται ο στρατός του. Ο καθένας με διαφορετικό ρόλο, αλλά με την ίδια πίστη και αφοσίωση. Προσφέρουν υπηρεσίες και ανταμείβονται με προστασία και χρήματα. Δοκιμάστε, ας πούμε, να πείτε κάτι μη αποθεωτικό για τον Ιβάν Σαββίδη και θα καταλάβετε τι σημαίνει το «δίκαιο του πιστού»...

Γι' αυτό σας λέω «καλή τύχη» στον έλεγχο που θα προσπαθήσετε να διενεργήσετε. Ξαφνικά θα διαπιστώσετε ότι όλοι θα συνασπιστούν εναντίον σας. Θα είστε «ο ξέ-

νος που ήρθε να μας μάθει πώς θα κάνουμε τη δουλειά μας». Εσείς θα ζητάτε παραστατικά και θα μετράτε νούμερα και εκείνοι θα σας απαντούν ότι «είστε πράκτορας της λέσχης Μπίλντερμπεργκ που πετάει λάσπη στην κυβέρνηση για να την κλονίσει».

Βλέπετε, εμείς δεν μπαίνουμε στον κόπο να κοιτάζουμε τα νούμερα. Το έχουμε πάρει απόφαση ότι δεν βγαίνουν. Σας θυμίζω ότι είμαστε η χώρα που ακόμα δεν ξέρει πόσα ακριβώς δίνει για το Δημόσιο. Αλλά είναι πρόθυμη να πιστέψει ότι ο Αρτέμης Σώρρας έχει 600 δις. Μην το ψάχνετε. Επίσης κανείς δεν θέλει να θυμάται ότι τα χρήματα αυτά δό-

θηκαν από εσάς, εκτάκτως, για τους πρόσφυγες. Από τη στιγμή που έφτασαν εδώ, είναι δικά μας. Και τα κάνουμε ό,τι θέλουμε. Υπάρχει μεγάλη ουρά που περιμένει να εισπράξει. Όχι πρόσφυγες. Αυτοί που έχουν πρόσβαση στον διαχειριστή. Και το θεωρούν φυσικό τους δικαίωμα. Γι' αυτό και κάνουν μήνυση σε όποιον τολμάει να ρωτήσει. Και τον κατηγορούν για λασπολόγο, προδότη ή ακόμα και ανθέλληνα. Αυτά παθαίνει όποιος σπάει την «ομερτά», αντί να περιμένει τη σειρά του.

Κι εσείς έχετε συν τοις άλλοις ένα μειονέκτημα ακόμα: είστε και ξένος! Που σημαίνει ότι δεν καταλαβαίνετε τη λέξη «φιλότιμο». Τώρα θα μου πείτε τι σχέση έχει η λέξη φιλότιμο με τους αριθμούς και τον έλεγχο της διαχείρισης των κονδυλίων; Καμία στην πραγματικότητα. Αλλά για κάποιο λόγο λειτουργεί. Στο να συνασπίσει πολύ κόσμο εναντίον σας. Μην ψάχνετε λογική εξήγηση. Και αν επιμένετε σώνει και καλά να καταλάβετε, δείτε μερικές ελληνικές ταινίες. Για να καταλάβετε ποιον θεωρούμε εμείς κακό και ποιον καλό. Ε, στον καλό, πάντα στο τέλος πέφτει το λαχείο ή του έρχεται μια κληρονομιά. Φανταστείτε, λοιπόν, ότι έτσι κάπως είδαμε και το 1,6 δις της ενίσχυσης...

Καλή τύχη...

Υ.Γ. Αν αποφασίσετε πράγματι να δείτε κάποια ελληνική ταινία, προτιμήστε την «Κοινωνία ώρα μηδέν». Εσείς είστε το αντίστοιχο του πλοιοκτίτη Ρίχτερ. Του εχθρού. Ε, δεν βοηθάει εδώ που τα λέμε και το «εχθρικό» όνομα της οργάνωσής σας. Άκου «ΟΛΑΦ»...!

Απάνθρωπη θέση εργασίας της εβδομάδας

Υπεύθυνος για τις λίστες των μνημείων του Υπουργείου Πολιτισμού

Εξαιτίας της σχολαστικότητας κάποιων, πρέπει τώρα να ξενοχτήσει για να κοιτάξει ένα προς ένα τα ακίνητα που έστειλε η προηγούμενη διοίκηση στο ΤΑΙΠΕΔ, προκειμένου να ξεσκαρτάρει αυτά που αποτελούν εθνική κληρονομιά με αυτά που επιτρέπεται να δοθούν προς εκμετάλλευση, ώστε να μην εκτεθεί και η καινούργια υπουργός.

Θα έπρεπε να υπάρχει μια λέξη για...

«Παραχωρύφος»

Η απολύτως συγκεκριμένη έκφραση ±συνδυασμός παράκλησης και απαίτησης± που παίρνει κάποιος όταν βρίσκεται με ένα μόνο αντικείμενο στη σειρά του super market, ελπίζοντας ότι ο μπροστινός θα του παραχωρήσει τη θέση του.

η ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ της εβδομάδας

Βασίλης Λεβέντης

«Να σταματήσει τις βρωμιές ο Μπισοτάκης, θέλει την αυτοδυναμία γι' αυτό δεν μας θέλει στη Βουλή. Θα πάσω 20% μετά τις αποστασίες».

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

«Πεθύμψα τις εποχές που έλεγα ότι ήθελα στην τηλεόραση. Βαρέθηκα να με παίρνουν όλοι στα σοβαρά».



ΑΓΑΠΗΤΟΙ ΑΘΗΝΑΙΟΙ ΚΑΙ ΑΘΗΝΑΙΕΣ,

ΤΗΝ ΠΕΜΠΤΗ 4 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ ΚΑΝΟΥΜΕ ΠΑΡΤΙ
ΣΤΙΣ 19:00

ΣΤΟΥΣ ΔΡΟΜΟΥΣ ΓΥΡΟ ΑΠΟ ΤΗ ΣΤΕΓΗ

ΘΑ ΓΙΝΕΙ ΤΟ ΣΟΣΕ

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ

- Η ΟΜΑΔΑ ΤΗΣ ΣΤΕΓΗΣ

Υ.Γ. Θα είμαστε κι εμείς εκεί
- six d.o.g.s

* ΚΑΙ ΠΙΝΟΥΜΕ ΜΠΥΡΕΣ ESTRELLA

ΤΑ ΟΚΤΩ ΧΡΟΝΙΑ ΤΟΥ ΣΠΙΡΑΛ ΤΗΣ ΒΙΑΣ

Του ΝΙΚΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗ

Συλλήψεις δημοσιογράφων με τον νόμο Βενιζέλου, ο οποίος ενίσταται όμως και τον ερμηνεύει αλλιώς εκ των υστέρων, αφού το νομικό πόνημά του έχει καταταλαιπωρήσει για πολλά χρόνια τη δημοσιογραφική κοινότητα. Τη σύλληψη προκάλεσε μήνυση του υπουργού Άμυνας Πάνου Καμμένου κατά της δημοσιογραφικής ομάδας της εφημερίδας «Φιλελεύθερος».

Φόνος εν μέσω οδών, μέρα μεσημέρι στην Ομόνοια, με λιντσάρισμα «υπόπτου» για ληστεία από δύο άτομα, με τους παρισταμένους να παρακολουθούν αμέτοχοι αλλά με τη συμμετοχή της ανοχής τους.

Ξυλοδαρμός του βουλευτή Κωσταντίνεα (του ΣΥΡΙΖΑ) στην Καλαμάτα από καμιά δεκαριά νταήδες της απέναντι όχθης. Τώρα ποια όχθη είναι αυτή, ο θεός και η ψυχή της σύγχρονης μεσσηνιακής ακροδεξιάς.

Γιαούρτωμα και απειλές κατά του πρώην βουλευτή Γιώργου Καλατζή (Νέα Δημοκρατία) στην Καβάλα από δύο γνωστούς στην τοπική κοινωνία χρυσαυγίτες, όπως κατήγγειλε ο ίδιος.

Δημόσια διαπόμπευση μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, φραστικοί προπηλακισμοί, απειλές κατά της ζωής σε δημοσιογράφους της Λέσβου από συγκεκριμένα άτομα, δύο αστυνομικούς και έναν υπαξιωματικό των Ενόπλων Δυνάμεων. Πρόκειται για γνωστά ακροδεξιά στοιχεία που δραστηριοποιούνται στο νησί. Οι αρχές μέχρι και προ ημερών έκαναν την πάπια. Μετά την τοπική απεργία των δημοσιογράφων κινήθηκαν. Χωρίς ιδιαίτερο ζήλο.

Μόρια. Το όνειδος της σύγχρονης Ελλάδας και της Ευρώπης συνολικά. Η «Μαύρη Τρύπα» που εκθέτει το Ευρωκοινοβούλιο. Η γροθιά στο στομάχι για κάθε πολίτη που εξακολουθεί να διατηρεί ψήγματα ανθρωπισμού και δημοκρατικών αξιών. Τα δημοσιεύματα και τα αφιερώματα του διεθνούς τύπου είναι πια καθημερινά. Η Ελλάδα ζυγίστηκε, μετρήθηκε και απέτυχε οικτρά. Η Μόρια θα μας ακολουθεί ως «όνειδος» για πολλά χρόνια. Ζήσαμε την Ειδομένη και την ξεχάσαμε στο

άψε σβήσε. Παρακολουθούμε τις σκηνές από τη Λέσβο και τις ξεχνάμε εν ριπή οφθαλμού. Αυτή είναι η ποιότητα της συλλογικής συνείδησης αυτής της χώρας. Αριστερές, δεξιάς ή κεντρώας. Αδιάφορο.

Την περασμένη εβδομάδα κάποιοι «ακράιοι» διαδηλωτές υπέρ της μοναδικότητας της Μακεδονίας στη Θεσσαλονίκη επιτέθηκαν στο αυτοκίνητο που μετέφερε μία οικογένεια από την Τουρκία. Έσπασαν το αυτοκίνητο. Η οικογένεια σε κατάσταση πανικού βρήκε καταφύγιο σε ένα διαμέρισμα στην περιοχή. Ας είναι καλά οι άνθρωποι που έσπευσαν να βοηθήσουν τους τούρκους τουρίστες. Όχι, δεν ήταν κάποιοι «άγνωστοι» πολίτες σε κατάσταση διαταραχής. Ανήκουν στην ίδια κατηγορία ανθρώπων που έδειραν και κλώτσησαν τον πεσμένο στο έδαφος δήμαρχο, Γιάννη Μπουτάρη, προ καιρού. Ήταν και αυτοί διαδηλωτές για τη «μοναδικότητα της Μακεδονίας».

Όλα τα παραπάνω, οι συλλήψεις δημοσιογράφων, οι απειλές κατά δημοσιογράφων, η βία κατά πολιτικών, το λιντσάρισμα του Ζακ Κωστόπουλου, η αναίσχυντη συλλογική συμπεριφορά μας απέναντι στο προσφυγικό, το κυνηγητό σε οικογένεια τούρκων τουριστών, ο ξυλοδαρμός του Μπουτάρη, συμβαίνουν τώρα, όχι χτες ή προ ετών, όχι στον Εμφύλιο ή τη δεκαετία του '50 ή του '60, αλλά σήμερα, μπροστά στα μάτια μας.

Αρχίσαμε με το έγκλημα στη Marfin το 2010, έγκλημα ατιμώρητο, συλλογικό. Δράστες κάποιοι «άγνωστοι» διαδηλωτές κατά του Μνημονίου. Αριστεροί, ντε και καλά. Ξεκινήσαμε με εκείνη την απίστευτη υπόθεση του βασανισμού του αιγύπτιου ψαρά στο Πέραμα από τα φασιστοειδή της Χρυσής Αυγής. Ήταν το 2012. Παρακολουθήσαμε τον δημόσιο ξυλοδαρμό του Κωστή Χατζιδάκη. Ήταν το 2010. Τον χτυπούσαν «αγανακτισμένοι» συνδικαλιστές. Ακολούθησε το γιαούρτωμα και ο προπηλακισμός του Θεόδωρου Πάγκαλου στην Κερατέα από «α-

γανακτισμένους» αριστερούς. Μετά είδαμε την επίθεση κατά της Λιάνας Κανέλλη στο μετρό του Ευαγγελισμού. Προηγήθηκε η επίθεση των χρυσαυγίτων κατά ομάδας της ΚΝΕ στο Πέραμα με καθρόνια με τα καρφιά να εξέχουν. Αίμα παντού. Ήρθε η δολοφονία του Παύλου Φύσσα. Ήταν το 2013. Οι χρυσαυγίτες δολοφόνοι δικάζονται ακόμη. Δικάζεται και το δικανικό σύστημα της χώρας. Δικάζεται ερήμην και χωρίς κατηγορητήριο (ακόμη) και η ΕΛΑΣ, αφού οι δικοί της άνθρωποι τότε δεν παρενέβησαν για να σώσουν τον Παύλο. Ζούσαμε στον αστερισμό της βαρβαρότητας των «αγανακτισμένων». Τώρα ζούμε στον αστερισμό της βαρβαρότητας που έσπειραν εκείνοι οι «αγανακτισμένοι». Φασίστες, εθνικιστές, τρωκτικά, υπέρμαχοι της δραχμής, ψεκασμένοι, παπάδες και αριστεροί όλοι μαζί, ανάκατα, ένας αχταρμάς πολιτικού λούμπεν έσπειρε και τώρα η κοινωνία «θερίζει» τον κυλό.

Η σκουληκότρυπα

Ο Ζακ προσπαθούσε γονατιστός να βγει από την τζαμαρία. Στα τέσσερα πεσμένος πάνω στα θρυμματισμένα γυαλιά. Ξεψύχισε εκεί πάνω στο πεζοδρόμιο με το βλέμμα των παρισταμένων πολιτών καρφωμένο στο αίμα του. Οι κανονικοί ληστές στη φυλακή έχουν στήσει στρατηγείο. Από εκεί, τον Κορυδαλλό, το Μαλανδρίνο, τη Λάρισα, κανονίζουν τις δουλειές τους. Καθαρίζουν όποιον θέλουν. Σπίνουν ληστείες και απαγωγές. Μετά καθαρίζονται μεταξύ τους. Ο Ζακ δεν ήταν τέτοιο αφεντικό. Ένας φτωχοδιάβολος ήταν. Ζούσε πάνω στο σχοινί ταλαντευόμενος συνεχώς. Χωρίς ισορροπία. Δεν είχε καν πιστόλι. Του βρήκαν πάνω του ένα παλιομάχαιρο. Δεν έκλεψε τίποτε για να τιμωρηθεί. Δεν απείλησε κανένα, γιατί δεν υπήρχε κανένας για να απειλήσει ώστε να δώσει λόγο. Δεν πρόλαβε καν να

ψελλίσει. Λιντσαρίστηκε. Το κράτος, η κοινωνία σε κατάσταση συλλογικού αυτισμού, δεν δίνουν δεκάρα για τους ανθρώπους αυτούς που κινούνται σαν μοναχικές σκιές, με δρομολόγιο ανάμεσα στις δυο τους δόσεις. Οι πολίτες δεν έχουν καμία εμπιστοσύνη στις αρχές, τις κοινωνικές δομές, τους θεσμούς και επιλέγουν την εύκολη εναλλακτική. Την αυτοδικία. Το αίμα φέρνει αίμα. Η αυτοδικία είναι εγκληματική. Η αποδοχή της οδηγεί μαθηματικά στον φασισμό. Κάθε απόχρωσης, Φαιού, ερυθρού, ή πιο απλά του κάθε «ζηλωτή».

Κάθε ημέρα που περνά, αυτός ο τόπος γλιστρά όλο και περισσότερο σε αυτή τη σκοτεινή σκουληκότρυπα. Ακουμπά σε ένα δυσώδες ζελέ και νομίζει πως κινείται ανεμπόδιστα. Δεν δίνει σημασία. Δεν ξέρει πού τον οδηγεί αυτή η πορεία.

ΑΠΟ ΤΟΝ ΑΣΤΕΡΙΣΜΟ ΤΗΣ ΒΑΡΒΑΡΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ «ΑΓΑΝΑΚΤΙΣΜΕΝΩΝ» ΣΤΟΝ ΑΣΤΕΡΙΣΜΟ ΤΗΣ ΒΑΡΒΑΡΟΤΗΤΑΣ ΠΟΥ ΕΣΠΕΙΡΑΝ ΟΙ «ΑΓΑΝΑΚΤΙΣΜΕΝΟΙ»

Ακολουθώντας τα δρομάκια πάνω εκεί, στον βράχο της Σπιναλόγκας, προσπαθείς να φανταστείς τις σκιές των χανσενικών, σκυφτές, τρεμάμενες, κούτσα-κούτσα, να περνούν τοίχο-τοίχο. Αφουγκράζεσαι ανάμεσα από τους τοίχους χαχανητά, κουβέντες ή κραυγές πόνου και απελπισίας. Βλέπεις με τη φαντασία σου να κινείται ο πόνος και η οδύνη, με το δηλητήριο της αρρώστιας να

κερδίζει κάθε ημέρα έδαφος. Τους ακούς να παρακαλούν, κάποιοι από αυτούς, να έρθει το τέλος. Η λύτρωση.

Η Σπιναλόγκα ήταν ένας βράχος. Και όμως... ολόκληρη η Ευρώπη πριν από πολλές δεκαετίες εξελίχθηκε σε μία απέραντη Σπιναλόγκα. Η Ελλάδα ολόκληρη γέμισε απ' άκρη σ' άκρη με Σπιναλόγκες.

Ο βράχος των λεπρών δεν είναι μόνο ένας συγκεκριμένος χώρος. Ορατός. Μπορεί να είναι και το αποτέλεσμα μιας διαρκούς διολίσθησης. Συνήθως δεν γίνεται αντιληπτή αμέσως. Ο χρόνος περνά, αλλά το δυσώδες ζελέ λειτουργεί σαν το δηλητήριο της αρρώστιας. Σιγά, μεθοδικά, αποτελεσματικά. Στο τέλος τα τείχη έχουν υψωθεί, το συρματοπλέγμα είναι ορατό και στον πάτο της σκουληκότρυπας ακούγονται κραυγές απόγνωσης. Είναι πια αργά όμως. **A**

Ο εχθρός είναι ομολογημένος

Του ΠΕΡΙΚΛΗ ΔΗΜΗΤΡΟΛΟΠΟΥΛΟΥ

«Το μακρύ χέρι στην επικοινωνία και την κατασκευοφάντηση του λαού, των κινημάτων και των πολιτικών δυνάμεων της Αριστεράς θα κοπεί από τη ρίζα του». Το είχε πει τον Απρίλιο του 2015 στη Βουλή ο Νίκος Βούτσης. Το τι κατάλαβε ο Πάνος Καμμένος, φάνηκε με τη μήνυση κατά επτά δημοσιογράφων της εφημερίδας «Φιλελεύθερος». Ή, πάλι, μπορεί να μην ήταν ο μετέπειτα πρόεδρος της Βουλής που τον ενέπνευσε, αλλά ο υπουργός Επικρατείας Χριστόφορος Βερναρδάκης που εξηγήσε ότι «η βασική παθογένεια της δημοκρατίας =στην Ελλάδα –και όχι μόνο στην Ελλάδα, αλλά και στην Αμερική και στην Ευρώπη και όπου αλλού θέλετε– είναι η αυτονόμηση συγκεκριμένων πολιτικοοικονομικών κύκλων

διαμέσου των μέσων μαζικής ενημέρωσης».

Μπορεί να βρει κανείς και άλλους ινστρούκτορες, αν ψάξει. Μπορεί να θυμηθεί τον Πολάκη να απειλεί έναν δημοσιογράφο ότι θα τον θάψει τρία μέτρα κάτω από τη γη, τον Πολάκη να μιλάει ξανά και ξανά για βοθροκάναλα, τον Φίλη να διορθώνει ακόμη και τα «σουπερ» των εκπομπών που τον καλούσαν, τον Σκουρλέτη να εξαπολύει μύδρους κατά των «μνημονιακών» μέσων, τον ΣΥΡΙΖΑ σύμπαντα να κάνει εμπάργκο στην εκπομπή του Γιάννη Πρετεντέρη για ένα άρθρο του στο «Βήμα της Κυριακής» με τίτλο «Ζωή Κασιδιάρη».

Δεν είναι, λοιπόν, η Αριστερά του ΣΥΡΙΖΑ που

δεν ξέρει τι ποιεί η Ακρά Δεξιά του. Ο εχθρός για ΣΥΡΙΖΑ και ΑΝΕΛ είναι ομολογημένος – και είναι κοινός. Η δυσανεξία απέναντι στα μέσα ενημέρωσης είναι κοινή, κοινός είναι και ο πόθος του ελέγχου, κοινή και η αντίληψη της σύγκρουσης μέχρι θανάτου. Απλώς ο Καμμένος είναι πιο μπρούτος. Κι έτσι, μπρούτα, κάνει το σήμα της νίκης κρατώντας τα «Νέα», που πιστεύει ότι έχει κατατροπώσει, κι έτσι, μπρούτα, καταθέτει μήνυση ξέροντας ότι οι δημοσιογράφοι θα οδηγηθούν στο αυτόφωρο.

Έκαναν ή δεν έκαναν καλά τη δουλειά τους; Σε αυτό το σημείο καμία σημασία δεν έχει. Μπορούμε να συζητάμε αιώνες εάν ο Τύπος είναι καλός ή κακός, εάν οι εφημερίδες είναι καλές μόνο για να τυλίγει κανείς ψάρια, αν παίζουν παιχνίδια, αν είναι βαρετές ή πεθαίνουν. Όχι όμως όταν η εξουσία θέλει τα μέσα ενημέρωσης κλειστά ή τους δημοσιογράφους στη φυλακή. Εδώ η συζήτηση σταματάει. Σταματάει επειδή εδώ δεν είναι η ποιότητα του Τύπου που έχει σημασία, αλλά η ποιότητα της δημοκρατίας.

Έχει σημασία σε τι χώρα θέλει να ζει κανείς, ποιο υπόδειγμα έχει στο μυαλό του.

Από την άλλη, δεν έχει και τόση σημασία ο τρόπος. Αν δηλαδή η φήμωση του Τύπου είναι μαδουρική έμπνευσης, οπότε θα πρέπει να πάψουν να «αυτονομούνται» συγκεκριμένοι πολιτικοοικονομικοί κύκλοι διαμέσου των μέσων μαζικής ενημέρωσης, ή ερντογανικής, οπότε οι εφημερίδες κλείνουν και οι δημοσιογράφοι φυλακίζονται, ή ποτινικής, οπότε δολοφονούνται. Είναι πολύ μακριά όλα αυτά; Όχι και τόσο πια. Η οικονομική και ηθική εξόντωση ενός δημοσιογράφου για ένα άρθρο γνώμης, όπως αυτή που επιχειρήθηκε από τον Καμμένο σε βάρος του Ανδρέα Πετρούλακη, είναι ένα είδος δολοφονίας. Το κυνήγι για ένα ρεπορτάζ είναι ολοκληρωτική αντίληψη. Εντάξει, οι σφαίρες δεν είναι από μολύβι, όπως στην περίπτωση της Άννα Πολιτκόφσκαγια. Αλλά έχουμε ξεπεράσει κατά πολύ τα πάντα επικίνδυνα αλλά πάντως γραφικά tweet του Ντόναλντ Τραμπ. **A**

Novartis Hellas



GR1804803747 NOV_ADV026_APR_2018

Changing the practice of medicine

Στη Novartis, αξιοποιούμε στο έπακρο τη δύναμη της καινοτομίας στην επιστήμη για να αντιμετωπίσουμε μερικά από τα σημαντικότερα ζητήματα που απασχολούν την κοινωνία στο χώρο της υγείας.

Δεν σταματάμε ποτέ να αναζητούμε με πάθος νέους τρόπους που θα βοηθούν τους ασθενείς να ζουν περισσότερο και καλύτερα.

 NOVARTIS

«Θέλω Το Ποτάμι στη Βουλή»*

Σοίσι δεν τρώω. Ωμό ψάρι τυλιγμένο με φύκια τρώς μόνο αν είσαι πελεκάνος. Ωστόσο τον Φεβρουάριο του 2014, κοινωνικές υποχρεώσεις με έσυραν σε ένα γιαπωνέζικο εστιατόριο πλησίον της Πλατείας Συντάγματος. Μου έκαναν εντύπωση δύο πράγματα. Πρώτον η ευχέρεια μετά της οποίας οι θαμώνες, συμπατριώτες μας ως επί το πλείστον, χειρίζονταν τα chopsticks – εγώ θα είχα αυτοτραυματιστεί. Δεύτερον η συζήτηση που άκουσα σε τρία τραπέζια και αφορούσε αποκλειστικά τον Σταύρο και το Ποτάμι. Θα μου πείτε ότι το να ακούς, το 2014, κουβέντα για το Ποτάμι σε σουσάδικο, ήταν σαν να έβρισκες ρεσό πάνω σε μέλος των Αtenistas. Όμως έχει τη σημασία του. Διότι ακόμα και αν ήσουν πολιτικά κωφάλαος, το Ποτάμι ήταν μία καλή, θα έλεγα και trendy, αισθητική επιλογή. Αν οι δεξιοί σου μύριζαν μούχλα και οι αριστεροί υγρασία ημιυπόγειου στη Νεάπολη Εξαρχείων, το Ποτάμι σου έφερνε κάτι από κοκτέιλ και μάλιστα χωρίς αλκοόλ. Ενδεχομένως αυτό, η έλλειψη αλκοόλ, να ήταν και το πρόβλημα – η πολιτική θέλει έντονες και αναγνωρίσιμες γεύσεις. Όμως, ρε παιδί μου, τότε έλεγες ότι είσαι Ποτάμι («εγώ είμαι Το Ποτάμι») και είχες ελπίδες να βγάλεις γκόμμενα. Λίγο ο Σταύρος με το σακίδιο και τα πέδιλα, λίγο οι φατσούλες που θύμιζαν εθελοντές ΜΚΟ για τη θαλάσσια χελώνα και φυσικά η πολιτική τοποθέτηση στη σφαίρα της κοινής λογικής, δημιούργησαν κάτι περισσότερο από μία τάση: ανέδειξαν την ανάγκη για ένα σύγχρονο μεταρρυθμιστικό ρεύμα που αγνοεί αγκυλώσεις, αρθρώνει σύγχρονο λόγο και είχε αισθητική πρόταση. Θα μου πείτε ότι το styling και η αισθητική δεν έχουν θέση στην πολιτική. Και ενδεχομένως να έχετε δίκαιο. Ο Τσίπρας κυβερνά με τον Καμμένο και έχουν τον Πολάκη για υπουργό. Ωστόσο το Ποτάμι δεν ήταν για τις μάζες, αν και ένα από τα λάθη του ήταν που πίστεψε ότι μπορεί να απευθυνθεί σε αυτές. Τέλος πάντων, το μεγαλύτερο πρόβλημα με το Ποτάμι είναι ότι συζητάμε περισσότερο για τα λάθη του, παρά για την προοπτική του. Και το βράδυ που ο Μητσοτάκης κέρδισε την εκλογή στη Νέα Δημοκρατία, στο Ποτάμι πρέπει να αισθάνθηκαν όπως ένας κοντούλης τύπος που τρώει στον μπουφέ και ξαφνικά εμφανίζεται πίσω του ένας ψηλός, χοντρός, θυμωμένος και πολύ πεινασμένος.

Για τη συμπίεσμένη απήχηση του Ποταμιού συνωμότησαν πολλοί παράγοντες και φυσικά ο ίδιος ο επικεφαλής του. Προσωπικές εμμονές, άστοχες κινήσεις, λάθος συνεργασίες, κακό μοίρασμα του παιχνιδιού συνδυάστηκαν με μία εξαιρετικά επιτυχημένη επιχείρηση λάσπης. «Ο Σταύρος είναι του Μπόμπολα» έλεγε ο άλλος με κομματάκια σανό να μένουν κολλημένα στην οδοντοστοιχία του. Και όλα αυτά ενώ το πακέτο δείχνει ελκυστικό. Λειτουργικό, βολικό και ευέλικτο. Είσαι Ποτάμι; Στηρίζεις το Μακεδονικό, τα σύμφωνα συμβίωσης και τον νομικό προσδιορισμό φύλου, χωρίς να μυρίζεις την τραγίλα των Πολάκηδων. Επίσης στηρίζεις πολλές προτάσεις του φιλελευθεράτου, με τα ιδιωτικά πανεπιστήμια και την απελευθέρωση των αγορών, χωρίς να εισπνέεις τη βαρβατίλα των άλλων. Κατά μία εκδοχή το Ποτάμι δεν προσφέρει πολιτική λύση, αλλά υπαρξιακή απάντηση. Μόνο που, δυστυχώς για τον Σταύρο και τους δικούς του, εκδηλώνεται αυτό που κάποτε έλεγαν για το ΚΟΔΗΣΟ του Γιάγκου του Πεσμαζόγλου: αρκετοί είναι Ποτάμι, αλλά δεν το ξέρουν. Και εντάξει, αυτοί είναι πολίτες. Οι άλλοι είναι πολιτικοί. Με τα μπες-βγες στο ΚΙΝΑΛ έδειξαν ότι δεν ξέρουν τι θέλουν. Συχνά λένε ότι η πολιτική μοιάζει με το ποδόσφαιρο. Ναι, έχουν κοινά σημεία. Η πολιτική έχει στόχους και το ποδόσφαιρο γκολ. Μόνο που οι θεατές στο γήπεδο δεν κοιτάζουν τις εστίες, πρωτίστως παρακολουθούν πού είναι η μπάλα. Ε, με το Ποτάμι έχασαν την μπάλα. Τώρα ο Σταύρος προσπαθεί να το πιάσει από εκεί που το άφησε πριν το ΚΙΝΑΛ. Μία έξυπνη καμπάνια, συνένδριο και δηλώσεις για αυτόνομη πορεία. Φτάνουν αυτά για να μπεις στη Βουλή; Δύσκολο. Τώρα ο Κυριάκος προσφέρει υποκατάστατα Ποταμιού με γεύση εξουσίας και η Φώφη κάτι αντίστοιχο με γεύση παλιού, καλού ΠΑΣΟΚ. Ο Σταύρος λέει ότι θα το παλέψει μόνος του. Εντάξει, αλλά ποτέ δεν είναι αργά για να αλλάξει γνώμη. Το έχει κάνει, άλλωστε, τόσες φορές στο παρελθόν. ●

*Ο τίτλος παραπέμπει στην καμπάνια που «τρέχει» αυτή την περίοδο το Ποτάμι.

→ kostas@giannakidis.com

Η επιτροπή Παρασκευόπουλου και το τέλος της Μεταπολίτευσης

Της ΜΙΛΕΝΑΣ ΑΠΟΣΤΟΛΑΚΗ

Το πόρισμα της επιτροπής Παρασκευόπουλου για την εξάλειψη της ανομίας στα πανεπιστήμια έχει μία σημαντική χρησιμότητα. Συμπυκνώνει την κυβερνητική αντίληψη για τη λειτουργία των πανεπιστημίων στη χώρα μας.

Με υποκειμενικές περιγραφές και ιδεολογικά φορτισμένες αξιολογικές κρίσεις παρουσιάζει την παραβατικότητα στα πανεπιστήμια ως κάτι φυσιολογικό, όπως υπογραμμίζει μάλιστα το πόρισμα «είναι πολύ μικρότερη απ' ό,τι στην κοινωνία»!

Σύμφωνα με το πόρισμα: «Ακόμη και πολλές από τις τόσο δαιμονοποιημένες καταλήψεις, οι οποίες όντως διέρρηξαν την ακαδημαϊκή "ειρήνη", έπαιξαν καθοριστικό και αδιαμφισβήτητο ρόλο στα ιστορικά δρώμενα όπως της Σορβόνης, του Κολομπία, του Πολυτεχνείου. Σε αυτά ακριβώς τα χαρακτηριστικά του οφείλεται και η χρόνια αμφισβήτησή του από τις οπισθοδρομικές δυνάμεις της κοινωνίας». Είναι χαρακτηριστικό της «ευθυκρισίας» και της «αμεροληψίας» των συντακτών του πορίσματος ότι η λέξη ειρήνη, που αφορά ένα αυτόνομο δημοκρατικό ζητούμενο, μπαίνει σε εισαγωγικά, καθώς επίσης το ότι όσοι έχουν μια διαφορετική αντίληψη σε σχέση με το άσυλο συγκροτούν τις οπισθοδρομικές δυνάμεις της κοινωνίας. Η πρόοδος μονοπωλείται από τους οπαδούς του μπάχαλου. Οι συντάκτες του πορίσματος στην προσπάθειά τους να υπερασπισθούν τον θεσμό του ασύλου εξισώνουν μεγάλα κοινωνικά και πολιτικά κινήματα του παρελθόντος με τους κάθε λογής τραμπούκους, μπαχαλάκηδες, αντιεξουσιαστές, που καταλύουν εδώ και χρόνια στα ελληνικά πανεπιστήμια κάθε έννοια δημοκρατίας, σεβασμού και ασφάλειας. Με αυτούς τους

φοιτητών - χρηστών! Σκόπιμα παραποιούν την πραγματικότητα, παρότι γνωρίζουν ότι στα πανεπιστήμια διακινούν και κάνουν χρήση ναρκωτικών ουσιών αμιγώς εξωπανεπιστημιακά στοιχεία. Όσο για τα βανδαλισμένα ΑΤΜ, προτείνεται η απόσυρσή τους και μόνο εναλλακτικά η παραμονή τους όπου είναι δυνατή η ηλεκτρονική παρακολούθησή τους. Από την άλλη πλευρά είναι πολύ περισσότεροι εκείνοι που δεν συμφωνούν με το πόρισμα και την οριοθέτηση της προοδευτικότητας την οποία επιχειρεί. Οι φοιτητές, οι οικογένειές τους και οι πολίτες που αντιλαμβάνονται τα πανεπιστήμια ως πρότυπους χώρους ακαδημαϊκής μόρφωσης και έρευνας και όχι ως ανεξέλεγκτο πεδίο παραβατικότητας και τραμπουκισμών αποτελούν σήμερα τη συντριπτική πλειοψηφία.

Στην Ελλάδα του 2018, μετά από σαράντα αδιάλειπτα χρόνια δημοκρατικού πολιτεύματος και εδραιωμένων δημοκρατικών θεσμών, η ελεύθερη διακίνηση των ιδεών δεν κινδυνεύει από κανέναν παρά μόνο από εκείνους που χτίζουν καθηγητές και προπηλακίζουν φοιτητές και καθηγητές. Απαίτηση της συντριπτικής πλειοψηφίας της κοινωνίας είναι η καθημερινή εύρυθμη λειτουργία των πανεπιστημίων και η παραδειγματική αντιμετώπιση κάθε ενός που την απειλεί.

Η φύλαξη των πανεπιστημίων μέσα από την κατάλληλη τεχνική υποδομή και το επαρκές προσωπικό αποτελεί δημοκρατική αξίωση της κοινωνίας. Με έλεγχο της ταυτότητας κάθε εισερχόμενου, σύγχρονα μηχανήματα ανίχνευσης και παρακολούθησης, όπως ακριβώς συμβαίνει σε πανεπιστήμια του εξωτερικού, στο Γαλλικό Ινστιτούτο ή στο Ινστιτούτο Γκαίτε, όπου φαντάζομαι ότι κανείς δεν ισχυρίζεται ότι οι ακαδημαϊκές ελευθερίες έχουν περιοριστεί.

ΟΙ ΣΥΝΤΑΚΤΕΣ ΤΟΥ ΠΟΡΙΣΜΑΤΟΣ ΕΞΙΣΧΝΟΥΝ ΜΕΓΑΛΑ ΚΙΝΗΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΡΕΛΘΟΝΤΟΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΚΑΘΕ ΛΟΓΗΣ ΤΡΑΜΠΟΥΚΟΥΣ

τραμπούκους, στους οποίους οι συντάκτες του πορίσματος ανεπιφύλακτα αναγνωρίζουν την ιδιότητα του κινήματι, προτείνεται διάλογος μέσω επιτροπών που θα συσταθούν για να αναλάβουν «τη λύση των διαφορών». Είναι επίσης εντυπωσιακό ότι οι συντάκτες του πορίσματος ρίχνουν μεγάλο βάρος στη διάκριση των εγκληματικών πράξεων που συντελούνται σε πανεπιστήμια, μια λογική που καθιστά την απλή σωματική βλάβη, ή κάθε λογής παρακώλυση, κάτι σαν αθώα εφηβική παρεκτροπή που δεν πρέπει να δαιμονοποιείται! Ο στρουθοκαμηλισμός των συντακτών του πορίσματος σε ό,τι αφορά το πρόβλημα της χρήσης και διακίνησης ναρκωτικών είναι φανερός. Με «προοδευτική» προσέγγιση προτείνεται η δημιουργία ψυχοκοινωνικών μονάδων στήριξης και η ανάπτυξη street work για τη στήριξη των

Όταν δε τα κόμματα που πιστεύουν στον ευρωπαϊκό προσανατολισμό της χώρας αποφασίσουν να αποσυρθούν από τα πανεπιστήμια, τότε θα έχουμε κάνει ένα μεγάλο βήμα για τη μετάβασή μας στον μετά τη μεταπολίτευση ιστορικό κύκλο σε ό,τι τουλάχιστον αφορά την τριτοβάθμια εκπαίδευση. Τα κόμματα στα πανεπιστήμια δεν έχουν καμία δουλειά. Οι φοιτητικοί σύλλογοι πρέπει να αποτελούν κύτταρα αυτοοργάνωσης με συνεκτικό ιστό που υπερβαίνει τις τρέχουσες κομματικές αντιπαράθεσεις. Οι φοιτητικοί σύλλογοι ως παραμάγαζα των κομμάτων ολοκλήρωσαν τον κύκλο τους. Καιρός να ανοίξει τα νιάτα της η ΑΡΓΩ του Γιώργου Θεοτοκά σε όλα τα πανεπιστήμια της χώρας. Μόνο οι οπισθοδρομικές δυνάμεις της κοινωνίας επιθυμούν τη συνείδηση της σημερινής πραγματικότητας. **Α**

AIRFRANCE

FRANCE IS IN THE AIR



ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ ΑΠΟ ΑΘΗΝΑ

ΠΑΡΙΣΙ

119€

ΤΕΛΙΚΗ
ΤΙΜΗ*

AIRFRANCE KLM

AIRFRANCE.GR

*Τελική τιμή μετ' επιστροφής βότανο διαθεσιμότητας, ισχύουν όροι και προϋποθέσεις. Περισσότερες πληροφορίες στο airfrance.gr, στο 211 1809 474 ή στα ταξιδιωτικά γραφεία.

ΑΥΤΟ ΑΜΥΝΑ

Τι μπορούμε να κάνουμε, όταν ένα άτομο ετοιμάζεται να μας επιτεθεί

Του ΒΑΣΙΛΗ ΣΤΑΜΑΤΙΟΥ*

& ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ

Πολύς λόγος γίνεται τελευταία για την εγκληματικότητα, την αυτοδικία και την αυτοάμυνα, και όπως συνήθως γίνεται στη χώρα μας, ακούγονται πολλές υπερβολές, καθώς και όλων των ειδών οι γνώμες από ανθρώπους που συνήθως έχουν ελάχιστη ή καμία σχέση με το αντικείμενο.

Κατ' αρχάς, κάτι πολύ σημαντικό: Ό,τι κι αν λένε οι ειδήσεις ή τα social media, η Ελλάδα είναι μία χώρα με σχετικά χαμηλή εγκληματικότητα και, κυρίως, πολύ χαμηλή «βαριά» εγκληματικότητα. Το homicide rate (δείκτης ανθρωποκτονιών ανά 100.000 κατοίκους) το 2016 ήταν στο 0.75, τουτέστιν πιο κάτω από τη Γερμανία, το Λιχτενστάιν, το Βέλγιο, τη Σουηδία, τη Φινλανδία, τη Μάλτα και άλλες ευρωπαϊκές χώρες που γενικά θεωρούμε αρκετά έως πολύ ασφαλείς. Μπορεί να ειπωθεί, λοιπόν, πως εκ πρώτης όψεως η Ελλάδα είναι μία από τις πιο ασφαλείς χώρες του κόσμου, και τα νούμερα το υποστηρίζουν. Οστόσο, το πρόβλημα ασφαλείας της χώρας, και κυρίως της Αθήνας, είναι όπως γνωρίζουμε άλλου τύπου: υπάρχει εκτεταμένη παραβατικότητα και ανομία, συχνή περιφρόνηση των κοινωνικών κανόνων, περιοχές με δικό τους «μπαϊράκι», μπόλικα αυθαιρέσια και αυτοδικία, ένας ναρκισσιστικός και ευερέθιστος συλλογικός χαρακτήρας, κι όλα αυτά σε συνδυασμό με ελλιπή αστυνόμευση και χαλαρή έως ανύπαρκτη επιβολή του νόμου στην καθημερινότητα. Ως αποτέλεσμα, σε ένα σημαντικό μέρος της πόλης σημειώνονται συχνά περιστατικά μικρομεσαίας βίας, που σπάνια μεν φτάνουν στην ανθρωποκτονία αλλά καλύπτουν μία ευρεία γκάμα απειλών για τον πολίτη, από τη σωματική επίθεση εναντίον του από μονίμως νευρικούς οδηγούς ή μεθυσμένους και τις ληστείες από τοξικομανείς και περιθωριακούς, μέχρι το bullying διάφορων «τσαμπουκάδων» γειτόνων που επιβάλλουν τα γούστα τους στους υπόλοιπους υπό τον φόβο του ξύλου, τις μικροσυμμορίες των ανηλίκων, τους διάφορους που παρεξηγούν τα αμέσως για το ποδόσφαιρο, την πολιτική ή επειδή νομίζουν ότι κοιτάζετε την κοπέλα τους, και τις ομάδες παραβατικών με τοπικά χαρακτηριστικά που χρησιμοποιούν τη βία για να περάσουν κάποιου είδους «μήνυμα», αλλά ακόμα και για πλάκα.

Η αυτοάμυνα (self defense) και η αυτοπροστασία (self protection) συνθέτουν ένα τεράστιο πεδίο γνώσης και έρευνας, που αφ' ενός είναι πάντα «τρέχον» (οι διαπιστώσεις και τα συμπεράσματα συνεχώς εμπλουτίζονται και αναπροσαρμόζονται), αφ' ετέρου προϋποθέτει εκτός από τη θεωρητική κατάρτιση και πρακτική εκπαίδευση, ώστε να μπορεί κανείς να δουλέψει και να αυτοματοποιήσει τις αντιδράσεις του σε συνθήκες εικονικής απειλής/μάχης. Ως προς την πρακτική εκπαίδευση μπορείτε, εφ' όσον σας ενδιαφέρει το θέμα, να γραφτείτε σε κάποια από τις αρκετές σχολές αυτοάμυνας που υπάρχουν πλέον στη χώρα μας. Για μία πρώτη γνωριμία, όμως, με τη θεωρία της αυτοάμυνας και τις βασικές αρχές της, το άρθρο που ακολουθεί συγκεντρώνει μερικά πολύ βασικά points, έτσι όπως γίνονται σήμερα γενικά αποδεκτά και διδάσκονται στις σχετικές με το αντικείμενο σχολές και στην εκτεταμένη σχετική διεθνή βιβλιογραφία.

Η πρώτη αρχή της αυτοάμυνας

Η πρώτη αρχή της αυτοάμυνας είναι το να κάνεις τα πάντα για να μη βρεθείς στην κατάσταση να πρέπει να προστατεύσεις τον εαυτό σου από μία απειλή. Κοινώς, η πρόληψη, η εγρήγορση και η αποφυγή, ακόμα και με τη φυγή, εφ' όσον υπάρχει η δυνατότητα. Η μάχη, που είναι η τελευταία και χειρότερη επιλογή, προκύπτει όταν δεν υπάρχει η δυνατότητα φυγής ή κρίνεται πως είναι αναγκαίο να προστατευθεί ένα αγαπημένο πρόσωπο, το σπίτι μας και

η οικογένειά μας. Συχνά όμως στο υποψήφιο θύμα δεν δίνεται η δυνατότητα ή ο χρόνος να κάνει επιλογή.

Το πού, πότε και πώς θα προκύψει η ανάγκη αυτοάμυνας σχεδόν πάντα το αποφασίζει ο έχων την πρωτοβουλία, δηλαδή αυτός που απειλεί/επιτίθεται. Κατά πάσα βεβαιότητα, θα δράσει όταν πιστεύει ότι οι συνθήκες και το ισοζύγιο δύναμης είναι με το μέρος του. Η σύγκρουση είναι εξ αρχής σχεδιασμένη για να μην είναι δίκαιη.

Υπάρχουν δύο βασικές κατηγορίες βίας: η κοινωνική (social violence) και η εγκληματική (asocial violence), που η κάθε μία έχει διαφορετικούς κανόνες και σκοπούς. Η κοινωνική βία συμβαίνει συνήθως με κίνητρο την ιεραρχία μεταξύ των νεαρών αρσενικών (από καβγάδες στα φανάρια μέχρι συμπλοκές οπαδών ομάδων) και συχνά λειτουργεί με όρους υπεράσπισης ενός θηλυκού, μιας περιοχής ή της «ομάδας-αγέλης», ενώ η εγκληματική έχει κίνητρο είτε το κέρδος είτε την ικανοποίηση μίας ανεξέλεγκτης επιθυμίας (βιασμός, serial killing κ.λπ.). Ξεχωριστή κατηγορία είναι τα ιδεολογικά εγκλήματα (τρομοκρατία, ρατσιστικά εγκλήματα κ.λπ.). Τόσο η κοινωνική βία όσο και η εγκληματική μπορούν, σε ένα λογικό βαθμό, να αποφευχθούν αν η πρόληψη, η εγρήγορση και η αποφυγή λειτουργούν σωστά. Η ιδεολογική βία είναι σχεδόν αδύνατο να προβλεφθεί και να αποφευχθεί γιατί λειτουργεί με σχετικά «παράλογους» όρους, όμως είναι και εξαιρετικά σπάνια.

Η κοινωνική και η εγκληματική βία, εφ' όσον γίνουν αντιληπτές ως απειλή, πρέπει να αντιμετωπίζονται με τους ακριβώς αντίθετους τρόπους: η κοινωνική με το χαμηλό προφίλ, τον κατευνασμό και την υποχώρηση (δήλωση υποταγής), η εγκληματική με την επίδειξη ετοιμότητας και προβολής της εντύπωσης ότι θα είμαστε «δύσκολοι αντίπαλοι», που θα δώσει στους εγκληματίες (οι οποίοι κινούνται με βάση τον ομορτισμό και τον ωφελισμό, και όχι το συναίσθημα) να καταλάβουν ότι θα πρέπει να δώσουν μάχη και ως εκ τούτου να αναζητήσουν πιο εύκολο στόχο. Η πρόληψη ξεκινά από την αποφυγή τοποθεσιών (και την εγρήγορση εντός αυτών) όπου η απειλή βίας μπορεί να εκδηλωθεί. Και εδώ, η κοινωνική και η εγκληματική βία κινούνται σε αντίθετες κατευθύνσεις: για την αποφυγή της κοινωνικής βίας πρέπει να υπάρχει εγρήγορση στα πολυσύχναστα μέρη (κέντρο της πόλης, μπαρ και κλαμπ, πλατείες ή σημεία που συχνάζουν ομάδες νέων ανδρών, γήπεδα κ.λπ.), ενώ για την αποφυγή της εγκληματικής βίας η πρόληψη και η εγρήγορση αφορούν τους απομονωμένους χώρους, τους έρημους δρόμους και τα σκοτεινά σημεία, εκεί δηλαδή που μπορεί να βρεθούμε μόνοι μας και μακριά από κόσμο.

Η λεκτική αποκλιμάκωση (verbal de-escalation) είναι μία ακόμα από τις αρχές (και δεξιότητες) που διδάσκονται στη σύγχρονη αυτοάμυνα και μπορεί να παίξει σημαντικό ρόλο σε ορισμένες καταστάσεις κοινωνικής βίας. Δυστυχώς, δεν έχει εφαρμογή στην εγκληματική βία.

Η νομική άποψη

Η αυτοάμυνα προϋποθέτει αμοιβαιότητα και ισορροπία ανάμεσα στην απειλή και στην απάντηση, από νομική άποψη. Αν κάποιος μας πει «μαλάκα» δεν δικαιούμαστε να τον χτυπήσουμε (και πολύ σωστά). Αν μας δώσει ένα χαστούκι δεν δικαιούμαστε να τον πυροβολήσουμε. Αν περάσει την κοπέλα μας και τον στείλουμε στο νοσοκομείο, το δικαστήριο θα στείλει εμάς στη φυλακή. Το «κλειδί» όμως στις περισσότερες περιπτώσεις συμπλοκής δεν είναι τόσο στο είδος της απάντησης που θα δώσουμε στην απειλή (αυτό το δικαστήριο μπορεί να ερμηνεύσει σε συνάρτηση με ψυχολογικούς παράγοντες κ.λπ.) αλλά στο να αποδείξουμε πως δεν μπορούσαμε να κάνουμε αλλιώς και, κυρίως, δεν μπορούσαμε να ΦΥΓΟΥΜΕ από

το σημείο. Εκεί στέκονται όλα τα δικαστήρια και με το δίκιο τους, γιατί ένας από τους θεμελιούς λίθους της αυτοάμυνας είναι η επιλογή της αποχώρησης, που πρέπει πάντα να αποτελεί την ΠΡΩΤΗ μας επιλογή. Δυστυχώς πολλοί άνθρωποι μένουν στο σημείο της απειλής και επιλέγουν τη σύγκρουση για λόγους γοήτρου, κάτι που αποτελεί τη χειρότερη δυνατή (και πιο ανόητη) επιλογή. Αν κάποιος σας προκαλέσει για να «παίξετε ξύλο» και εσείς δεχτείτε, τότε δεν πρόκειται για αυτοάμυνα αλλά για συναινετική συμπλοκή. Νομικά είστε εντελώς ακύλυπτοι απέναντι σε οτιδήποτε συμβεί. Η συναινετική συμπλοκή είναι κάτι που όλοι οι εκέφρονες ενήλικοι πρέπει ανεξαιρέτως να αποφεύγουν.

Περίμετροι ασφαλείας

Η πρακτική εφαρμογή της εγρήγορσης σε ένα δυναμικά μη ασφαλές περιβάλλον αφορά τη διασφάλιση δύο νοητών περιμέτρων, η παραβίαση των οποίων πρέπει να μας θέσει σε συναγερμό και να μας οδηγήσει σε κάποιου είδους αντίδραση. Σε σκοτεινούς ή απομονωμένους χώρους η εξωτερική περίμετρος είναι περίπου πέντε μέτρα γύρω μας – αν κάποιος άνθρωπος μπει μέσα σε αυτή την περίμετρο χωρίς φανερό λόγο (δεν είναι π.χ. περαστικός που βγάζει βόλτα τον σκύλο του), παρ' ότι υπάρχει άπλετος άδειος χώρος γύρω του, θα πρέπει απαραίτητως να κινηθούμε για να ανοίξουμε πάλι και να διατηρήσουμε την απόσταση. Αν ο άγνωστος προσπαθήσει να ξαναμπει στην περίμετρο περπατώντας πιο γρήγορα, σχεδόν σίγουρα έχει κάτι στο νου του που μας αφορά. Οι γυναίκες σε αυτό το σημείο καλό είναι να αρχίσουν να τρέχουν.

Η μικρή περίμετρος, που έχει εφαρμογή σε πιο πολυσύχναστους χώρους (αλλά και σε απομονωμένους χώρους όπου ως ένα σημείο δικαιολογείται η σχετική εγγύτητα ενός άλλου ατόμου, π.χ. στάση λεωφορείου τη νύχτα) είναι περίπου ένα μέτρο γύρω μας, και πρέπει να διαφυλαχθεί πάση θυσία, αν βρισκόμαστε σε μη ασφαλές περιβάλλον. Το μεγαλύτερο ποσοστό των περιστατικών βίας (κοινωνικής ή εγκληματικής) εκδηλώνεται μέσα στη «μικρή περίμετρο» και τις περισσότερες φορές, ξαφνικά και απροειδοποίητα. Αν δεν μπορούμε να φύγουμε αμέσως από το σημείο (τρέχοντας!), απλώνουμε τα χέρια μπροστά με τις παλάμες προς τα έξω σαν ένα είδος «φράχτη» ανάμεσα σε εμάς και το δυναμικά επικίνδυνο άτομο, λέγοντας «ήρεμα, δεν θέλω να τσακωθώ, όλα εντάξει» ή κάτι αντίστοιχο κατευναστικό, ελέγχοντας όμως παράλληλα τον χώρο με τα χέρια έτοιμα να μπλοκάρουν ένα ξαφνικό κτύπημα. Αν επιχειρήσει να κατεβάσει τα χέρια μας ή να τα σπρώξει στο πλάι, τον σπρώχνουμε πίσω (προειδοποίηση) φωνάζοντας πλέον «μείνε εκεί, στάσου πίσω, μην έρθεις πιο κοντά» ή κάτι αντίστοιχο σε ύψος εντολής (και για να ακούσουν και οι γύρω ότι δεν είμαστε εμείς που επιδιώκουμε τη σύγκρουση), αν όμως ξαναεπιχειρήσει να κατεβάσει τον «φράχτη» μας τότε η διαδικασία της επίθεσής του έχει αρχίσει και δικαιολογούμαστε να χρησιμοποιήσουμε προληπτική βία.

Πότε ένα άτομο ετοιμάζεται να επιτεθεί

Ένα άτομο που ετοιμάζεται να μας επιτεθεί σωματικά, να περάσει δηλαδή από τη λεκτική στη φυσική βία, πολύ συχνά δείχνει χωρίς να το θέλει κάποια σημάδια της διαδικασίας που συμβαίνει μέσα του, αν ξέρουμε να τα διαβάσουμε, προειδοποιούν για την πρόθεσή του. Το κοκκίνισμα του προσώπου, η βαριά ανάσα, η δυσκολία στην ομιλία που περιορίζεται σε ελάχιστες λέξεις, το ανοιγοκλείσιμο του στόματος, το σφίξιμο των γροθιών του και το άσπρισμα των αρθρώσεων, όλα αυτά



ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗ: ΡΟΝ JEREMY

δείχνουν τη συγκέντρωση της αδρεναλίνης και την υποχώρηση της νοητικής λειτουργίας σε ένα «αυτόματο πιλότο» (περισσότερα για αυτό, πιο κάτω). Ακόμα, πολλοί άνθρωποι ενστικτωδώς ξεκινούν την άσκηση σωματικής βίας σταδιακά, από ένα σπρώξιμο προς ένα χτύπημα. Ο άνθρωπος που θα σας σπρώξει κατά 99% μετά θα προσπαθήσει να σας χτυπήσει, γιατί έχει ήδη μπει στη διαδικασία της βίας και είναι σχεδόν αδύνατο (για λίγο) να την αναστρέψει.

Οι «επαγγελματίες» της βίας, άνθρωποι δηλαδή με πείρα στις μάχες του δρόμου ή εγκληματικά στοιχεία, κρύβουν καλύτερα την έκρηξη της αδρεναλίνης, ωστόσο και αυτοί προειδοάζουν, εν αγνοία τους, για τον σκοπό τους. Έχει παρατηρηθεί ότι το πιο κοινό σημάδι συναγερμού είναι πως πριν χτυπήσουν, κάνουν δήθεν άσχετες, «αβώες» κινήσεις, π.χ. στρώνουν τα μαλλιά τους ή τρίβουν τη μύτη τους (grooming) και σχεδόν πάντα κοιτούν γύρω τους (για να δουν αν υπάρχουν μάρτυρες) αμέσως πριν δράσουν.

Όταν δεν υπάρχει διαφυγή

Όταν δεχόμαστε σοβαρή απειλή και δεν υπάρχει καμία δυνατότητα διαφυγής ή όταν κριθεί πως η μάχη δικαιολογείται (ηθικά και/ή νομικά) γιατί επικείται χωρίς αμφιβολία η επίθεση εναντίον μας, η βέλτιστη επιλογή είναι να χτυπήσουμε πρώτοι, εν ψυχρώ. Σε συνθήκες αυτοάμυνας το να δοθεί η δυνατότητα σε αυτόν που μας απειλεί να ξεκινήσει την επίθεση πρώτος ισοδυναμεί με δυνητική αυτοχειρία, δεδομένου ότι η πλειονότητα των συγκρούσεων έχει αποδειχθεί στατιστικά ότι λήγει υπέρ εκείνου που έκανε την πρώτη κίνηση. Δυστυχώς ή ευτυχώς, η έκβαση της μάχης στην αυτοάμυνα πολύ συχνά κρίνεται από την πρωτοβουλία και το στοιχείο της έκπληξης. Ωστόσο, το «πρώτο χτύπημα», όσο κι αν κρίνεται απαραίτητο, είναι συχνά ένα τεράστιο ψυχολογικό εμπόδιο για τον μέσο άνθρωπο, καθώς αντίκειται στους νόμους της κοινωνίας που έχει αφομοιώσει. Πάντως, οι bullies και οι εγκληματίες αυτό το κώλυμα το έχουν ξεπεράσει προ πολλού. Όταν η μάχη ξεκινήσει, και πρόκειται για πραγματικό και υπαρκτό κίνδυνο για τη ζωή, δεν πρέπει να σταματήσουμε την επίθεση (ή αντεπίθεσή) μας παρά μόνο όταν η απειλή έχει εξουδετερωθεί πλήρως, δεν μπορεί δηλαδή να μας απειλήσει πια. Το τι σημαίνει αυτό πρακτικά και τακτικά προκύπτει από την επιτόπια κατάσταση. Συνήθως όμως συνίσταται στην υποχώρηση/φυγή του αντιπάλου ή στο να μείνει αναισθητός ή ανίκανος να επιτεθεί επειδή έχει υποστεί κάποια δομική βλάβη. Δυστυχώς, δεν υπάρχει άλλος τρόπος.

Δεν υπάρχουν κανόνες στην αυτοάμυνα

Όσο πιο βρώμικα και βάρβαρα μάχεσαι, τόσο αυξάνονται οι πιθανότητες σου να βγεις ζωντανός. Κλωτσάς γεννητικά όργανα, ρίχνεις κεφαλιές, βάζεις δάχτυλα στα μάτια, δαγκώνεις αυτιά, κάνεις ό,τι χρειαστεί για να γυρίσεις το βράδυ σπίτι. Το να κλωτσήσεις τον πεσμένο αντίπαλό σου, εφ' όσον θεωρείς πως αν σκωθθεί οπωσδήποτε θα σε βλάψει, είναι απολύτως μέσα στο παιχνίδι. Αν η μάχη πραγματοποιείται σε απομονωμένο χώρο (π.χ. σε ένα σκοτεινό στενό) να θυμάσαι πως αν πέσεις κάτω, δεν θα υπάρχει κανένας διαιτητής να σταματήσει τον αντίπαλό σου από το να χοροπηδήσει πάνω στο κεφάλι σου και να σε παρατήσει αναισθητό ή νεκρό. Οπότε, better him than you.

Η ακινητοποίηση ενός ατόμου χρειάζεται ειδική εκπαίδευση και τεχνικές, τις οποίες γνωρίζουν μόνο οι αστυνομικοί, γίνεται πάντοτε από ομάδες που δρουν συντονισμένα και ο σκοπός της είναι να περαστούν χειροπέδες στον δράστη, δηλαδή να συλληφθεί. Ένας άνθρωπος μόνος του, χωρίς εκπαίδευση και χωρίς χειροπέδες, είναι παντελώς αδύνατο να ακινητοποιήσει κάποιον, εκτός κι αν τον βγάλει αναισθητό πρώτα. Ακόμα και δύο ή τρεις άνθρωποι είναι πολύ δύσκολο να κρατήσουν υπό έλεγχο ένα δυνατό άνθρωπο που βρίσκεται υπό την επήρεια αλκοόλ ή ναρκωτικών. Οπότε, μη διανοηθείτε να αποπειραθείτε να ακινητοποιήσετε κάποιον που έχει τις αισθήσεις του χωρίς σημαντική βοήθεια.

Μεθυσμένοι & ναρκομανείς

Οι μεθυσμένοι είναι παράτολμοι και επιθετικοί, αλλά συνήθως πιο εύκολοι αντίπαλοι από τους νηφάλιους στην όπλη σύγκρουση. Το κακό είναι ότι το αλκοόλ αίρει τις αναστολές των ανθρώπων και κάνει πολύ πιο εύκολη την επιλογή της χρήσης κάποιου όπλου, δηλαδή φονικής βίας. Στο άλλο άκρο, ορισμένα ναρκωτικά έχουν την ιδιότητα να κάνουν τους ανθρώπους πρακτικά απρόσβλητους στον πόνο, παράλογους στις πράξεις και υπερβολικά δυνατούς (τους κάνουν να λειτουργούν για ένα διάστημα

στο 110%). Αυτοί είναι οι πιο δύσκολοι αντίπαλοι, και πρέπει να τους χειρίζεται μόνο ειδικευμένο προσωπικό. Οι συννηθισμένοι τοξικομανείς (ηρωινομανείς) είναι σχεδόν πάντα σε πολύ κακή φυσική κατάσταση και δεν μπορούν να αντέξουν σε συνθήκες σωματικής εμπλοκής, αλλά αν αποφασίσουν να επιτεθούν έχουν συνήθως όπλο, και πολύ ισχυρό κίνητρο. Είναι δυνητικά πολύ επικίνδυνοι και από την άποψη της αυτοάμυνας πρέπει να αντιμετωπίζονται ως σημαντική απειλή και με πρώτο γνώμονα την προσωπική μας ασφάλεια και όχι το συναίσθημα.

Τα όπλα

Τα όπλα είναι τεράστιοι πολλαπλασιαστές ισχύος. Ένα δωδεκάχρονο παιδί με ένα πιστόλι ή ένα μαχαίρι μπορεί να σκοτώσει δυο-τρεις ενήλικους πριν προλάβει κανείς να κάνει το παραμικρό. Ειδικά το μαχαίρι είναι μακράν το πιο φοβικό όπλο στην Ευρώπη, και στην Αμερική το ποσοστό επιβίωσης από επίθεση με μαχαίρι είναι πιο χαμηλό σε σχέση με το ποσοστό επιβίωσης από πυροβόλο όπλο, γιατί οι περισσότεροι άνθρωποι δεν ξέρουν να πυροβολούν σωστά, ενώ ο οποιοσδήποτε μπορεί να πάρει ένα μαχαίρι και να το καρφώσει κάπου. Επίσης το μαχαίρι είναι προσβάσιμο στους πάντες και ακόμα και οι οικιακές εκδοχές του είναι ικανότατα φονικά όπλα, με τα οποία έχουν γίνει χιλιάδες εγκλήματα. Το μαχαίρι είναι ο εφιάλτης όλων των συγκρούσεων στον δρόμο, αφηρίζεται πολύ δύσκολα και μόνο με συντονισμένες ενέργειες και μακρά εκπαίδευση, και συχνά οι προσπάθειες ερασιτεχνών να αφοπλίσουν ανθρώπους με μαχαίρι καταλήγουν στον σοβαρό τραυματισμό ή τον θάνατό τους. Κανείς σώφρων άνθρωπος που θα δει κάποιον που κραδαίνει ένα μαχαίρι (πόσο μάλλον αν είναι σε κατάσταση παράνοιας) δεν πρέπει να πάει πάνω του προσπαθώντας να του το πάρει – στην αυτοάμυνα θεωρείται καθαρή αυτοκτονία. Το τρέξιμο χωρίς κανένα διαταγμό είναι η καλύτερη λύση. Αν δεν υπάρχει ως επιλογή, τότε πρέπει οπωσδήποτε να βρεθεί ένα αντικείμενο που θα κρατήσει την απόσταση ανάμεσα σε εμάς και το μαχαίρι (π.χ. μία καρτέλα, ένα μακρύ ζύλο ή κάτι άλλο). Αν δεν υπάρχει τίποτα από αυτά τριγύρω, τότε το εφιαλτικό σενάριο προβλέπει το να κλείσουμε εντελώς την απόσταση, να πέσουμε δηλαδή πάνω στον άλλο, και να τον στερήσουμε τον χώρο για να κινήσει το μαχαίρι εναντίον μας. Ένα άτομο που κατευθύνεται πάνω μας με ένα όπλο (από πιστόλι μέχρι κατσαβίδι) είναι η μέγιστη δυνατή απειλή, και εφ' όσον δεν υπάρχει τρόπος διαφυγής, πρέπει να αντιμετωπιστεί ριζικά με κάθε διαθέσιμο μέσο ώπου να εξουδετερωθεί πλήρως. It's better to be judged by 12 than carried by 6 (καλύτερα να σε κρίνουν 12 στο δικαστήριο παρά να σε κουβαλήσουν 6 στο νεκροταφείο) λένε οι Αμερικάνοι και έχουν απόλυτο δίκιο. Μπροστά στην άμεση απειλή για τη ζωή, πρώτα εξουδετερώνεις την απειλή με οτιδήποτε βρεις (χέρια, πόδια, καρτέλες, τούβλα, ρόπαλα, κουζινομάχαιρα, το αυτοκίνητό σου, ό,τι να 'ναι) και μετά σκέφτεσαι όλα τα υπόλοιπα. Δεν υπάρχει καμία άλλη επιλογή, και ο νόμος σε αυτού του τύπου την κατάσταση δεν αναγνωρίζει αδικήματα, ανεξαρτήτως του αποτελέσματος. If he dies, he dies, που έλεγε και ο Ivan Drago στο «Ρόκι 4».

Η ιδέα να κουβαλάμε μαζί μας ένα δυνητικά θανασιμο όπλο (π.χ. μαχαίρι) για την περίπτωση που το χρειαστούμε για να προστατέψουμε τον εαυτό μας είναι εντελώς λανθασμένη και καταστροφική. Ένα και μοναδικό χτύπημα με μαχαίρι είναι αρκετό για να σκοτώσει κάποιον επιτόπου και η ύπαρξη του μαχαίριού στην τσέπη ή στην τσάντα «υποβάλλει» την ιδέα της χρήσης του ενάντια σε ανθρώπους με τους οποίους μπορεί απλώς να καβαγιάσουμε ή να μας κάνουν (φωνάζοντας ή χειρονομώντας, ακόμα και απλώς αγγιζοντάς μας) να φοβηθούμε. Σε αυτή την περίπτωση θα έχουμε διαπράξει φόνο και η φυλακή θα είναι το επόμενο σπίτι μας για αρκετά χρόνια. Τα μη θανατηφόρα αμυντικά όπλα (κυρίως τα σπρέι πιπεριού) είναι σαφώς προτιμότερα, αν και όχι απολύτως νόμιμα στην Ελλάδα.

Αν ένας οπλισμένος άνθρωπος μας ζητάει το πορτοφόλι ή το κινητό, τα δίνουμε αμέσως. Η επιλογή της σύγκρουσης με υψηλό ποσοστό τραυματισμού ή θανάτου για λίγα ευρώ είναι εντελώς ανόητη και αδικαιολόγητη. Απλώς δεν αξίζει το ρίσκο. Το πάνω άρθρο αφορά τις περιπτώσεις που δεχόμαστε επίθεση χωρίς να έχουμε τη δυνατότητα να διαπραγματευθούμε, όχι εκείνες που δεχόμαστε απειλή προκειμένου να παραχωρήσουμε χρήματα ή ένα αντικείμενο.

Η αυτοάμυνα για τις γυναίκες

Οι γυναίκες αντιμετωπίζουν πολύ μεγαλύτερες και περίπλοκες απειλές ως προς την αυτοάμυνα, με πολύ λιγότερα φυσικά μέσα στη διάθεσή τους για να αντεπεξέλθουν.

Το θέμα της αυτοάμυνας των γυναικών είναι τεράστιο και δεν μπορεί να αναλυθεί σε αυτό το σημείωμα, όμως μπορούμε να πούμε πως η πρόληψη και η εγρήγορση είναι πολύ πιο σημαντικές για εκείνες απ' ό,τι για τους άνδρες. Από εκεί και πέρα, στην περίπτωση της απόπειρας βιασμού, που αποτελεί το βασικό έγκλημα βίας κατά των γυναικών, η γενική οδηγία είναι η όσο το δυνατόν μεγαλύτερη φασαρία (φωνές, ουρλιαχτά, «αστυνομία!», «βοήθεια!») και η αντίσταση, που τις περισσότερες φορές αποθαρρύνει τον υποψήφιο βιαστή. Η παθητική στάση (που συχνά οφείλεται στο σοκ) λειτουργεί ΠΑΝΤΑ υπέρ του δράστη και καταλήγει στην εκπλήρωση του σκοπού του. Η αντίσταση βέβαια ενίοτε προκαλεί μεγαλύτερη χρήση βίας από τον δράστη, αλλά αυτό είναι ένα ρίσκο που δεν είναι δυνατό να αποφευχθεί. Το χειρότερο δυνατό σενάριο δεν είναι, ωστόσο, το ζύλο αλλά η μεταφορά του θύματος σε άλλο σημείο που έχει διαλέξει ο δράστης, το λεγόμενο secondary crime scene (δευτερεύουσα σκηνή του εγκλήματος), π.χ. ένα βουνό, μία αποθήκη κ.λπ., μακριά από τα μάτια και τα αυτιά του κόσμου. Αυτή η μεταφορά, που όχι σπάνια καταλήγει σε φόνο, πρέπει να αποφευχθεί πάση θυσία και με κάθε μέσο.

Η εκπαίδευση στις πολεμικές τέχνες μπορεί ασφαλώς να βοηθήσει σημαντικά στην αυτοάμυνα, αλλά πιο κομβικός παράγοντας αναδεικνύεται συχνά η ψυχική ετοιμότητα του ατόμου να ασκήσει βία, το μαχητικό του πνεύμα και το ένστικτο επιβίωσης που διαθέτει. Αυτά μπορούν να διδαχθούν μόνο εν μέρει.

Ό,τι κι αν σας έχουν πει ή έχετε δει στο σινεμά, το μέγεθος και η δύναμη είναι καθοριστικοί παράγοντες στη μάχη. Δυστυχώς, ο πιο μεγαλόσωμος και δυνατός συνήθως κερδίζει (και συχνά είναι αυτός που εκβιάζει τη σύγκρουση). Ανέναντι σε ένα θηριώδη άνδρα 120 κιλών που έρχεται να σε συντρίψει, είτε φεύγεις τρέχοντας είτε ψάχνεις για κάποιο είδος όπλο, αυτοσχέδιο ή μη.

Fight or flight

Ο μεγαλύτερος εχθρός πολλών ανθρώπων την κρίσιμη ώρα είναι το freezing, το «πάγωμα» δηλαδή που τους καθιστά ανίκανους να αντιδράσουν ή να κάνουν το παραμικρό ενώ δέχονται επίθεση. Ο λόγος είναι απλώς ο φόβος αλλά η έκρηξη της αδρεναλίνης μέσα τους, που μοιάζει αρχικά με απόλυτο πανικό και στη συνέχεια γίνεται ένα είδος trance που προετοιμάζει για μάχη μέχρι εσχάτων και αναστέλλει την αίσθηση του πόνου, όμως οι περισσότεροι άνθρωποι μένουν στο στάδιο του πανικού γιατί αυτή η έκρηξη είναι πρωτόγνωρη (και πολύ έντονη) εμπειρία και δεν ξέρουν πώς να τη διαχειριστούν. Ως προς αυτό, οι αθλητές των μαχητικών σπορ (πυγμαχία, kick boxing, MMA κ.λπ.) έχουν μεγάλο πλεονέκτημα, γιατί μέρος της δικής τους εμπειρίας είναι η εξοικείωση με την αδρεναλίνη.

Οι συγκρούσεις σε συνθήκες αυτοάμυνας τις περισσότερες φορές διαρκούν από 3 ως 10 δευτερόλεπτα. Υπό αυτό το πρίσμα, ένα μεγάλο μέρος των τεχνικών των μαχητικών σπορ, που βασίζονται στις τακτικές ανάγκες του ρινγκ και στον «πόλεμο φθοράς» του αντιπάλου, είναι άχρηστες. Η ζωώδης επιθετικότητα και η ψυχική κυριαρχία επί του αντιπάλου (προς ποια μεριά θα γείρει η πλάστιγγα του φόβου) είναι συνήθως πιο σημαντικά στοιχεία από τις τεχνικές κατ'αυτές.

Σε όλα τα έμβια όντα υπάρχει αποτυπωμένο το μέγα δίλημμα της επιβίωσης «fight or flight» (μάχομαι ή το σκάω). Ακόμα και παντοδύναμα ζώα όπως τα λιοντάρια τρέπονται καμιά φορά σε φυγή από επιθετικά μικρά ζώα, όχι γιατί τα φοβούνται, αλλά γιατί το ένστικτό τους τους λέει ότι από τη συγκεκριμένη μέση δεν έχουν να κερδίσουν τίποτα εκτός από κανένα μικροτραυματισμό, άρα δεν αξίζει τον κόπο. Όταν όμως το ζητούμενο είναι σημαντικό για την επιβίωση (τροφή, κυριαρχία στην αγέλη, έλεγχος περιοχής) τα ίδια ζώα επιλέγουν το fight και δεν διστάζουν να συγκρουστούν με άλλα πανίσχυρα ζώα ή λιοντάρια το ίδιο ή πιο δυνατά. Την απόφαση αυτή δεν παίρνει ακριβώς ο εγκέφαλος αλλά το πιο αρχέγονο μέρος του εγκεφάλου, η αμυγδαλή, η οποία αναλαμβάνει το τιμόνι ιδίως στην περίπτωση που επιλεχθεί η μάχη. Αυτό το reset, που γίνεται αυτόματα από τον προγραμματισμό εκατομμυρίων ετών, υποβιβάζει το νου από το θηλαστικό στάδιο στο λεγόμενο «ερπετικό» στάδιο, όπου καμία άλλη παράμετρος δεν λαμβάνεται υπ' όψιν εκτός από την επιβίωση. Στο διάστημα που ο άνθρωπος βρίσκεται υπό τον έλεγχο του ερπετικού νου, μπορεί να κάνει πράγματα απίστευτα σκληρά και ζωώδη, τα οποία δεν τα σκέφτεται αλλά ουσιαστικά του υπαγορεύονται από το απώτατο παρελθόν του. Σε αυτή την κατάσταση, ο πιο λογικός και καλύτερος άνθρωπος μπορεί κάλλιστα να σκοτώσει, και σχεδόν να μη θυμάται μετά τι έκανε. Οποιαδήποτε εκλογίκευση αυτής της διαδικασίας είναι τελείως άσκοπη. 🐉

* Ο Βασίλης Σταματίου είναι εκπαιδευτής του Ρωσικού Μαχητικού Συστήματος STORM (stormsystem.gr)

#KaneisAllos

ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ 100% ΦΥΣΙΚΟΣ ΧΥΜΟΣ.

ΚΑΝΕΙΣ
ΑΛΛΟΣ
ΔΕΝ
ΜΠΟΡΕΙ
ΝΑ ΓΙΝΕΙ
LIDL



[f](https://www.facebook.com/lidlhellas) [@](https://www.instagram.com/lidlhellas) [in](https://www.linkedin.com/company/lidl-hellas) [yt](https://www.youtube.com/lidlhellas) www.lidl-hellas.gr

Κάθε μέρα αξίζει!

Υπάρχει μία σκηνή στη νέα ταινία του Μπάμπη Μακρίδη «Οίκτος», το σενάριο της οποίας έχει γράψει ο ίδιος μαζί με τον βραβευμένο στις Κάννες Ευθύμη Φιλίππου, όπου ο ήρωας, ένας άντρας που έχει εθιστεί στον οίκτο που του προσφέρουν οι άλλοι, λέει: «Είναι μία πάρα πολύ ωραία ταινία. Πολύ θλιβερή. Πολύ λυπητερή».

Αυτό που πρέπει να πιστέψουμε κυρίως είναι το ύφος του όταν το λέει, ένα παγωμένο deadpan στιλ που συμπυκνώνει την αίσθηση της ταινίας: μία τραγική κωμωδία στην οποία ο ήρωας κάνει τα πάντα για να κλάψει, εισπνέει ακόμα και δακρυγόνα – κι εσύ νιώθεις το σουρεαλιστικό χιούμορ των δημιουργών να σε οδηγεί σε πηγαίο γέλιο που βγαίνει από το στομάχι (μια και, στην ταινία, ο ήρωας εξηγεί τη διαδρομή των δακρύων, από την κοιλιά στα πνευμόνια, στο συκώτι, στον οισοφάγο, στην καρωτιδική αρτηρία μέχρι τους βολβούς των ματιών).

Το φιλμ, μία μοντέρνα άσκηση στο «ανέκφραστο» α-λα Μπάστερ Κίτον χιούμορ (βοηθάνε σε αυτό και οι μεσοτίτλοι που θυμίζουν ταινία του βωβού) και στις σκηνές που προκαλούν ακαριαία έκπληξη με σχεδόν μονολεκτική λεζάντα, όπως το απροσδόκητο φινάλε, είναι μία καλή αιτία να θέσουμε στον Ευθύμη μερικές ερωτήσεις με deadpan ύφος και ανάλογες απαντήσεις...

Η αναπόφευκτη ερώτηση: Αν και έχεις ξαναδουλέψει με τον Μπάμπη Μακρίδη, πώς είναι να γράφεις το σενάριο χωρίς τον Γιώργο Λάνθιμο; Ποιες οι διαφορές; Δεν ξέρω αν μπορώ να απαντήσω αυτή την αναπόφευκτη ερώτηση. Οι διαφορές είναι πολλές και δεν έχουν σημασία ποιες είναι, αλλά το ότι υπάρχουν. Αυτό έχει ενδιαφέρον.

Πώς ήταν η συνεργασία με τον Μπάμπη Μακρίδη; Εννώς πώς δουλέψατε την ιδέα και την εξέλιξή της σε σενάριο; Είχαμε στην αρχή μια παράγραφο που ήταν κάτι σαν μια συρραφή όλων των μεσοτίτλων της ταινίας. Ήταν κάπως κομπρεσαρισμένη η σκέψη ενός ανθρώπου που αναζητά για χρόνια μανιασμένα και μεθοδικά τη λύπηση. Μετά άρχισαν σιγά-σιγά να μπαίνουν περιβάλλοντα, επαγγέλματα, σπίτια και παπούτσια. Το βέβαιο ήταν από την αρχή πως θέλαμε αυτός ο χαρακτήρας με κάποιο τρόπο να τα καταφέρει στο τέλος. Μετά αλλάξαμε γνώμη.

Όταν προλόγιζες τον «Θάνατο του ιερού ελαφιού» μας είχες πει ότι θα μαυρίσει η καρδιά μας. Για τον «Οίκτο», τώρα, τι θα έλεγες; Τώρα δεν θα προλόγιζα καν, γιατί κι αυτό που είπα στο «Ελάφι» βλακώδες ήταν. Πού ξέρω εγώ τι θα προκαλέσει η προβολή της ταινίας. Μπορεί να μαυρίσει μια καρδιά, μπορεί και καμία.

Περίγραφέ μου τον ήρωά σου στον «Οίκτο». Τον αγαπάς καθόλου; Δεν αγαπάω τους ήρωες. Δεν γίνεται να αρχίσεις να αγαπάς ήρωες σεναρίων που μετά τους σκοτώνεις ή τους εξευτελίζεις. Θα ήταν περίεργο. Ο συγκεκριμένος άντρας τώρα είναι ένας άνθρωπος που κάνει λάθη γιατί αυτό θεωρεί πως είναι το σωστό. Που και μπορεί να είναι, δηλαδή. Δεν ξέρω, Πάννη, είμαι ο πιο ακατάλληλος άνθρωπος να μιλήσει για την ψυχοσύνθεση ενός ρόλου. Μπορώ να μιλήσω για κανονικούς ανθρώπους που αγαπώ και που δεν σκοτώνω ή δεν εξευτελίζω. Αλλά για χαρακτήρες ιστοριών δεν μπορώ ούτε να μιλάω αλλά ούτε και να διαβάζω, ακόμη κι αν είναι πράγματα που έχουν ειπωθεί από τους ίδιους τους δημιουργούς των χαρακτήρων. Πάντα έχω την αίσθηση ότι τα περισσότερα από αυτά που λέγονται εκ των υστέρων είναι ψέματα – όχι απαραίτητα επίτηδες.

Όπως και στα άλλα σενάρια σου, υπάρχει πάντα ένας πατέρας σαν κεντρικό πρόσωπο. Γιατί επανέρχεται αυτή η φιγούρα; Ένας κακός ψυχολόγος θα έλεγε μάλλον ότι η φιγούρα επανέρ-

χεται γιατί η έλλειψη του πατέρα ήταν καθοριστική στην παιδική μου ηλικία. Θα έλεγε επίσης ότι η φιγούρα χρησιμοποιείται για να πείσω τον εαυτό μου ότι παρόλη την έλλειψή της εγώ ξέρω καλά τι σημαίνει αυτή η σχέση πατέρα - γιου και δεν πειράζει που δεν αντιστοιχεί σε βίωμα. Θα έκλεινε τέλος με το συμπέρασμα πως τελικά μέσω της ενασχόλησης με τον πατέρα αυτό που ενδεχομένως προσπαθώ να προσεγγίσω είναι η ίδια μου η μάνα.

Εσύ κλαις; Πότε και πόσο εύκολα; Παλιότερα δεν έκλαιγα πολύ. Τα τελευταία χρόνια κλαίω και συχνά και εύκολα, μέσα στα πλαίσια διαφόρων αλλαγών που με κόπο έχω καταφέρει, όπως η καταπολέμηση της αποστροφής που ένιωθα στο κρασί και στα αυγά. Κλαίω ίσως περισσότερο απ' όσο θα ήθελα, αλλά κάποια στιγμή ελπίζω στην πολυπόθητη ισορροπία.

Σου αρέσουν οι σκηνές σε νοσοκομεία ή κάνω λάθος; Δεν κάνεις λάθος. Υπάρχουν σε όλες τις ταινίες και είναι κάπως κουραστικό πια, αλλά δεν μπορώ να κάνω κάτι γι' αυτό. Και δεν είναι ότι συνειδητά μου αρέσουν, απλά πάντα κάποιοι για κάποιο λόγο κατά τη συγγραφή καταλήγει σε κάποιο νοσοκομείο.

Θα έλεγες ότι υπάρχει κάποια κοινή γραμμή που ενώνει το «Ιερό ελάφι» με τον «Οίκτο»; Οι σκηνές στα νοσοκομεία ίσως τα ενώνουν.

Κάποιος έγραψε: «Ο τρόπος που αντέδρασε το κοινό στο φινάλε της ταινίας, στην προβολή που ήμουν, είναι ένα από τα πιο υπέροχα πράγματα που έχω ζήσει σε σινεμά». Τι έχεις να πεις για το φινάλε (χωρίς spoilers); Το φινάλε γενικώς είναι ένα δύσκολο πράγμα και όσοι πιστεύουν το ότι το να παντρεύονται στο τέλος αυτοί που αγαπιούνται είναι happy end, ας διαβάσουν τι έγινε με τον Ρίτσαρντ Μπάρτον και την Ελίζαμπεθ Τέιλορ. Τώρα πραγματικά θα ήθελα να ξέρω τι είδε μπροστά του αυτός που έγραψε το παραπάνω σχόλιο γιατί το σχόλιο είναι δίσημο. Μπορεί το κοινό να ξέρναγε νάτσος με τσένταρ συγχρονισμένα κι αυτό, ας πούμε, είναι κάτι υπέροχο που μπορεί να δει κανείς στο σινεμά.

Κάποιος μου έλεγε ότι το ελληνικό weird wave δεν είναι ο Λάνθιμος, είναι ο Φιλίππου. Δέχεσαι την πατρότητα αυτού του είδους; Όχι, μωρέ. Ούτε την πατρότητα αλλά ούτε και το είδος. Δεν υπάρχει κανένα κύμα κατά τη γνώμη μου κι αν για κάποιους υπάρχει, δεν του αξίζει ο χαρακτηρισμός «περίεργο». Είναι υποτιμητικός και αφελής.

Η εκφορά των πθοποιών και το στίσιμο, στον «Οίκτο», κρύβουν έναν αλάθητο Ευθύμη Φιλίππου. Είναι ευθυτενείς και πολλές φορές μιλάνε τελεσιδικα και ρομποτικά. Αυτό το επιβάλλουν οι ατάκες που γράφεις; Η είναι θέμα σκηνοθέτη; Το γραπτό πάντα έχει ένα ύφος κι αυτό από μόνο του μπορεί να επιβάλλει χροιές, τόνους και εκφορές. Για παράδειγμα το τελεσιδικο και το ευθυτενές, όπως λες, από μένα χρησιμοποιείται όχι για να προβληθεί κάτι αλάθητο αλλά το αντίθετο ακριβώς. Παρόλ' αυτά μέσα στις πολλές δουλειές του σκηνοθέτη είναι και να αποφασίσει πώς μπορεί να χρησιμοποιήσει και να εκμεταλλευτεί την καλή ή την κακή αισθητική ενός κειμένου για να πει ότι είναι αυτό που θέλει να πει καλύτερα. Όταν αρχίσουν οι ατάκες να επιβάλλουν πράγματα και να φαίνεται, τότε, νομίζω, υπάρχει πρόβλημα.

Βλέπεις σινεμά; Ποια ταινία σου άρεσε πρόσφατα; Μου άρεσε πολύ «Ο θάνατος του Λουδοβίκου του 14ου» που είδα πριν 4 μήνες. Δεν βλέπω πολλές ταινίες. Ειδικά όταν γράφω. Μπερδεύομαι, δεν ξέρω τι είναι δουλειά και τι διασκέδαση. Είναι κάπως σαν να γυρνάει σπίτι του ένας δικηγόρος και να βάζει στην τηλεόραση να δει δικογραφίες για να κοιμηθεί.

Ποιο είναι το επόμενο project; Γράφουμε ένα σενάριο με τον Πύργο Λάνθιμο. Είναι σε αρχικό στάδιο ακόμη.

Τι φινάλε θα έδινες σε αυτή τη συνέντευξη; Η λέξη φινάλε είναι πολύ ωραία και ειδικά η φράση «και στο φινάλε αυτός ξεκίνησε να παραφέρεται πρώτος, όχι εγώ.» **A**

→ (panikoval500@gmail.com)

INFO

28/9-7/10 | Μικρή Σκηνή,
Στέγη Ιδρύματος Ωνάση

Συντελεστές

Σενάριο: Ευθύμη
Φιλίππου, Μπάμπης
Μακρίδης
Σκηνοθεσία: Μπάμπης
Μακρίδης

Παίζουν


Νίκος Καραθάνος,
Μάκης Παπαδημητρίου,
Γιάννης Δρακόπουλος,
Εύη Σαουλίδου κ.ά.




ΜΕ ΤΙ ΚΛΑΙΕΙ Ο ΕΥΘΥΜΗΣ ΦΙΛΙΠΠΟΥ;

Ο γνωστός σεναριογράφος μιλάει για τον «**Οίκτο**»,
μία πάρα πολύ ωραία ταινία. Πολύ θλιβερή.

Του ΓΙΑΝΝΗ ΝΕΝΕ



ΠΑΛΙΟΤΕΡΑ
ΔΕΝ ΕΚΛΑΙΓΑ
ΠΟΛΥ.
ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ
ΧΡΟΝΙΑ ΚΛΑΙΩ
ΚΑΙ ΣΥΧΝΑ
ΚΑΙ ΕΥΚΟΛΑ.



Η ΕΠΟΜΕΝΗ ΗΟΤ ΠΛΑΤΕΙΑ ΤΗ

Την πλατεία την ξέρω σαν την τσέπη μου, κάποτε εδώ ξημεροβραδιαζόμουνα... Κλασικό σημείο τα παιϊνά σκαλάκια της εκκλησίας, μετά το σχολασμα κι ακόμα με τις ποδιές, αδειάζαμε στο πι και φι ένα ολόκληρο μικρό Καρέλια. Στις μεγάλες πείνες την πέφταμε στον **Διόνυσο**, δικά μας, κυψελιώτικα, τα καλύτερα σουβλάκια της Αθήνας. Στις υπογλυκαιμίες ταράζαμε τις τρούφες του **Σκαφιδά**, του ζαχαροπλαστέιου της γωνίας αριστερά από την εκκλησία. Αργότερα άνοιξε μια τρύπα απέναντι και πούλαγε χειροποίητο παγωτό – **Δωδώνη** το λέγανε κι ήταν το πρώτο μιας αλυσίδας που τα επόμενα χρόνια διέγραψε τρελή πορεία. Στα παγκάκια μέσα στην πλατεία και κάτω από τους ερωτιδεΐς –το μπρόκ ορειχάλκινο άγαλμα που δεσπόζει στο κέντρο– διαφωνούσαμε για το αν υπάρχει θεός και λίγο πιο μεγάλες για τον Μαρξ. Στην Ανάσταση ερχόμασταν οικογενειακώς –είχε τα πιο ούαου πυροτεχνήματα σε όλη την Κυψέλη– και ζηλεύαμε τις συμμαθήτριες που μένανε στις από πάνω, κυκλικές όπως και η πλα-

τεία, πολυκατοικίες, που είχαν ωραία ρετιρέ και θέα πανοραμίκ. Μετά, ήρθε το νέφος. Εκεί, στις αρχές της δεκαετίας του '80, η πλειοψηφία των Κυψελιωτών μετακόμισε βόρεια «για να έχουν τα παιδιά καθαρό αέρα». Αργότερα ήρθαν κι άλλα... Οι γειτονίες του κέντρου γνωρίστηκαν με τον ζόφο, την εγκληματικότητα, σκοτεινίασαν. Και η πλατεία ακολούθησε την ίδια μοίρα. Τελευταίος λόγος για να έρχομαι, η ηλικιωμένη μπτέρα μου. Μέχρι που πλήθυναν οι κλοπές, οι ληστείες γερόντων μέρα μεσημέρι, έντρομοι την πήραμε κι αυτήν, την τελευταία ορκισμένη Κυψελιώτισσα, μακριά, σε συνοικίες πιο «φιλήσυχες». Όμως, τα τελευταία 2-3 χρόνια, ακούω και ξανακούω για την αναγέννηση της Κυψέλης, κόσμος πάει κι έρχεται και οι φίλοι μου πουλάνε μούρη και καυτές πληροφορίες, μου λένε πως αν και σε όλα τα καλά έχω δειπνήσει, αυτοί, εδώ ακριβώς, τα τρώνε όλα τα ωραία, κάτω από τα δεντράκια, με κόσμο από όλες τις φυλές της Αθήνας αλλά και του κόσμου όλου, και μάλιστα σε τιμές άπαιχτες. Προχτές, κυριακάτικο μεσημέρι μισό καλοκαιρινό - μισό φθινοπωριάτικο, βουτάω φίλο από τους «και-

νούργιους» πιστούς της πλατείας και πάω για επιτόπια έρευνα. Η πλατεία αναπλάστηκε το 2014, με το πρόγραμμα Αττική χρηματοδοτούμενο από το ΕΣΠΑ. Φαρδύνανε τα πεζοδρόμια, δόθηκε προσοχή στη φύτευση, φτιάχτηκαν τα παγκάκια, οι κάδοι αλλά και το πλακόστρωτο της εκκλησίας. Τραπεζάκια ξαναπλώθηκαν πάνω στην πλατεία (παλιότερα είχαν απαγορευτεί), καινούργια μαγαζιά άνοιξαν στη θέση των παλιών, κάποια ιστορικά παρέμειναν ως είχαν και εκεί κατευθύνομαι για αρχή. Ο παλιός Διόνυσος είναι το σουβλατζίδικο που σέρβιρε σουβλάκι σε όλους τους ηθοποιούς μιας εποχής (εδώ και στη Φωκίωνος Νέγρη έχουν γυριστεί πολλές ταινίες του ελληνικού κινηματογράφου, ενώ πάνω στην πλατεία έμενε η Έλλη Λαμπέτη και στα γύρω στενά ο Βουτσάς, η Σπεράντζα Βρανά κ.ά.). Μεγάλωσε γενιές και γενιές κυψελιωτόπαιδων και σήμερα έχει παραχωρήσει το αρχικό του πόστο σε νέο all day καφέ-μπαρ κι αυτός κρατάει για λογαριασμό του τον μεγάλο χώρο στην απέναντι γωνία. Δίπλα του κουρείο-κομμωτήριο με κούρεμα αντρικό-γυναικείο-παιδικό στα €3, είναι ανοιχτό κυριακάτικα και κόσμος περιμένει τη σειρά

ΕΙΝΑΙ ΣΤΗΝ ΚΥΨΕΛΗ

Η ιστορική πλατεία **Αγίου Γεωργίου**, έπειτα από μια σκοτεινή περίοδο, είναι τώρα ένα ζωντανό στέκι, γεμάτο κόσμο, πρωί-βράδυ

Της **ΝΕΝΕΛΑΣ ΓΕΩΡΓΕΛΕ** - Φωτό: **ΘΑΝΑΣΗΣ ΚΑΡΑΤΖΑΣ**

ΗΣ ΑΘΗΝΑΣ

του. Παραδίπλα πέφτω στο **Haydar**, το μίνι μάρκετ του Πατουάρι από το Μπαγκλαντές, που έχει τα πάντα: από τσιμιπιδάκια για κοριτσιίστικα κεφάλια μέχρι αρωματικά ρύζια αλλά και χαλβά της πατρίδας του. Μεσοτοιχία ο περίφημος φούρνος του **Τηλιγάδα**, με φημισμένα ψωμιά, εδώ ερχόταν και η μητέρα για τον άρτο τον επιούσιο. Κοληπτά η **Κυβέλη** (με logo που παίζει και με το Κυψέλη), χαριτωμένο μεζεδοπωλείο με μοντέρνα εμφάνιση και τραπεζάκια πάνω στην πλατεία. Οι φίλοι εδώ οργιάζουν: «*Έχει τα πιο νόστιμα-φτηνά πιάτα της Αθήνας!*». Ο **Θανάσης** και η **Σταυρούλα** έχουν το πιο μεγάλο μάρκετ, είναι στη συμβολή της Επτανήσου με την πλατεία, αυτό κι αν έχει τα πάντα. Τρόφιμα, μαναβικά, ράφια με ποτά και κρασιά, τύπο, τσιγάρα, τάβλια, άμα στα νεύρα το 'σπασες το παλιό, και ό,τι άλλο θες. Ο Θανάσης το λειτουργεί 20 χρόνια και μου λέει πως τα δύσκολα περάσανε για τη γειτονιά, τώρα οι ξένοι που μέινανε είναι νοικοκύρηδες, «*άσε που έχουμε και τουρισμό!*». Η περιοχή είναι γεμάτη με φοιτητές από την επαρχία (από τον καιρό που έμεινα κι εγώ εδώ η Κυψέλη λεγόταν φοιτητομάνα), φοιτητές Erasmus, αλλά είναι και τα περισσότερα

διαμερίσματα (κάποια ίσως έμειναν για χρόνια κλειστά) που πια έχουν μετατραπεί σε airBnB, με αποτέλεσμα προχτές να ακούω γύρω μου έναν ακταρμά από ξένες γλώσσες. Οι νοστιμιές της **Μαίρης** είναι από τους στυλοβάτες της νέας εξωστρεφούς εποχής της πλατείας, καμιά 25αριά χρόνια μαγειρεύει φρέσκο, σπιτικό φαγάκι, στα τραπέζια της θα δεις πάντα καλλιτεχνικό κοινό από τα πολλά θέατρα της περιοχής. Πάνω από το ταμείο βλέπω καρφίτσωμένη φωτό του Κουμανταρέα, «*τον είχε σαν παιδί της.*» μου λέει ψιθυριστά ο φίλος που όλα τα ξέρει – η ίδια η Μαίρη κουκλάρα και νεότατη εντωμεταξύ... Εδώ καθόμαστε, παρέα με τζαζ μουσικές από το διπλανό μπαρ. Τρώμε και πίνουμε με €25 και οι δύο. Χαζεύω τις πλούσιες πρασινάδες της πλατείας, μπροστά μου περνάει μια αφρικανή μαμά με u-πέ-ro-xo μαλλί και ρούχο, μαζί και η μικρή της κόρη που χαιρετάει έναν έναν τους καταστηματαρχες στη σειρά. Έχει μια ενέργεια τρομερή η παλιά μου πλατεία, συλλογιέμαι με αναπτερωμένη τρυφερότητα. Και είναι ανοιχτή, ανεπιτήδευτη, χύμα και μαζί (πάλι) νοικοκυρεμένη. Φιλόξενη. Τώρα, όπως και τότε. Βρε... μήπως και γύρναγα; **A**

7 στάσεις για ποτό, φαγητό, γλυκό

Διόνυσος Τα καλύτερα σουβλάκια, η πιο γρήγορη εξυπηρέτηση, και πολλά μαγειρευτά. Κάτσε κάτω από την τοιογραφία και άσε να σε εξυπηρετήσει ο γαλλολιβανέζος Ζορζ, 30 χρόνια στο πόστο του.

Ιτς α Βίλατζ Το all day ξεκινάει από το πρωί με καφέδες και όλα τα σχετικά, συνεχίζει μέχρι αργά το βράδυ με ποτά και κοκτέιλ. Συμπαθέστατα παιδιά στο σέρβις, πάρτι που μεταφέρονται και στην πλατεία.

Κυβέλη Πεντακάθαρο μαγαζί, πολλά μεζεδάκια, κολοκυθοκεφτέδες να παραμιλάς, κοτόπουλο χαρακίρι και τσίπουρα από την Πρέβεζα.

Οι νοστιμιές της Μαίρης Κατσιακάκι με πατάτες λουκούμι, λαχανοντολμάδες, παστίτσια, μουσακάδες, ψαράκι φρέσκο μικρό, καλό χύμα κρασί.

Σκαφιδάς Πα την αξεπέραστη τρούφα σοκολάτας, αλλά και για νουγκατίνες, σοκολατίνες, κολουράκια, μπατόν σαλέ κι ό,τι θυμάσαι από τα 70s (ανοιχτό από το 1967).

Αλλοτινό Μπαράκι με ατμοσφαιρικές μουσικές, καθαρά ποτά.

Δωδώνη Όλα τα ωραία αρχίζουν και τελειώνουν με ένα παρφέ. Μπορεί από το μακρινό 1973, που άνοιξε, μέχρι τις μέρες μας να έχουν προστεθεί και άπειρες άλλες γεύσεις, αλλά το παρφέ είναι αυτό που πάντα θα μας πηγαίνει στον Παράδεισο.

“Όλα είναι ανοιχτά κάθε μέρα, από νωρίς το πρωί μέχρι πολύ αργά το βράδυ



Διόνυσος



Ιτς α Βίλατζ



Κυβέλη



Οι νοστιμιές της Μαίρης



Σκαφιδάς

100 καλλιτέχνες

«Το Βιβλίο ως Έργο Τέχνης - Contemporary Artists' Books 2». Οι επιμελήτριες της έκθεσης, Φιόνα Μουζακίτη και Δέσποινα Σταύρου, δρουν από κοινού με την ονομασία Project 2 και παρουσιάζουν μια έκθεση με 400 εικαστικά βιβλία, φόρο τιμής σε μια μακρά καλλιτεχνική παράδοση. Τα «καλλιτεχνικά βιβλία» εμφανίστηκαν στις αρχές του 20ού αιώνα και εξελίχτηκαν σε πρωτότυπα και αυτόνομα έργα τέχνης, με κύρος υπογραφής. Σε διάφορες διαστάσεις και με διάφορα υλικά. Πίσω από μια ιδιαίτερη βιβλιοδεσία, τα Artists' Books περιέχουν ιδέες, έννοιες και προβληματισμούς που με ξεχωριστές τεχνικές χαρακτικής, γλυπτικής, φωτογραφίας, ζωγραφικής, εικόνας και ήχου συλλαμβάνουν τον καλλιτέχνη να δρα ελεύθερα και απαλλαγμένος από τις συμβάσεις μίας μόνο φόρμας. Στη συγκεκριμένη έκθεση, 100 καλλιτέχνες από τον χώρο των εικαστικών και της βιβλιοδεσίας παρουσιάζουν 400 «αντικείμενα» από τα βάθρα του χρόνου έως και την αυγή της ψηφιακής εποχής. Και όπως υπογραμμίζουν οι Project 2, «φιλοδοξεί να είναι η μεγαλύτερη και πιο ολοκληρωμένη έκθεση εικαστικών βιβλίων στην Ελλάδα». Εμβαθύνουμε.

Πού, πότε και με ποιον artist's book καλλιτέχνη ήρθατε για πρώτη φορά σε επαφή;

Φιόνα Μουζακίτη Πρώτη φορά είδα ένα artist's book σε ένα εργαστήριο χαρακτικής στο οποίο δούλευα. Ένα μικρό βιβλίο με μια σειρά χαρακτικών που απεικόνιζαν φυτά και δέντρα. Το βιβλίο αυτό μου έκανε ιδιαίτερη εντύπωση και μετά μέσω του διαδικτύου και του περιοδικού «Printmaking Today» άρχισα να ενημερώνομαι για εκθέσεις και κριτικές που αφορούσαν τα εικαστικά βιβλία. Ευκαιρία όμως να έρθω face to face και να ξεφυλλίσω πολλά εικαστικά βιβλία, είχα για πρώτη φορά στην έκθεση «Το Βιβλίο ως Έργο Έκνης - Contemporary artists' books», που οργανώσαμε με τη Δέσποινα το 2016 στον Σύλλογο Ελλήνων Αρχαιολόγων με θέμα τα artists' books. Η ευρηματικότητα και η αισθητική των βιβλίων μάς εντυπωσίασε.

Δέσποινα Σταύρου Στο παρελθόν είχα δει διάφορα artists' books, αλλά ενθουσιάστηκα πραγματικά όταν είδα τα βιβλιαράκια του καλλιτέχνη Νίκου Κρυωνίδη. Ονομάζονται «pick-up» και αποτελούνται περίπου από 20 σελίδες το καθένα, με πολύ ολοκληρωμένες ιδέες και πλούσιο υλικό. Μου άρεσε ιδιαίτερα η ιδέα ότι στις σελίδες ενός βιβλίου παρουσιάζονται πολλές μορφές τέχνης, όπως φωτογραφία, λόγος, ζωγραφική κλπ. και προβάλλονται έτσι ολοκληρωμένα και αναλυτικά οι ιδέες και οι απόψεις ενός καλλιτέχνη.

Πώς ορίζουμε ένα βιβλίο «έργο τέχνης»;

Φ.Μ. Ο όρος «artist's book» περιγράφει ένα βιβλίο το οποίο έχει σχεδιαστεί εξ ολοκλήρου από τον καλλιτέχνη ως ένα έργο τέχνης. Τα περισσότερα εικαστικά βιβλία κατασκευάζονται από τον ίδιο τον καλλιτέχνη και αποτελούν μοναδικά έργα τέχνης ή βγαίνουν σε περιορισμένα αντίτυπα. Δεν υπάρχει περιορισμός στη φόρμα ή στα υλικά που θα χρησιμοποιήσει ο καλλιτέχνης, αλλά σαν αφετηρία της έμπνευσής του παραμένει το βιβλίο ως έννοια ή μορφή.

Δ.Σ. Θέλω να προσθέσω ότι τα artists' books ξεφεύγουν από τη χρηστική ιδιότητα του βιβλίου που γνωρίζουμε. Ο καλλιτέχνης τα εξελίσσει και τα επεξεργάζεται ως ένα έργο τέχνης.

Τι θα δούμε στην έκθεση;

Φ.Μ. Η έκθεση παρουσιάζει περίπου 400 βιβλία σε διάφορα υλικά και διαστάσεις. Σκοπός της έκθεσης είναι να προβάλλει μια μεγάλη γκάμα εικαστικών βιβλίων προς τη μορφή και την έμπνευσή τους, συγχρόνως όμως να είναι δυνατή η αντίληψη της εξέλιξης και της

Οι Project 2, **Φιόνα Μουζακίτη** και **Δέσποινα Σταύρου**, μας μιλούν για τη μεγαλύτερη και πιο ολοκληρωμένη έκθεση εικαστικών βιβλίων στην Ελλάδα

Του **ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΣΙΤΣΟΠΟΥΛΟΥ**

Φωτό: **ΓΙΑΝΝΗΣ ΧΑΤΖΗΜΙΧΑΛΗΣ**

400 εικαστικά βιβλία



INFO
 «Το Βιβλίο ως Έργο Τέχνης - Contemporary Artists' Books 2»: Ανάπτυξη Σχολή Καλών Τεχνών (ΑΣΚΤ), Παλαιά Βιβλιοθήκη, Πειραιώς 256, ΤΚ 182 35 Αγ. Ιωάννης Ρέντης, Εγκαίνια: Παρασκευή 28 Σεπτεμβρίου 19.00 - 23.00. Διάρκεια: 28 Σεπτεμβρίου - 5 Οκτωβρίου 2018

ιστορίας του εικαστικού βιβλίου μέσα από τα εκθέματα που παρουσιάζονται. Έτσι έχουμε μια σειρά από livre d'artiste, μία πρώιμη μορφή του εικαστικού βιβλίου, έως και τελειώς εννοιολογικά έργα που βασίζονται στην έννοια ή στη μορφή του βιβλίου. Παράλληλα παρουσιάζονται βιβλία από καλλιτέχνες βιβλιοδέτες που μας παρέμπουν στην τέχνη της κατασκευής του βιβλίου.

Το από, χειροποίητο και κινητό έργο τέχνης με κωδικό artist's book, γέννημα των αρχών του 20ού αιώνα, μπορούμε να πούμε πως έρχεται σε κόντρα με την digital art των καιρών; Δεν δείχνει σαν παλιοκαιρίσιο απομεινάρι ενός αλλοτινού κόσμου;

Δ.Σ. Αυτό θα μπορούσαμε να το πούμε και για τη ζωγραφική και τη φωτογραφία. Εγώ δεν πιστεύω στην παλαίωση της τέχνης ούτε στον όρο «κόντρα» ανάμεσα σε δύο μορφές τέχνης. Θεωρώ ότι κάθε μορφή τέχνης εξελίσσεται και συμπληρώνει η μία την άλλη. Εξάλλου, τα ίδια τα artists' books είναι η ένωση πολλών μορφών τέχνης π.χ. χαρακτικής, φωτογραφίας, λόγου, γλυπτικής, και περιλαμβάνουν ακόμα και digital art.

Φ.Μ. Ίσως σε 200 χρόνια από τώρα να μην κυκλοφορούν πλέον βιβλία αλλά, πιστεύω, βιβλία έργα τέχνης θα υπάρχουν ως αισθητικά αντικείμενα ή ως μια άλλη μορφή τέχνης. Η έκθεση περιλαμβάνει ένα ψηφιακό βιβλίο με εικόνες και κείμενο που ο θεατής το ξεφυλλίζει ψηφιακά. Ίσως να είναι και αυτό μια μελλοντική μορφή των artists' books.

Στην Ελλάδα, πότε και από ποιους έχουμε τα πρώτα δείγματα;

Φ.Μ. Τα πρώτα βιβλία έργα τέχνης είναι τα livre d'artiste, δηλαδή βιβλία των οποίων η εικονογράφηση αποτελείται από πρωτότυπα έργα τέχνης, που συνήθως είναι χαρακτηριστικά και έχουν παραχθεί από τον ίδιο τον καλλιτέχνη. Τα livre d'artiste κυκλοφορούν σε περιορισμένα αντίτυπα και είναι πάντα υπογεγραμμένα από τον καλλιτέχνη. Τέτοιου είδους βιβλία έχουμε στην Ελλάδα από τη δεκαετία του '30 και ένα παράδειγμα είναι το λεύκωμα «La Grece byzantine et franque» με χαλκογραφίες του Λυκούργου Κογεβίνα του 1927. Livre d'artiste έχουν επίσης δημιουργήσει γνωστοί καλλιτέχνες, όπως ο Γιάννης Μόραλης κι ο Γιάννης Κεφαλληνός. Στην έκθεση παρουσιάζεται ένα ανάλογο βιβλίο που περιλαμβάνει 24 έγχρωμες ξυλογραφίες του χαρακτή Α. Τάσσου και αποτελεί εικονογράφηση της «Λυσιστράτης» του Αριστοφάνη σε μετάφραση Κώστα Βάρναλη. Όσο για την πιο σύγχρονη έννοια των artists' books, δεν γνωρίζω απόλυτα πότε πρωτοεμφανίστηκαν στην Ελλάδα, αλλά από τη δεκαετία του '70 έχουμε τέτοια δείγματα, όπως τα βιβλιάρια του Αλέξη Ακριθάκη που έχουν υλοποιηθεί και σχεδιαστεί από τον ίδιο τον καλλιτέχνη ως μοναδικά έργα τέχνης. **Α**

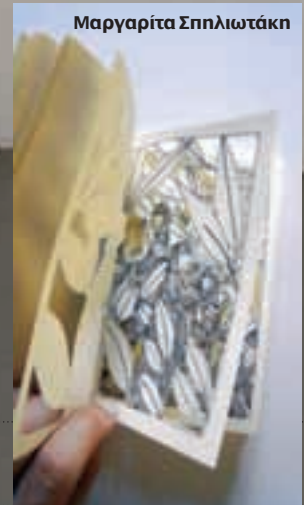
Μαρία Κομποτσιάνη



Θεόδωρος Μπρουσκομάτης



Μαργαρίτα Σπηλιωτάκη



ΣΤΗΝ ΑΣΚΤ



Coffee Roasteries

Το Third Wave Coffee, το κίνημα του specialty και όλες οι νέες τάσεις για τον καφέ

Της ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΚΑΜΠΟΣΟΥ

Φωτό Καταστημάτων:
ΘΑΝΑΣΗΣ ΚΑΡΑΤΖΑΣ, ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΤΑΤΣΗΣ,
ΣΟΦΙΑ ΠΑΠΑΣΤΡΑΤΗ, ΓΙΑΝΝΗΣ ΧΑΤΖΗΜΙΧΑΛΗΣ



Μπορεί να χωρέσει μια στιγμή ευτυχίας σε μια χούφτα; Αν είναι κόκκος καφέ, ναι. Μέχρι πριν λίγο καιρό ο καφές ήταν η αφορμή για επικοινωνία και ραντεβού. Σήμερα, ο specialty καφές, αυτός δηλαδή που είναι ανώτερης ποιότητας τόσο γευστικά όσο και από θέμα επεξεργασίας, αποτελεί από μόνος του τον λόγο που θα βγουν οι απαταχού coffee lovers. Εξειδικευμένα καφέ και καφεκοπτεία ξεφυτρώνουν στα στενά της Αθήνας, στην παρέα υπάρχει πάντα κάποιος πιο ψαγμένος με τα χαρμάνια, κάποιος που ίσως έχει ακόμα και τον προσωπικό του μπαρίστα, ενώ όλο και κάτι καινούργιο εμφανίζεται καθημερινά στους σχετικούς διαγωνισμούς ή στα social media αποδεικνύοντας ότι το θέμα καφές είναι ανεξάντλητο. Τελικά ένας μικροσκοπικός κόκκος είναι ικανός να διαμορφώσει μια ολόκληρη τάση στον τρόπο που απολαμβάνει κάποιος την αγαπημένη του συνήθεια.

Όροι όπως coffee roasters, blends, latte art μας είναι λίγο-πολύ γνωστοί. Το Τρίτο Κύμα όμως, a.k.a. Third Wave Coffee, αν και είναι μια τάση που απασχολεί τα τελευταία χρόνια την παγκόσμια κοινότητα του καφέ, στην Ελλάδα το γνωρίζουν σχεδόν αποκλειστικά οι επαγγελματίες και όσοι έχουν πραγματικό ψώνιο με τον καφέ. Παρόλα αυτά δεν αποκλείεται να εξελιχθεί σύντομα σε μόδα που δεν θα αφορά μόνο όσους ενδιαφέρονται για το fine tasting και living. Προκειμένου να μάθω ακόμα περισσότερα για τα roasteries και το Third Wave περιπλανήθηκα στο κέντρο της Αθήνας, σε νέους αλλά και καταξιωμένους ναούς του καφέ, και μίλησα με επαγγελματίες του χώρου που έχουν ανακρύψει τον «κόκκο» σε αντικείμενο λατρείας.

Πρώτος μου σταθμός το πιο πρόσφατο entry στον αθηναϊκό χάρτη του καφέ, το Coviari Micro Roastery στο Κολωνάκι. Το μαρμάρινο πάσο, το βελούδινο κάθισμα και η εντυπωσιακή του μπάρα παραπέμπουν σε λόμπι πεντάστερου ξενοδοχείου. Στο πολυτελές αυτό και πλήρως εξοπλισμένο coffee station, που

περιλαμβάνει καβουρδιστήρι και εσπρέσο bar με διάφορες συσκευές φίλτρου, με υποδέχεται ο **Χρήστος Λουκάκης**, ο Έλληνας μπαρίστας με τις υψηλότερες διακρίσεις στο εξωτερικό και με 17 χρόνια εμπειρία στον χώρο της εστίασης. Μου σερβίρει flat white, έναν ζεστό καφέ με διπλή δόση espresso που αναμειγνύεται αρμονικά με βελούδινο αφρόγαλα για ένα αποτέλεσμα με ένταση στη γεύση. Η επιλογή μου ωστόσο δεν είναι τυχαία, ο flat white, που ξεκίνησε από τη Νέα Ζηλανδία, τελευταία είναι νούμερο ένα στις δημοφιλέστερες τάσεις στους καφέδες. Με μέγεθος μεγαλύτερο από αυτό ενός macchiato ή ενός cortado, αλλά μικρότερο ενός latte, είναι θέμα καλού μπαρίστα αν το αφρόγαλα θα είναι τύπου microfoam, με όσο το δυνατόν ελάχιστη διόγκωση και μικρότερες κυψέλες αέρα. Ο espresso tonic, το αμέσως επόμενο στη μόδα. Ο Έλληνας, λοιπόν, ακολουθεί τάσεις, ψάχνεται. «Όλο και πιο συχνά θέλει να μαθαίνει την κάθε πληροφορία για τον καφέ που πίνει από τον μπαρίστα, από πού προέρχεται, σε ποια κατηγορία ανήκει σαν ποιότητα, αλλά και τι γευστικά χαρακτηριστικά θα βγάλει. Πολλοί από τους «καφετζήδες» για τον λόγο αυτό ίσως και να έχουν συναντήσει οι ίδιοι τον παραγωγό. Αυτό άλλωστε είναι και η ουσία του Τρίτου Κύματος» μου εξηγεί ο Χρήστος.

Πώς ξεκίνησε το Πρώτο Κύμα του καφέ όμως; Όπως λένε, πρωτοεμφανίστηκε στην Αμερική πίσω στο 1800 τότε που ο κόσμος ξεκίνησε τη συνήθεια του καφέ, αντικαθιστώντας αυτήν του τσαγιού. Το Δεύτερο έφτασε πολύ αργότερα, με την εδραίωση των μεγάλων αλυσίδων, που εκτός από espresso σέρβιραν και τα δικά τους ιδιαίτερα ροφήματα. Κατά το Τρίτο Κύμα, που μας ενδιαφέρει εδώ, η ποικιλία του κόκκου από τη συγκομιδή μέχρι το ψήσιμο άρχισε να απασχολεί άμεσα τον τελικό καταναλωτή, με αποτέλεσμα στις σύγχρονες μητροπόλεις να ανοίξουν καταστήματα που ψήνουν και σερβίρουν τον δικό τους «χειροποίητο» καφέ. Κάπως έτσι το κίνημα του specialty εδραιώνεται και στην Αθήνα και μάλιστα όχι άδικα,



καθώς η Ελλάδα έχει ανακηρυχθεί τρεις φορές πρωταθλήτρια «χώρα του καφέ» (2011, 2012 και 2014). Τα micro roasteries πληθαίνουν όχι μόνο στην πρωτεύουσα αλλά και σε επαρχιακές πόλεις, ενώ θυμίζουν κάτι από τα παλιά ελληνικά καφεκοπτεία. Ο πελάτης μπορεί να απολαύσει έναν καλό καφέ, αλλά να πάρει και για το σπίτι. Βέβαια δεν είναι εύκολο να ακολουθείς μια τάση σαν αυτή των roasteries, αν δεν πληρούνται οι κατάλληλες προδιαγραφές, π.χ. φυλασσομένες συνθήκες συγκεκριμένης υγρασίας και θερμοκρασίας για τον πράσινο και καβουρδισμένο καφέ.

Αλλά πώς ορίζεται ο καλός specialty καφές; Σύμφωνα με τον Χρήστο, «σε αυτό που θα πιεις καταλαβαίνεις διαφορετικά χαρακτηριστικά απ' ό,τι έχεις συνηθίσει. Ξεχωρίζω τη γεύση από την ποικιλία Γκέισα του Παναμά, από μια φάρμα που λεγόταν *Mama Cata*, την οποία χρησιμοποίησα το 2012 σε διαγωνισμό. Είχε έντονα φρουτώδη χαρακτηριστικά με υψηλή γλυκύτητα και οξύτητα ταυτόχρονα».

Η απάντηση στην ερώτηση γιατί να φας τέτοιο κόλλημα με τον καφέ και να αναλύεις τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και αρώματά του είναι παραπλήσια με το «Γιατί να κολλήσεις με το κρασί;». Μπορεί να έχουμε αποδεχτεί ότι είναι λογικό μια παλαιωμένη φιάλη οίνου να κοστίζει χιλιάδες ευρώ και να απασχολεί γευσιγνώστες παγκοσμίως που μελετούν τις γεύσεις και τις υφές του, αλλά κάποιος πιστεύουμε πως ο καφές έχει πολύ περισσότερα να δώσει. Εξάλλου, η λέξη «coffee» σημαίνει «κρασί του κόκκου» στα αραβικά. Και ένας καφές που φτιάχνεται με μεράκι μπροστά σου, είναι μια ιεροτελεστία, όπως οι Ιάπωνες όταν πίνουν το τσάι τους.

Θα συμφωνήσει και ο Στάθης Κορέμτας, που συναντώ στη δεύτερη στάση μου για καφέ, στο TAF της Εμμανουήλ Μπενάκη. Οι συστάσεις βέβαια είναι περιττές για το πρώτο specialty coffee shop της Αθήνας, με φήμη που έχει εξαπλωθεί και εκτός συνόρων. Ο Στάθης, από την άλλη, είναι πρωταθλητής Ελλάδας στο καφέ φίλτρου και τρίτος στον κόσμο.

Επιβεβαιώνει ότι το επίπεδο της Ελλάδας όσον αφορά τα «πρωταθλήματα» είναι πολύ υψηλό και είναι στο DNA του Έλλη-

☕ Μιχάλης Δημητρακόπουλος



Γλωσσάρι

Οι λέξεις που πρέπει να ξέρεις

Cupping Μέθοδος γευσιγνωσίας

Hand brew Παρασκευή φίλτρων με το χέρι

Single Origin & Single

Estate Τόπος προέλευσης του καφέ, φάρμα ή χώρα

Affogato Ρόφημα καφέ με παγωτό

Cold brew & cold drip Παγωμένος καφές με λίγο γάλα

Natural & Washed Οι πιο συκνοί τρόποι επεξεργασίας καφέ που συναντάμε

Γκέισα Εκλεκτή ποικιλία καφέ που έχει πρωταγωνιστήσει σε πολλά πρωταθλήματα καφέ

Κασκάρα Ρόφημα από τη σάρκα φρούτου του καφέ

Κορτάδο Εσπρέσο με λίγο γάλα



να ο ανταγωνισμός ακόμα και στον καφέ, με πολύ δυνατές ομάδες να σαρώνουν τα βραβεία τα τελευταία χρόνια. Η ιδιότητα του μπαρίστα με το κίνημα του specialty άρχισε να διαδίδεται γύρω στο 2008-9 και έκτοτε να γίνεται κατά κάποιο τρόπο μόδα, σαν αυτή των σεφ. Άλλωστε ο «καφετζής», όπως μου λέει ο Στάθης, είναι και μάγειρας πλέον, χρησιμοποιεί συνταγές, δουλεύει με συγκεκριμένα γραμμάρια, εκπαιδεύεται για το πιο απαιτητικό κοινό, ξέρει από γκουρμεδιές.

«Ο καφές φίλτρου είναι η γκουρμέ εκδοχή του καφέ. Μια συνήθεια διαδεδομένη κυρίως στη βόρεια Ευρώπη, που κερδίζει τον Έλληνα όλο και περισσότερο. Ο εσπρέσο είναι άμεσος, έρχεται μπροστά σου, τον πίνεις, τελειώσε. Για τον φίλτρου περιμένεις 2-3 λεπτά, μέσα σε αυτό το διάστημα εξηγείς και μπροστά στον καταναλωτή πώς γίνεται, αλλάζει κατά τη διάρκεια που τον πίνεις και έχει περισσότερες γεύσεις. Στα συν βέβαια και οι εκδοχές παγωμένου φίλτρου που είναι μεγάλες τάσεις στην Ελλάδα, όπως cold brew ή cold drip. Εξάλλου είμαστε μια χώρα που λόγω κλίματος αποζητάμε κρύους καφέδες».

«Iced coffee kills barista» μαθαίνω σε μια άλλη «γωνιά» του καφέ, στο Θησείο. Ο Μιχάλης Δημητρακοπουλος, παγκόσμιος πρωταθλητής το 2016 στον διαγωνισμό των barista «World Coffee in Good Spirits», barista trainer στο The Underdog, μου εξηγεί ότι δεν έχει να κάνει με το αν μπορούμε να αποχωριστούμε κάτι, αλλά αν έχουμε τη διάθεση να δοκιμάσουμε νέα προϊόντα και να μπορούμε να τα αξιολογήσουμε σύμφωνα με τα «θέλω μας» και σύμφωνα με το «value for money». Πατι να μην ξέρεις ακόμα και στον καφέ τι δίνεις και αν αξίζει; Στην τελική, οι λεπτομέρειες είναι που χαρίζουν ενδιαφέρον στη μέρα μας και είναι αρκετές για κάποιον να αλλάξει τη ζωή του. Ο Μιχάλης είναι ζωντανό παράδειγμα:

«Βλέποντάς το από τη δική μου εμπειρία αφήνοντας την Πάτρα, κατάλαβα πως σημασία έχει να κάνεις κάτι που αγαπάς πραγματικά! Η Αθήνα είναι μια πόλη με πολλές ευκαιρίες, όπως όλοι ξέρουμε. Και η εστίαση ένας τεράστιος κλάδος με περισσότερες πιθανότητες για άμεση δουλειά! Έτσι, αρκετά νέα παιδιά από την επαρχία, που αγαπούν τον καφέ, έρχονται στην πρωτεύουσα, γιατί θέλουν να μάθουν σωστά την τέχνη του από ανθρώπους του κύριου, παρακολουθώντας μαθήματα. Είναι σημαντικό να έχεις γνώση πάνω σε αυτό που εργάζεσαι και αγαπάς. Παρ' όλα αυτά, πολλοί είναι και οι καταναλωτές που θα παρακολουθήσουν σεμινάρια προκειμένου να μάθουν τι πίνουν!».



☕ Χρήστος Λουκάκης

ΦΩΤΟ: ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΛΕΑΝΘΗΣ



☕ Στάθης Κορέμας

ΦΩΤΟ: ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΛΕΑΝΘΗΣ

Γίνε ο τέλειος μπαρίστα



Ένας λάτρης του καφέ θέλει συχνά να ετοιμάσει και να απολαύσει το αγαπημένο του ρόφημα χωρίς να βγει από το σπίτι του. Εάν συγκαταλέγεται κι εσύ σε αυτή την κατηγορία, διάβασε παρακάτω πώς μπορείς να γίνεις barista του εαυτού σου!

Για έναν καφέ φίλτρου θα χρειαστείς έναν μύλο άλεσης, έναν βραστήρα και μια κανάτα. Χρησιμοποιείς 15 γρ. καφέ και 250 ml νερό. Μη ξεχάσεις να φιλτράρεις διπλά το νερό από την κανάτα και ο συνολικός χρόνος εκχύλισης να κυμαίνεται στα 2-2,5 λεπτά. Voilà!

Αν, πάλι, θες να ξεκινάει η μέρα σου με τη μυρωδιά του σπιτικού espresso θα πρέπει να βρεις την οικιακή μηχανή που ταιριάζει στις ανάγκες σου και χωράει στον πάγκο της κουζίνας σου.

Η illycaffè προσφέρει ποιοτικές και μοντέρνες λύσεις σε καφετιέρα. Οι μηχανές espresso illy υποβάλλονται σε αυστηρούς ελέγχους, ώστε να πληρούνται όλες οι προδιαγραφές ποιότητας, ενώ είναι εύχρηστες και με ιδιαίτερο design, σχεδιασμένες ειδικά για τον προσωπικό σου χώρο.

Εξίσου αξιόπιστη λύση για την παρασκευή ενός άριστου espresso είναι μια μηχανή espresso Dimello, που σε συνδυασμό με τις χάρτινες μερίδες Dimello είναι ό,τι χρειάζεσαι για να ετοιμάσεις καφέ εύκολα, γρήγορα και καθαρά.

Στα Starbucks μπορείς να απολαύσεις τον καφέ σου, όπως ακριβώς τον θέλεις μέσα από κλασικές και αγαπημένες επιλογές με βάση τον espresso ή καφέ φίλτρου, ενώ παράλληλα μπορείς να προμηθευτείς όλα όσα χρειάζονται για να φτιάξεις μια τέλεια κούπα καφέ στο σπίτι ή το γραφείο. Διαλέγεις μέσα από 11 ποικιλίες καφέ σε κόκκους (με δυνατότητα να αλεστούν από τους baristas των καταστημάτων ανάλογα με την καφετιέρα που έχεις), Starbucks®espresso κάψουλες, καφετιέρες για διαφορετικούς τρόπους εκχύλισης και αξεσουάρ καφέ.

The MoB



Το all day στέκι των βορείων προαστίων

All day café bar με φίλους από όλα τα βόρεια προάστια, όχι μόνο για την προνομιακή του τοποθεσία αλλά και για την αισθητική του, τη φιλοξενία του και όλα τα ωραία που προσφέρει. Η μέρα στο The MoB ξεκινάει από νωρίς, από τις 9 το πρωί με καλοφτιαγμένο premium 100% arabica καφέ, και από τις 12 το μεσημέρι έως και τις 12 το βράδυ η κουζίνα του προτείνει εξαιρετικά πιάτα, όπως τη φρεβερή ιταλική pizza με χειροποίητο ζυμάρι που έχει γίνει talk of the town στο Μαρούσι και όχι μόνο. Το μενού περιλαμβάνει ακόμη φρέσκες σαλάτες, νόστιμα burgers, pasta

και άλλα, όλα τους ποιοτικά και φτιαγμένα με άριστες πρώτες ύλες. Το The Mob είναι ιδανικό, επίσης, και για ένα απογευματινό κρασάκι μετά τη δουλειά ή τα ψώνια ή για ένα κοκτέιλ, με τη λίστα να περιλαμβάνει εκτός από τα κλασικά και κάποια ιδιαίτερα δημιουργικά signatures. Κάθε Σάββατο τις μουσικές επιλέγει dj και όσο χειμωνιάζει το The MoB θα διοργανώνει πάρτι και live, για τα οποία μπορείτε να ενημερωθείτε από τη σελίδα του στο Facebook.

● Βορέα 8, Μαρούσι, 2108067942, fb: The Mob



Ante Post



Η άκρως γοητευτική γωνιά του Κολωνακίου

Λένε πως η καλαισθησία και το καλό γούστο δεν μπορούν να κρυφτούν και αυτό ισχύει για το πολύ γοητευτικό ANTE POST. Την επιμέλεια του χώρου αλλά και τα έργα τέχνης που φιλοξενούνται σε αυτόν έχει επιμεληθεί ο αρχιτέκτονας και ζωγράφος Σπύρος Διβάρης, ο οποίος, μιας και δεν είναι του «χώρου» όπως λέει ο ίδιος, λειτούργησε και συνεχίζει να λειτουργεί ως «επισκέπτης». Ότι θα άρεσε σε εκείνον αν ήταν πελάτης. Και να που το γούστο του αγκαλιάστηκε από εκατοντάδες ανθρώπους. Από τον πολύ ποιοτικό καφέ Portioli, τις ποικιλίες τσαγιών και ροφημάτων, μέχρι την υψηλής ποιότητας κουζίνα, η οποία πάντα με εξαιρετικά υλικά ετοιμάζει

σαλάτες, πίτσες, ποικιλίες αλλαντικών και τυριών, σάντουιτς (και ανοιχτά), ενώ το επόμενο διάστημα θα συμπεριλάβει στο μενού και κάποια ζεστά πιάτα. Όλα τα παραπάνω είναι εξαιρετικά συνοδευτικά για τα εκλεκτά κρασιά, ποτά και κοκτέιλ, με το ANTE POST να ακούει αρκετή κλασική μουσική και να μένει ανοιχτό μάλλον έως αργά, αν και εμείς σας προτείνουμε να το συναντήσετε την καλύτερη, ίσως, ώρα της ημέρας: Κάπου στο απόγευμα, μετά τη δουλειά. Θα το αγαπήσετε.

● Πατριάρχου Ιωακείμ 46 & Πλουτάρχου, Κολωνάκι, 2107237378, fb: ANTE POST



everest®

ΔΕΥΤΕΡΑ 1 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Στην Παγκόσμια Ημέρα Καφέ,
γιορτάζουμε τη **νέα μας εμφάνιση**
και **κερνάμε!**



Απολαύστε
το αγαπημένο σας
ρόφημα σε
μεγαλύτερο
μέγεθος,
χωρίς επιπλέον
χρέωση!

ΠΑΡΑΓΓΕΙΛΕ ΤΩΡΑ ΣΤΟ NEO everest app Ή ΣΤΟ www.everest.gr



Η προωθητική ενέργεια ισχύει για την Παγκόσμια Ημέρα Καφέ, Δευτέρα 1 Οκτωβρίου, στα καταστήματα everest με την εθνική σήμανση και μπορεί να διακοπεί χωρίς προηγούμενη προειδοποίηση. Με την παραγγελία οποιουδήποτε ροφήματος σε Single ή Regular μέγεθος, ο πελάτης αποκτά το δικαίωμα στην προσφορά αναβάθμισης του ροφήματος στο αμέσως μεγαλύτερο μέγεθος, δηλαδή το Single αναβαθμίζεται σε Regular και αντίστοιχα το Regular σε Grande, χωρίς επιπλέον χρέωση. Στην προωθητική ενέργεια συμμετέχουν όλα τα ροφήματα του τιμοκαταλόγου που προσφέρονται σε Regular ή Grande μέγεθος. Εξαιρούνται τα ροφήματα που διατίθενται μόνο σε Single ή μόνο σε Regular μέγεθος (Americano, Espresso Freddo, Americano Freddo, Nescafe Azera Cold Brew, Espresso Shots, Τσάι). Η προσφορά δεν συνδυάζεται με άλλες προσφορές ή ειδικές τιμές.



Οι καλύτερες ιστορίες καφέ συμβαίνουν στην Πετρούπολη

«Στέκια» γίνονται τα μέρη εκείνα που έχουν μια καλή ιστορία να σου αφηγηθούν. Η ιστορία του Streetwise ήταν τόσο καλή και τόσο ακαταμάχητα νόστιμη που δεν ήρθαν μόνο άνθρωποι από τη γύρω περιοχή για να την ακούσουν, αλλά από όλη την Αθήνα. Όλοι θέλαμε να δούμε από κοντά το μυστικό που κάνει τόσο επιτυχημένα τα Streetwise cocktails. Μα πάνω απ' όλα θέλαμε να μάθουμε τι δίνει σε αυτό το όμορφο στέκι της Πετρούπολης τη φήμη ενός από τα καλύτερα coffee spots της πόλης. Καθημερινά λοιπόν στο Streetwise θα βρεις 3 διαφορετικές ποικιλίες καφέ (της κορυφαίας εταιρείας TAF), δύο σταθερές και μία που παίζει ρόλο... guest star. Αυτό σημαίνει ότι ανά δύο εβδομάδες σε περι-

μένει και ένας διαφορετικός single estate καφές. Αν δυσκολεύεσαι να διαλέξεις ανάμεσα στις ποικιλίες, απλά ζήτη βοήθεια από το εξειδικευμένο προσωπικό. Κι επειδή είναι σίγουρο ότι όλες τις ποικιλίες θα τις αγαπήσεις, μάθε ότι όλα τα χαρμάνια υπάρχουν και σε συσκευασίες των 250γρ. για να τους απολαμβάνεις και στο σπίτι. Αν και μέσω της υπηρεσίας delivery "Inside the Box" (το μικρό αδερφάκι του Streetwise) ο specialty coffee roasted by TAF και το ποιοτικό comfort food φτάνουν έως την πόρτα σου καθημερινά 08.00-22.00.

● 25ης Μαρτίου, 210 5019559, www.streetwisebar.gr, Fb: @streetwisebar, [instagram: streetwisebar](https://www.instagram.com/streetwisebar)



Γιώργος Δανιήλ, bar manager

Το διακριτικό και κοσμοπολίτικο στέκι του Γιώργου Δουδέση

Το στιλάτο και ζεστό G Café Bar φέρει την υπογραφή του Γιώργου Δουδέση και αυτό από μόνο του λέει πολλά. Ατμοσφαιρικό και κοσμοπολίτικο, μεσοτοιχία με το φημισμένο κομμωτήριο του Γ.Δ., αποτελεί meeting point από νωρίς το πρωί έως αργά το βράδυ. Θα απολαύσετε τον εξαιρετικό καφέ Buondi ο οποίος συνοδεύεται από το φημισμένο πια κέικ πορτοκάλι, όπως πάντα νόστιμη διεθνή κουζίνα, καλοφτιαγμένο brunch, αλλά και δημιουργικά κοκτέιλ στη συνέχεια της ημέρας. Με θαμώνες κατοίκους της γειτονιάς του Κολωνακίου,

ανθρώπους που διατηρούν το χώρο εργασίας τους, καθώς και ανθρώπους από το χώρο του πολιτισμού, της τέχνης και της μόδας, το G είναι διακριτικό και έτσι ακριβώς θα σας φερθεί. Από τις σελίδες του στο Facebook και στο Instagram μπορείτε να ενημερώνεστε για τα live, τα πάρτι και άλλα events που συχνά πραγματοποιεί.

● Βουκουρεστίου 39, 2103629086, www.gcafebar.gr, fb: Georgios Doudessis G Café Bar, [Insta: gcafebar](https://www.instagram.com/gcafebar)





Τα urban spots της Αθήνας και της Θεσσαλονίκης

Ο καφές είναι μια μυστήρια υπόθεση, αν τον αγαπάς πολύ. Δεν θέλει μόνο να τον απολαμβάνεις στη σωστή θερμοκρασία, στις δόσεις που πρέπει και στις ποικιλίες που επιθυμείς. Ζητάς κάτι παραπάνω, ένα μέρος που αισθάνεσαι πως είναι το κατάλλη-



λο για να τον απολαύσεις. Σερβίροντας 16 διαφορετικά είδη καφέ, η Εφημερίδα ΑΘΗ και η Εφημερίδα SKG, σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη αντίστοιχα, είναι τα urban spots που διαλέγει όποιος θέλει να χάνεται μέσα στο πλήθος αλλά να διατηρεί παράλληλα και την ιδιωτικότητα των στιγμών του. Να νιώθει την παρέα αλλά να έχει και την άπια του. Να χαζεύει τα έργα τέχνης στους τοίχους και να διαβάξει στους τοίχους τις σκέψεις, τα συνθήματα και τις αφιερώσεις των ανθρώπων που πέρασαν από εκεί και έγραψαν με μαρκαδοράκι. Να συνοδεύει την κούπα και το φλιτζάνι του με προσιτές νοστιμιές όπως μια ομελέτα, μπαγκέτα

και pancake της αρεσκείας του, αν δεν του φτάσουν τα μπισκοτάκια που έρχονται ούτως ή άλλως. Να πηγαίνει ένα βήμα παρακάτω να είναι coffee lover διαλέγοντας το κοκτέιλ Espresso Martini με καφέ, βότκα και λικέρ. Να ξέρει πως take away δεν σημαίνει

λιγότερη φροντίδα. Να αισθάνεται το ίδιο άνετα είτε θέλει να πεταχτεί για ένα γρήγορο πέρασμα είτε θέλει να λιώσει στο άραγμα. Μήπως για αυτό έγινε ένα αγαπημένο μέρος που διαλέγουν όσοι έχουν αδυναμία να «κεντράρουν» στην πόλη; Σκεφτείτε το, αφού την επισκεφτείτε.

● **Εφημερίδα ΑΘΗ: Βησσαρίωνος 9 & Σίνα 6, Αθήνα, [facebook.com/EfimeridaATH](https://www.facebook.com/EfimeridaATH)**

● **Εφημερίδα SKG: Φιλικής Εταιρίας 11, Θεσσαλονίκη, [facebook.com/EfimeridaCafe](https://www.facebook.com/EfimeridaCafe)**





Ο καφές στα καλύτερά του σε έναν μοντέρνο και hip χώρο

Μοντέρνος, φιλόξενος και hip χώρος, με επιρροές από τα ευρωπαϊκά new age specialty coffee shops, σε ένα από τα πιο κεντρικά σημεία της πόλης, μεταξύ του ιστορικού θεάτρου Ρεξ και του κινηματογράφου Ideal. Δεν είναι καθόλου τυχαία τα σχόλια επισκεπτών σε διεθνείς ταξιδιωτικές σελίδες, που έχουν να το λένε για τον εξαιρετικό του καφέ. Το Foyer αποτελεί ένα multi-roaster specialty espresso bar, το οποίο φιλοξενεί διακεκριμένους coffee roasters από διάφορες πόλεις της Ευρώπης που εναλλάσσονται ανά διαστήματα, ενώ οι εκπαιδευμένοι επαγγελματίες baristas θα απαντήσουν σε κάθε σου απορία σχετικά με τον καφέ. Μάλιστα, θα σου δώσουν και πολύτιμες συμβουλές για να αγοράσεις τους κόκκους καφέ που σερβίρονται και ακόμη περισσότερους,

μαζί με τον ανάλογο εξοπλισμό, για να απολαμβάνεις τον καφέ σου στο σπίτι ή στο γραφείο.

Δίπλα στον καφέ επάξια στέκονται σνακ και γλυκά, μεταξύ των οποίων και vegan επιλογές, όπως chia pudding, banana bread ή ωμοφαγικές μπάρες δημητριακών, τα οποία φτιάχνονται εδώ και είναι πάντα φρέσκα ή σε συνεργασία με επιλεγμένα τοπικά ζαχαροπλαστέια ή εστιατόρια. **Tip:** Το lounge στον πρώτο όροφο του μαγαζιού είναι ιδανικό για διάβασμα.

● Πανεπιστημίου 46, 2103800047, fb: Foyer Espresso Bar, insta: foyer.espressobar



Πάθος και συνεχής εξέλιξη στον καφέ

Το 2009 δημιουργήθηκε το Eighteen Screen Coffee Roastery, ένα specialty coffee project με βάση τις διεθνείς προδιαγραφές του SCA (Specialty Coffee Association), που αφορούν τη συγκομιδή, την επεξεργασία και το καβούρδισμα. Ο πιστοποιημένος Barista Roaster Πάννης Γκιουρτζιάν έχει πάθος για τον καφέ και με οδηγό αυτό και τη δημιουργικότητά του φέρνει στο μοναδικό Eighteen Screen την καλύτερη ποιότητα. Όντας στο τιμόνι των HBA (Hellenic Barista Association), First Crack Coffee & Mont Blanc Coffee Roasters εξελίσει αυτό το πάθος μέσω της σκληρής δουλειάς. Στο Eighteen Screen επιλέγονται

πάντα καφέδες μοναδικής προέλευσης και single estate, single origin καθώς και microlots από μικροκαλλιεργητές ανά τον κόσμο, έτσι ο καφές έγινε αμέσως αγαπητός και το Eighteen Screen σημείο αναφοράς. Εδώ οι άνθρωποι προσπαθούν να ψάχνονται και να εξελίσσονται καθημερινά σε ό,τι αφορά τον καφέ, ενώ θα απολαύσετε και νόστιμα σνακ τα οποία παρασκευάζονται πάντα με φρέσκα υλικά.

● Τζαβέλλα 88, Πειραιάς, 2104120631, www.eighteenscreen.gr, fb: EighteenScreen Coffee Roastery





Ταξιδεύοντας σε ολόκληρο τον κόσμο για τα καλύτερα χαρμάνια

Τα Coffee Lab ξεκίνησαν από τη Χαλκίδα το 2009, ως το πρώτο και αυθεντικό coffee shop 3ης γενιάς, προσφέροντας ροφήματα από ιδιαίτερες ποικιλίες καφέ μοναδικής προέλευσης (single origin). Το πρώτο κατάστημα, πολύ γρήγορα, προσέλκυσε το ενδιαφέρον και καθιερώθηκε ως το καθημερινό σημείο συνάντησης της περιοχής. Εμπνευστής και ιδιοκτήτης των Coffee Lab, ο Barista Champion 2008 - 2009, Στέλιος Ρουμελιώτης, με εμπειρία άνω των 12 ετών στον χώρο του καφέ, και έχοντας παράλληλα διατελέσει υπεύθυνος εκπαίδευσης και στέλεχος παραγωγής σε μεγάλες εταιρείες του χώρου, δημιούργησε ένα αυθεντικό street concept του 3ου κύματος του καφέ (3rd wave coffee movement).

Ο ίδιος λέει: «Ταξιδεύουμε σ' όλο τον κόσμο, στα μέρη που οι κόκκινοι καρποί του καφέ ωριμάζουν νωχελικά, στις πλαγιές των βουνών του Ισημερινού. Από τον τροπικό του Αιγόκερω μέχρι τον τροπικό του Καρκίνου συναντάμε τις καλύτερες ποικιλίες καφέ. Γνωριζόμαστε με τους μικρούς παραγωγούς, δημιουργούμε σχέσεις και ανταλλάσσουμε γνώσεις για τα μυστικά του καφέ. Σεβόμενοι το περιβάλλον και την τοπική κοινωνία (sustainability) κλείνουμε την καλύτερη σοδειά τους, από τους ανώτερης ποιότητας μονοποικιλιακούς καφέδες, Arabica

100% (direct trade). Έτσι φέρνουμε στους φίλους των Coffee Lab εξαιρετικής ποιότητας καφέδες με ονομασία προέλευσης (traceability)».

Στα Coffee Lab η μεγάλη διαφοροποίηση αφορά στη φιλοσοφία όσον αφορά στην ποιότητα των προϊόντων. Ο επισκέπτης τους έχει τη δυνατότητα να διαλέξει ανάμεσα σε 4 προτάσεις από μονοποικιλιακούς καφέδες και δεν υπάρχουν χαρμάνια άγνωστης προέλευσης.

Επίσης, η σοκολάτα είναι αυθεντική από την καλύτερη ποιότητα κακάο κι όχι σκόνη, ενώ οι ποικιλίες τσαγιού δεν είναι επεξεργασμένες αλλά εντελώς φυσικές, έρχονται από την Ινδία και τις άλλες χώρες της Ανατολής και συνδυάζουν εξαιρετικές ευεργετικές ιδιότητες και αρώματα.

Σήμερα τα Coffee Lab αποτελούν την πιο δυναμική αλυσίδα, με περισσότερα από 85 καταστήματα σε Ελλάδα και Κύπρο, και με μεγάλο αριθμό νέων, υπό κατασκευή. Μέσα στον Οκτώβριο θα ξεκινήσουν τη λειτουργία τους 4 νέα καταστήματα στην Κύπρο ενώ μέχρι το τέλος του έτους θα λειτουργούν τα πρώτα Coffee Lab και στην Αίγυπτο.

www.coffeelab.gr



Καρυ



Βόλτα στο κεφάτο και πολύχρωμο all day bar του Ελληνικού

Ένα πολύ ιδιαίτερο και κεφάτο all day bar, μια ανάσα από το μετρό του Ελληνικού, στεγασμένο σε μια όμορφη μονοκατοικία με έναν πανέμορφο κήπο. Εδώ όλοι οι καλοί χωράνε και δεν ενοχλείται κανείς από κανέναν – υπάρχει ράμπα για καρτοσάκια, ενώ είναι και pet friendly. Θα απολαύσετε ποιοτικό καφέ Irapema, καλοφτιαγμένα σνακ όπως ποικιλίες τυριών και αλλαντικών, πίτες αλλά και γλυκά και όσο περνάει η ώρα το Καρυ αρχίζει να παίρνει περισσότερο μπαρ χαρακτήρα, με πλούσιο κατάλογο κοκτέιλ και πολλές ετικέτες από μπύρες. Όταν χειμωνιάσει λίγο θα αρχίσει και τα live με latin, rock, reggae και blues μπάντες, γι' αυτό να γίνετε φίλοι στο Fb να τα μαθαίνετε εγκαίρως. Καθημερινά από τις 11 το πρωί έως αργά.

● Χαλδεΐας 34, Ελληνικό, 2109606760, fb: Kapu coffee-drinks-cocktails



Mojo



Βόλτα για καφέ στον μουσικό κήπο της πόλης

Το ξέρεις ως το μπαρ που έχει γράψει τη δική του ιστορία στην αθηναϊκή νύχτα. Αλλά το Mojo δεν είναι μόνο αυτό. Η όμορφη και δροσερή του αυλή, η οποία έχει χαρακτηριστεί ως ο μουσικός κήπος της Αθήνας, αποτελεί μια μικρή οάση στο κέντρο της πόλης για να απολαύσεις έναν άκρως ποιοτικό καφέ TAF, φτιαγμένο από τους εκπαιδευμένους bartenders του Mojo. Αν πάλι είσαι φίλος του τσαγιού, θα βρεις βιολογικά τσάγια Chelsea, ζεστά και κρύα, αλλά και εξίσου ποιοτικά και νόστιμα σνακ. Να θυμάσαι ότι η αυλή θα μείνει ανοιχτή περίπου μέχρι το τέλος Οκτώβρη, αλλά και μετά ένα κομμάτι της θα στεγαστεί, για μοναδικές στιγμές ρομαντζάδας υπό τους ήχους κάποιας βροχής.

● Παπαδιαμαντοπούλου 36, Ιλίσια, 2107757033, fb: Mojo Club



Κόκκοι Café



Το παρεϊστικό στέκι της Ασκληπιού

Συζητήσεις επί συζητήσεων, γνωριμίες, μικρά απογευματινά παρτάκια και πολύ χαλαρή ατμόσφαιρα. Με δυο λόγια αυτοί είναι οι Κόκκοι, αγαπημένο στέκι στο κέντρο ήδη από το 2002. Από τις 9 το πρωί θα σας σερβίρει καλοφτιαγμένο καφέ Arabica που προμηθεύεται στη λογική του fair trade (δίκαιο εμπόριο), θα σας προσφέρει κρύα σάντουιτς, νόστιμα ντακάκια, σαλάτες αλλά και ποικιλία, πάντα με προσοχή στην ποιότητα, ενώ το απογευματάκι μέχρι και τη μία-δύο που μένει ανοιχτό, είναι ιδανικό για χαλαρό ποτάκι, ένα κρασί, μία ρακή, με διακριτικές φάνκι, σόουλ, τζαζ και ροκ μουσικές. Τίμιο.

● Ασκληπιού 39, 2103641981, fb: Κόκκοι Café



Alley Café Bistro



Το μικρό μυστικό της πόλης με τον σπουδαίο καφέ

Γλυκό σαν παριζιάνικο μπιστρό, το Alley Bar αποτελεί μια νότα αισιοδοξίας στην πόλη. Ξαν μια μικρή νησίδα αναζωογόνησης, θα σας προσφέρει έναν από τους καλύτερους καφέδες του κόσμου: τον πολυβραβευμένο ιταλικό Filicori Zecchini, διά χειρός, μάλιστα, του φημισμένου εκπαιδευτή bartenders Θεωρή Βρύνια. Στο ζεστό και φιλόξενο περιβάλλον του Alley Bar θα απολαύσετε ακόμη βιολογικά τσάγια, ποιοτικά σπιτικά γλυκά, σνακ που παρασκευάζονται την ώρα της παραγγελίας πάντα με φρέσκα υλικά, αλλά και δημιουργικά κοκτέιλ και επιλεγμένες ετικέτες κρασιών όσο περνάει η ώρα. Θα το βρείτε ανοιχτό καθημερινά από τις 6 το πρωί έως τις 12 το βράδυ.

● Εβρου 49, Αμπελόκηποι, 2107700171, fb: ALLEY CAFÉ & BAR





Μονοποικιλιακός καφές και τέλεια πρωινά για να αρχίσει η μέρα σου όπως πρέπει

Έγινε πρώτα γνωστό για τα cocktails και τις κεφάτες μουσικές που έκαναν και τις πιο αδιάφορες νύχτες να μοιάζουν μαγικές. Έπειτα, ήρθαν τα πλουσιοπάροχα brunch (καθημερινά 09.00-17.00) και στην οδό Στίλπωνος τα μεσημεριανά διαλείμματα άρχισαν να έχουν τη μυρωδιά ξεφουρισμένης πίτσας και λαχταριστών μακαρονάδων. Αυτό που μετέτρεψε όμως το Geppetto σε στέκι ήταν τα πρωινά που άρχιζαν με το άρωμα του καφέ. Στο Geppetto θα πεις μονοποικιλιακό καφέ από το Περού (εντελώς δυσεύρετο στην

Αθήνα), ολόσωστα φτιαγμένο μια που την παρασκευή του αναλαμβάνουν εξειδικευμένοι baristi. Αυτός ο τέλειος καφές θα φτάσει στο τραπέζι σου με το συνοδευτικό που του αξίζει: κρουασάν βουτύρου ή σπιτικό κέικ, που ψήνεται εδώ καθημερινά και μοσχοβολάει. Κι αν δεν σου φτάνει αυτό, επέλεξε μια από τις προτάσεις των πλούσιων πρωινών, που περιλαμβάνουν τα άπαντα του αυγού. Πόσο καλύτερα να αρχίσει η μέρα σου;
 ● Στίλπωνος 2, Παγκράτι, 2107525665, Fb: @geppettothebar



Το στέκι που άλλαξε για πάντα την πλατεία Αγίας Ειρήνης

Πέρασαν κιόλας 6 χρόνια από την ημέρα που το ZAF εμφανίστηκε στην πλατεία Αγίας Ειρήνης και άλλαξε την εικόνα της περιοχής. Χαλαρό άραγμα το πρωί, πάρτι μετά, φλερτ και πάντα μια διάθεση ότι κάτι καλό θα συμβεί. Με την ίδια διάθεση συνεχίζει και σήμερα το ZAF, φροντίζοντας πάντα να μας έχει τα καλύτερα. Από τον εξαιρετικό 100% Arabica καφέ Buondi, τα πλούσια brunch που σερβίρονται καθημερινά 10.30 με 13.30, τη χορταστική κουζίνα

με σαλάτες, burgers, κλαμπ σάντουιτς κ.λπ., τα δημιουργικά κοκτέιλ, τις ωραίες μουσικές και τα events, σε ένα μαγαζί που έχει πάντα κόσμο. Extra tip: Το ZAF φέρνει άρωμα Oktoberfest στην πόλη και μέχρι και τις 30/9 μπορείτε να απολαύσετε 1 πλατό λουκάνικων με 2 παγωμένες Kaiser Pilsner μόνο με €10!

● Αγίας Ειρήνης 8, fb: ZAF café-bar





Το σάνταρ στέκι για καλό καφέ στη Νέα Σμύρνη

Αγαπημένο και κλασικό στέκι πάνω στην πλατεία της Νέας Σμύρνης, εδώ και χρόνια ξυπνάει τους κατοίκους της περιοχής με τον αρωματικό καφέ και τα πλούσια πρωινά του. Εδώ θα απολαύσεις το special gourmet της εταιρείας Hausbrandt, 100% Arabica, μια ειδική ποικιλία που μπορείς να βρεις μόνο σε πολύ προσεκτικά επιλεγμένα coffee spots ανά την Ελλάδα. Στο Άρωμα Πλατείας ο καφές είναι μεγάλη υπόθεση για αυτό εξίσου μεγάλη προσοχή έχει δοθεί και σε ό,τι τον συνοδεύει. Αυτό σημαίνει ακτύπητα πρωινά και τα πάντα του brunch, που σερβίρεται κάθε Σαββατοκύριακο από τις 11.00 έως τις 17.00 και έχει ό,τι λαχταράει η όρεξή σου. Από γλυκά και αλμυρά pancakes μέχρι croquet

madame και εκπληκτικά σάντουιτς (δοκίμασε οπωσδήποτε το sandwich stake με... κόντρα μοσχαρίσια μπριζόλα!). Όλα αυτά μπορείς να τα απολαύσεις στα τραπέζια της πλατείας κάτω από τη δροσερή σκιά του πλάτανου τα καλοκαίρια, ή στη θαλπωρή του τζακιού τα κρύα πρωινά του χειμώνα, μαζί με jazz, blues και soul ήχους. **Τip:** Το Άρωμα Πλατείας φημίζεται επίσης για τα ανατρεπτικά live του που γεμίζουν με μαύρες και groovy μουσικές τα βράδια της Τετάρτης, Φέτος, τα live ξεκινούν στις 3 Οκτωβρίου

● 25ης Μαρτίου, Πλ. Ν. Σμύρνης, 2109357505, Fb: @Music.Café.Food.BAR



Όραία all day ζωή στη Νέα Φιλαδέλφεια

Πολύχρωμο, ζεστό και νεανικό, το Hacienda αποτελεί μία από τις καλύτερες προτάσεις όχι μόνο για τη Νέα Φιλαδέλφεια αλλά και για τις γύρω περιοχές. Ο καφές φτιάχνεται όπως πρέπει, με μεράκι και εμπειρία, και δεν είναι καθόλου τυχαίο που οι πιο πολλοί προτιμούν να τον πίνουν εδώ (ή και να τον παίρνουν στο χέρι). Με το ίδιο μεράκι, αλλά και με προσεκτική επιλογή στις πρώτες ύλες, φτιάχνονται και τα διάφορα σνακ και πιάτα, από τα κλαμπ σάντουιτς και τις νόστιμες πίτσες, μέχρι

τις ποικιλίες λουκάνικων ή αλλαντικών και τυριών, ιδανικές για να συνοδεύσετε την μπίρα σας (εκτός από ετικέτες, το Hacienda διαθέτει και 7 βαρελίσιες). Ο κατάλογος προτείνει και κοκτέιλ, κάποια εκ των οποίων signatures, οι μουσικές είναι φάνκι, σόουλ, τζαζ, ροκ, τα Σάββατα όλο και κάποιο παρτάκι μπορεί να γίνει. **Όραία ζωή.**

● Σαρδέων 3, Νέα Φιλαδέλφεια, 2102533754, fb: Hacienda all day bar





Η διαδρομή του καφέ ολοκληρώνεται στο Chain

Κι έρχεται η μέρα που στο 79 της Λεωφόρου Μαραθώνος ξεκινάμε εντατικά μαθήματα, με σκοπό να μάθουμε τα πάντα για την αλυσίδα του καφέ, αλλά και τι «ψήνεται» έως ότου φτάσει στο φλιτζάνι μας. Ποικιλίες από τη Βραζιλία ως τη Γουατεμάλα προσγειώνονται στο Γέρακα και έννοιες όπως το Specialty Coffee και η ποιότητα έναντι της ποσότητας γίνονται πλέον όλο και καλύτερα αντιληπτές. Η μοναδικότητα της κόυπας σου αλλά και ο σεβασμός που τηρείται στην αλυσίδα του καφέ παραμένουν αναμφισβήτητα αναλλοίωτα. Ο φραπέ και ο νες αντικαθίστανται από μοναδικά blends και όλοι αναζητούν πλέον το ποτήρι με το τirkουάζ καπάκι. Στο Chain θα εκτιμήσεις όσο ποθενά τον ποιοτικό καφέ και θα μπηθείς σε αυτόν από τους Master του είδους. Η μοναδική μηχανή τους φτιάχτηκε αποκλειστικά για αυτούς στην Αμερική. Ο Δημήτρης, ο Κώστας και ο Δημήτρης αν κάτι δεν διαπραγματεύονται είναι ότι κάθε φορά που επιλέγεις το Chain θα απολαμβάνεις την ίδια μοναδική εμπειρία καφέ.

Για να διατηρηθεί όμως η ποιότητα σε όλους τους κρίκους της αλυσίδας, χρειάζεται ένα πολύ βασικό στοιχείο! Συνεργασίες με ανθρώπους που έχουν μεράκι για αυτό που κάνουν. Το ιδανικό food pairing γίνεται με χειροποίητα κρύα snacks που παρασκευάζονται καθημερινά. Αρκάδες τυροκόμοι φέρνουν για το Chain μοναδικά τυριά και αλλαντικά, με μόνη προϋπόθεση να έχουν το αποκλειστικό προνόμιο απόλαυσής τους οι θαμώνες του Chain. Σπιτικά χειροποίητα γλυκά για τους αμαρτωλούς και υγιεινά πρωτεϊνούχα snacks για εκείνους που έχουν ασπαστεί το fitness έχουν επίσης μια μοναδική θέση στην αλυσίδα. Τα παιδιά προσπαθούν κάθε μέρα για το καλύτερο. Κι εδώ που τα λέμε, το καταφέρνουν και με το παραπάνω. Τι περιμένεις λοιπόν; Σπεύσε!

● Λ. Μαραθώνος 79, Γέρακας, 2106048001, fb: Chain Coffee Company Insta: chain_coffee_company



Καφέ Χαμόγελο



Σπιτική ατμόσφαιρα και εκλεκτός καφές

Στο κέντρο του Πειραιά, πίσω από το δημαρχείο, στην ήσυχη οδό Αλκιβιάδου θα συναντήσετε αυτό το καφέ που είναι αυτό που λέμε «σπιτικό». Το χαμόγελο, που έχει και στο όνομά του, είναι αληθινό, οι άνθρωποι πραγματικά ευγενικοί και φιλόξενοι. Θα σας προσφέρουν την πιο πολύτιμη ποικιλία του καφέ TAF, θα απολαύσετε καλοφτιαγμένα και δυναμωτικά brunch, θα επιλέξετε από μια πλούσια ποικιλία τσαγιών και οπωσδήποτε να δοκιμάσετε τις φημισμένες του σοκολάτες! Στα must και τα χειροποίητα γλυκά που φτιάχνονται καθημερινά εδώ, η φανταστική σπιτική λεμονάδα, αλλά και τα πιάτα που θα σας προτείνει ο κατάλογος, πίτσα, σαλάτες, μπαγκέτες κ.ά., που ετοιμάζονται με τα πιο φρέσκα υλικά που θα διάλεγε κανείς και για το σπίτι του. Και κάτι πολύ σημαντικό: Απαγορεύεται αυστηρά το κάπνισμα. Αυτό είναι το Καφέ Χαμόγελο που είναι ανοικτό καθημερινά από τις 7.30 το πρωί έως τις 12 το βράδυ.

● Αλκιβιάδου 137, Πειραιάς, fb: Καφέ Χαμόγελο
Insta: cafe_hamogelo

Cupaki



Στην Μπενάκη να κάνεις οπωσδήποτε στάση για καφέ

Και μόνο που βλέπεις τον κόσμο που το προτιμά καθημερινά, καταλαβαίνεις ότι κάτι καλό γίνεται εδώ. Μικρό και καλοβαλμένο, το Cupaki είναι η όαση για εσένα που θέλεις καλό ποιοτικό καφέ, είτε για να τον απολαύσεις εδώ είτε για να τον πάρεις μαζί σου. Τα παιδιά έχουν πάθος αλλά και εξειδίκευση με τον καφέ, φέρνουν διαφορετικό μονοποικιλιακό κάθε μήνα, αλλά φροντίζουν, επίσης, να έχεις καθημερινά φρέσκα νόστιμα σάντουιτς, προτάσεις για πρωινό, φανταστικά κέικ, μπλόπιτες, χειροποίητες μπάρες και άλλα πολλά. Το Cupaki είναι το αγαπημένο στέκι της γειτονιάς, ανοίγει από νωρίς το πρωί στις 7 και όλα τα ωραία του θα σας τα φέρει με χαμόγελο και στο γραφείο.

● Εμ. Μπενάκη 9, 2103810123, fb: Cupaki Street Espresso



Ο καφές στο σπίτι ποτέ δεν υπήρξε πιο απολαυστικός

Περιμένουμε το φθινόπωρο για έναν κυρίως λόγο: για εκείνες τις κρύες μέρες που έξω θα φυσάει το παγωμένο αεράκι και εμείς θα βρισκόμαστε προστατευμένοι κάτω από το πάπλωμα ζητώντας μόνο μια αχνιστή κούπα καφέ. Όχι οποιοδήποτε καφέ, αλλά τον τέλειο, εκείνον που η σκέψη του και μόνο σε κάνει να σηκωθείς με τη μία από το κρεβάτι. Η απάντηση σε αυτό το τέλειο, σπιτικό όνειρο είναι ο NESCAFÉ που έχει μία λύση για κάθε γούστο, (ακόμα και για εσάς τα περιέργα πλάσματα που σας αρέσει ο παγωμένος καφές στη μέση του χειμώνα).

Σου αρέσουν οι κλασικές γεύσεις; Για εσένα φτιάχτηκε ο NESCAFÉ Classic, από ένα εξαιρετικό χαρμάνι μέτρια έως δυνατά καβουρδισμένων κόκκων καφέ Robusta. Ετοίμασέ τον μέσα στην αγαπημένη σου κούπα και άσε το πλούσιο και απολαυστικό του άρωμα να ξυπνήσει το μυαλό και το σώμα. Διαχρονική αξία είναι όμως και

ο ασύγκριτος NESCAFÉ Frappe. Ένα shaker, λίγα παγάκια και ένα καλαμάκι είναι ό,τι χρειάζεσαι για την απόλυτη εμπειρία καφέ στο σπίτι.

Είσαι απαιτητικός; Διάλεξε τον NESCAFÉ Gold από εξαιρετικούς κόκκους Arabica και Robusta με προσθήκη 10 φορές πιο λεπτά αλεσμένων κόκκων Arabica για ακόμα πιο πλούσια γεύση και έντονο άρωμα.

Αν ανήκεις στους έμπειρους coffee lovers επέλεξε τον NESCAFÉ Azera Espresso από εκλεκτούς κόκκους καφέ 100% Arabica. Κρύος ή ζεστός, είναι η ιδανική επιλογή για να φτιάξεις τον τέλειο espresso στο σπίτι χωρίς τη χρήση μηχανής!

Κι αν με τίποτα δεν μπορείς να ανταλλάξεις τη γλυκιά θαλαπωρή που προσφέρει ένας αφράτος cappuccino; Τότε ο NESCAFÉ Cappuccino, από ένα αρμονικά καβουρδισμένο χαρμάνι καφέδων Arabica και Robusta με λεπτοαλεσμένους κόκκους καφέ, μεστό σώμα και βελούδινη κρέμα, θα σου κρατήσει την τέλεια συντροφιά.●

Επιμέλεια:
TANIA ΔΕΛΗ

style

Wikipedia

Το Tritium (τρίτιο) είναι ένα ραδιενεργό ισότοπο του υδρογόνου. Είναι πολύ σπάνιο στη Γη και το όνομά του προέρχεται από την ελληνική λέξη «τρίτος».



LIFE IN 247

Τα παπούτσια μου έχουν
το χρώμα του τρίτιου!

► Η ημέρα σου είναι διακοπτόμενη. Η διάθεσή σου αλλάζει ανάλογα με τις ώρες. Οι γρήγοροι ρυθμοί της ζωής σου, οι ανειλημμένες υποχρεώσεις και οι πολλές διαδρομές μπορούν να σε κουράσουν ψυχολογικά και σωματικά. Γι' αυτό χρειάζεσαι ένα σύμμαχο που μπορεί να ακολουθήσει το πρόγραμμά σου και θα σε βοηθήσει να απολαμβάνεις κάθε στιγμή της ημέρας, όπου κι αν βρίσκεσαι. Το νέο μοντέλο **247v2 Tritium** της **New Balance** σχεδιάστηκε για τη ζωή στην πόλη, συνδυάζει την άνεση με το ξεχωριστό στιλ και βαδίζει μαζί σου 24 ώρες, 7 ημέρες την εβδομάδα. Τα εμπνευσμένα από το ραδιενεργό τρίτιο χρώματα του χαρίζουν μοναδική εμφάνιση, ενώ η εξατομικευμένη εφαρμογή του (bootie construction), το πυκνό ύφασμα δηλαδή που καλύπτει όλο το επάνω μέρος, θα σε κάνει να ξεχάσεις ότι φοράς παπούτσια. Όσο για τη σόλα, είναι τόσο ελαφριά που νιώθεις αέρινος. Ποιο είναι το συμπέρασμα; Με το νέο μοντέλο της **NEW BALANCE** και τα χρώματα του ενεργού τρίτιου που διαθέτει, θα περάσουμε σίγουρα σε άλλη διάσταση. Ραντεβού εκεί!

Για περισσότερες πληροφορίες
και αναζήτηση καταστημάτων
μπες στο www.newbalance.gr



HUSH PUPPIES
Γυναικείο παπούτσι €109



THE BODY SHOP
Πούδρα κάλυψης με ματ τελείωμα €10



SWATCH
Ρολόι Tírico Purp από τη σειρά Worldhood €70



TOMS
Γυαλιά ηλίου €68



INTIMISSIMI
Σουτιέν με λεπτομέρειες βελούδο και δαντέλα €32,90



LIU JO
Τζιν μπουφάν με φτερρά

WWW.NEWGULT.GR
και ανακαλύψτε την αναλυτική εμπειρία του online shopping!!!

NEW SEASON NEW SITE NEW ARRIVALS !!!

ΙΔΑΝΙΚΟ
ΓΙΑ ΓΥΝΑΙΚΕΣ
ΑΝΩ ΤΩΝ 50



Η νέα σειρά της Vichy εξειδικεύεται στη φροντίδα της επιδερμίδας από την εμμόναυση και μετά. Ο ορός Neovadiol Serum με σύμπλοκο αναπλήρωσης απορροφάται αμέσως και δεν αφήνει λιπαρότητα ή γυαλάδα, ενώ οι χρυσάφινες μικροσφαιρές που περιέχει χαρίζουν έξτρα ενυδάτωση και λάμψη.



GLAMAZON

Για δύο μήνες διάβαζε μόνο εφημερίδες και δεν έπαθε τίποτα

Ποιος μπορεί να εγκαταλείψει έστω και για λίγα 24ωρα τις ψηφιακές ειδήσεις;

Της ΔΕΣΠΟΙΝΑΣ ΚΟΥΤΣΟΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ

Καμία ενημέρωση από κινητό, τάμπλετ και ιστοσελίδες. Ενημέρωση μόνο από αληθινές εφημερίδες με τυπωμένες ειδήσεις. Να χαίρεσαι το χαρτί. Να μυρίζεις το μελάνι. Για δύο ολόκληρους μήνες. Ποιος από μας θα μπορούσε να το κάνει; Φαίνεται σκληρό. Είναι βολική η ψηφιακή ενημέρωση, αλλά είναι πάντα έγκυρη, αξιόπιστη και σφαιρική; Το στοιχείο είναι δύσκολο. Έχουμε συνηθίσει στην ταχύτητα και στα μικρές έκτασης κείμενα. Μπορεί κάποιος να πει πως δεν βολεύει η εφημερίδα, δεν είναι τόσο πρακτική όσο το τάμπλετ. Αν δεν είναι δε και ταμπλόιντ είναι δύσκολο να γυρίζεις σελίδες, τα γράμματα είναι μικρά, το μελάνι μπορεί να λερώσει, το κόστος είναι μεγαλύτερο

Εντάξει. Έχουμε συνηθίσει στην αμεσότητα και πολλές φορές υιοθετούμε ειδήσεις που φαίνονται παλαβές, ή τις έχουν ψεκάσει με συνωμοσιολογικό σπρέι. Και όταν στην ηλεκτρονική αρένα «χύνεται αίμα» χαϊρόμαστε που δεν είμαστε εμείς στο στόμα του «λιονταριού».

Με αφορμή την πολύνεκρη φοιτηκή επίθεση σε σχολείο στην πόλη Πάρκλαντ της Φλόριντα ο Farhad Manjoo, που υπογράφει τη στήλη *State of the Art* στους NYT αποφάσισε, πριν από λίγους μήνες, να μετατρέψει τον εαυτό του σε «πειραματόζωο» και να διαπιστώσει τι θα βγει από αυτή την, ομολογουμένως, δύσκολη δοκιμασία. Ποια δοκιμασία; Καμία ενημέρωση από κινητό και τάμπλετ, καθόλου notifications, ούτε ένα βλέφαρο σε Facebook και Twitter. Υπομονή μέχρι την επόμενη μέρα, οπότε και θα αγόραζε εφημερίδες. Και όλο αυτό το πείραμα για δύο μήνες.

Υπήρχαν πολλά που έχασε ο Manjoo και δεν μετάνιωσε καθόλου για αυτό. Για παράδειγμα, δεν άκουσε ότι ο δράστης της επίθεσης στο σχολείο με τους 17 νεκρούς ήταν πιθανότατα αναρχικός, ή μέλος

του ISIS, ή ένας από τους πολλούς δράστες που άνοιξαν (ένας ήταν). Δεν άκουσε τα ρεπορτάζ του Fox News που συνέδεαν τον 19χρονο δράστη με οργανώσεις στη Συρία, πολύ πριν δοθεί η ταυτότητα του στη δημοσιότητα. Επίσης δεν έγινε μάρτυρας του ψεύδους που μεταδόθηκε από πολλά ειδησιογραφικά πρακτορεία, από την εφημερίδα *New York Times*, αλλά και από πολιτικούς στο Twitter, ότι το μακελειό ήταν το 18ο αιματηρό περιστατικό από την αρχή της χρονιάς.

Έτσι, την επόμενη το πρωί ενημερώθηκε από τρεις εφημερίδες. Όχι μόνο δαπάνησε πολύ λιγότερο χρόνο, από το να παρακολουθεί την ιστορία να εξελίσσεται, αλλά ενημερώθηκε και καλύτερα. Όπως γράφει ο ίδιος ο Manjoo, είχε αποφύγει τα αθώα λάθη αλλά και τις κακόβουλες προσπάθειες παραπλάνησης, τις πρώτες ώρες μετά την επίθεση. Και ένιωσε πιο ήρεμος. Λιγότερο εθισμένος.

Τράβηξε την πρίζα του Twitter και γράφτηκε συνδρομητής στις εφημερίδες *The Times*, *The Wall Street Journal*, *The San Francisco Chronicle* και στο εβδομαδιαίο ενημερωτικό περιοδικό *The Economist*. Καταξοδεύτηκε. Δεν έκλεισε το Ίντερνετ εντελώς. Επέτρεψε στον εαυτό του να διαβάξει επιλεκτικά κάποια μακροσκελή άρθρα περιοδικών, αναλύσεις περισσότερο, αυτό που αναζητούσε ήταν η εμπάθυνση και η ακρίβεια και όχι η ταχύτητα. Έτσι όπως τα περιγράφει έγινε και καλύτερος σύζυγος και πατέρας.

Είχε χρόνο να σκώσει τα μάτια από το κινητό ή το τάμπλετ. Διάβασε 12 βιβλία και ξεκίνησε μαθήματα κεραμικής. Συνειδητοποίησε τον ρόλο του ως καταναλωτής ειδήσεων στο χαοτικό περιβάλλον της ψηφιακής ενημέρωσης.

Ποιες είναι οι συμβουλές του; Μάθε τα νέα. /Όχι πολύ γρήγορα./ Απόφυγε τα social media.



ΜΗ ΧΑΣΕΙΣ!

Μεγάλες φοιτητικές προσφορές από τη ΒΙΟΚΑΡΠΕΤ

Ενδιαφέρουσες ιδέες και λύσεις για το φοιτητικό σπίτι, και μάλιστα σε πολύ καλές τιμές από τη Βιοκαρπét. Παραδείγματα: Χαλί LAURA από €147 μόνο €84, χαλί LONDON από €200, μόνο €130, χαλί FLOW από €128, μόνο €73, καθώς και άλλες μοντέρνες προτάσεις μέχρι τις 30 Σεπτεμβρίου. Για να δείτε όλα τα σχέδια, μπειτέ στο www.biokarpet.gr, στην κατηγορία ΠΑΜΕΣΧΟΛΗ.

Σεμινάρια & Workshops Φωτογραφίας



ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ

Εισαγωγικό | Προχωρημένων | Portfolio
Φωτογραφία & Κινηματογράφος

www.diadromeseminars.gr

Έναρξη Μαθημάτων τον Οκτώβριο
Πληροφορίες: info@diadromeseminars.gr

Αθήνα: Καραϊσκάκη 28, Ψυρρή
Κυψέλη: Δημοτική Αγορά Κυψέλης



NAVARINO CHALLENGE

#SportsUnitePeople

12-14 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ
2018

#navarinochallenge
www.navarinochallenge.com

Μεγάλος Χορηγός:

Επίσημος Αερομεταφορέας:

Επίσημος Χορηγός Τεχνολογίας:

Επίσημος Χορηγός:

Official Banking Partner:

Επίσημος Προμηθευτής Αθλητικού Υλικού:

Ευνοιοργανωτής:

Strategic Partner:

Υπό την Αγίδα:

Με την έγκριση:

Επίσημος Υποστηρικτής:

Χορηγός Επικοινωνίας:



ΥΓΕΙΑ

Η ΨΩΡΙΑΣΗ ΣΗΜΕΡΑ

Του Παντελή Παναγάκη, διευθυντή ΕΣΥ, Νοσοκομείο «Ανδρέας Συγγρός»



Θεραπευτική προσέγγιση της ψωρίασης

Η ψωρίαση είναι μια φλεγμονώδης νόσος που προκαλείται μέσω διαταραχής της φυσικής ανοσίας. Με τα σημερινά δεδομένα η ψωρίαση θεωρείται μια συστηματική νόσος που περιλαμβάνει δερματικές βλάβες, συχνά συμμετοχή των αρθρώσεων με τη μορφή της ψωριασικής αρθρίτιδας και χαρακτηριστικά συνοδά νοσήματα. Αποτελεί μία χρόνια υποτροπιάζουσα πάθηση, η οποία ποικίλλει ως προς τη βαρύτητα από ελάσσονες εντοπισμένες πλάκες έως πλήρη κάλυψη του σώματος. Η ψωρίαση κατά πλάκας είναι ο πιο συχνός τύπος ψωρίασης. Σχεδόν το 80% των ατόμων που αναπτύσσουν ψωρίαση έχουν ψωρίαση κατά πλάκας, η οποία εμφανίζεται με τη μορφή ερυθρηματώδων πλακών που καλύπτονται από χαρακτηριστικά αργυρόχρωμα λέπια. Οι συχνότερες θέσεις εντόπισης των ανωτέρω βλαβών είναι οι αγκώνες, τα γόνατα και το τριχωτό της κεφαλής. Οι χαρακτηριστικές αυτές βλάβες του δέρματος αποτελούν μία δυσάρεστη εικόνα και έχουν σημαντική αρνητική επίδραση στην ποιότητα ζωής των ασθενών.

Η νόσος είναι πολυπαραγοντική με κληρονομική προδιάθεση και ανοσολογική συσχέτιση, ενώ διάφοροι περιβαλλοντικοί παράγοντες, π.χ. τραύμα, λοιμώξη ή φαρμακευτικές αγωγές, μπορούν να αποτελέσουν το έναυσμα για την εμφάνιση της νόσου στα άτομα με προδιάθεση.

Υπολογίζεται ότι η ψωρίαση αφορά το 1%-2% του γενικού πληθυσμού – περισσότεροι από 120 εκατομμύρια άνθρωποι σε όλο τον κόσμο. Η νόσος παρουσιάζεται εξίσου και στα δύο φύλα. Μπορεί να

εμφανιστεί σε όλες τις ηλικίες αλλά είναι σπάνια στην παιδική ηλικία και πιο συχνή στους ενήλικες. Η έναρξη της νόσου φαίνεται να έχει δύο κορυφώσεις: Μεταξύ των ηλικιών 30-39 και μεταξύ 50-69 ετών. Η κληρονομικότητα συμμετέχει στην εμφάνιση ψωρίασης, αν και τα παιδιά ενός γονιού με ψωρίαση μπορεί να μην την εμφανίσουν ποτέ.

Επιπρόσθετα, έως και το 30% των ασθενών με ψωρίαση μπορεί να αναπτύξουν ψωριασική αρθρίτιδα. Η ψωριασική αρθρίτιδα, η οποία επίσης οφείλεται στη διαταραγμένη λειτουργία του ανοσοποιητικού, χαρακτηρίζεται από διόγκωση και ευαισθησία των αρθρώσεων καθώς και από χαρακτηριστική πρωινή δυσκαμψία.

Οι αντιδράσεις του κοινωνικού περιγύρου στην εικόνα του δέρματος με τις χαρακτηριστικές βλάβες, οδηγούν πολλούς ασθενείς σε απομόνωση και σε αυξημένη συχνότητα εμφάνισης άγχους, ακόμη και κατάθλιψης. Σε διάφορες μελέτες φαίνεται ότι σχεδόν 6 στους 10 ασθενείς έχουν πρόβλημα με την ερωτική τους ζωή λόγω της ψωρίασης, ενώ ο 1 στους 3 αισθάνεται ότι οι άλλοι τον αποφεύγουν στη διάρκεια περιόδων έξαρσης της νόσου. Σχεδόν όλοι, εξάλλου, έρχονται συστηματικά αντιμέτωποι με την άγνοια του κόσμου.

Η ψωρίαση δεν είναι μεταδοτική, ούτε οφείλεται σε κάποιο ιό ή μικρόβιο. Επίσης δεν είναι κάτι παροδικό, έχει χρόνια πορεία με χαρακτηριστικές υφέσεις και εξάρσεις. Μέχρι σήμερα η νόσος δεν θεωρείται ίασιμη, αλλά με τις διαθέσιμες θεραπευτικές επιλογές οι ασθενείς μπορούν να επιτύχουν μεγάλες περιόδους ύφεσης.

“
 Η ψωρίαση δεν είναι μεταδοτική, ούτε οφείλεται σε κάποιο ιό ή μικρόβιο. Επίσης δεν είναι κάτι παροδικό, έχει χρόνια πορεία με χαρακτηριστικές υφέσεις και εξάρσεις.
 ”

Παρόλη την μη ύπαρξη ριζικής θεραπείας της νόσου σήμερα διατίθεται μια σειρά από αποτελεσματικές κατασταλτικές θεραπείες. Η ήπια ψωρίαση αντιμετωπίζεται κυρίως με τοπικά σκευάσματα (τοπικά ανάλογα Βιταμίνης D, κορτικοστεροειδή), ενώ για τη μέτρια και σοβαρή ψωρίαση ενδείκνυνται οι συστηματικές θεραπείες.

Η θεραπευτική φάρετρα της ψωρίασης έχει εμπλουτιστεί τα τελευταία χρόνια με την εμφάνιση νέων στοχευμένων θεραπειών, των Βιολογικών παραγόντων καθώς και την Απρεμιλάστη, μια νέα από του στόματος χορηγούμενη θεραπεία. Οι θεραπείες αυτές παρουσιάζουν μακροχρόνια αποτελεσματικότητα και σταθερό προφίλ ασφάλειας, ενώ βασικό τους πλεονέκτημα είναι ο έλεγχος της ψωρίασης και των συνοσηροτήτων που σχετίζονται με αυτή. Πρέπει να τονιστεί ότι είναι σημαντικό ο ψωριασικός ασθενής να αντιμετωπίζεται ολιστικά από τον θεράποντα ιατρό του και οι διάφοροι παράγοντες κινδύνου να αναγνωρίζονται και να αντιμετωπίζονται εγκαίρως. ●

CITY GUIDE

ΠΑΘΟΣ ΓΙΑ ΚΑΦΕ

Εσύ τι θα κάνεις την Παγκόσμια Ημέρα Καφέ; Πόρτασέ τη στα Starbucks

Βάζω στοίχημα ότι οι περισσότεροι από εμάς, όχι μόνο στην Ελλάδα αλλά στον κόσμο ολόκληρο, έχουμε ένα κοινό πάθος: αυτό για τον καφέ. Οι περισσότεροι σπκωνόμαστε με μάτια μισόκλειστα και αρχίζουμε να ξηπνάμε μετά την πρώτη γουλιά. Δεν είναι τυχαίο που οι κάτοικοι των μεγάλων πόλεων σε όλο τον κόσμο έχουν σαν φρετίχ τον αγαπημένο τους καφέ, ενώ η καθημερινή ώρα του καφέ είναι μία ιεροτελεστία που επηρεάζει άμεσα την καλή τους διάθεση και το πρόγραμμα της μέρας. Είμαστε τόσο πολλοί, που καθιερώθηκε ακόμα και Παγκόσμια Ημέρα για να γιορτάζουμε κάθε χρόνο το πάθος μας!

Οι επιλογές, τα μεγέθη, οι ποικιλίες και τα αρώματα πολλά, οι τρόποι παρασκευής δεκάδες. Το ίδιο και τα café στην πόλη, άλλα μικρά και ιδιαίτερα και άλλα μεγάλα και γνωστά, με χρώματα, λογότυπα και στίλ που τα αναγνωρίζεις αμέσως, από μακριά. Όπως ακριβώς τα Starbucks, ένας διεθνής «ναός» του καφέ σε όλες τις δυνατές παρασκευές του με όλα όσα συνοδεύουν τον καφέ – κούπες, θερμός, σνακς, καθώς και καφέ για το σπίτι σε κόκκους και κάψουλες για espresso. Οι φανς γνωρίζουν. Τα Starbucks, λοιπόν, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα μας προσκαλούν να απολαύσουμε έναν υπέροχο καφέ, φτιαγμένο με πάθος και αγάπη. Από το πρωί της Δευτέρας 1 Οκτωβρίου και για όλη την ημέρα σε Grande μέγεθος Freddo Espresso, Cappuccino, Freddo Cappuccino, Americano και Iced Americano στην τιμή των €2,50. Γιατί ο καφές έχει τον τρόπο του να μας φέρνει πιο κοντά. www.starbucks.com.gr



ΜΟΥΣΙΚΗ

ΤΟ
SOUNDTRACK
ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ

Του ΓΙΩΡΓΟΥ
ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ

ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΕΡΡΗΣ

Ο Legrand είναι από τους σημαντικότερους μελωδιστές που έχουν περάσει στον 20ό αιώνα

Λίγο πριν την κοινή τους εμφάνιση στο Ηρώδειο, ο ελληνογάλλος τραγουδιστής μιλάει για τον κινηματογραφικό συνθέτη των 3 Όσκαρ

ΣΥΝΑΥΛΙΕΣ
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ
ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ
ΔΙΣΚΟΙ

Μοιράστηκαν την ίδια σκηνή το 2016 με δύο sold-out συναυλίες σε Μόσχα και Αγία Πετρούπολη. Δύο χρόνια μετά συναντιούνται ξανά για μια συναυλία στο Ηρώδειο. Ο διάσημος γάλλος συνθέτης έχει βραβευτεί με τρία Όσκαρ για τις ταινίες «Υπόθεση Τόμας Κράουν» (1969), «Summer of 42» (1972) και «Yentl» (1984), ενώ έχει υπογράψει τη μουσική και τα τραγούδια σε δεκάδες ακόμη σπουδαίες ταινίες, όπως «Ζούσε τη ζωή της», η «Πισίνα», οι «Ομπρέλες του Χερβούργου». Τα τραγούδια του έχουν ερμηνεύσει σπουδαίες φωνές, όπως οι Frank Sinatra, Aretha Franklin, Barbra Streisand, Shirley Bassey, Νάνα Μούσχουρη. Ο Γιώργος Περρής, με ελληνογαλλικές ρίζες, διεθνείς συνεργασίες και παγκόσμιες περιοδείες, αναλαμβάνει τον ρόλο του ερμηνευτή στο θαυμαστό κινηματογραφικό ταξίδι του Legrand.

Πώς προσεγγίσατε τις ερμηνείες διαχρονικών και βραβευμένων κομματιών από το ρεπερτόριο του Legrand; Με τα περισσότερα από αυτά τα τραγούδια μεγάλωσα από παιδί, καθώς τα ακούγαμε στο σπίτι από κάποιους από τους αγαπημένους μου τραγουδιστές, όπως η Barbra Streisand, η Νάνα Μούσχουρη και ο Frank Sinatra. Αυ-

τό ήταν και το στοιχείο για μένα, έπρεπε κατά έναν τρόπο να ξεχάσω τις «μνήμες» μου, για να βρω τη δική μου ταυτότητα σε αυτά τα τραγούδια. Μετά από πολλή μελέτη αλλά ταυτόχρονα και αφήνοντας το δικό μου ένστικτο, ήταν σαν να γνωρίστηκα ξανά με τους παλιούς μου φίλους.

Πώς ήταν η εμπειρία των συναυλιών στη Ρωσία; Ήταν η πρώτη μου συνεργασία με τον Michel Legrand κι εκεί συνειδητοποίησα για άλλη μία φορά πως τίποτα δεν είναι τυχαίο. Ο ίδιος δεν συμβιβάζεται με τίποτε λιγότερο από την τελειότητα. Βρέθηκα μαζί του στον λαβύρινθο του ατελείωτου κυνηγιού για το καλύτερο, νότα-νότα και λέξη-λέξη. Είναι αυστηρός αλλά ταυτόχρονα με πολλή αγάπη και σεβασμό για τον τραγουδιστή. Οι συναυλίες ήταν από καιρό sold out και το κοινό αγκάλιασε με πολλή θερμότητα τόσο τα ορχηστρικά θέματα όσο και τα τραγούδια.

Τι θεωρείτε πως κάνει την κινηματογραφική μουσική του γλώσσα τόσο ιδιαίτερη και ανθεκτική στον χρόνο; Πολύ απλά η μελωδία. Ο Legrand είναι από τους σημαντικότερους μελωδιστές που έχουν περάσει στον 20ό αιώνα. Και για μένα η μελωδία είναι το βέλος που χτυπάει τον ακροατή στην καρδιά, αυτή είναι η βάση και η ουσία. Ταυτόχρονα όμως είναι και πολύ σπουδαίος ενορχ-

στρωτής. Ήξερε να μπλέκει, ανάλογα με τις ανάγκες της μελωδίας και της εκάστοτε ταινίας, τον απαραίτητο αριθμό και είδος οργάνων.

INFO

Ηρώδειο. Στις 28/9.
Έναρξη: 21.00. Είσοδος
€18-68 Προώληση:
Public, ticketservices.gr,
2107234567

Τι κρατάτε και τι μάθατε μέσα από τη συνεργασία αυτή; Έμαθα πάρα πολλά από εκείνον, τόσο μουσικά όσο και ανθρώπινα. Κρατάω την υπέροχη γενναιοδωρία του. Και μόνο που με έβαλε ισάξιο δίπλα του, θα είναι ένα από τα μεγαλύτερα δώρα που θα μου έχει προσφέρει αυτή η ζωή.

Πώς βλέπετε την ελληνική μουσική σκηνή; Νιώθω πως το τραγούδι στις μέρες μας έχει κάνει μια βουτιά. Ακούω πολλές φωνάρες, βλέπω πολλούς ανούσιους εγωισμούς. Αισθάνομαι πως χρειαζόμαστε περισσότερο από ποτέ οι νέοι δημιουργοί να βγουν στο προσκήνιο, όχι όμως με στόχο να καλύψουν τον εγωισμό τους, απλά για να προσφέρουν στο κοινό τον κόσμο που έχουν μέσα τους. Βλέπω όμως και νέα παιδιά, όπως η Παυλίνα Βουλγαράκη και η Δήμητρα Σελεμίδου, και νιώθω ελπίδα. Ακούω το «Πού με φτάσανε οι έρωτες» της φίλης μου Ελεωνόρας Ζουγανέλη και μένω ήσυχος.

Ποιοι είναι οι μουσικοί σας συνοδοιπόροι; Κατ' αρχάς το κοινό, όσοι έρχονται στις συναυλίες, ακούνε τα τραγούδια μας και με σταματάνε στον δρόμο για να μου μιλήσουν. Αλλά και όλοι οι καλλιτέχνες είτε παλιότεροι είτε νεότεροι που αισθάνομαι ότι έχουμε την ίδια αληθινή αγάπη και σεβασμό για τη μουσική.

Τι να περιμένουμε στη συναυλία του Ηρώδειου; Στο πρώτο μέρος ο Legrand θα διευθύνει την Ορχήστρα Σύγχρονης Μουσικής της ΕΡΤ, αλλά θα παίξει και πιάνο υπό τη διεύθυνση του Στάθη Σούλη σε 4 σουίτες από τις ταινίες που του χάρισαν τα 3 βραβεία Όσκαρ. Στο δεύτερο μέρος θα τραγουδήσω με τον ίδιο να διευθύνει την ορχήστρα, κάποια από τα πιο γνωστά του τραγούδια αλλά και κάποια λιγότερα γνωστά, που ο ίδιος θεωρεί διαμάντια στα γαλλικά και τα αγγλικά. Εκπληξη της βραδιάς είναι ένα τραγούδι που έγραψε ειδικά για αυτή τη βραδιά η Λίνα Νικολακοπούλου. Είμαι πολύ συγκινημένος που με αφορμή αυτή τη συναυλία, ενώθηκα οι δύο κορυφαίοι αυτοί δημιουργοί.

Τι ακολουθεί; Μετά το Ηρώδειο θα φύγω για Καναδά, όπου θα εμφανιστώ με την αγαπημένη μου φίλη Lara Fabian στις συναυλίες της. Στα τέλη φθινοπώρου θα κυκλοφορήσει ο δίσκος που ετοιμάζουμε με την Ευανθία Ρεμπούτσικα σε στίχους Λίνας Νικολακοπούλου, ενώ αμέσως μετά θα κυκλοφορήσει το πρώτο μου single από τον δεύτερό μου αγγλικό δίσκο. **A**

FRIDAY 5th OCTOBER 2018

ΚΥΤΤΑΡΟ

BLUES WIRE

"NOS" Παρουσίαση Νέου Δίσκου

Special Guests: BABY'S WORK BLUES BAND

6 & 13 OCTOBER 2018

ΚΥΤΤΑΡΟ

ENCARDIA

HAIG YAZDJIAN

GIOTIS KIOURTSOGLU

VANGELIS KARIPIS

ΚΩΣΤΑΣ ΤΟΥΡΝΑΣ & φίλοι

ΚΥΤΤΑΡΟ

Special Guests:

ΕΛΠΙΔΑ 12-19-26

ΛΑΚΗΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ 12

ΡΟΜΠΕΡΤ ΟΥΙΛΙΑΜΣ 19

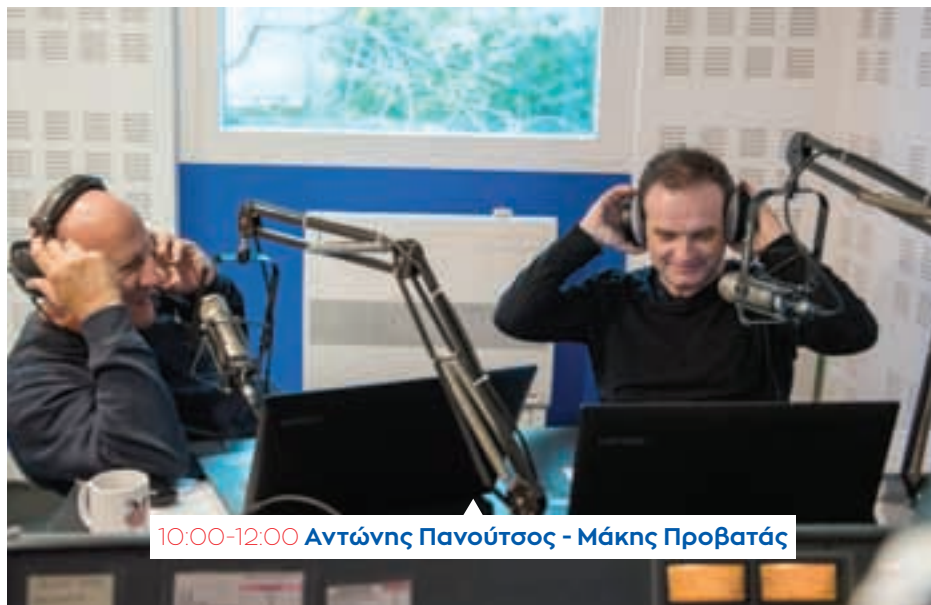
ΒΑΣΙΛΗΣ ΚΑΖΟΥΛΗΣ 26

ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ 12-19-26 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Athens voice



07:00 - 09:00 Βαγγέλης Περίρης



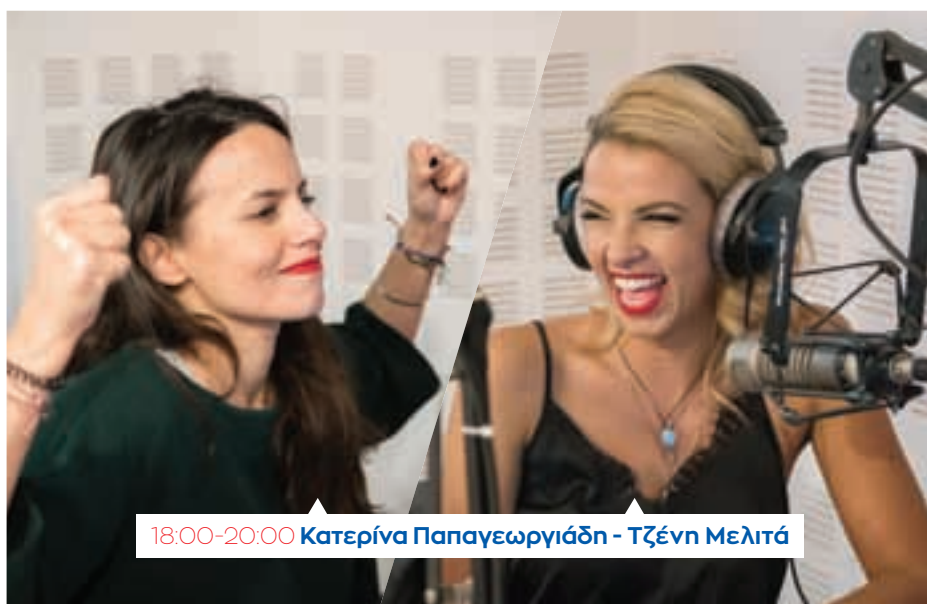
10:00-12:00 Αντώνης Πανούτσος - Μάκης Προβατάς



9:00-10:00 Νίκος Ζαχαριάδης



12:00-14:00 Στέφανος Τσιτσόπουλος



18:00-20:00 Κατερίνα Παπαγεωργιάδη - Τζένη Μελιτά

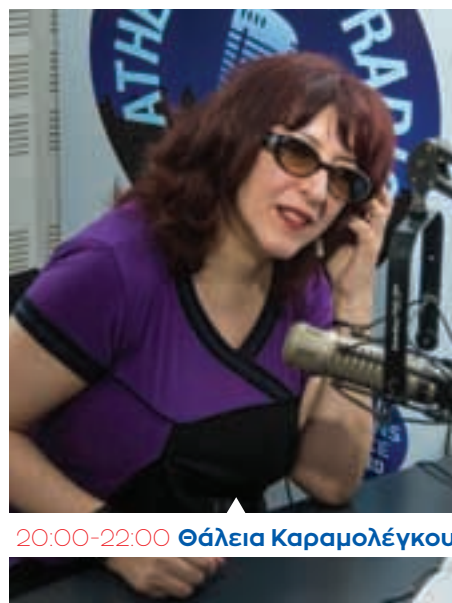
ΑΚΟΥΤΕ ΤΗ ΦΩΝΗ
ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ



16:00-18:00 Μαρία Πετρίδη



18:00-20:00 Άννα Αναστασίου



20:00-22:00 Θάλεια Καραμολέγκου



22:00-24:00 Στέφανος Δάνδολος



BIBΛΙΟ

Επιμέλεια:
ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΜΠΙΡΜΠΛΗ

ΠΡΟΔΗΜΟΣΙΕΥΣΗ

«ΚΑΤΙ ΣΤΟ ΝΕΡΟ» ΤΗΣ CATHERINE STEADMAN

Το θρίλερ «Κάτι στο νερό» της βραβευμένης βρετανίδας ηθοποιού και πρωτοεμφανιζόμενης συγγραφέως Catherine Steadman, το οποίο έχει πάρει εξαιρετικές κριτικές («The New York Times», «Publishers Weekly», «Kirkus Reviews») και ήδη ετοιμάζεται η κινηματογραφική μεταφορά του, θα κυκλοφορήσει στα ελληνικά από τις εκδ. Bell στις 28 Σεπτεμβρίου. Διαβάστε το πρώτο κεφάλαιο.

Ο τάφος

Έχετε αναρωτηθεί ποτέ πόση ώρα σου παίρνει να σκάψεις έναν τάφο; Μην αναρωτιέστε άλλο. Έναν αιώνα. Όσο χρόνο κι αν νομίζετε ότι παίρνει, διπλασιάστε τον. Είμαι σίγουρη ότι θα την έχετε δει αυτή τη σκηνή σε ταινίες: τον ήρωα, ίσως μ' ένα πιστόλι κολλημένο στο κεφάλι του, να σκάβει ολοένα πιο βαθιά στο χώμα, ιδροκοπώντας και ασθμαίνοντας, ώσπου στέκεται όρθιος μέσα στον ίδιο του τον τάφο, ένα λάκκο βάθους περίπου δύο μέτρων μες στη γη. Ή τους δύο φουκαράδες απατεώνες που λογομαχούν ανταλλάσσοντας ευφυολογήματα στη φαιδρή ατμόσφαιρα ενός θεότρελου χάους, καθώς φτυαρίζουν με μανία, πετώντας τα χώματα ψηλά, στον αέρα, με την ευκολία που θα το έκαναν ήρωες παιδικών καρτούν.

Ε, λοιπόν, δεν είναι έτσι. Είναι δύσκολη δουλειά. Τίποτα σ' αυτήν δεν είναι εύκολο. Το έδαφος είναι σκληρό, το χώμα βαρύ και το σκάψιμο αργό. Είναι τόσο δύσκολο, που να πάρει!

Και βαρετό. Και ατέλειωτο. Αλλά πρέπει να το κάνεις. Το στρες, η αδρεναλίνη, η απεινωσμένη ζωική ανάγκη να το κάνεις, σε κρατούν σε υπερένταση για κανένα εικοσάλεπτο περίπου. Μετά καταρρέεις.

Οι μύες σου τεντώνονται μέχρις εξάντλησης πάνω στα κόκαλα των μπράτσων και των ποδιών σου. Νιώθεις το δέρμα σου να τσιπώνεται πάνω στα κόκαλά σου και τα κόκαλά σου να ζορίζονται κάτω απ' το δέρμα σου. Πονάει η καρδιά σου μετά την έκρηξη αδρεναλίνης, το σάκχαρο στο αίμα σου πέφτει και ξαφνικά αδειάζεις εντελώς από ενέργεια. Εξαντλείται όλο σου το σώμα. Αλλά ξέρεις, το ξέρεις με κρυστάλλινη διαύγεια ότι, είτε είσαι στα πάνω σου είτε στα κάτω σου, είτε τα 'χεις φτύσει είτε όχι, αυτή η τρύπα πρέπει να σκαφτεί οπωσδήποτε.

Έπειτα αλλάζεις ταχύτητα. Βρίσκεσαι σ' εκείνο το σημείο στα μισά του μαραθώνιου, που έχει ξεθυμάνει η κερηκτικότητα του ξεκινήματος και πρέπει με κάποιον τρόπο να συνεχίσεις για να τον τελειώσεις αυτόν τον αναθεματισμένο αγώνα, έστω και με το ζόρι. Έχεις επενδύσει σ' αυτόν' τα έχεις δώσει όλα. Το έχεις πει σ' όλους τους φίλους σου ότι θα το κάνεις, τους έβαλες να υποσχεθούν δωρεές σε κάποιο φιλανθρωπικό ίδρυμα με το οποίο έχεις μόνο μια αόριστη, προσωρινή σχέση. Από ενοχή, υποσχέθηκαν περισσότερα χρήματα απ' όσα θα ήθελαν πραγματικά να δώσουν, νιώθοντας υποχρεωμένοι λόγω κάποιου ποδηλατικού αγώνα στον οποίο συμμετείχαν όταν ήταν στο πανεπιστήμιο και με τις λεπτομέρειες του οποίου σε πρήζουν ακόμα κάθε φορά που μεθούν. Αλλά ας

μείνουμε στο μαραθώνιο. Κι έπειτα έβγαίνεις έξω κάθε βράδυ για προπόνηση, με τις φλέβες σου να πάλλονται στα καλμία σου και ακουστικά στ' αυτιά, καταπίνοντας το ένα μίλι μετά το άλλο, ειδικά γι' αυτόν το στόχο. Για να μπορέσεις να πολεμήσεις τον ίδιο σου τον εαυτό, το ίδιο σου το σώμα, ακριβώς εκεί, εκείνη τη στιγμή, εκείνη την άγρια στιγμή, και να δεις ποιος θα νικήσει. Και δε βλέπει κανένας άλλος εκτός από σένα. Και κανένας δε νοιάζεται πραγματικά εκτός από σένα. Είσαστε μόνο εσύ και ο εαυτός σου, που προσπαθεί να επιβιώσει. Έτσι νιώθεις όταν σκάβεις έναν τάφο: σαν να έχει σταματήσει η μουσική, αλλά δεν μπορείς να πάψεις να χορεύεις. Γιατί αν πάψεις να χορεύεις, πέθανες.

Συνεχίζεις να σκάβεις, λοιπόν. Το κάνεις επειδή η εναλλακτική λύση είναι πολύ χειρότερη από το σκάψιμο μιας ατέλειωτης αναθεματισμένης τρύπας στο σκληρό, συμπαγές έδαφος μ' ένα φτυάρι που βρήκες στο υπόστεγο της αυλής κάποιου γέρου.

Καθώς σκάβεις, βλέπεις χρώματα να ρέουν μπροστά στα μάτια σου: φωσφαίνια προκαλούμενα από τη μεταβολική διέγερση των νευρώνων του οπτικού φλοιού λόγω κακής οξυγόνωσης και χαμηλών επιπέδων γλυκό-



ζης. Νιώθεις το αίμα να βουίζει στ' αυτιά σου: φταίει η χαμηλή πίεση που προκαλείται από την αφυδάτωση και την υπερπροσπάθεια. Οι σκέψεις σου όμως; Οι σκέψεις σου περνούν ξυστά πάνω απ' την ασάλευτη δεξαμενή της συναισθησής σου κι η λάμψη τους αντανακλάται αραιά και πού μόνο πάνω στην επιφάνεια. Χάνονται πριν προλάβεις να τις συλλάβεις. Το μυαλό σου είναι εντελώς κενό. Το κεντρικό νευρικό σύστημα αντιμετωπίζει αυτή την υπερπροσπάθεια ως μια κατάσταση μάχης ή φυγής: η οφειλόμενη στην άσκηση νευρογένεση, μαζί με την «οφειλόμενη στην άσκηση απελευθέρωση ενδορφινών», τον πάντα δημοφιλή αγαπημένο όρο των αθλητικών περιοδικών, ενεργεί ανασταλτικά στον εγκέφαλό σου, προστατεύοντάς τον παράλληλα από τον συνεχόμενο πόνο και το στρες αυτού που κάνεις.

Η εξάντληση είναι ότι πρέπει για να ισοπεδώσει τα συναισθήματα. Ή θα το βάλεις στα πόδια ή θα μείνεις και θα σκάψεις.

Γύρω στο χρονικό ορόσημο των σαράντα πέντε λεπτών, αποφασίζω ότι το βάθος του ενός μέτρου και ογδόντα εκατοστών γι' αυτόν τον τάφο δεν είναι ρεαλιστικός στόχος. Δεν πρόκειται να τα καταφέρω ποτέ. Είμαι ένα και εξήντα οκτώ. Πώς θα σκαρφάλωνα για να βγω έξω; Θα είχα σκάψει κυριολεκτικά τον ίδιο μου το λάκκο. Σύμφωνα με μια έρευνα της YouGov που έγινε το 2014, το ιδανικό ύψος για μια Βρετανίδα είναι ένα και εξήντα οκτώ. Προφανώς αυτό είναι το ύψος που θα προτιμούσε ο μέσος Βρετανός να έχει η σύντροφός του. Άρα είμαι τυχερή. Τυχερός και ο Μαρκ. Θεέ μου, πώς θα 'θελα να ήταν εδώ ο Μαρκ! Επομένως, αν δε σκάψω σε βάθος ενός μέτρου και ογδόντα εκατοστών, πόσο βαθιά πρέπει να σκάψω; Πόσο βαθιά είναι αρκετά βαθιά; [...]

Ενενήντα εκατοστά είναι το ελάχιστο βάθος που συνιστά το ICCM (Ινστιτούτο Διαχείρισης Κοιμητηρίων και Κρεματορίων). Το ξέρω επειδή το γκούγκλαρα. Το έψαξα πριν αρχίσω το σκάψιμο. Βλέπετε, λοιπόν; Ορίστε η πρωτοβουλία. Και το ενδιαφέρον. Κάθισα στις φτέρνες μου πλάι στο πτώμα, πάνω σ' ένα παχύ στρώμα βρεγμένων φύλλων και λάσπης, και έψαξα στο Google πώς θάβεις ένα πτώμα. Το έψαξα στο προπληρωμένο κινητό προσωρινής χρήσης του πεθαμένου. Αν βρουν το σώμα... όχι, δε θα το βρουν το σώμα... και καταφέρουν να ανακτήσουν τα δεδομένα... δεν πρόκειται να τα ανακτήσουν τα δεδομένα... τότε το ιστορικό αναζήτησης θα αποφέρει πολύ ενδιαφέρουσες πληροφορίες.

Μετά από δύο ώρες γεμάτες, σταματώ το σκάψιμο. Η τρύπα έχει βάθος λίγο παραπάνω από ενενήντα εκατοστά. Δεν έχω μεζούρα, αλλά θυμάμαι ότι περίπου ενενήντα εκατοστά είναι σχεδόν μέχρι τον καρβάλο. Είναι το ύψος του μεγαλύτερου άλματος που έκανα στις διακοπές ιππασίας που είχα πάει πριν φύγω για το πανεπιστήμιο πριν από δώδεκα χρόνια. Ήταν το δώρο μου για τα δέκατα όγδοα γενέθλιά μου. Παράξενο τι λεπτομέρειες μένουν στη μνήμη σου μερικές φορές, έτσι; Αλλά να με σήμερα, χωμένη σ' έναν τάφο ως τη μέση, να θυμάμαι έναν ιππικό αγώνα. Είχα έρθει δεύτερη, μάλιστα. Και ήμουν πολύ χαρούμενη γι' αυτό.

Τέλος πάντων, έχω σκάψει ένα λάκκο με βάθος γύρω στα ενενήντα εκατοστά, φάρδος εξήντα εκατοστά και μήκος λίγο πάνω από ένα κι ογδόντα. Ναι, κι αυτό μου πήρε δύο ώρες. Επαναλαμβάνω: το σκάψιμο ενός τάφου είναι πολύ δύσκολη δουλειά.

Για να σας δώσω να καταλάβετε, αυτή η τρύπα, η τρύπα

που μου πήρε δύο ώρες να την ανοίξω, έχει διαστάσεις 0,90 x 0,60 x 1,85, ίσον 1 κυβικό μέτρο χώμα, δηλαδή 1,5 τόνο χώμα. Και αυτό, παρακαλώ, είναι το βάρος ενός μικρομεσαίου αυτοκινήτου ή μιας ενήλικης φάλαινας μπελούγκα ή ενός μέσου ιπποπόταμου. Τόσο χώμα φτυάρισα μετακινώντας τα προς τα επάνω και ελαφρώς προς τα αριστερά της αρχικής του θέσης. Κι ετούτος ο τάφος έχει βάθος μόλις ενενήντα εκατοστά. Κοιτάζω το λοφάκι από λασπωμένο χώμα που έχει σχηματιστεί, γραπώνομαι, ανασπώνω αργά το κορμί μου και σέρνομαι έξω, με χέρια που τρέμουν κάτω απ' το ίδιο μου το βάρος. Το σώμα κείτεται απέναντί μου, κάτω από έναν σκισμένο μουσαμά ± μια γυαλιστερή μπλε πινελιά χρώματος στο σκούρο καφέ φόντο του δασικού εδάφους. Τον βρήκα παρατημένο, να κρέμεται σαν πέπλο από ένα κλαδί, ανεμίζοντας προς τα πίσω, σαν να συνδιαλεγόταν σιωπηλά μ' ένα εγκαταλειμμένο ψυγείο. Η πορτούλα της κατάψυξης του ψυγείου ανοιγόκλεινε τρίζοντας σιγανά στο αεράκι. Πεταμένο σαν σκουπίδι. Υπάρχει κάτι θλιβερό στα παρατημένα αντικείμενα, δε συμφωνείτε; Κάτι μελαγχολικό. Αλλά και ωραίο από μια άποψη. Κι εγώ έχω έρθει να παρατήσω κάτι. Ένα πτώμα. Το ψυγείο βρίσκεται κάμποσο καιρό εδώ. Το ξέρω, επειδή το είδα από το παράθυρο του αυτοκινήτου όταν περνούσαμε από δω πριν από τρεις μήνες. Και κανένας δεν έχει έρθει ακόμα να το μαζέψει. Εκείνη τη μέρα ο Μαρκ κι εγώ γυρίζαμε στο Λονδίνο από το Νόρφολκ, όπου είχαμε γιορτάσει την επέτειό μας. Έχουν περάσει μήνες και το ψυγείο είναι ακόμα στο ίδιο σημείο. Είναι περίεργο αν σκεφτείς πόσα συνέβησαν ±σ' εμένα, σ' εμάς ±σ' αυτό το διάστημα, κι όμως εδών δεν έχει αλλάξει τίποτα. Λες κι ετούτο το μέρος αρμενίζει στο κενό, ξεχασμένο απ' το χρόνο: σου δίνει την αίσθηση χώρου κράτησης. Ίσως δεν έχει πατήσει κανένας εδώ από τότε που άφησε το ψυγείο ο ιδιοκτήτης του ± κι ένας Θεός ξέρει πριν από πόσον καιρό έγινε αυτό. Είναι σαφώς της δεκαετίας του εβδομήντα ± ξέρω, από εκείνα τα γυναικεία, ογκώδη κατασκευάσματα. Θυμίζει Κιούμπρικ. Ένας μονόλιθος σ' ένα υγρό αγγλικό δάσος. Απαρχαιωμένο. Βρίσκεται εδώ τουλάχιστον τρεις μήνες και κανένας δεν έχει έρθει να το μαζέψει, να το πάει στη χωματερή. Γιατί κανένας δεν έρχεται ποτέ εδώ, αυτό είναι φανερό πια. Εκτός από μας. Ούτε εργάτες του δήμου, ούτε δυσαρεστημένοι ντόπιοι για να γράψουν επιστολές διαμαρτυρίας στο δημοτικό συμβούλιο, ούτε κάτοικοι που έχουν βγάλει για πρωινή βόλτα το σκύλο τους θα ανακαλύψουν κατά τύχη το λάκκο μου. Ήταν το ασφαλέστερο μέρος που μπόρεσα να σκεφτώ. Και να 'μαστε τώρα. Θα μου πάρει κάμποσο ώρα για να ξανακλείσω την τρύπα και να τακτοποιήσω το χώμα όπως πρέπει. Αλλά νομίζω ότι και το ψυγείο και εγώ έχουμε αρκετό χρόνο στη διάθεσή μας.

Εξετάζω με το βλέμμα τον μπόγο κάτω από τον τσαλακωμένο μουσαμά. Από εκεί κάτω υπάρχουν σάρκα, δέρμα, οστά και δόντια. Ένα ανθρώπινο πλάσμα πεθαμένο εδώ και τρειςήμισι ώρες.

Αναρωτιέμαι αν είναι ακόμα ζεστός. Ο σύζυγός μου. Θα είναι ζεστός αν τον αγγίξω; Το ψάχνω κι αυτό στο Google. Όποια κι αν είναι η απάντηση, θέλω ν' αποφύγω το σοκ.

Εντάξει, λοιπόν. Διαβάζω: τα άκρα κανονικά θα είναι κρύα αν τα αγγίξω, αλλά ο κορμός θα είναι ακόμα ζεστός. Παίρνω μια βαθιά, αργή εισπνοή.

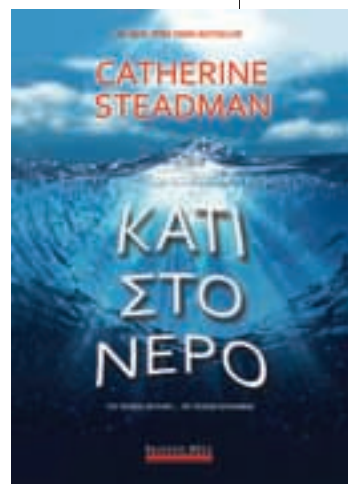
Ξεκινάμε, λοιπόν... Σταματώ. Μια στιγμή. Δεν ξέρω γιατί, αλλά διαγράφω το ιστορικό αναζήτησης από το κινητό του προσωρινής χρήσης. Είναι περιττό, το ξέρω, αφού το τηλέφωνο αυτό δεν μπορεί να εντοπιστεί μετά από δύο ώρες θαμμένο μες στο υγρό έδαφος του Οκτώβρη, δεν πρόκειται να λειτουργεί έτσι κι αλλιώς. Ίσως και να λειτουργεί, όμως. Το ξαναβάζω μέσα στην τσέπη του σακακιού του και βγάζω το προσωπικό του iPhone από την εσωτερική του τσέπη. Είναι σε λειτουργία πτήσης.

Ρίχνω μια ματιά στη βιβλιοθήκη φωτογραφιών του. Βλέπω εμάς. Δάκρυα αναβλύζουν από τα μάτια μου και κυλούν καυτά στα μάγουλά μου.

Πετώ στην άκρη το μουσαμά, αποκαλύπτοντας αυτό που κρύβει. Σκουπίζω τα δακτυλικά μου αποτυπώματα από το τηλέφωνο, το ξαναβάζω στη ζεστή εσωτερική του τσέπη και προετοιμάζω τα γόνάτα μου για την προσπάθεια που θα απαιτήσει το σύρσιμο του σώματος.

Δεν είμαι κακός άνθρωπος. Ή μπορεί και να είμαι. Μάλλον θα αφήσω εσάς να το κρίνετε.

Αλλά πρέπει οπωσδήποτε να σας εξηγήσω τι συνέβη. Και για να σας το εξηγήσω πρέπει να πάω πίσω. Πίσω στο πρωινό της επετείου μας, τρεις μήνες πριν. **A**



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ /
ΕΚΔΟΣΕΙΣ /
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ /
ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ



ΟΙ «ΑΛΗΘΙΝΕΣ ΙΣΤΟΡΙΕΣ» ΤΗΣ ΓΙΟΥΛΙΚΑΣ ΨΙΜΟΥΛΗ

Μια μοναδική σύμπραξη ζωγραφικής, λογοτεχνίας και εγκατάστασης ήχου στην **γκαλερί ΗΩΣ**

Η Γιούλικα Ψιμούλη θα παρουσιάσει από τις 4 Οκτωβρίου την έκθεση «Αληθινές Ιστορίες» με 35 έργα ζωγραφικής στην γκαλερί ΗΩΣ, ενώ παράλληλα θα παρουσιάσει και το πρώτο της βιβλίο με τον ίδιο τίτλο.

Πρόκειται για ένα βιβλίο με μικρές ιστορίες και νουβέλες, φιλοτεχνημένο με τα αντίστοιχα έργα της έκθεσης. Τη φωτογραφική αναπαραγωγή των έργων έχει κάνει ο φωτογράφος Γιώργος Σταματελόπουλος, την επιμέλεια και έκδοση οι εκδόσεις «Θερμαϊκός». Όπως λέει η καλλιτέχνη: «Θα παρουσιάσω 35 έργα ζωγραφικής και το πρώτο μου βιβλίο. Μου αρέσει η σύμπραξη των τεχνών, κι αυτή τη φορά θα έχουμε ζωγραφική, λογοτεχνία κι εγκατάσταση ήχου (sound installation)».

Τι είναι οι «Αληθινές Ιστορίες»; Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει η συγγραφέας: «“Αλήθεια” σημαίνει στην ελληνική γλώσσα την άρνηση της λήθης. Και μήπως η μνήμη δεν είναι πράγματι ένα εργαλείο σημαντικό στην αναζήτηση της αλήθειας;

Οι μικρές ιστορίες που συγκροτούν αυτό το βιβλίο είναι εξομολογήσεις κι εξορκίσεις από μνήμες που, άλλοτε δυνατές κι άλλοτε εξαθλιωμένες, ταξίδευαν ακυβέρνητες μες στην ψυχή ανάμεσα στην απώλεια και τον αυτοπροσδιορισμό, αναζητώντας το νόημα του ταξιδιού και, ως εκ τούτου, την ψηλάφηση της α-λήθειας.

Παράλληλα με τη συγγραφή, δημιουργήθηκε μια σειρά από εικαστικά έργα που στόχο είχαν να συνοδέψουν την κάθε μια ιστορία χωριστά. Όπως ο επαναπροσδιορισμός των αναμνήσεων μας οδηγεί σε μια νέα πορεία συνειδητότητας, έτσι και η μετάλλαξη των παλιών έργων οδήγησε σε έργα νέα, σε μια προσπάθεια να ξεχάσουν αυτό που ήσαν, να αποκοπούν από την ως τώρα ταυτότητά τους και να αποκτήσουν μια νέα, από κοινού συνδυαζόμενη, αξία.

Σκοπός, η πλήρης κάθαρση χωρίς υπολείμματα, χωρίς ξεχασμένα ή κρυμμένα κομμάτια της μέχρι τώρα πορείας, το αντιδοτο της γαλήνης.

Όλες αυτές οι μικρές ιστορίες, οι αυτοτελείς και ανεξάρτητες, έχουν, οι περισσότερες τουλάχιστον, κρυμμένη μέσα τους σαν κοινό παρονομαστή μια μικρή πολύ σημαντική αλήθεια: Πως για να πράξει ο άνθρωπος δεν αρκεί μόνο να λέει “επειδή θέλω και μπορώ”. Πρέπει να αναρωτιέται κι “αν έχει το δικαίωμα”.

Η παρουσίαση του βιβλίου θα γίνει την ημέρα των εγκαίνιων (4 Οκτωβρίου, 19.30) και θα διατίθεται καθ’ όλη τη διάρκεια της έκθεσης. Το ίδιο βράδυ των εγκαίνιων, ο Πέτρος Τατσιόπουλος θα παρουσιάσει την ηχητική εγκατάσταση «Τρία».

Μια δεύτερη παρουσίαση του βιβλίου «Αληθινές Ιστορίες» μαζί με έκθεση μερών των έργων θα πραγματοποιηθεί στο χώρο του ΙΑΝΟΥ, στην οδό Σταδίου, τη Δευτέρα 29 Οκτωβρίου, στις 18.00. **A**

ΕΡΓΑ ΝΙΚΟΥ ΤΣΙΦΟΡΟΥ

18. Βιβλικά χαμόγελα
19. Όμορφη Θεσσαλονίκη
20. Στηβ το χαρούμενο κάθαρμα
21. Οι μυστικές εταιρείες
22. Ο Γκιούλιβερ στη χώρα των Γιγάντων
Ο Γκιούλιβερ στη χώρα των Νάνων
23. Η γυναίκα κουρσάρος
24. Διηγήματα
25. Το τυχερό μου αστέρι
26. Θεότρελα ρεπορτάζ
27. Ο κόσμος κι ο κοσμάκης
28. Εορταστικά
29. Ο πρώτος Τσιφόρος
30. Τζιμ κακής ποιότητας
31. Ο Σατανάς ινκόγνιτο
32. Εύθυμες ιστορίες
33. Η πενία τέχνας...
34. Όσα φέρνουν οι άνεμοι



ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΕΡΜΗΣ

ΣΜΟΛΕΝΣΚΗ 34, ΑΘΗΝΑ

T 210-3845625 - E hermes69@otenet.gr

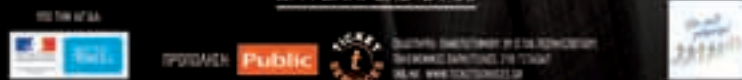
ΩΔΕΙΟ ΗΡΩΔΟΥ ΑΤΤΙΚΟΥ

MICHEL
LEGRAND
ΓΙΩΡΓΟΣ
ΠΕΡΡΗΣ

ΟΡΧΗΣΤΡΑ ΣΥΓΧΡΟΝΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΕΡΤ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 28 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

ΠΡΑ. ΕΝΑΡΞΗΣ: 21:00





ΣΙΝΕΜΑ

Του ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ
ΚΑΪΜΑΚΗ



critic's CHOICE

Η παρείσφρηση (BLACKKLANSMAN) ***

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Σπάικ Λι ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Τζον Ντέιβιντ Γουόσινγκτον, Ανταμ Ντράιβερ, Τόφερ Γκρέις, Λόρα Χάρριερ

Αρχές 70s, εποχή κοινωνικών αναταραχών στις ΗΠΑ με τη μάχη για τις φυλετικές διακρίσεις να κορυφώνονται. Ο Ρον Στάλγουερθ, πρώτος αфроαμερικανός ντετέκτιβ στο αστυνομικό τμήμα του Κολοράντο Σπρινγκς, επικοινωνεί τηλεφωνικά με την Κου Κλουξ Κλαν, παρουσιάζοντας τον εαυτό του ως λευκό ρατσιστή και εξτρεμιστή. Είναι η αφηγηρία μιας εξωφρενικής αλλά και τρομακτικής περιπέτειας.

Θυμίζοντας κάπως το άναρχο χιούμορ του φιλμ που τον ανέδειξε πριν από 30 σχεδόν χρόνια («Κάνε το σωστό») αλλά χωρίς τα ξεσπάσματα βίας που οδηγούσαν στο σκληρό φινάλε εκείνου του εμβληματικού έργου, ο Σπάικ Λι υπογράφει μια στιλάτη, ξύπνια και απέραντα ειρωνική ταινία που στοχοποιεί τη λευκή και ρατσιστική Αμερική και έχει τα ίδια αποτελέσματα με εκείνο το έργο χωρίς να ανοίγει καν (περίπου) μύτη. Ο παμπόνηρος και ευφυής σκηνοθέτης, ωριμάζοντας, φαίνεται πως βρήκε τρόπους να εκτονώνει την οργή του χωρίς να γίνεται γραφικός, αντίθετα είναι αποτελεσματικός στις καταγγελίες του. Είναι κάτι παραπάνω από βέβαιο ότι ο Σπάικ Λι πρέπει να έκανε πολλές ασκήσεις διαχείρισης θυμού, φτιάχνοντας αυτή την ταινία. Η εξαιρετικά ψύχραιμη πολιτική ματιά του στο άθλιο περιβάλλον του Κολοράντο των 70s (όπου ο ρατσισμός είναι κομμάτι της καθημερινότητας του αфроαμερικανού αστυνομικού, που τον βιώνει στο πετσί του ακόμη και μέσα στο εργασιακό χώρο του) συναντά το αλάπητο ένστικτο ενός σπουδαίου κινηματογραφιστή, που μετά από πολλά χρόνια φτιάχνει μια εξαιρετικά ώριμη ταινία. Στη βασισμένη σε αληθινά περιστατικά «Παρείσφρηση» η αστυνομική περιπέτεια συναντά το ψυχολογικό θρίλερ και το ιστορικό δράμα τη μαύρη κωμωδία. Αυτό που έχει κάνει ο Λι είναι ένα κινηματογραφικό επίτευγμα: με ακρίβεια, ευρηματική γραφή και κυρίως απίστευτο χιούμορ, συνδέει την ακτιβιστική δράση των αфроαμερικανών που γιγαντώνεται μέρα με τη μέρα, με την αντίδραση που προκαλεί στους κύκλους της Κου Κλουξ Κλαν, δείχνοντας ότι η «Οργάνωση» δεν ήταν απλώς μια κουστωδία από ακίνδυνα απομεινάρια του παρελθόντος, αλλά η «ραχοκοκαλιά» της λευκής αμερικανικής κοινωνίας, που στα 70s έχει ακόμη ισχύ και πέραση. Η φιντεοάτη και κωμική ταινία του Σπάικ Λι, που καταφέρνει την ίδια στιγμή που γελάς να παγώσει το γέλιο αυτό, στοχάζεται πάνω στην τρομακτική απήχηση των ιδεών της ΚΚΚ ακόμη και σήμερα κυρίως στους αμόρφωτους, υπερπατριώτες και θρήσκους Rednecks, κάνοντας τρομακτικούς παραλληλισμούς (από τον ριγκανισμό έως την εποχή Τραμπ). Και είναι βέβαιο ότι θα μιλούσαμε για ένα ατόφιο αριστούργημα, αν το φιλμ δεν ήταν τόσο διδακτικό και με χαρακτήρες που ενίοτε φλερτάρουν με καρικατούρες.

JUST THE FACTS

Η παρείσφρηση (***)
Μέγα Βραβείο της Κριτικής
Επιτροπής στις Κάννες

Οίκτος (**½)

Η συνεργασία Μακρίδη - Φιλίππου

Searching (**)

Νέα γλώσσα στο σινεμά

Bel Canto (**)

Θρίλερ ομηρίας με
Καλάζνικοφ και όπερα

Τι θα πει ο κόσμος (**½)

Από τη Νορβηγία στο
Πακιστάν με αγάπη

Το ατελιέ (**½)

Μαθήματα
δημιουργικής γραφής

Ο Μικροπόδαρος (**)

Το αντίθετο του Bigfoot

Μια μικρή χάρη (-)

Διασκευή του bestseller
της Ντάρσι Μπελ

Kin (-)

Φυγή στο διάστημα

Η συνάντηση (-)

Θαμμένες μπαρ σε
μυστήριες συναντήσεις

ΑΚΟΜΗ

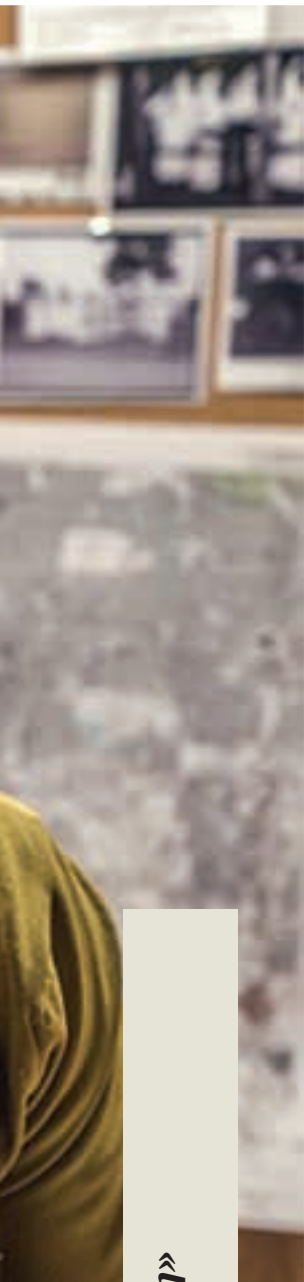
► Το «**Τι θα πει ο κόσμος**» (**½) είναι μια δυνατή, γλυκόπικρη και αποτελεσματική ματιά πάνω στο πάντρεμα δύο αντίθετων κόσμων με αφορμή την ιστορία μιας 16χρονης πακιστανικής καταγωγής Νορβηγίδας που τιμωρείται από τον πατέρα της να περάσει ένα διάστημα σε συγγενείς της στο Πακιστάν προκειμένου να αλλάξει μυαλά.

► Το νέο φιλμ του Λοράν Καντέ (Χρυσός Φοίνικας για το «*Ανάμεσα στους τοίχους*») τιλοφορείται «**Το ατελιέ**» (**½) και αφηγείται τις εύθραυστες σχέσεις που γεννιούνται μεταξύ των νεαρών μαθητών και μιας συγγραφέα σε ένα μάθημα δημιουργικής γραφής.

► Στο γουστόζικο «**Μικροπόδαρος**» (**) που απευθύνεται σε όλη την οικογένεια πρωταγωνιστεί ένα νεαρό γέτι που ανακαλύπτει τι εστί άνθρωπος.

► Η «**Μικρή χάρη**» (-) είναι ένα θρίλερ με τις Μπέλικ Λάιβλι και Άννα Κέντρι, ενώ το επιστημονικής φαντασίας «**Kin**» (-) αποτελεί το κινηματογραφικό ντεμπούτο των αδερφών Μπέικερ που διασκευάζουν τη μικρού μήκους ταινία «*Bag Man*».

► Η «**Συνάντηση**» (-) του Πάολο Τζενοβέζε των «*Τέλειων Ξένων*» αποτελεί διασκευή μιας τηλεοπτικής σειράς μυστηρίου.



«Ποτέ δεν είχαμε μαύρο μπάτσο στην πόλη»
(«Η παρεξήγηση»)



«Searching»



«Bel Canto»



«Οίκτος»

- * ΑΔΙΑΦΟΡΗ
- ** ΜΕΤΡΙΑ
- *** ΚΑΛΗ
- **** ΠΟΛΥ ΚΑΛΗ
- ***** ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΗ

«Αβανος»: Ο πολυνίκης του Φεστιβάλ Δράμας με 6 συνολικά βραβεία



Searching ***

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Ανίς Τσαγκαντί ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Τζον Τσο, Ντέμπρα Μέσινγκ, Σάρα Σον

Ένα 16χρονο κορίτσι εξαφανίζεται και η αστυνομία ξεκινά έρευνα για τον εντοπισμό της. Οι ώρες περνούν χωρίς κανένα αποτέλεσμα και οι αρχές προσπαθούν να καθουχάσουν τον απελπισμένο πατέρα, ο οποίος αποφασίζει να ψάξει μόνος να βρει στοιχεία ξεκινώντας από το λάπτοπ της κόρης του.

Μια κοινότητα κινηματογραφικά ιστορία ± μια απλή υπόθεση εξαφάνισης ± μετατρέπεται σε ένα πρωτότυπο και μοντέρνο θρίλερ. Η απόφαση του νεαρού σκηνοθέτη να χρησιμοποιήσει ως βασικό αφηγηματικό εργαλείο τις οθόνες των κινητών και λάπτοπ (οι περισσότεροι διάλογοι στο φιλμ είναι εκείνοι που αναγράφονται στις οθόνες των συσκευών) τον δικαιώνει απόλυτα. Σφιχτοδεμένη δράση, σενάριο που υπακούει στα παραδοσιακά βήματα του είδους, ατμόσφαιρα μυστηρίου που συντηρεί έντεχνα το σασπένς μέχρι και το ανατρεπτικό φινάλε. Κυρίως όμως το βασικό ερώτημα ± η πραγματική ζωή είναι αυτή που φαίνεται ή αυτή που κρύβεται στα κινητά και τα λάπτοπ; ± είναι εκείνο που δίνει στο σκηνοθετικό ντεμπούτο του ταλαντούχου Τσαγκαντί ακόμη μεγαλύτερη αξία.

Οίκτος **½

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Μπάμπης Μακρίδης ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Γιάννης Δρακόπουλος, Εύη Σαουλίδου, Μάκης Παπαδημητρίου, Νότα Τσερνιάφσκι, Τζωρτζίνα Χρυσκίωτη, Νίκος Καραθάνος, Παναγιώτης Τασούλης

Όταν η γυναίκα του βρίσκεται σε κώμα ύστερα από ατύχημα, ένας μεσήλικας δικηγόρος γίνεται αποδέκτης της συμπόνιας και της συμπαράστασης όλου του κοινωνικού του περιγύρου. Αντλώντας ικανοποίηση από την προσοχή που του δείχνουν οι συνάνθρωποί του, ο δικηγόρος εθίζεται τόσο πολύ στον οίκτο τους, που δυστυχεί μόλις η γυναίκα του συνέρχεται...

Αν σας φαίνεται ότι η ταινία «λανθιμίζει» επικίνδυνα είναι επειδή πίσω από το σενάριο κρύβεται το όνομα του Ευθύμη Φιλίππου (σε συνεργασία με τον Μακρίδη). Πρόκειται για μια ταινία που κουβαλά όλα τα καλά αλλά και τα κακά του «greek weird cinema». Αυτιστικές ερμηνείες, αφασικές συμπεριφορές, ψυχρά και αποστειρωμένα περιβάλλοντα, έμφαση στον μισανθρωπισμό, τελετουργικές επαναλήψεις, πολιτικές αιχμές, η οικογένεια και οι μεγαλοαστοί (εδώ) στο στόχαστρο. Ο Μακρίδης μετά από το «L» κάνει μια εξίσου περιεργή αλλά πιο καλοφτιαγμένη ταινία, γύρω από την απατηλή λάμψη της μπουρζουαζίας (το χρήμα δεν φέρνει πάντα ευτυχία) και τις νοσηρές εμμονές κάποιων ανθρώπων που προφανώς χρειάζονται ιατρικής βοήθειας, αλλά κανείς δεν το καταλαβαίνει. Ίσως γιατί και ο περιγυρός τους είναι μια από τα ίδια.

Bel Canto **

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Πολ Γουάιτ ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Τζούλιαν Μουρ, Κεν Γουατανάμπε, Σεμπάστιαν Κοχ, Κριστόφ Λαμπέρ

Διάσημη αμερικανίδα σοπράνο ταξιδεύει στη Νότια Αμερική για να δώσει ένα κονσέρτο για τα γενέθλια πλούσιου ιάπωνα βιομήχανου. Στο πριβέ πάρτι παρευρίσκονται πολιτικοί και διπλωμάτες, όταν ξαφνικά τη βίλα καταλαμβάνουν αντάρτες που απαιτούν την απελευθέρωση των φυλακισμένων συντρόφων τους. Εγκλειστοί στο ίδιο σπίτι επί ένα μήνα, όμηροι και απαγωγείς θα αναγκαστούν να βρουν κοινούς κώδικες επικοινωνίας.

Πολλά από τα δρώμενα της ταινίας (που βασίζεται στο ομώνυμο bestseller της Αν Πάτσετ) έχουν ενδιαφέρον, ξεκινώντας από τη σύγκρουση των διαφορετικών κόσμων (η ένοπλη επανάσταση απέναντι στη σαγηνευτική μουσική όπερας) έως τα κρίσιμα πολιτικά ζητήματα που τίθενται κι αφορούν στην αντιμετώπιση κυρίως της τρομοκρατίας. Πάντως το φιλμ παίρνει σαφή θέση υπέρ των ανταρτών, βασιζόμενο και στα πραγματικά γεγονότα της ιστορίας (το 1996 στο Περού μέλη του MRTA αιχμαλώτισαν ομήρους απαιτώντας την απελευθέρωση των πολιτικών κρατουμένων) τα οποία περιγράφει ο σκηνοθέτης με συγκινησιακή φόρτιση. Ειδικά στο φινάλε το φιλμ κινδυνεύει να γίνει μελό, αλλά η δύναμη της αληθινής ιστορίας (όλοι σχεδόν οι όμηροι μίλησαν με τα καλύτερα λόγια για τους αντάρτες) το σώζει από τα χειρότερα.

Το Σάββατο 29 Σεπτεμβρίου στο Παλλάς (21.00) πέφτει η αυλαία για τις 24ες Νύχτες Πρεμιέρας με την προβολή του φιλμ «Ο κύριος και το όπλο» (η τελευταία εμφάνιση του Ρόμπερτ Ρέντφορντ).

Η ΠΡΩΤΗ ΤΑΙΝΙΑ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΣΙΝΕΜΑ ΦΤΙΑΓΜΕΝΗ ΣΕ ΟΘΟΝΕΣ ΚΙΝΗΤΩΝ ΚΑΙ ΛΑΠΤΟΠ

Ο σκηνοθέτης **Ανίς Τσαγκάντι**, σε αποκλειστική συνέντευξη, μας αποκαλύπτει τα μυστικά του

«SEARCHING»

Του ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΚΑΪΜΑΚΗ

Tο techno-thriller «Searching» έπεσε σαν κομήτης στο φετινό φεστιβάλ του Σάντανς. Χωρίς γνωστά ονόματα, με άγνωστο σκηνοθέτη και μια ιστορία φαινομενικά κοινότυπη (ένα κορίτσι εξαφανίζεται και ο πατέρας του ψάχνει να βρει τα ίχνη της) κατάφερε να μαγνητίσει τα βλέμματα των θεατών και να αποσπάσει το Βραβείο Κοινού. Μιλήσαμε με τον νεαρό (είναι μόλις 27 ετών) σκηνοθέτη Ανίς Τσαγκάντι και μας αφηγήθηκε πώς έγινε όλο αυτό.

Όλη σχεδόν η κατασκευή του φιλμ είναι βασισμένη στα νέα μέσα. Παρακολουθούμε την αγωνία του ήρωα να ανακαλύψει τι συνέβη στην κόρη του μέσα από τις οθόνες των κινητών τηλεφώνων, των τάμπλετ και των ηλεκτρονικών υπολογιστών. Πώς οδηγηθήκατε σε αυτή τη μορφή αφήγησης; Σκεφτήκαμε ότι το Ίντερνετ και τα νέα μέσα έχουν μπει τόσο βαθιά στη ζωή μας που για μερικούς ανθρώπους δεν υπάρχει ζωή πέρα από αυτά. Δεν είναι υπερβολή να πούμε ότι σε τεράστιο βαθμό η καθημερινότητά μας καθορίζεται από τη χρήση και την επαφή που κάνουμε με το διαδίκτυο. Θέλαμε με κάποιο τρόπο να το εντάξουμε όλο αυτό στη γραφή, καθώς και την αισθητική της ταινίας. Όμως μας απορρόφησε σε τέτοιο βαθμό, που έγινε η σπονδυλική στήλη της αφήγησής μας.

Έχετε συνειδητοποιήσει τι καταφέρατε; Μπορεί το «Searching» να είναι η πρώτη ταινία στην ιστορία του σινεμά που καταφέρνει να αφηγηθεί την ιστορία της «πατώντας» αποκλειστικά σχεδόν, στις οθόνες των κινητών, λάπτοπ, Η/Υ κ.λπ. Η αλήθεια είναι πως όταν κάναμε τα γυρίσματα του φιλμ δεν το είχαμε πολυσκεφτεί όλο αυτό. Δηλαδή ότι δείχνουμε την ιστορία μας με ένα τόσο αντιουμβατικό τρόπο. Ο πρωταγωνιστής μας Τζον Τσο ήρθε μια μέρα και μου είπε αυτό ακριβώς. Ότι δηλαδή με το φιλμ μας αλλάζουν τα δεδομένα στους κινηματογραφικούς όρους αφήγησης και στις τεχνικές κατασκευής μιας ταινίας.

Τι του απαντήσατε; Γουάου! Εμείς το κάναμε αυτό; Ναι, μου απαντάει, αυτή τη στιγμή γράφεις ιστορία. Δεν ήξερα τι να πω. Ακόμη ίσως δεν ξέρω, αφού δεν είμαι και τόσο βέβαιος αν είναι και τόσο σημαντική αυτή η τεχνική που χρησιμοποιήσαμε. Περισσότερο με ενδιέφερε να πετύχουμε να φτιάξουμε μια πραγματικά καλή ταινία.

Αυτά όσον αφορά το τεχνικό κομμάτι του φιλμ. Την ιστορία πώς την εμπνευστήκατε; Με τον Σεβ Οχανιάν (ο συν-σεναριογράφος του φιλμ)

προβληματιζόμασταν πάνω στη δημιουργία ενός θρίλερ που, αν μη τι άλλο, θα ήταν μοντέρνο. Οι μόνοι διέξοδοι που μας ανοίγονταν πάνω στο θέμα του μοντερνισμού ήταν μέσω της τεχνολογίας. Ουσιαστικά θέλαμε να κινηθούμε γύρω από δύο στοιχεία: την ταυτότητα και την επικοινωνία. Ο ήρωάς μας ξυπνάει μια μέρα για να συνειδητοποιήσει, με αφορμή την περιέργη εξαφάνιση της κόρης του, πως τίποτα από ό,τι είχε ως δεδομένο στη ζωή του δεν ισχύει.

Η ταινία βάζει πάντως και κάποια θέματα γύρω από την επαφή των εφήβων με την ψηφιακή πραγματικότητα. Πιστεύετε πως υπάρχουν όρια και κανόνες που πρέπει να μπου σε αυτήν; Ναι, όταν το πράγμα ξεφεύγει πέρα από κάθε έλεγχο είναι αναγκαίο να μπει ένα όριο, αφού δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις που αγγίζουν ζητήματα ζωής και θανάτου. Όμως, η εποχή του Internet είναι εδώ. Δεν μπορείς ούτε να την αποφύγεις και φυσικά ούτε να την καταργήσεις. Στα παιδιά, τα οποία φυσικά είναι πιο ευάλωτα, πρέπει να είμαστε πιο αυστηροί. Είναι τραγικό να βλέπεις μικρά παιδιά να είναι κολλημένα σε μια οθόνη. Τα καταστρέφουμε για να έχουμε περισσότερο δικό μας ελεύθερο χρόνο και δεν μας προβληματίζει το κακό που τους κάνουμε εκείνη τη στιγμή. Αλλά το Internet έχει και τα καλά του.

Ποια είναι αυτά; Η πληροφορία, η ενασχόληση με τη σύγχρονη τεχνολογία, οι νέες δυνατότητες αλλά και οι ορίζοντες που ανοίγονται στον χρήστη, η επαφή με το μέλλον.

Παρότι λέτε μέλλον, δεν μπορώ να μη σας ρωτήσω κάτι που διαπίστωσα βλέποντας την ταινία σας. Πρόκειται για ένα ναι μεν μοντέρνο και πρωτότυπο φιλμ με πρωτοποριακές αφηγηματικές ιδέες, το οποίο όμως βασίζεται σε μεγάλο βαθμό και σε παραδοσιακές συμβάσεις του είδους. Έγινε σκόπιμα αυτό εξαρχής ή προέκυψε στην πορεία; Όχι, όχι. Αυτό ήταν το ζητούμενο από την πρώτη στιγμή. Να κάνουμε μια ταινία που θα πατάει και στους δύο κόσμους. Να γεφυρώνει αυτό το χάσμα αλλά και να θυμίζει κλασικά, αγαπημένα θρίλερ. Άλλωστε με αυτά μεγαλώσαμε όλοι μας!

Αυτή είναι η πρώτη σας ταινία. Η επόμενη θα είναι πάλι θρίλερ; Ναι. Όμως δεν θα έχει καμιά σχέση με αυτή. Ξεκινήσαμε σε λίγο τα γυρίσματα και θα έχει για πρωταγωνιστή έναν άντρα που βρίσκεται σε ένα απομονωμένο μέρος που δεν υπάρχει καν δίκτυο! Οπότε καταλαβαίνετε ότι πάμε να αφηγηθούμε κάτι άλλο, κάτι διαφορετικό. Δεν θα μπορούσα να επαναπατώ στα σίγουρα μοτίβα, καθώς θέλω διαρκώς να ανακαλύπτω νέα πράγματα. **A**

INFO

Η ταινία «Searching» κυκλοφορεί από 27 Σεπτεμβρίου στις αίθουσες, σε διανομή Feelgood.



ΜΟΥΣΙΚΗ

Άλμπουμ: ο καλύτερος φίλος του ανθρώπου

Τι κι αν επιστρέφουμε ταχέως στη λογική των τραγουδιών... Τα άλμπουμ παραμένουν η καλύτερη παρέα του ανθρώπου και το μόνο που ζητάνε είναι λίγη προσοχή.

CowboyJunkies

- *All That Reckoning*

Γυρνάς σπίτι εξαντλημένος από τη βουή της πόλης, από το άγχος της δουλειάς, από τον χρόνο που πάντα τρέχει πιο γρήγορα από σένα, αλλά ξέρεις πως τώρα μπορείς να νιώσεις προστατευμένος. Η πολυθρόνα που κάθεται, τα ρούχα που σε βολεύουν, το ποτό ή το ρόφημα που σε βοηθάει να ξεναγίνεις αυτό που είσαι. Αν σε αυτό το περιβάλλον βάλεις στο πικάπ και το άλμπουμ των Cowboy Junkies να γυρνάει με 33 στροφές ± το πλατό που γυρνάει με ένα δίσκο πάνω του είναι από μόνο του μια εικόνα που μπορεί να σου δώσει κουράγιο±θα καταλάβεις αμέσως πως αυτό το οικογενειακό γκρουπ ξέρει να φτιάχνει ανακουφιστικούς, φιλικούς, αξιοπρεπείς δίσκους με ανθρώπινη διάθεση που ξέρουν να κάνουν καλή παρέα. Με το γνώριμο χαρμάνι από country, americana και rock, με τη φωνή της Margo που σε πάει στα ουράνια, με πολιτικές και κοινωνικές ανησυχίες, με θέματα της μέσης ηλικίας, με μελαγχολική διάθεση αλλά και ακτίδες φωτός, οι Cowboy Junkies είναι ένα από τα συγκροτήματα που θέλεις να έρχονται σπίτι σου γιατί έχεις ανάγκη την καλή τους αύρα.

Spiritualized

- *And Nothing Hurt*

Με κομμάτια και θρύψαλα από τα προηγούμενα 7 άλμπουμ, με υλικά από τους ήχους που τον μεγάλωσαν (glam rock από τα 60s, μελοδραματική pop από τα 70s, δημιουργικοί θόρυβοι από τα 80s) ο μελαγχολικός και αποκαμωμένος απ' τη ζωή Jason Pierce δημιουργεί ένα απλό, προσωπικό, λιτό και συναισθηματικά φορτισμένο δίσκο που τον ακούς μόνος, ντυμένος αστροναύτης, οδηγώντας ένα αυτοκίνητο (όπως ο ήρωας από το βίντεοκλιπ του τραγουδιού: «I'm Your Man»). Κι ενώ το άλμπουμ φαίνεται να μη διαφέρει και πολύ από τη γνώριμη αισθητική των Spiritualized, οι διαδοχικές ακροάσεις αποκαλύπτουν ένα βάθος που δεν υπήρχε (ή δεν είχε φανεί α-

κόμη). Αν ισχύσει αυτό που πρόσφατα δήλωσε ο Jason Pierce, πως αυτό μάλλον είναι το τελευταίο τους άλμπουμ, τότε μας αποχαιρετούν με την πιο στοχαστική, βαθιά υπόκλιση. Ladies and Gentlemen, we are floating in space... αλλά τώρα επιστρέφουμε.

Tenderlonious

- *The Shakedown*

Ο πρώην σαξοφωνίστας και νυν φλαουτίστας Ed «Tenderlonious» Cawthorne είναι ένας από τους πιο ενδιαφέροντες και δημιουργικούς εκπροσώπους της νέας αγγλικής τζαζ σκηνής και παρότι αυτοδίδακτος (ένα είδος μουσικού που αρχίζει να εκλείπει στις μέρες μας και να αντικαθίσταται από σπουδαστές μουσικών σχολών με υψηλού επιπέδου εκπαίδευση), κατορθώνει να έχει προσωπικό ύφος, άποψη και ήχο που συμπορεύεται με το τώρα. Συνοδεύεται από 3 ακόμη μουσικούς που τους παρουσιάζει ως «22archestra» (όνομα με ευθεία αναφορά στην παρακαταθήκη του Sun Ra), στους οποίους παραχωρεί δημιουργικό χώρο κι έτσι όλοι μαζί κατορθώνουν να υλοποιήσουν ένα ενδιαφέρον άλμπουμ ±πιοχαραφημένο μόλις σε 8 ώρες± με αισθητικό ήθος, μουσική άποψη, ιδέες που ρέουν, ατμόσφαιρα ακουστικής απόλαυσης.

Spiralmaze

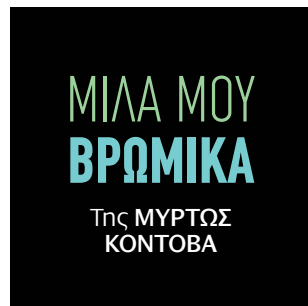
- *Dunes of Dordmeus*

Το συγκρότημα από την Κρήτη που αγαπάει το space rock και το progressive δίνει ένα δείγμα των δυνατοτήτων του, αλλά με ένα άλμπουμ που περισσότερο θυμίζει άσκησι ύφους. Συνδυάζουν επιδράσεις (Ozric Tentacles, Archive, Porcupine Tree & Steven Wilson κλπ.), δημιουργούν τοπία, αλλά περισσότερο δείχνουν να παίζουν για τη δική τους απόλαυση παρά να συγκροτήσουν μουσικά ταξίδια που μας περιλαμβάνουν, που μπορούν να μας παρασύρουν σε μία κοινή περιπλάνηση, καθώς οι συνθέσεις ξεμένουν γρήγορα από ιδέες και μελωδίες κι έτσι απομένει ±κρυφώς± το παίξιμο και το επικό ύφος.



Μυρτώ μου, γεια σου!

Με τον φίλο μου κλείσαμε μαζί 4 χρόνια. Πριν 2 μήνες μου έκανε πρόταση γάμου και τώρα ψάχνουμε σπίτι να συγκατοικήσουμε. Στην αρχή της σχέσης μας έκανε σαν τρελός για μένα – ειδικά στο ερωτικό κομμάτι. Με τον καιρό, όσο τον γνώριζα, άρχισα να δένομαι, να τον ερωτεύομαι και να αφήνομαι. 4 χρόνια μετά, κάτι ότι βλέπομαστε λιγότερο, κάτι ότι γυρνάμε κουρασμένοι κι δυο απ' τη δουλειά, ερωτικά δεν είμαστε το ίδιο όπως παλιά. Δεν έχω πάψει όμως να τον θέλω και έτσι πιστεύω πως συνέβαινε και με εκείνον. Όσοπου ανακάλυψα πως όταν είναι μόνος του, περνάει (συχνά-πυκνά) τις ώρες του βλέποντας πορνό. Καιρό πριν το είχα ανακαλύψει, αλλά δεν του είχα πει κάτι, θεωρώντας ότι συμβαίνει σπάνια. Ερωτικά άλλωστε ήμασταν καλά. Νομίζω όμως ότι τελευταία γίνεται όλο και πιο συχνά. Την στιγμή που για μένα, πολλές φορές, είναι κουρασμένος και ξεραίνεται στον ύπνο. Δεν λέει μάλλον ότι δεν είναι πια ικανοποιημένος ή κάτι του λείπει και το βρίσκει βλέποντας ωμό sex. Γιατί αν δεν του λείπει, ποιος ο λόγος να συμβαίνει; Το ότι είναι άντρας κι όπως όλοι τους, δεν σκέφτεται με το μυαλό, δεν μου λέει κάτι. Αντίθετα με βάζει σε σκέψεις μήπως εγώ κάπου φταιώ. Εντάξει, δεν είμαι τέλεια, ούτε εμφανισιακά η πιο πληθωρική γυναίκα στον κόσμο, αλλά δεν έδειχνε να τον πειράζει. Το αντίθετο. Τώρα, όμως, μήπως αυτό έχει αλλάξει; Βράζω από θυμό όσο το σκέφτομαι. Θέλει και να συγκατοικήσουμε, τρομάρα του! Θα του μιλήσω, αλλά αν μου πει ότι έχω άδικο, τον πιστεύω έτσι απλά και συνεχίζω;



Πάνω από το 50 τοις εκατό των σελίδων που επισκέπτονται οι άνθρωποι σε όλο τον πλανήτη είναι πορνό. Καταλαβαίνετε, λοιπόν, ότι παίζει πάρα πολύ φταιξιμο στην ανθρωπότητα, κάτι έχει πάει πολύ στραβά σ' αυτό τον πλανήτη. Αν θέλετε να το φορτωθείτε εσείς όλο αυτό το βάρος, τι να σας πω, φορτωθείτε το. Κατά τα άλλα μήπως να ρίχνατε μια ματιά στο υλικό που αναστατώνει το αγόρι σας; Μπορεί να πάρετε τίποτα ιδέες. Αρχίστε να ανησυχείτε μόνο αν δείτε τίποτα μουσάτους χωρίς θηλυκούς παρτενέρ.

Υ.Γ. 1 Κάπου διάβασα ότι το πορνό είναι το ίδιο εξαρτησιογόνο με τα ναρκωτικά και ότι κάποιος μπορεί να πάθει στερητικό σύνδρομο, αν το κόψει απότομα. Θέμα ντοπαμινών, αφού. Με το μαλακό η επίκριση, μην έχουμε άλλα.

Μυρτώ μου, μετά από 2 χρόνια απέραντης μοναξιάς και απίστευτης μανίας γνωρίζω κάποιον που μου αρέσει, με φλερτάρει με ωραίο τρόπο και μου ζητάει να βγούμε! Βγαίνουμε για κρασί και εγώ να έχω γίνει πάλι 16 χρονών να χαζογελάω και να μη μπορώ να αρθρώσω λέξη. Με φιλάει και σπάει τον πάγο. Η βραδιά καταλήγει σπίτι του και πιο συγκεκριμένα στο κρεβάτι του... Κρεβάτι γρήγορο, χωρίς καθόλου προκαταρκτικά και μηδενική απόλαυση για μένα. Ξενερώνω και μπαίνω σε σκέψεις του τύπου άραγε ήθελε μόνο κρεβάτι. Ο Κ κι εγώ ήθελα να γνωριστούμε και εάν προκύψει σχέση καλώς, εάν όχι δεν θα πέσω και στα πατώματα. Το θέμα είναι ότι τώρα περιμένω αυτός να μου γράψει και να ξεκαθαρίσει τι θέλει από μένα. Εάν ήθελε μόνο σεξ προφανώς θα εξαφανιστεί, αλλά εάν θέλει κάτι άλλο πώς του λένε ότι το σεξ ήταν μάπα και ότι πρέπει να μουν λίγα προκαταρκτικά στο παιχνίδι; Μόνο που χρειάζεται να του το πω με ξενερώνει... Δεν μου έχει ξανασυμβεί να κοιμηθώ με κάποιον που ξέρω τόσο λίγο και τελικά επιβεβαιώνω ότι κάποιος άγνωστος δεν νοιάζεται να σε ικανοποιήσει και να σε κάνει να νιώσεις όμορφα. Πιστεύεις ότι η πρώτη φορά με κάποιον στο σεξ δεν είναι αντιπροσωπευτική και ότι πρέπει να δίνονται ευκαιρίες ή ότι έδειξε τις προθέσεις του και απλά εγώ δεν τις κατάλαβα; Υ.Γ. Αυτός σχολίασε ότι του άρεσε το κρεβάτι και μάλιστα είπε ότι δεν μου το 'χε!

Κύριος. Αργήσατε αλλά βρήκατε έναν άντρα με τακτ. Με τα φλερτ του, με τα κρασιά του, με τα κομπλιμέντα του – κελεπούρι. Εδώ εμείς τέτοιους τύπους τους ψάχνουμε με το κιάλι κι εσείς κολλάτε σε κάτι ψωροπροκαταρκτικά. Σοβαρευτείτε.

Υ.Γ. Αν δεν έχει εμφανιστεί μέχρι τώρα, δεν βλέπω τι είναι αυτό που έχουμε να συζητήσουμε. Αν εμφανίστηκε, πιστεύω πως τα άλλα λύνονται αργά ή γρήγορα. Μην ξεχνάτε και την αμχανία της πρώτης φοράς που ισχύει και για τα δύο φύλα. Ντάξει, ο τύπος φάνηκε λίγο ούγκανος αλλά μπορεί και να παίρνει upgrade.



Ερωτικά αδιέξοδα, sexy απορίες, κρυμμένα μυστικά... και στα fm! Το «Μίλα μου βρώμικα» κάνει τα ερωτικά σας θέματα να ακούγονται σαν παθιακό τραγούδι στο Athens Voice Radio 102.5



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

Σε γνωρίζω...

Αβαντάξ, 34χρονη πανέμορφη Κοινωνιολόγος, στον δημόσιο τομέα, ψηλή, αδύνατη, με μεταπτυχιακό, οικονομικά ανεξάρτητη, από καλή οικογένεια, επιθυμεί σοβαρή γνωριμία. «Πάππας», Ομήρου 38, Κολωνάκι, 2103620.147, www.pappas.gr

Ζήτα μου ό,τι θες

Καθηγήτρια πιάνου με δίπλωμα Σολίστ από το Εθνικό Ωδείο και πολυετή πείρα στη διδασκαλία, παραδίδει μαθήματα πιάνου και θεωρητικών σε όλες τις ηλικίες στις περιοχές Παπάγου, Χολαργού, Αγίας Παρασκευής, Ψυχικού και Γέρακα. Προσπίτες τιμές. Τηλ.: 6977 34 60 31

© JOHN HOLMES

ΚΡΙΟΣ (21 Μαρτίου - 19 Απριλίου)

Καταπιέξεις έντονα προσωπικά θέλω λόγω υποχρεώσεων και συμβάσεων

Η εβδομάδα ξεκινάει με την Πανσέληνο της Τρίτης στον ζωδιακό σου άξονα και την αναζωπύρωση που αυτή φέρνει στις σχέσεις σου. Προσπαθείς για καλύτερη συνεννόηση και μεγαλύτερη διαλλακτικότητα με τον σύντροφο και τα παιδιά σου, όμως η σφοδρότητα των συναισθημάτων σου σε προδίδει. Οι καταστάσεις στο σπίτι και την οικογένεια σε κάνουν αδιαπραγμάτευτο όσον αφορά το τι και πώς το θέλεις για να είσαι καλά. Στην πραγματικότητα, βέβαια, τίποτα δεν γίνεται όπως θα το ήθελες, καθώς αναγκάζεσαι να δώσεις προτεραιότητα στις υποχρεώσεις της δουλειάς και στο καθήκον απέναντι στην οικογένειά σου. Αξιολογείς τι έχει μεγαλύτερη σημασία για σένα κι ακόμη κι αν δεν σε ικανοποιεί το αποτέλεσμα, δρας ανάλογα. Το ότι τα σχέδια με φίλους, τα χόμπι και γενικώς οι ανανεώσεις και ανακαινίσεις που θέλεις, κοστίζουν, κι εσύ δεν έχεις ακόμη ξεχρεώσει τα προηγούμενα, σε βοηθά να δειξείς μία κάποια σύνθεση. Τέλος, κράτησε την ερωτική ζήλεια κι ανασφάλεια υπό έλεγχο γιατί επί του παρόντος τροφοδοτεί κυρίως φανταστικά σενάρια.

ΤΑΥΡΟΣ (20 Απριλίου - 20 Μαΐου)

Αμφιταλαντεύεσαι ανάμεσα στο σωστό και στη βολή σου

Μπαίνεις στον πειρασμό να ασχοληθείς με ψεματάκια, απάτες και παρασκηνιακές κινήσεις για να διατηρήσεις μια αίσθηση πρεμίας και τάξης στη ρουτίνα σου. Ίσως ενδώσεις προς στιγμήν, όμως τελικά υπερισχύει η πιο ειλικρινής και πρακτική σου πλευρά. Προέχει να δώσεις χώρο στο καινούργιο, είτε πρόκειται για παρέα, επαγγελματική ή ακαδημαϊκή κατάσταση, ταξίδι, είτε για τη σχέση με τον ευρύτερο συγγενικό σου κύκλο. Μπορεί να δυσχεραστήσεις οικογένεια, συγγενείς και να διαταράξεις επαγγελματικές συμφωνίες ή συνομιλίες ωστόσο θα ευεργετήσεις τον εαυτό σου σε επίπεδο διάθεσης, χαράς, δημιουργικότητας και έρωτα. Καλό θα ήταν να πεις τα όξι σου συνειδητά κι ελεγχόμενα αντί να καταλήξεις σε εκρηκτικές κινήσεις στην καριέρα και τον γάμο σου, επειδή θα έχεις πιεστεί υπέρμετρα. Τέλος, φρόντισε να βρεις τη χρυσή τομή ανάμεσα στην υγιεινή ζωή και τη διασκέδαση ώστε να κάνεις το καλύτερο για τον εαυτό σου. Μην επιτρέψεις σε σκέψεις και λόγια του περιβάλλοντός σου να σε στρεσάρουν υπέρμετρα και να τροφοδοτήσουν ανασφάλειες κι αδιαθεσίες.

ΔΙΔΥΜΟΙ (21 Μαΐου - 21 Ιουνίου)

Διασκέδαση και χαρά που σκοντάφτει σε ουσιαστικά και πραγματικά θέματα

Η Πανσέληνος της Τρίτης στρέφει την προσοχή σου αδιαμφισβήτητη στην ερωτική σου ζωή και δευτερευόντως στη σχέση με τα παιδιά σου. Γνωριμίες, παρέες και κουβέντες συμβάλλουν στην καλή σου διάθεση, τροφοδοτούν ένα ρομάντζο, εξισορροπούν την επικοινωνία με σύντροφο και παιδιά. Σίγουρα θέλεις να ασχοληθείς με φίλους, κοινωνικό κύκλο, χόμπι, με το τι θα κάνεις μετά και γενικώς με το καινούριο, ακόμη και σε επαγγελματικό επίπεδο. Το πρόβλημα είναι ότι το ευχάριστο αυτό κλίμα σκοντάφτει επάνω στις συναισθηματικές σου φοβίες, τους μηχανισμούς άμυνας σου, ακόμη και στο άγχος σου για το κοινό ταμείο. Αναγκάζεσαι πρωτίστως να ασχοληθείς με τον διακανονισμό οικονομικών σου υποθέσεων σε φάση που ουδεμία όρεξη έχεις και δευτερευόντως να αρχίσεις να αφήνεις πίσω σου τις συναισθηματικές άμυνες που δεν χρειάζεσαι. Φρόντισε να μην μπεις σε μία λογική αποκλειστικά «κέρδους» στην επαγγελματική και προσωπική σου καθημερινότητα, καθώς θα σε πάει πίσω σε σχέση με τους πραγμα-

τικούς σου στόχους. Σωματικά, φρόντισε ιδιαίτερα τι τρως και ψυχολογικά το πόσο παραλογίζεσαι.

ΚΑΡΚΙΝΟΣ (22 Ιουνίου - 22 Ιουλίου)

Κρύο-ζέστη σε σπίτι και δουλειά, όμως τόνωση την ερωτική σου ζωή

Σπίτι-δουλειά, δουλειά-σπίτι είναι το δίπτυχο που τονίζει η Πανσέληνος της Τρίτης, χωρίς να διευκολύνει ιδιαίτερα τις καταστάσεις. Τρώγεις να αναλάβεις πρωτοβουλίες και να κάνεις τον αρχηγό στην καριέρα και στον γάμο σου και γι' αυτό προσπαθείς να τα κάνεις όλα σωστά και να τους έχεις όλους ευχαριστημένους στο σπίτι και το γραφείο. Η προσπάθειά σου σκοντάφτει στο πόσο κουραστικό είναι όλο αυτό, ειδικά αν δεν συνεργάζονται οικειοθελώς και οι άλλοι. Αυτή η προσέγγιση κρύο-ζέστη παραδόξως κάνει καλό στην ερωτική σου ζωή, κυρίως στο σεξουαλικό κομμάτι, έστω κι αν πιάνεις τον εαυτό σου να κάνει κάποιες μικρότητες, πολλά σενάρια, ζήλιες και τελικά ό,τι θα ήθελες να μην ξανακάνεις ποτέ. Επαγγελματικά αυτό το τουρλουπούκι αφήνει αλώβητη τη δημιουργικότητά σου, αν και δημιουργεί καθυστερήσεις σε καινούργια πρότζεκτ, την ακαδημαϊκή σου πρόοδο και τις επιμορφωτικές σου δραστηριότητες. Τέλος, μάζεψε την επιρρέπειά σου στις καταχρήσεις γενικά και το αλκοόλ ειδικά και στην αλόγιστη διασκέδαση. Όσο για τις γνωριμίες της περιόδου, είναι σημαντικές.

ΛΕΩΝ (23 Ιουλίου - 22 Αυγούστου)

Θέλεις να κάνεις πολλά με πολλούς, όμως σκοντάφτεις σε υγεία και υποχρεώσεις

Αυτό το μοντελάκι που ό,τι κι αν θέλεις να κάνεις βρίσκεις μπροστά σου τις υποχρεώσεις και τις ανάγκες της ρουτίνας σου, σε κουράζει στο μη περαιτέρω με την Πανσέληνο της Τρίτης. Σχεδιάζει εξόδους, εκδρομές και γενικώς περνάς δημοσιοεχτίστηκη περίοδο και δύο πράγματα έχεις ανάγκη: καινούργιες γνωριμίες και κόσμο, και να δουλέψουν οι οικονομικές σου συνεννοήσεις και σχέδια όπως τα έχεις κάνει. Σίγουρα τα πράγματα δεν πηγαίνουν όπως ακριβώς τα σχεδιάζεις, καθώς αναγκάζεσαι λόγω κούρασης, φόρτου ή και υγείας να αλλάξεις τις προτεραιότητές σου, έστω κι αν αυτό σημαίνει ότι οι επαγγελματικοί σου στόχοι μεταβάλλονται ή καθυστερούν. Δείξε μία έξτρα φροντίδα στη σχέση και την οικογένειά σου καθώς φαίνεται να κοντράρονται με την καριέρα, τα μαθήματα και τον κοινωνικό σου κύκλο για την προσοχή σου. Προσπάθησε να μη βρεθείς να τρέχεις σαν τρελός προς το καινούργιο αγνώστους τον σύντροφό σου. Καλές οι καινούργιες παρέες, ιδέες, αντικείμενα και μέρη, όμως τα λαχταράς τόσο γιατί θέλεις να ξεφύγεις από παρελθόν κι εκκρεμότητες.

ΠΑΡΘΕΝΟΣ (23 Αυγούστου - 22 Σεπτεμβρίου)

Επιζητάς εξωτερική αρμονία ως αντίδοτο σε εσωτερική αναστάτωση

Παίρνεις προσωπικά οτιδήποτε συμβαίνει στην αρχή της εβδομάδας, ιδίως ό,τι διαταράσσει το ζεν σου. Η Πανσέληνος της Τρίτης φέρνει στο προσκήνιο την εσωτερική σου αναστάτωση και γι' αυτό τον λόγο δυσκολεύεσαι να ασχοληθείς με τον άλλο και γίνεσαι αρκετά εαυτούλης στην ερωτική σου ζωή. Ως αντίμετρο στη συναισθηματική ταραχή, αποζητάς αρμονία, καταναλωτική θεραπεία και γενικώς να κρατήσεις τα εξωτερικά πράγματα ευχάριστα κι επιφανειακά, με τη βοήθεια της οικονομικής τόνωσης που δέχεσαι. Δεν σου γίνεται το χατίρι, καθώς δεν είσαι πλέον διατεθειμένος να σκοτωθείς στην κούραση ή να καταπιεστείς για να διατηρήσεις ένα καλό κλίμα στη σχέση με τον σύντροφο, τα παιδιά ακόμη και σε σχέση με τα επαγγελματικά σου πρότζεκτ. Γίνεσαι πιο διεκδικητικός κι αυστηρός στις κουβέντες και τις διαπραγματεύ-

σεις σου, ωστόσο καλό θα ήταν να έχεις στον νου σου ότι προς το παρόν είναι δύσκολο να εκτιμήσεις τι ακριβώς συμβαίνει στη σχέση σου σε προσωπικό επίπεδο, και στις συμφωνίες/συνεργασίες που διαπραγματεύεσαι σε επαγγελματικό επίπεδο.

ΖΥΓΟΣ (23 Σεπτεμβρίου - 23 Οκτωβρίου)

Παίρνεις τα πάνω σου προσωπικά, αν και οι εξελίξεις στο σπίτι σε κοντράρουν

Με την Πανσέληνο της Τρίτης στο ζώδιό σου βλέπεις προσωπική τόνωση μέσα από καινούργιες εμπειρίες, ταξίδια, χόμπι και νέα σχέδια και γεμίζεις όρεξη για ξεκινήματα και δυναμικές πρωτοβουλίες σε επαγγελματικό και προσωπικό επίπεδο. Όλα αυτά τα βιάζεσαι κι έτσι γίνεσαι ανυπόμονος κι απότομος, ιδιαίτερα αν ο σύντροφος και οι συνεργάτες σου δεν συμβαδίζουν απολύτως. Το πιο πιθανό δε, είναι ότι δεν θα συμβαδίσουν. Η κατάσταση στο σπίτι και το γραφείο και η δική σου απροθυμία να κάνεις για μία ακόμη φορά υπερβάσεις κλέβει κάτι από την αρμονία και το δυναμικό της κατάστασής σου. Η ερωτική σου ζωή σε ρίχνει σε γνωστά πάθη κι ανησυχίες, ενώ τα επαγγελματικά σου πρότζεκτ απομυζούν το κοινό ταμείο. Ευτυχώς έσοδα υπάρχουν και μάλιστα καλά, πράγμα που βοηθάει από τη μία, από την άλλη όμως κρύβει τις ατέλειες, τσαπατσουλίες κι ανακρίβειες της επαγγελματικής και προσωπικής σου καθημερινότητας. Αν και ο αέρας μυρίζει καινούργια στα προσωπικά σου, πρόσεξε να μην επαναλάβεις τα ίδια λάθη.

ΣΚΟΡΠΙΟΣ (24 Οκτωβρίου - 21 Νοεμβρίου)

Διευκολύνεσαι για να διευθετήσεις ανοικτούς λογαριασμούς

Η Πανσέληνος της Τρίτης φωτίζει κάτι επαγγελματικά θέματα που εκκρεμούν από καταβολής κόσμου και κάτι σχετικές υπόγειες διαδικασίες και σε βάζει να κλείνεις σιγά-σιγά οικονομικές εκκρεμότητες και διακανονισμούς. Στο ίδιο κλίμα κοσκινίσματος μπαίνεις στις ερωτικές και φιλικές σου σχέσεις, καθώς οι κοινωνικοί σου στόχοι και η συναισθηματική σου ισορροπία απαιτούν να κλείσεις όμορφα ό,τι δεν σου χρειάζεται. Το ότι μαλακώνεις και γίνεσαι λιγότερο απόλυτος επικοινωνιακά βοηθάει ιδιαίτερα καθώς μετριάζει τον αυταρχισμό, το δράμα και τελικά την απεραισθησία στη ρουτίνα σου, ενώ επίσης διευκολύνει το πέρασμα από τη θεωρία στην πράξη, μετριάζοντας το άγχος και τον φόβο σου. Η σχέση και γενικώς η ερωτική σου ζωή σε τονώνει προσωπικά, παράλληλα όμως θρέφει την καχυποψία και την τάση σου στην ακρότητα, κυρίως γιατί ό,τι είχες συνηθίσει τίθεται υπό αμφισβήτηση κι αισθάνεσαι μετέωρος. Τα νεύρα και οι αλλαγές στο σπίτι δεν βοηθάνε, αντιθέτως σε κάνουν να μη βλέπεις ξεκάθαρα στη σχέση με τα παιδιά και τον σύντροφό σου.

ΤΟΞΟΤΗΣ (22 Νοεμβρίου - 21 Δεκεμβρίου)

Αποζητάς το καινούργιο, αλλά αναγκάζεσαι να ενεργήσεις με μέτρο

Παίρνεις φωτιά με την Πανσέληνο της Τρίτης και γεμίζεις διάθεση για καινούργιες ασχολίες, φιλίες, για ομαδικές δραστηριότητες και χόμπι, για μελλοντικά σχέδια και γενικώς για να γίνεις ο καλύτερος μαϊντανός του κύκλου σου. Παράλληλα στα ερωτικά σου ανεβαίνει η θερμοκρασία και προσπαθείς να αναλάβεις τον έλεγχο των καταστάσεων για να είσαι εντάξει. Ετοιμάζεσαι να πεις πολλά (όχι απαραίτητα εύστοχα) χάρην έρωτος και σε απασχολεί το να υπάρχει και μία αίσθηση πραγματικότητας σε όλο αυτό, έστω κι αν κβει κάτι από τον ενθουσιασμό σου και σου χαλάει κάπως την εικόνα. Το οικονομικό σου επίσης συμβάλλει στο να μετριάσεις το πάθος και την ανυπομονησία σου, αφού δεν έχεις διάθεση να μείνεις πάλι στον άσο. Ο μεγάλος χαμένος της εβδομάδας είναι η δουλειά κυρίως, γιατί με αυτά και άλλα η ρουτίνα σου πηγαίνει πίσω. Τελικά βέβαια καταλαβαίνεις ότι δεν γίνεται να διαιωνίζεις τα ζητήματα της καθημερινότητάς σου που χρειάζονται μετουσίωση, συμπεριλαμβανομένης της υγείας και των φροντίδων που απαιτούνται σχετικά.

ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ (22 Δεκεμβρίου - 19 Ιανουαρίου)

Μεγάλα σχέδια και πολύ μικρότερη διάθεση να τα υλοποιήσεις

Με την Πανσέληνο της Τρίτης θα ήθελες ιδανικά να οργανώσεις ένα άρτιο αισθητικά υπερθέαμα στην καριέρα και τον κοινωνικό σου κύκλο και να επιδοθείς σε κοινωνικότητες και διπλωματίες, με σκοπό να τους έχεις όλους ευχαριστημένους. Θα ήθελες επίσης με τα νεύρα από όλο αυτό το αλισβερίσι να τα χώσεις στην οικογένειά σου, εάν κανείς τολμήσει να σου πάει κόντρα. Μόνο η κούρασή σου και η απροθυμία σου να συνεχίζεις να φορτώνεσαι τόσα πολλά στις πάσης φύσεως σχέσεις σου βάζουν τρικλοποδιά στην επαγγελματική και προσωπική υπερπαραγωγή. Άλλωστε το να φροντίσεις το συμφέρον σου, οικονομικά και συναισθηματικά, επιβάλλεται για να είσαι εντάξει στις φιλικές, ερωτικές κι επαγγελματικές σου σχέσεις, ιδιαίτερα όπου υπάρχουν και συγκεκριμένα πρότζεκτ στη μέση. Καλό θα ήταν μόνο να θυμάσαι ότι αυτόν τον καιρό ούτε σκέφτεσαι ούτε επικοινωνείς όσο ξεκάθαρα πιστεύεις, αν και προς το παρόν είσαι διατεθειμένος να συντηρήσεις παρεξηγήσεις και παρανοήσεις αν πρόκειται να εξασφαλίσεις αυτό που έχεις ανάγκη.

ΥΔΡΟΧΟΟΣ (20 Ιανουαρίου - 18 Φεβρουαρίου)

Όρεξη για ανανέωση που μετριάζεται από εσωτερική κόπωση

Η εβδομάδα σε βρίσκει ορεξάτο, εξωτερικά τουλάχιστον, αφού η Πανσέληνος της Τρίτης σε σπρώχνει να ανανεωθείς κοινωνικά με νέες παρέες, εξόδους, εκδρομές, επαγγελματικά ανοίγματα και φυσικά τη συνδρομή της σχέσης σου, μίας ή πολλών καινούργιων γνωριμιών. Ιδανικά θα ήθελες πάσης φύσεως προγράμματα, συνεννοήσεις και συναλλαγές να γίνουν στον ρυθμό σου γιατί η υπομονή σου είναι στο ελάχιστο και τα νεύρα σου τεντωμένα στο μη περαιτέρω. Είτε λόγω σωματικής κούρασης ή αδιαθεσίας, είτε γιατί δεν αντέχεις καμία ψυχολογική πίεση, περιορίζεις τις δραστηριότητές σου αρκετά, λοιπόν. Καλό θα ήταν επίσης να παραμείνεις ψύχραιμος στο σπίτι και την οικογένεια, ακόμη κι αν αισθάνεσαι ότι τα πράγματα δεν τσουλάνε κι ότι δεν υποστηρίζουν την προσπάθειά σου να εξασφαλίσεις επαγγελματικά και κοινωνικά. Είναι οι καινούργιες γνωριμίες που θα σε τροφοδοτήσουν με ενέργεια και θα σε κάνουν να επιθυμείς πραγματικά να ανανεωθείς και να κάνεις πράγματα, όχι οι παλιοί σου γνώριμοι. Τέλος φρόντισε στις επαγγελματικές σου συμφωνίες να διαφυλαχτείς οικονομικά.

ΙΧΘΥΕΣ (19 Φεβρουαρίου - 20 Μαρτίου)

Αντιμέτωπος με πάθη κι ανάγκες οικονομικά και ερωτικά

Φωτίζει τις σκοτεινότερες πτυχές των ερωτικών και οικονομικών σου σχέσεων η Πανσέληνος της Τρίτης και σε βρίσκει πρόθυμο να ρίξεις πολύ νερό στο κρασί σου για να φτάσεις σε συνεννόηση και στα δύο αυτά πεδία της ζωής σου. Αν είναι έρωτας, θα δυσκολευτείς γιατί συναισθηματικά περνάς μία μάλλον εγωκεντρική φάση που δυσχεραίνει τη συνεννόηση. Αν είναι συνεργασία γίνεσαι αρκετά επιθετικός διαπραγματευτικά, αλλά τελικά αυτό δουλεύει υπέρ σου. Σε κάθε περίπτωση, η μεγαλύτερη ευελιξία σου σε σχέση με τους στόχους σου και οι πιο ανθρώπινες απαιτήσεις από τον εαυτό σου σε επίπεδο φιλίας, ομαδικών πρότζεκτ και μελλοντικού οράματος είναι η μέση –απαιτητική– οδός που σε βγάζει ασηροπρόσωπο. Η νευρικότητα, το άγχος και οι τάσεις φυγής παραμένουν, ειδικά όταν αναλογίζεσαι τον τραπέζικό σου λογαριασμό. Αν μπορείς, δεν είναι άσχημη ιδέα να χρηματοδοτήσεις μία εκδρομή, μία καινούργια επιμορφωτική ασχολία ή να βάλεις στη ζωή σου έναν επαγγελματία προσωπικό σύμβουλο που θα σε βοηθήσει να βγάλεις άκρη με αυτά που συμβαίνουν μέσα σου. **A**

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