

# ATHENS voice



ΑΦΙΕΡΩΜΑ  
Εταιρική  
κοινωνική  
ευθύνη

Επιμέλεια: Αγγελική Μπιρμπίλη  
Τάκης Σκριβάνος

ΚΟΛΩΝΑΚΙ 2019

## Το Κολωνάκι σε **133** βήματα

Επιμέλεια: Σταυρούλα Παναγιωτάκη







# ΨΩΝΙΑ ΣΤΗ ΦΥΣΗ & ΤΟ ΠΑΣΧΑ!



JOY APTEHS

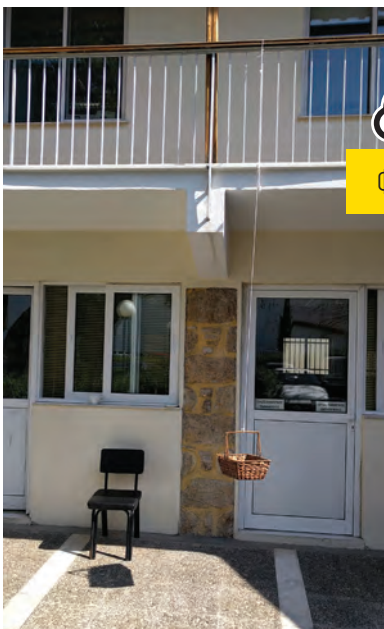
Απολαύστε τα πασχαλινά ψώνια σας στο Smart Park, το μεγαλύτερο εμπορικό πάρκο της Ελλάδας. Μόλις 10 λεπτά μέσω Αττικής οδού, με δωρεάν άνετο parking. **Αγαπημένα επώνυμα brands, καφέ, εστιατόρια, ψυχαγωγία και πολλές εκπλήξεις για νονούς και βαφτιστήρια.**

  [www.smartpark.com.gr](http://www.smartpark.com.gr)



shop play enjoy





ΦΤΙΑΞΕ ΜΟΥ ΤΗ ΜΕΡΑ

**Τεχνητή νοημοσύνη**  
Στο Υγειονομικό της Λεωφόρου Αλεξάνδρας οι μεταφορές εγγραφών γίνεται με εντελώς αυτοματοποιημένο τρόπο

## Info~DIET

Της ΣΤΑΥΡΟΥΛΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΗ



### ΝΕΑ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

Επειδή μας ρωτάτε, αυτή είναι η νέα μας διεύθυνση:  
Χαρ. Τρικούπη 22,  
Montmartre 10679

### THE ORBIT

Αναμένουμε το μεγαθήριο block γραφείων. Ο ιδιοκτήτης Νίκος Δρανδάκης (λέμε με Taxi beat) μας υπόσχεται ένα καταπράσινο κτίριο, φυτώριο νέων ταλέντων. Τον πιστεύουμε εντελώς! (Κηφισίας & Πανόρμου)

### ΚΩΣΤΑΣ ΣΓΟΝΤΖΟΣ

Έφυγε ένας παλαιμάχος του ραδιοφώνου. Ίσως ο πρώτος ραδιοφωνικός DJ που έπαιξε το είδος μουσικής zouk στην Αθήνα.

### ΝΑΤΑΛΙΑ ΜΕΛΑ

Δεν ήταν απλά η κορυφαία μας γλύπτρια. Ήταν η πιο κομψή και καλαίσθητη γυναίκα της Αθήνας. Ακόμα και η ποδιά εργασίας που φορούσε έμοιαζε να έχει έρθει κατευθείαν από τα ατελιέ του Ντιόρ. Έφυγε στα 96 της, αναντικατάστατη.

### Ο ΠΑΣΧΑΛΙΝΟΣ ΕΦΙΑΛΤΗΣ

Σταματήστε να βουτάτε τα πάντα στη σοκολάτα. Είναι το έγκλημα της παρισερί!

### ΠΡΟΕΚΚΛΟΓΙΚΑ ΚΟΛΠΑ

Πήξαμε στα ετοιματζήδικα ανθισμένα παρτέρια στις νησίδες. Εντυπωσιαστήκαμε.

### ΠΑΤΙΝΙΑ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ

Μυστήριο παραμένει πάντως πώς και δεν τα έχουν ακόμα βανδαλίσει.

### ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΠΑΠΑΚΩΣΤΑ

Ρωτήστε την, αν προγραμματίζετε ταξίδι στο Παρίσι. Έχει τρομερά tips να σας δώσει.

### ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΟΝΟΜΑ ΜΕΤΟΧΟΥ

Ο Mr Routsidis. (Έτσι όπως εμφανιζόταν στις συναλλαγές της Follie-Follie)

### GAMES OF THRONES

Τσουρέκια.

ΜΗ ΧΑΣΕΙΣ!

102.5  
ATHENS  
VOICE  
RADIO

## Ο Athens Voice Radio 102.5 Hairway

και τα κομμωτήρια σας προσκαλούν το **Σάββατο 20 Απριλίου**, στο πιο hot hair spot της Τσακάλωφ!

Από τις **14.00** έως και τις **16.00**, το Hairway (Τσακάλωφ 8, Κολωνάκι) υποδέχεται τις **ΕΛΕΝΗ ΜΠΕΖΙΡΙΑΝΟΓΛΟΥ** και **ΑΝΔΡΟΝΙΚΗ ΤΣΑΤΣΑΡΩΝΗ**, για ένα δώρο **LIVE RADIO** γεμάτο εκπλήξεις!

Κερδίστε επιτόπου δώρα **WELLA** και μία υπερτυχερή ένα φουλ πακέτο υπηρεσιών αξίας **€150!**  
Να είστε όλοι εκεί!

## ΤΙ ΚΑΝΕΙ

## ΤΟ ΠΟΥΛΑΚΙ ΜΟΥ;



# Νονοί και νονές υπάρχουν πολλοί, e-nona είναι μια και ζει στο Πλαίσιο!

Με την πασχαλινή της νοημοσύνη θα σου παρουσιάσει τις καλύτερες προτάσεις δώρων για το βαφτιστήρι, το ταίρι, την οικογένεια ή τον εαυτό σου!

**e-nona** σε περιμένει στη σελίδα 17 με λαμπάδες, προϊόντα τεχνολογίας και lifestyle καθώς και ένα μοναδικό διαγωνισμό που μοιράζει super δώρα αξίας 4.500€!





Μαρτυρία της ίδιας της Τζόις Ευειδής  
Ταξιτζής: **Γιατί είναι η φωνή σας έτσι; Τζόις Ευειδή: Γιατί ήμουν κάποτε άντρας.**  
(Κέντρο Αθήνας, Τρίτη πρωί)

«**Να σας κλείσω το παράθυρο ή θέλετε να περιμένετε τον χειμώνα να ξανάρθει;**»  
(Ταξιτζής σε πελάτη, ένα ωραίο, ηλιόλουστο, ανοιξιάτικο πρωινό Τρίτης στη Βασιλίσσης Σοφίας)

Ηλικιωμένο ζευγάρι σε προθάλαμο ιατρείου  
-**Συνέχεια βήχει, θα κολλήσεις κι εμάς.**  
-**Ε, τι να κάνω;**  
-**Να έβαζες ένα φίμωτρο από αυτά τα ιατρικά.**  
-**Σιγά μη βάλω και μουτσούνα.**  
(Νέα Πεντέλη, Τρίτη απόγευμα)

«**Μαμά, ήταν καταπληκτική ντίσκο, είχε χιλιάδες άτομα μέσα. Καθόμασταν 40 άτομα σε δύο τραπέζια!**»  
(15χρονη σε 5ήμερη με τα σχολεία, μιλάει με τη μαμά της στο κινητό. Λόμπι Ξενοδοχείου President, Κυριακή πρωί)

Ταξιτζής έξω από το Α΄ Νεκροταφείο μονολογεί  
«**Ξέρεις τι εκκρεμότητες είχαν αυτοί εδώ μέσα...**»  
(Μετς, Παρασκευή μεσημέρι)

Σε μεγάλο κατάστημα καλλυντικών. Υπεύθυνη πάγκου αρωμάτων, κάπως ώριμη σε ηλικία, μιλάει προς τις πωλήτριες των διπλανών πάγκων:  
«**Αν δεν πουλήσω έτσι και ένα σήμερα, δεν φεύγει καμιά σας από δω.**»  
(Κέντρο Αθήνας, Σάββατο πρωί)

ΓΙΑΝΝΗΣ ΝΕΝΕΣ  
→ panikoval500@gmail.com

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



## ΔΗΜΟΣ ΑΒΔΕΛΙΩΔΗΣ

Επιμέλεια: Γιώργος Δημητρακόπουλος

**Η πρώτη δουλειά που έκανες στην Αθήνα;** Στη Μουσική Εταιρεία ΛΥΡΑ, του εξαίσιου Αλέκου Πατσιφά, σαν διανομέας βινυλίων στα δισκάδικα της Αθήνας.  
**Το πρώτο σου διαμέρισμα;** Συγκάτοικος σ' ένα υπόγειο στην Καλλιθέα ως φοιτητής.  
**Πού αλλού θα μπορούσες να ζήσεις στην Ελλάδα;** Όπου γης πατρίς.

**Το καλύτερο μέρος για να απομονώ-σαι;** Ο ίδιος μου φίλος εσωτερικός εαυτός.  
**Ποιο είναι το αγαπημένο σου εστιατό-ριο;** Η Ταβέρνα Πειναλέων.

**Ο μεγαλύτερος αθηναϊκός φόβος σου;** Να λείψουν τα περιστέρια, τ' αδρόνια, τα κοτούφια κι όλα τα πουλιά, που συνυπάρχουν τόσο μαγικά και διακριτικά μαζί μας, όπως μας έλειψαν εδώ και χρόνια τα χελιδόνια.

**Τα 3 πράγματα που, αν έλειπαν, θα έκαναν την Αθήνα λίγο ομορφότερη;** Η αδιαφορία της μεγάλης πλειοψηφίας των οδηγών για την προτεραιότητα των πεζών και των πάσης φύσεως αδυνάτων. Η αδιαφορία των θεσμών της πόλης να εκπαιδεύουν συστηματικά και καθημερινά τους πολίτες στην πρακτική και επωφελη-σημασία της ανακύκλωσης. Η αδιαφορία της μεγάλης πλειοψηφίας μας ως πολιτών, να μην αντιμε-τωπίζουμε την καθαριότητα στους δημόσιους χώρους σαν να 'ναι πραγματικά ο δικός μας χώρος.

**Ποιος σκηνοθέτης θα ήθελες να γυρίσει μία ταινία για την Αθήνα;**

Προς το παρόν προσπαθώ να ολοκληρώσω την πρωτοβουλία μου να κάνω τη νέα μου ταινία «Το Σατυρικό Δράμα των Αθηνών», αφιερωμένη στη σημερινή και την παντοτινή Αθήνα.

**Ποιος Αθηναίος θα γινόταν ο καλύτερος πρωθυπουργός της χώρας;**

Μόνο όποιος αγαπάει πραγματικά τους ανθρώπους σαν να είναι όλοι παιδιά του ή αδέρφια του. Πατί μόνο έτσι δεν θα αρκασθεί στην ικανοποίηση του εαυτού του και των προσωπικών του ονείρων, αλλά θα έχει την αληθινή ευφύια να βιώσει την υπέρτατη, μοναδική απόλαυση της ανταπόδοσης της αγάπης και του σεβασμού όλων προς το πρόσωπό του, έχοντας αφοσιωθεί στο να υπερασπισθεί τις ζωές, τα όνειρα και την ευτυχία των όλων των άλλων.

**Αγαπημένο σου θέατρο και συναυλιακός χώρος;** Το Ηρώδειο και το Θέατρο Δώρας Στράτου.

**Πώς φαντάζεσαι την Αθήνα σε 50 χρόνια;** Θα επιθυμούσα να αναγνωρισθεί επίσημα διεθνώς ως κοιτίδα του παγκόσμιου ουμανιστικού πολιτισμού. Να έχουν ενοποιηθεί όλοι οι αρχαιολογικοί χώροι στην ευρύτερη ακτίνα γύρω από την Ακρόπολη. Η Ιερά οδός αποκατεστημένη, καθώς και τα κρυμμένα ποτάμια της, ο Ιλισσός κι ο Ηριδανός. Μια ανοχύρωτη Πόλη που τελούνται κάθε είδους έργα και δράσεις πολιτισμού και πρωτοποριακής ανθρωπιστικής επιστήμης. Έτσι η Αθήνα, από καταδικασμένη να λατρεύει και να θρηνεί γοερά για το παρελθόν της, μπορεί να το ξαναζωντανέψει μετατρέποντας τη θλίψη σε χαρά, το άλγος της νοσταλγίας σε δράση, το πολεμένο παρελθόν σ' ένα διαρκές απολαυστικό τώρα.

**WIN, WIN, WIN!**

**Κερδίστε 1 δωρεάν πρόγραμμα από τα πανεπιστημιακά φροντιστήρια ATC αξίας 950 ευρώ για τον διαγωνισμό της Τράπεζας Ελλάδος που γίνεται μέσω ΑΣΕΠ.**

Στείλτε ένα απλό e-mail στο [contest@athensvoice.gr](mailto:contest@athensvoice.gr) γράφοντας «ATC» στο θέμα, το ονοματεπώνυμό σας, ένα τηλέφωνο επικοινωνίας μέχρι τις 19/4, στις 14.00. Ο νικητής θα ειδοποιηθεί με e-mail.

Ο Δ.Α. είναι σκηνοθέτης του θεάτρου και του κινηματογράφου. Για την παράσταση «Ο Επιτάφιος Λόγος του Περικλή» απέσπασε το φετινό Βραβείο «Κάρολος Κουν» Σκηνοθεσίας Ελληνικού Έργου. Από 2 Μαΐου έως και 2 Ιουνίου θα φιλοξενηθεί στο Μπάγκειον ένα αφιέρωμα στο έργο του με τη θεατρική παράσταση «Ελένη» του Γιάννη Ρίτσου, σεμινάριο και προβολές των θεατρικών του έργων.

## ΤΟ ΕΞΟΦΥΛΛΟ ΜΑΣ

Αυτή την εβδομάδα το σχεδιάζει ο Sotos Anagnos. Γεννήθηκε στην Αθήνα. Ασχολείται με την εικονογράφηση, τη γραφιστική και τα κόμικ. Δουλειά του έχει δημοσιευτεί σε διάφορα περιοδικά, βιβλία, fanzines και webzines (Βαβέλ, ATHENS VOICE, Index, Beast, Strukt, Internazionale, Thames & hudson κ.ά.). Κατά καιρούς έχει εργαστεί στη διαφήμιση, καθώς και στην καλλιτεχνική επιμέλεια και παραγωγή έντυπου υλικού. Τα τελευταία χρόνια εργάζεται ως γραφίστας στην ATHENS VOICE. Έχει πάρει μέρος σε εκθέσεις και φεστιβάλ στην Ελλάδα και στο εξωτερικό (Κίνα) και έχει εικονογραφήσει όλες τις ιστορίες του Κωστήκη Ανάν στη Βαβέλ και στο mon. (το οποίο και σχεδίασε), καθώς και τα 4 μέχρι στιγμής βιβλία του.

Εκδότης-Διευθυντής Φώτης Γεωργελές

Σύμβουλος Έκδοσης Σταυρούλα Παναγιωτάκη  
Διευθύντρια Σύνταξης Αγγελική Μπιρμπιλίη

Γενική Διεύθυνση Διαφήμισης  
Λουίζα Ναθαναήλ

Art Director Φώτης Πεκλιβανίδης

Τεχνικός διευθυντής Βάιος Συντσίρμας

Υπεύθυνος Ύλης Τάκης Σκριβάνος  
Επιμέλεια Ύλης Δήμητρα Γκρους

Διεύθυνση Web Δημήτρης Αθανασιάδης  
Αρχισυντάκτης Γιάννης Τσάκαλος

Συντακτική ομάδα: Δ. Αλικάκος, Ν. Αργυροπούλου, Μ. Βελέντζας, Ντ. Βλαχοπούλου, Σ. Βλέτσας, Κ. Βνάτσιου, Ν. Γεωργελές, Ν. Γεωργιάδης, Κ. Γιαννακίδης, 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. Νένης, Ευτ. Παλιάρης, Π. Παναγιωτόπουλος, Κ. Παναγοπούλου, Ν. Παπαλιού, Γ. Παυριανός, Κ. Περρή, Κ. Ρήγος, Ε. Συναδινού, Ζ. Σφυρη, Σ. Τριανταφύλλου, Ευ. Τσαβδάρη, Σ. Τσιτσόπουλος, Δ. Φύσσας, Σ. Χαραμή, Λ. Χουρμούζη

Γραμματεία Σύνταξης Γεωργία Σκαμάγκα  
[info@athensvoice.gr](mailto:info@athensvoice.gr)  
Υπεύθυνη οδηγού Δανάη Καμζόλα  
[avguide@athensvoice.gr](mailto:avguide@athensvoice.gr)

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

Group Advertising Manager  
Αναστασία Μπαφούνη, [anastasia@athensvoice.gr](mailto:anastasia@athensvoice.gr)  
Advertising Manager Ντέπη Αραπλή

Direct Market Μαρίνα Β. Γεωργοπούλου, Στεφάνια Μουστάκη, Βασίλης Ζαφειρούλης, Κρύστα Φωτεινοπούλου

Υποδοχή Διαφήμισης Νίκη Σκαμάγκα

marketing@athensvoice.gr  
Digital Advertorial Coordinator Έφη Ορφανάκου  
[efiorfanakou@athensvoice.gr](mailto:efiorfanakou@athensvoice.gr)

Digital Traffic Manager Εύη Ταρνάρη

Διεύθυνση Λογιστηρίου Έφη Μούρτζη  
Λογιστήριο Ουρανία Μιχάλη, Μαρία Καραχοντζή, Βασίλης Νάκος, 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  
Athens Voice Radio 102.5: 210 3648. 213  
Αγγελίες: 210 3617. 369  
Λογιστήριο: 210 3617. 170

[www.athensvoice.gr](http://www.athensvoice.gr)

Αν δεν βρίσκετε την Α.Υ. 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.





# Κέρδισε έως και **10x** go4more πόντους!



πρόσκι

Φέτος το Πάσχα, κάνε τις αγορές σου με τις κάρτες της Εθνικής Τράπεζας, από 15/4 έως και 27/4/19 και βγες κερδισμένος!

SEPHORA  
WHERE *your beauty* BEATS

1€=40 πόντοι go4more

ΜΟΥΣΤΑΚΑΣ

1€=40 πόντοι go4more

MAISON  
MARASIL

1€=40 πόντοι go4more

ΔΙΑΦΑΝΟ

1€=40 πόντοι go4more

ΕΛΙΝ

1€=12 πόντοι go4more



[www.go4more.gr](http://www.go4more.gr) / [www.nbg.gr](http://www.nbg.gr)

ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ



# NOTRE DAME, ΑΝΑΓΚΕΣ ΑΝΕΞΙΤΗΛΕΣ

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΗ

Την πρώτη Σεπτεμβρίου του 1830, ο Βίκτωρ Ουγκώ αγοράζει ένα μεγάλο μπουκάλι με μελάνι και ένα πλεκτό ρούχο που καλύπτει το σώμα του από τον λαιμό μέχρι τους αστραγάλους και κλείνεται στο σπίτι του όπως κάποιος άλλος θα κλεινόταν σε μια φυλακή. Τα υπόλοιπα ρούχα του δίνει εντολή να κλειδωθούν σε μια ντουλάπα ώστε να μην μπει στον πειρασμό να ξεπορτίσει. Δεν υπάρχουν άλλα περιθώρια. Το μεγάλο ιστορικό μυθιστόρημα για το οποίο έχει υπογράψει συμβόλαιο με τον εκδότη Γκοσλέν πρέπει επιτέλους να γραφτεί.

**Ο**πως αναφέρει στα απομνημονεύματά της η Αντέλ Ουγκώ, τον πρώτο καιρό ο εγκλεισμός προκαλεί στον συγγραφέα αφόρητη θλίψη. Μέχρι τον χειμώνα όμως η ροή της ιστορίας τον έχει συνεπάρει σε τέτοιο βαθμό, ώστε δουλεύει με ορθάνοιχτα παράθυρα δίχως να αισθάνεται το κρύο. Και τον Φεβρουάριο, πέντε μόλις μήνες από την ημέρα που ξεκίνησε, το μυθιστόρημά του είναι έτοιμο. Μονάχα τον τίτλο δεν έχει βρει ακόμα. Θα σκεφτεί πολύ, θα απορρίψει διάφορες προτάσεις και τελικά θα διαλέξει τον πιο απλό: «Notre-Dame de Paris» - Η Παναγία των Παρισίων. Ο πρωταγωνιστής, άλλωστε, δεν είναι άλλος από το μεσαιωνικό κτίριο που, εγκαταλελειμμένο στην τύχη του, ρημάζει στο κέντρο της πόλης.

Και πραγματικά, όταν σε λίγες εβδομάδες το βιβλίο κυκλοφορεί, οι αναγνώστες σηκώνουν αμέσως το κεφάλι τους και αντικρίζουν τον ναό με άλλο μάτι. Η απαίτηση ξεχύνεται σαν παλιρροϊκό κύμα και υποστηρίζεται από όλες σχεδόν τις κοινωνικές τάξεις. Το κτίσμα που στέγασε τα βάσανα της Εσμεράλδας και τα πάθη του Κουασιμόδου πρέπει οπωσδήποτε να διασωθεί. Οι εργασίες αποκατάστασης ξεκινούν αρκετά σύντομα και το 1864 η Παναγία των Παρισίων ξαναγεννιέται.

Οι λέξεις του Ουγκώ και το πνεύμα του ρομαντισμού γίνονται τα υλικά που ενώνουν τον Μεσαίωνα με τον 19ο αιώνα. Ο γοτθικός ναός που χτίστηκε για να στεγάσει μια αδιαπραγμάτευτη πίστη και για να διατυμπανίσει την ισχύ μιας παλιάς εξουσίας, αλλάζει χαρακτήρα. Αποκτά ένα άυλο φορτίο που ξεπερνά σε μέγεθος και σημασία τα δομικά του στοιχεία. Οι επόμενες γενιές γραπώνονται πάνω του και η Notre Dame, «Η Κυρία μας», γίνεται ένας από τους φάρους που θέλοντας και μη χρησιμοποιούμε για να μη χάσουμε το στίγμα μας και βρεθούμε να πλεύουμε σε αχαρτογράφητα νερά.

Στον πρόλογο του μυθιστορήματος ο Ουγκώ αναφέρεται στην επιγραφή που «ανακάλυψε» κατά τη διάρκεια της έρευνάς του. Ήταν η λέξη «ΑΝΑΓΚΗ», χαραγμένη με κεφαλαία ελληνικά γράμματα σε μια σκοτεινή γωνιά της εκκλησίας. «Ο άνθρωπος που χάραξε τη λέξη, έσβησε εδώ και πολλούς αιώνες» σημειώνει. «Ο λόγος για τον οποίο τη χάραξε, έσβησε και αυτός κι ίσως σε λίγο να σβήσει και η ίδια η εκκλησία από τη γη. Πάνω σε τούτη τη λέξη χτίστηκε το βιβλίο».

Αυτή η ασαφής ανάγκη η οποία ώθησε έναν άνθρωπο να επινοήσει μια ιστορία και έναν λαό να ντύσει με το νόημα ένα παλιό κτίσμα, δεν πρόκειται να σβήσει ποτέ. Αργά ή γρήγορα, λοιπόν, θα αποτελέσει την κινητήρια δύναμη ώστε η Notre Dame να αποκατασταθεί και να συνεχίσει να επιτελεί τον σκοπό που κάποια στιγμή της ανατέθηκε. Και η καταστροφή, την οποία σοκαρισμένοι παρακολουθήσαμε, θα γίνει ένα ακόμα κεφάλαιο στο μεγάλο εν εξελίξει μυθιστόρημα του πολιτισμού μας. **Α**

**ΣΤΟΝ ΠΡΟΛΟΓΟ ΤΗΣ «ΠΑΝΑΓΙΑΣ ΤΩΝ ΠΑΡΙΣΙΩΝ», Ο ΟΥΓΚΩ ΑΝΑΦΕΡΕΤΑΙ ΣΤΗΝ ΕΠΙΓΡΑΦΗ ΠΟΥ «ΑΝΑΚΑΛΥΨΕ» ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΤΟΥ. ΉΤΑΝ Η ΛΕΞΗ «ΑΝΑΓΚΗ», ΧΑΡΑΓΜΕΝΗ ΜΕ ΚΕΦΑΛΑΙΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΡΑΜΜΑΤΑ ΣΕ ΜΙΑ ΣΚΟΤΕΙΝΗ ΓΩΝΙΑ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ.**





SWATCH STORES: ΑΘΗΝΑ: ΠΛΑΚΑ, 210 3310548 | ΣΥΝΤΑΓΜΑ, 210 3313833 | ΚΟΛΩΝΑΚΙ, 210 7239708 | ΟΜΟΝΟΙΑ, 210 3213328  
ΜΑΡΟΥΣΙ: THE MALL, 210 6197472 | ΓΛΥΦΑΔΑ, 210 8983045 | ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ, 210 5789720 | ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: 2310 284988

**swatch**   
S W I S S M A D E

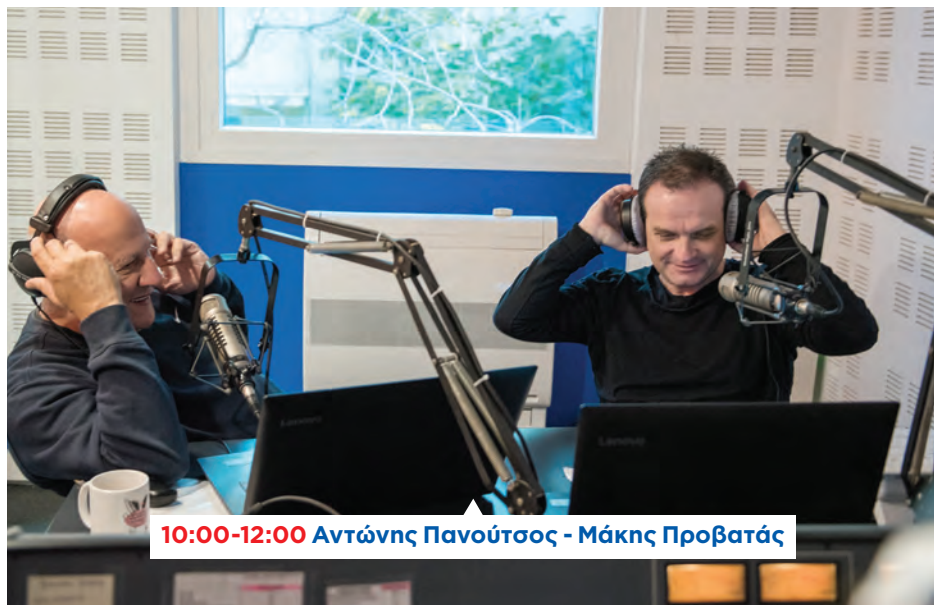


# Athens voice

# R O D I 102.5



07:00 - 09:00 Βαγγέλης Περρής



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



14:00-16:00 Άννα Αναστασίου



16:00-18:00 Μαρία Πετρίδη



20:00-22:00 Θάλεια Καραμολέγκου



22:00-24:00 Στέφανος Δάνδολος



# ΟΙ ΕΠΙΣΤΟΛΕΣ ΤΟΥ FORREST GUMP

Από τον ΝΙΚΟ ΖΑΧΑΡΙΑΔΗ

(Μέλος της συλλογικότητας για την απαγόρευση στους επιβάτες των λεωφορείων να κάθονται στην εξωτερική θέση ενός διπλού καθίσματος, όταν η μέσα είναι άδεια)

## Δημιουργική ιδιοφυΐα Κατερίνα Παπακώστα,

**Αχ, γιατί κυρία Παπακώστα μου;** Γιατί; Δεν έχετε ακούσει πως τα αριστουργήματα δεν πρέπει να τα αγγίζουμε γιατί τα καταστρέφουμε; Γιατί δεν αφήσατε να αιωρείται αυτή η εμβληματική δήλωσή σας «ότι από τη δική σας οπτική, βλέπετε τα Εξάρχεια σαν τη Μονμάρτη της Αθήνας»; Κάτι τόσο πλήρες, τόσο ολοκληρωμένο και τόσο περιεκτικό, δεν χρειάζεται πραγματικά τίποτα άλλο. Το αφήνετε σαν παρακαταθήκη στις επόμενες γενιές. Σαν ένα μνημείο που ακόμα και έπειτα από δεκαετίες, θα θυμίζει σε όλους την ουσία της σκέψης σας. Σαν πνευματική διαθήκη. Έτσι ώστε ο ιστορικός του μέλλοντος να ξέρει πως κάποτε, στα τέλη της 2ης δεκαετίας του 21ου αιώνα, υπήρξε μια τέτοια υπηπουργός Προστασίας του Πολίτη σε μια μικρή χώρα των Νοτίων Βαλκανίων. Γιατί όπως όλα τα σημαντικά έργα τέχνης, έτσι και η συγκεκριμένη δήλωση περί Μονμάρτης, μπορεί να μην ήταν σχεδιασμένη, να μην είχε υποστεί μελέτη και επεξεργασία από το επιτελείο σας, αλλά παρ' όλα αυτά ήταν ότι πιο άρτιο έχετε πει. Και ακριβώς γι' αυτό, είπε για εσάς πολλά περισσότερα από δεκάδες μακροσκελείς συνεντεύξεις.

Μετά από αυτή τη δήλωση, ξεκαθάρισαν μέσα μου όλα τα ερωτηματικά που είχα για εσάς. Κατάλαβα, ας πούμε, γιατί έχετε πάντα εκείνο το αγέρωχο ύφος μεγαλοπρέπειας όταν περπατάτε και –κυρίως– όταν μιλάτε. Γιατί δεν σας πτοεί τίποτα και δεν δέχεστε ποτέ ότι μπορεί να κάνετε κάποιο λάθος. Γιατί τη μια στιγμή μπορεί να κατηγορείτε τον ΣΥΡΙΖΑ και λίγο αργότερα να γίνεστε μέλος της κυβέρνησής του που τον αποθεώνει, την ίδια στιγμή που κάποιος σαν εμάς θα είχε κρυφτεί από ντροπή. Η απάντηση είναι απλή. Γιατί ανήκετε σε εκείνο το σπάνιο είδος ανθρώπου που κατορθώνει να φτιάξει μια άλλη, δική του πραγματικότητα. Και να την πιστέψει! Όλοι ξέρουμε ότι στις «δικές μας» πραγματικότητες, σε αυτό το αυστηρά ελεγχόμενο σύμπαν που διαλέγουμε να κατασκευάσουμε για να νιώσουμε άνετα, δεν υπάρχουν λάθη. Είναι ένας ιδανικά κατασκευασμένος κόσμος. Ο προσωπικός σας παράδεισος, μακριά από την αντικειμενική πραγματικότητα.

Και ταυτόχρονα, αποκαλύπτει για εσάς αυτή την αιώνια λιακάδα του οπτισμού και της αισιοδοξίας που σας διακατέχει. Γιατί όχι μόνο παρομοιάζετε τα Εξάρχεια με τη Μονμάρτη, αλλά έχετε και την ελπίδα πως



Ποιος άλλος αν όχι εσείς, που αποτελείτε κοινό τόπο του «Καραμανλισμού» και του «Τσιπρισμού», θα χρησιμοποιούσε με απόλυτη φυσικότητα μια τόσο εξόφθαλμα βλακώδη σύγκριση των Εξαρχείων με τη Μονμάρτη; Προσβάλλοντας μάλιστα κατάφωρα όλους μας, αφού μας πετάει στα μούτρα ότι μας θεωρεί ηλίθιους; Μόνο και μόνο επειδή έτσι τον βολεύει!

να καθουσιάζει τον εαυτό του ότι δεν χρειάζεται να κάνει τίποτα. Και ότι όλα δουλεύουν από μόνο τους καλά, οπότε μπορεί να συνεχίσει να κάνει αυτό που ξέρει καλύτερα; Δηλαδή να απολαμβάνει τα προνόμιά του; Όπως δηλαδή κάνετε εσείς με τα Εξάρχεια, κάνει και ο πρωθυπουργός σας με την οικονομία. Όποτε να μπορεί να θριαμβολογεί χωρίς στην πραγματικότητα να έχει κάνει τίποτα.

**Τέλος πάντων.** Κι ενώ εσείς λοιπόν θέσατε με τα «Μονμάρτάρχεια» ένα νέο όριο, αντί να απολαύσετε τον προσωπικό σας θρίαμβο που σας εξυψώνει πολύ πιο πάνω από τη μικροπολιτική καθημερινότητα και σας δίνει ένα status guru της πολιτικής σκέψης, επιλέγετε να απαντήσετε σε αυτό τον συρφετό που σας σχολιάζει και σας κοροϊδεύει! Λες και θα ήταν σε θέση να καταλάβουν ποτέ την αξία της παραίτησης που εσείς προσφέρατε στον λαό σας. Έτσι, με αυτή τη νέα σας ανακοίνωση, όπου ανακατεύετε σε ένα τρικυμιώδες και αλλοπρόσαλλο κείμενο τους «αβράκωτους», την Αντουανέτα, την Ακροδεξιά, τα Ίμια και ό,τι άλλο, μπορέσατε να θυμηθείτε, ξαναγίνατε μια απλή, πανικόβλητη πολιτικάντης που δεν έχει αφήσει καμία παρακαταθήκη πίσω της εκτός από διορισμούς. Μια ακόμα πρωταγωνίστρια της γειτονιάς που αντί για πνευματική ηγέτις ξαναέγινε ανταγωνίστρια σε γραφικότητα με τη Θεοδώρα Μεγαλοοικονόμου... Κρίμα...

αυτοί που θα σας ακούσουν θα πειστούν. Θα ξεχάσουν αυτά που βλέπουν, θα βιώσουν τη Θεία Φώτιση και θα εισέλθουν οικειοθελώς στο προσωπικό σας σύμπαν. Σε ένα σύμπαν όπου δεν υπάρχουν κυνηγημένοι λιμενικοί, όπου δεν υπάρχουν κουκουλοφόροι που απειλούν τους κατοίκους και επιθέσεις ρουτίνας στα ΜΑΤ. Ότι υπάρχει μόνο καλλιτεχνική έκφραση, άκακοι μποέμ τύποι και αλληλεγγύη. Γιατί; Μα επειδή το λέτε εσείς! Ίσως έτσι εξηγείται, γιατί αποτελείτε τον συνδετικό κρίκο ανάμεσα σε δύο παρόμοια μοντέλα διακυβέρνησης που η μόνη διαφορά τους είναι το όνομα: το μοντέλο της κυβέρνησης Καραμανλή και το μοντέλο της κυβέρνησης ΣΥΡΙΖΑ. Ποιος άλλος αν όχι κάποιος που εκπροσωπεί αυτές τις σχολές πολιτικής σκέψης θα χρησιμοποιούσε με απόλυτη φυσικότητα ένα τόσο εξόφθαλμα βλακώδες επιχειρήμα; Προσβάλλοντας μάλιστα κατάφωρα και τους γύρω του, αφού τους πετάει στα μούτρα ότι τους θεωρεί ηλίθιους; Μόνο και μόνο επειδή έτσι τον βολεύει. Δηλαδή, μόνο και μόνο επειδή έτσι μπορεί

Απάνθρωπη θέση εργασίας της εβδομάδας

Υποτιτιστής του «Game of Thrones» στα ελληνικά

Θα έπρεπε να υπάρχει μια λέξη για...

«Γρηγοροσερβιτοροφοβία»

Η φοβία ότι ο σερβιτόρος θα έρθει να μαζέψει το πιάτο σου πριν απολαύσεις τις τελευταίες μπουκιές που έχεις κρατήσει, αναγκάζοντάς σε να του ζητήσεις παράταση για να τις καταναλώσεις γρήγορα μήπως και ξανάρθει

η ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ της εβδομάδας

**Αλέξης Τσίπρας**  
«...οι κατηγορούμενοι για τη Novartis βγήκαν να μας πουν ότι είναι σκευωρία, ότι θα μας δικάσουν αντί να δικάσουν και να αποδείξουν την αθωότητά τους...»

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ

«Κανονικά αυτός που κατηγορεί κάποιον πρέπει να αποδείξει την ενοχή και όχι ο κατηγορούμενος την αθωότητά του, αλλά βασικά βαριόμαστε και δεν έχουμε βρει τίποτα, οπότε το αφήνουμε λίγο φλου και όποιος τσιμπήσει...»



Μυθικά γεγονότα του παρελθόντος  
#SanSimera  
21/04

Σαν σήμερα γεννιέται ένας μυθικός περφόρμερ που μας κάνει να διψάμε για λάιβ! Iggy, μόνο ρισπέκτ για τις επικές μουσικές σου, σε περιμένουμε φέτος με ένα Μύθο στο χέρι!



- 18/04/1930 Πρωτάκουστο: Το ραδιόφωνο του BBC ανακοινώνει ότι εκείνη την ημέρα δεν υπάρχουν νέα!
- 19/04/1770 Ο θαλασσοπόρος Τζέιμς Κουκ εντοπίζει την Αυστραλία.
- 20/04/1913 Γεννιέται ο σπουδαίος ηθοποιός του ελληνικού θεάτρου και κινηματογράφου, Μίμης Φωτόπουλος.
- 22/04/1970 Γιορτάζεται για πρώτη φορά η Παγκόσμια Ημέρα της Γης.
- 23/04/1616 Φεύγει από τη ζωή ο Ισπανός Μιγκέλ Ντε Θερβάντες, συγγραφέα του διάσημου «Δον Κιχώτη».
- 24/04/1704 Εκδίδεται στη Βοστώνη η «News Letter», η πρώτη εφημερίδα στις ΗΠΑ

ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΜΥΘΙΚΕΣ ΜΟΡΦΕΣ, ΤΣΕΚΑΡΕ ΕΔΩ

f MythosBeerOfficial @ mythos\_beer



Απολαύστε υπεύθυνα



## Το κατά Τσίπρα «διάτρητο» Μαξίμου

Του ΝΙΚΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗ

Ήταν καλοξυρισμένοι αλλά παραπουδρασμένοι. Αισθανόταν άβολα αλλά ήταν αναγκασμένοι να χαμογελά. Ήταν ασυνήθιστα εγκρατές ως προς την πολιτική του επιθετικότητας. Προέβη και στο ιστορικό σαρδάμ «Είμαστε διάτρητοι» εν είδει «lapsus significatif» κατά Φρόιντ. Απευθυνόταν προφανώς σε ένα διαφορετικό, πολυσυλλεκτικότερο ακροατήριο. Έπρεπε να αποφύγει τη σκόπελο της «Πεσιτιάδας» αλλά και να ακροβατεί ως προς τις «πολιτικές λακκούβες» της «Πρεσιτιάδας». Ήταν εκνευρισμένοι παρά τη φιλική έως και φιλικότητα τη ατμόσφαιρα που επιχειρούσε να «στήσει» ο εξομολογητής του.

Ο Τσίπρας, ενδεχομένως για πρώτη φορά, έδειξε κατά τη διάρκεια της συνέντευξής του προς τον Νίκο Χατζηνικολάου πως φοβάται. Προφανώς όχι την πολιτική ήττα. Είναι πια αρκετά ώριμος για να κατανοεί το αυτονόητο: πως στην πολιτική υπάρχουν και οι ήττες. Φοβάται κάτι πολύ περισσότερο από την απώλεια της εξουσίας. Προφανώς αυτός ο φόβος αφορά το ενδεχόμενο απώλειας της αξιοπρεπούς και μονοπώλιακής εκπροσώπησης της ελληνικής (πάντα δυστυχώς) εκδοχής μίας προοδευτικής, δημοκρατικής, ευρωπαϊκής, σύγχρονης και απολύτως ανοιχτής αριστεράς. Το κεντροαριστερό του άλμα εις ύψος τον έφερε, παρά τη φόρα, να περνά κάτω από τον πήχη. Το σουρεαλιστικό ραντεβού του Κουρουμπλή με τον Αμβρόσιο, λίγο η «Μονάρτη» της Παπακώστα, περισσότερο η αξιοπρόσεκτη αφωνία του Παππά όστις νταραβερίζεται ως «παις εν καμίνω» με τη σελνάκατό του, άβυσσος πραγματικά η ψυχή του «Μανόλο», όλα τα παραπάνω ακυρώνουν την «performance» του Μαξίμου. Ενδεχομένως να καταδεικνύουν και κάτι παραπάνω. Τον κορεσμό που επιδεικνύει η Κουμουνοδούρου ως προς την απορρόφηση (χώνεψη) του παλαιού ΠΑΣΟΚ. Αυτού του αξιοπερίεργου μορφώματος, συντηρητικού αταβισμού με λαϊκιστική ευφράδεια που καταλήγει σε ένα αλλόκοτο μείγμα βολέματος, σκηνικής, σοσιαλπαραληρημάτος και εξουσιομανίας. Διότι τελικά το να είσαι ΣΥΡΙΖΑ αλλά να σχεδιάζεις την επιστροφή στο ΠΑΣΟΚ με ορολογία ευρωπαϊκής σοσιαλδημοκρατίας σε οδηγεί αναγκαστικά σε τερατογενέσεις.

Πέρα όμως από τα απόνερα του Γαλατζίου και την αξιοπρόσεκτη αυταρέσκεια του Παναγιώτη Σκουρλέτη, ο οποίος για λόγους που τον αφορούν διαπίστωσε «κεντροαριστερή δυναμική νίκης», η ίδια η πραγματικότητα οδηγεί σε ενδιαφέροντα συμπεράσματα. Το Μαξίμου επέλεξε να οδηγήσει τη χώρα σε εκλογές ενεργοποιώντας την παραδοσιακή και δοκιμασμένη εργαλειοθήκη της ποινικοποίησης του πολιτικού σκηνικού, ή αλλιώς της εμπλοκής των εισαγγελέων στην πολιτική ζωή. Δοκιμασμένη τακτική επί δεκαετίες που οδήγησε στο βρώμικο '89, τη διάσπαση του ΚΚΕ, τη δική του

Ανδρέα, τον θάνατο επί του δικαστικού εδράνου του Κουτσόγιωργα. Πρόκειται για την πλέον άθλια εκδοχή της αστικής δημοκρατίας να επιλέγεις ως εργαλείο αντιμετώπισης των αντιπάλων τους δικαστές. Πρόκειται για την πλέον συντηρητική και δεξιόστροφη επιλογή άσκησης πολιτικής. Χρησιμοποιείται ως «σανίδα σωτηρίας» ελλείψει ικανών πολιτικών εφεδρειών. Τροχοδρομεί δε τον αντίπαλο, εν προκειμένω τη Νέα Δημοκρατία, σε εκδικητική τροχιά την οποία ως κόμμα και ως πολιτική παράδοση τη γνωρίζει άριστα. Είναι μία μη πολιτική μέθοδος χειραγώγησης της κοινωνίας. Πρόκειται για την ουσία του διαχρονικού κοτζαμπασισμού που διέπει ως διαπιστωμένη παθολογία τα ελλη-

νικά πολιτικά ήθη. Σε καμία περίπτωση δεν ανταποκρίνεται σε αριστερά ή ακόμη και προοδευτικά ανακλαστικά.

Ο Αλέξης Τσίπρας φοβάται λοιπόν πως στις επόμενες εκλογικές αναμετρήσεις θα καταδειχθεί πως κονταροχτυπιέται το δεξί με το δεξιότερο. Ξέρει πως η πολιτική που άσκησε επί μία τετραετία εξάντλησε αμέσως τη δυναμική της αριστερής συνθηματολογίας και την αντικατέστησε με ένα συντηρητικό μόρφωμα που επέτρεψε τη συνδιαλλαγή με την Εκκλησία, μερίδα της Δικαιοσύνης, με επιχειρηματίες -εραστές του κρατικού κορβανά- αλλά και με τον θεσμικό υπόκοσμο του επιχειρείν. Με λίγα λόγια, το συντηρητικό μόρφωμα επέτρεψε ένα πρωτότυπο αλισβερίσι μεταξύ ενός κατ' όνομα προοδευτικού τμήματος του πολιτικού σκηνικού με τα πλέον συντηρητικά τμήματα της ελληνικής κοινωνίας. Το αποτέλεσμα θεατρολογικά είναι ιλαρό. Πολιτικά είναι θλιβερό.

Τι σημαίνουν όλα τα παραπάνω ως προς τη διαμόρφωση του πολιτικού σκηνικού; Αυτή τη χρονική περίοδο επιχειρείται η ανασύσταση ενός «κεντρώου - μεσαίου χώρου» στην Ευρώπη σε μία προσπάθεια αναχαίτισης της υπερσυντηρητικής επέλασης πολιτικών δυνάμεων που κινούνται μεταξύ της κλασικής Δεξιάς και της νεόκοπης λαϊκιστικής ακροδεξιάς.

Στην Ισπανία οικοδομείται με αξιώσεις ένα μέτωπο με Σοσιαλιστές και Ciudadanos που κινείται στον κεντρώο - κεντροαριστερό χώρο και αποτελεί απάντηση στην εκφυλιστική πορεία της ισπανικής δεξιάς και της φρανκιστικής εκδοχής της ακροδεξιάς «VOX», δηλαδή «Φωνή».

Στη Γερμανία επιχειρείται η ανασύσταση ενός προοδευτικού κεντρώου - κεντροαριστερού πόλου με τους παραπάνω Σοσιαλδημοκράτες και τους ανερχόμενους με πολλές αξιώσεις Πράσινους.

Στη Γαλλία ο Μακρόν αντιστέκεται σθεναρά ως μοναδική κεντρώα έκφραση χωρίς υπαρκτούς συμμάχους αλλά με μία κοινωνία η οποία προς το παρόν του επιτρέπει να ελπίζει μπροστά στον κίνδυνο συγκρότησης ενός υπερσυντηρητικού - εθνικιστικού και αντιευρωπαϊκού μετώπου.

Στη Μ. Βρετανία ανασυγκροτείται η παράταξη της Λογικής, με ενίσχυση των εργατικών και ευρωπαϊστών μετά τα αδιέξοδα στα οποία οδηγήθηκαν οι Συντηρητικοί ως προς τη διαχείριση του Brexit. Στη Φινλανδία υπήρξε ανάσταση εκνεκρών της Σοσιαλδημοκρατίας, ακολουθούμενη όμως και από μία θεαματική άνοδο των εθνικιστών που κατέχουν πια τη δεύτερη θέση στο πολιτικό σκηνικό της χώρας.

Στην Ελλάδα, αντίθετα, παρατηρείται η συρρίκνωση του κεντροαριστερού πόλου με εκμηδένιση του κεντρώου πόλου που συνοδεύεται από ενίσχυση της παραδοσιακής Δεξιάς και τάση επιβράβευσης της αντισυστημικής ακροδεξιάς και των συναφών παραφάδων της.

Το «πείραμα» του προοδευτικού χώρου που επιχειρεί ο ΣΥΡΙΖΑ θα συνεισφέρει καταλυτικά ως φαίνεται στην πλήρη απαξίωση του Μεσαίου Χώρου, ο οποίος λειτουργεί τώρα ως αρένα προς άλωση από ΝΔ και προεδρικών της Κουμουνοδούρου (για την ακρίβεια).

Οι επερχόμενες εκλογικές αναμετρήσεις, εκτός πιθανών εκπλήξεων (στον Δήμο της Αθήνας ενδεχομένως και μόνον στο Β' γύρο), αναμένεται να επιβεβαιώσουν και αριθμητικά αυτή την τάση ισοπέδωσης του Μεσαίου Χώρου και της εκμηδένιση των δυνατοτήτων των κεντροαριστερών - κεντρώων δυνάμεων. Πρόκειται για τη χειρότερη υπηρεσία που θα μπορούσε ιστορικά να προσφέρει η κυβερνώσα αριστερά στον τόπο. Φαίνεται πως τα καταφέρει. ●

**ΤΟ ΜΑΞΙΜΟΥ ΕΠΕΛΕΞΕ ΝΑ ΟΔΗΓΗΣΕΙ ΤΗ ΧΩΡΑ ΣΕ ΕΚΛΟΓΕΣ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΩΝΤΑΣ ΤΗΝ ΕΡΓΑΛΕΙΟΘΗΚΗ ΤΗΣ ΠΟΙΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΚΟΥ ΣΚΗΝΙΚΟΥ. ΠΡΟΚΕΙΤΑΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΛΕΟΝ ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΗ ΚΑΙ ΔΕΞΙΟΣΤΡΟΦΗ ΕΠΙΛΟΓΗ ΑΣΚΗΣΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ.**

## Όταν πάρω τη μίζα μου

**Α**ς πούμε ότι γίνομαι υπουργός. Ναι, ξέρω, όπως θα έγραφε και ο ποιητής, πολλά έχουν δει τα μάτια σας, μα αυτό σας φέρνει τρόμο. Όμως στους καιρούς μας το απίθανο διατηρεί πλέον την καλύτερη σχέση με το καθημερινό. Αν μη τι άλλο, δύναμαι να ισχυριστώ ότι είμαι πολύ καλύτερος από πολλούς και πολλές που έβαλαν υπό μάλης υπουργικό καρτοφυλάκιο. Αφού δώσω τον πολιτικό όρκο και την παραγγελία για καινούργια έπιπλα, αφού προσλάβω γραμματέα με καρπύλες και έναν ξάδερφο, θα ασχοληθώ με τις κεντρικές υποθέσεις του υπουργείου μου. Κοινώς καμιά μεγάλη προμήθεια, κανένα έργο που καθυστερεί, τέτοια πράγματα. Επειδή όμως δεν είμαι ψώνιο, ούτε τόσο αδιάστακτος ώστε να δηλώνω ότι μπήκα στην πολιτική για να προσφέρω, θα κοιτάζω να δω τι μπορώ να βγάλω και εγώ από την άρση των εμποδίων που θα προκαλέσει η πολυτιμη υπογραφή μου. Τέλος πάντων, δεν θέλω να σας τα λέω με περιστροφές, έτσι και γίνω ποτέ υπουργός θα μπω σε μεγάλο πειρασμό να πάρω μίζα. Κατά προτίμηση σε μετρητά. Θα τα καταχωριάζω σε έναν καναπέ στο σπίτι ή σε θυρίδα. Και για να είμαι πιο σίγουρος, θα φροντίσω αυτή η θυρίδα να είναι κάπου μακριά από εδω, σίγουρα όχι στην Ελβετία - μη με δει κανένα μάτι στη Λωζάνη και μετά πρέπει να εξηγήω ότι πήγα για σοκολατάκια. Άσχημο είναι το Μονακό; Δεν είναι. Και αν έχεις τα μετρητά που θα βάλω στην τσάντα, το βρίσκεις υπέροχο, ονειρικό, μοναδικό. Δεν θα μπορέσω να αγοράσω το εξοχικό που θέλω, ούτε να διοχετεύσω τα μετρητά σε πολυτελείς αγορές, αλλά, θα είναι εκεί, μία ζεστή αγκαλιά αν ποτέ στο μέλλον το παιδί μου έρθει σε δύσκολη θέση και χρειαστεί βοήθεια. Ο μπαμπάς θα έχει φροντίσει και για αυτό. Με τα ίδια μετρητά θα μου πάρει λουλούδια, ελπίζω να τα αφήσει στα χέρια μου και όχι σε κανένα μάρμαρο.

**Τ**ώρα αν έχω μαζέψει πολλά περισσότερα και θέλω, με κάποιον τρόπο, να τα έχω μέσα στο παγκόσμιο τραπεζικό σύστημα, θα ξεκινήσω με έναν δικηγόρο στις Βρετανικές Παρθένες Νήσους. Λάθος. Θα βάλω τον δικηγόρο μου να βρει έναν δικηγόρο στις Βρετανικές Παρθένες Νήσους. Δεν εμπιστεύομαι πια τους Παναμέζους. Και επειδή η εικόνα του Άκη με στοιχειώνει σαν εφιάλτης, θα δώσω κάτι παραπάνω, αλλά θα αισθανόμαι ασφαλής. Θα ιδρυθούν, φυσικά, μερικές offshore στις οποίες δεν θα εμφανίζομαι εγώ, ούτε κάποιος δικός μου άνθρωπος. Ιδιοκτήτης θα είναι κάποιος πολιτης Λιβερίας ή Μπελίτζε, ο οποίος δεν θα υπάρχει στον πραγματικό κόσμο, αλλά μόνο στο χρηματοκιβώτιο του σπιτιού μου, όπου θα κλειδώσω το διαβατήριό του. Ναι, αν δεν το ξέρετε, υπάρχουν χώρες που πουλάνε διαβατήρια και ταυτότητες ανθρώπων που δεν γεννήθηκαν ποτέ. Θεωρητικά είναι αδύνατο να φτάσουν σε μένα, ακόμα και αν αμοληθεί η CIA στο κατόπι μου. Διότι το διαβατήριό θα το έχει αγοράσει από τη Λιβερία ο δικηγόρος από τις Βρετανικές Παρθένες Νήσους και θα το έχει παραδώσει στον δικηγόρο μου, ίσως και σε κάποιον άλλον ενδιάμεσο. Σας τα λέω όλα αυτά για δύο λόγους: πρώτον για να ξέρετε ότι όταν με το καλό πάρω τη μίζα μου, κανένας δεν θα μπορέσει να με τσιμπήσει. Δεύτερον, για να σας πω ότι όλη αυτή η κουβέντα για τη Novartis, τους λογαριασμούς, τις offshore δεν έχει κανένα νόημα. Προς Θεού, μακριά από μένα υπαινιγμοί για τους ανθρώπους που ελέγχονται από τη Δικαιοσύνη. Απλώς αυτό που θέλω να πω, είναι ότι το ζητούμενο δεν είναι να βρεις το μαύρο χρήμα, αλλά να προλάβεις τη δουλειά πριν στηθεί στις πλάτες της χώρας. Έτσι όπως λειτουργεί το σύστημα αυτή τη στιγμή, με την υπογραφή του υπουργού να υπερκαλύπτει υπηρεσιακούς παράγοντες και επιτροπές, το σύστημα προστατεύεται μόνο προσχηματικά. Και είναι να απορείς πώς διάολο εδω και τόσα χρόνια κανένα κόμμα, καμία κυβέρνηση, δεν ανέλαβε μία αποφασιστική πρωτοβουλία για περισσότερες δικλείδες ασφαλείας και αποτροπής της αρπαχτής. Εν προκειμένω, από όλα όσα ακούγονται αυτές τις μέρες για λαμόγια και σκευωρούς, την πιο σωστή θέση εκφράζει το ΚΚΕ που λέει περίπου αυτό: το θέμα είναι να προλαμβάνεις, όχι να κυνηγάς. ●

→ kostas@giannakidis.com



# Το πρώτο Samsung Hub στην Ελλάδα βρίσκεται στον Κωτσόβολο



Ο Κωτσόβολος και η Samsung παρουσιάζουν το σπίτι του μέλλοντος και μας καλωσορίζουν σε έναν κόσμο τεχνολογικής υπεροχής. Το πρώτο Samsung Hub στην Ελλάδα φιλοξενείται στο ανακαινισμένο κατάστημα Κωτσόβολος στο Εμπορικό Πάρκο Αεροδρομίου Αθηνών, «Ελευθέριος Βενιζέλος». Σε έναν χώρο 144 τ.μ. φιλοξενούνται οι πιο προηγμένες τεχνολογικά συσκευές της Samsung, οι οποίες έχουν σχεδιαστεί για να κάνουν την καθημερινότητα όλων μας καλύτερη.

Ένας minimal χώρος στο πρότυπο ενός σύγχρονου «smart living» σπιτιού, βασισμένος στο connectivity μεταξύ των συσκευών, που θα δώσει στους επισκέπτες τη δυνατότητα για άμεση διάδραση με τις νέες συσκευές, μέσω των Samsung Galaxy smartphones, των QLED τηλεοράσεων και της ενσωματωμένης εφαρμογής Smart Things. Μέσω της εφαρμογής μπορεί κανείς να βάλει σε λειτουργία το πλυντήριο QuickDrive, να ελέγξει τα τρόφιμα που υπάρχουν στο ψυγείο Family Hub, να μαγειρέψει στο φούρνο με λειτουργία Dual Cook και να θαυμάσει όποιο περιεχόμενο επιθυμεί στην QLED 8K τηλεόραση. Επιπλέον, έχει τη δυνατότητα να γνωρίσει τη νέα σειρά smartphones Galaxy S10, να ψυχαγωγηθεί με το κομψό και πανίσχυρο Galaxy Tab S5e, να φέρει το περιβάλλον εργασίας στο χώρο του, συνδέοντας το Galaxy Note9 με το Samsung Dex ενώ με το μοναδικό Bluetooth S pen να κρατά σημειώσεις και να στέλνει «ζωντανά μηνύματα» με διαισθητικό τρόπο.

Επισκέψου το κατάστημα Κωτσόβολος στο Εμπορικό Πάρκο Αεροδρομίου Αθηνών με το άρτιο προσωπικό και γνώρισε το σπίτι του μέλλοντος!



**ΚΩΤΣΟΒΟΛΟΣ**



# Ο Στέλιος Κυμπουρόπουλος λατρεύει την Αθήνα

Ο υποψήφιος ευρωβουλευτής της Νέας Δημοκρατίας μιλάει στην ATHENS VOICE για τη ζωή στη δική του «πόλη των πόλεων»

Της ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΚΑΜΠΟΣΟΥ - Φωτό: ΘΑΝΑΣΗΣ ΚΑΡΑΤΖΑΣ

**Ακούσαμε γι' αυτόν πρώτη φορά το 1999**, όταν έγινε ο πρώτος αριστούχος μαθητής με νωτιαία μυϊκή ατροφία, που παρέλασε σηματοφόρος με το αμαξίδιό του και κατέρριψε όλα εκείνα τα ταμπού που αφορούν στα άτομα με αναπηρία. Περίπου 20 χρόνια αργότερα ο Στέλιος Κυμπουρόπουλος είναι ψυχίατρος και αντιστέκεται στην τάση της εποχής, το braindrain, με την επιλογή του να εργαστεί σε δημόσιο νοσοκομείο παρά τα πάγια προβλήματα στον χώρο της υγείας που στρέφουν τους νέους επιστήμονες στο εξωτερικό. Παράλληλα διατελεί πρόεδρος του Οργανισμού Ανεξάρτητης Διαβίωσης Ελλάδας (i-living) ενώ ασχολείται ενεργά με την πολιτική, καθώς είναι υποψήφιος ευρωβουλευτής με τη Νέα Δημοκρατία.

**Προσωπικός χρόνος μένει;** «Τον λίγο χρόνο φροντίζω να τον αξιοποιώ δημιουργικά. Και δημιουργικά για εμένα σημαίνει να δω τους φίλους μου, να μιλήσουμε και να κρατήσουμε τους δεσμούς μας ισχυρούς, να είναι ο ένας δίπλα στον άλλον στα εύκολα και στα δύσκολα. Να έχω χρόνο με την οικογένειά μου, να μιλώ με τον πατέρα μου και τη μητέρα μου και να βλέπω κάθε τόσο αυτό το χαμόγελο της ικανοποίησης που νιώθουν για μένα. Με τον αδελφό μου, που είναι δίπλα μου σε κάθε φάση της ζωής μου. Οικογένεια και φίλοι, αξία ανεκτίμητη για εμένα. Από εκεί και πέρα προσπαθώ να διαβάζω, να ενημερώνομαι, να μελετώ. Μου αρέσει ο κινηματογράφος, οι ταινίες δράσης! Προσπαθώ να τα κάνω όλα και νομίζω πως κάτι καταφέρνω».

Ο Στέλιος κατά κάποιο τρόπο θυμίζει τον Σούπερμαν, τον ήρωα που τα προλαβαίνει όλα και δείχνει στους υπόλοιπους πώς είναι να είσαι διαφορετικός και να διαθέτεις όλη σου την ενέργεια για τις ανάγκες των συνανθρώπων σου. Μια τέτοια ανάγκη, όπως λέει στην ATHENS VOICE, οδήγησε και στη δημιουργία της Ανεξάρτητης Διαβίωσης. «Οι ανάγκες φέρνουν ιδέες. Έτσι κι η ανάγκη η δική μου και άλλων ανθρώπων που αντιμετωπίζουμε το ίδιο πρόβλημα μας οδήγησε στο να ψάξουμε,

να δούμε τις πρακτικές άλλων χωρών. Φτιάξαμε λοιπόν έναν οργανισμό που διεκδικεί επί της ουσίας το δικαίωμα στην αξιοπρέπεια. Γιατί αξιοπρέπεια είναι να μπορείς να ζεις όπως θέλεις, να κάνεις ό,τι θέλεις χωρίς να περιορίζεσαι, να ξέρεις ότι δεν επιβαρύνεις δικούς σου ανθρώπους και την οικογένειά σου. Αλλωστε τους δικούς σου τους θέλεις για να περάσεις καλά, να διασκεδάσεις, να γελάσεις, όχι για να σου υποστηρίξουν τις ανάγκες. Από εκεί ξεκίγησαν όλα και σήμερα είμαστε μέλος του αντίστοιχου ευρωπαϊκού δικτύου και διεκδικούμε και στην Ελλάδα τόσο την αναγνώριση της ανεξάρτητης διαβίωσης ως η μοναδική λύση κοινωνικής ένταξης όσο και τη θεσμοθέτηση του προσωπικού βοηθού - συνοδού για άτομα με αναπηρία».

Κάπως έτσι, και με αφορμή μια συνάντηση με τα περισσότερα πολιτικά κόμματα του δημοκρατικού τόξου για την προώθηση της Ανεξάρτητης Διαβίωσης, μπήκε η πολιτική και συγκεκριμένα η Ευρωβουλή στη ζωή του Στέλιου. Πατι όμως Νέα Δημοκρατία; «Οφείλω να ομολογήσω πως όλοι ήταν διατεθειμένοι να ακούσουν, αν και σε διαφορετικές αναλογίες. Όμως στη ΝΔ συνάντησα όχι μόνο την καλύτερη πρόθεση, αλλά κυρίως την πιο ολοκληρωμένη γνώση για τα ζητήματα των ανθρώπων με αναπηρία. Βρήκα προσωπική γνώση από τον ίδιο τον Κυριάκο Μητσοστάκη και ολοκληρωμένη πολιτική προσέγγιση. Ίσως παίζει ρόλο και το γεγονός πως η μητέρα του, Μαρίκα Μητσοστάκη, είχε αντιμετωπίσει και αυτή τις συνθήκες της αναπηρίας, εξάλλου όταν κάτι το ζεις, το κατανοείς καλύτερα. Στη Νέα Δημοκρατία, λοιπόν, είδα μεράκι, αλtruισμό, φιλότιμο, ικανότητες, χαμόγελα. Είπα "εδώ είμαστε" και τώρα "φτερά" στα πόδια», που λέμε!»

**Η Αθήνα είναι τόσο ακατάλληλη πόλη** όσο λέγεται για τους ανθρώπους με κινητικά προβλήματα; Όπως μας λέει ο Στέλιος, παρόλο που έχουν γίνει βήματα προόδου σε αυτό τον τομέα και η προβασιμότητα στην πόλη για άτομα με αναπηρία έχει βελτιωθεί τα τελευταία χρόνια, ακόμα

απέχουμε πολύ από άλλες χώρες. Για παράδειγμα, με εξαίρεση κάποιους κεντρικούς δρόμους οι ράμπες ακόμα κλείνουν από αυτοκίνητα που παρκάρουν μπροστά. Οι δημόσιες υπηρεσίες βρίσκονται σε κτίρια όπου δεν έχουν δημιουργήσει ακόμα υποδομές για πρόσβαση με αμαξίδιο. Τα πεζοδρόμια μικραίνουν και κλείνουν από τραπεζοκαθίσματα, που δεν εμποδίζουν μόνο τον άνθρωπο με κινητικά προβλήματα αλλά και τη μητέρα με το καροτσάκι της να περάσει. Το βασικό όμως πρόβλημα, όπως επισημαίνει, έχει να κάνει με το γεγονός πως δεν γνωρίζουμε πόσα άτομα με αναπηρία υπάρχουν στην Ελλάδα.

«Γνωρίζετε πως στην τελευταία απογραφή δεν υπήρχε ερώτηση "έχετε άτομο με αναπηρία στην οικογένειά σας;" Δεν υπάρχει ένα μπρώο να ξέρουμε τι μας γίνεται. Και εδώ έρχεται το ερώτημα, "τι εστί αναπηρία;". Στην πραγματικότητα, είναι μια κατάσταση η οποία οφείλεται στα εμπόδια που δημιουργεί η ίδια η κοινωνία, και δεν αποδίδεται σε κάποιο πρόβλημα του ατόμου. Γι' αυτό άλλωστε λέγονται "άτομα με αναπηρία". Επομένως για να αλλάξουν αυτές οι καθημερινές συνθήκες πρέπει να φύγουν τα εμπόδια και για να φύγουν τα εμπόδια πρέπει να αλλάξουμε νοοτροπία».

**Μπορεί οι δυσκολίες στην πρόσβαση**, η άναρχη δόμηση και η έλλειψη ρυμοτομικού σχεδιασμού να ενοχλούν τον Στέλιο, ωστόσο δεν παύει να αγαπά την ομορφιά της παλιάς γειτονιάς σε κάποιες συνοικίες της πόλης. «Η Αθήνα μας είναι η πόλη των πόλεων. Όσα στραβά κι αν έχει, μαγεύσει βλέποντας την Ακρόπολη, κάνοντας βόλτα στα Αναφιώτικα στην Πλάκα, στα στενάκια στο Μοναστηράκι. Το ιστορικό κέντρο είναι ό,τι πιο όμορφο υπάρχει, γραφικό και μοντέρνο. Σου γεννά συναισθήματα, ήχους και χρώματα. Έτσι νιώθω εγώ τουλάχιστον. Εκτός όμως από τα αρχαία έχουμε και άλλα πράγματα να δείξουμε. Το Ίδρυμα Πολιτισμού Σταύρος Νιάρχος και η Στέγη Γραμμάτων και Τεχνών του Ιδρύματος Ωνάση είναι δύο χώροι που συχνά επισκέ-

πτομαι και απολαμβάνω τις δυνατότητες που μας παρέχουν. Δεν είναι όμως μόνο αυτά...» επισημαίνει ο υποψήφιος ευρωβουλευτής. «Τι να πει κανείς για περιοχές εκτός του κέντρου της Αθήνας, στα προάστια της πόλης, που λέμε. Έναν ξένο, λόγω χάρη, θα τον πήγαινα στο Περιστέρι και θα του έδεικνα ένα υπέροχο Άλσος που έχει φτιάξει ο Δήμος εκεί, στο Γαλάτσι, στο Άλσος Βεΐκου, επίσης ένας χώρος με ευρωπαϊκές προδιαγραφές, στο Αττικό Ζωολογικό Πάρκο. Είναι ωραία όλη η Αττική μας. Έχουμε τα θέματά μας, αγαπάμε όμως τις πόλεις μας, τα σπίτια μας... Αγαπάμε με απλά λόγια τη γειτονιά μας...» συμπληρώνει.

**Αυτή η αγάπη για την Αθήνα** σίγουρα έχει παίξει ρόλο που επέλεξε να εργαστεί εδώ, σε ένα δημόσιο νοσοκομείο, τη στιγμή που οι ελλείψεις σπρώχνουν τους νέους γιατρούς στο εξωτερικό. Ο ίδιος μάλιστα κάποια στιγμή ήταν έτοιμος να κάνει το βήμα. Κάποιοι μπορεί να πουν ότι έπαιξε ρόλο το γεγονός της κατάστασής του που δεν έφυγε, αλλά ο ίδιος σκέφτηκε απλά πως θέλει να μείνει και να παλέψει, να βάλει την ενέργεια, τη γνώση και την αγάπη του προς τον άνθρωπο, στους συμπατριώτες του και αυτούς που μένουν, δουλεύουν και μοχθούν στη χώρα.

«Είναι δύσκολα. Ευκαιρίες δεν υπάρχουν, η ελπίδα κάθε νέου ανθρώπου χάνεται καθημερινά μέσα στη γραφειοκρατία και τη στραγγαλιστική νοοτροπία που λειτουργεί το κράτος μας, όμως οφείλουμε να πούμε και ένα μπράβο σε όλα εκείνα τα παιδιά, τους συνομηλίκους μου, που παλεύουν κάτω από αυτές τις συνθήκες, εδώ στη χώρα. Χρέος μας, λοιπόν, είναι να δημιουργήσουμε νέες υποδομές για την ανάπτυξη για να γυρίσουν πίσω όλα αυτά τα λαμπρά μυαλά νέων επιστημόνων και τεχνιτών που έχουν φύγει στο εξωτερικό και παράλληλα να δώσουμε και ευκαιρίες σε εκείνους που έμειναν πίσω. Αυτή η γενιά, εμείς, πληρώνουμε έναν λογαριασμό για μια ζημιά που δεν κάναμε εμείς. Δεν μπορεί να συνεχίσει η Ελλάδα μας να ντύνει τα παιδιά της, μέσα και έξω». ●





**Νέα winbank**  
Οργανώνει τα οικονομικά σου.  
Πραγματοποιείς τους στόχους σου.

Νέοι  
Στόχοι



ΣΤΟΧΟΣ ΑΠΟΤΑΜΙΕΥΣΗΣ  
**Ταξίδι**

**ΕΙΣΟΔΟΣ**

**Με τη νέα winbank έχεις τον έλεγχο των οικονομικών σου,  
γιατί για πρώτη φορά είναι οργανωμένα σωστά:**

- Οι συναλλαγές σου κατηγοριοποιούνται αυτόματα.
- Ελέγχεις τις δαπάνες σου, ορίζοντας τα ποσά που δεν θα ήθελες να υπερβείς.
- Βάζεις στόχους αποταμίευσης και τους παρακολουθείς.



Νέα winbank. Απλά και οργανωμένα.

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ



► [winbank.gr](http://winbank.gr)





## Βασιλική Γραμματικογιάννη «Δεν έχουμε χρόνο για ευρωσκεπτικισμό»

Μιλάει με πάθος για την Ευρώπη και το περιβάλλον. Αυτή η ευαισθησία της για τα περιβαλλοντικά προβλήματα ήταν η αιτία που η στήλη της Eco Voice σε αυτή την εφημερίδα βραβεύτηκε δύο φορές από το Ecocity και από την Ελληνική Εταιρεία Περιβάλλοντος και Πολιτισμού. Τώρα είναι υποψήφια στις ευρωεκλογές με τους Πράσινους - Αλληλεγγύη και αυτή τη φορά δίνει, αντί να πάρει συνέντευξη για την ATHENS VOICE.

Του ΑΡΗ ΓΕΩΡΓΙΟΥ

**Αλλαγή καριέρας;** Αλλάζουν καριέρα οι καριερίστες. Δεν ανήκω σε αυτή την κατηγορία. Για μένα η δουλειά είναι μια προέκταση των ενδιαφερόντων μου. Όσο μου δίνει καινούργια ερεθίσματα, εμπειρίες και ιδέες υπάρχει λόγος να συνεχίζω. Εννοείται βέβαια και τα χρήματα για να ζω. Όταν αυτό φτάσει σε ένα σημείο κορεσμού και ως άνθρωπο, ως προσωπικότητα, δεν με αφήνει να αναπυχθώ, τότε τα χρήματα δεν είναι από μόνα τους κίνητρο για να παραμείνω. Το γεγονός βέβαια ότι έχω να σκεφτώ μόνο τον εαυτό μου, αφού δεν έχω οικογένεια, είναι απελευθερωτικό. Και εδώ μπαίνει θέμα του πόσο πραγματικά ελεύθεροι είμαστε.

**Τι εννοείς;** Τον τελευταίο χρόνο παρακολουθώ δημοσιογραφικά ένα πρόγραμμα του Ινστιτούτου Γκαίτε που διερευνά την έννοια της ελευθερίας, την αύξηση του φασισμού στην Ευρώπη, τις αλλαγές που διαδραματίζονται στις πόλεις, τις διακρίσεις, την ιδέα της ενωμένης Ευρώπης και όλα αυτά τα σύγχρονα ζητήματα που είναι και τα συστατικά της παγκόσμιας κρίσης που βιώνουμε. Η συναναστροφή μου με καλλιτέχνες αλλά και την κοινωνία των πολιτών απ' όλη την Ευρώπη έχει ενεργοποιήσει τους νευρώνες του εγκεφάλου μου. (γελάμε) Όταν αναρωτηθείς πάνω στην έννοια της ελευθερίας, τότε θα αρχίσεις να αναρωτιέσαι και για τη δημοκρατία. Πόσο δημοκρατία έχουμε; Πόσο δημοκρατική είναι μια κοινωνία που δέχεται την αύξηση των ανισοτήτων προκειμένου να διατηρήσει τα κεκτημένα της; ή (για να το δέσω με τα παραπάνω) πόσο ελεύθερος είναι ένας άνθρωπος που μοχθεί για τον επιούσιο, μη έχοντας χρόνο να ανακαλύψει τον εαυτό του, τους άλλους, τον κόσμο; Και πόσο δημοκρατική είναι μια κοινωνία, όταν δεν του παρέχει αυτή την ελευθερία;

**Νομίζω ότι και στο F/B όταν ανακοίνωσες την υποψηφιότητά σου αναφέρθηκες στο πρότζεκτ του Γκαίτε: στο FREIRAUM. Να υποθέσω ότι ήταν και το κίνητρο για να βάλεις υποψηφιότητα;** Μέχρι ένα σημείο ναι. Για παράδειγμα, όταν στο πλαίσιο του FREIRAUM (ελεύθερος χώρος) επισκέφτηκα τη Σλοβακία, τη χώρα της κεντρικής Ευρώπης που το 2010 απέρριψε τη συμμετοχή της στον μηχανισμό στήριξης της Ελλάδας (με αποτέλεσμα στο πίσω μέρος του μυαλού μου να υπάρχει η προκατάληψη για τη χώρα) διαπίστωσα πόσο λίγο ο ένας λαός γνωρίζει τον άλλο στην Ευρώπη. Πόσο δεν μπορούμε να καταλάβουμε και να σεβαστούμε τη διαφορετικότητα των τοποθεσιών και των κοινωνιών, με αποτέλεσμα ο λαϊκισμός να βρίσκει πρόσφορο έδαφος, και το κοινό μας σπίτι, η Ευρωπαϊκή Ένωση να τίθεται εν αμφιβόλω. Σε αυτό το κομμάτι της ενσυναίσθησης μεταξύ των ευρωπαϊκών

λαών είναι κάτι που ονειρεύομαι να συμβάλω με όλες μου τις δυνάμεις, και είναι ένα κομμάτι που έχει να κάνει πρωτίστως με τον πολιτισμό.

Ωστόσο επειδή το αντικείμενό μου αλλά και το μεγάλο μου πάθος είναι η προστασία του περιβάλλοντος, η έλλειψη έλληνα πράσινου ευρωβουλευτή ήταν αισθητή στη σύνθεση του προηγούμενου ευρωπαϊκού κοινοβουλίου. Ως συντάκτης θεμάτων περιβάλλοντος τα τελευταία 10 χρόνια στην ATHENS VOICE είχα τη δυνατότητα να διαπιστώσω την ελλιπή πληροφόρηση που είχαμε για περιβαλλοντικά ζητήματα. Για παράδειγμα, για τη διατλαντική συμφωνία μεταξύ Ευρώπης και Αμερικής ή για τα μεταλλαγμένα. Αυτή την πενταετία δεν είχαμε καμία πληροφόρηση. Αντίθετα όταν είχαμε πράσινους ευρωβουλευτές, όπως τον Νίκο Χρυσόγελο, τον Κρίτωνα Αρσένη και το Μιχάλη Τρεμπόπουλο, είχαμε συνεχόμενη ενημέρωση για όλα αυτά τα κρίσιμα ζητήματα. Αυτό ήταν το μεγαλύτερο κίνητρο.

**Πόσο κρίσιμα είναι τα πράγματα για τον πλανήτη;** Μας μένει μόνο μια δεκαετία για να σώσουμε τον πολιτισμό μας. Η πιο έγκυρη πρόσφατη εκτίμηση αναφέρει ότι έχουμε μόνο 12 χρόνια για να περιορίσουμε την υπερθέρμανση του πλανήτη περίπου στον 1,5 βαθμό κατά μέσο όρο. Αν δεν το καταφέρουμε τα αποτελέσματα θα είναι καταστροφικά. Δώδεκα χρόνια, δηλαδή μια δεκαετία. Δυστυχώς όμως οι επαγγελματίες πολιτικοί μας μιλάνε για προστασία του περιβάλλοντος μόνο σε θεωρητικό επίπεδο. Με ελάχιστες εξαιρέσεις ούτε γνωρίζουν το θέμα. Βλέπουν την ανάπτυξη στους αυτοκινητόδρομους και στις εξορμήσεις. Τόσο στις μεταφορές με τρένο όσο και στις ανανεώσιμες πηγές ενέργειας και την κυκλική οικονομία, είμαστε από τους τελευταίους στην Ευρώπη.

Ήδη ζούμε τα αποτελέσματα της κλιματικής αλλαγής. Η Κρήτη μέσα σ' ένα μήνα βίωσε τον εφιάλτη των καταστροφικών πλημμυρών δύο φορές. Υποδομές του νησιού καταστράφηκαν από τις κατολισθήσεις που προκλήθηκαν από την υπερβολική βροχόπτωση. Και όλα αυτά λίγο πριν την έναρξη της τουριστικής περιόδου. Η κλιματική αλλαγή δεν κοστίζει μόνο ζωές. Κοστίζει και οικονομικά, αν αυτό μας βοηθάει να κατανοήσουμε καλύτερα πόσο σημαντικό ζήτημα είναι.

Αν οι ευρωπαίοι πολίτες έχουμε λίγο μυαλό στο κεφάλι μας θα πρέπει να στείλουμε μόνο πράσινους ευρωβουλευτές. Δεν έχουμε χρόνο ούτε για θυμό, ούτε για ενδοσκοπήσεις και ευρωσκεπτικισμό. Κρίνεται η ζωή μας, κρίνεται ο πολιτισμός μας.

**Σε ευχαριστώ, και σου εύχομαι καλή επιτυχία.** Εγώ ευχαριστώ για το βήμα που μου δώσατε. ●

*Η Βασιλική Γραμματικογιάννη είναι υποψήφια ευρωβουλευτής με τους ΠΡΑΣΙΝΟΥΣ-ΑΛΛΗΛΕΓΥΗ*



# ΣΤΙΣ 19 ΑΠΡΙΛΙΟΥ ΓΙΟΡΤΑΖΟΥΜΕ ΤΟ **NATIONAL** **AMARETTO** **DAY** ΣΕ ΟΛΟ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ!

Το μοναδικό γλυκόπικρο και αρωματικό συστατικό που λατρεύουμε να απολαμβάνουμε στα cocktail μας, έχει τη δική του μέρα!



## DISARONNO DAY

THE LONGEST BAR SHIFT



Το Disaronno είναι το μεγαλύτερο ιταλικό λικέρ στον κόσμο και προέρχεται από μια μυστική συνταγή προσεκτικά επιλεγμένων συστατικών υψηλής ποιότητας που φυλάσσει η οικογένεια Reina από το 1525. Το Disaronno εκφράζει την επιτομή του ιταλικού στυλ και η αυθεντική του γεύση έχει κερδίσει πολλές γενιές σε πάνω από 160 χώρες σε όλο τον κόσμο. Στις 19 Απριλίου λοιπόν γιορτάζουμε το Disaronno Day και καλούμε όλο τον κόσμο να γνωρίσει το amaretto και να το απολαύσουν σε έναν από τους πολλούς συνδυασμούς cocktail!

### Τι είναι το "The Longest Shift" που διοργανώνει το Disaronno;

Bars από όλο τον κόσμο θα φιλοξενήσουν τα δικά τους εμπνευσμένα cocktail με Disaronno για ένα βράδυ. Η εκδήλωση αυτή θα γιορτάζεται στις 19.30 σε κάθε ζώνη ώρας στον κόσμο και σε όλες τις συμμετέχουσες πόλεις, συγκεκριμένα τη Σαγκάη, τη Μόσχα, την Αθήνα, το Άμστερνταμ, τις Βρυξέλλες, το Μιλάνο, το Βερολίνο, τη Μαδρίτη, το Λονδίνο, το Κέιπ Τάουν, τη Νέα Υόρκη και το Μόντρεαλ. Ένα πλήρες 24ωρο απόλαυσης Disaronno σε όλη την υφήλιο!

Μπείτε στην επίσημη σελίδα του Disaronno για να δείτε τα bar που συμμετέχουν στο Disaronno Day:  
<https://www.facebook.com/Disaronno>  
<https://www.facebook.com/TheMixingStar/>

Μοιραστείτε το δικό σας Disaronno cocktail στις 19 Απριλίου! hashtags: #disaronnoday #disaronno

Χάρη στην ευελιξία του, υπάρχουν πολλοί τρόποι που μπορούμε να απολαύσουμε Disaronno



### Disaronno® Godfather

**Συστατικά**  
1 μέρος Disaronno®  
1 μέρος από το αγαπημένο σου ούισκι

**Εκτέλεση**  
Βάλτε ένα μεγάλο κομμάτι πάγο και ανακατέψτε.

**Γαρνιτούρα** Φέτα πορτοκαλιού.



### Disaronno® Italian Sparkler

**Συστατικά**  
2 μέρη Disaronno®  
4 μέρη από το αγαπημένο σας Prosecco  
Λίγο χυμό λεμόνι.

**Εκτέλεση**  
Τοποθετήστε όλα τα συστατικά σε ένα ποτήρι σαμπάνιας και ανακατέψτε απαλά.



### Disaronno® Sour

**Συστατικά**  
1 ½ μέρος Disaronno®  
1 μέρος φρέσκο χυμό λεμόνι.  
1 κουταλάκι του γλυκού ζάχαρη.

**Εκτέλεση**  
Ανακατέψτε όλα τα συστατικά με πάγο και περιχύστε τα σε ένα ποτήρι γεμάτο πάγο.

**Γαρνιτούρα** Φέτα λεμονιού.

Μάθετε περισσότερα για το Disaronno:

[www.disaronno.com](http://www.disaronno.com) ● <https://www.facebook.com/Disaronno> ● [https://www.instagram.com/disaronno\\_official/](https://www.instagram.com/disaronno_official/) ● <https://www.facebook.com/TheMixingStar/>

Απολαύστε υπεύθυνα





## LAURA BONONCINI

### Πόσο ασφαλής είμαι κάνοντας login στο Facebook;

Ρωτήσαμε τη διευθύντρια Δημόσιας Πολιτικής του Facebook στη Νοτιοανατολική Ευρώπη για το GDPR, το Cambridge Analytica, τα Fake News, ό,τι αφορά την ασφάλεια μας και ό,τι νέο έρχεται

Του ΝΙΚΟΥ ΠΑΠΑΗΛΙΟΥ

**Τ**ο Facebook έναν χρόνο μετά το Cambridge Analytica και τις ακρόασεις του ιδρυτή του, Mark Zuckerberg, στο Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο και το Κογκρέσο δέχθηκε τεράστια κριτική όσον αφορά την ασφάλεια που παρέχει στους χρήστες του. Το ίδιο διάστημα ο Γενικός Κανονισμός για την Προστασία των Δεδομένων, το γνωστό GDPR, μπήκε για τα καλά στις ζωές μας, τα Fake News δείχνουν να μη χάνουν την ισχύ τους, ενώ ένας μακελάρης στη Ν. Ζηλανδία, αφού έκανε live video στο Facebook, εισέβαλε σε τέμενος σκοτώνοντας 50 ανθρώπους. Με λίγα λόγια το timing για να επικοινωνήσουμε κανείς με τη Laura Bononcini είναι ιδανικό, μιας και όλοι θέλουμε να ξέρουμε πόσο ασφαλείς είμαστε κάνοντας login στο Facebook.

**Το GDPR άλλαξε στην πράξη κάτι στη λειτουργία του Facebook στην Ευρώπη;** Θέλω να ξεκινήσω λέγοντας ότι το GDPR ήταν αρκετά πρωτόπορο και δουλέψαμε με τους ευρωπαϊκούς θεσμούς για να το εντάξουμε στη λειτουργία μας. Ο Mark Zuckerberg πρόσφατα δήλωσε ότι κανονισμοί όπως το GDPR θα έπρεπε να επεκταθούν και στον

υπόλοιπο κόσμο. Πρόκειται για μια ρύθμιση πολύ σημαντική για εμάς, τόσο γιατί ισχύει σε όλη την Ευρώπη, όσο και γιατί διέπεται από πολύ σημαντικές αρχές. Για να δουλέψουμε με το GDPR, έπρεπε πρώτα και σημαντικότερα να σιγουρέψουμε ότι οι χρήστες που έχουν πρόσβαση στο Facebook πρέπει να νιώθουν πως υπάρχει απόλυτη διαφάνεια για το περιεχόμενο που το Facebook συλλέγει από αυτούς και φυσικά ότι έχουν τον απόλυτο έλεγχο στις πληροφορίες αυτές. Αυτό έγινε μέσω διαφορετικών τρόπων, είτε δημιουργώντας συντομεύσεις απορρήτου, όπου μπορείς άμεσα να δεις το περιεχόμενο των πληροφοριών σου και να το ελέγξεις, είτε στέλνοντας ειδοποιήσεις σε όλους τους χρήστες για να επιβεβαιώσουν το σύνολο των δημόσιων πληροφοριών που μοιράζονται και να επανελέγξουν τα στοιχεία που δείχνουν στο προφίλ τους (για ποιους ανθρώπους ενδιαφέρονται, τη θρησκεία τους, τις πολιτικές τους πεποιθήσεις κλπ). Αυτά έγιναν τον τελευταίο χρόνο, όταν το GDPR μπήκε στις ζωές μας, όμως θέλω να τονίσω ότι αυτή είναι μόνο η αρχή.

Δουλεύουμε ήδη πάνω σε άλλα εργαλεία που θα επιτρέψουν στους χρήστες μας να έχουν ακόμη

περισσότερο έλεγχο στις πληροφορίες που δеляσστε από άλλες ιστοσελίδες και εφαρμογές, όταν εκείνοι τις χρησιμοποιούν. Δουλεύουμε την εφαρμογή «Clear History» ώστε, αν κάποιος επισκέπτεται ένα site, να σταματήσει να βλέπει διαφημίσεις στο Facebook σχετικές με αυτό που έψαξε προηγουμένως. Το app αυτό είναι ένα εργαλείο πάνω στο οποίο δουλεύουν ακαδημαϊκοί από όλο τον πλανήτη και θα είναι διαθέσιμο προσεχώς για όλους τους χρήστες του Facebook. Το «Clear History» είναι μόνο μία από τις εφαρμογές που δουλεύουμε, δίνοντας στον κόσμο την ευκαιρία να ελέγχει απόλυτα τις πληροφορίες που μοιράζεται.

**Έχει προβλέψει το Facebook, ώστε να μην προκύψει ένα νέο Cambridge Analytica;** Είναι καλό να μάθει ο κόσμος για το τι ακριβώς ήταν το Cambridge Analytica. Το 2009 το Facebook αποφάσισε να ανοίξει τη δυνατότητα σε άλλες εφαρμογές να επιτρέπουν στους χρήστες τους να εγγράφονται σε αυτές μέσω της πλατφόρμας. Δηλαδή συνδέσαι με τον λογαριασμό του Facebook και έχεις δημιουργήσει το προφίλ σου στην κάθε εφαρμογή. Το 2013, ο κ. Κόγκαν από το Πανεπιστήμιο του Cambridge αποφάσισε να δημιουργήσει μια εφαρμογή για την προσωπικότητα του ατόμου, την οποία κατέβασαν 300.000 άνθρωποι και κάνοντας login μέσω του Facebook έδωσαν στην εφαρμογή τις πληροφορίες, όχι μόνο τις δικές τους αλλά και των φίλων τους. Το 2014 συνειδητοποιήσαμε ότι δεν θα έπρεπε να μεταβιβάζονται πληροφορίες και των φίλων του ατόμου που συνδέεται σε μια εφαρμογή μέσω Facebook και έτσι αποτρέψαμε άλλες εφαρμογές να έχουν αυτή τη δυνατότητα. Το 2015 μάθαμε ότι ο κ. Κόγκαν διέρρευσε τις πληροφορίες που είχε συγκεντρώσει στην εφαρμογή του. Τότε απαιτήσαμε να σταματήσει και δεχθήκαμε μια ξεκάθαρη δήλωση, ότι το θέμα θεωρούνταν λήξαν. Όμως, το 2018 πληροφορηθήκαμε ότι αυτό δεν συνέβαινε. Επομένως θέλω να ξεκαθαρίσω ότι δεν μιλάμε για μια διαρροή δεδομένων στα συστήματα του Facebook, αλλά μία μη εγκεκριμένη χρήση δεδομένων που δόθηκαν από τους χρήστες αρχικά, με έναν τρόπο που ήταν εν μέρει ευθυγραμμισμένος με την πολιτική μας, αλλά καταλάβαμε ότι έπρεπε να αλλάξει.

**Τι ενέργειες έγιναν ώστε να σιγουρευτείτε ότι αυτό δεν θα συμβεί ξανά;** Αρχικά, κάναμε μια αρκετά διευρυμένη επιθεώρηση σε κάθε εφαρμογή στην οποία συνδέσαι μέσω Facebook. Αφαιρέσαμε πολλές από αυτές και δημιουργήσαμε νέα αυστηρότερη εξουσιοδότηση για όλες. Μειώσαμε δραστικά την ποσότητα των πληροφοριών που άλλες εφαρμογές παίρνουν, μέσω της σύνδεσης από το Facebook. Δηλαδή πλέον δέχονται μόνο το ονοματεπώνυμο και τη φωτογραφία, ενώ για να πάρουν οποιαδήποτε άλλη πληροφορία πρέπει να υπογράψουν ειδικό συμβόλαιο με το Facebook. Αν πάλι κάποιος δεν μπει στην εφαρμογή για περισσότερες από 90 μέρες, τα όποια στοιχεία έχει συλλέξει αυτό το app διαγράφονται. Δουλεύουμε και διάφορα προγράμματα με χάκερ, προγραμματιστές και άλλους ειδικούς για να μας προστατέψουν όσο είναι δυνατό από πιθανές δυσλειτουργίες.

**Μετά την πρόσφατη επίθεση στη Νέα Ζηλανδία, το Facebook έλαβε δράση για να περιορίσει ακόμη περισσότερο τη ρητορική μίσους στην πλατφόρμα του. Πώς μπορεί να συμβεί αυτό;** Πολεμάμε τη ρητορική μίσους εδώ και πολλά χρόνια στις πλατφόρμες μας. Ωστόσο τι πραγματικά συνέβη σε αυτή την τραγική υπόθεση; Χρειάστηκε να σχεδόν 12 λεπτά, ώστε κάποιος να κάνει report το συγκεκριμένο live video. Αυτό είναι το πρώτο πράγμα που θέλουμε να αλλάξουμε. Θέλουμε να σιγουρέψουμε ότι ο κόσμος θα καταλάβει ότι ένα τέτοιο περιεχόμενο πρέπει να αναφέρεται στο Facebook, για να μπορέσουμε να το κατεβάσουμε. Αμέσως μόλις το βίντεο κατέβει, του τοποθετούμε ένα αποτύπωμα έτσι ώστε να αποτρέψουμε οποιονδήποτε από το να ανεβάσει ξανά το ίδιο περιεχόμενο στο Facebook. Δυστυχώς σήμερα αρκετοί αλλάζουν ελάχιστα το περιεχόμενο του αρχείου και το ανεβάζουν ξανά, ακόμη και αν εμείς το έχουμε

διαγράψει εκατομμύρια φορές. Αυτό μας έκανε να δουλέψουμε πάρα πολύ την τεχνολογία αναγνώρισης φωτογραφιών για να προλαβαίνουμε τέτοια περιστατικά από το να επαναληφθούν ξανά. Βρισκόμαστε σε διαδικασία που δημιουργούμε τεχνολογία, με την οποία θα μπορούσαμε αυτόματα να ανακαλύπτουμε τέτοιου είδους περιεχόμενο, ωστόσο αυτό είναι ιδιαίτερα δύσκολο.

**Την ίδια διαδικασία τοποθέτησης αποτυπωμάτων χρησιμοποιείτε και όσον αφορά τα Fake News;** Τα Fake News απαγορεύονται στην πλατφόρμα μας. Μπορεί να προωθούν τη ρητορική μίσους που είναι αντίθετη στην πολιτική μας ή μπορεί να εννοούμε και τα Fake προφίλ, που επίσης δεν έχουν θέση στο Facebook. Η τεχνητή νοημοσύνη βοηθά να αντιμετωπίσουμε και τις δύο κατηγορίες. Μάλιστα μέσω αυτής της διαδικασίας διαγράφουμε περίπου 1 εκ. καθημερινά! Ωστόσο, η πλειοψηφία αυτών που αποκαλούμε Fake News είναι ειδήσεις οι οποίες έχουν αλλοιωθεί, αλλά δεν είναι παράνομες και υπάρχουν αρκετοί ελεγκτικοί μηχανισμοί για να το κρίνουν, στους οποίους δεν συγκαταλέγεται το Facebook και άρα δεν μπορούμε να τα αφαιρούμε. Όμως, όποτε λαμβάνουμε καταγγελίες ότι μια είδηση είναι ψεύτικη ή το σύστημα τεχνητής νοημοσύνης μας καταδεικνύει ότι μια είδηση είναι ενδεχομένως ψεύτικη, τη στέλνουμε στο Factchecker. Οι ειδικοί αναλύουν το περιεχόμενο της είδησης και αν είναι ψευδής δημιουργούν ένα σχετικό άρθρο. Μετά από αυτήν τη διαδικασία, είμαστε σε θέση να μειώσουμε τις μελλοντικές εμφανίσεις του ίδιου περιεχομένου σε ποσοστό 80%, κάτι που σημαίνει ότι θα έχει σχεδόν χαθεί.

**Μπορείτε να μας περιγράψετε τη νέα τεχνολογία που λανσάρετε το Facebook για τον εντοπισμό μη συναινετικών προσωπικών φωτογραφιών;** Είναι ένα ευαίσθητο θέμα. Εάν βρεθεί περιεχόμενο που έχει δημοσιευθεί στο Facebook, τότε γίνεται το report και άμεσα κατεβαίνει, μπαίνει το αποτύπωμα και δεν ανεβαίνει ξανά. Τι γίνεται όμως στο πιο σύνθηρες ερωτήματα; Π.χ. Στέλνω προσωπικές φωτογραφίες στο αγόρι μου και έπειτα χωρίζω. Πώς μπορώ να βεβαιωθώ ότι οι φωτογραφίες δεν θα κυκλοφορήσουν; Δοκιμάζουμε πιλοτικά την πιθανότητα να μη δίνεται η δυνατότητα καν σε κάποιον να μοιραστεί προσωπικές φωτογραφίες κάποιου άλλου, μέσω μιας τρίτης τεχνητής πλευράς, που δεν θα βλέπει το περιεχόμενο. Χρησιμοποιούμε την τεχνητή νοημοσύνη, ώστε να αφήνει αποτυπώματα σε οτιδήποτε γυμνό και έτσι να μην επιτρέπεται σε κανέναν να μοιράσει το συγκεκριμένο περιεχόμενο. Το πρόγραμμα αυτό εξελίσσεται συνέχεια, ελπίζουμε ότι θα έρθει και στην Ελλάδα.

**Όσον αφορά το Bullying, ποια είναι τα βήματα που πρέπει να ακολουθήσει κάποιος που έχει πέσει θύμα στην πλατφόρμα;** Το πιο σημαντικό είναι να ξέρει ο κόσμος ότι μπορεί να αναφέρει το περιστατικό στο Facebook. Είναι πολύ εύκολο να κάνεις report σε οτιδήποτε, και από εκεί και πέρα το Facebook να αναλάβει δράση. Επιπλέον κρίνουμε σημαντικό να μπορούν όσοι χρησιμοποιούν την πλατφόρμα μας να συνειδητοποιήσουν τι στην πραγματικότητα σημαίνει το bullying και για αυτό έχουμε συνεργασίες με οργανώσεις, όπως το «Χαμόγελο του Παιδιού» και το safeinternet.gr, ώστε να δίνουμε οδηγίες όχι μόνο σε θύματα bullying αλλά και σε ανθρώπους που δεν καταλαβαίνουν ποιος μπορεί να είναι οι συνέπειες των πράξεών τους. Εκείνο όμως που πρέπει να καταλάβουν κυρίως οι έφηβοι είναι πως ό,τι συμβαίνει στο Facebook είναι αληθινό, δεν είναι εικονικό. Το ότι είναι online δεν αλλάζει κάτι σχετικά με τις συνέπειες που μπορεί να έχουν οι πράξεις και τα λεγόμενά σου στην πλατφόρμα. Επιπλέον, σε λιγότερο από έναν χρόνο έχουμε τριπλασιάσει τον αριθμό των ανθρώπων της εταιρείας που δέχονται τις αναφορές και αφαιρούν το περιεχόμενο τους εάν είναι αντίθετο στις πολιτικές μας. 30.000 άνθρωποι σε όλο τον κόσμο ασχολούνται καθημερινά με ζητήματα ασφαλείας και γνωρίζουμε ότι όσα βήματα προς τα μπρος έχουμε κάνει, πάντα θα υπάρχει κάτι ακόμα.

www.athensvoice.gr



Όλη η συνέντευξη στο site της Athens Voice



# Αγορές με πασχαλινή νοημοσύνη!

**e-nona** είναι στο Πλαίσιο και σου παρουσιάζει τα καλύτερα τσιτσιμπλόγκια για να ενθουσιάσεις το βαφτιστήρι, το ταίρι, την οικογένεια ή τον εαυτό σου.

Και θυμήσου ότι, με τις αγορές σου, **e-nona** μπορεί να σου κάνει ένα μεγάλο δώρο!

Με κάθε αγορά από το Πλαίσιο μπαίνεις στην κλήρωση για Smartphone, Tablet, Laptop, Κονσόλες και πολλά άλλα απίθανα δώρα αξίας 4.500€! Μπες στο **www.plaisio.gr/enona** και θα τα μάθεις όλα!



## Λαμπάδα Make a Wish Ποδήλατο, €9,99

Μαγνήτισε τα βλέμματα με το που υποδεχθείς το Άγιο Φως το βράδυ της Ανάστασης.



## Garmin Vivomove HR Sport, €169

Δώσε στίλ σε κάθε σου βήμα αποκτώντας τον πιο αξιόπιστο ψηφιακό βοηθό.



## Apple iPhone 8 64GB Space Grey, €699

Απαθανάτισε κάθε στιγμή από τις διακοπές του Πάσχα και ζήσε κάθε πτυχή της επικοινωνίας στο φουλ!



## Headphones Bluetooth Sony WHCH500H Γκρι, €54,90

Φόρεσέ τα και βυθίσου στους ρυθμούς της μουσικής στο σπίτι, την εργασία ή τη βόλτα σου.

## GoPro 7 Black, €379

Απογείωσε κάθε περιπέτειά σου και μεταμόρφωσε τα πλάνα σου ελέγχοντάς τα με απίθανες λειτουργίες.



## Sentio Παγούρι Bamboo Peach, €11,90

Πάρε μαζί σου το αγαπημένο σου ρόφημα με το must have παγούρι της σεζόν.



ΑΦΙΕΡΩΜΑ

# ΕΤΑΙΡΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ

Οι σπουδαιότερες  
δράσεις των εταιρειών  
για τον άνθρωπο,  
το περιβάλλον,  
το κοινωνικό σύνολο

Επιμέλεια: ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΜΠΙΡΜΠΛΗ, ΤΑΚΗΣ ΣΚΡΙΒΑΝΟΣ







**Ο**λο και περισσότερες επιχειρήσεις στον σύγχρονο κόσμο συνειδητοποιούν ότι εάν θέλουν να έχουν μια μακροπρόθεσμη και βιώσιμη ανάπτυξη θα πρέπει να υιοθετήσουν μια σαφή θέση και στρατηγική για την κοινωνική τους ευθύνη. Οι περισσότερες εταιρείες αναγνωρίζουν την ευθύνη που τους αναλογεί καθώς έχουν συνειδητοποιήσει ότι ενέργειες που συμβάλουν στην αντιμετώπιση των περιβαλλοντικών και κοινωνικών προβλημάτων δεν είναι μόνο προς το συμφέρον του κοινωνικού συνόλου αλλά και προς το δικό τους. Γι' αυτό άλλωστε η Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη θεωρείται πια βασικό τμήμα του σύγχρονου marketing. Η Ευρωπαϊκή Ένωση από την πλευρά της έχει λάβει σαφή θέση εκπονώντας ένα πλέγμα νόμων και κανόνων, επιβραβεύοντας τις ευρωπαϊκές επιχειρήσεις για τις ενέργειές τους σε αυτόν τον τομέα και ενθαρρύνοντάς τις ταυτόχρονα να αναλάβουν ακόμα περισσότερες πρωτοβουλίες. Παράλληλα, οι 17 Στόχοι Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ απευθύνονται όχι μόνο σε κράτη και πολίτες, αλλά και στις εταιρείες. Ο έλεγχος για την προστασία του περιβάλλοντος κατά τη διαδικασία παραγωγής, οι κώδικες δεοντολογίας που προάγουν την ποιότητα ζωής, την εκπαίδευση και επιμόρφωση των εργαζομένων, η υπευθυνότητα, η ευαισθησία και η επιχειρηματική ηθική της επιχείρησης, οι πρωτοβουλίες που στηρίζουν τις τοπικές κοινότητες, η κοινωνική προσφορά στον πολιτισμό, στην εκπαίδευση, στους νέους, το κοινωνικό μάρκετινγκ, η εταιρική φιλανθρωπία, ο εθελοντισμός, η υπεύθυνη τραπεζική, το women empowerment, η ανακύκλωση, η βιώσιμη ανάπτυξη και το SDG είναι μόνο μερικοί από τους τομείς ενδιαφέροντος. Στο πνεύμα αυτό η ATHENS VOICE ανοίγει τη συζήτηση με ένα αφιέρωμα στα πιο επίκαιρα ζητήματα για την ελληνική και παγκόσμια επιχειρηματική κοινότητα.



# Η Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη ως μέρος της Αλλαγής

Της ΒΑΣΙΛΙΚΗΣ ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΟΓΙΑΝΝΗ

**Τ**ην προηγούμενη εβδομάδα η ανθρωπότητα, δηλαδή όλοι εμείς, πετύχαμε κάτι σημαντικό. Κάτι ιστορικό και όμορφο. Την αποτύπωση της πρώτης μαύρης τρύπας σε μια φωτογραφία. Το επιστημονικό αυτό επίτευγμα δεν συνέβη έτσι απλά. Χρειάστηκε πολύχρονη συνεργασία μεταξύ των επιστημόνων του πεδίου από ολόκληρο τον κόσμο. Παγκόσμια συνεργασία για μια ιστορική φωτογραφία μιας μαύρης τρύπας. Ένα επίτευγμα που ανήκει σε όλες τις κοινωνίες και που διαδόθηκε μέσω ενός άλλου μεγάλου παγκόσμιου επιτεύγματος. Αυτό του διαδικτύου. Αυτός είναι ο κόσμος του αύριο. Αυτός είναι ο κόσμος που θέλουμε. Ένας παγκόσμιος κόσμος ανοιχτός. Ένας κόσμος ευμερίας και συνεργασίας.

Είναι ένα αισιόδοξο μήνυμα που έρχεται τη στιγμή που η ανθρωπότητα βρίσκεται μπροστά σε κατάρρευση. Κατάρρευση οικονομική, περιβαλλοντική αλλά και ηθική, που φαίνεται και από την άνοδο του φασισμού και της μισαλλοδοξίας.

Αυτός είναι ο λόγος που η φωτογραφία αυτή με ενθουσίασε. Για το άλλο μέλλον που υποσχεται. Το αισιόδοξο. Το μέλλον που χτίζεται από τις συνεργασίες μεταξύ των λαών, μεταξύ των ανθρώπων και μεταξύ των κοινωνιών. Και επειδή αυτό το τεύχος μας είναι αφιερωμένο στην εταιρική κοινωνική ευθύνη (ΕΚΕ) θα σταθώ περισσότερο σε αυτό. Στη συνεργασία δηλαδή μεταξύ των εταιρειών, των εργαζομένων, της κοινωνίας και της πολιτείας. Φαντάζεστε έναν κόσμο που οι εταιρείες παράγουν με κριτήριο όχι το κέρδος αλλά την εξοικονόμηση φυσικών πόρων; Το χαμηλό περιβαλλοντικό αποτύπωμα από την παραγωγή τους; Τη μηδενική παραγωγή αποβλήτων; Τους ικανοποιημένους εργαζόμενους; Φαντάζεστε έναν κόσμο που οι εταιρείες διαμορφώνουν υπεύθυνους αγοραστές και όχι δυστυχισμένους καταναλωτές;

Αυτός ο κόσμος είναι ήδη εδώ. Αμέτρητα τα καλά παραδείγματα από δράσεις εταιρικής κοινωνικής ευθύνης. Η μάχη για την πλαστική σακούλα έφερε επίγνωση για τους κινδύνους για το περιβάλλον, τις θάλασσες και τα θαλάσσια θηλαστικά. Αρωγός στη μάχη αυτή και η εφοδιαστική αλυσίδα. Τα ακραία καιρικά φαινόμενα έφεραν επίγνωση για την κλιματική αλλαγή. Προγράμματα ΕΚΕ εστίασαν στην εκπαίδευση του κόσμου για την προφύλαξη ώστε να μη θρηνούμε θύματα κάθε φορά που βρέχει. Η έκθεση της Διακυβερνητικής Ομάδας του ΟΗΕ για την Κλιματική Αλλαγή (IPCC), που προειδοποιεί ότι για να αποφύγουμε τα χειρότερα έχουμε μόνο 12 χρόνια για να απο-

τρέψουμε την αύξηση της θερμοκρασίας παγκοσμίως πάνω από 1,5 βαθμό Κελσίου, δεν αφήνει κανένα περιθώριο για να καταλάβουμε ότι απαιτείται επειγόντως συνεργασία.

Συνεργασία μεταξύ των εταιρειών, της επιχειρηματικότητας, της πολιτείας και της κοινωνίας. Αυτό ακριβώς είναι η Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη, που η πολιτεία τη θεσμοθέτησε και οι επιχειρήσεις την υιοθέτησαν. Για πρώτη φορά ίσως στην ιστορία του καπιταλισμού, οι εταιρείες αρχίζουν να αντιλαμβάνονται τη λειτουργία τους σε συνάρτηση με την κοινωνία και το φυσικό περιβάλλον. Υπό αυτή την έννοια θα έλεγα ότι πρόκειται για μια ήσυχη επανάσταση που θα αλλάξει πολλά.

Για πρώτη φορά 500 μεγάλες εταιρείες από όλο τον κόσμο έχουν υπογράψει μια πρωτοβουλία για τη μείωση των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου. Η πρωτοβουλία αυτή ονομάζεται Science-Based Targets (SBTi) και δεσμεύει τις επιχειρήσεις να κάνουν αυτό που απαιτεί η επιστήμη και όχι αυτό που εκείνες νομίζουν ότι θα τους αποφέρει κέρδη. Και αυτό οι εταιρείες το υπέγραψαν εθελοντικά, χωρίς να τις υποχρεώσει κανείς. Έχω δίκιο λοιπόν που χαρακτηρίζω την ΕΚΕ ως μια ήσυχη επανάσταση; Έχω δίκιο που ισχυρίζομαι ότι το μέλλον είναι εδώ; Ο τοκετός είναι δύσκολος αλλά είναι στο χέρι μας να τον κάνουμε επιτυχημένο.

**Σ**την ουσία η Εταιρική Κοινωνική Ευθύνη χτίζει μια νέα κουλτούρα βιωσιμότητας για την οικονομία, την κοινωνία και τον πολιτισμό. Για τον λόγο αυτό οι άνθρωποι που δημιουργούν τα προγράμματα εταιρικής κοινωνικής ευθύνης πρέπει να είναι οραματιστές και όχι διεκπεραιωτές μιας υποχρέωσης, όπως δυστυχώς συχνά γίνεται στη χώρα μας.

Στο ταξίδι αυτό οι εταιρείες πρέπει να πάρουν μαζί και τους εργαζόμενους. Να τους εμπλέξουν στην εξοικονόμηση ενέργειας, στην ανακύκλωση, στη μείωση του ανθρακικού τους αποτυπώματος στο χώρο εργασίας. Πώς θα το πετύχουν; Δίνοντάς τους κίνητρα ή καλύτερα ρωτώντας τους. Φαντάζεστε μια εταιρεία που θα δίνει κίνητρα για να πηγαίνουν με ποδήλατα στη δουλειά οι εργαζόμενοι; Λένε ότι η αναγκαιότητα είναι η μητέρα της καινοτομίας. Η ανάγκη κάνει τις επιχειρήσεις να σκεφτούν λίγο παραπέρα απ' αυτό που νόμιζαν ότι ήταν εφικτό. Αυτές είναι και οι καινοτόμες επιχειρήσεις. Μέσω της ΕΚΕ η επιχειρηματικότητα προσαρμόζεται στο μέλλον. Σ' ένα μέλλον γεμάτο προκλήσεις. Σ' ένα μέλλον που το κύριο συστατικό του είναι η συνεργασία. ●



Φαντάζεστε  
έναν κόσμο που  
οι εταιρείες  
παράγουν με  
κριτήριο την  
εξοικονόμηση  
φυσικών πόρων;  
Το χαμηλό  
περιβαλλοντικό  
αποτύπωμα;  
Τη μηδενική  
παραγωγή  
αποβλήτων;  
Τους ικανοποιη-  
μένους  
εργαζόμενους;



Novartis Hellas



## Όραμα και Ευθύνη για τον Ασθενή

Στη Novartis εμπνεόμαστε από τους ασθενείς.  
Επενδύουμε στην επιστημονική καινοτομία με κλινικές μελέτες  
και προγράμματα πρώιμης πρόσβασης.  
Υλοποιούμε εκστρατείες πρόληψης & ενημέρωσης κοινού  
για σημαντικά νοσήματα και για τα δικαιώματα των ασθενών.  
Βρισκόμαστε στο πλευρό των ενώσεων ασθενών σε όλη την Ελλάδα.

Η προσπάθειά μας αναγνωρίζεται:



 **NOVARTIS**

GR1901949132 NOV\_ADV027\_JAN\_2019



# Δονούσα

## το πρώτο #single\_plastic\_free νησί στο Αιγαίο

Η **Δρ. Αγγελική Κοσμοπούλου**, εκτελεστική διευθύντρια του Κοινωνοφελούς Ιδρύματος Αθανασίου Κ. Λασκαρίδη, μας μίλησε για το πρόγραμμα SEA CHANGE GREEK ISLANDS, μια πολυεπίπεδη παρέμβαση που προστατεύει το θαλάσσιο περιβάλλον βάζοντας τέλος στα πλαστικά μιας χρήσης

Του ΔΗΜΗΤΡΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΗ

**Τ**ο πρόγραμμα SEA CHANGE GREEK ISLANDS είναι μια πρωτοποριακή κίνηση. Ένα χρόνο πριν κάνατε την αρχή, λέγοντας «όχι» στο πλαστικό καλαμάκι, και φέτος η Δονούσα στοχεύει στο να γίνει το πρώτο #single\_plastic\_free νησί στο Αιγαίο. Πώς μπορεί να γίνει πραγματικότητα; Το πρόγραμμα Sea Change Greek Islands σχεδιάστηκε με αγάπη για τη θάλασσα, αγωνία για την τύχη της στα επόμενα χρόνια και σεβασμό για τους ανθρώπους που καλούνται να το υποστηρίξουν στα νησιά. Οι κάτοικοι της Δονούσας το αγάπησαν από την αρχή και συνέβαλαν στη διαμόρφωσή του για το νησί τους. Σήμερα, μετά την επίσημη έναρξη της πρωτοβουλίας, το στοίχημα για όλους μας είναι αυτή η ωραία ιδέα να πετύχει. Για να πετύχει χρειάζεται να ενισχύσουμε την ενημέρωση για τα πλαστικά μιας χρήσης, να θυμίσουμε πόσο επιβλαβή είναι και να προτείνουμε εναλλακτικές λύσεις που μπορούν να λειτουργήσουν σε βάθος χρόνου. Οι ιδέες και τα μέσα υπάρχουν. Το «αγκάθι» είναι η αντίσταση στην αλλαγή της καθημερινής συνήθειας. Ο άνθρωπος είναι, από τη φύση του, διστακτικός στην αλλαγή, ακόμα και αρνητικός. Χρειάζεται χρόνο και υποστήριξη για να ακολουθήσει το καινούργιο. Με αυτό το δεδομένο, δικός μας ρόλος είναι να προτείνουμε, να διευκολύνουμε και να υποστηρίξουμε την αλλαγή που θέλουμε να δούμε, αρχίζοντας από εμάς τους ίδιους. Αυτή είναι η μεγαλύτερη πρόκληση που έχουμε να αντιμετωπίσουμε.

Έχοντας καθοριστική συμβολή σε αυτή την προσπάθεια, πώς αξιολογείτε τα πρώτα αποτελέσματα; Βρισκόμαστε στον δεύτερο χρόνο της δράσης και τα πρώτα αποτελέσματα είναι εμφανή. Οι κάτοικοι των νησιών έχουν ενημερωθεί για το πρόγραμμα και, σε μεγάλο βαθμό, το αντιμετωπίζουν θετικά – σε κάποια νησιά περισσότερο από ό,τι σε άλλα. Αρκετοί κυκλοφορούν με το επαναχρησιμοποιούμενο ποτήρι που τους προσφέρουμε, πολλοί χρησιμοποιούν την πάνινη τσάντα, όλο και περισσότεροι, ξεκινώντας από τα παιδιά, δείχνουν ενδιαφέρον για τους καθαρισμούς και συμμετέχουν σε αυτούς. Όσοι ήταν ήδη εξοικειωμένοι με τις αρχές της προστασίας του περιβάλλοντος νιώθουν λιγότερο μόνοι και λιγότερο «εκκεντρικοί». Άλλοι εκτίθενται τώρα για πρώτη φορά σε αυτές τις ιδέες και χρειάζονται περισσότερο χρόνο. Σε κάθε περίπτωση, τα αποτελέσματα στο περιβάλλον φαίνονται με μεγάλη καθυστέρηση, γι' αυτό και το πρόγραμμα σχεδιάστηκε με πενταετή χρονικό ορίζοντα.

Η θαλάσσια ρύπανση είναι ένα πρόβλημα που δημιουργήθηκε εδώ και πολλά χρόνια και για να λυθεί χρειάζονται δράσεις σε πολλά επίπεδα – από την εκπαίδευση και την ευαισθητοποίηση ως την άσκηση πίεσης σε όσους διαμορφώνουν τις σχετικές πολιτικές και, φυσικά, τις προσωπικές μας επιλογές. Είναι πολύ ενθαρρυντικό που ανάλογες δράσεις γίνονται

από αρκετούς φορείς. Έτσι αφενός δημιουργούνται πρακτικά αθροίσματα και αφετέρου η συλλογική μας συμπεριφορά αλλάζει. Θέλουμε να κάνουμε τη φροντίδα για το περιβάλλον «μόδα» – μια υγιή μόδα που ήρθε για να μείνει. Κι αυτό δεν είναι εύκολο σε μια χώρα στην οποία αλλάζουμε συνήθειες δύσκολα, ακόμα και όταν η νομοθεσία υπάρχει – ας θυμηθούμε, για παράδειγμα, τον αντικαπνιστικό νόμο.


**Ποιες δράσεις έχουν προγραμματιστεί το φετινό καλοκαίρι για να ενδυναμώσουν το μήνυμα προστασίας του θαλάσσιου περιβάλλοντος;** Το πρόγραμμα Sea Change Greek Islands πραγματοποιείται σε δέκα νησιά των Κυκλάδων και περιλαμβάνει πολλές δράσεις. Καθαρίζουμε ακτές και βυθούς, συλλέγοντας δεδομένα που μας βοηθούν να κατανοήσουμε τη φύση της θαλάσσιας ρύπανσης και να συμβάλουμε στην εξεύρεση λύσεων και τη διαμόρφωση πολιτικών. Το ίδρυμά μας υποστηρίζει την έρευνα και πιστεύει ότι είναι σημαντικό εκτός από την απομάκρυνση των απορριμμάτων να συμβάλει και στην παρακολούθηση του φαινομένου, σε συνεργασία με άλλες οργανώσεις και, φυσικά, με την επιστημονική κοινότητα. Επίσης, πραγματοποιούμε εκπαιδευτικό πρόγραμμα για παιδιά του δημοτικού και ένα πρόγραμμα «citizen science» για τα παιδιά των μεγαλύτερων τάξεων. Σε τρία από τα νησιά έχουν δημιουργηθεί περιβαλλοντικά club, τα Sea Change Clubs, που, με τη βοήθεια της επιστημονικής μας ομάδας θα λειτουργούν όλο τον χρόνο δίνοντας στους εφήβους ερεθίσματα και εργαλεία για να προστατέψουν οι ίδιοι τη θάλασσα στο νησί τους. Οργανώνουμε δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης για κατοίκους και επισκέπτες των νησιών, πηγαίνοντας πόρτα-πόρτα. Ορίζουμε, επίσης, τοπικούς πρεσβευτές του προγράμματος που προωθούν τις δράσεις και τις αξίες του, όταν δεν είμαστε εκεί. Οι «Κιμωλίστες», ο «Σύλλογος Αγρίας Ζωής Νάξου», καθώς και οι τρεις σύλλογοι της Δονούσας είναι οι πρώτοι πρεσβευτές μας. Τέλος, καθώς είναι σημαντικό να συναντιόμαστε με τον κόσμο των νησιών εκεί που «συχνάζει», συμμετέχουμε σε τοπικά γεγονότα και τα υποστηρίζουμε, όπως αθλητικοί αγώνες και καλλιτεχνικές εκδηλώσεις. Πέρσι τρέξαμε –κυριολεκτικά και μεταφορικά– στη Σέριφο και στη Δονούσα και φέτος θα βρεθούμε σε περισσότερα νησιά, όπως στη Νάξο, με τη νεοσύστατη αθλητική μας ομάδα. Τρέχουμε, κολυμπάμε, καθαρίζουμε και φροντίζουμε οι αγώνες και οι εκδηλώσεις που υποστηρίζουμε να μειώνουν το περιβαλλοντικό τους αποτύπωμα.

**Από πού πιστεύετε πως ξεκινά μια συμπεριφορά που μειώνει το περιβαλλοντικό αποτύπωμα; Έχει ο Έλληνας περιβαλλοντική συνείδηση ή όχι;** Η περιβαλλοντική συνείδηση διαμορφώνεται κυρίως στις νεαρές ηλικίες. Είναι σημαντικό τα παιδιά να αποκτήσουν γνώση και ενδιαφέρον για την προστασία του

περιβάλλοντος από τους γονείς και τους δασκάλους τους, αλλά και να τη διατηρήσουν στην εφηβεία, όταν συχνά αυτή η ευαισθησία «καίγεται» στον βωμό του να είναι αρεστοί ή να ακολουθούν τους άλλους. Στην Ελλάδα κατά κύριο λόγο δεν έχουμε περιβαλλοντική συνείδηση. Δεν ξέρουμε αρκετά για το περιβάλλον ή δεν κάνουμε τη σύνδεση ανάμεσα στο αίτιο ενός προβλήματος και στο αποτέλεσμα του. Όπως δείχνουν σταθερά οι έρευνες, οι δράσεις ευαισθητοποίησης είναι εξαιρετικά σημαντικές. Μια πολύ πρόσφατη μέτρηση στην Αγγλία έδειξε πως η δράση του David Attenborough και η επίδραση των ντοκιμαντέρ του που παίζονται πια και στο Netflix συνέβαλαν σε μείωση των πλαστικών μιας χρήσης κατά 53% σε 12 μήνες. Αντίστοιχα είναι τα αποτελέσματα προγραμμάτων που έχουν υλοποιηθεί στη χώρα μας, όπως το LIFE DEBAG στη Σύρο, που κατάφερε να μειώσει σημαντικά τη χρήση της πλαστικής σακούλας, φέρνοντας απτά αποτελέσματα πριν την επιβολή του περιβαλλοντικού τέλους. Ξέρουμε, λοιπόν, ότι για να πετύχει κάθε τέτοια προσπάθεια χρειάζεται περισσότερη και συστηματική ενημέρωση, που μπορεί να συγκινήσει και να εμπνεύσει το κοινό χωρίς διδακτισμούς. Ειδικά στην Ελλάδα της κρίσης, είναι αναγκαίο να συνδέσουμε τη φροντίδα του περιβάλλοντος με έμπνευση και χαρά, αντί για περισσότερες απαγορεύσεις.

**Πώς μπορεί να συνδράμει κάποιος στην πρωτοβουλία του Κοινωνοφελούς Ιδρύματος Αθανασίου Κ. Λασκαρίδη, στο οποίο έχετε τον ρόλο της εκτελεστικής διευθύντριας; Σχεδιάζετε να επεκτείνετε την προσπάθειά σας και σε άλλα σημεία της χώρας;** Το πρόγραμμα Sea Change Greek Islands εστιάζει τη δράση του στις Κυκλάδες, επιδιώκοντας να φέρει απτά αποτελέσματα σε μια πενταετία. Παράλληλα, το ίδρυμα υποστηρίζει και ενισχύει άλλους φορείς και οργανώσεις που δραστηριοποιούνται σε άλλες περιοχές της χώρας, ενισχύοντας το αποτέλεσμα μιας κοινής προσπάθειας. Στη διάρκεια του 2018 ενισχύσαμε έντεκα οργανώσεις για την πραγματοποίηση καθαρισμών ακτών και την εξαγωγή επιστημονικών συμπερασμάτων, ενώ πριν λίγες μέρες δημοσιοποιήθηκε η πρόσκληση χρηματοδότησης για το 2019. Στόχος μας είναι να λειτουργήσουμε αθροιστικά, αφήνοντας ισχυρό αποτύπωμα στη χώρα μας. Καθένας μπορεί να συμβάλει σε αυτή την προσπάθεια, κάνοντας επιλογές πιο φιλικές για το περιβάλλον στην καθημερινότητά του. Ας μην ξεχνάμε πως αυτό που μαζεύουμε στη θάλασσα ή στον βυθό ως απόρριμμα, τις πιο πολλές φορές βρέθηκε εκεί από αμέλεια, στη στεριά ή στη θάλασσα. Λιγότερα πλαστικά μιας χρήσης, συνειδητή κατανάλωση κι απόρριψη, αλλά και έγνοια για τη δημόσια περιβαλλοντική περιουσία, για το κοινό μας σπίτι, είναι αυτά που μπορεί να κάνει κανείς για να γίνει μέρος της λύσης. ●





Ειδικά στην Ελλάδα της κρίσης, είναι αναγκαίο να συνδέσουμε τη φροντίδα του περιβάλλοντος με έμπνευση και χαρά, αντί για περισσότερες απαγορεύσεις



# Women Empowerment

## Δίκτυα γυναικείας ενδυνάμωσης

Διεθνείς οργανισμοί όπως ο ΟΗΕ και δεκάδες δίκτυα και οργανώσεις σε όλο τον κόσμο στρέφουν το ενδιαφέρον τους στο θέμα της **γυναικείας ενδυνάμωσης**

Της Κατερίνας Αγγελιδάκη

**Σ**τις πλατιές λεωφόρους της ισοτιμίας των δύο φύλων στον δυτικό κόσμο, η γαλήνη που φαίνεται να επικρατεί είναι μόνο φαινομενική. Οι γυναίκες που τις διασχίζουν ισορροπούν με κόπο ανάμεσα στα όνειρά τους και στην πραγματικότητα. Οι πιο νέες, εκείνες που άκουγαν τις μητέρες τους να μιλούν για το όραμα της ισότητας, μαθαίνουν από τα πρώτα τους κιόλας βήματα ότι ο δρόμος είναι ακόμα μακρύς. Οι μεγαλύτερες ξέρουμε ότι τα βήματα που έχουν γίνει μέχρι σήμερα είναι μόνο η αρχή. Ότι πρέπει να κάνουμε άλλα τόσα για να κατακτήσουμε το αυτονόητο. Όλοι μαζί. Γυναίκες και άνδρες. Διότι η ισότητα είναι υπόθεση οικουμενική.

### Πρόοδος με ρυθμό χελώνας

Οι γυναίκες σήμερα στη Δύση εμφανίζονται ίσες με τους άνδρες, αλλά η αλήθεια είναι διαφορετική και τα στοιχεία συντριπτικά. «Πρόοδος με ρυθμό χελώνας» είναι ο τίτλος έρευνας του European Institute for Gender Equality. Οι στατιστικές δείχνουν ότι το μισθολογικό χάσμα ανάμεσα σε άνδρες και γυναίκες στην Ευρωπαϊκή Ένωση ανέρχεται στο 30%. Η συμμετοχή των γυναικών σε διοικητικά συμβούλια δημόσια εισηγμένων εταιρειών είναι μόλις 26,6%, μόνο μία στις δέκα εταιρείες έχει γυναίκα πρόεδρο ή διευθύνουσα σύμβουλο και μόλις το 17% των εργαζομένων στις νέες τεχνολογίες είναι

*Πώς μπορούμε να προστατέψουμε τις γυναίκες στην εποχή της κρίσης, όταν αμείβονται λιγότερο, απολύονται συνήθως πρώτες και σηκώνουν το μεγαλύτερο βάρος στην ανατροφή των παιδιών;*

γυναίκες. Στην πολιτική, η αναλογία μελών του βουλευτικού σώματος στα 28 κράτη-μέλη είναι 7 άνδρες προς 3 γυναίκες (στην Ελλάδα η συμμετοχή γυναικών είναι στο 18,5%) και το 85% των βουλευτριών των εθνικών κοινοβουλίων έχουν βιώσει ψυχολογική βία κατά την άσκηση των καθηκόντων τους. Στην ελεύθερη αγορά, η κατάθλιψη στις εργαζόμενες γυναίκες είναι μεγαλύτερη από την κατάθλιψη των ανδρών, ενώ φτάνει στα ύψη στην ηλικιακή ομάδα 35-44 κατά την περίοδο που στα εργασιακά βάρη προστίθενται και τα οικογενειακά.

Τα Ηνωμένα Έθνη (UN Women) όρισαν το 2030 ως το έτος-ορόσημο, στο οποίο θα πρέπει να έχει επιτευχθεί παγκοσμίως η πλήρης ισότητα ανάμεσα στα δύο φύλα. (Planet 50-50 for gender equality) Όμως, με τους σημερινούς ρυθμούς εξάλειψης των ανισοτήτων, έχει υπολογιστεί ότι θα πρέπει να περιμένουμε μέχρι το 2095 για να αποκτήσουν οι γυναίκες ίσες ευκαιρίες και δικαιώματα. Πάνω από 80 χρόνια... Ποιος, αλήθεια, μπορεί να περιμένει τόσο; Τι πρέπει να γίνει για να πάμε πιο γρήγορα; Πώς μπορούμε να προστατέψουμε τις γυναίκες στην εποχή της κρίσης, όταν αμείβονται λιγότερο, απολύονται συνήθως πρώτες και σηκώνουν το μεγαλύτερο βάρος στην ανατροφή των παιδιών; Με ποιους τρόπους μπορεί να γίνει η ενδυνάμωση των γυναικών ώστε να επιτευχθεί ο στόχος;







# Η LIDL ΕΛΛΑΣ ΧΟΡΗΓΟΣ ΤΟΥ 2<sup>ου</sup> ΠΑΡΚΟΥ ΑΝΤΑΠΟΔΟΤΙΚΗΣ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ ΣΤΟΝ ΛΑΓΚΑΔΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Η Lidl Ελλάς στηρίζει ως «Μέγας Χορηγός», το 2<sup>ο</sup> πάρκο περιβαλλοντικής εκπαίδευσης και ανταποδοτικής ανακύκλωσης στην Ελλάδα, το οποίο λειτουργεί στον Δήμο Λαγκαδά στο πρώην στρατόπεδο Μπαρέτη.

Το πάρκο αποτελεί έναν σύγχρονο εκπαιδευτικό χώρο, τον οποίο επισκέπτονται μαθητές σε καθημερινή βάση και ο οποίος περιλαμβάνει, ανάμεσα σε άλλα:

- ☞ Πολυκέντρο Ανταποδοτικής Ανακύκλωσης Μεταλλικών και Πλαστικών Συσκευασιών
- ☞ Το FOOD LAB (εργαστήριο επεξεργασίας τροφών) της Lidl Ελλάς για την εκπαίδευση μαθητών και νέων σε συνεργασία με το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών

- ☞ Εργαστήρι περιβαλλοντικής εκπαίδευσης, για την κατασκευή προϊόντων με χρήση ανακυκλώσιμων υλικών
- ☞ Χώρο περιβαλλοντικών παιχνιδιών, μηχανήματα ανταποδοτικής ανακύκλωσης (πλαστικών, μεταλλικών και γυάλινων συσκευασιών)
- ☞ Οικολογικούς λαχανόκηπους
- ☞ Χώρους αναψυχής



20 ΧΡΟΝΙΑ ΠΡΟΣΦΕΡΟΥΜΕ...  
20 ΧΡΟΝΙΑ ΣΤΕΚΟΜΑΣΤΕ ΜΕ  
ΕΥΘΥΝΗ ΔΙΠΛΑ ΣΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ!



[www.lidl-hellas.gr](http://www.lidl-hellas.gr)





## Stand by me

Η 29χρονη Katie Bouman, που επινόησε τον αλγόριθμο ο οποίος οδήγησε στην πρώτη εικονική αποτύπωση της μαύρης τρύπας, έγινε σύμβολο της νέας εποχής για να κατασπαραχθεί αμέσως μετά από διαδικτυακά τρολς με υποτιμητικά και σεξιστικά σχόλια για τον βαθμό της συμβολής της στο θαύμα. Αυτό μου έφερε στο νου πόσο πολλά χρόνια έπρεπε να περάσουν για να τιμηθεί με το Βραβείο Φυσικής Breakthrough η αστροφυσικός Jocelyn Bell Burnell, που ανακάλυψε τα πάλσαρ αλλά αγνοήθηκε παντελώς στο Βραβείο Νόμπελ το 1974. Δίπλα σε γυναίκες που πετυχαίνουν αξιοσημείωτες επιδόσεις είναι όλες οι γυναίκες που έχουν τα προσόντα και τις ικανότητες για να κάνουν τη διαφορά, η καθεμιά στον τομέα της. Είναι κι εκείνες που έχουν τις ικανότητες αλλά τους λείπει η εμπιστοσύνη ή η δύναμη για να προχωρήσουν. Κι εκείνες που δεν γνωρίζουν ότι έχουν τις ικανότητες γιατί ποτέ κανένας δεν πίστεψε σ' αυτές, ούτε οι ίδιες στον εαυτό τους. Και όσες έχουν πάψει να ονειρεύονται παγιδευμένες στην εσωτερική εξορία μιας εργασίας κατώτερης των προσόντων τους, αλλά κι εκείνες που ζουν την εναγώνια καθημερινότητα της ανεργίας και ψάχνουν δουλειά, μια οποιαδήποτε δουλειά, σε μια χώρα που χτυπιέται αλύπητα από την οικονομική κρίση. Όλες αυτές οι γυναίκες, από όπου κι αν προέρχονται, έχουν κάτι κοινό: ζουν σε μια εποχή που αλλάζει ραγδαία και σε μια ιστορική συγκυρία στην οποία γίνεται πλέον σαφές ότι η ισότητα των φύλων μάς αφορά και

μας συμφέρει όλους. Ότι η ισότητα έχει πολλαπλά κοινωνικά και οικονομικά οφέλη σε ένα ακραία ανταγωνιστικό διεθνές περιβάλλον και ότι η ανάπτυξη μιας χώρας εξαρτάται απολύτως από την πλήρη και ισότιμη ενσωμάτωση όλων των γυναικών στην παραγωγική διαδικασία.

## Γυναικεία ενδυνάμωση

Ολοένα και μεγαλύτερος αριθμός διεθνών οργανισμών όπως ο ΟΗΕ αλλά και δεκάδες δίκτυα και οργανώσεις σε όλο τον κόσμο στρέφουν το ενδιαφέρον τους στο θέμα της γυναικείας ενδυνάμωσης. Η συνειδητοποίηση ότι η ισότητα περνάει μέσα από την ισχυροποίηση των γυναικών, οδηγεί στη δημιουργία δράσεων και προγραμμάτων σε όλο τον κόσμο που τις κινητοποιούν και τις εμπνέουν. Στην Ελλάδα λειτουργούν εδώ και λίγα χρόνια σοβαρά δίκτυα γυναικείας ενδυνάμωσης από φορείς και μεμονωμένες ομάδες με πλούσιο έργο και μεγάλη ανταπόκριση. Με όπλα την ενημέρωση, την αλληλοκατανόηση και την αλληλεγγύη, καταξιωμένες στον τομέα τους γυναίκες γίνονται μέντορες σε νεότερες ή σε γυναίκες λιγότερο ενεργές διανύοντας μαζί τους χιλιόμετρα γνώσης και εμπειρίας. Η νέα γυναίκα που μόλις τελείωσε τις σπουδές της και θέλει να δημιουργήσει τη δική της start up, η εργαζόμενη που ονειρεύεται να ανέλθει στην ιεραρχία της εταιρείας ή να ασχοληθεί με τα κοινά, η μητέρα που θέλει να διαπραγματευτεί προσαρμόσιμα ωράρια εργασίας, η γυναίκα που διέκοψε την καριέρα της για να μεγαλώσει τα παιδιά της και

επιθυμεί να επιστρέψει στον εργασιακό στίβο, η υπάλληλος που θέλει να αποκτήσει περισσότερα προσόντα για να διεκδικήσει καλύτερη θέση, η μακροχρόνια άνεργη που χρειάζεται ενθάρρυνση για να βρει μια αξιοπρεπή εργασία, δημιουργούν ισχυρές και αλληλοϋποστηριζόμενες κοινότητες με ολοένα και πιο εντυπωσιακά αποτελέσματα. Γιατί ξέρουν ότι δεν είναι μόνες. Γιατί συνειδητοποιούν την πολλαπλασιαστική δυναμική που έχει η συνεργασία στην επίτευξη των στόχων τους. Γιατί όλος ο κόσμος έχει τα μάτια στραμμένα επάνω τους. Γιατί, αλλάζοντας οι ίδιες, αλλάζουν τον κόσμο που της κοιτά.

## Equality is business

Η διεθνής αγορά, αντιλαμβανόμενη με τη σειρά της το momentum, προσαρμόζεται στις κοινωνικές ανάγκες της εποχής. Κάθε χρόνο, στο πλαίσιο της εταιρικής κοινωνικής ευθύνης, πολυεθνικές εταιρείες συνεργάζονται με γυναικείες οργανώσεις συνδέοντας το όνομά τους με το θετικό μήνυμα της γυναικείας ενδυνάμωσης και βελτιώνοντας το προφίλ τους, όμιλοι και τράπεζες στηρίζουν προγράμματα και δράσεις γυναικείας ενδυνάμωσης, ακόμα και εταιρείες γυναικείων ειδών εγκαταλείπουν το marketing της εξιδανικευσης και μιλούν στις εφευρετικές τους καμπάνιες για τη γυναίκα που διεκδικεί τον πλήρη ρόλο της. Με λίγα λόγια, η αγορά κατανοεί ολοένα και περισσότερο ότι equality means business και πως ό,τι είναι καλό για τις γυναίκες είναι εξίσου καλό για όλους μας. ●

*Όλες αυτές οι γυναίκες, από όπου κι αν προέρχονται, έχουν κάτι κοινό: ζουν σε μια εποχή που αλλάζει ραγδαία και σε μια ιστορική συγκυρία στην οποία γίνεται πλέον σαφές ότι η ισότητα των φύλων μάς αφορά και μας συμφέρει όλους*





# “ΜΙΚΡΟ”

για μια οικογένεια  
με 2 παιδιά



# “ΜΕΓΑΛΟ”

για μια οικογένεια  
που πλένει στο χέρι

Εσύ χαρίζεις την παλιά σου συσκευή.  
Ο Κωτσόβολος την επισκευάζει.  
Μια οικογένεια που την έχει πραγματικά  
ανάγκη την παραλαμβάνει.

Κάνε το πρώτο βήμα

210.2899999

[www.kotsovolos.gr/site/second-home](http://www.kotsovolos.gr/site/second-home)



πρωτοβουλία  
**ΚΩΤΣΟΒΟΛΟΣ**





## Ο ΟΠΑΠ επενδύει στο παρόν και το μέλλον της νέας γενιάς

Αποτελεσματικές δράσεις σε Υγεία, Αθλητισμό και Απασχόληση

**Ε**πένδυση στη νέα γενιά αποτελούν οι δράσεις εταιρικής υπευθυνότητας που υλοποιεί ο ΟΠΑΠ σε Υγεία, Αθλητισμό και Απασχόληση. Η εταιρεία, η οποία εδώ και 60 χρόνια αποτελεί ζωντανό και αναπόσπαστο κομμάτι της ελληνικής κοινωνίας, βρίσκεται πίσω από την ανακαίνιση των παιδιατρικών νοσοκομείων «Η Αγία Σοφία» και «Παναγιώτης και Αγλαΐα Κυριακού», συμβάλλει στην τόνωση της επιχειρηματικότητας και της απασχόλησης μέσω του προγράμματος ΟΠΑΠ Forward, χαρίζει παιδικά χαμόγελα μέσα από τις Αθλητικές Ακαδημίες και τα Ευχοστολίδια, ενώ ταξιδεύει σε κάθε γωνιά της Ελλάδας μέσω του προγράμματος προληπτικής ιατρικής ΟΠΑΠ στη Γειτονιά.

### Το νέο πρόσωπο των παιδιατρικών νοσοκομείων

Υψηλού επιπέδου ιατρικές και νοσηλευτικές υπηρεσίες, σε ένα ιδιαίτερα ευχάριστο και λειτουργικό περιβάλλον, προσφέρουν πλέον τα παιδιατρικά νοσοκομεία «Η Αγία Σοφία» και «Παναγιώτης & Αγλαΐα Κυριακού», χάρη στη ριζική ανακαίνιση που υλοποιεί ο ΟΠΑΠ από το 2014. Έως σήμερα έχει ολοκληρωθεί περισσότερο από το 52% του έργου. Συνολικά, ο ΟΠΑΠ έχει παραδώσει 23 έργα ανακαίνισης, μεταξύ των οποίων 16 νοσηλευτικές μονάδες, συνολικής έκτασης 9.930 τ.μ. και δυναμικής 345 κλινών. Στα έργα περιλαμβάνονται η εγκατάσταση νέου ξενοδοχειακού και ιατρικού εξοπλισμού, ο εκσυγχρονισμός του ηλεκτροτεχνικού εξοπλισμού και όλες οι απαραίτητες διακοσμητικές παρεμβάσεις. Παράλληλα, ο ΟΠΑΠ σε συνεργασία με τον οργανισμό «Το Χαμόγελο του Παιδιού» υλοποιεί το πρόγραμμα προληπτικής ιατρικής «ΟΠΑΠ στη Γειτονιά». Τρεις κινητές μονάδες ταξιδεύουν σε όλη την Ελλάδα και προσφέρουν

δωρεάν προληπτικές εξετάσεις σε παιδιά και ενήλικες, με τη συμβολή των κατά τόπους Ιατρικών και Οδοντιατρικών Συλλόγων. Μέχρι σήμερα, το πρόγραμμα έχει επισκεφθεί 64 πόλεις και χωριά, όπου 12.176 μικροί και μεγάλοι έχουν υποβληθεί σε προληπτικά check ups.

### Νέοι επιχειρηματικοί δρόμοι για 40 ΜμΕ

Μια δυναμική ομάδα 40 μικρομεσαίων επιχειρήσεων υποστηρίζει το πρόγραμμα ΟΠΑΠ Forward, προσφέροντάς τους μια μοναδική προοπτική για να αναπτυχθούν, να ισχυροποιήσουν την παρουσία τους στην ελληνική αγορά, να επεκταθούν στο εξωτερικό και να δημιουργήσουν νέες θέσεις εργασίας. Όλες οι εταιρείες του προγράμματος γράφουν, ήδη, κάθε μία το δικό της success story, ως αποτέλεσμα της ολοκληρωμένης υποστήριξης που τους παρέχεται. Ενδεικτικά, οι εταιρείες Εβροφάρμα, Anassa, Terra Creta, Μανδρέκας ΑΕ και Μακεδονική, από τον κλάδο παραγωγής τροφίμων και ποτών, η εταιρεία καλλυντικών Dust + Cream, η Diving Status που δραστηριοποιείται στο χώρο της ναυτιλίας και η εταιρεία εμπορίας μεταχειρισμένων αυτοκινήτων Sprotawheel, με τη βοήθεια του ΟΠΑΠ

*Υψηλού επιπέδου ιατρικές και νοσηλευτικές υπηρεσίες προσφέρουν πλέον τα παιδιατρικά νοσοκομεία «Η Αγία Σοφία» και «Παναγιώτης & Αγλαΐα Κυριακού», χάρη στη ριζική ανακαίνιση που υλοποιεί ο ΟΠΑΠ από το 2014*

Forward κατόρθωσαν να παρουσιάσουν νέα προϊόντα, να εγκαταστήσουν νέα καταστήματα λιανικής ή να κάνουν «άνοιγμα» σε αγορές τους εξωτερικού.

### Χιλιάδες παιδικά χαμόγελα

Περισσότερα από 33.000 παιδιά από όλη την Ελλάδα, μαζί με τους γονείς/κηδεμόνες τους, καθώς και 1.300 προπονητές, έχουν ζήσει μέχρι σήμερα τη χαρά του αθλητισμού μέσα από τις Αθλητικές Ακαδημίες ΟΠΑΠ. Το πρόγραμμα, που υλοποιείται εφέτος για 5η συνεχή χρονιά, υποστηρίζει παιδιά ηλικίας από 6 έως 13 ετών, από 128 ερασιτεχνικές ακαδημίες ποδοσφαίρου, από 49 νομούς της Ελλάδας. Οι μικροί αθλητές συμμετέχουν σε ολυμπιακά και παραολυμπιακά αθλήματα, λαμβάνουν προπονητικές κατευθύνσεις με βάση τα διεθνή πρότυπα, καθώς και επιστημονική υποστήριξη από ειδικευμένους παιδοψυχολόγους και διατροφολόγους. Επιπλέον, τους παρέχονται αθλητικό υλικό και πλήρης ασφαλιστική κάλυψη.

### Χριστουγεννιάτικες παιδικές ευχές γίνονται πραγματικότητα

Ο ΟΠΑΠ κάθε Χριστούγεννα μοιράζει χιλιάδες χαμόγελα σε παιδιά που έχουν ανάγκη μέσα από την πρωτοβουλία του Ευχοστολίδια. Από το 2014, οι υποστηρικτές της πρωτοβουλίας του ΟΠΑΠ από όλη την Ελλάδα έχουν κάνει πραγματικότητα τις ζωγραφιές - χριστουγεννιάτικες ευχές 22.303 παιδιών από ιδρύματα και σωματεία. Επιπλέον, ο ΟΠΑΠ υλοποιεί έργα υποδομής στους φορείς που συμμετέχουν κάθε χρόνο στα Ευχοστολίδια, βελτιώνοντας ουσιαστικά την ποιότητα ζωής των παιδιών. ●



**δεν  
αποκαλύπτουμε  
τα ονόματα  
των μεγάλων  
νικητών  
εκτός αν οι ίδιοι  
το επιτρέψουν**

Γιατί  
κάθε νικητής  
έχει το δικαίωμα  
να κρατήσει  
το όνομά του κρυφό.

Τώρα ξέρεις την αλήθεια.  
[mathetonopap.gr](http://mathetonopap.gr)



# Η Ενέργεια Για Ζωή Ταξιδεύει - 6 Χρόνια Ταξίδια

Το πρόγραμμα περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης του Ομίλου **ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΑ** για μαθητές απομακρυσμένων περιοχών

**Ο**ι 17 Στόχοι Βιώσιμης Ανάπτυξης του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών και τα περιβαλλοντικά ζητήματα που επηρεάζουν τη ζωή μας και το μέλλον των επόμενων γενεών βρίσκονται πλέον στο επίκεντρο της υπεύθυνης επιχειρηματικότητας και της στρατηγικής των σύγχρονων εταιρειών.

Σε αυτό το πλαίσιο ο Όμιλος ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΑ, ως μια εταιρεία που δραστηριοποιείται στον χώρο της ενέργειας, υιοθετεί διαδικασίες και εφαρμόζει τις πλέον σύγχρονες τεχνικές για τη λειτουργία των εγκαταστάσεών του και την παραγωγή υψηλών προδιαγραφών προϊόντων. Συμβάλλει στην αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής με τη συνεχή βελτίωση της ενεργειακής του απόδοσης και την εξοικονόμηση ενέργειας, διαχειρίζεται ορθολογικά τους φυσικούς πόρους, μειώνει το ανθρακικό αποτύπωμα, παρακολουθεί και βελτιώνει την ποιότητα της ατμόσφαιρας και επενδύει σε ανανεώσιμες πηγές ενέργειας. Ταυτόχρονα σχεδιάζει και υλοποιεί δράσεις Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης, οι οποίες συνδέονται με την προστασία του περιβάλλοντος και ενδεικτικά αφορούν:

1. Στην ευαισθητοποίηση των πολιτών / καταναλωτών στην εξορθολογισμένη χρήση της ενέργειας.
2. Στη στήριξη καινοτόμων ιδεών και νεοφυών επιχειρήσεων με περιβαλλοντικό περιεχόμενο.
3. Στη συνεργασία με πανεπιστημιακά ιδρύματα, επιστημονικούς και περιβαλλοντικούς

φορείς και ερευνητικά κέντρα για την υλοποίηση προγραμμάτων που συνδέονται με την προστασία του περιβάλλοντος και τον περιορισμό των περιβαλλοντικών επιπτώσεων.

4. Στην εκπόνηση έργων υποδομής, όπως εγκατάσταση φωτοβολταϊκών σε σχολεία, εγκατάσταση και συντήρηση περιβαλλοντικών σταθμών σε περιοχές που ο Όμιλος ασκεί την επιχειρηματική δραστηριότητά του.

Ο Όμιλος ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΑ με τις δράσεις του για βιώσιμη ανάπτυξη φιλοδοξεί να συμβάλει στη δημιουργία των προϋποθέσεων για έναν καλύτερο πλανήτη. Στο πλαίσιο αυτό υλοποιεί το πρόγραμμα «Η Ενέργεια Για Ζωή Ταξιδεύει», το οποίο πραγματοποιείται για 6η συνεχή χρονιά και απευθύνεται σε μαθητές απομακρυσμένων περιοχών της χώρας. Μέχρι σήμερα περισσότεροι από 9.000 μαθητές έχουν παρακολουθήσει 312 εργαστήρια περιβαλλοντικού περιεχομένου σε 53 απομακρυσμένες από τα αστικά κέντρα περιοχές. Τα εργαστήρια υλοποιούνται σε συνεργασία με 33 φορείς, όπως το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, το Μουσείο Φυσική Ιστορίας του Πανεπιστημίου της Κρήτης, το Νόσις, το ΕΛΚΕΘΕ, το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας Γουλανδρή και πολλούς ακόμα αξιόλογους συνεργάτες.

**Τ**ο 2019 εγκαταστάθηκε φωτοβολταϊκό σύστημα ενέργειας στο Γυμνάσιο της Ηρακλείας και τις προερχείς ημέρες θα εγκατασταθεί αντίστοιχο έργο στο Γυμνάσιο της Δονούσας. Τη φετινή χρονιά, το πρόγραμμα «Η Ενέργεια Για Ζωή Ταξιδεύει» έχει ως κεντρικό άξονά του 17 Στόχους Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ, οι οποίοι έχουν σκοπό τον τερματισμό της φτώχειας, την προστασία του πλανήτη, τη σωστή ενεργειακή διαχείριση, την υπεύθυνη κατανάλωση νερού, την προαγωγή της υγείας και τη διασφάλιση ισότιμων δικαιωμάτων και ευημερίας για όλους με χρονικό ορίζοντα υλοποίησης το 2030.

*Τη φετινή χρονιά, το πρόγραμμα «Η Ενέργεια Για Ζωή Ταξιδεύει» έχει ως κεντρικό άξονα του 17 Στόχους Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ*

Στο πλαίσιο αυτό 13 σχολεία από όλη την Ελλάδα συμμετέχουν σε δημιουργικό διαγωνισμό, κατά τον οποίο καλούνται να διατυπώσουν σε γραπτή έκθεση υλοποιήσιμες ιδέες για την επίτευξη των 17 Στόχων Βιώσιμης Ανάπτυξης. Το έπαθλο για το σχολείο που θα διακριθεί είναι να επισκεφτούν οι μαθητές τον προσεχή Μάιο το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο στις Βρυξέλλες. Εκεί θα τους δοθεί η δυνατότητα να παρουσιάσουν την ιδέα τους σε Ευρωπαίους αξιωματούχους, πραγματοποιώντας παράλληλα εκπαιδευτικές επισκέψεις σε σχολεία και μουσεία της πόλης.

Το πρόγραμμα είναι μία πρωτοβουλία του Ομίλου ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΑ που υλοποιείται με τη συνεργασία της αστικής μη κερδοσκοπικής εταιρείας «Άγωνα Γραμμή Γόνιμη». Τελεί υπό την αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων και για πρώτη φορά έχει την υποστήριξη του Περιφερειακού Κέντρου Πληροφόρησης του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών με έδρα τις Βρυξέλλες. ●

Μάθετε περισσότερα για το πρόγραμμα «Η Ενέργεια Για Ζωή Ταξιδεύει» στο [www.energyforlife.gr](http://www.energyforlife.gr)





# Η ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΓΙΑ ΖΩΗ ΤΑΞΙΔΕΥΕΙ ΑΝΟΙΓΟΝΤΑΣ ΟΡΙΖΟΝΤΕΣ ΣΤΗ ΝΕΑ ΓΕΝΙΑ



ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ

ΓΙΑ ΤΗ ΝΕΑ ΓΕΝΙΑ



ΧΡΟΝΙΑ

6η

ΦΟΡΕΙΣ

33

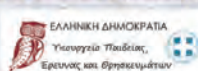
ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΙ

53

ΜΑΘΗΤΕΣ

10.016

MSCOMM



energyforlife.gr

Ο Όμιλος ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΠΕΤΡΕΛΑΙΑ για 6η συνεχή χρονιά στηρίζει τη Νέα Γενιά από άκρη σε άκρη της Ελλάδας με το πρόγραμμα περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης «Η Ενέργεια για ζωή ταξιδεύει».



ΟΜΙΛΟΣ ΕΤΑΙΡΕΙΩΝ





← Η Σιάνα Κυριάκου, Γενική Διευθύντρια και COO της KPMG, ανάμεσα στις αθλήτριες Χριστίνα Φλαμπούρη (αριστερά) και Βανέσα Αρχοντίδου (δεξιά)

## Η KPMG στοχεύει στην κατάκτηση της κορυφής του Everest

Στηρίζοντας την πρώτη ελληνική γυναικεία ορειβατική αποστολή

**Τ**ην υψηλότερη κορυφή στον κόσμο σκοπεύει να κατακτήσει η KPMG, αρωγός της πρώτης ελληνικής ορειβατικής αποστολής, στο πλαίσιο της Εταιρικής Κοινωνικής της Ευθύνης. Η ΜΚΟ «A Woman Can Be», αποτελούμενη από δύο στελέχη μεγάλων εταιρειών, τη Βανέσα Αρχοντίδου και τη Χριστίνα Φλαμπούρη, έχει θέσει ως στόχο την κατάκτηση των υψηλότερων κορυφών κάθε μιας από τις 7 Ηπείρους (7 Summits Project). Για μας το «A Woman Can Be» και το project «7 Summits» προσβέδουν την προσήλωση, την επιμονή και επίτευξη ενός μεγάλου στόχου. Το μήνυμά είναι ξεκάθαρο: η σκληρή δουλειά και η ομαδικότητα είναι τα εφόδια τα οποία σε βοηθούν να κατακτήσεις την κορυφή. Αυτές είναι επίσης αξίες που αφουγκραζόμαστε και αποτελούν μέρος της KPMG κουλτούρας μας.

**Στην KPMG πιστεύουμε στα οφέλη της εκπαίδευσης και της διά βίου μάθησης.** Με το δεδομένο αυτό, η εταιρεία στηρίζει και τις εγχώριες ανάγκες ευπαθών ομάδων πραγματοποιώντας διάφορες δράσεις, ενισχύοντας τόσο την κοινωνία όσο και τη διά βίου μάθηση. Έτσι σε διάστημα λίγων μηνών 2.500 μαθητές ωφελήθηκαν από τις δωρεές υπολογιστών σε δημόσια σχολεία της Αττικής, ενώ στην πυρόπληκτη περιοχή της Ραφήνας οι

μαθητές όλων των βαθμίδων απολαμβάνουν πλέον καινούργια βιβλία και βιβλιοθήκες, στο πλαίσιο της συνεργασίας της εταιρείας με την Ελληνική Λέσχη Βιβλίου. Ακόμη, το πρόγραμμα «Εκτός Εργασίας; Εντός Ευκαιρίας» της KPMG πραγματοποιεί σε συνεργασία με το Innovathens powered by Samsung σεμινάρια σε άτομα, ανεξαρτήτως ηλικίας και εμπειρίας, τα οποία ανα-

↓ Οι εισηγητές του «Global Cyber Days» Δρ. Θεωδωρής Στεργίου, Διευθυντής στο τμήμα Διαχείρισης Τεχνολογικών Κινδύνων της KPMG, και Δήμητρα Παπαρήστου, Σύμβουλος στο ίδιο τμήμα, δίνουν πολύτιμα μαθήματα σε μαθητές για την κυβερνοασφάλεια.



Η δράση ενημέρωσης γονιών και παιδιών για την ασφάλεια στο διαδίκτυο, εθελοντικά σε δημόσια και ιδιωτικά σχολεία, βραβεύθηκε φέτος με το αργυρό βραβείο από τα Hellenic Responsible Business Awards

### Λίγα λόγια για την KPMG

Η KPMG είναι ένα παγκόσμιο δίκτυο εταιρειών παροχής Ελεγκτικών, Φορολογικών, Νομικών και Συμβουλευτικών υπηρεσιών. Δραστηριοποιούμαστε σε 153 χώρες και περιοχές και απασχολούμε 207.000 άτομα σε εταιρείες-μέλη παγκοσμίως. Οι ανεξάρτητες εταιρείες-μέλη του δικτύου της KPMG είναι συνδεδεμένες με την KPMG International Cooperative (KPMG International), μια ελβετική εταιρεία. Κάθε εταιρεία της KPMG είναι νομικά διακριτή και αυτοτελής οντότητα και αυτοχαρακτηρίζεται ως τέτοια.

Ζητούν θέση εργασίας. Ταυτόχρονα, περισσότερα από 20 υψηλόβαθμα στελέχη της εταιρείας μας (managers, senior managers και directors) έχουν εκδηλώσει ενδιαφέρον συμμετοχής στο πρόγραμμα Job Pairs, το οποίο προσφέρει αφιλοκερδώς mentoring σε νέους που έχουν ανάγκη από καθοδήγηση στα πρώτα επαγγελματικά τους βήματα.

Παράλληλα, πραγματοποιήσαμε σειρά **ενημερώσεων για την ασφάλεια** στο διαδίκτυο σε γονείς και μαθητές, με εμπειρογνώμονες συμβούλους της εταιρείας να επισκέπτονται εθελοντικά δημόσια και ιδιωτικά σχολεία στο πλαίσιο του προγράμματος «KPMG Global Cyber Days», το οποίο βραβεύθηκε φέτος με το αργυρό βραβείο από τα Hellenic Responsible Business Awards.

**Στην αντίστοιχη βράβευση** ένα χρόνο πριν, η KPMG απέσπασε ένα βραβείο ακόμα, και αυτό για τη μακροχρόνια κοινωφελή της συνεισφορά στην κοινότητα του Περάματος. Η συγκεκριμένη δράση, η οποία μετράει 15 και πλέον χρόνια συνεισφοράς, διοργανώνεται δύο φορές τον χρόνο από την εταιρεία, με εθελοντές να στηρίζουν την αγορά, μεταφορά και συσκευασία τροφίμων και ειδών πρώτης ανάγκης για περισσότερες από 100 οικογένειες, οι οποίες έχουν πληγεί από την οικονομική κρίση και την έλλειψη θέσεων εργασίας στην περιοχή.

**Η προσφορά των ανθρώπων της KPMG** επεκτείνεται και σε άλλες δράσεις για την κοινωνία, ενώ παράλληλα βρίσκονται κοντά στις προκλήσεις των κοινοτήτων στις οποίες δραστηριοποιούνται. Ενδεικτικό παράδειγμα η ευαισθητοποίηση των ανθρώπων μας για την ενίσχυση του πυρόπληκτου Δήμου Ραφήνας-Πικερμίου, στην οποία έχουμε βάλει τα θεμέλια για την επισκευή παιδικής χαράς ώστε να ανακουφιστεί η τοπική κοινωνία.

Επίσης, στελέχη της εταιρείας μας μαγειρεύουν νόστιμες μερίδες φαγητού υπό την επίβλεψη γνωστών σεφ και διανέμουν τα τρόφιμα σε συνεργασία με τη ΜΚΟ Μπορούμε σε τοπικά κοινωνικά μαγειρεία γειτονικών δήμων.

**Η μεγαλύτερη επιβράβευση για εμάς είναι η ικανοποίηση** που λαμβάνουμε στηρίζοντας ανάγκες συνανθρώπων μας, κάνοντας καθημερινά δράσεις προστασίας του περιβάλλοντος, βλέποντας τη συμμετοχή των ανθρώπων μας σε δράσεις κοινωνικής υπευθυνότητας και γνωρίζοντας ότι κάνουμε το σωστό, λειτουργώντας ως καλό παράδειγμα. Και η δέσμευσή μας είναι να συνεχίσουμε σε αυτή την κατεύθυνση. ●





# Είναι δύσκολο να είσαι το καλό παράδειγμα

**Αλλά κάποιος πρέπει να το κάνει.**

Στην KPMG λειτουργούμε σύμφωνα με έναν κώδικα αξιών:

- **Ενεργούμε παραδειγματικά**
- **Εργαζόμαστε μαζί**
- **Σεβόμαστε την ατομικότητα**
- **Αναζητούμε τα δεδομένα και παρέχουμε διορατικότητα**
- **Είμαστε ανοιχτοί και ειλικρινείς στην επικοινωνία μας**
- **Είμαστε αφοσιωμένοι στις κοινότητές μας**
- **Πάνω από όλα, ενεργούμε με ακεραιότητα**

Η KPMG στηρίζει έμπρακτα τη βιώσιμη ανάπτυξη πραγματοποιώντας δράσεις που αφορούν στην **κοινωνία**, στο **περιβάλλον**, στη **δια βίου εκπαίδευση** και στους **ανθρώπους** της. Δίνουμε το καλό παράδειγμα και βρισκόμαστε σε εναρμόνιση με τους παγκόσμιους στόχους βιώσιμης ανάπτυξης (SDG's) των Ηνωμένων Εθνών.

[kpmg.com/gr](http://kpmg.com/gr)



© 2019 KPMG Ορκωτοί Ελεγκτές Α.Ε., Ελληνική Ανώνυμη Εταιρεία και μέλος του δικτύου ανεξάρτητων εταιρειών-μελών της KPMG σύνδεσμενων με την KPMG International Cooperative ("KPMG International"), ενός Ελβετικού νομικού προσώπου. Με την επιφύλαξη κάθε δικαιώματος. Το όνομα και το λογότυπο KPMG αποτελούν καταχωρημένα εμπορικά σήματα ή σήματα της KPMG International.



## Γιάννης Παπακωνσταντίνου

Αθλητικός Σύλλογος «ΑΣ ΕΛΕΥΣΙΣ»

Έτος Γέννησης: 2003 Facebook: Giannis Papakonstantinou Instagram: ioannis.papakonstantinou

### Διακρίσεις στο Taekwon Do ITF (ΑΟΤΕ)-Europe ITF Taekwon Do Federation

2019 – **1η Θέση** στο Πανερωπαϊκό Πρωτάθλημα Εφήβων, Ρίμινι, Ιταλία, Ατομικό 70kgr  
2019 – **1η Θέση** στο Πανερωπαϊκό Πρωτάθλημα Εφήβων, Ρίμινι, Ιταλία, Ομαδικό εφήβων  
2019 – **1η Θέση** στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων, Ατομικό 69kgr  
2018 – **3η Θέση** στο Πανερωπαϊκό Πρωτάθλημα, Τάλιν, Εσθονία, Ομαδικό εφήβων  
2018 – **2η Θέση** στο Πανερωπαϊκό Πρωτάθλημα European King of Taekwon Do, Θεσσαλονίκη  
2018 – **1η Θέση** στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Παιδων, Ελλάδα, Ατομικό 69kgr  
2017 – **1η Θέση** στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Παιδων, Ελλάδα, Ατομικό 69kgr  
2017 – **1η Θέση** στο Πανερωπαϊκό Πρωτάθλημα European King of Taekwon Do, Θεσσαλονίκη  
2016-2015-2014 – **1η Θέση** σε Διασυλλογικά Πρωταθλήματα

### Kick Boxing (ΠΟΚ) -WAKO EUROPE

2018 – **1η Θέση** στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων, Kick Light, 69kgr  
2018 – **1η Θέση** στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων, Light Contact 69kgr  
2018 – **1η Θέση** στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Kick Boxing Παιδων, Τζεσόλο Λίντο, Βενετία, Kick Light 69kgr  
2018 – **1η Θέση** στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Kick Boxing Παιδων Τζεσόλο Λίντο, Βενετία, Light Contact 69kgr  
2017 – **5η Θέση** στο Πανερωπαϊκό Πρωτάθλημα Εφήβων, Σκόπια, Light Contact, 63kgr  
2017 – **1η Θέση** στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων, Light Contact, 63kgr  
2017 – **2η Θέση** στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων, Kick Light, 63kgr  
2017 – **2η Θέση** στο Athens Challenge Tournament  
2016 – **1η Θέση** στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Εφήβων, Light Contact, 63kgr  
2015-2014-2013 – **1η Θέση** στο Athens Challenge Tournament

Γιάννη, σε καμαρώνουμε!  
Σε ευχαριστούμε!  
- Οι εργαζόμενοι της Εταιρείας  
Διανομής Αερίου Αττικής



Φέτος τα  
**Πασχαλινά αβγά** της 

είναι αφιερωμένα στα  
**ΓΕΝΝΑΙΑ ΠΑΙΔΙΑ**

Αγοράζοντάς τα συνεισφέρετε και εσείς

με **0,30€** στο έργο της  **ΧΡΟΝΙΑ ΕΛΕΠΑΠ**  
Βήματα ζωής για το παιδί με αναπηρία



Εμείς στην AB **διπλασιάζουμε** το ποσό που  
θα συγκεντρωθεί, καλύπτοντας το κόστος για τουλάχιστον  
**1.400 θεραπείες**



αφιερωμένοι  
σε εσάς



Η χαρά  
να προσφέρεις  
το καλύτερο



## Οι 17 Στόχοι Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ

Οι ευθύνες των κρατών, των εταιριών και όλων μας για ένα πιο βιώσιμο παρόν και μέλλον

Της Νικολέττας Σταμάτη



**Η** έννοια των Στόχων Βιώσιμης Ανάπτυξης (*Sustainable Development Goals - ΣΒΑ*) υφίσταται ήδη από το 1987, ωστόσο δεν είναι μεγάλο το διάστημα που έχει βρεθεί στο προσκήνιο. Αφορμή αποτέλεσαν η οικονομική και η περιβαλλοντική κρίση των τελευταίων χρόνων, με όλες τις συνέπειές τους, καθώς αυτές έκαναν ξεκάθαρο ότι οι ΣΒΑ δεν είναι απαραίτητοι μόνο για την ενίσχυση του βιοτικού επιπέδου των τριτοκοσμικών χωρών, αλλά για όλους μας.

Ως βιώσιμη ανάπτυξη θεωρούμε εκείνη που ικανοποιεί τις ανάγκες του παρόντος, χωρίς να διακινδυνεύει τις δυνατότητες των μελλοντικών γενεών, εγ-

γυόμενη την ισορροπία ανάμεσα στην οικονομική ανάπτυξη, τη φροντίδα του περιβάλλοντος και την κοινωνική ευημερία. Σύμφωνα και με τον ΟΗΕ, ο οποίος έχει βάλει τους ΣΒΑ σε πρώτο πλάνο, υπεύθυνες για τη βιώσιμη ανάπτυξη δεν καλούνται να είναι ούτε μόνο οι πιο προνομιούχες χώρες, ούτε αποκλειστικά αυτές που αντιμετωπίζουν προβλήματα, αλλά κάθε χώρα, αφού κάθε κράτος φέρει ευθύνη όχι μόνο απέναντι στους ίδιους τους πολίτες του, αλλά και απέναντι στις άλλες χώρες και στον ίδιο τον πλανήτη.

Ποιοι είναι, όμως, ακριβώς οι Στόχοι Βιώσιμης Ανάπτυξης; Τα Ηνωμένα Έθνη, τα οποία κάθε μήνα βάζουν έναν

*Ως βιώσιμη ανάπτυξη θεωρούμε εκείνη που ικανοποιεί τις ανάγκες του παρόντος, χωρίς να διακινδυνεύει τις δυνατότητες των μελλοντικών γενεών*

διαφορετικό από αυτούς στο επίκεντρο, τους διακρίνουν σε 17, που είναι η μηδενική φτώχεια, η μηδενική πείνα, η καλή υγεία και ευημερία, η ποιοτική εκπαίδευση, η ισότητα των φύλων, το καθαρό νερό και αποχέτευση, η φτηνή και καθαρή ενέργεια, η αξιοπρεπής εργασία και οικονομική ανάπτυξη, η βιομηχανία, η καινοτομία και οι υποδομές, οι λιγότερες ανισότητες, οι βιώσιμες πόλεις και κοινότητες, η υπεύθυνη καταναλωση και παραγωγή, η δράση για το κλίμα, η ζωή στο νερό, η ζωή στη στεριά, η ειρήνη, η δικαιοσύνη και οι ισχυροί θεσμοί και η συνεργασία για τους στόχους.

Από το 2013 και μετά ο ΟΗΕ πραγμα-





# Πυρκαγιές, πλημμύρες, σεισμοί. Ξέρουμε τι πρέπει να κάνουμε;

Η Παπαστράτος και η Ελληνική Ομάδα Διάσωσης ξεκινούν πρόγραμμα εκπαίδευσης πολιτών

## Πυρκαγιές, πλημμύρες, σεισμοί ...

Ξέρουμε τι πρέπει να κάνουμε για να προστατευθούμε και να προστατέψουμε τους δικούς μας ανθρώπους αλλά και τις περιουσίες μας;

Δεν έχουμε ξεχάσει τις πλημμύρες του 2017 στη Μάνδρα Αττικής, τον σεισμό του 2015 στην Κεφαλονιά και του 2018 στη Ζάκυνθο, τις καταστροφικές πυρκαγιές του 2007 στην Ηλεία και φυσικά του περσινού καλοκαιριού στην Αττική με τα τόσο τραγικά αποτελέσματα.

Η αλήθεια είναι ότι η ένταση των περιστατικών έκτακτης ανάγκης τα τελευταία χρόνια, αρκετές φορές μάλιστα με απολογισμό εξαιρετικά δυσάρεστο, αποτελεί ένα καμπανάκι για ενεργότερη δράση. Τα νούμερα, όπως μας τα δίνει η Ελληνική Ομάδα Διάσωσης, είναι εντυπωσιακά ... αρνητικά. Μόλις στα πρώτα 18 χρόνια του αιώνα που διανύουμε μετρούμε ήδη σοβαρές απώλειες. Οι ανθρώπινες ζωές που χάθηκαν σε δύο μόνο πυρκαγιές (καλοκαίρια 2007 και 2018) μας κατατάσσουν στις πρώτες θέσεις των ανθρώπινων απωλειών στην Ευρώπη, ενώ τη δεκαετία που πέρασε καταστράφηκε περίπου το 10% της συνολικής δασικής έκτασης της χώρας. Αυτός είναι ένας λόγος που εξηγεί και τη σφοδρότητα των πλημμυρικών φαινομένων τα τελευταία χρόνια, χωρίς να παραγνωρίζουμε τον σοβαρό ρόλο που παίζει σε αυτό η κλιματική αλλαγή και η άναρχη δόμηση των πόλεων. Όσο για τους σεισμούς, δυστυχώς γι' αυτούς δεν μπορούμε να κάνουμε κάτι για να τους προλάβουμε ή να τους αποτρέψουμε, αξίζει να σημειωθεί πως η χώρα μας είναι η πρώτη σε σεισμική δραστηριότητα στην Ευρώπη και η

έκτη στον κόσμο.

Η Παπαστράτος, λαμβάνοντας σοβαρά υπόψη όλα τα παραπάνω, αποφάσισε το 2019 να στρέψει σημαντικό κομμάτι των δράσεων της Εταιρικής της Υπευθυνότητας στον τομέα της πρόληψης και της αυτοπροστασίας των πολιτών απέναντι στις φυσικές καταστροφές. Η αρχή έγινε τον περασμένο μήνα, όταν η εταιρεία προχώρησε σε δωρεά 20 ειδικών υδροφόρων οχημάτων προς το Πυροσβεστικό Σώμα, αξίας 1 εκατ. ευρώ, τα οποία πρόκειται να ενισχύσουν τις προσπάθειες πυρόσβεσης σε διάφορες περιοχές της χώρας ανάλογα με τον επιχειρησιακό σχεδιασμό της Υπηρεσίας. «Σήμερα, πάμε ένα βήμα παρακάτω και σε συνεργασία με την Ελληνική Ομάδα Διάσωσης (ΕΟΔ) προχωράμε στην υλοποίηση ενός μεγάλου εκπαιδευτικού προγράμματος σε όλη την Ελλάδα προκειμένου να δώσουμε, σε όσους περισσότερους πολίτες μπορούμε, τη δυνατότητα να ενημερωθούν, να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση και να μπορούν να δράσουν με τον ενδεδειγμένο τρόπο όταν βρεθούν απέναντι σε μια φυσική καταστροφή. Ελπίζουμε πως με αυτόν τον τρόπο θα συμβάλουμε στο να περιοριστούν οι συνέπειες» σημειώνει η κ. Χριστίνα Ακουρή, Διευθύντρια Επικοινωνίας & Βιωσιμότητας της Παπαστράτος.

Έτσι, από τον Μάιο μέχρι και τον Σεπτέμβριο του 2019, η Ελληνική Ομάδα Διάσωσης και η Παπαστράτος θα «ταξιδέψουν» σε 18 περιοχές της Ελλάδας, με βάση στατιστικά στοιχεία φυσικών καταστροφών που έχουν σημειωθεί εκεί τα τελευταία χρόνια: από τη Χαλκιδική και τη Θεσσαλονίκη μέχρι την Κρήτη (Χανιά και Ηράκλειο), τα νησιά του Ιονίου (την Κέρκυρα,

## Λίγα λόγια για την ΕΟΔ

● Είναι μια εθελοντική οργάνωση με ιστορία 25 χρόνων σε επιχειρήσεις έρευνας και διάσωσης αλλά και σε ανθρωπιστικές αποστολές, τόσο στην Ελλάδα όσο και το εξωτερικό.

● Τιμήθηκε από την Υπατη Αρμοστεία του ΟΗΕ (UNHCR) για τους πρόσφυγες με το βραβείο NANSEN 2016 για την επιχειρησιακή της δράση στη θάλασσα κατά τη διάρκεια της μεγάλης προσφυγικής κρίσης στην Ελλάδα.

● Διαθέτει περισσότερους από 2.500 εθελοντές σε 31 παραρτήματα σε όλη την Ελλάδα

● Στην αποστολή των μελών της εντάσσονται επίσης και οι δράσεις ενημέρωσης και εκπαίδευσης σε θέματα πρόληψης και αυτοπροστασίας.

τη Ζάκυνθο και την Κεφαλονιά) αλλά και του Αιγαίου (τη Σάμο, τη Χίο και τη Ρόδο), την Εύβοια (Χαλκίδα), την Πελοπόννησο (Σπάρτη, Καλαμάτα, Κόρινθο, Ναύπλιο, Πύργο και Τρίπολη) και φυσικά την Αττική, όπου θα γίνουν 5 ημερίδες για να καλύψουν διαφορετικές περιοχές του λεκανοπεδίου.

Τι θα γίνεται σε κάθε σταθμό αυτού του ταξιδιού;

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει 24 εκπαιδευτικές ημερίδες διάρκειας 4 ωρών, τις οποίες υπολογίζεται ότι θα παρακολουθήσουν περισσότεροι από 7.000 πολίτες. Ειδικά εκπαιδευμένα στελέχη της ΕΟΔ, η οποία δραστηριοποιείται τα τελευταία 25 χρόνια στην Ελλάδα, θα ενημερώνουν τους πολίτες και θα δίνουν πρακτικές οδηγίες, συμβουλές πρόληψης, διαχείρισης της κρίσης και αντιμετώπισης των επιπτώσεων μετά τη φυσική καταστροφή. Με δυο λόγια: τι να κάνουμε και τι να μην κάνουμε την ώρα της πυρκαγιάς, της πλημμύρας και του σεισμού, αλλά και τι πρέπει να κάνουμε αμέσως μετά. Παράλληλα, θα παρέχονται και οδηγίες πρώτων βοηθειών.

Ο κ. Πύργος Καλογερόπουλος, πρόεδρος της ΕΟΔ, σημειώνει: «Αυτό το φιλόδοξο και καινοτόμο πρόγραμμα αποτελεί την απαρχή της προσπάθειας δημιουργίας μιας ασφαλούς κοινωνίας, μέσα στην οποία η έννοια "πρόληψη" αποτελεί ένδειξη πολιτισμού». ●





τοποιεί ετησίως το High-Level Political Forum, τη βασική πλατφόρμα του Οργανισμού για τους ΣΒΑ και τη βιώσιμη ανάπτυξη γενικότερα. Εκεί συγκροτείται σταδιακά η Ατζέντα των ΣΒΑ για το 2030, καθώς όποια μέλη του ΟΗΕ το επιθυμούν μπορούν να παρευρεθούν σε αυτό, ώστε να παρουσιάσουν τους στόχους και την πρόδο τους, όσον αφορά την επίτευξη των ΣΒΑ, αλλά και να ενημερωθούν αντίστοιχα για τους στόχους και την πρόοδο των άλλων κρατών.

Το 2018, η Ελλάδα, αν και έχει συγκροτήσει μία Στρατηγική Βιώσιμης Ανάπτυξης από το 2002, βρέθηκε για πρώτη φορά στο HLPF. Η παρουσία της χώρας μας θεωρήθηκε αρκετά πετυχημένη, με την τελική έκθεση του Φόρουμ να αναφέρει ότι επιτεύχθηκε «μία προσέγγιση του συνόλου της κυβέρνησης, με ένα ενεργό λειτουργικό Διυπουργικό Συντονιστικό Δίκτυο (Inter-Ministerial Coordination Network), κατευθυνόμενο από τη Γενική Γραμματεία της Κυβέρνησης, ένα κομβικό κυβερνητικό όργανο. Επιπλέον, επιτεύχθηκε μία προσέγγιση του συνόλου της κοινωνίας, με μία ισχυρή δέσμευση των ενδιαφερόμενων εταιριών, όσον αφορά το κενό στη διαδικασία ανάλυσης και απογραφής, τη βελτίωση της διαφάνειας, τον συνεταιρισμό και την ευθύνη».

«Οι Στόχοι για τη Βιώσιμη Ανάπτυξη είναι το μονοπάτι που μας οδηγεί σε έναν κόσμο δικαιότερο, πιο ειρηνικό και ευημερούντα, και σε έναν υγιή πλανήτη. Είναι, επίσης, μία πρόσκληση για αλληλεγγύη μεταξύ των γενεών. Δεν υπάρχει μεγαλύτερο καθήκον από το να επενδύσουμε στην ευημερία των νέων».

Αντόνιο Γκουτέρες  
Γενικός Γραμματέας του ΟΗΕ

## Η ευθύνη του καθενός από εμάς

Ωστόσο, όσο σημαντική κι αν είναι η συνεισφορά της Κρατικής Κοινωνικής Ευθύνης και της Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης, για την εκπλήρωση των ΣΒΑ, ο καθένας από εμάς μπορεί μεμονωμένα να προσπαθήσει για τη βιώσιμη ανάπτυξη. Ο ΟΗΕ μας προτείνει πράγματα που μπορούμε να εντάξουμε στην καθημερινότητά μας, έτσι ώστε να συνεισφέρουμε ο καθένας καταβάλλοντας όσο κόπο επιθυμεί και μπορεί.

Χαρακτηριστικά, για τους πιο τεμπέληδες, όπως αναφέρει η ιστοσελίδα των Ηνωμένων Εθνών, προτείνει πράγματα που μπορούν να γίνουν από την άνεση του καναπέ μας, όπως να βγάζουμε από την πρίζα τις συσκευές που δεν χρησιμοποιούμε και να κοινοποιούμε άρθρα σχετικά με τα ανθρώπινα δικαιώματα και το περιβάλλον. Επιπλέον, αν θέλεις να συνεχίσεις να βοηθάς και έξω από το σπίτι σου, προτείνει να χρησιμοποιείς τα ΜΜΜ, αντί για το αυτοκίνητο, να ψωνίζεις από συνοικιακά μαγαζιά, να εμβολιαστείς και να δωρίζεις ό,τι δεν χρειάζεσαι.

Στην έκθεση του ΟΗΕ για τους ΣΒΑ για το 2018, μπορούμε να διακρίνουμε ξεκάθαρα τα οφέλη που οι προσπάθειες των τελευταίων χρόνων έχουν φέρει.

Φαίνεται ότι σε σχέση με την προηγούμενη δεκαετία περισσότεροι άνθρωποι ζουν καλές ποιητικές ζωές, τα ποσοστά θνησιμότητας σε ηλικίες κάτω των 5 ετών έχουν μειωθεί σχεδόν κατά 50%, ο αριθμός των ανθρώπων χωρίς πρόσβαση σε ηλεκτρικό ρεύμα έχει πέσει στο μισό και το ποσοστό των γάμων παιδιών παγκοσμίως έχει μειωθεί σημαντικά.

Ωστόσο, δεν πρέπει να εφησυχάζουμε, αφού στην ίδια έκθεση βλέπουμε ότι η πείνα έχει εξαπλωθεί σε 38 εκατομμύρια περισσότερους ανθρώπους, οι τυφώνες στον Βόρειο Ατλαντικό το 2017 προκάλεσαν καταστροφές που ξεπερνάνε τα 300 δισεκατομμύρια δολάρια, 2,3 δισεκατομμύρια άνθρωποι δεν έχουν πρόσβαση σε ένα βασικό αποχετευτικό σύστημα, τα κρούσματα ελονοσίας αυξήθηκαν κατά 6 εκατομμύρια και σχεδόν 4 δισεκατομμύρια άνθρωποι δεν έχουν κοινωνική ασφάλιση.

Ο Γενικός Γραμματέας του ΟΗΕ, Αντόνιο Γκουτέρες, έχει δηλώσει για τους ΣΒΑ: «Οι Στόχοι για τη Βιώσιμη Ανάπτυξη είναι το μονοπάτι που μας οδηγεί σε έναν κόσμο δικαιότερο, πιο ειρηνικό και ευημερούντα, και σε έναν υγιή πλανήτη. Είναι, επίσης, μία πρόσκληση για αλληλεγγύη μεταξύ των γενεών. Δεν υπάρχει μεγαλύτερο καθήκον από το να επενδύσουμε στην ευημερία των νέων». ●

## Η ελληνική πρωτοβουλία In Action κατακτά την Ευρώπη!

Βραβείο καλύτερου προγράμματος μη κερδοσκοπικού οργανισμού στα **European Sustainability Award 2019**

**T** Το QualityNet Foundation, με την πρωτοβουλία In Action, κέρδισε στα European Sustainability Awards 2019 το βραβείο του καλύτερου προγράμματος μη κερδοσκοπικού οργανισμού που έχει αναπτυχθεί στην Ευρώπη, ανάμεσα σε 148 συμμετοχές καλύτερων προσεγγίσεων για την προώθηση των Παγκόσμιων Στόχων Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ.

Η πρωτοβουλία In Action έχει στόχο να συμβάλει στην ενημέρωση, εκπαίδευση και ενεργοποίηση της ελληνικής κοινωνίας για την υιοθέτηση της Agenda 2030, αποσκοπώντας στη δημιουργία των ενεργών πολιτών του αύριο, αυτών που θα φέρουν την αλλαγή στον πλανήτη μας: τους μαθητές της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Παράλληλα, υλοποιεί προγράμματα ενεργοποίησης της οικογένειας και της τοπικής κοινωνίας για την ανάπτυξη δράσεων συνεργασίας

Από αριστερά, Frans Timmermans, Α΄ Αντιπρόεδρος της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, Χρυσούλα Εξάρχου, Πρόεδρος & Διευθύνουσα Σύμβουλος του QualityNet Foundation, και Jyrki Katainen, Αντιπρόεδρος Ευρωπαϊκής Επιτροπής



και παρέμβασης σε τοπικό επίπεδο, στο πλαίσιο της Βιώσιμης Ανάπτυξης.

Το In Action for a Better World «Δημιουργούμε έναν καλύτερο κόσμο» αποτελείται από:

- το εκπαιδευτικό πρόγραμμα για την πρωτοβάθμια και τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, το οποίο περιλαμβάνει το Μεγαλύτερο Μάθημα Του Κόσμου και την Ελληνική Βιβλιοθήκη των Στόχων (εκπαιδευτικό και πληροφοριακό υλικό) για τους εκπαιδευτικούς, τους μαθητές και τις οικογένειές τους.
- τον πανελλήνιο σχολικό διαγωνισμό Bravo Schools που αναδεικνύει τις καλύτερες εκπαιδευτικές πρωτοβουλίες για τους 17 Παγκόσμιους Στόχους.
- το πρόγραμμα συνεργασίας & δράσης σε τοπικό επίπεδο, με στόχο την ενεργή συμμετοχή των τοπικών κοινωνιών στην προώθηση των Παγκόσμιων Στόχων.

Το 2018, στην πιλοτική φάση εφαρμογής της πρωτοβουλίας In Action for a Better World «Δημιουργούμε Έναν Καλύτερο Κόσμο», συμμετείχαν 650 σχολεία σε ένα σύνολο 100.000 μαθητών, με την ενεργό συμμετοχή στο Bravo Schools 32.000 μαθητών από 202 σχολικές μονάδες, οι οποίοι με 545 συμμετοχές –σχέδια μαθήματος, μαθητικές δημιουργίες και καλές πρακτικές– κατέθεσαν τις δικές τους απόψεις για τη δημιουργία ενός καλύτερου κόσμου. ●

[www.qualitynetfoundation.org](http://www.qualitynetfoundation.org)  
[www.bravoschools.gr](http://www.bravoschools.gr)



#Mikroilroes  |  | 

**STOIXIMAN**

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΕΤΑΙΡΙΚΗΣ  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ  
ΕΥΘΥΝΗΣ

# Στηρίζουμε τους ήρωες του αύριο



ΜΙΚΡΟΙ  
ΗΡΩΕΣ!

HOPE  
genesis

Βοηθάμε στην καταπολέμηση της υπογεννητικότητας  
Καλύπτουμε τα έξοδα εγκυμοσύνης στα ακριτικά νησιά

21+ | ΠΑΙΞΕ ΥΠΕΥΘΥΝΑ | ΚΕΘΕΑ: 210-9237777 ΑΡΜΟΔΙΟΣ ΡΥΘΜΙΣΤΗΣ ΜΓΑ  
Η ΣΥΧΝΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΑ ΠΑΙΓΝΙΑ ΕΚΘΕΤΕΙ ΤΟΥΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ  
ΣΤΟΝ ΚΙΝΔΥΝΟ ΕΘΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΠΩΛΕΙΑΣ ΠΕΡΙΟΥΣΙΑΣ

ΜΑΘΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΣΤΟ  
**iroes.gr**





## Υπεύθυνα για την κοινωνία

Το έργο της **Johnson & Johnson** με τα Παιδικά Χωριά SOS

**Σ**ε σπουδαίες δράσεις για την κοινωνία προχωρά διαχρονικά ο Όμιλος Johnson & Johnson, στηρίζοντας με συνέπεια τους ανθρώπους που «έχουν στην καρδιά και στο μυαλό τους» τη φροντίδα των άλλων. Τους γονείς, τους επαγγελματίες υγείας, τους κοινωνικούς λειτουργούς και όλους εκείνους που φροντίζουν καθημερινά αυτούς που έχουν ανάγκη.

**Η Johnson & Johnson, ειδικά για τη φροντίδα των παιδιών, ενώνει τις δυνάμεις της με τα Παιδικά Χωριά SOS, με σκοπό τη στήριξη των ανθρώπων στην πρώτη γραμμή φροντίδας.**

Η οικογένεια της Johnson & Johnson στηρίζει υπεύθυνα την υγεία στην Ελλάδα για περισσότερο από 45 χρόνια. Με οδηγό την επιστήμη και την έρευνα, αναπτύσσει καινοτόμα προϊόντα και υπηρεσίες που προάγουν την υγεία και την ευημερία των ανθρώπων. Αποστολή της είναι να βοηθήσει τους ανθρώπους να ζουν περισσότερο, να είναι υγιείς και να απολαμβάνουν τη ζωή τους.



### Πρόγραμμα σε δημόσιους βρεφονηπιακούς σταθμούς

Λαμβάνοντας σοβαρά υπόψη τη σημασία της πρόληψης, ειδικά στα πρώτα στάδια της ηλικίας των παιδιών, πραγματοποιείται εκπαιδευτικό πρόγραμμα σε δημόσιους βρεφονηπιακούς σταθμούς για τον εντοπισμό, τη διαχείριση και την πρόληψη ψυχοσυναισθηματικών και κοινωνικών διαταραχών των παιδιών. Σε συνεργασία με τους αρμόδιους δημοτικούς φορείς, το πρόγραμμα αυτό απευθύνεται σε βρέφη/νήπια ηλικίας από 6 μηνών ως 5 ετών, στους γονείς τους και στους βρεφονηπιοκόμους.

### Πρόγραμμα για το προσωπικό των Παιδικών Χωριών SOS

Έχοντας στην ευθύνη τους την ανατροφή των παιδιών, είναι εξαιρετικά σημαντικό για το προσωπικό φροντίδας των Παιδικών Χωριών SOS να είναι κατάλληλα εκπαιδευμένο, ώστε να μπορεί να αναγνωρίζει και να διαχειρίζεται αναπτυξιακές δυσκολίες, ψυχολογικές και άλλες διαταραχές. Γι' αυτό το λόγο, η Johnson & Johnson στηρίζει τους ανθρώπους που έχουν καθημερινή επαφή με τα παιδιά, τα οποία βρίσκονται υπό την προστασία των Παιδικών Χωριών SOS.

*Αποστολή της Johnson & Johnson είναι να βοηθήσει τους ανθρώπους να ζουν περισσότερο, να είναι υγιείς και να απολαμβάνουν τη ζωή τους.*

### Εθελοντισμός για τον Ξενώνα Βρεφών SOS

Ο Ξενώνας Βρεφών SOS μεριμνά για τη φροντίδα και τη θεραπεία κακοποιημένων και παραμελημένων βρεφών και νηπίων, ηλικίας 0-5 ετών. Οι εργαζόμενοι της Johnson & Johnson, ευαισθητοποιημένοι από το έργο του Ξενώνα Βρεφών SOS, έχουν αναλάβει εδώ και χρόνια το ρόλο των «νονών», προσφέροντας δώρα όλο το χρόνο για τα βρέφη και τα μικρά παιδιά που φιλοξενούνται εκεί.

### Οι εταιρείες του Ομίλου Johnson & Johnson

**Janssen, ο Φαρμακευτικός κλάδος**  
Απόλυτα προσανατολισμένοι στην παροχή καινοτόμων και υψηλής ποιότητας προϊόντων, που στοχεύουν στη βελτίωση της ανθρώπινης ζωής. Εστιάζει σε έξι θεραπευτικές κατηγορίες που παρουσιάζουν ανεκπλήρωτες ανάγκες: ογκολογία, αιματολογία, ανοσολογία, νευροεπιστήμη, λοιμώδη νοσήματα, καρδιαγγειακό σύστημα και μεταβολικά νοσήματα, καθώς επίσης και πνευμονική αρτηριακή υπέρταση.

**Medical Devices, ο Ιατρικός κλάδος**  
Προσφέρει μία ολοκληρωμένη σειρά ιατρικών προϊόντων και πρωτοπορεί παρέχοντας καινοτόμες θεραπευτικές επιλογές σε όλες τις χειρουργικές ειδικότητες, όπως χειρουργικά ράμματα, λαπαροσκοπικά/συρραπτικά εργαλεία, ορθοπεδικά υλικά, προϊόντα ηλεκτροφυσιολογίας, προϊόντα αποστείρωσης, προϊόντα αυτομέτρησης σακχάρου και φακούς επαφής για οπτική διόρθωση.

**Consumer, ο Καταναλωτικός κλάδος**  
Αναπτύσσει επώνυμα προϊόντα για τη φροντίδα της υγείας, τη βρεφική φροντίδα, την προσωπική φροντίδα, τη στοματική υγιεινή, καθώς και προϊόντα ομορφιάς.

**Το Εργοστάσιο Παραγωγής**  
Λειτουργεί από το 1975 στη Μάνδρα Αττικής και παράγει καταναλωτικά προϊόντα. Με 97% εξαγωγική δραστηριότητα διαθέτει εξαιρετική δυναμική σε Ευρώπη, Μέση Ανατολή και Αφρική. ●





## Στηρίζουμε τους ανθρώπους στην πρώτη γραμμή φροντίδας

Janssen-Cilag Φαρμακευτική Α.Ε.Β.Ε.  
Λ. Ειρήνης 56, 15121 Πεύκη  
Τηλ. 210 8090000  
[www.janssen.com/greece](http://www.janssen.com/greece)

Johnson & Johnson Ελλάς Α.Ε.Β.Ε.  
Επιδαύρου 4 & Αιγιαλείας, 15125 Μαρούσι  
Τηλ. 210 6875555  
[www.jnjmedicaldevices.com](http://www.jnjmedicaldevices.com)

Johnson & Johnson Ελλάς Καταναλωτικά Προϊόντα Α.Ε.Ε.  
Επιδαύρου 4 & Αιγιαλείας, 15125 Μαρούσι  
Τηλ. 210 6875750  
[www.jnjconsumer.gr](http://www.jnjconsumer.gr)





## Μην αφήνεις τον πόνο να σε σταματά!

Ο Αλέξης Περδίκης γράφει για την πρωτοβουλία του **Συλλόγου Προστασίας Ελλήνων\* Αιμορροφιλικών** και της **Sobi** για την αντιμετώπιση του πόνου

**Έ**χετε σκεφτεί πώς θα ήταν η ζωή μας χωρίς πόνο; Είτε σωματικό είτε ψυχικό; Σίγουρα οι περισσότεροι από εμάς (αν όχι όλοι) νιώθουμε ανακούφιση και μόνο στην ιδέα... πως δεν θα υποφέραμε ποτέ ξανά! Δεν θα ξαναβιώσουμε αυτό το δυσάρεστο συναίσθημα, είτε ως αποτέλεσμα κάποιου προβλήματος υγείας, για παράδειγμα μιας χρόνιας πάθησης, όπως η αιμορροφιλία\*\* είτε ως αποτέλεσμα δυσάρεστων καταστάσεων.

Έχετε σκεφτεί όμως την περίπτωση ο σωματικός πόνος να λειτουργεί ως «συναγερμός», προειδοποιώντας μας ότι κάποιο πρόβλημα υπάρχει στη λειτουργία του οργανισμού μας και ο ψυχικός πόνος ως «καμπανάκι» προειδοποιώντας μας για τις αντοχές μας; Όταν το σώμα μας δεν μπορεί να εκτελέσει μια λειτουργία, τότε αυτοπροστατεύεται μέσω του πόνου, για να μας γνωστοποιήσει μέχρι πού φτάνουν τα όριά μας.

Η αιμορροφιλία είναι από τις περιπτώσεις όπου τα είδη του πόνου συνδυάζονται. Ο σωματικός προηγείται για να δώσει, προϊόντος του χρόνου, τη θέση του στον ψυχικό. Όλοι εμείς που είμαστε εκτεθειμένοι στον πόνο από μικρή ηλικία –με το πέρασμα του χρόνου ο πόνος μοιάζει σαν φυσιολογική κατάσταση– οφείλουμε να γνωρίζουμε πώς να τον αντιμετωπίσουμε και πώς να τον διαχειριστούμε αποτελεσματικά.

Η Δόμνα Τσακλακίδου, Επιστημονική συνεργάτιδα του Κέντρου Αιμορροφιλικών,

Μονάδα Αιμοδοσίας, ΠΓΝ «Λαϊκό», Ψυχίατρος - Ψυχοθεραπεύτρια, Υπεύθυνη Μονάδας Εξαρτήσεων, Β΄ Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική Κλινική, ΠΓΝ «Αττικόν», αναφερόμενη στη σχέση «πόνος - αιμορροφιλία», επισημαίνει και συμβουλεύει ότι «ιδιαίτερα τα αιμορροφιλικά άτομα που βιώνουν συνήθως πολλαπλές μικρές ή μεγάλες αιμορραγίες στις αρθρώσεις και τους μυς και εμφανίζουν συχνά οξύ πόνο σε αρθρώσεις του αγκώνα, του γόνατος, του αστραγάλου και της σπονδυλικής στήλης, χρειάζονται να αναπτύξουν υγιείς μηχανισμούς αντιμετώπισης του πόνου. Γνωρίζουμε ότι τα επαναλαμβανόμενα επεισόδια οξέος πόνου σιγά-σιγά χρονίζουν και οδηγούν ολοένα και περισσότερο σε σοβαρές διαταραχές της ψυχικής διάθεσης, της ευεξίας, της κινητικότητας και της συνολικής ποιότητας ζωής τους. Γεγονός, το οποίο επιφέρει ακόμη εντονότερη αίσθηση του πόνου, αλλά και μακροχρόνιες, σοβαρές επιπτώσεις σε όλα τα επίπεδα της ζωής τους. Αυτή η εξέλιξη πρέπει και μπορεί να προληφθεί ή να αμβλυωθεί, εφόσον αντιμετωπιστεί ολιστικά – με κατάλληλη φαρμακευτική και ψυχολογική υποστήριξη».

Ο ΣΠΕΑ και η βιοφαρμακευτική εταιρεία Sobi, με στόχο την παρότρυνση των αιμορροφιλικών ασθενών να ενημερωθούν από τους ειδικούς για τους τρόπους αντιμετώπισης και διαχείρισης του πόνου, υλοποιούν ενημερωτική εκστρατεία θέλοντας να

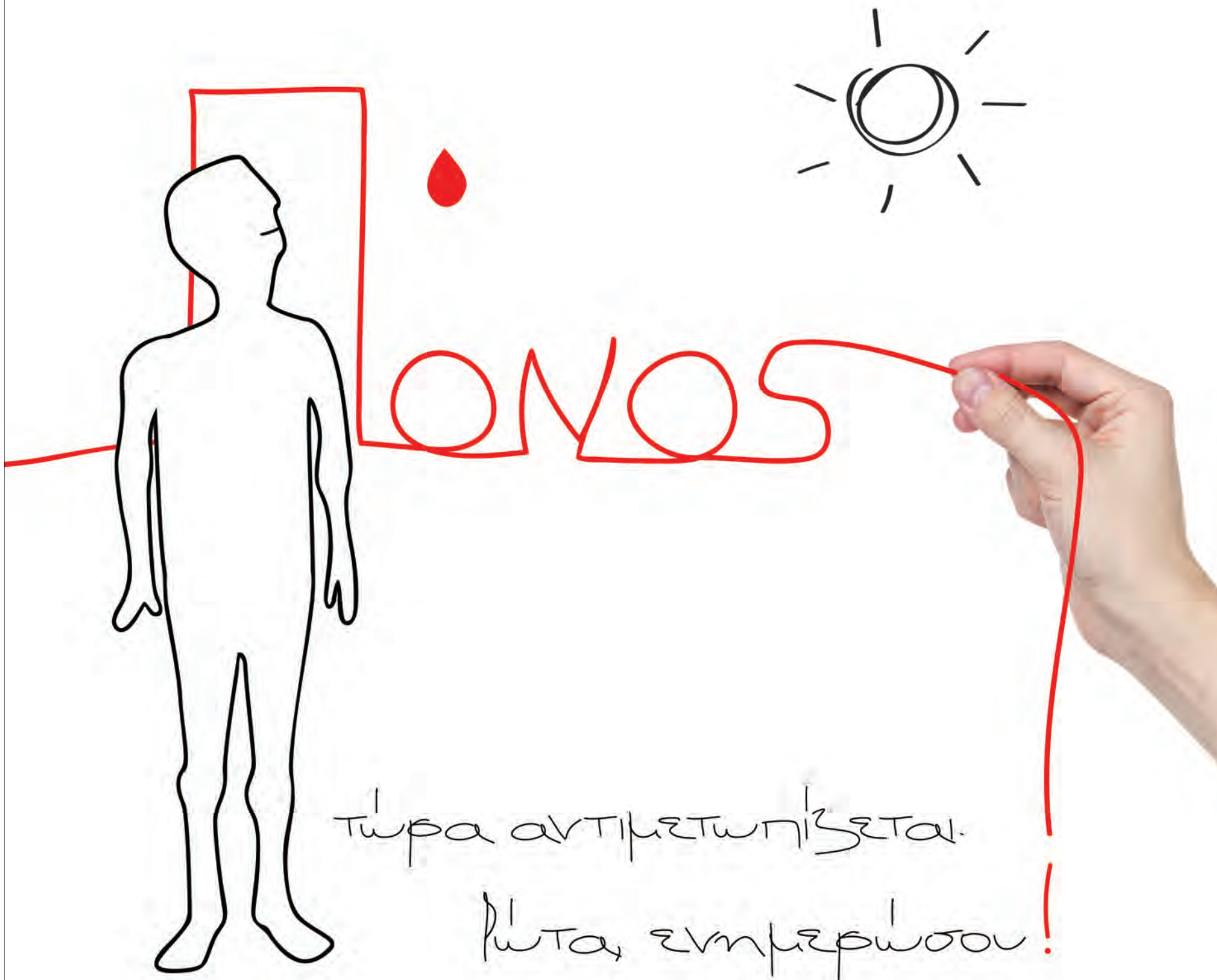
στείλουν το μήνυμα προς όλους «Μην αφήνεις τον πόνο να σε σταματά. Αντιμετώπισέ τον. Ρώτησε τον γιατρό σου».

*\*Σύλλογος Προστασίας Ελλήνων Αιμορροφιλικών - (Σ.Π.Ε.Α.) Ιδρύθηκε το 1964 με σκοπό τη με κάθε τρόπο και μέσο προαγωγή και προστασία της ζωής και της υγείας των ατόμων με αιμορροφιλία ή άλλη συγγενή κληρονομική αιμορραγική διάθεση, την πρόληψη, θεραπεία και αποκατάσταση των δυσάρεστων συνεπειών και αναπηριών που απορρέουν από τη νόσο, την προάσπιση με κάθε νόμιμο μέσο των πθικών και υλικών συμφερόντων των ατόμων αυτών, καθώς και την υποστήριξη και αποκατάστασή τους.*

*\*\*Η αιμορροφιλία είναι μία σπάνια κληρονομική διαταραχή της αιμόστασης, που οφείλεται σε έλλειψη του παράγοντα VIII (Αιμορροφιλία Α) ή του παράγοντα IX (Αιμορροφιλία Β) της πήξης του αίματος, εμφανίζεται από τη γέννηση του ατόμου και διαρκεί καθ' όλη τη ζωή του. Ουσιαστικά, πρόκειται για βλάβη στον μηχανισμό του οργανισμού για την παύση της αιμορραγίας μετά από έναν τραυματισμό αγγείου, όπου φυσιολογικά το αίμα θα έπρεπε να πήξει. Η βαρύτητα της κατάστασης του ασθενούς καθορίζεται από το ποσοστό έλλειψης του παράγοντα. Η συχνότητα εμφάνισης αιμορροφιλίας Α υπολογίζεται στο 1:10.000, δηλαδή 1 πάσχοντας ανά 10.000 γεννήσεις. Στην Ελλάδα σήμερα υπολογίζεται ότι υπάρχουν 1.055 άτομα με αιμορροφιλία Α και Β. ●*

*Η αιμορροφιλία είναι από τις περιπτώσεις, όπου τα είδη του πόνου συνδυάζονται. Ο σωματικός προηγείται για να δώσει, προϊόντος του χρόνου, τη θέση του στον ψυχικό.*





April 2019, NP-6991

Μια καμπάνια ενημέρωσης για την αιμορροφιλία των:



Sobi is a trademark of Swedish Orphan Biovitrum AB (publ) © 2019 Swedish Orphan Biovitrum AB (publ) – All rights reserved  
Sobi: Ερμού 56, Αθήνα 105 63, Τηλέφωνο: 213 099 4031, info.greece@sobi.com, www.sobigreece.gr





## Δεύτερο Σπίτι

Η **Κωτσόβολος** μας προτρέπει να δώσουμε μια συσκευή που δεν μας χρειάζεται, σε κάποια οικογένεια που την έχει ανάγκη

**Ε**να ψυγείο που μένει κλειστό σε μία αποθήκη, μία κουζίνα που θεωρείται παλιά, ένα πλυντήριο που αντικαταστάθηκε από ένα πιο σύγχρονο, μεγάλες ή μικρές συσκευές που δεν χρησιμοποιούνται πια ήταν οι εικόνες εκείνες που οδήγησαν την εταιρεία Κωτσόβολος να πάρει την απόφαση να αλλάξει μια για πάντα την άποψη που έχουμε γι' αυτές.

Από το 2016 η Κωτσόβολος παρουσίασε στο ευρύ κοινό τη δράση «Δεύτερο Σπίτι για τη συσκευή που δεν χρειάζεται», μία δράση με έντονο κοινωνικό χαρακτήρα που έχει βοηθήσει μέχρι σήμερα πάνω από 1.000 οικογένειες που το έχουν ανάγκη. Η δράση αυτή επικεντρώνεται στην επαναχρησιμοποίηση των παλιών συσκευών με ένα πολύ ιδιαίτερο χαρακτήρα. Μέσω μίας πολύ απλής διαδικασίας, η εταιρεία κινητοποιεί όσους έχουν μία συσκευή που δεν χρησιμοποιούν, να την προσφέρουν σε ένα σπίτι που αντιμετωπίζει οικονομικές δυσκολίες, βοηθώντας με τον τρόπο αυτό τις άπορες οικογένειες που στηρίζονται από τις δομές κοινωνικής στήριξης των Δήμων όπου ανήκουν.

Έχοντας διττό χαρακτήρα, να επεκτείνει τον χρόνο ζωής μίας συσκευής αλλά και να συνδράμει στη διευκόλυνση της καθημερινής ζωής μιας οικογένειας, η Κωτσόβολος δημιουργεί τη δική της γραμμή βοήθειας, αφήνοντας ένα σημαντικό κοινωνικό αποτύπωμα. Στο πλευρό της δράσης αυτής βρίσκονται μέχρι στιγμής 7 Δήμοι, Αθήνας, Θεσσαλονίκης, Κομοτηνής και Ιωαννίνων, ενισχύοντας το έργο και συμβάλλοντας στην ορθή αξιοποίηση των συσκευών, ενώ κάθε χρόνο προστίθενται και επιπλέον, αυξάνοντας έτσι τα πολύ θετικά αποτελέσματα της πρωτοβουλίας αυτής.

### Αρκεί ένα τηλεφώνημα και η Κωτσόβολος θα φροντίσει

**Τ**ο «Δεύτερο Σπίτι για τη συσκευή που δεν χρειάζεται» απολαμβάνει τη θετική αποδοχή του καταναλωτικού κοινού, ενώ η απλή διαδικασία που απαιτείται, θέτει τις κατάλληλες βάσεις για την εύκολη συμμετοχή όλων. Αρκεί ένα τηλεφώνημα στην εταιρεία Κωτσόβολος στη γραμμή 2102899999 και εκείνη αναλαμβάνει να παραλάβει από οποιοδήποτε σημείο της Ελλάδας τη συσκευή, αξιοποιώντας το μεγάλο δίκτυο που διαθέτει, να την επισκευάσει, αν αυτό κρίνεται απαραίτητο, να την απολυμάνει και να την παραδώσει στη νέα της οικογένεια συνδέοντάς τη φυσικά. Η παράδοση αυτή ολοκληρώνεται από τα χαμόγελα των νέων παραληπτών και το ανεκτίμητο συναίσθημα της προσφοράς.

Στα plus της δράσης είναι πως όλοι μπορούμε να συμβάλουμε στην πρωτοβουλία αυτή και να γίνουμε μέλος της οικογένειας της Κωτσόβολος. Για περισσότερες πληροφορίες και για το πώς η παλιά σας συσκευή θα μπορεί να αποκτήσει ένα νέο σπίτι, μπορείτε να επισκεφθείτε το site <https://www.kotsovolos.gr/site/second-home>. Stay tuned για έναν πολύ ιδιαίτερο διαγωνισμό με στόχο τη συγκέντρωση όσο το δυνατόν περισσότερων συσκευών... και πού ξέρεις... μπορεί η πόλη σου να κερδίσει! ●

*Η δράση «Δεύτερο Σπίτι για τη συσκευή που δεν χρειάζεται» έχει βοηθήσει περισσότερες από 1.000 οικογένειες σε Αθήνα, Θεσσαλονίκη, Κομοτηνή και Ιωάννινα*







**FrieslandCampina**  
nourishing by nature



MILNER



Κύκλος

Φροντίδας

ΕΤΑΙΡΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΥΘΥΝΗ  
FrieslandCampina Hellas

## Φροντίδα χωρίς αρχή και τέλος

Στη FrieslandCampina Hellas-NOYNOY μοιραζόμαστε τις ίδιες αξίες, πιστεύουμε στη δύναμη της προσφοράς, μας ενώνουν οι ιδέες και οι δράσεις μας. Κάπως έτσι λοιπόν δημιουργήσαμε τον Κύκλο της δικής μας Φροντίδας. Έναν κύκλο που σε καλεί να σέβεσαι, να νοιάζεσαι αθόρυβα, ουσιαστικά. Να μοιράζεσαι. Να χαιρέσαι για τον άλλο, να δίνεις τα χέρια. Να κάνεις το καλό. Και στο τέλος όλη αυτή η αγάπη επιστρέφει πίσω σε εσένα, στην αφετηρία της.

**Έτσι απλά. Γιατί η φροντίδα είναι ένας κύκλος, χωρίς αρχή και τέλος. Ο Κύκλος της δικής μας Φροντίδας.**

[nounou.gr/FrieslandCampinaHellas](http://nounou.gr/FrieslandCampinaHellas)



# Η Αττική Οδός ανταποδίδει στην κοινωνία

Από την εκπαίδευση για τη μείωση των τροχαίων, έως την προστασία του περιβάλλοντος και τη συμμετοχή στην ελληνική αγορά

**Δ**ράσεις ανταποδοτικότητας και στους τέσσερις πυλώνες της εταιρικής υπευθυνότητας, την κοινωνία, το περιβάλλον, τους εργαζόμενους και την αγορά, σχεδιάζουν και υλοποιούν η «Αττική Οδός Α.Ε.» και η «Αττικές Διαδρομές Α.Ε.», συμβάλλοντας ενεργά στην ελληνική κοινωνία. Με την πεποίθηση ότι η οδική ασφάλεια είναι θέμα παιδείας, οι δύο εταιρείες έχουν σταθερό όραμα τη μείωση των τροχαίων ατυχημάτων, τόσο στην Αττική Οδό, όσο και στο υπόλοιπο οδικό δίκτυο.

## Εκπαίδευση και ευαισθητοποίηση παιδιών και εφήβων

Η «Αττική Οδός Α.Ε.» και η «Αττικές Διαδρομές Α.Ε.» έχουν δημιουργήσει, εδώ και πάνω από 10 χρόνια, εκπαιδευτικά προγράμματα για την ευαισθητοποίηση των παιδιών και των εφήβων πάνω στα θέματα της οδικής ασφάλειας. Το πολύ επιτυχημένο, διαδραστικό σεμινάριο «Μάτια Ανοιχτά στον Δρόμο», υπό την Αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας, ξεκίνησε το 2014 και, μέχρι το τέλος του 2018, έχει εκπαιδεύσει πάνω από 10.000 μαθητές στην Αττική. Σήμερα το πρόγραμμα βρίσκεται τον διαδικτυακό του δρόμο και από τις σχολικές αίθουσες περνάει με ασφάλεια στην on-line πλευρά. Το πρόγραμμα, «Μάτια Ανοιχτά στον Δρόμο: The e-Learning Edition», φιλοδοξεί να βάλει την κουλτούρα της οδικής ασφάλειας μέσα σε όλα τα σχολεία της χώρας μας, με τρόπο δημιουργικό και σύγχρονο. Επίσης, η βιωματική εκπαιδευτική θεατρική παράσταση «Αττικού-λης» υλοποιήθηκε για πρώτη φορά το 2006 και συνεχίζεται με επιτυχία για 10η χρονιά, ενώ έως το τέλος του 2018 την είχαν παρακολουθήσει 62.000 παιδιά. Παράλληλα, το πρόγραμμα κυκλοφοριακής αγωγής «Κυκλοφορώ με Ασφάλεια», που δημιουργήθηκε σε συνεργασία με το Ινστιτούτο Οδικής Ασφάλειας «Πάνος Μυλωνάς» την άνοιξη του 2009, έχει πάρει την Αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας και, έως τον Ιούνιο του 2018, το είχαν παρακολουθήσει 68.900 μαθητές.



## Δράσεις σε όλα τα επίπεδα

Για την προστασία του περιβάλλοντος και την παρακολούθηση και αντιμετώπιση των επιπτώσεων από τη λειτουργία του αυτοκινητόδρομου, η «Αττικές Διαδρομές Α.Ε.» διαθέτει πρόγραμμα ανακύκλωσης χαρτιού, πλαστικών, μπαταριών, ελαστικών και άλλων προϊόντων. Από το 2014 μέχρι και το 2018 ανακυκλώθηκαν 52.230 κιλά πλαστικού, 20.082 κιλά ελαστικών και 144.935 κιλά σιδήρου. Ακόμη, η άρδευση γίνεται από νερό γεώτρησης και προγραμματίζεται ανάλογα με τις κλιματικές συνθήκες, έτσι ώστε να αποφεύγεται η σπατάλη νερού. Επιπλέον, κατά την πενταετία 2014-2018 συντηρήθηκαν 800.000 φυτά και 78.000 m<sup>2</sup> χλοοτάπητα, ενώ σημειώθηκε μείωση στην κατανάλωση της ηλεκτρικής ενέργειας κατά 7,6% και 5,0% στις εκπομπές αερίων θερμοκηπίου.

Η «Αττική Οδός Α.Ε.» και η «Αττικές Διαδρομές Α.Ε.» έχουν δημιουργήσει, εδώ και πάνω από 10 χρόνια, εκπαιδευτικά προγράμματα για την ευαισθητοποίηση των παιδιών και των εφήβων πάνω στα θέματα της οδικής ασφάλειας

## Η συμμετοχή στην ελληνική αγορά

Η «Αττικές Διαδρομές Α.Ε.» συμμετέχει ενεργά και στην ελληνική αγορά: Την πενταετία 2014-2018 οι μικτές αποδοχές των εργαζομένων ήταν €101.026.000, ενώ οι εργοδοτικές εισφορές ήταν €24.995.000. Επίσης, πρόσφατη έρευνα των Invision/Metron Analysis έδειξε ότι το 97,2% των χρηστών της Αττικής Οδού δήλωσαν ότι αισθάνονται πολύ ασφαλείς στον αυτοκινητόδρομο, ενώ το 95% ότι νιώθει πολύ ικανοποιημένο από τη συμπεριφορά και την εξυπηρέτηση του προσωπικού. Να σημειωθεί ότι το έργο της Αττικής Οδού απασχόλησε άμεσα, κατά τη διάρκεια της κατασκευής του, περίπου 5.000 εργαζόμενους διαφόρων ειδικοτήτων. Από το 2014 μέχρι και το 2018, οι δύο εταιρείες απασχόλησαν 1.259 εργαζόμενους, εκ των οποίων οι 605 ήταν άντρες και οι 654 γυναίκες. ●



# Η Πελοπόννησος προτεραιότητα για την Ευρωπαϊκή Ένωση

Συνεργασία με την Περιφέρεια για την ανάδειξη της πολιτιστικής κληρονομιάς

**Ε**παφή με όλους τους κατοίκους της Περιφέρειας και ανάδειξη μοναδικών έργων και πρωτοβουλιών που αποτελούν πηγή υπερηφάνειας για την περιοχή και τον πληθυσμό της: αυτή είναι η φιλοδοξία της κοινής πρωτοβουλίας που ανέλαβαν η Ευρωπαϊκή Ένωση και η Περιφέρεια Πελοποννήσου. Σχεδιασμένη ως μια ωδή στην Περιφέρεια και τους κατοίκους της, έχει σκοπό να δημιουργήσει αισθήματα υπερηφάνειας για την περιοχή, προβάλλοντας ταυτόχρονα την ευρωπαϊκή διάσταση της τοπικής πραγματικότητας. Αυτό, με τη σειρά του, αποτελεί ευκαιρία να καλλιεργηθούν δεσμοί ανάμεσα στην Ευρώπη και τις περιφέρειές μας.

Στην καρδιά αυτής της πρωτοβουλίας είναι το Μαλλιαροπούλειο θέατρο, ένα πολιτισμικό ορόσημο που βρίσκεται στην πλατεία Πετρινού, στο κέντρο της Τρίπολης. Και το θέατρο και η πλατεία ανακαινίστηκαν τα τελευταία χρόνια, με σημαντική οικονομική υποστήριξη από την Ε.Ε. Το θέατρο ιδρύθηκε το 1910 και οφείλει το όνομά του στον Τριπολίτη γιατρό Ιωάννη Μαλλιαρόπουλο, ο οποίος υπήρξε ο εμπνευστής του. Γνωστό και ως ένα από τα ωραιότερα θέατρα της Ελλάδας, το Μαλλιαροπούλειο φιλοξενεί πολλές εκδηλώσεις και θεατρικές παραστάσεις ετησίως, προσελκύοντας χιλιάδες θεατές.

Προκειμένου να αναδείξει αυτό το πολιτιστικό διαμάντι και τη σημαντική συμβολή του στην πολιτιστική επιρροή και κληρονομιά της Πελοποννήσου, μπροστά στο θέατρο, στην πλατεία Πετρινού, τοποθετήθηκε ένας διαδραστικός πίνακας με ενσωματωμένο photobooth. Έτσι, οι επισκέπτες είχαν την ευκαιρία να απαθανάτσουν την παρουσία τους στο σημείο και να μοιραστούν τους δεσμούς που έχουν με την περιοχή. Παράλληλα, το θέατρο της πλατείας Πετρινού ήταν ορατό σε όλη την Περιφέρεια, μέσα από έντυπο και ψηφιακό εικαστικό υλικό, καθώς και μέσω animation που προβλήθηκε μεταξύ 19 Δεκεμβρίου και 17 Ιανουαρίου.

*«Το Ευρωπαϊκό Ταμείο Περιφερειακής Ανάπτυξης αποτελεί τη βάση των πολιτικών της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την εδαφική συνοχή – πολιτικές στις οποίες επενδύει περισσότερα από 350 δις ευρώ για την περίοδο μεταξύ 2014 & 2020, ώστε να καταστεί δυνατό να χρηματοδοτηθούν περιφερειακά έργα, που έχουν αντίκτυπο στις ζωές εκατοντάδων εκατομμυρίων Ευρωπαίων. ●*



Στην καρδιά αυτής της πρωτοβουλίας είναι το Μαλλιαροπούλειο θέατρο, ένα πολιτισμικό ορόσημο που βρίσκεται στην πλατεία Πετρινού, στο κέντρο της Τρίπολης







## Αφουγκραζόμαστε τις ανάγκες της νέας γενιάς & επενδύουμε στην Εταιρική Υπευθυνότητα

Στην Αττική Οδό ανοίγουμε δρόμους στους 4 πυλώνες της Εταιρικής Υπευθυνότητας & πορευόμαστε μαζί σας με ασφάλεια στο μέλλον.

ΑΠΟ ΤΟ 2014 ΜΕΧΡΙ ΤΟ 2018

### ΚΟΙΝΩΝΙΑ ενισχύσαμε με:

- **83 χιλ. €**, το έργο 28 Μη Κερδοσκοπικών Οργανισμών
- **74 χιλ. €**, πληγέντες δήμους και σχολικές μονάδες της Αττικής
- **55 χιλ. €**, το έργο Φιλοζωικών Ενώσεων και, τέλος
- **46.380** παιδιά & έφηβοι εκπαιδεύτηκαν σε θέματα οδικής ασφάλειας.

### ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΙ

- **1.259** εργαζόμενοι, εκ των οποίων **605** ήταν άνδρες και **654** γυναίκες
- **4 εκατ. €** δόθηκαν σε πρόσθετες παροχές προς τους εργαζόμενους (επιπλέον ιατροφαρμακευτική κάλυψη, κατασκηνώσεις/παιδικό σταθμοί, δωροεπιταγές, εκδηλώσεις και εκπαίδευση)
- **26.890** ώρες εκπαίδευσης
- **2.092** μονάδες αίματος προσφέρθηκαν από **218** (κατά μέσο όρο) εθελοντές αιμοδότες στην εταιρική Τράπεζα Αίματος.

### ΑΓΟΡΑ

- **100 εκατ. €** ήταν οι μικτές αποδοχές των εργαζομένων
- **25 εκατ. €** ήταν οι εργοδοτικές εισφορές
- **97,2%** των χρηστών δήλωσε ότι αισθάνεται πολύ ασφαλές στον αυτοκινητόδρομο, ενώ **95,0%** δήλωσε ότι νιώθει πολύ ικανοποιημένο από τη συμπεριφορά και την εξυπηρέτηση του προσωπικού
- **5** πιστοποιήσεις ISO, από την αρχή λειτουργίας των δύο εταιρειών.

### ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

- **7,6%** μείωση κατανάλωσης ηλεκτρικής ενέργειας
- **5,0%** μείωση εκπομπών αερίων θερμοκηπίου
- **52.230 κιλά** ανακύκλωσης πλαστικού, **4.530 κιλά** ανακύκλωσης αλουμινίου, **20.082 κιλά** ανακύκλωσης ελαστικών, **144.935 κιλά** ανακύκλωσης σιδήρου
- **2.370 μέτρα** νέων ηχοπετασμάτων τοποθετήθηκαν και, τέλος
- **800.000 φυτά** και **78.000 m<sup>2</sup>** χλοοτάπητα συντηρήθηκαν.

Για εσάς, απλά ένας δρόμος. Για εμάς, ένα έργο ζωής & ευθύνης.





# Με αλληλεγγύη στον άνθρωπο

Τα πολυεπίπεδα προγράμματα της ΔΩΔΩΝΗ για την κοινωνία, την οικονομία, το περιβάλλον

Τα τελευταία πέντε χρόνια η ΔΩΔΩΝΗ έχει διαθέσει συνολικά πάνω από 3,5 εκατ. μερίδες προϊόντων της, οι οποίες διατέθηκαν σε συμπολίτες μας με προβλήματα

**Ο** άνθρωπος και η κοινωνική συνοχή και αλληλεγγύη είναι οι δύο βασικοί πυλώνες του προγράμματος εταιρικής κοινωνικής ευθύνης που εφαρμόζει και υλοποιεί η Γαλακτοβιομηχανία ΔΩΔΩΝΗ. Μια εταιρεία με πάνω από μισό αιώνα ζωής που ιδίως τα τελευταία χρόνια της κρίσης στάθηκε στο πλευρό των συνανθρώπων μας που αντιμετώπισαν προβλήματα.

Η ΔΩΔΩΝΗ σχεδιάζει σταθερά και υλοποιεί ένα διευρυμένο πρόγραμμα που εστιάζει στην κοινωνία και στην επιστροφή αξίας προς όλα τα κοινά. Τα τελευταία πέντε χρόνια έχει διαθέσει συνολικά πάνω από 3,5 εκατ. μερίδες προϊόντων της, οι οποίες διατέθηκαν σε συμπολίτες μας με προβλήματα, μέσω θεσμικών φορέων και οργανώσεων που επιτελούν σημαντικό έργο. Μεταξύ αυτών είναι η ΕΛΕΠΑΠ, το Χαμόγελο του Παιδιού, τα Παιδικά Χωριά SOS, η Κιβωτός του Κόσμου και η ΟΥΝΕΣΚΟ Πειραιά και Νήσων. Παράλληλα η εταιρεία υποστηρίζει σε σταθερή βάση τη Μητρόπολη Ιωαννίνων, συσσίτια ενοριών, γηροκομεία, ορφανοτροφεία και τοπικά ιδρύματα στην περιοχή της Ηπείρου.

## Στο επίκεντρο πάντα τα παιδιά

**Η** στροφή των παιδιών στον αθλητισμό, η στήριξη του πολιτισμού, η διατήρηση και ανάδειξη των ηθών και εθίμων της Ηπείρου, αποτελούν βασικές συνιστώσες της εταιρικής

κουλτούρας της ΔΩΔΩΝΗ. Η εταιρεία υλοποιεί ποικιλία δράσεων για τα παιδιά, με στόχο να συμβάλει και εκείνη στη δημιουργία συνθηκών που μπορούν να βελτιώσουν την ποιότητα της καθημερινότητάς τους αλλά και να συντελέσουν σε ένα ελπιδοφόρο μέλλον, προάγοντας αξίες όπως η προσφορά, ο εθελοντισμός, η αγάπη, η ομαδικότητα και ο αθλητισμός. Σε αυτή την κατεύθυνση, τα τελευταία χρόνια έχει υλοποιήσει δωρεάν προγράμματα εκμάθησης ηλεκτρονικών υπολογιστών στα παιδιά των εργαζομένων της μέσω της πρωτοβουλίας «Ακαδημία ΔΩΔΩΝΗ», η οποία δημιουργήθηκε για τη συνεχή επιμόρφωση και εξέλιξη των στελεχών της. Παράλληλα, αναγνωρίζοντας το σημαντικό ρόλο της εκπαίδευσης, η εταιρεία επιβραβεύει σε ετήσια βάση τους αριστούχους μαθητές των γυμνασίων και λυκείων των Ιωαννίνων μέσω οικονομικής ενίσχυσης.

## Πρωτοβουλίες για την Ήπειρο

**Σ** ημειώνεται ότι μέχρι σήμερα η εταιρεία έχει επιχορηγήσει πολλαπλές πρωτοβουλίες συλλογών της Ηπείρου, στηρίζοντας τη συμμετοχή μαθητών σε εκπαιδευτικές εκδρομές, αθλητικές δράσεις και παρέχοντας σε

σχολικές μονάδες της περιοχής όλο τον απαραίτητο εξοπλισμό για τη βέλτιστη της καθημερινότητας των μαθητών. Η ηπειρωτική γαλακτοβιομηχανία έχει διαθέσει πάνω από μισό εκατομμύριο ευρώ τα τελευταία πέντε χρόνια σε προγράμματα κοινωνικής ευθύνης στην ευρύτερη περιοχή της Ηπείρου, ανταποδίδοντας έμπρακτα την εμπιστοσύνη που λαμβάνει καθημερινά από την τοπική κοινωνία.

## Προστασία του περιβάλλοντος

**Ι** διαίτερη ευαισθησία επιδεικνύει η εταιρεία και στο θέμα της προστασίας του περιβάλλοντος. Τα τελευταία χρόνια έχει εντάξει στον προγραμματισμό της δενδροφυτεύσεις σε συνεργασία με τα σχολεία της περιοχής των Ιωαννίνων, ενώ εστιάζει και στην ενίσχυση της ανακύκλωσης, έχοντας υπογράψει πρωτόκολλο συνεργασίας με τη Μητρόπολη Ιωαννίνων για τη δημιουργία σχετικού πάρκου. Μέσω αυτής της συνεργασίας αλλά και πολλών περιβαλλοντικών δράσεων που πραγματοποιεί με κάθε ευκαιρία, η ΔΩΔΩΝΗ προάγει και στηρίζει την ύπαρξη ενός καθαρού και βιώσιμου φυσικού περιβάλλοντος για όλους. ●

## Στήριξη της ελληνικής οικονομίας

Η ΔΩΔΩΝΗ διαθέτει 9 κατηγορίες γαλακτοκομικών και τυροκομικών προϊόντων και παράγει 100 μοναδικούς κωδικούς, που ξεχωρίζουν για τη γεύση, την ποιότητα και την 100% ελληνική τους ταυτότητα. Επιπλέον, διατηρεί τη μεγαλύτερη ζώνη γάλακτος στην Ελλάδα, χρησιμοποιώντας μόνο 100% ελληνικό γάλα που συλλέγει καθημερινά από ένα διευρυμένο δίκτυο με πάνω από 5.500 Έλληνες παραγωγούς σε 514 χωριά της Ηπείρου. Εστιάζοντας σταθερά στη στήριξη των παραγωγών της, η εταιρεία πρόσφατα προχώρησε στο λανσάρισμα του νέου προϊόντος «ΔΩΔΩΝΗ Ηπειρώτικο Στραγγιστό», για το οποίο χρησιμοποιεί αποκλειστικά 100% ηπειρωτικό γάλα από τις καλύτερες 60 φάρμες της περιοχής.







 Dodoni.SA  
www.dodoni.eu

## Η ΓΕΥΣΗ ΤΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ ΜΑΣ

ΤΟ ΝΕΟ ΔΩΔΩΝΗ ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΟ ΣΤΡΑΓΓΙΣΤΟ ΑΠΟΤΕΛΕΙ ΕΝΑ ΑΠΟ ΤΑ ΠΟΛΥΤΙΜΟΤΕΡΑ ΚΟΜΜΑΤΙΑ ΤΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ ΤΟΥ ΤΟΠΟΥ ΜΑΣ. ΤΟ 100% ΕΛΛΗΝΙΚΟ, ΦΡΕΣΚΟ ΓΑΛΑ, ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΑΠΟ ΠΑΡΑΓΩΓΟΥΣ ΤΗΣ ΗΠΕΙΡΟΥ ΚΑΙ Η ΕΜΠΝΕΥΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΣΥΝΤΑΓΗ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΒΑΣΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΤΗΣ ΖΕΧΩΡΙΣΤΗΣ, ΑΥΘΕΝΤΙΚΗΣ ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΗΣ ΓΕΥΣΗΣ ΤΟΥ.

  
**ΔΩΔΩΝΗ**  
Η γεύση του καλού.





## Ανακύκλωση ηλεκτρικών αποβλήτων

Πώς η συντονισμένη προσπάθεια της **Ανακύκλωση Συσκευών ΑΕ** φέρνει αποτελέσματα

Το 2018 η συλλογή και ανακύκλωση όλων των κατηγοριών συσκευών, συμπεριλαμβανομένων και των λαμπτήρων, ξεπέρασε τους 56.000 τόνους, ικανοποιώντας τους στόχους που είχε η χώρα μας ως κράτος-μέλος της ΕΕ

**Κ**άθε χρόνο διατίθενται στην ελληνική αγορά πάνω από 100.000 τόνοι ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών. Συσκευές που μετά το τέλος της χρήσιμης ζωής τους μετατρέπονται, δυστυχώς, σε απόβλητα.

Με στόχο την προληπτική δράση, η ευρωπαϊκή νομοθεσία έχει καθορίσει το πλαίσιο οργάνωσης και ελέγχου της διαχείρισης των ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών αποβλήτων. Η έννοια της πρόληψης αφορά στην προκαταβολική συγκέντρωση των οικονομικών πόρων για τη μελλοντική ανακύκλωση των συσκευών που διατίθενται στην αγορά. Αυτοί οι οικονομικοί πόροι προέρχονται από τους παραγωγούς, κατά το νόμο τους κατασκευαστές και εισαγωγείς ηλεκτρικού και ηλεκτρονικού εξοπλισμού.

Ως εκ τούτου, οι επιχειρήσεις που διαθέτουν στην αγορά ηλεκτρικές συσκευές υποχρεούνται να φροντίζουν για τη σωστή διαχείρισή τους μετά το τέλος της χρήσιμης ζωής τους. Για τον σκοπό αυτό απευθύνονται στην Ανακύκλωση Συσκευών ΑΕ, η οποία έχει οργανώσει και αναπτύσει σε πανελλαδικό επίπεδο την τεχνολογία και τις κατάλληλες υποδομές για όλες τις κατηγορίες συσκευών. Από το 2004 μέχρι σήμερα έχουν συμβληθεί πάνω από 2.500 επιχειρήσεις του κλάδου για την εκπλήρωση της υποχρέωσής τους.

Η Ανακύκλωση Συσκευών ΑΕ δεν αποδίδει μέρισμα στους μετόχους της. Δημιουργήθηκε αποκλειστικά για την προστασία του περιβάλλοντος. Εάν προκύψει κέρδος, γίνεται απο-

θεματικό για την κάλυψη πιθανών ζημιών σε επόμενες χρήσεις. Έτσι, το σύστημα που έχει οργανώσει η Ανακύκλωση Συσκευών ΑΕ είναι πάντα σε θέση να συνεχίσει να ανακυκλώνει. Η διαχείριση των ηλεκτρικών αποβλήτων γίνεται με στόχο τον ορθότερο τρόπο περιβαλλοντικά, αλλά και με το χαμηλότερο δυνατό κόστος, και κάθε χρόνο εξελίσσεται σημαντικά στη χώρα μας. Σύμφωνα με τα στοιχεία της Ανακύκλωση Συσκευών ΑΕ, η συλλογή και ανακύκλωση όλων των κατηγοριών συσκευών, συμπεριλαμβανομένων και των λαμπτήρων, μέσα στο 2018 ξεπέρασε τους 56.000 τόνους, ικανοποιώντας τους στόχους που είχε η χώρα μας ως κράτος-μέλος της ΕΕ.



## Οι άξονες δραστηριότητας της Ανακύκλωση Συσκευών ΑΕ

**Η** Ανακύκλωση Συσκευών ΑΕ έχει δημιουργήσει και αναπτύξει τις απαιτούμενες υποδομές και συνεργασίες για τη συλλογή, μεταφορά, προσωρινή αποθήκευση και επεξεργασία των ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών αποβλήτων. Η συμβολή των συνεργατών της εταιρείας στην πραγματοποίηση της ανακύκλωσης είναι καθοριστική. Στο δίκτυο συλλογής των συσκευών και λαμπτήρων έχει ενταχθεί η πλειοψηφία των αλυσίδων που πωλούν ηλεκτρικά είδη, καθώς και πολλά ανεξάρτητα καταστήματα. Στα συνεργαζόμενα καταστήματα υπάρχουν κάδοι για μικροσυσκευές και ειδικοί κάδοι για λάμπες. Με την εταιρεία έχει συμβληθεί και η πλειοψηφία των δήμων, σε χώρους των οποίων είναι τοποθετημένα όλα τα απαραίτητα μέσα συλλογής. Αξιοσημείωτη είναι και η συμβολή των επιχειρήσεων, οι οποίες αποσύρουν είτε επαγγελματικά μηχανήματα, είτε τον πάγιο εξοπλισμό τους.

**Το επόμενο στάδιο** για την ανακύκλωση των ηλεκτρικών αποβλήτων είναι η μεταφορά τους από τα σημεία συλλογής προς τις μονάδες επεξεργασίας. Για τη διακίνηση των συσκευών ακολουθούνται αυστηροί κανόνες ασφαλείας, ενώ με σκοπό τη μικρότερη περιβαλλοντική επιβάρυνση πραγματοποιούνται συνδυαστικά δρομολόγια και αξιοποιείται στο μέγιστο βαθμό η χωρητικότητα των container μέσα στα οποία αποθηκεύονται προσωρινά και μεταφέρονται οι συσκευές.

**Η συλλογή των παλιών ηλεκτρικών** συσκευών δεν θα είχε κανένα νόημα χωρίς τη δυνατότητα μετατροπής τους σε χρήσιμα υλικά και την προστασία του περιβάλλοντος από τις βλαβερές ουσίες που περιέχουν. Η επεξεργασία όλων των συσκευών γίνεται σε 8 συνεργαζόμενες ελληνικές μονάδες σε κομβικά σημεία της χώρας, με τις διαδικασίες επεξεργασίας να ακολουθούν τα υψηλότερα ευρωπαϊκά πρότυπα, ώστε να διασφαλιστεί ότι οι βλαβερές ουσίες που περιέχουν δεν θα επιβαρύνουν το περιβάλλον.

## Η επικοινωνία με τους πολίτες

**Μ**έσα από την **επικοινωνιακή** της στρατηγική, η Ανακύκλωση Συσκευών ΑΕ οραματίζεται να ισχυροποιήσει την κοινωνική συνείδηση και να βοηθήσει να δημιουργηθούν οι συνθήκες για ένα βιώσιμο περιβάλλον. Τα κύρια οχήματα για την επικοινωνία με τους πολίτες είναι η τηλεόραση και το διαδίκτυο. Οι τηλεοπτικές καμπάνιες της εταιρείας αντανακλούν τις αξίες της ανιδιοτέλειας, της υπευθυνότητας, της προόδου και της αγάπης για τη ζωή. Η παρουσία της εταιρείας στο online περιβάλλον είναι συνεχής με χρηστική πληροφόρηση, αλλά και δημιουργικό περιεχόμενο. Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης της Ανακύκλωση Συσκευών ΑΕ είναι ζωντανά κανάλια επικοινωνίας και ανοιχτά στο διάλογο. Παράλληλα, και καθώς τα παιδιά είναι οι μελλοντικοί ενεργοί πολίτες, οι ελπίδες για μια κοινωνικά υπεύθυνη κοινωνία και έναν καλύτερο κόσμο εναποτίθενται σε αυτά. Έτσι, από το 2016 η εταιρεία πραγματοποιεί πανελλαδικά εκπαιδευτικά προγράμματα σε μαθητές των τελευταίων τάξεων του δημοτικού και του γυμνασίου. ●



Οι παλιές ηλεκτρικές και ηλεκτρονικές συσκευές  
δεν είναι σκουπίδια.

Μπορείς να τις ανακυκλώσεις πιο εύκολα  
από όσο φαντάζεσαι.

Ανακυκλώνουμε τις μικρές ηλεκτρικές  
και ηλεκτρονικές μας συσκευές,  
όπως καφετιέρες, σκούπες, υπολογιστές,  
τηλεοράσεις κ.α. σε ειδικούς κάδους της  
**Ανακύκλωση Συσκευών:**

- σε καταστήματα ηλεκτρικών  
και ηλεκτρονικών ειδών
- σε πολυκαταστήματα
- σε αλυσίδες super market



Η εταιρεία **ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ ΣΥΣΚΕΥΩΝ Α.Ε.** αποτελεί τον υπεύθυνο φορέα για την οργάνωση και τη λειτουργία του Συλλογικού Συστήματος Εναλλακτικής Διαχείρισης των Αποβλήτων Ηλεκτρικού και Ηλεκτρονικού Εξοπλισμού (ΑΗΗΕ) στην Ελλάδα

Το 2018 ανακυκλώσαμε μαζί 56.000 τόνους ηλεκτρικών συσκευών.  
Με τη βοήθειά σου, μπορούμε ακόμη καλύτερα.  
Βρες το κοντινότερό σου σημείο στο [www.electrocycle.gr](http://www.electrocycle.gr)



**ανακύκλωση  
συσκευών α.ε.**



## Γιορτάζοντας τη ζωή!

Η **Novartis** καθιερώνει ίση γονική άδεια για όλους τους γονείς παγκοσμίως

**Η** Novartis θεωρεί τους ανθρώπους της ως το σημαντικότερο κεφάλαιό της. Αναγνωρίζει ότι η επίτευξη των επιχειρηματικών της στόχων στηρίζεται σε αυτούς και προσβλέπει στη δημιουργία ενός άριστου εργασιακού περιβάλλοντος, ακολουθώντας στρατηγικές προσέλλυσης, ανάπτυξης και διατήρησης του ανθρώπινου δυναμικού, παρέχοντας παράλληλα ίσες ευκαιρίες σε όλους. Το σύστημα αξιών του οργανισμού αποτελεί αναπόσπαστο μέρος του πλαισίου λειτουργίας της και με στόχο την ικανοποίηση των εργαζομένων της προβαίνει στην ενίσχυση της εταιρικής κουλτούρας υιοθετώντας πρωτοποριακές προσεγγίσεις, θέλοντας λοιπόν να γιορτάζει με τους ανθρώπους της το γεγονός ότι γίνονται γονείς, πρόσφατα ανακοίνωσε ότι θα ξεκινήσει τη σταδιακή εφαρμογή μιας νέας πολιτικής για τις γονικές άδειες σε παγκόσμιο επίπεδο, η οποία θα προσφέρει ίση γονική άδεια σε όλους τους νόμιμους γονείς που αποκτούν παιδί μέσω γέννησης, παρένθετης μητέρας ή υιοθεσίας, ανεξαρτήτως φύλου. Έως το 2021, οι εργαζόμενοι του Ομίλου Novartis σε όλο τον κόσμο θα μπορούν να επωφεληθούν από μία περίοδο κατ' ελάχιστον 14 εβδομάδων γονικής άδειας μετ' αποδοχών και για τους δύο γονείς, με ισχύ από την πρώτη ημέρα της πρόσληψής τους (σύμφωνα με τις κατά τόπους πρακτικές και τη νομοθεσία για την εργασία). Παρότι πολλές χώρες εφαρμόζουν ήδη γενναϊόδωρες πολιτικές ίσης γονικής άδειας, οι διακυμάνσεις σε όλο τον κόσμο είναι μεγάλες. Καθώς η Novartis συνεχίζει να ενισχύει την ανθρωποκεντρική φιλοσοφία της, είναι πεπεισμένη ότι η ενέργεια αυτή θα αποτελέσει ένα σημαντικό βήμα προς την οικοδόμηση κουλτούρας πραγματικής έμπνευσης, εργασιακής ισοτιμίας και προόδου.

### Ισορροπία μεταξύ επαγγελματικής και προσωπικής ζωής

**Π**ρωταρχικός στόχος της εταιρείας είναι να νιώθουν οι εργαζόμενοι ότι διαθέτουν καθημερινά τη δύναμη και την ενέργεια να δείχνουν τον καλύτερό τους εαυτό και να βιώνουν την αυτοπραγμάτωση τόσο στο εργασιακό όσο και στο οικογενειακό τους περιβάλλον. Πιστεύουν ότι η νέα παγκόσμια πολιτική για τη γονική άδεια θα επιτρέψει στους εργαζόμενους να κάνουν τις σωστές επιλογές για το καλό των οικογενειών τους, σε ένα πλαίσιο ευελιξίας και οικονομικής σταθερότητας. Μάλιστα πριν την έναρξη της γονικής άδειας και κατά την επιστροφή στην εργασία, η Novartis θα παρέχει συμβουλευτική προς τους ανθρώπους της ώστε να κατανοήσουν τις επιλογές τους και να υποστηριχτεί η επανεισδοχή τους στο χώρο εργασίας με ανανεωμένη την αίσθηση του σκοπού.

### Ισότητα μεταξύ των φύλων

**Η** Novartis αναγνωρίζει ότι πρέπει να γίνουν ακόμα πολλά για την ουσιαστική ισότητα των φύλων στην κοινωνία, ωστόσο η επίτευξη ισότητας στο χώρο εργασίας προϋποθέτει την παροχή ευκαιριών στους άνδρες να έχουν ενεργή συμμετοχή στη φροντίδα ενός παιδιού. Οι αποδοχές της άδειας πατρότητας (όπου υπάρχουν) είναι παραδοσιακά πολύ χαμηλότερες από τις αντίστοιχες για την άδεια μητρότητας. Αυτό σημαίνει ότι οι οικογένειες έχουν οικονομική απώλεια όταν ένας πατέρας αποφασίζει να απουσιάσει από την εργασία του. Για πολλές οικογένειες αυτό απλά δεν αποτελεί επιλογή. Είναι επίσης

αλήθεια ότι οι γυναίκες συνεχίζουν να αποτελούν μειοψηφία σε επίπεδο ανώτερων στελεχών στο χώρο εργασίας. Η επίτευξη ισορροπίας είναι ύψιστης σημασίας για την εκπλήρωση του σκοπού της εταιρείας, την εξέλιξη της ιατρικής πρακτικής, καθώς επιτρέπει την ανάπτυξη νέων ιδεών και τρόπων σκέψης. Στη Novartis τιμούν τη διαφορετικότητα και παρέχουν σε όλους την ευελιξία και την ευκαιρία να συνεισφέρουν και να αναπτυχθούν, δίνοντας κίνητρο για μεγαλύτερη καινοτομία. Προσφέροντας την ίδια άδεια σε όλους τους γονείς, ανεξαρτήτως φύλου, ενθαρρύνουν την αλλαγή φιλοσοφίας στη φροντίδα της οικογένειας, στηρίζοντας με τον τρόπο αυτό και τις μητέρες. Στη Novartis θεωρούν ότι μερίδιο στην πρόοδο των οικονομιών και των κοινωνιών έχουν οι επιχειρήσεις οι οποίες οφείλουν να αναγνωρίζουν τον κοινωνικό τους ρόλο και να αναλαμβάνουν δράση σε κείρια ζητήματα που απασχολούν τους πολίτες των χωρών που δραστηριοποιούνται. Είναι γεγονός ότι οι κοινωνικές τάσεις αλλάζουν και οι έρευνες δείχνουν πως οι πατέρες θέλουν σε όλο και μεγαλύτερο ποσοστό να δαπανούν χρόνο για τη φροντίδα των παιδιών τους. Η επένδυση σε μια πολιτική ίσης γονικής άδειας σε παγκόσμιο επίπεδο θα αποφέρει μακροπρόθεσμα οφέλη ως προς τη δέσμευση των εργαζομένων, την παραγωγικότητα, το βαθμό ικανοποίησής τους από την εταιρεία και τη δυνατότητα προσέλλυσης των καλύτερων ταλέντων. Λειτουργώντας ως πρότυπο για τις άλλες εταιρείες η Novartis φιλοδοξεί να διαδραματίσει ηγετικό ρόλο στη διαμόρφωση μιας κοινωνίας όπου η ισότητα των φύλων είναι κανόνας και η γονεϊκότητα ένα συναρπαστικό ταξίδι με συμπαράστατες τους εργοδότες. ●

*Έως το 2021, οι εργαζόμενοι του Ομίλου Novartis σε όλο τον κόσμο θα μπορούν να επωφεληθούν από μία περίοδο κατ' ελάχιστον 14 εβδομάδων γονικής άδειας μετ' αποδοχών και για τους δύο γονείς*



# Όμιλος ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ Μισός αιώνας προσφοράς στην ελληνική οικονομία και κοινωνία



**Ο** Όμιλος ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ πρωτοστατεί στην υπεύθυνη, υγιή επιχειρηματικότητα. Μισός αιώνας υπεύθυνου επιχειρείν μαζί με τη βαθιά γνώση της εγχώριας αγοράς και τη δυναμική επέκταση στο εξωτερικό –την Ευρώπη, τις Ηνωμένες Πολιτείες, τη Μέση Ανατολή και την Αφρική– έχουν εγγράψει στο DNA του Ομίλου τη σχέση ανάμεσα στις συνεχείς επενδύσεις και τη βιώσιμη ανάπτυξη.

Οι επενδύσεις του Ομίλου, καθ' όλη τη διάρκεια της κρίσης, υπερβαίνουν τα 2 δισ. ευρώ και έχουν συμβάλει καταλυτικά στην επιχειρηματική υπεροχή του, καθώς στηρίζονται σε τρεις βασικούς πυλώνες: το ήθος, τις εταιρικές του αξίες και τις υπεύθυνες πρακτικές. Η πρόθεση του Ομίλου να αναλαμβάνει κινδύνους και να επεκτείνεται περαιτέρω στους τομείς των υποδομών, της καθαρής ενέργειας και των παραχωρήσεων είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τη συνειδητή επιλογή και αυτοδέσμευσή του να δημιουργεί ταυτόχρονα ευκαιρίες για όλους τους συμμετόχους του και να οδηγεί έτσι έμπρακτα στη βιώσιμη ανάπτυξη. Εφαρμόζοντας ένα μακροπρόθεσμο στρατηγικό πλάνο που ενσωματώνει όλες τις σύγχρονες πρακτικές Εταιρικής Υπευθυνότητας, ο Όμιλος ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ δημιουργεί αξία για την Ελλάδα εντός και εκτός συνόρων. Οι επιδόσεις του, όχι μόνο στον τομέα της αγοράς αλλά και των εργαζομένων, του περιβάλλοντος, της υγείας και ασφάλειας και της κοινωνίας, αποτελούν συστατικά στοιχεία της επιχειρηματικής του επιτυχίας, καθώς το σχέδιό του εμπλουτίζεται και αναβαθμίζεται διαρκώς, στοχεύοντας να υπηρετεί συστηματικά τις αρχές Εταιρικής Διακυβέρνησης, την ηθική, την ποιότητα και την αποτελεσματικότητα. Ο Όμιλος δημοσιεύει Απολογισμό Εταιρικής Υπευθυνότητας σε ετήσια βάση από το 2013 στον οποίο παρουσιάζονται αναλυτικά οι υπεύθυνες πρακτικές που ακολουθεί το σύνολο των εταιρειών του Ομίλου σε Ελλάδα και εξωτερικό, οι πολιτικές που εφαρμόζει και οι δράσεις που υλοποιεί ώστε να δημιουργεί

προστιθέμενη αξία για όλους τους συμμετόχους του και να ελαχιστοποιεί τυχόν αρνητικές επιπτώσεις των δραστηριοτήτων του. Η υγιής και υπεύθυνη επιχειρηματικότητα, όπως αποτυπώνεται στις παρακάτω δράσεις, αποτελεί τον βασικό μοχλό ανάπτυξης για τον Όμιλο ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ.

- **Επιδίωξη της επιχειρηματικής αριστείας και υπεύθυνη δράση με απόλυτο σεβασμό στα περιβάλλοντα όπου δραστηριοποιείται.**
- **Μέριμνα για τους εργαζόμενους, οι οποίοι ανέρχονται σε περίπου 5.000.**
- **Προστασία του περιβάλλοντος και βελτίωση του περιβαλλοντικού αποτυπώματός του, μέσα από την ίδια την επιχειρηματική του δράση με έργα τα οποία φέρνουν την Ελλάδα στο προσκήνιο των εξελίξεων και στην πρωτοπορία της επανάστασης της καθαρής ενέργειας που βρίσκεται σε εξέλιξη σε παγκόσμιο επίπεδο. Ειδικότερα, μέσω της ΤΕΡΝΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ, ο Όμιλος δραστηριοποιείται εδώ και 20 χρόνια στην ανάπτυξη και δρομολόγηση των Ανανεώσιμων Πηγών Ενέργειας στη χώρα μας, ξεπερνώντας σήμερα το 1GW έργων ΑΠΕ σε λειτουργία στην Ελλάδα και το εξωτερικό, συμβάλλοντας με αυτό τον τρόπο και στην επίτευξη των περιβαλλοντικών στόχων της χώρας. Συγκεκριμένα, η ΤΕΡΝΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ έχει υλοποιήσει πράσινες επενδύσεις αξίας 600 εκατ. ευρώ, ενώ σε πλήρη εξέλιξη βρίσκεται το επενδυτικό πρόγραμμα της εταιρείας για την περίοδο 2019 -2021, συνολικής αξίας 700 εκατ. ευρώ.**
- **Στήριξη των τοπικών κοινωνιών και ενίσχυση των οικονομιών στις οποίες δραστηριοποιείται, μέσα από συνειδητή επιλογή τοπικών προμηθευτών και αξιοσημείωτη κοινωνική δράση. Το «Κοινωνικό Προϊόν» για το 2018 ξεπέρασε το 1,4 δισ. ευρώ. Επιπλέον, σχεδόν το 95% των προμηθευτών του Ομίλου για τις ελληνικές του δραστηριότητες είναι ελληνικές εταιρείες, ενώ η συνολική αξία των προμηθειών ξεπέρασε το 1 δισ. ευρώ.**
- **Συστηματική επένδυση σε βέλτιστες πρακτικές, πρωτοποριακές τεχνολογίες και διεθνείς συνεργασίες.**

Το 2018 οι εταιρείες του Ομίλου ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ πραγματοποίησαν ένα εξαιρετικά μεγάλο πρόγραμμα κοινωνικής υποστήριξης και διανομής οικονομικής αξίας που ξεπέρασε το € 1 εκατ. ενώ ανέλαβαν να υλοποιήσουν έργα υποδομής και να ολοκληρώσουν παρεμβάσεις για τη βελτίωση της καθημερινότητας των κατοίκων στις περιοχές που αυτές φιλοξενούνται, αξίας € 540.000.

Ενδεικτικά, η κοινωνική προσφορά του Ομίλου για το 2018 περιελάμβανε μεταξύ άλλων:

- Δωρεάν κατασκευή έργων υποδομής και παρεμβάσεις για την ανακούφιση των περιοχών που επλήγησαν από τις πυρκαγιές και τις πλημμύρες μέσα στο 2018, αλλά και τη βελτίωση της καθημερινότητας των κατοίκων στις περιοχές που μας φιλοξενούν.
- Χορηγικά προγράμματα προς αθλητικούς και πολιτιστικούς συλλόγους σε περιοχές όπου δραστηριοποιούμαστε στην Ελλάδα και το εξωτερικό.
- Προγράμματα στήριξης της νεανικής επιχειρηματικότητας και παροχής υποτροφιών σε νέους και νέες, υποστήριξης επιστημονικών ερευνητικών προγραμμάτων, συνεδρίων κ.ά.
- Οικονομική στήριξη Μη Κυβερνητικών Οργανώσεων που επικεντρώνουν τη δράση τους στη βελτίωση της ποιότητας ζωής ευπαθών κοινωνικών ομάδων (ΕΛΙΖΑ, Πατροί Χωρίς Σύνορα, ΕΛΕΠΑΠ, κα.) καθώς και στοχευμένες δωρεές προς την Ελληνική Αστυνομία και την Πυροσβεστική Υπηρεσία.
- Υποστήριξη δράσεων για τον πολιτισμό. Με κοινωνική υπευθυνότητα και σεβασμό στον άνθρωπο και το περιβάλλον, ο Όμιλος ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ επενδύει στην Ελλάδα και τους Έλληνες, δημιουργεί νέες θέσεις εργασίας και προσφέρει αξία στους εργαζόμενους, τους επενδυτές και τους μετόχους του. Με τη στρατηγική του τοποθέτηση στους τομείς της καθαρής ενέργειας και των υποδομών, με ισχυρές διεθνείς συμμαχίες και με την εμπιστοσύνη όλων των συμμετόχων του, είναι έτοιμος για τη νέα εποχή. ●

*Μέσα στο 2018 ο Όμιλος ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ πραγματοποίησε ένα εξαιρετικά μεγάλο πρόγραμμα κοινωνικής υποστήριξης που ξεπέρασε το 1 εκατ. ευρώ, ενώ υλοποίησε έργα υποδομής και παρεμβάσεων για τη βελτίωση της καθημερινότητας των κατοίκων στις περιοχές που τον φιλοξενούν*



# Στηρίζοντας τους Ήρωες του Αύριο

Η **Stoiximan** συνεργάζεται με τη **HOPEgenesis** για την αντιμετώπιση της υπογεννητικότητας στην Ελλάδα



**Υ**πογεννητικότητα: Ένα τεράστιο πρόβλημα που ζητά άμεσα λύσεις. Γνωρίζατε ότι υπάρχουν απομακρυσμένες περιοχές στη χώρα όπου οι γεννήσεις τα τελευταία χρόνια είναι μηδενικές; Στην αντιμετώπιση αυτού του μεγάλου προβλήματος συμβάλλει η **Stoiximan**, ανανεώνοντας τη συνεργασία της με τη μη κερδοσκοπική οργάνωση **HOPEgenesis**. Η πρωτοβουλία της Stoiximan, της μεγαλύτερης GameTech εταιρείας στην Ελλάδα, εντάσσεται στο πλαίσιο του προγράμματος «**Μικροί Ήρωες για την Ελλάδα**», που στοχεύει στην ανάδειξη των αναγκών αλλά και την ενδυνάμωση των ακριτικών τοπικών κοινωνιών της χώρας. Ξεκινώντας από το 2017, το πρόγραμμα «Μικροί Ήρωες» παρέχει εκπαιδευτικές εμπειρίες σε περισσότερους από 20.000 μαθητές σε όλη την Ελλάδα, με έμφαση τις περιοχές χαμηλού εισοδήματος και τις απομακρυσμένες κοινωνίες. Στον τελευταίο αυτό πυλώνα εντάσσεται και η συνεργασία με την **HOPEgenesis**, σε μία προσπάθεια να μην υπάρξει κανένα εμπόδιο για τους ήρωες του αύριο, που μπορούν να γεννηθούν κάθε στιγμή, σε κάθε γωνιά της Ελλάδας.

## Υιοθέτηση 10 ακριτικών νησιών

Η **HOPEgenesis** έχει ενεργή παρουσία σε νησιά και περιοχές που είχαν ελάχιστες ή μηδενικές γεννήσεις από το 2015 και απο-

στολή της είναι να προσφέρει δωρεάν την πλήρη κάλυψη των αναγκών μιας γυναίκας από τη στιγμή που μένει έγκυος έως και τη γέννα. Η προσοχή του οργανισμού στρέφεται στις γυναίκες των απομονωμένων νησιωτικών και ηπειρωτικών περιοχών της Ελλάδας και σε, στενή συνεργασία με τις τοπικές κοινότητες, προσφέρει ασφάλεια στις γυναίκες που ήδη κυοφορούν και κίνηση στις υπόλοιπες να τεκνοποιήσουν. Η συνεργασία της **Stoiximan** με τη **HOPEgenesis** περιλαμβάνει την υιοθέτηση 10 ακριτικών νησιών: Αστυπάλαια, Αρκιοί, Ελαφόνησος, Αγαθονήσι, Κάλαμος, Κάσος, Σχοινούσα, Θύμαινα, Φούρνοι, Ψέριμος. Κατά τη διάρκεια του τελευταίου χρόνου έχουν έρθει στον κόσμο επτά μωρά από τα νησιά αυτά, ενώ ακόμη εννέα μωρά αναμένονται το προσεχές διάστημα.

## Μικροί και Μεγάλοι Ήρωες

Καθώς το ζήτημα της υπογεννητικότητας δεν εξαντλείται στις ακριτικές περιοχές αλλά είναι εθνικό πρόβλημα, η Stoiximan προχώρησε και στη διεξαγωγή μιας καμπάνιας ευαισθητοποίησης με τη συμμετοχή των πρεσβευτών του προγράμματος «Μικροί Ήρωες», **Λευτέρη Πετρούνια**, **Βασιλική Μιλλούση**, **Δημήτρη Διαμαντίδη** και **Σπύρο Γιαννιώτη**, με κεντρικό μήνυμα «**Οι ήρωες του αύριο μπορούν να γεννηθούν ακόμη και στα πιο μακρινά μέρη**».



## Πώς διπλασιάζει την αγάπη η AB Βασιλόπουλος και αυτό το Πάσχα;

Πασχαλινά αβγά για τα **Γενναία Παιδιά** της **ΕΛΕΠΑΠ**

**«Η**συχία, παρακαλώ! Και τώρα τα пасχαλινά αβγά με ζωγραφιές του Ιάσωνα, της Μόνα, του Κωνσταντίνου και της Χρυσυαλίας!». Με αυτόν τον τρόπο η AB Βασιλόπουλος μάς καλεί να στηρίξουμε μια «δημοπρασία αγάπης» για τα Γενναία Παιδιά της ΕΛΕΠΑΠ.

**Μέσα από ένα ευφάνταστο** και αισιόδοξο τηλεοπτικό της σποτ, μικρά παιδιά πρωταγωνιστούν και μας μεταφέρουν σε μια αίθουσα δημοπρασίας για τα пасχαλινά αβγά. Ο πρωταγωνιστής της ιστορίας εξετάζει εξονυχιστικά με μεγεθυντικό φακό τα αβγά και τις παιδικές ζωγραφιές που στολίζουν τις συσκευασίες τους. Είναι οι ζωγραφιές του Ιάσωνα, της Μόνα, του Κωνσταντίνου και της Χρυσυαλίας, μικρών μαθητών που, όπως μάθαμε, αναδείχθηκαν νικητές στον Διαγωνισμό Ζωγραφικής στο Παιδικό Μουσείο Αθηνών.

**Ο μικρός, που διευθύνει τη δημοπρασία**, με βλέμμα όλο λαχτάρα φωνάζει «είναι για καλό σκοπό! Πάμε;» και το πλάνο ανοίγει με τα παιδιά χαρούμενα να λένε «κι εγώ, κι εγώ, κι εγώ». Το μήνυμα είναι ξεκάθαρο και συγκινητικό!

**Μέσα από κάθε αγορά ενός пасχαλινού αβγού της AB**, οι πελάτες της AB συνεισφέρουν με €0,30 στο έργο της ΕΛΕΠΑΠ για τα Γενναία Παιδιά, ενώ η AB διπλασιάζει το ποσό για την κάλυψη, τουλάχιστον, 1.400 θεραπειών αποκατάστασης των παιδιών με αναπηρία.\*

**Μέσα από ένα ευφυές σενάριο** και την παιδική ματιά, αναδεικνύεται η αξία της προσφοράς. Γιατί, όπως λέει και η AB Βασιλόπουλος, δεν υπάρχει μεγαλύτερη χαρά από τη χαρά να προσφέρεις.

\* Για τρίτη συνεχή χρονιά, τα пасχαλινά αβγά της AB είναι αφιερωμένα σε πράξεις προσφοράς. Τα φετινά пасχαλινά αβγά διατίθενται σε όλα καταστήματα του δικτύου της AB, σε δύο μεγέθη και διαφορετικές τιμές το καθένα. Κάθε μέγεθος έχει δυο διαφορετικά σχέδια με διαφορετικές ζωγραφιές «μεγάλης αξίας». ●

Με την ενέργεια της AB Βασιλόπουλος θα καλυφθούν τουλάχιστον 1.400 θεραπείες αποκατάστασης παιδιών με αναπηρία

## Λίγα λόγια για την ΕΛΕΠΑΠ

Η ΕΛΕΠΑΠ είναι ένα Μη κερδοσκοπικό σωματείο, το οποίο, από το 1937, προσφέρει υπηρεσίες αποκατάστασης σε περισσότερα από 100.000 παιδιά με κινητικές αναπηρίες, από τη γέννηση έως και την ενηλικίωσή τους. Διαθέτει έξι κέντρα, σε Αθήνα, Θεσσαλονίκη, Ιωάννινα, Χανιά, Βόλο και Αργίριο.





Ανοίγουμε  
προοπτικές,  
**χτίζουμε**  
το μέλλον.



**Το ΕΠ Πελοπόννησος 2014-2020 με τη συμβολή του Ευρωπαϊκού Ταμείου Περιφερειακής Ανάπτυξης (ΕΤΠΑ)** χτίζει το μέλλον της Περιφέρειας Πελοποννήσου, ανοίγοντας προοπτικές, που την κρατούν σε σταθερά αναπτυξιακή πορεία.

Ο σχεδιασμός και η υλοποίηση του Προγράμματος επικεντρώνεται σε τέσσερις βασικούς άξονες, που καλύπτουν τις καινοτόμες ιδέες και την επιχειρηματικότητα, τον σεβασμό και τη φροντίδα για το περιβάλλον, την εκπαίδευση και τις υποδομές για την υγεία. Ευκαιρίες και απτά οφέλη για τους πολίτες: αυτά είναι τα χαρακτηριστικά του Προγράμματος, που βελτιώνει συνολικά τη ζωή και την καθημερινότητα στην Περιφέρεια Πελοποννήσου.

[www.eydpelop.gr](http://www.eydpelop.gr)



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Ταμείο  
Περιφερειακής Ανάπτυξης



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ  
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ



ΕΣΠΑ  
2014-2020  
ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





ΚΑΝΑΡΗ

ΣΟΝΕΝΟΣ

ΜΗΛΙΣΣΗ

ΤΣΑΚΑΡΑ

ΑΝΑΓ...

COFFEE

Genzo!

ΚΟΥΜΠΑΡΗ

Ν.ΒΑΜΒΑ

Ν.ΔΟΥΚΑ

ΚΑΥΑΛΗ

ΚΟΛΟΝΑΚΙ



# Το Κολωνάκι σε 133 βήματα

Επιμέλεια: **A.V.Team**

Εικονογράφηση: **Sotos Anagnos**

# 1

**Το Κολωνάκι ανήκει στο 1ο Δημοτικό Διαμέρισμα** του Δήμου Αθηναίων μαζί με τις περιοχές: Ιλίσια, Μουσείο, Εξάρχεια, Νεάπολη, πλατεία Βάθη, Πλάκα, Κουκάκι, Μακρυγιάννη, Ψυρρή, Μοναστηράκι.

**2** Βρίσκεται στο κέντρο της Αθήνας, στους πρόποδες του λόφου του Λυκαβηττού. Οριοθετείται από τη γραμμή Μέγαρο Μουσικής - Βασιλίσσης Σοφίας - Πανεπιστημίου - Σίνα (ή Ασκληπιού για άλλους) - Πατριάρχου Φωτίου (σκαλάκια) - Σαρανταπήχου και ακολουθεί τον περιφερειακό του Λυκαβηττού μέχρι τους Αμπελόκηπους. Το ύψος και οι ιστορίες του μερδεύονται γλυκά με τα Εξάρχεια και τη Νεάπολη.

**3** Το αστικό του αποτύπωμα: Κλασικές, περιτεχνες πολυκατοικίες του μεσοπολέμου, όπως αυτές της οδού Σκουφά. Δρομάκια που μπλέκουν το ένα μέσα στο άλλο και δημιουργούν απότομες γωνίες με ανηφόρες και κατηφόρες. Από την εικόνα δεν θα μπορούσαν να λείπουν και οι νερναντζιές του.

**4** Το Κολωνάκι αγαπάει τα μουσεία. Εκεί βρίσκονται το Μπενάκη, το Κυκλαδικής Τέχνης, το Βυζαντινό, το Αρχαίας Ελληνικής Τεχνολογίας Κώστα Κοτσανά, η Γεννάδειος Βιβλιοθήκη, το Παραδοσιακών Ενδυμασιών Λυκείου Ελληνίδων, το Πολεμικό, το Νομισματικό, το Θεατρικό Μουσείο.

**5** Μέχρι πριν 10 χρόνια είχε πυκνή κίνηση όλο το 24ωρο αλλά το μεγάλο μποτιλιάρισμα συνέβαινε το Σάββατο, πρωί και βράδυ. Shopping και bar hopping. Τώρα, συνεχίζει να έχει κίνηση όλη την ημέρα, αλλά τα Σαββατοκύριακα είναι πιο ήρεμο. Και πιο έρημο τα Σαββατοκύριακα του καλοκαιριού.

**6** Η παλιά, αστική του ανθρωπογεωγραφία συνδυάζεται με μία μεγάλη ποικιλία τύπων. Ας πούμε, Τετάρτη απόγευμα θα δεις πολλούς άρρωστους γιατί είναι η μέρα επίσκεψης στα ιδιωτικά ιατρεία του. Τα πρωινά, περιποιημένες ηλικιωμένες κυρίες, υποβασταζόμενες. Στα τραπέζια του, casual τύπους και πολιτικογράφους. Παλαιάς κοπής fashionistas δίπλα σε personal trainers με τατουάζ φράουλα στον λαιμό. Ποιητές, σπουδαστές, «μεσημεριανά lunch». Φρεσκοφτιαγμένα, ωραία κεφάλια. Καπνιστές ή, μάλλον, καπνίστριες κυρίως. Όλοι με μαύρα γυαλιά.

**7** Επαγγέλματα που υπάρχουν ακόμα στο Κολωνάκι: προσωπικός στιλίστας - θυρωρός σε πολυκατοικία.





**8 Le Pâtissier Officiel** του Κολωνακίου: ο Στέλιος Παρλιάρος. Σε αυτόν ερχόταν η Μελίνα για την αγαπημένη της τάρτα φράουλα. Σε αυτόν η Φαίνη Εύδη παρήγγειλε την πρώτη πορνό τούρτα της Αθήνας. Στις «Γλυκιές Αλχημείες» του, στην Ηροδότου 24, συνεχίζει να φτιάχνει αριστουργήματα γλυκά.



**9 Η Βουκουρεστίου ήταν, το 1978**, ο πρώτος δρόμος που πεζοδρομήθηκε στην Αθήνα. Το τμήμα από Σταδίου μέχρι Ακαδημίας συγκεντρώνει καταστήματα από μεγάλες φίρμες και πολλά κοσμηματοπωλεία: Lalaounis, Αθηνιωτάκης, Καίσαρης, Βουράκης, Ξανθόπουλος, Γκιουζένης, Πενθερουδάκης, Cartier, Chopard, Bulgari, Rolex, Vacheron Constantin, Breitling, Omega, αλλά και brands όπως Prada, Dior, Tods, Louis Vuitton κ.ά.

**10 Σύλλογος Καταστηματαρχών, Ιδιοκτητών και Κατοίκων Βουκουρεστίου - Βαλαωρίτου.** Φροντίζει για την καθαριότητα και την ασφάλεια του δρόμου.

**11 Τον Αύγουστο του 1939**, στη Βουκουρεστίου 9, γωνία με Πανεπιστημίου, εκεί που πολύ παλιά ήταν οι Βασιλικοί Στάβλοι, άνοιξε το ιστορικό καφέ-ζαχαροπλαστείο Zonar's, του Κάρουλου Ζωναρά, επιχειρηματία εξ Αμερικής που έφερε πρώτος στην Ελλάδα την Κόκα Κόλα και το παγωτό Σικάγο (υπάρχει ακόμα, με την αυθεντική σύνθεση, στο μενού του). Στέκι καλλιτεχνών και άλλων, στα 60s, από τον Μάνο Χατζιδάκι και τον Γιάννη Τσαρούχη μέχρι Μελίνα, Αλίκη, Τζένη, σήμερα ξαναζει δόξες όχι μόνο από τους περαστικούς τουρίστες αλλά και από τους πθοποιούς-συντελεστές-θεατές των θεάτρων της περιοχής.

**12 Η Αμερικής - Βουκουρεστίου - Σταδίου - Ακαδημίας** είναι το θεατρικό καρτιέ της πόλης: Χορν, Αμιράλ, Βρετάνια, Αθηνών, Αλίκη, Μικρό Παλλάς και το μεγάλο, επιβλητικό Παλλάς.

**13 Οι νεραντζιές της οδού Κανάρη** έχουν ιδιαίτερη ιστορία μια και, επί Κακλαμάνη, κόπηκαν οι περισσότερες και αντικαταστάθηκαν από μεγαλόκορμους βραχυχίτωνες (ακόμα και το όνομά τους ακούγεται απειλητικό).

**14 Ανέκδοτο:** πολλοί Θεσσαλονικείς απορούν «γιατί εσείς εκεί κάτω δεν τρώτε τα πορτοκάλια και τα μανταρίνια από τα δέντρα σας;»

**15 Το Μέγαρο Σταθάτου** με τις περίτεχνες διακοσμήσεις του επί της Βασιλίσσης Σοφίας και Ηροδότου, είναι ένα πραγματικό στολίδι της περιοχής, έργο του Ερνέστο Τσίλλερ (1895). Κάποτε επρόκειτο να γίνει ξενώνας επίσημων καλεσμένων του κράτους αλλά τελικά δεν τηρούσε τις απαιτούμενες συνθήκες ▶





## Kate Smith

Η Πρέσβειρα της Βρετανίας στην Ελλάδα  
μάς μιλάει για τη γειτονιά όπου βρίσκεται  
η δουλειά της

Επιμέλεια: Γεωργία Σκαμάγκα

### Πόσα χρόνια είστε στο Κολωνάκι;

Σε αυτή μου τη θητεία ως Πρέσβειρα, δυο χρόνια και κάτι. Όμως έχω ξαναζήσει στο Κολωνάκι, στον Λυκαβηττό, στις αρχές της δεκαετίας του 1990, όταν διορίστηκα για πρώτη φορά εκτός Βρετανίας στην Ελλάδα.

### Ποια ήταν η πρώτη σας εντύπωση από τη γειτονιά, όταν φτάσατε εδώ;

Είχε έναν αέρα κομψότητας, ήταν πολύ της μόδας, ήταν στο κέντρο της πόλης, είχε πάντα κάτι να σου τραβήξει το ενδιαφέρον, όλα αυτά τα μουσεία! Και την ίδια στιγμή ήταν «προσγειωμένη» γειτονιά.

### Υπάρχει κάτι στο Κολωνάκι που σας δίνει μία οικεία αίσθηση, κάτι που να σας θυμίζει τη χώρα σας;

Κάποια από τα χαρακτηριστικά που σας ανέφερα, θα περιέγραφαν άριστα και τη γειτονιά μου στο Λονδίνο, το Hampstead.

### Αν ένας φίλος έρχονταν να σας επισκεφτεί, πού θα τον πηγαίνατε για ένα σύντομο περίπατο και γιατί;

Τώρα που το λέτε, αυτό έκανα το προηγούμενο Σαββατοκύριακο! Ανεβήκαμε ως τα μισά του Λυκαβηττού, κάναμε τον γύρο του λόφου και κατεβήκαμε. Τα μονοπάτια μέσα στο δάσος είναι πολύ ωραία – σχεδόν ξεχνάς ότι είσαι στην πόλη. Και είδαμε κι έναν τσαλαπετεινό!

### Τι θα αλλάζατε στη γειτονιά του Κολωνακίου, αν είχατε την ευκαιρία;

Τα πεζοδρόμια. Γλιστρούν επικίνδυνα, είτε βρέχει είτε όχι. Τις περισσότερες φορές αναγκάζομαι να περπατάω στον δρόμο για να μην πέσω.

### Είναι ένα ηλιόλουστο πρωινό και θέλετε να πάτε έξω για έναν καφέ. Πού θα πηγαίνατε;

Η πρώτη μου επιλογή θα ήταν το καφέ του Βυζαντινού Μουσείου, απέναντι από την Κατοικία.

### Είναι κιόλας ώρα για μεσημεριανό. Το αγαπημένο σας μέρος για ένα lunch break;

Δεν είμαι φαν του μεσημεριανού, να πω την αλήθεια. Προτιμώ το απογευματινό μου τσάι! Στη γειτονιά μου υπάρχουν εξαιρετικοί φούρνοι και ζαχαροπλαστεία με υπέροχα μπισκότα, κουλουράκια, κέικ και πίτες. Είμαι τακτική πελάτης του La Dolce Vita, το Cake έχει καταπληκτικά... κέικ. Αλλά και στο Χωριάτικο βρίσκω ωραίες λιχουδιές, κυρίως νηστίσιμα. Εννοείται πως την πρωτοκαθεδρία έχει, και δικαίως, ο Στέλιος Παρλιάρης στη Λουκιανού.

### Τρία πράγματα που θεωρείτε τα πιο ενοχλητικά στη γειτονιά;

Ξέρω καλά ότι πολλοί θα ήθελαν να μένουν στο Κολωνάκι και είμαι πολύ τυχερή που η Βρετανική Κατοικία είναι εδώ. Επομένως, δεν παραπονιέμαι! Ίσως λίγο μόνο για το φανάρι της Κανάρη στην Πλατεία Κολωνακίου που ανοίγει για μόλις δυο δευτερόλεπτα και περνάει ένα αυτοκίνητο!

### Πώς θα περιγράφατε τους ανθρώπους του Κολωνακίου;

Μοιάζουν της γειτονιάς: κομψοί, μοδάτοι και ενδιαφέροντες! Και την ίδια στιγμή, άνθρωποι της διπλανής πόρτας και απολύτως προσγειωμένοι.

### Κάτι που συνέβη στο Κολωνάκι και θυμάστε ακόμα;

Θα σας έλεγα ότι η πιο ζωντανή μου ανάμνηση από την πρώτη μου θητεία κι αυτή που νομίζω ότι θα πάρω μαζί μου φεύγοντας σε δυο χρόνια περίπου, είναι η αίσθηση της γειτονιάς που ακόμα αποπνέει το Κολωνάκι. Κάνεις μια βόλτα, σε φωνάζει ένας φίλος από απέναντι, συναντάς συναδέλφους στο σούπερ μάρκετ! Και η αλήθεια είναι πως μερικές φορές μ'έχουν δει να κάνω ψώνια στο σούπερ μάρκετ με εμφάνιση, που δύσκολα θα χαρακτήριζε κανείς «πρεσβευτική»! Και για να είμαι και στο κλίμα των ημερών, ήταν για μένα μοναδική εμπειρία η λειτουργία της Μεγάλης Πέμπτης στον Άγιο Διονύσιο, πέρυσι. Ακόμα έχω στ' αυτιά μου τα υπέροχα, κατασκευαστικά τροπάρια και την ατμόσφαιρα εκείνης της βραδιάς.

# ΤΟ ΑΝΑΛΑΦΡΑ ΑΡΙΣΤΟΚΡΑΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ

Είναι και δεν είναι «γειτονιά», αλλά σίγουρα  
θα ήταν κεντρικό arrondissement,  
από τα καλλιτεχνικότερα, αν βρισκόταν στο Παρίσι...

Της Μανίνας Ζουμπουλάκη

**Τ**ο «στρογγύλεμα» μιας συνοικίας κατά τα παριζιάνικα πρότυπα επιστρατεύεται εδώ εξεπίτηδες, ως παρομοίωση: αν κάτι, οτιδήποτε, στην Αθήνα θυμίζει Παρίσι, θα είναι σίγουρα το Κολωνάκι. Μπορεί να μην είναι «αυτό που ήτανε», να «έχει χάσει την αίγλη του», εξακολουθεί όμως να είναι... ένα μέρος της πόλης ελαφρά κοσμοπολίτικο και παράλληλα, ή και εξίσου ελαφρά, αριστοκρατικό.

**Έζησα έντεκα χρόνια στο Κολωνάκι** – κατά τύχη, μια και το πρώτο διαμέρισμά μου το βρήκε η δημοσιογράφος Πέγκυ Κουνενάκη μόλις έπιασα δουλειά στον «Ταχυδρόμο», και ήταν στο τέρμα της Σίνα, μια ευθεία από τα γραφεία του Δημοσιογραφικού Οργανισμού Λαμπράκη, στα σύνορα Κολωνακίου και Νεάπολης (Άγιου Νικόλαου) Πευκακίων. Το διαμέρισμά ήταν υπο-ισόγειο και υγρό – μπορούσα να στήσω ιχθυοκαλλιέργεια μέσα, και στο μπάνιο φύτευαν μανιτάρια μεγαλύτερα από τσιπούρες. Στη γωνία ήταν η «Γάστρα», το (παριζιάνικο!) μπιστρό-σταθμός, και όταν μετακόμισα, πάνω στην επταετία, πήγα στη Γιάννη Σταθά – έναν ήσυχο, μικρό δρόμο-αδιέξοδο με πολλές σκάλες και άλλες τόσες ανηφόρες. Το Γαλλικό Ινστιτούτο ήταν απέναντι, η Πλατεία Κολωνακίου ήταν δίπλα, η Αναγνωστοπούλου ήταν γεμάτη ωραία μαγαζιά με βιτρίνες ευρωπαϊκού επιπέδου, το «Μονηblumhen» έμενε ανοικτό ως αργά κι έφερνε ρούχα ολοκαίνουργιων σχεδιαστών, η Δεξαμενή έφτιαχνε τον καλύτερο φραπέ και τα χειρότερα κεφτεδάκια, τα περίπτερα της Πλατείας είχαν ΟΛΑ, μα ΟΛΑ τα ξένα περιοδικά και οι μοντέλες έπιναν καπουτσίνο στο «Da Carro», ενώ οι διάσημοι σκηνογράφοι, σκηνοθέτες, ζωγράφοι, ποιητές και συγγραφείς, καθόντουσαν στη «Λυκόβρυση» ή στο «Φίλιον». Μια βόλτα στο Κολωνάκι κι έπεφτες πάνω στη Ζωή Λάσκαρη, τον Κωνσταντίνο Τζούμα, τη Βάνα Μπάρμπα, τη Μιμή Ντενίση, τον Δημήτρη Κολλάτο, τον Διονύση Φωτόπουλο, τον Γιάννη Μιγάδη, τον Χρήστο Καρρά – ευτυχώς όχι σε όλους μαζί, αλλά οι ελληνικές σόου-μπίζνες ΚΑΙ οι Τέχνες εκεί έβγαζαν τη βόλτα τους, πώς να το κάνουμε. Ο Ζάχος Χατζηφωτίου, ως φυσικό πρόσωπο και ως ιδέα, παραδοκεί πάντοτε κάπου στην Πλατεία Κολωνακίου, μαζί με διακόσιους ακόμα επώνυμους που δεν μου έρχονται αυτή τη στιγμή.

**Το περίεργο είναι ότι μέχρι σήμερα**, που κάμποσα μαγαζιά έχουν κλείσει και ακόμα πιο κάμποσα σπίτια μένουν αδειανά στο Κολωνάκι, εξακολουθεί να έχει τη χάρη της η περιοχή, η συνοικία, το arrondissement. Υπάρχουν παλιά, υπέροχα κτίρια, πολλές

γκαλερί η μία καλύτερη από την άλλη, παστέλ νεοκλασικές βίλες στις οποίες κατοικούσαν μεγάλα ονόματα της ελληνικής ιστορίας και των τεχνών, και κατοικούν ακόμα – εδώ έρχεται να μείνει κάποιος, καλλιτέχνης, πολιτικός ή σταρ, όταν είναι στα πάνω του, όταν κάνει δουλειές και σκίζει και είναι «σχετικός», πριν πιάσει την καλή και μετακομίσει στα βόρεια ή σε νησί ή στην Ελβετία. Πολλές φορές, συνεχίζει να μένει εδώ και μετά, αφού γυρίσει όλο τον κόσμο και ζήσει τις περιπέτειές του και φάει τα λεφτά του – όχι όλα, γιατί ένα διαμέρισμα στο Κολωνάκι δεν είναι καθόλου οικονομική λύση. Οι δρόμοι ανεβαίνουν και κατεβαίνουν, οι σκάλες ξεφυτρώνουν εκεί που δεν τις περιμένεις, υπάρχουν σκιερές γωνιές, πράσινες μικρές ημι-πλατείες, περιποημένες μπεζ-καφέ είσοδοι παλιών πολυκατοικιών. Τα πεζοδρόμια είναι στενά, και ποτέ δεν είναι επίπεδα – θυμάμαι να παλεύω με το καρτσάκι, όταν ο μεγάλος γιος μου ήτανε του καρτσάκιού. Το Κολωνάκι ωστόσο έχει «ανάσες», πάρκα, μικρά δασάκια, συστάδες δέντρων, και τον Λυκαβηττό από πάνω σαν (καταπράσινο) κερασάκι στην τούρτα.

**Δεν ζει όμως σε παρελθόντα χρόνο**, το Κολωνάκι: η Τσακάλωφ ξεχειλίζει από καφέ, που ξεχειλίζουν από κόσμο. Η Μπλιώνη, μια σταλιά δρόμος, επίσης είναι πάντα γεμάτη. Στην Πλατεία συναντιούνται ζευγαράκια, στην Πατριάρχου Ιωακείμ κόβουν βόλτες καλοντυμένες κυρίες, στους δρόμους (Λεβέντη, Ξάνθου, Πλουτάρχου, Λουκιανού, Χάρητος κλπ) ξεφυτρώνουν όμορφα εστιατόρια, καφέ, μπαρ, μαγαζιά, στέκια. Το να παρουσιάσεις τα έργα σου «σε γκαλερί στο Κολωνάκι» είναι μεγάλη επιτυχία, όπως και το να διατηρείς μαγαζί ή να ζεις στο Κολωνάκι... όχι ότι είναι εύκολο – αλλά τίποτα δεν είναι εύκολο εκτός από τα εύκολα, που δεν τα κυνηγάει κανείς έτσι κι αλλιώς.

**Σόρι που δεν γράφω** το ιστορικό του Κολωνακίου (λεγόταν Κατσικάδα επειδή στις πλαγιές του Λυκαβηττού βοσκάγανε κατσίκια, η Πλατεία Φιλικής Εταιρείας φτιάχτηκε στα τέλη του 19ου αιώνα, η κολώνα από την οποία πήρε το όνομά της το Κολωνάκι μεταφέρθηκε το 1938 από τη Δεξαμενή στην Πλατεία, η Πράσινη Τέντα, το καφέ του Λυκαβηττού έχει γράψει ιστορία κλπ.), το ξέρουμε λίγο πολύ, έχει γραφτεί εκατό φορές από τη δεκαετία του '50, που άρχισε να συζητιέται το Κολωνάκι, μέχρι σήμερα. Που συζητιέται ακόμα, και που εξακολουθεί να είναι όμορφο, με μια παριζιάνικη χαριτωμενιά η οποία το κρατάει, κοντά έναν αιώνα τώρα, ως κοσμικό, καλλιτεχνικό και ανάλαφρα αριστοκρατικό, κέντρο της Αθήνας. ●

Εδώ έρχεται να μείνει κάποιος, καλλιτέχνης, πολιτικός ή σταρ, όταν είναι στα πάνω του, όταν κάνει δουλειές και σκίζει και είναι «σχετικός», πριν πιάσει την καλή και μετακομίσει στα βόρεια ή σε νησί ή στην Ελβετία





Σκουφά & Ζίνα



Σκουφά 42



Σκουφά & Μασσαλίας



Σκουφά 16



Σκουφά 1



Σκουφά 31



Σκουφά 22



Σκουφά 50



Σκουφά 38





# ΓΝΩΡΙΣΤΕ ΤΗ ΣΚΟΥΦΑ ΤΟΥ ΜΕΣΟΠΟΛΕΜΟΥ

Μία ξενάγηση σε 11 εμβληματικά κτίρια με τον αρχιτέκτονα Νίκο Καβαδά

Του Τάκη Σκριβάνου - Φωτό: Θανάσης Καρατζάς

Είμαι πολύ παρατηρητικός, αλλά εκλεκτικά παρατηρητικός όταν περπατάω. Προσέχω τις λακούβες μπν πέσω, τα αυτοκίνητα μη με πατήσουν και τις όμορφες γυναίκες. Έτσι, ποτέ δεν είχα προσέξει αυτό που μου είπε ο αρχιτέκτονας, Νίκος Καβαδάς: «Η οδός Σκουφά αποτελεί ένα ζωντανό αρχιτεκτονικό μουσείο της περιόδου του Μεσοπολέμου». Μου έδωσε μάλιστα και μια λίστα με 11 τέτοια κτίρια, από τα συνολικά περίπου 30 που υπάρχουν στη Σκουφά, καθώς και κάποιες άλλες ενδιαφέρουσες πληροφορίες. Μπορείτε να κρατήσετε αυτή τη λίστα και στην επόμενη βόλτα σας να δείτε τη Σκουφά με άλλο μάτι.

## Δίνοντας ένα νεοκλασικό για αντιπαροχή

Όσο στο νούμερο 1 όσο και στο νούμερο 3 θα δείτε δύο κτίρια που χτίστηκαν τη δεκαετία του 1920, αντιπροσωπευτικά του εκλεκτικιστικού κινήματος. Έχουν και τα δύο ερκέρ, αρχιτεκτονικές προεξοχές δηλαδή, ημικυκλική στο 1 και κυκλική στο 3. Να κι ένα μικρό μυστικό που μας λέει ο κ. Καβαδάς: «Αν παρατηρήσετε ότι κάποιο κτίριο έχει μεγάλα ερκέρ, έως 1,40 μ., σημαίνει ότι τα κτίρια κατασκευάστηκαν μεταξύ των ετών 1923 και 1937, καθώς πριν και μετά απαγορευόταν».

Λίγο πιο κάτω, στη Σκουφά 22, στη συμβολή της με την οδό Πινδάρου, ένα ακόμα κτίριο του γαλλικού εκλεκτικισμού της δεκαετίας του 1920, όπως και στη Σκουφά 31, όπου στεγάζεται το Ισπανικό Μορφωτικό Ινστιτούτο Θεοβάντες.

Και λίγο πιο πριν, στο 16, η πολυκατοικία χτίστηκε το 1936. Ιδιοκτήτης της ήταν ο Κ. Καρνόπουλος και αρχιτέκτονας ο Εμμ. Λαζαρίδης, απόφοιτος της Beaux-Arts των Παρισίων. Το κτίριο έχει τα χαρακτηριστικά του ύστερου μοντερνισμού και της art deco.

Την περίοδο εκείνη, και κυρίως τα πρώτα χρόνια του Μεσοπολέμου, η Σκουφά ήταν χωματόδρομος με ένα σπίτι εδώ κι ένα εκεί και πότε πότε περνούσαν με τα πρόβατά τους οι βοσκοί του Λυκαβηττού. Ο Ν. Καβαδάς λέει ότι εκείνα τα χρόνια επέστρεψαν στην Ελλάδα πολλοί πλούσιοι Έλληνες της

διασποράς, από Κωνσταντινούπολη, Αίγυπτο, Ρωσία, οι οποίοι επένδυσαν τα χρήματά τους σε σπίτια, αναθέτοντας την κατασκευή τους σε σπουδαίους αρχιτέκτονες. Οι οποίοι, καθώς όλοι τους είχαν σπουδάσει στο εξωτερικό μιας και η πρώτη σχολή Αρχιτεκτονικής στην Ελλάδα ιδρύθηκε το 1917, έφεραν μαζί τους όλα τα σπουδαία αρχιτεκτονικά ρεύματα της εποχής.

Στη γωνία Σκουφά και Σίνα η μοντέρνα πολυκατοικία των Κώτσια - Κωνσταντακάτου, η οποία χτίστηκε το 1932 από τον Κωνσταντινούπολίτη αρχιτέκτονα Παναή Μανουηλίδη, σε στιλ Bauhaus. Χαρακτη-

ριστικά κι εδώ τα ερκέρ πλάτους 1,40 μ. και οι εξώστες. Είναι από τις πρώτες αθηναϊκές πολυκατοικίες που κατασκευάστηκαν με το σύστημα της αντιπαροχής. «Εμείς σήμερα μπορεί να βλέπουμε νεοκλασικά και να τα θαυμάζουμε, όμως εκείνη την εποχή οι άνθρωποι ήταν υπερήφανοι να φεύγουν από αυτά, ή να τα δίνουν για αντιπαροχή, για να μείνουν σε μια πολυκατοικία με όλα τα κομφορ, με θέρμανση, με ασανσέρ κ.λπ.», λέει ο κ. Καβαδάς.

## Οι μοντέρνες πολυκατοικίες της Σκουφά

Στη Σκουφά και Μασσαλίας 9, η μοντέρνα πολυκατοικία Σαββίδη (1935), σε στιλ Bauhaus, χτίστηκε από τον αρχιτέκτονα Ν. Νικολαΐδη. Άλλη μια μοντέρνα πολυκατοικία σε στιλ Bauhaus στο νούμερο 50. Ήταν του Απ. Τσερέτη και κατασκευάστηκε από τον αρχιτέκτονα Βασίλη Τσαγρή, ο οποίος, πλέον, είχε προσχωρήσει στον μοντερνισμό. Στη Σκουφά 42 και Ομήρου η πολυκατοικία Βαμβέτσου (1930), του αρχιτέκτονα Πάνου Νικολή Τζελέπη, είναι μεταβατική προς τον μοντερνισμό, με κλασικές αναφορές, όπως υποστυλώματα στις προσόψεις. Στο 38, η πολυκατοικία του Π. Παπαδόπουλου (1938), του αρχιτέκτονα Κωνσταντίνου Κιτσικί. Παρατηρήστε την art deco διακόσμηση, στο επάνω μέρος της οποίας διακρίνονται τα αρχικά του ιδιοκτήτη της (ΠΠ).

Ο Νίκος Καβαδάς λέει ότι όλα αυτά τα κτίρια ήταν χειροποίητα. Τα πάντα φτιάχνονταν στο χέρι, τα μωσαϊκά, οι σιδερένιες πόρτες, όλα, σε αντίθεση με τη μαζική ανοικοδόμηση της επόμενης περιόδου, όπου όλα ήταν βιομηχανοποιημένα και τυποποιημένα και, προφανώς, απευθύνονταν σε ανθρόπους άλλης οικονομικής τάξης. Κι ότι τη δεκαετία του '30 οι Έλληνες «μοντερνιστές» αρχιτέκτονες βρίσκονταν στη διεθνή πρωτοπορία και εργάζονται χωρίς αυθαιρεσίες, με γνώμονα το όφελος του κοινωνικού συνόλου. Έργα τους είναι οι αστικές πολυκατοικίες στο κέντρο της Αθήνας, οι μικρές μονοκατοικίες στα προάστια, τα λιτά σχολεία σε όλες τις γειτονίες, τα κτίρια πρόνοιας, τα νοσοκομεία. Κάποια από αυτά τα κτίρια

της Σκουφά, παρότι δεν έχουν περάσει 100 χρόνια από την ημέρα που φτιάχτηκαν, έχουν κηρυχθεί διατηρητέα, λόγω του κύρους των αρχιτεκτόνων τους. «Σε ισόγεια βλέπουμε χώρους εστίασης ή άλλα καταστήματα, στους ορόφους κατοικίες και γραφεία. Εδώ η ανάμιξη των χρήσεων δεν έφερε κακό αποτέλεσμα αλλά μια ζωντάνια», συμπληρώνει ο κ. Καβαδάς. Κι εγώ, που την περίοδο του Μεσοπολέμου μάλλον θα 'μουνα τσοπάνης κι όχι μεγαλοαστός, στο εξής κάθε φορά που θα περνάω από τη Σκουφά θα έχω μερικούς λόγους να παρατηρώ και ψηλά. ●

## Ήξερες ότι...

\* Στη Σκουφά 22 (γωνία με Πινδάρου) στεγάζονταν το διάσημο μεγαλομπακάλικο του Παναγιώτη Κήρυκου.

\*\* Έργο του αρχιτέκτονα Εμμ. Λαζαρίδη, που τον συναντήσαμε στη Σκουφά 16, είναι και το Μνημείο του Αγνώστου Στρατιώτη.

\* Η μεγαλοαστική κατοικία στην Ακαδημίας 23 αποτελεί έργο του Βασίλειου Τσαγρή (Σκουφά 50). Στην πορεία του χρόνου ήταν κατοικία Ελλήνων ομογενών, κέντρο του Γ' Ράικ, έδρα της Ένωσης Ανταποκριτών Ξένου Τύπου.

\* Η εκκλησία του Αγίου Διονυσίου Αρεοπαγίτου, στη Σκουφά, κατασκευάστηκε μεταξύ των ετών 1923-1931, σε στιλ αναγεννησιακό και μπαρόκ. Αρχιτέκτων ήταν ο καθηγητής Αναστ. Ορλάνδος. Η εσωτερική διακόσμηση ήταν του αρχιτέκτονα Γεώργιου Νομικού και η αιογράφηση του Σπύρου Βασιλείου.

\* Στο Κολωνάκι, δρόμος με επίσης μεγάλο αριθμό κτιρίων του Μεσοπολέμου, εκτός από τη Σκουφά, είναι και η Πατριάρχου Ιωακείμ.





## Ιωάννα Μαγγανάρα

Η πρόεδρος της Κίνησης Πολιτών Κολωνακίου μιλάει για τα προβλήματα της περιοχής

### Πότε ιδρύθηκε η Κ.Π.Κ.;

Ιδρύθηκε το 2008, αρχικά ως άτυπη ένωση πολιτών και μετέπειτα το 2010 ως νόμιμο σωματείο.

### Τι θέματα απασχολούν την Κ.Π.Κ.;

Το πρώτο θέμα που απασχόλησε την κίνηση ήταν ο «ξεριζωμός» των νεραντζιών της οδού Κανάρη. Ακολούθησε η ανάπλαση της Πλατείας Κολωνακίου, χωρίς καμία πληροφόρηση των κατοίκων και του συλλόγου σχετικά με το τι συμβαίνει.

### Ποιες είναι οι επόμενες επιδιώξεις της Κίνησης;

Με την παρατηρούμενη τάση επιστροφής των κατοίκων στο Κολωνάκι, δύο από τις επιδιώξεις μας είναι η ίδρυση παιδικού σταθμού και λέσχης φιλίας. Σημαντικοί στόχοι επίσης είναι η καθαριότητα, ο φωτισμός και η ασφάλεια της γειτονιάς μας.

### Τα 3 μεγαλύτερα προβλήματα του Κολωνακίου;

α) Η ηχορύπανση β) η διαφύλαξη του ελεύθερου δημοσίου χώρου, γ) η καθαριότητα, το πράσινο και ο φωτισμός.

### Τα 3 ωραιότερα πράγματα του Κολωνακίου;

α) Ο Λυκαβηττός β) τα πολλά μουσεία της περιοχής γ) οι πολλές γκαλερί Τέχνης.

### Τι είναι αυτό που κάνει κάποιον Κολωνακιώτη;

Η κοσμοπολίτικη αύρα.

### Πώς θα περιγράφατε το Κολωνάκι σε κάποιον ξένο;

Ως την πιο ζωντανή αστική γειτονιά της Αθήνας.

### Αν μπορούσατε να αλλάξετε ένα πράγμα αυτή τη στιγμή στο Κολωνάκι ποιο θα ήταν;

Η Πλατεία Κολωνακίου.

### Μια συμβουλή προς τους κατοίκους του Κολωνακίου;

Να γίνουν πιο ενεργόί πολίτες, ν' αγαπήσουν τη γειτονιά τους και να δείξουν αυτή την αγάπη τους έμπρακτα.

### Και μία συμβουλή προς τους «τουρίστες» του Κολωνακίου;

Να σέβονται τον τόπο τον οποίο επισκέπτονται.

Η κ. Ι.Μ. είναι Ε.Τ. Πρεσβευτής σύμβουλος

ασφαλείας και το '91 παραχωρήθηκε στο γειτονικό Μουσείο Κυκλαδικής Τέχνης με το οποίο συνδέεται με γυάλινο διάδρομο.

**16** Δίπλα στην εικόνα με τις όμορφες πολυκατοικίες, υπάρχει το άλλο, «μυστικό» προφίλ του Κολωνακίου: τα ημι-υπόγεια διαμερίσματα των μικρών δρόμων, Χάρητος, Σπυρσίππου, Δεινοκράτους κλπ. Μέρη κρυφών συναντήσεων, έρωτες, ντιλαρίσματα, καταφύγιο φίλων, πέρασμα.

**17** Το Κολωνάκι έχει ωραιότερες βιτρίνες για να χαζεύεις ή και να καθρεφτίζεσαι, περνώντας. Παραμένει η καλύτερη περαντζάδα της Αθήνας. Διάσημοι, σχεδόν διάσημοι, γκουρού της μόδας – αλλά και εγκλήματα της μόδας.

**18** Η πιο κρυφή σκάλα του Κολωνακίου είναι στο τέρμα της οδού Οίτης, δίπλα στην παλιά, θρυλική ταβέρνα «Γάστρα» (νυν Pizze Kolonaki). Σε βγάζει ξαφνικά στον περιφερειακό του Λυκαβηττού, στην ωραία θέα του Λόφου.

**19** Η κυρία Χριστίνα από τη μακρινή Σουηδία είναι μία από τις κρυφές ηρωίδες του Κολωνακίου. Εδώ και 25 χρόνια, αγαπάει και φροντίζει με δικά της έξοδα και με τη συνδρομή του κηπουρού της Βλαδίμηρου, το παρκάκι της πλατείας Κιτσικίη στη Δεινοκράτους.

**20** Η καλύτερη ώρα για να επισκεφτείς το Κολωνάκι: After office - happy hour. Από τις 5 μέχρι τις 9. Μετά, παρτίδες κι έρχονται οι βραδινοί.

**21** Ο Λυκαβηττός έχει ύψος 174 μέτρα. Ο αρχιτέκτονας, πολεοδόμος και λαογράφος Κώστας Η. Μπίρης υποστηρίζει ότι η ονομασία «Λουκαμπετού», δηλαδή μαστοειδές ύψωμα, έχει πελασγική προέλευση. Το σχήμα βέβαια αλλοιώθηκε από τη συνεχή λατόμευση. Δεύτερη εκδοχή: Λύκος+βαίνω. Εκεί που σκάει το φως του ήλιου, τα πρωινά.

**22** Θέατρο Λυκαβητού, υπέροχες συναυλίες κάτω από τα αστέρια, με θέα τη νυχτερινή Αθήνα. Αξέχαστες παραστάσεις και live, από Bjork μέχρι Ella Fitzgerald, εκρηκτικά γεμάτες βραδιές όπως με τους Massive Attack που έμειναν στην ιστορία. Σημείο αναφοράς και διατηρητέο το θέατρο, έργο του Τάκη Ζενέτου (1967). Ακούγεται ότι φέτος θα ξαναλειτουργήσει μετά από χρόνια σιωπής. Μακάρι.

**23** Προτεινόμενη, ευωδιαστή, πράσινη βόλτα με σκύλο ή άνευ: στην οδό Μονής Πετράκη - Γεννάδειο Βιβλιοθήκη - οδό Σουνδίας - οδό Ραβινέ.



**Η Γεννάδειος, στην Αμερικανική Σχολή Κλασικών Σπουδών, είναι η πιο ωραία Βιβλιοθήκη της Αθήνας με υπέροχη «θέα» σε όλον τον 19ο αιώνα (100 χιλιάδες τόμοι) και όχι μόνον. Αρχιτέκτονες: Τζον Βαν Πελτ & Στιούαρτ Τόμσον. Γραφική λεπτομέρεια: η περιοχή παλιά ονομαζόταν Κατσικάδικα.**

**25** Κλασικό «καταφύγιο», το Daily Café, στην καρδιά της Ξενοκράτους, στο 47. Απόμερο σημείο για ραντεβού αν και πολυσύχναστο, τελικά. Τα τραπέζια του φιλοξενούν από παλιές ηθοποιούς - κατοίκους της γειτονιάς, μέχρι πολιτικούς σε αγρανάπαυση, γλύπτες, δημοσιογράφους, έντεχνους μουσικούς και ηθοποιούς ρεπερτορίου.

**26** Το φανάρι γωνία Σέκερη και Κανάρη (γνωστό και ως διαβολοφάναρο ή «δεν περνάς κυρα-Μαρία»). Έχει πάντα τόση ουρά, που καλύτερα να κανείς τον κύκλο παρά να περιμένεις μισή ζωή να περάσεις.

**27** Στης Ράτκας. Ίσως το πιο διαχρονικό στέκι του Κολωνακίου, στη Χάρητος 30-32. Ένα ανεπίσημο ραντεβού όλης της Αθήνας που έχει μείνει ιστορικό όχι μόνο για την –και τώρα– ξεχωριστή κουζίνα του αλλά και τις καλλιτεχνικές και άλλες ιστορίες που συνέβησαν εκεί. Από τα βαφτίσια του λαμπραντόρ της Δήμητρας Γαλάνη (όνομα: Σούσι) μέχρι τον περίφημο καβγά Άρη Δαβαράκη - Γιώργου Κιμούλη (απειλήθηκε για σούρωμα). Η Έλλη Λαμπέτη έβρισκε ότι έχει «τη μαγεία της σκηνής». Η Αλίκη προτιμούσε την αίθουσα του ισογείου. Όλοι έχουν περάσει από τη Ράτκα.

**28** Ίδανικό για τις ηλιόλουστες Αλκυονίδες ή τις ημέρες της άνοιξης και το café στην ταράτσα του κεντρικού κτιρίου του Μουσείου Μπενάκη με τις υπέροχες ζωγραφίες και τα σουπλα του Αντώνη Κυριακούλη. Μια ασυνήθιστη πλευρά της θέας της Αθήνας, ανάμεσα στον Εθνικό Κήπο, την Ακρόπολη και τον Λυκαβηττό. Σχεδόν ξεχνάς τη βοή της Βασιλίσσης Σοφίας, ενώ παίρνεις το πρώτο ροδοκόκκινο χρώμα της σεζόν.

**29** 3 Οκτωβρίου. Ημέρα γιορτής του Αγίου Διονυσίου του Αρεοπαγίτη, πολιούχου της πόλης και μπλοκαρίσματος της οδού Σκουφά. Επίσης γίνεται τα απογεύματα των Σαββάτων του καλοκαιριού, όταν έχουμε γάμους.

**30** Παντοτινό, κλασικό εστιατόριο για ανακουφιστικό, σπιτικό «φαγάκι», η ταβέρνα του Φιλίππου, στην Ξενοκράτους 19. Οι κάτοικοι την αγαπούν, είναι πολύ δημοφιλής και τις μέρες της Σαρακοστής. Τα ζεστά βράδια, τα 5 τραπέζια στην αυτοσχέδια αυλή είναι πάντα γεμάτα.







## Μαρία Ρία Busta Díaz

Η Πρέσβειρα της Χιλής στην Ελλάδα μάς μιλάει για τη γειτονιά όπου βρίσκεται η δουλειά της

Επιμέλεια: Φιλίππα Δημητριάδη

### Πόσα χρόνια είστε στο Κολωνάκι;

Έχω τη χαρά και την τιμή να υπηρετώ ως Πρέσβειρα της Χιλής στην Ελλάδα από τις αρχές του 2015. Η πρεσβεία βρίσκεται στον αριθμό 12 της οδού Ρηγίλλης.

### Ποια ήταν η πρώτη σας εντύπωση από τη γειτονιά, όταν φτάσατε εδώ;

Ήμουν πολύ χαρούμενη για τα πάρα πολλά πλεονεκτήματα που προσφέρει καθώς βρίσκεται στο κέντρο της Αθήνας, είναι σε κοντινή απόσταση από το Υπουργείο Εξωτερικών και άλλους σημαντικούς ελληνικούς θεσμούς όπως η Βουλή μεταξύ άλλων. Πέρα από αυτό, αγάπησα την ιδιαίτερη προσωπικότητα του Κολωνακίου, αυτό τον συνδυασμό ηρεμίας και ζωντανής ατμόσφαιρας, την αφοσίωση και τη φροντίδα να διατηρηθούν οι δημόσιοι χώροι πολύ καθαροί και όμορφα διακοσμημένοι με μία ξεχωριστή σύνθεση, τις ιστορικές του διαστάσεις και φυσικά την τύχη που έχει αυτή η Πρεσβεία να βρίσκεται απέναντι από το Λύκειο του Αριστοτέλη και το Βυζαντινό Μουσείο τα οποία μπορώ να περιεργάζομαι από το γραφείο μου κάθε μέρα.

### Υπάρχει κάτι στο Κολωνάκι που σας δίνει μία οικεία αίσθηση, κάτι που να σας θυμίζει τη χώρα σας;

Μερικοί δρόμοι στο Κολωνάκι έχουν όμορφα δέντρα, ειδικά η Ρηγίλλης με τις γιακαράντες και τις ακακίες, μου θυμίζει πολύ τη γειτονιά Providencia στο Σαντιάγο, το αντίστοιχο του Κολωνακίου για τη χιλιανή πρωτεύουσα.

### Αν ένας φίλος έρχονταν να σας επισκεφτεί, πού θα τον πηγαί-

### νατε για ένα σύντομο περίπατο και γιατί;

Θα τον πήγαινα για μία πρώτη βόλτα στην οδό Ρηγίλλης για μία ματιά στο Λύκειο, έπειτα θα κατευθυνόμασταν προς την πλατεία Κολωνακίου για να πιάσει την ατμόσφαιρα της περιοχής και μετά θα προχωρούσαμε στην Πατριάρχου Ιωακείμ να δούμε τα υπέροχα μαγαζιά και εστιατόρια που βρίσκονται εκεί. Επίσης θα ήθελα να ανέβω μαζί του τα σκαλιά της Λουκιανού και της Πλουτάρχου να δούμε τη θέα από τον λόφο, ένα μοναδικό χαρακτηριστικό της Αθήνας. Θα τον προσκαλούσα ακόμα για έναν περίπατο στην Ηρώδου του Αττικού να δει το Μέγαρο Μαξίμου, καθώς και το Προεδρικό Μέγαρο. Αν είχαμε αρκετό χρόνο θα πρότεινα φυσικά να επισκεφτούμε και ένα από τα σπουδαία μουσεία που βρίσκονται στο Κολωνάκι, όπως το Μπενάκη, το Βυζαντινό, το Κυκλαδικής ή το Ίδρυμα Θεοχαράκη.

### Τι θα αλλάζατε στη γειτονιά του Κολωνακίου, αν είχατε την ευκαιρία;

Δεν νομίζω ότι θα άλλαζα τίποτα συγκεκριμένο μιας και αγαπώ την αυθεντικότητά του, τον πολύ συγκεκριμένο χαρακτήρα του και την κουλ ατμόσφαιρα. Ένα από τα υπέροχα πράγματα στην Αθήνα είναι ότι μπορείς να δεις κάθε είδους προσωπικότητα, παράλληλα με συγκεκριμένα κομμάτια της ιστορίας της ανάλογα με το πού βρίσκεσαι.

### Είναι ένα ηλιόλουστο πρωινό και θέλετε να πάτε έξω για έναν καφέ. Πού θα πηγαίνατε;

Θα πήγαινα οπωσδήποτε στις καφετέριες γύρω από την πλα-

τεία ή στην Τσακάλωφ, που διαθέτουν φανταστική ατμόσφαιρα και σερβίρουν εξαιρετικό καφέ.

### Είναι κιόλας ώρα για μεσημεριανό. Το αγαπημένο σας μέρος για ένα lunch break;

Υπάρχουν τόσο πολλά μέρη με τόσο διαφορετικό στυλ που θα πήγαινα στο Κολωνάκι, όπως τα Zurbaran, Codice Blu, Stinking Bishop, Chez Michel, IT, στη Βιβλιοθήκη ή στο Φιλίππου μεταξύ άλλων. Σίγουρα υπάρχουν κι άλλα που τώρα ξεχνώ.

### Τρία πράγματα που θεωρείτε τα πιο ενοχλητικά στη γειτονιά;

Μερικές φορές η κίνηση μπορεί να είναι λίγο έντονη, αλλά όχι σε εξτρίμ ενοχλητικά επίπεδα. Επίσης μερικά πεζοδρόμια δεν είναι σε καλή κατάσταση, κάτι που μπορεί να δυσκολεύει τη ζωή κυρίως των ανθρώπων μεγάλης ηλικίας. Πέρα από αυτά, ωστόσο, δεν μπορώ να σκεφτώ άλλα προβλήματα.

### Πώς θα περιγράφατε τους ανθρώπους του Κολωνακίου;

Νιώθω ότι οι άνθρωποι στο Κολωνάκι, όπως και στην υπόλοιπη Αθήνα, είναι πολύ ζεστοί, πολύ φιλικό και ιδιαίτερα ομιλητικοί, όλα τους χαρακτηριστικά που εκτιμώ ιδιαίτερα καθώς μου επιτρέπουν να νιώθω σαν μία από τους ντόπιους και όχι σαν ξένη.

### Κάτι που συνέβη στο Κολωνάκι και θυμάστε ακόμα;

Τίποτα συγκεκριμένο, για μένα το Κολωνάκι είναι ένα σύνολο ευχάριστων εμπειριών από την καθημερινή μου ζωή στην Αθήνα. Νιώθω προνομιούχα που το απολαμβάνω καθημερινά.

*\*Η Πρεσβεία της Χιλής βρίσκεται στην οδό Ρηγίλλης 12*





## Olaf Kjelsen

Ο Πρέσβης της Ελβετίας στην Ελλάδα μάς μιλάει για τη γειτονιά όπου βρίσκεται η δουλειά του

Επιμέλεια: Γεωργία Σκαμάγκα

### Πόσα χρόνια είστε στο Κολωνάκι;

Παρουσίασα τα διαπιστευτήριά μου στον Πρόεδρο της Ελληνικής Δημοκρατίας στις 4 Ιουνίου του 2018. Η οικογένειά μου και εγώ ζούμε στην πρεσβευτική κατοικία στο Χαλάνδρι από τον Ιούλιο του ίδιου έτους. Ωστόσο, η Πρεσβεία της Ελβετίας εδρεύει στο Κολωνάκι, οπότε περνάω το μεγαλύτερο μέρος της μέρας μου σε αυτή την πλευρά της πόλης.

### Ποια ήταν η πρώτη σας εντύπωση από τη γειτονιά, όταν φτάσατε εδώ;

Αρχικά, όταν έφτασα στην Αθήνα για να αναλάβω τα καθήκοντά μου, έμεινα σε ένα πολύ όμορφο ξενοδοχείο στον λόφο του Λυκαβηττού, με το Κολωνάκι στα πόδια του και μια υπέροχη θέα στην Ακρόπολη, στη θάλασσα ακόμη πιο μακριά, μέχρι και στα νησιά του Σαρωνικού. Πήγα με τα πόδια στην Πρεσβεία και ένιωσα αμέσως μαγεμένος από ό,τι έβλεπα γύρω μου.

### Υπάρχει κάτι στο Κολωνάκι που σας δίνει μία οικεία αίσθηση, κάτι που να σας θυμίζει τη χώρα σας;

Πολλά σημεία στην περιοχή μου θυμίζουν –ευτυχώς– πως δεν βρίσκομαι βόρεια των Άλπεων. Οι νεραντζιές στα πεζοδρόμια, η θάλασσα στον ορίζοντα, οι ήχοι και οι μυρωδιές της Μεσογείου. Υπάρχει όμως και ένας αριστοκρατικός αέρας και μια κομψότητα που κυκλώνουν το Κολωνάκι, μια αίσθηση αρκετά γνώριμη σε έναν Ελβετό.

### Αν ένας φίλος έρχονταν να σας επισκεφτεί, πού θα τον ηγαίνατε για ένα σύντομο περίπατο και γιατί;

Σίγουρα θα κάναμε μια βόλτα στα μονοπάτια του Λυκαβηττού, για τη μοναδική θέα που σου προσφέρουν στην πόλη και γιατί καταλαβαίνεις την πραγματική της κλίμακα, όπως αναφορίζεται, σαν να προσπαθεί να σε φτάσει. Μια πιο ήπια αναμφίβολα διαδρομή είναι κατά μήκος της Πατριάρχου Ιωακείμ και γύρω από την πλατεία, θα σταματήσουμε σε ένα από τα πολλά καφέ και ζαχαροπλαστέια για κάτι δροσιστικό. Από εκεί, και μερικά μόνο βήματα μακριά, βρίσκεται ένα από τα ομορφότερα μουσεία της πόλης, όχι τόσο γνωστό στους ξένους επισκέπτες.

### Τι θα αλλάζατε στη γειτονιά του Κολωνακίου, αν είχατε την ευκαιρία;

Κατά τη γνώμη μου οι πεζοδρόμοι είναι από τα στοιχεία που κάνουν μια γειτονιά περισσότερο ελκυστική και ταυτόχρονα αναβαθμίζουν την ποιότητα ζωής των κατοίκων της. Επίσης, τα υπόγεια παρκινγκ των αυτοκινήτων θα

ήταν ένας αποτελεσματικός τρόπος να μειωθεί η άναρχη στάθμευση των οχημάτων αλλά και ο θόρυβος στο κέντρο της περιοχής.

### Είναι ένα ηλιόλουστο πρωινό και θέλετε να πάτε έξω για έναν καφέ. Πού θα ηγαίνατε;

Ευτυχώς υπάρχει πληθώρα επιλογών εδώ σε απόσταση περπατήματος από το γραφείο. Απολαμβάνω το ίδιο έναν γρήγορο καφέ σε ένα από τα cafe τα οποία είναι γεμάτα κόσμο που κάνει μια στάση πριν συνεχίσει βιαστικά τις δουλειές του, αλλά και τις μοναδικές ποικιλίες και την κομψή αισθητική των καφέ-μπαρ. Θα αφιερώσω χρόνο σε ένα από τα πιο αυθεντικά στέκια της περιοχής με την πλούσια ιστορία τους.

### Είναι κιάλας ώρα για μεσημεριανό. Το αγαπημένο σας μέρος για ένα lunch break;

Συνήθως παίρνω κάτι σε πακέτο από ένα αγαπημένο μέρος κοντά στην πρεσβεία με απλές, σπιτικές γεύσεις και τρώω παρέα με τους συνεργάτες μου στο γραφείο. Εάν είναι να βγω για φαγητό με κάποιον καλεσμένο μου, μου αρέσει να επισκέπτομαι διαφορετικά μέρη κάθε φορά, να ανακαλύπτω κάθε φορά κάτι διαφορετικό.

### Τρία πράγματα που θεωρείτε τα πιο ενοχλητικά στη γειτονιά;

Δεν μπορώ να πω ότι με ενοχλεί κάτι συγκεκριμένο στο Κολωνάκι. Η κίνηση στους δρόμους της Αθήνας γενικότερα μπορεί να γίνει πολύ αγχωτική κάποιες φορές.

### Πώς θα περιγράφατε τους ανθρώπους του Κολωνακίου;

Θα μου ήταν αδύνατο να τους περιγράψω με έναν γενικό όρο, καθώς εδώ ζουν και πολλοί ξένοι και συνάδελφοι διπλωμάτες. Είναι γενικότερα ένα συνονθύλευμα ανθρώπων. Υπάρχει όμως διάχυτη μια φιλική διάθεση από όλους, μια ευγένεια και η αίσθηση οικειότητας στους Έλληνες που γνωρίζω ή συναντώ καθημερινά. Από την πρώτη στιγμή σε κάνουν να νιώθεις καλοδεχόμενος.

### Κάτι που συνέβη στο Κολωνάκι και θυμάστε ακόμα;

Είναι τόσες οι αναμνήσεις από αυτόν τον ένα χρόνο που είναι δύσκολο να επικεντρωθώ σε κάτι συγκεκριμένο. Το τρέξιμο στον Λυκαβηττό, στην καρδιά της πόλης, περιτοιχισμένος από πεύκα, λουλούδια και πεταλούδες, νιώθοντας τον αέρα που έρχεται από τη θάλασσα που βλέπω στον ορίζοντα, είναι μια μοναδική εμπειρία, το κοντινότερο συναίσθημα σε αυτό της απόλυτης ευτυχίας.

*Η Πρεσβεία της Ελβετίας βρίσκεται στην οδό Ιασιού 2*

# 31

**Ο Κώστας Κοτσιούρος** είναι ο αγαπητός κρεοπώλης της Ξενοκράτους. Το οικογενειακό μαγαζί υπάρχει από το 1962, ενώ του έχουν ζητήσει μέχρι και να πάει «να κρεμάσει κάτι κουρτίνες».

**32** Μια διαφορετική βόλτα για shopping και κάζεμα ωραίων αντικειμένων: τα πωλητήρια των μουσείων του Κολωνακίου. Τέχνη και πραγματάκια.

**33** Πριν ακόμα το σούσι γίνει μόδα, το πρώτο σουσάδικο που άνοιξε στην Αθήνα από τον Λεωνίδα Γουλανδρή ήταν (και είναι) εδώ: το Kiku, στην οδό Δημοκρίτου. Το 1993 και πολλά τσόποστικς πριν.

**34** Μετρήσαμε τα σκαλιά για να ανέβεις στον περιφερειακό Λυκαβηττού από τη Σπενσιόπου μεσω Μαρασλή: 207. Τα σκαλιά από τη Στρατιωτικού Συνδέσμου έως τη Φωκυλίδου είναι 54. Και άλλα 27 από εκεί μέχρι την Αναγνωστοπούλου.

**35** Στο οικόπεδο της οδού Ρηγίλλης, στη βόρεια πλευρά του Ωδείου Αθηνών, βρέθηκε το Λύκειο του Αριστοτέλη. Άλλη μια απόδραση-έκπληξη από την κίνηση της λεωφόρου, να βρεθείς μέσα σε αγριολούλουδα και μικρά, καταπράσινα δρομάκια.

**36** Τις αγιογραφίες του Αγίου Διονυσίου Αρεοπαγίτη, στη Σκουφά, τις έχει φιλοτεχνήσει ο ζωγράφος Σπύρος Βασιλείου.

**37** Οδός Κανάρη. Ένας δρόμος που τα έχει όλα. Από σουπερ μάρκετ, φαρμακείο και περίπτερο μέχρι ανθοπωλείο, και κάθε είδους εμπορικό κατάστημα, μέχρι στάση λεωφορείου. Είναι ίσως, συνδέει την Ακαδημίας με την πλατεία.

**38** Στο 14 της Κανάρη βρίσκουμε ένα από τα πιο κλασικά, κομψά καταστήματα της πόλης, το Mah Jong – ένα bespoke ταξίδι στο τέλει αντρικό κοστούμι, με ατμόσφαιρα που θυμίζει το φλωρεντινικό Tanino Crisci. Κοστούμια KITON, χειροποίητα ναπολιτάνικα κοστούμια Mauro Blasi, υπέροχες ιταλικές τσάντες Tramontano, παπούτσια John Lobb επί παραγγελία από το Λονδίνο, συλλεκτικά και άλλα Moleskine, μέχρι και τα περίφημα, χειροποίητα σκάφη - σε μικροκατασκευή Kiade.





*The immortal icon of style*

*Best  
menswear brands*

*sur mesure*

*&*

*prêt-à-porter:*

*KITON*

*SARTORIO*

*CAMICERIA SANTANGELO*

*DE PETRILLO*

*GIRELLI BRUNI*

*KAPPA*

*SERAPHIN*

*RODA*

*VINCENZO DI RUGGIERO*

*AIDA BARNI*

*MARCO PESCAROLO*

*SEASE*

*HESCHUNG*

*ALDEN*

*JOHN LOBB*

*etc.*

*"Fashion is what one wears. What is  
unfashionable is what others wear"*

Oscar Wilde

NEW BRANDS

NEW COLLECTIONS

SPRING / SUMMER

2019



MAH JONG

*The Elite Sartorial Experience*

*14 Kanari str. / 106 74 Athens / Greece / tel.: +30210 362 2860 / [www.mahjong-boutique.gr](http://www.mahjong-boutique.gr)*





## Klavs A. Holm

Ο Πρέσβης της Δανίας στην Ελλάδα μάς μιλάει για τη γειτονιά όπου βρίσκεται η δουλειά του

Επιμέλεια: Φιλίππα Δημητριάδη

### Πόσα χρόνια είστε στο Κολωνάκι;

Μετακόμισα στην Αθήνα τον Σεπτέμβρη του 2018. Μένω σε άλλη πλευρά της πόλης, αλλά η Πρεσβεία βρίσκεται στο Κολωνάκι κι έτσι περιπλανιέμαι καθημερινά στη γειτονιά.

### Ποια ήταν η πρώτη σας εντύπωση από τη γειτονιά, όταν φτάσατε εδώ;

Ότι είναι όμορφη και ζεστή. Ιδιαίτερα μου άρεσαν –και μου αρέσουν ακόμα– τα μικρά δρομάκια με τα καφέ, τα μπαρ και τα εστιατόρια που περιβάλλονται από δέντρα, που μάλιστα το καλοκαίρι βοηθούν στο να διατηρούν το μέρος πιο δροσερό.

### Υπάρχει κάτι στο Κολωνάκι που σας δίνει μία οικεία αίσθηση, κάτι που να σας θυμίζει τη χώρα σας;

Στην Κοπεγχάγη έχουμε πάρα πολλά μέρη με πράσινο και δέντρα που ενσωματώνονται στο αστικό τοπίο. Η μίξη urban στοιχείων με τη φύση που βρίσκεται κανείς και στο Κολωνάκι δίνει αυτή την αίσθηση του οικείου, που αναφέρετε.

### Αν ένας φίλος έρχονταν να σας επισκεφτεί, πού θα τον πηγαίνατε για ένα σύντομο περίπατο και γιατί;

Νομίζω ότι θα πήγαινα τον φίλο μου στην πλατεία Κολωνακίου, μιας και απολαμβάνω πολύ την ατμόσφαιρα εκεί.

### Τι θα αλλάζατε στη γειτονιά του Κολωνακίου, αν είχατε την ευκαιρία;

Δεν ξέρω, εφόσον δεν μένω στη γειτονιά είναι αρκετά δύσκολο να βρω κάτι. Για μένα είναι όμορφη ακριβώς όπως είναι.

### Είναι ένα ηλιόλουστο πρωινό και θέλετε να πάτε έξω για έναν καφέ.

#### Πού θα πηγαίνατε;

Θα πήγαινα σε ένα από τα ωραία καφέ της Τσακάλωφ. Το κλίμα εκεί είναι απλά υπέροχο.

### Είναι κιόλας ώρα για μεσημεριανό. Το αγαπημένο σας μέρος για ένα lunch break;

Συχνά απολαμβάνω το μεσημεριανό μου στο Δειπνοσοφιστήριο, στο Μουσείο Μπενάκη.

### Τρία πράγματα που θεωρείτε τα πιο ενοχλητικά στη γειτονιά;

Αρκετά δύσκολη ερώτηση. Δεν μπορώ καν να φανταστώ ποια θα μπορούσαν να είναι αυτά.

### Πώς θα περιγράφατε τους ανθρώπους του Κολωνακίου;

Είναι πολύ ευγενικοί, ανοιχτοί και ευσυνείδητοι, κάτι το οποίο εκτιμώ πολύ.

### Κάτι που συνέβη στο Κολωνάκι και θυμάστε ακόμα;

Οι συνάδελφοί μου –και από τις άλλες πρεσβείες– κι εγώ σε γενικές γραμμές πηγαίνομε για δείπνο ή ποτό στο Κολωνάκι. Είναι το μέρος που βγαίνομε, όταν μπορούμε να μαζευόμαστε.

\*Η Πρεσβεία της Δανίας βρίσκεται στην οδό Μουρούζη 10

# 39

**Ξέρεις ότι όλα πάνε καλά** όταν περνάς έξω από το δισκάδικο Rock & Roll Circus, στο 21 της οδού Σίνα, και το βλέπεις ακόμα εκεί. Στα ράφια του, σκαρφαλωμένοι λάτρεις και νεόκοποι του βυνιλιού, 45άρια και παλιές κυκλοφορίες, ελληνικά cult διαμάντια, δίπλα σε σάουντρακ και ψυχεδέλεια. Σημείο συνάντησης.

**40** Για «σινεμά με τη μαμά», πάντα διαλέγουμε το Έμπασι Nova Odeon της Ηροδότου & Πατριάρχου Ιωακείμ. Οι επιλογές του στις ταινίες που προβάλλει διακρίνονται πάντα από μία συναισθηματική κομψότητα. Η πρωταγωνιστεί η Μέριλ Στριπ.

**41** Το Κολωνάκι έχει παράλληλα και μία ζωή κανονικής γειτονιάς στους εσωτερικούς ακάλυπτους. Με μπουγάδες και καναρίνια, καλημέρες και μυρωδιές από φαγητά, νερά στην αποκάτω, φευγαλέες κουβέντες από τις μπαλκονόπορτες και ασκήσεις πιάνου στον αέρα.

**42** Την ίδια εποχή, προ-internet, το καταφύγιο των insomniacs ήταν τα περιπτερά της Πλατείας, φορτωμένα με όλα-μα όλα τα περιοδικά του ξένου τύπου.

**43** Από γκρίνιες των κατοίκων, σταχυολογούμε τι λείπει από το Κολωνάκι: Ένα κατάστημα με εργαλεία και χρώματα - Ένα δισκάδικο με vintage ιταλικά - Φαρδιά πεζοδρόμια - Βενζινάδικο - Ιχθυοπωλείο.

**44** Τυπικό σημείο ραντεβού, το βιβλιοπωλείο Libro στην Πατριάρχου Ιωακείμ. Αν σε στήσουν οι βιτρίνες του είναι ο ωραιότερος τρόπος να απορροφηθείς. Ακόμα καλύτερα αν, μπαίνοντας μέσα κι αρχίζοντας το ψάξιμο, αργήσεις εσύ στο ραντεβού.

**45** Τα ψηλά βράχια γύρω από το θέατρο Λυκαβηττού, είναι ωραίες, μικρές πλατφόρμες για τέλεια ηλιοθεραπεία – μέσα στο πράσινο και το ελαφρύ αεράκι. Συχνά, θα δεις παρέες εκεί να απολαμβάνουν την υψηλότερη θέα της Αθήνας, βάζοντας αντιπλιακό.

**46** Ώρα για κάτι γλυκό, νοσταλγική γεύση που θυμίζει κέρασμα σε επίσκεψη, γενέθλια, να πάρω κι ένα δεύτερο; Οι μπεζέδες του «Ελληνικού» στην Πατριάρχου Ιωακείμ.

**47** Η Πατριάρχου Ιωακείμ ήταν ο πρώτος δρόμος της Αθήνας στον οποίο εμφανίστηκαν ολοκληρωμένες πολυκατοικίες, η μία δίπλα στην άλλη.





shop online  
[www.idconceptstores.com](http://www.idconceptstores.com)



12 Kanari Str., Kolonaki  
106 74 Athens  
T. +30 210 32 21 801

37<sup>A</sup> Kifissias Avenue  
151 23 Maroussi  
Golden Hall Shopping Center  
T. +30 210 68 32 710

find us on facebook & instagram  
[idconceptstores](http://idconceptstores)



# 48

**Το know-how για τον espresso του Da Capo (που έχει περάσει πια μέχρι και στους τουριστικούς οδηγούς) είναι: self service, στα όρθια και γρήγορα. Δεν το θέλεις αραχτός στα τραπεζάκια, γιατί τότε είναι από καπουτσίνο και πάνω.**

**49 Ο μύθος λέει ότι ο πρώτος** παγωμένος espresso (freddo) σερβιρίστηκε στα τραπεζάκια της πλατείας Κολωνακίου, ρίχνοντας τον «φραπέ» στα καζάνια της αιώνιας μπαναλαρίας. Δημιουργός του ο τότε barista του πρωτοεμφανιζόμενου Da Capo, Antonio Tuttera.

**50 Στάσου μισό λεπτό.** Απόλαυσε τη μυρωδιά των γιασεμιών έξω από το κτίριο Μιχαλαριά στην Ηροδότου. Και συνέχισε τώρα.

**51 Στη Δεινοκράτους,** στον φούρνο «Λυκαβηττό», υπάρχει περίπτωση να δεις και τον Γιώργο Βέλτσο να περιμένει στην ουρά για να αγοράσει ψωμί. Είναι πέρασμα.

**52 Το πιο κολωνακιώτικο όνομα** στην ιστορία του ελληνικού κινηματογράφου: Ζανέτ Φλωρά. Ήταν η Μάρω Κοντού στο «Έγκλημα στο Κολωνάκι».

**53 Η αγαπημένη γραμμή 060** του μπλε λεωφορείου. Ή, ο γύρος του Κολωνακίου σε 40 λεπτά. Από την Κανάρη και μετά αραιώνει από επιβάτες και είναι ακόμα πιο ευχάριστη η βόλτα.

**54 Tip:** Τη γραμμή 060 θα πάρεις αν θέλεις να πας στο σημείο που αρχίζει ο δρόμος προς το θέατρο του Λυκαβηττού στη Σαρανταπήχου (8η στάση). Την ίδια γραμμή, αν θέλεις να πας και στο Ναυτικό Νοσοκομείο στη Δημοκάρους.

**55 Χριστάκης, Κριεζώτου 5.** Κατάστημα που ιδρύθηκε το 1947 από τον Χριστάκη Τριανταφυλλίδη και από τότε βρίσκεται στο ίδιο κτίριο που στεγάζει και το φημισμένο εργαστήριο χειροποίητων υποκαμίσων. Bespoke αντρικό ντύσιμο και κλασική πελατεία με έμφαση στους πολιτικούς.

**56 Άνοιξη στο Κολωνάκι:** Ανθισμένες κουτσουπιές, στη βόλτα προς το δάσος του Λυκαβηττού, περνώντας μπροστά από το σπίτι της Μελίνας στην (πρώην) οδό Αθηναίων Εφήβων – και νυν Μελίνας Μερκούρη. Πόσο σωστή η πρώτη ονομασία.

**57 Φλασιά από ιταλική φινέτσα:** Οι καλαίσθητες βιτρίνες του πιο κομψού οπτικάδικου της Αθήνας, των αδελφών Ταρτάρα, στην Ακαδημίας.

**58 Μόνιμη γκρίνια των κατοίκων,** το ωράριο μουσικής στα μπαρ. Συχνά πέφτουν μηνύσεις, συχνά βγαίνουν νόμοι, τελικά πάλι όλα βρίσκουν την ισορροπία τους ανάμεσα στο «λίγο πιο χαμηλά» και στο «αυτή είναι η ζωντάνια της περιοχής».

**59 Ανάμεσα στα ρετιρέ** και ο εμβληματικός βεραμάν τρούλος του Αγίου Διονυσίου Αρεοπαγίτη, της εκκλησίας της οδού Σκουφά, που λειτουργεί και σαν εφεδρική Μητρόπολη της Αθήνας. Πρωτοχτίστηκε πιο μικρή το 1885, μεγάλωσε πολύ αργότερα.

**60 Η Κυρία Τεπενδρή.** Η Ms.Kolonaki, θα μπορούσαμε να πούμε, η φιγούρα της απόλυτης Κολωνακιώτισσας διά χειρός



Κωνσταντίνου Κακανιά που εμφανίζεται κατά καιρούς σε έργα, εκθέσεις, events, και στα μπλουζάκια και τα εξώφυλλα της Athens Voice συχνά.

**61 Το 1900 στη Δεξαμενή** υπήρχαν δύο καφενεία που τα αποκαλούσαν «Οι ερμηίτες» γιατί ήταν πολύ έξω από τα καθιερωμένα σύνορα της πόλης. Το φθηνότερο, του μπαρμπα-Γιάννη, πουλούσε τον καφέ μια δεκάρα. Το δεύτερο, το Τέρψη, εξελίχθηκε σε φιλολογικό καφενείο με πιστούς θαμώνες τον Παπαδιαμάντη και τον Βάρναλη.

**62 Στη γειτονιά της Δεξαμενής** εμφανίστηκαν, στη δεκαετία του '20, και τα πρώτα «εκτός κέντρου» τότε, μικρά μπαρ που έπαιζαν τζαζ μουσική. Τα «ξενόφερτα».

**63 Σήμερα, στο νούμερο 4** της Δεινοκράτους, βρίσκεται, από το 1995, το Jazz In Jazz. Ένα από τα πιο πιστά, αγαπημένα και κλασικά τζαζ κλαμπ της Αθήνας, θησαυροφυλάκιο χιλιάδων δίσκων και ετικετών ουσίκι. Για μνημένους και πότες.

**64 Ανεβαίνοντας τα σκαλάκια** στο τέρμα της Πινδάρου, φτάνοντας στο κεφαλόσκαλο της Φωκυλίδου, γύρνα το βλέμμα σου πίσω και δεξ κατευθείαν ίσια, στο βάθος, ανάμεσα στις πολυκατοικίες, το πιο όμορφο freeze frame του Παρθενώνα λουσμένου στο φως του ήλιου.

**65 Έτσι είναι το Κολωνάκι.** Πας παντού με τα πόδια. Από το κέντρο της Αθήνας, στο βάθος της ιστορίας.

**66 Εντωμεταξύ,** στα άλλα σκαλάκια στο τέρμα της Αναγνωστοπούλου, εκεί που συναντάει τη Σίνα, υπάρχει το πιο χρήσιμο περίπτερο του κόσμου (αν υπολογίσεις τα σκαλιά και τις ανηφόρες). Κρατήστε το ανοιχτό!

**67 Εικόνα με ήχο 1:** Πρωί. Ανεβαίνοντας την Ομήρου. Στο 55 σταματάς να πάρεις ανάσα και σε τυλίζουν νότες κλασικής μουσικής που ξεχύνονται ανάλαφρα από την Κρατική Σχολή Χορού.

**68 Εικόνα με ήχο 2:** Το πλάτωμα έξω από το θέατρο του Λυκαβηττού, απέναντι από την καντίνα. Ή θα είναι γεμάτο σουζάδες που θα καίνε λάστιχα ή, αν είναι άδειο, την ώρα της δύσης, είναι το κατάλληλο σκηνικό για μία δική σας εκδοχή του «A Lovely Night Scene» από το La La Land.

**69 Κολωνακιώτικο must:** τις Παρασκευές, η λαϊκή της Ξενοκράτους (το αντίπαλο δέος της λαϊκής της Καλλιδρομίου) είναι ένας μικρόκοσμος της περιοχής τόσο εικονικός ώστε τον έχει αποτυπώσει σε έργο του και ο Παναγιώτης Τέτσης. Ανάμεσα στις κυρίες με το μοβ μαλλί, έχει εμφανισθεί και η κυρία Έλενα Κουντουρά μοιράζοντας προεκλογικά φυλλάδια στους μανάβηδες...

**70 Ο πιο κακοτράχαλος** και επικίνδυνος δρόμος του Κολωνακίου: η Δημοκρίτου. Οι γάτες πάλι, για κάποιο λόγο, συχνάζουν πολλές στην πλατεία, τέρμα της Ξενοκράτους, μετά το L' Abreuvoir.

**71 Το Κολωνάκι θεωρείται** μία ασφαλής περιοχή για να μείνει μια κοπέλα μόνη της.

**72 Tip:** Παρασκευοσάββατα, αργά, στην Κουμπάρη γίνονται ανελέητα αλκοτέστ.

**73 3.000 αντικείμενα Κυκλαδικής,** Αρχαίας Ελληνικής και Κυπριακής Τέχνης στις μόνιμες συλλογές του Μουσείου Κυκλαδικής Τέχνης.

**74 Σήμερα, στην ήσυχη οδό Αναπήρων Πολέμου** μπορείς να βρεις εκεί δέντρα αβοκάντο. Ισχύει.

**75 Ψάξτε να δείτε την ταινία** «Αι-Γιώργης Λυκαβηττός» του Ηλία Γιαννακάκη. Ό,τι πιο όμορφο έχει γίνει για τον πιο όμορφο λόφο της Αθήνας. Η καθημερινή ζωή, οι επισκέπτες, οι κανονιοβολισμοί, η Αθήνα της κρίσης και των οδομαχιών όπως φαίνεται και ακούγεται από ψηλά και μια συναρπαστική γιαγιά που μαζί με το σκύλο της φροντίζουν το εκκλησάκι του Αι-Γιώργη.





## mastihashop

**Η αγαπημένη μας μαστίχα σε έναν νέο, πλήρως ανανεωμένο χώρο**

Τα mastihasShop τα ξέρουμε και τα αγαπάμε γιατί μας προσφέρουν όλο το χρόνο παραδοσιακά προϊόντα, καλλυντικά, ποτά και τρόφιμα με βάση την αρωματική μαστίχα. Τα mastihasShop, δημιούργημα των ανθρώπων της μαστίχας στη Χίο, ανέδειξαν τις ιαματικές και καλλυντικές της ιδιότητες και τη σύστησαν στο κοινό με νέα ταυτότητα και οικολογικές ανησυχίες. Αυτό που ίσως δεν ξέρεις όμως είναι ότι το flagship κατάστημα στην Αθήνα ανακαινίστηκε πρόσφατα ώστε, ακολουθώντας τη βασική φιλοσοφία των mastihasShop, να μας προσφέρει μια βιωματική εμπειρία. Στον πλήρως ανανεωμένο χώρο του με το minimal design, μπορείς να βρεις beauty corners και μαρμάρινους νιπτήρες για να δοκιμάσεις τα καλλυντικά και τα σαπούνια, αλλά και ακόμα μεγαλύτερη ποικιλία προϊόντων. Άλλωστε ανανεώνουν συχνά τη λίστα των προϊόντων τους κατά τη διάρκεια του χρόνου, ώστε να μας προσφέρουν διαρκώς νέες και ενδιαφέρουσες προτάσεις. Αυτή την περίοδο μπορείς να βρεις μεγάλη ποικιλία σε σαρακοσιανά, νηστίσιμα προϊόντα αλλά και πολλές ιδέες για δώρα διαλέγοντας τη συσκευασία και αυτά που θέλεις να περιέχει.

● Πανεπιστημίου 6 & Κριεζώτου, Κολωνάκι,  
210 3632750, [www.mastihashop.com](http://www.mastihashop.com)













## Κολωνάκι Place

(Η εικόνα του Κολωνακίου 48 χρόνια πριν, όπως την τραγούδησε ο Κώστας Χατζής)

Γύρω καφενεία, ζαχαροπλαστεία, άνθρωποι του κόσμου και του υποκόσμου, πρόσωπα αστεία, ύφος και σοφία, πόζα και σοφία στη μικρή πλατεία.

Στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία είν' αστεία.

Ασθενικά δεντράκια γεμάτα τραπεζάκια, πλήθος τραπεζάκια, αριστοκρατία, φίνα πελατεία, ούισκι, τσιγαράκι, ούισκι και φλερτάκι και καμιά ληστεία.

Στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία είν' αστεία.

Αργόσχολες κυρίες, βεντέτες, ευκαιρίες, ποιητές, τάχα, ζωγράφοι, μουσάτοι, μαγκάτοι, ποζάρουν με μανία, στήνονται με τις ώρες, μιλούν για μεγαλεία στη μικρή πλατεία.

Στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία είν' αστεία.

Ψαρικά, ανθοπωλεία, εξαμίσεις, φασαρία, ταξιτζήδες, ραλιτζήδες, μπίζνες και αεριτζήδες, γκουβερνάντες, στιλβωτήρες, στήσιμο και σνομπάρια, πλούσιοι και αφραγκία και μπλου τζιν και ευωδία.

Στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία είν' αστεία.

Πονηρούλες κυριούλες μα και υπηρετριούλες, λολίτες, γυναικάκια, μίνι, μάξι και σορτσάκια, κύριοι με κιμονό, κρεμαστάρια στον λαιμό, μασκαράδες, κωμωδία, δεσποινίδες, αμαρτία και καρέκλες ποικιλία.

Στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία είν' αστεία.

Το ηρώι σνομπάρια, ψώνια στα παντοπωλεία, συγγραφείς τα μεσημέρια πίνουν μπίρα, γράφουν έργα, αφηγούνται ιστορίες σε μεσόκοπες κυρίες, θεατρίνες όλο νάζι, παίδαροι πολλοί και χάζι, σούρτα φέρτα το βραδάκι, σταυροπόδι και ουζάκι, άγχος, τάχα, κι αγωνία, ένα παγωτό στα τρία.

Στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία είν' αστεία.

Με τα φώτα στολισμένοι, θυμωμένοι, πικραμένοι, άλλοι ευχαριστημένοι, στις καρέκλες καθισμένοι, κολλημένοι, στοιβαγμένοι, λένε, θάβουν με μανία, νύχτα περασμένες μία, νύχτα, πλήξη και ανία.

Γαρδένιες πουλάει η Γεωργία κι είναι όλα γοητεία, στη μικρή πλατεία, στη μικρή πλατεία την αστεία.

Από τον δίσκο «Πέτρα & Φως» που κυκλοφόρησε από την Polygram το 1971

(στίχοι: Νίκος Ζακόπουλος / μουσική: Κώστας Χατζής)

# 76

**British Council, Πλ.Κολωνακίου 17.** Έτος ίδρυσης 1939. Όταν λέμε «σπουδές στην Αγγλία» από εκεί ξεκινάει όλα. Τα Lower των παιδικών μας χρόνων.

**77** Όσο για το Γερμανικό Ινστιτούτο Goethe, είναι το παλαιότερο Γκαίτε στον κόσμο. Υπάρχει στην οδό Ομήρου 14-16 από το 1952.

**78** Στο Θεατρικό Μουσείο (Ακαδημίας 50), αν και ταλαιπωρημένο, μπορούν ακόμα οι φίλοι του θεάτρου να δουν κοστουμια, προσωπικά αντικείμενα, μέχρι και αναπαράσταση από καμαρίνια αγαπημένων ηθοποιών. Θα μπορούσε να είναι πολύ πιο πλούσιο και προσεγμένο.

**79** Flashback στο πιο «δεκαετία του '60», κρυφό μπαρ του Κολωνακίου. Το «Rue de Marseille», φυσικά στην οδό Μασσαλίας, φιλοξένησε ποιητές και φοιτητές, τζουκ-μποξ με ροκ λίστα κομματιών και κρυφά ραντεβού. Παραμένει ακόμα ίδιο, όπως τότε – για όσους θυμούνται.

**80** Ακριβώς απέναντι, η είσοδος της Ελληνοαμερικάνικης Ένωσης με τα χαρακτηριστικά φώτα νέον. Μεταξύ άλλων φιλοξενεί πολλές εκδηλώσεις όπως τις ποιητικές βραδιές του «Με τα λόγια γίνεται» και το σούπερ δημοφιλές φεστιβάλ κόμικ της πόλης, το Comicdom Con, που εξαπλώνεται πια και στον κήπο του Γαλλικού Ινστιτούτου απέναντι. Τη μέρα του διαγωνισμού κοστουμιών κόμικ Cosplay, μπλοκάρει όλο το τετράγωνο.

**81** Περνώντας από τη Βαλαωρίτου, στο 9, δεν μπορείς να μην προσέξεις το μικρό καφέ κάτω από το τεράστιο δέντρο, που έχει το ύψος 7ώροφης πολυκατοικίας.

**82** Για το φυτολόγιό σας: Ο Λυκαβηττός κρύβει περισσότερα από 120 διαφορετικά είδη φυτών.

**83** Οι πρόποδες του Λυκαβηττού ήταν πάντα μία ωραία, εξοχική βόλτα για τους Αθηναίους. Στις αρχές του 20ού αιώνα, ανάμεσα στις λευκές και τις πρασινάδες, κοντά σε μία πηγή που υπήρχε εκεί, άνοιξε ένα μικρό καφενείο που άρχισε να γίνεται στέκι λογοτεχνών και διανοούμενων. Η (για ευνόητους λόγους) πανσιόν που υπήρχε δίπλα, μαζί με το «Ζυθεστιατόριον Παράδεισος» μετεξελίχθηκαν σε ένα από τα ωραιότερα ξενοδοχεία της Αθήνας, το Saint George Lycabettus (Κλεομένους 2).

**84** Εκεί κοντά, ανάμεσα στα ρέματα, υπήρχε και «η σπηλιά της πουτάνας».

**85** Σήμερα, η μικρή πλατεία της Δεξαμενής, με την παιδική χαρά, βουίζει από πιτσιρικά με σκέιτ, νταντάδες που τα προσέχουν, κόσμο που έρχεται στο θερινό σινεμά και στο γνωστό καφέ της κατηφόρας.

**86** Το «κεκλιμένο» καφενεδάκι της Δεξαμενής. Πάντα γεμάτο, παντός τιμοκαταλόγου. Μία μικρή πασαρέλα χαμηλών τόνων. Ωραία αύρα με μυρωδιές από ούζο.

**87** Κλασική κολωνακιώτικη εικόνα. Απόγευμα, μεσοβδόμαδα, παλαιοί Κολωνακιώτες που επισκέπτονται το Ίδρυμα Εικαστικών Τεχνών και Μουσικής Β. & Μ. Θεοχαράκης (Βασ. Σοφίας 9 & Μέρλιν) για κάποια από τις συναυλίες κλασικής μουσικής ή τις εκδηλώσεις που φιλοξενεί.

**88** Το Νομισματικό Μουσείο (Πανεπιστημίου 12) στεγάζεται στο υπέροχο Ιλίου Μέλαθρον, μία διώροφη εντυπωσιακή κατοικία του 19ου αιώνα της οικογένειας Σλήμαν (υπάρχει και μόνιμη έκθεση αφιερωμένη στον μεγάλο αρχιτέκτονα). Εκτός από τις εκθέσεις με τα νομίσματα υπάρχει και το κρυφό ατού: μία θαυμάσια, καταπράσινη αυλή με αγάλματα και café που, τις Πέμπτες, φιλοξενεί τζαζ βραδιές.

**89** Η Αναπήρων Πολέμου ήταν αρχικά ένας μικρός συνοικισμός από τη σημερινή οδό Γέλωνος μέχρι σχεδόν τον Ευαγγελισμό και τα Παραπήγματα, όπου υπήρχαν τα οικόπεδα που δόθηκαν σε αναπήρους. Εκεί υπήρχε και η στρατιωτική φυλακή.

**90** Η γκαλερί Ζουμπουλάκη, από το 1966, είναι ένα από τα πιο όμορφα και κλασικά σημεία του Κολωνακίου, ένα κατώφλι στον χώρο της Τέχνης αλλά και φιλικών συναντήσεων των μεγαλύτερων καλλιτεχνών της χώρας. Εκεί εξέθεταν ο Μόραλης, ο Μαυροειδής, ο Γκίκας, ο Τσαρούχης, ο Νικολάου και καλλιτέχνες της γενιάς του '60. Παραδοσιακά, κάθε Σάββατο, η Contemporary Art Zoumboulakis Galleries, στην πλατεία Κολωνακίου 20, κλείνει την εβδομάδα με φιλικό meet and greet, με κρασί, ουζάκι και σνακς τυράκια.

**91** Ένα από τα πιο εμβληματικά ιδιωτικά μέγαρα του Κολωνακίου, το οποίο περιβάλλεται με σχετικό μυστήριο λόγω θέσης και στιλ, είναι η παλιά πρεσβεία της Βραζιλίας, στην μικρή πλατεία Λυκαβηττού 2 (γνωστή και ως πλατεία Σκιστής Πέτρας). Νεοκλασικό τετράωρο ανάμεσα στα βράχια και τα σκαλάκια, με μόνιμη φύλαξη, έργο του αρχιτέκτονα Ιωάννη Αεζελού.

**92** Εκεί κοντά, στην οδό Φωκυλίδου 2, κυριαρχεί η ροδακινί «στρόγγυλη» πολυκατοικία, έργο του 1935, του αρχιτέκτονα Ιωάννη Κουκιάδη. Ο Μοντερνισμός στο χρώμα που ταιριάζει με το αττικό φως και χόμα. ▶



## hair way

**Τα πάντα για την ομορφιά και την υγεία των μαλλιών σου**

Ήρθε η ώρα να αφεθείς στα έμπειρα χέρια των συνεργατών του hair way και να χαρίσεις στον εαυτό σου την απόλυτη ανανέωση. Άσε τους ειδικούς να βρουν αυτό που ταιριάζει στο πρόσωπο, την ποιότητα της τρίχας και την προσωπικότητά σου και τους βραβευμένους color experts να περιποιηθούν το χρώμα των μαλλιών σου με πρωτοποριακές τεχνικές (Baby lights, Root Shadows, Balayage, Butterflies techniques, Hair Contouring) και προσωποποιημένες χρωματικές αναμίξεις. Εδώ θα βρεις επίσης θεραπείες λείανσης και λάμψης με κερατίνη για υγιή, δυνατή τρίχα, αλλά και τοποθέτηση extensions τελευταίας γενιάς για πλούσια και εντυπωσιακά μαλλιά. Μπορείς απλά να περάσεις για ένα χτένισμα στην τελευταία λέξη της μόδας ή ένα φρεσκάρισμα στο μακιγιάζ και το μανικιούρ, αφού το hair way διαθέτει πλήρη τμήματα nailcare και make-up corner. Απόλαυσε βερνίκια διαρκείας, ακρυλικό με 3D σχέδια, ρεφλεξολογία, μασάζ, υπηρεσίες αποτρίχωσης, σχηματισμό φρυδιών και τέλειο μακιγιάζ από τους έμπειρους make up artists. Επειδή όμως η περιποίηση δεν είναι μόνο γένους θηλυκού, υπάρχουν υψηλής ποιότητας υπηρεσίες και για τους άνδρες. Από κλασικό κούρεμα μέχρι μοντέρνο styling, θεραπείες ενδυνάμωσης, περιποίηση άκρων και barber corner για κομψά, σχηματισμένα γένια που αναδεικνύουν και δεν κρύβουν το πρόσωπό τους. Μην χάσετε το live radio του Athens Voice Radio 102.5, το Σάββατο 20 Απριλίου. Από τις 14.00 έως τις 16.00, το hair way υποδέχεται τις Ελένη Μπεζιριάνογλου και Ανδρονίκη Τσατσαρώνη για ένα δώρο γεμάτο εκπλήξεις. Επισκεφθείτε το, κερδίστε επιτόπου δώρα Wella και μπείτε στην κλήρωση για ένα φουλ πακέτο υπηρεσιών, αξίας €150.

● Τσακάλωφ 8, Αθήνα, 2103638868, [www.hairway.gr](http://www.hairway.gr)





# 93

**Στη γειτονιά της Κριεζώτου, στο νούμερο 11, άνθισε και η ωραιότερη περίοδος του ελληνικού νεοκυματικού τραγουδιού, μια και εκεί βρισκόνταν τα γραφεία της ιστορικής εταιρείας Lyra με τον περίφημο Αλέκο Πατσιφά επικεφαλής. Ο Διονύσης Σαββόπουλος διηγείται ότι όταν είχε τραγουδήσει εκεί, «τόσο εκκωφαντικά και εφιαλτικά» τη «Μαϊμού» για να κλείσει συμβόλαιο με τη δισκογραφική, είχε βγει όλη η Κριεζώτου στα μπαλκόνια και φώναξαν την αστυνομία.**

**94** **Κι άλλο must:** Το νεοκλασικό μαρμαρένιο μπαλκόνι με τις διδυμες Καρυάτιδες, στην οδό Πινδάρου 10.

**95** **Τυπικό κολωνακιώτικο χάος:** Τα τραπεζάκια και τα καθίσματα στα café της Πλατείας, στενά, ένα-μέγεθος-μικρότερα, κολλημένα ασφυκτικά, με πλαστικές τέντες παντού.

**96** **Φωτογραφικό must:** Η Art Deco ροζέτα με την κουκουβάγια και τα λοιπά γλυπτά διακοσμητικά του κτιρίου στη συμβολή των οδών Σπευσιππου & Λουκιανού 17. Χτίστηκε το 1932, έργο του αρχιτέκτονα Βασιλείου Κουρεμένου.

**97** **Πλατεία χωρίς Καλογήρου δεν γίνεται.** Στο 4 της Π. Ιωακείμ, το απόλυτο stop over κάθε γυναίκας που σέβεται το παπούτσι που φοράει και το χρηματιστήριο αξιών του.

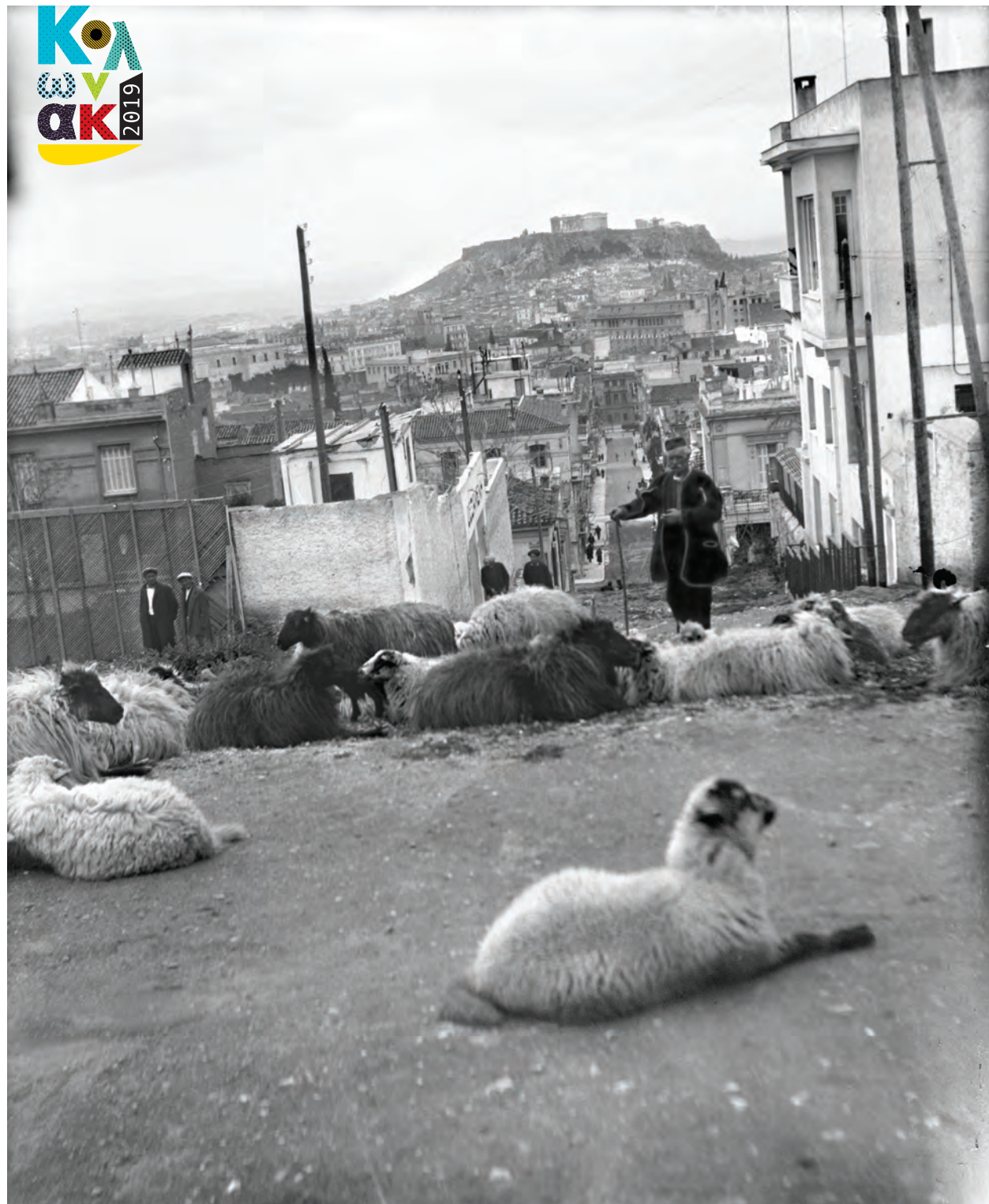
**98** **Κάποτε όλοι είχαν «μία ξαδέρφη που πάει Μαράσ(ε)ιο».** Το περίφημο σχολείο πάνω από τον «Ευαγγελισμό», που χτίστηκε το 1924 με δωρεά του ευεργέτη Γρηγόρη Μαρασλή, έδωσε το όνομά του και στον δρόμο.

**99** **Πίσω από το Μαράσειο, στην οδό Σουπιδίας, υπάρχει και το παμπάλαιο διατηρητέο κουρείο του κυρίου Χρήστου.** Εικόνα μιας εποχής που το Κολωνάκι ήταν ακόμα «κάπως λαϊκό».

**100** **Στο 2 της οδού Πινδάρου** υπάρχει και το κτίριο του 1925, με τα παραμυθένια παράθυρα και το χρώμα της ελαφριάς ώχρας, τυπικά αθηναϊκή απόχρωση.

**101** **Ανάμεσα στις «ευωδιές του Κολωνακίου»** που όλοι θυμούνται είναι η κλασική «κοτόπουλο σουβλας» που σε πλημμύριζε με το που έστριβες από τη Σκουφά στην πλατεία από το κοτοπουλάδικο με σήμα ένα ξεπουπουλιασμένο ψιτό πουλί με τα πόδια πάνω.

**102** **Αυτό που μοιάζει να ξεχνούν πολλοί** από εκείνους που αντιπαθούν το Κολωνάκι, είναι ότι έχει χιούμορ.



**103** **Κατσικία, πρόβατα, βοοειδή. Το Κολωνάκι ήταν γνωστό ως «Κατσικάδα» στις αρχές του 20ού αιώνα, όπως και ως «Βοΐδοπνίχτης», η οδός Δημοκρίτου που κατέβαζε το ρέμα. Στους θάμνους της Δεξαμενής έβροσκαν τα πρόβατά τους οι βοσκοί από το Λιδωρίκι. Εκεί πουλούσαν επίσης γάλα που το άρμεγαν επιτόπου.**

**104** **Ωραίες μυρωδιές, κάτι σαν σύμπαν** από κουλουράκια βανίλιας, συναντάς και στη Χάρητος, να βγαίνουν από τα μπαράκια και τα μπιστρό, μπερδεμένες με ανάμνηση σουπας, αλμυρής τάρτας και γλυκού ημέρας. Ψάξτε για τους κρυφούς, μικρούς κήπους στο πίσω μέρος.

**105** **Άλλη ιστορία:** Ο Αλέκος Σακελλάριος έγραφε τα σενάρια του στο καφενείο «Βυζαντινόν», στο κάτω μέρος της Πλατείας. Του άρεσε επειδή είχε σόμπα και ζεστανόταν, αλλά έκανε πρόβατα αστεία του και στα γκαρσόνια. Αν δεν γελοούσε ο σερβιτόρος, δεν περνούσε το αστείο.

**106** **Για σπασμένα τακούνια** και σπασμένα νεύρα (σε καλμάρουν επειδή είναι ευγενέστατοι και χαμογελαστοί), μπες στο Τακούνη Σταρ, Σκουφά 10.

**107** **Στολίδι της Κριεζώτου 3:** Η Πινακοθήκη Χατζηκυριάκου-Γκίκα, έργο του 1932, από τον αρχιτέκτονα Κωνσταντίνο Κιτσίκη. Περιήλθε στο Μουσείο Μπενάκη από δωρεά του μεγάλου ζωγράφου ενόσω αυτός ακόμη ζούσε. Είναι ο χώρος που γοπετεύει όσους λατρεύουν την τέχνη του αλλά και την ατμόσφαιρα του χώρου δημιουργίας.

**108** **Στην οδό Υψηλάντου** βρισκόταν κάποτε το Πτωχοκομείο. Στο ίδιο σημείο είναι σήμερα η Βρετανική Πρεσβεία με τον υπέροχο κήπο της.

**109** **Από την πινακοθήκη** του Κολωνακίου δεν θα μπορούσε να λείπει ο hair stylist Γιώργος Δουδέσης (έχει ακόμα την κοτσίδα). Από το κομμωτήριό του (Βουκουρεστίου 39 και Τσακάλωφ) έχουν περάσει από τα πιο διάσημα μέχρι τα πιο σκεπτόμενα μέχρι τα πιο ωραία κεφάλια της πόλης, ενώ στο G Cafe Bar, ακριβώς από κάτω, οι απαιτητικοί ουρανίσκοι έχουν βρει την ωραιότερη μπρουσκέτα σολωμού της Αθήνας.





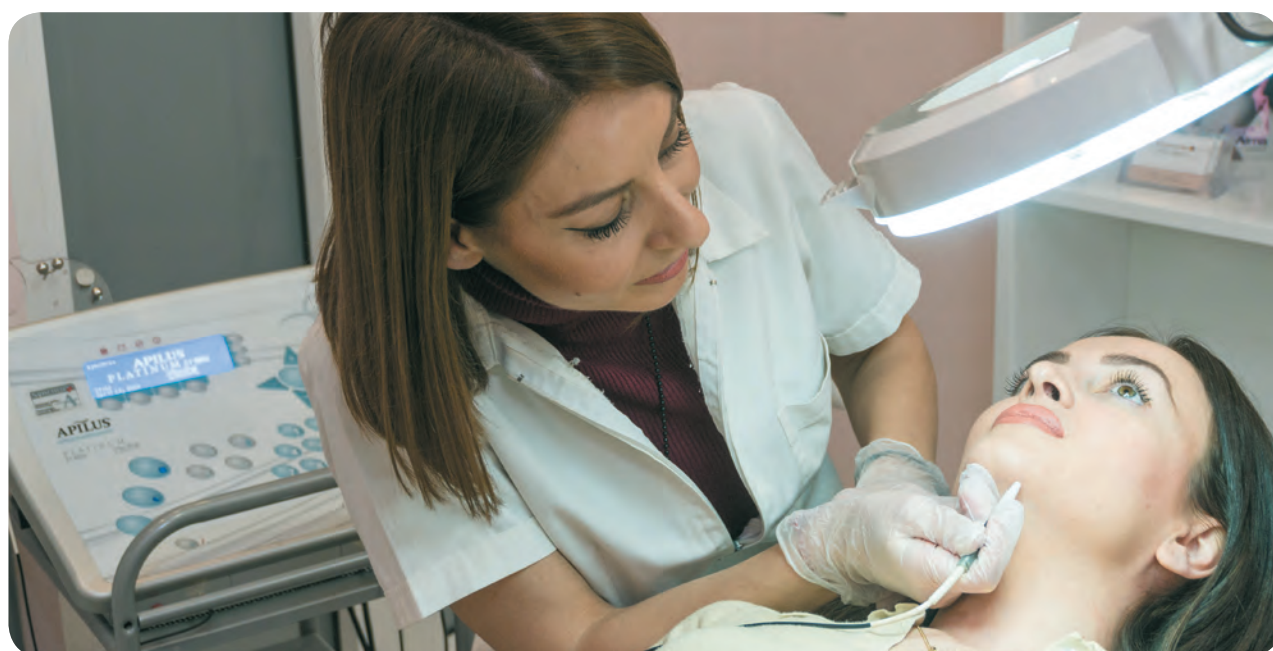
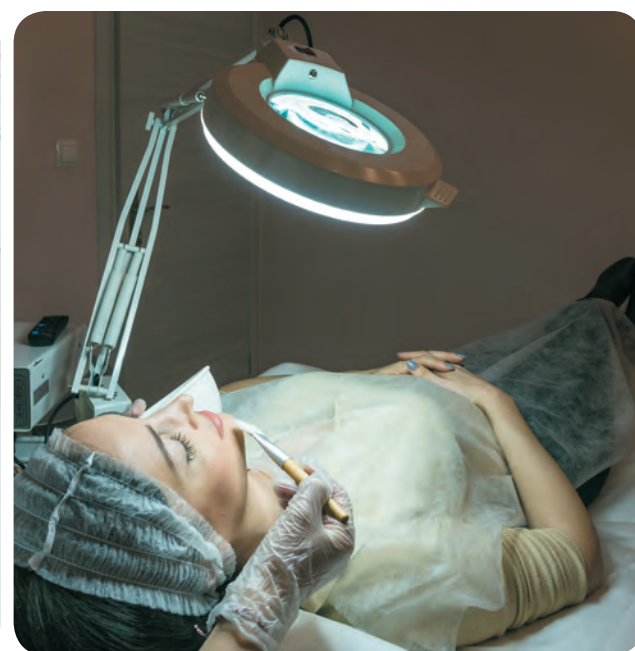
## ΚΑΛΛΩΠΙΣΤΗΡΙΟ

**Εξειδικευμένο προσωπικό  
και υψηλής ποιότητας υπηρεσίες  
για πλήρη ανανέωση**

Εδώ θα συναντήσετε μια παρέα από νέα κορίτσια καταρτισμένα στον χώρο της Αισθητικής και των Βιοϊατρικών Επιστημών, που θέλουν να κάνουν τον κόσμο ομορφότερο. Οι πελάτες τις φωνάζουν με το μικρό τους και νιώθουν άνετα γιατί ξέρουν ότι ασχολούνται εντατικά με κάθε πρόβλημα μέχρι να το λύσουν. Το Καλλωπιστήριο είναι ιδιαίτερα δημοφιλές για τη μέθοδο laser αποτρίχωσης Soprano Ice, η οποία είναι ανώδυνη, συμβατή με κάθε τύπο δέρματος και μπορεί να εφαρμοστεί με ασφάλεια ακόμα και σε μαυρισμένες από τον ήλιο επιδερμίδες. Επιπλέον δρα στοχευμένα και σε ευαίσθητες περιοχές (πιγούνι, στήθος, γραμμή κοιλιάς) για μόνιμο αποτέλεσμα. Όμως και για τις λευκές ή ξανθές τρίχες που δεν φεύγουν με το laser, έχουν να σου προτείνουν τη μέθοδο ριζικής αποτρίχωσης με βελόνα Apilus Platinum που είναι ανώδυνη και πολύ αποτελεσματική. Στο φιλόξενο χώρο τους μπορείς επίσης να κάνεις θεραπείες αισθητικής, όπως καθαρισμό, ενυδάτωση, δερμοαπόξεση με μικροκρυστάλλους, μεσοθεραπεία microneedling, μασάζ, lash lift, μόνιμο μακιγιάζ. Σημασία έχει ότι πιστεύουν πολύ στη φυσική ομορφιά και γι' αυτό προσπαθούν να την αναδείξουν φροντίζοντας το δέρμα ώστε να δείχνει υγιές και λαμπερό σε κάθε ηλικία.

Καλλωπιστήριο,

- **Ηροδότου 10, Κολωνάκι, 21126 9814,  
fb: kallopistiriokolonaki,  
e-mail: kallopistirio@gmail.com**





**110 Φωτογραφικό must:** Το στιλ Art Nouveau, κάπως μπαρόκ, ολίγον εξωτικό ενός από τα πιο όμορφα κτίρια της οδού Σίνα, στο νούμερο 46. Κτισμένο το 1928.

**111 Fashion χάρτης:** Το ατελιέ των Deux Hommes αλλά και της Λουκίας, στην Κανάρη - Η παλιά σχολή μόδας «Βελουδάκη» στην Τσακάλωφ - Ο κλασικός Parthenis της Δημοκρίτου & Τσακάλωφ συνεχίζει ακάθεκτος με την Οραλία στο τιμόνι.

**112 Fun fact:** Ο Μάρκελλος Νύκτας υπήρξε DJ στη δοξασμένη club alley της Τσακάλωφ.

**113 Συχνές συναντήσεις:** Βασίλης Κωστής, Λάκης Γαβαλάς.

**114 Πινακοθήκη «Φίλιον»,** ενδεικτικά: από τον Αντώνη Σαμαράκη και τον Βαρ Bar, στον Γιώργο Κοτανίδη, τον Άλκη Παναγιωτίδη, τον Χρήστο Χωμενίδη, τον Βασίλη Βασιλικό. Ο Τζούμας μπαλαντέρ.

**115 Το θερινό σινεμά «Αθηναία»** της Χάρης μπορεί να είναι διάσημο για την τυρόπιτα, αλλά αγαπητό και πολυσύχναστο είναι από τα 70s για την επιλογή των ταινιών που προβάλλει (ποιότητα, τέχνη, μεγάλα συναισθήματα, μεγάλα ονόματα) και φυσικά για την περαντζάδα του δρόμου. Μετά τις προβολές κανένας δεν πάει σπίτι, παρά στα πεζούλια των δίπλα μπαρ, ποτό και κουβέντα μέχρι αργά.

**116 Μικρό, κομψό, διακριτικό «Desire»,** στη Δημοκρίτου 6. Το αγαπούσε η Μαλβίνα για τους μπεζέδες και τις φλορεντίνες του, το σέβονται όσοι εκτιμούν το παραδοσιακό, ατομικό σοκολατάκι-κέρασμα.

**117 Η Δεξαμενή** ήταν γνωστή και ως Παλιό Δασκαλιό - το Daskalio, από τα σκαλιά. Έτσι βγαίνουν τα σωστά τοπωνύμια.

**118 Όπως και το αρχαίο κολωνάκι** στη μέση της Πλατείας, πρόκειται για εξαγνιστικό κολωνάκι, επίκεντρο θρησκευτικών τελετουργιών, «αποτρεπτικό των νόσων και θεομηνιών» που, την περίοδο της Τουρκοκρατίας, ήταν γεμάτη από παρόμοια η Αθήνα. Αρχικά βρέθηκε στη Δεξαμενή, αλλά μεταφέρθηκε στην πλατεία Κολωνακίου (επισήμως: Εάνθου).

**119 Άλλο κομψό όνομα για την πλατεία:** Μπιντές. Χάρη στο διάσημο παρτέρι σε σχήμα λεκάνης που βρισκόταν εκεί τη δεκαετία του '60, σημείο συνάντησης της νεολαίας.

**120 Πεζουλάρια** με άδεια ποτήρια από κοκτέιλ. Πόσο πιο Κολωνάκι.

**121 Ένα από τα πιο ιστορικά κλαμπ-ποτάδικα, το «Rock'n'Roll»,** μετά από ένα σύντομο πέρασμα από την πλατεία, επέστρεψε στο κλασικό του σημείο, στη Λουκιανού.

122

**Στην Τσακάλωφ άνοιξε, το 1965, το πρώτο «Εβερεστ».** Έγινε διάσημο για τα νόστιμα σάντουιτς και αργότερα για τον Γιάννη που τα ετοιμάζε, τον πιο γρήγορο άνθρωπο του κόσμου στο σέρβις. Παραμένει εκεί όποτε το χρειαστείς, από πολύ αργά μέχρι πολύ γωρίς (ανάλογα).



**123 Καψάλη 10** Ό,τι πιο φρέσκο, μοντέρνο, μίνιμαλ έχετε φανταστεί ετοιμάζεται να προσγειωθεί στην καρδιά του Κολωνακίου. Ο Ηλίας Σταυρόπουλος είναι πίσω από το νέο hot spot της πόλης που θα ανοίξει στις αρχές Μαΐου. Προς το παρόν, αν και ξέρουμε, δεν σας λέμε περισσότερα! Μείνετε συντονισμένοι...

**124 Ιστορία:** «Μια φορά ήταν στο Rock'n'Roll ο Ερρίκος Πετιλόν -εκείνη την εποχή έβγαίνει με την κόρη του Bill Crosby-, παρά με τον Μάκη τον Σούλη. Κάτι έγινε και κατά λάθος λέρωσε με το ποτό του τον Ισιδώρο. Ο τελευταίος αυτομάτως γυρίζει και του ρίχνει το ποτό που κρατούσε. Ο Σούλης «απάντησε» και αυτό ήταν... Αρχισαν να ρίχνουν ο ένας στον άλλο νερό από μπουκάλια του μπαρ ή από σαμπανιέρες που γέμιζαν στις τουαλέτες, ή και ποτά από το πατάρι... Έγινε χαμός που κόπηκε μόνο όταν βράχθηκε η κοσόλα του dj και σταμάτησε η μουσική. Εμείς γουστάρουμε τη φάση, έγινε μεγάλη πλάκα κι έτσι ξεκίνησαν τα μπουγελώματα που καθιερώθηκαν επί 10 χρόνια όταν έκλεινε το μαγαζί στο τέλος της σεζόν.

**125 Tip:** Ωραίο, διακριτικό σημείο για ραντεβού - ο κήπος του Βυζαντινού Μουσείου (μόλις το προδώσαμε...)

**126 Στο Γαλλικό Ινστιτούτο** (τέρμα Σίνα) μαθαίνεις γαλλικά και βλέπεις τις νέες ταινίες στο ανοιξιάτικο Φεστιβάλ Γαλλόφωνου Κινηματογράφου, ενώ ο κήπος του ανοίγει ενίοτε για όμορφες εκθέσεις. Η γειτονιά ονομαζόταν «Καφέ τσουράπι» από το παλιό καφενείο που υπήρχε εκεί.

**127 Βαθύ Κολωνάκι:** Το μόνιμα στολισμένο με λουλούδια, γλάστρες, σημαίες και φουρφούρια, παράθυρο του ημι-υπόγειου διαμερίσματος στο τέρμα της οδού Τσακάλωφ.

**128 Εικόνα:** Κυρίες με μαχαιράκι στο χέρι, ψάχνοντας στα άγρια χόρτα του Λόφου, για ραδίκια και ρόκα.

**129 Ο ξεκοιλιασμένος Λυκαβηττός** ήταν το «Νταμάρι του Μυκονιάτη». Από την πέτρα του, όπως και του Στρέφη, θεωρείται ότι χτίστηκε όλη η νεοκλασική Αθήνα.

**130 Οι προτομές της Πλατείας** είναι των τριών ιδρυτών της Φιλικής Εταιρίας: του Νικολάου Σκουφά, του Αθανασίου Τσακάλωφ και του Εμμανουήλ Εάνθου. Ξεχωριστά βρίσκεται και εκείνη του Παναγιώτη Αναγνωστόπουλου. Είναι μάλλον η μοναδική πλατεία στον κόσμο στην οποία έχει στηθεί, έστω κι αν ήταν για μία μόνο ημέρα, προτομή του Σκρουτζ Μακ Ντακ, από τον ελληνοαμερικάνο καλλιτέχνη Gregos Theopsy.

**131 Στη Βασιλίσσης Σοφίας,** επί της οδού Μονής Πετράκη 10, πίσω από τον τεράστιο τοίχο του, δεσπόζει το «Νοσηλευτικό Ίδρυμα του Μετοχικού Ταμείου Στρατού» NIMTΣ (και όχι NIMITΣ) που δημιουργήθηκε αρχικά από την ανάγκη περίθαλψης των πολεμιστών αξιωματικών που γύριζαν από τα μέτωπα του 1940-1941. Κοντά (Δεινοκράτους 70), σε τμήμα από τα παλιά Παραπήγματα, βρίσκεται και το Ναυτικό Νοσοκομείο που, αν και θεμελιώθηκε το 1948, λειτούργησε πρώτη φορά το 1955.

**132 Ακόμα κι αν θεωρείται** ότι το Κολωνάκι δεν επιβίωσε της κρίσης, υπάρχει μία περιρρέουσα ατμόσφαιρα ότι, ναι, τα κατάφερε, όλα θα περάσουν, σημασία έχει να αγαπάς.

**133 Κολωνάκι είναι «Το τελευταίο ψέμα»** με τη Λαμπέτη. **A**





## TARTARAS EYEWEAR & OPTOMETRY

*Γυαλιά για όλους αλλά και independent συλλογές*

Πριν τέσσερα χρόνια το κατάστημα που «βλέπει» την ιστορία της πόλης από το 1974, σταθερά στην οδό Ακαδημίας, αποφάσισε να «μιλήσει» αλλιώς και μετακόμισε δίπλα στη Γαλλική Πρεσβεία, στο νούμερο 4. Εκεί σε ένα κτίριο του 1936, εξαιρετικής διαρρύθμισης που δεν θυμίζει σε τίποτα κλασικό κατάστημα οπτικών, οριστικοποίησε την ταυτότητά του με τον μόνο τρόπο που γνωρίζει. Την έφεση στην ποιότητα και στην ιστορία. Στο Tartaras Eyewear and Optometry θα βρείτε «γυαλιά για όλους», αλλά και independent συλλογές για κάθε απαιτητικό μάτι: Jacques Marie Mage, Anne et Valentin, Theo, Rigards, Matsuda & Leisure Society, Jean Philippe Jolly, Orgreen είναι μερικά μόνο από τα ξεχωριστά brand που θα βρείτε εδώ. Όπως βεβαίως ένα χαμόγελο σε κάθε σας αίτηση, την εύρεση λύσεων για οποιοδήποτε διαθλαστικό σας πρόβλημα και ένα από τα καλύτερα τμήματα συμπεριφοριστικής οπτομετρίας στην πόλη.

Στο Tartaras Eyewear and Optometry ο πελάτης είναι πρώτα φίλος και ως τέτοιος θα βρει την ευκαιρία που ψάχνει. Να ανανεώσει το στιλ του. Με νέο πρόσωπο.

● Ακαδημίας 4, Αθήνα 106 7, 2103604180,  
www.tartaras.gr, FB: Tartaras Eyewear and Optometry



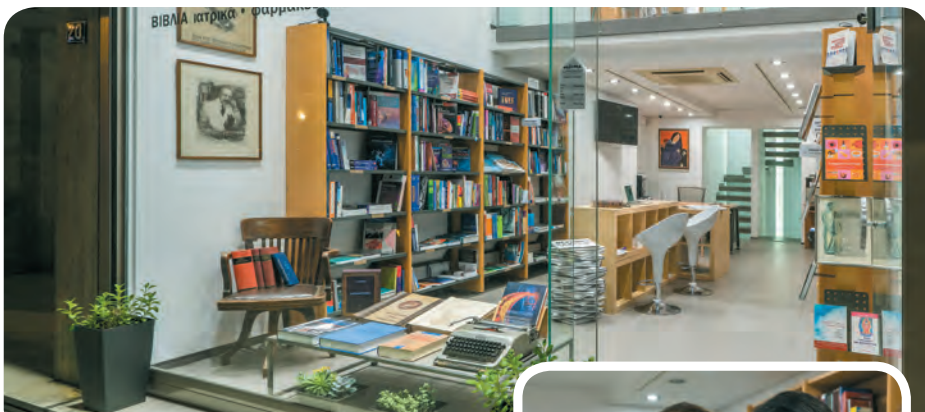
## ΛΙΝΑ ΓΑΒΡΑ

*Ένα κατάστημα ρούχων σαν ατελιέ ζωγραφικής*

Μπαίνοντας στο ατελιέ της Λίνας στο Κολωνάκι θα αισθανθείς περισσότερο ότι μπήκες μέσα σε ένα ατελιέ ζωγραφικής, παρά σε ένα κατάστημα ρούχων. Η μόνη διαφορά είναι ότι εδώ δεν θα δεις να κυριαρχούν τα πινέλα και οι μπογιές, αλλά τα υφάσματα. Υφάσματα σε κοσμήματα συνδυασμένα με ημιπολύτιμους λίθους, αξεσουάρ, τσάντες, διακοσμητικά, παπούτσια και κυρίως σε πανωφόρια διαφορετικών γραμμών και μηκών. Υφάσματα που πετυχαίνουν όχι μόνο να συνδυάσουν το σύγχρονο με το κλασικό και το παραδοσιακό, αλλά και να ενώσουν μεταξύ τους διαφορετικές περιοχές από την Ανατολή και την Αφρική έως την Ευρώπη και φυσικά την Ελλάδα. Η Λίνα, με τις δημιουργίες της, φέρνει σε επαφή μοτίβα, υφές και χρώματα φαινομενικά αταίριαστα μεταξύ τους, αλλά που στην πραγματικότητα το ένα συμπληρώνει το άλλο, με τον πιο αρμονικό τρόπο στα μάτια της σχεδιάστριάς, η οποία φροντίζει να προτείνει στον κάθε ένα που μπαίνει στο κατάστημά της ό,τι ταιριάζει καλύτερα στο σώμα, αλλά και την ιδιοσυγκρασία του.

● Ηροδότου 17, Κολωνάκι, 215557343,  
fb: LinaGavraAtelier, Insta: linagavra





## ATHENIAN SCIENCE BOOKSTORE

**Ένα επιστημονικό στέκι που αξίζει να ανακαλύψετε: Ιατρικά, Φαρμακευτικά και βιβλία Υγείας για όλους!**



Το γνωστό βιβλιοπωλείο **ATHENIAN SCIENCE BOOKSTORE** της Ελένης Περιβολαροπούλου, με εμπειρία στο χώρο του Ιατρικού βιβλίου από το 1973, μετακόμισε στο Κολωνάκι.

Ο φιλόξενος καινούργιος χώρος του, στην **οδό Καρνεάδου 20**, είναι κάτι παραπάνω από ένα απλό βιβλιοπωλείο. Προσφέρεται, τόσο για **αναζήτηση ιατρικών βιβλίων, e-books και βιβλίων υγείας, όσο και για τη διοργάνωση διάφορων EVENTS που αφορούν το χώρο των εκδόσεων, της ψυχολογίας αλλά και την επιστήμη** γενικότερα.

Ο αναγνώστης μπορεί να ενημερωθεί για καινούργια βιβλία και φυσικά να παραγγείλει οποιοδήποτε **διεθνές ή ελληνικό επιστημονικό σύγγραμμα**.

Πάντα ενημερωμένο για τις τελευταίες εκδόσεις, το επιστημονικό στέκι Athenian Science Bookstore στην καρδιά της Αθήνας, αποτελεί **συχνή στάση και σημείο αναφοράς πιστών επισκεπτών που επιθυμούν να απολαύσουν καφέ, βιβλίο, χαλαρή συζήτηση και ενημέρωση**.

Ένας μικρός κόσμος στην καρδιά του κέντρου, από αυτούς που αξίζει σίγουρα να ανακαλύψετε!

● **Καρνεάδου 20, Κολωνάκι, 2106755047, [www.perivolaropoulou.gr](http://www.perivolaropoulou.gr), fb: Athenian Science Bookstore by Perivolaropoulou**



Πύργος Γιώτσιας, I want 2 lick u like an ice cream, 85x100 cm, Neon lights.

## ΠΕΡΙ ΤΕΧΝΩΝ ΚΑΡΤΕΡΗΣ

*Στην τέχνη πάντα*

Η ιστορία της Αίθουσας Τέχνης Περί Τεχνών Καρτέρης είναι μεγάλη. Το 1996 στην Πλατεία Βικτωρίας ξεκίνησε να προωθεί νέους και να παρουσιάζει καταξιωμένους καλλιτέχνες, προσπαθώντας να μεταβιβάσει στο κοινό την αγάπη για την τέχνη. Το 2011 μετακόμισε στο Κολωνάκι, σε έναν χώρο, όπου φιλοξενεί ατομικές και ομαδικές εκθέσεις ζωγραφικής, χαρακτηριστικής, γλυπτικής και φωτογραφίας καλλιτεχνών από Ελλάδα και εξωτερικό, ενώ συνεργάζεται με επιμελητές από όλο τον κόσμο, μουσεία, γκαλερί και φορείς, που στηρίζουν την τέχνη, και έχει σταθερή ετήσια παρουσία στην Art

Athina και σε άλλες art fairs. Από 7/5 έως 1/6/19 θα φιλοξενεί την ατομική έκθεση ζωγραφικής του Ali Gormez (Επιμέλεια: Kjell-Erik Ruud, κριτικός τέχνης). Από 6/6 έως 6/7/19 θα ακολουθήσει η ομαδική έκθεση «Pop icons in media drenched age» των Ιριγένειας Αβραμοπούλου, Πύργου Γιώτσιας, Ελένης Παρμακέλη (Επιμέλεια: Dr. Thalia Vrachoroulou, ιστορικός τέχνης).

● **Ηροδότου 5, Κολωνάκι, 2108239465, [www.peri-technon.com](http://www.peri-technon.com), [peritechnon@yahoo.gr](mailto:peritechnon@yahoo.gr), FB: PeritechnonKarteris, Instagram: PeritechnonKarteris**



## YOKO BISTRO

*Φρέσκα υλικά και αγάπη*



Αυτά είναι τα δύο μυστικά του μικρού αλλά θαυματούργου μπιστρό που βρίσκεται στον ήσυχο, αριστοκρατικό πεζόδρομο της Ζαλοκώστα. Τρία χρόνια τώρα η Άννα και η μητέρα της σερβίρουν από νωρίς το πρωί έως τις 8 το βράδυ, καλομαγειρεμένο φαγάκι σε όσους κινούνται στο κέντρο. Στη Yoko, όπως την αποκαλούν οι θαμώνες (μεγάλη η αγάπη στους Beatles!), ο καφές σου είναι έτοιμος πριν καλά καλά τον παραγγείλεις κι συνδυάζεται με μια σπιτική πίτα (ναι, εδώ ανοίγουν καθημερινά το φύλλο!). Το μεσημέρι κάνει lunch break στα χρωματιστά τραπέζια του πεζόδρομου, ή μέσας, στον όμορφο, χαλαρό χώρο. Εκτός από τις ξακουστές ολόφρεσκες σαλάτες-γεύματα, δοκίμασε και τα πιάτα ημέρας: Λινγκουίνι θαλασσινών μεγάλης νοστιμιάς, γεμιστά που θυμίζουν μαμά και τέ-λει-α γλυκάκια. Ολόφρεσκα και χειροποίητα τσίτσεικ, προφιτερόλ, κέικ σοκολάτας (χωρίς βούτυρο παρακαλώ) και φυσικά τα ανεπανάληπτα κρητικά λυχνάρια. Extra Tip: Αν δε μπορείς να φύγεις από το γραφείο, σου φέρνει το φαγητό σου εκεί!

● **Ζαλοκώστα 8, 211 400 3740, Fb: Yoko Cafe Bistro: [Insta: yoko\\_cafe\\_bistro](https://www.instagram.com/yoko_cafe_bistro)**



VERTIGO  
POOL CLUB

OPENING SOON...

ΤΟ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΗΛΙΟΒΑΣΙΛΕΜΑ ΤΗΣ ΠΟΛΗΣ

St. George Lycabettus Lifestyle Hotel  
Κλεομένους 2 | 10675 | Κολωνάκι  
T.: 210 7416000 | [www.sgl.gr](http://www.sgl.gr) | [info@sgl.gr](mailto:info@sgl.gr)





## Ένα flagship store όπου η τέχνη φλερτάρει με το design

Περνάς μπροστά από τη βιτρίνα του στο Κολωνάκι και η ματιά σου πέφτει σε 2 ερωτήματα: Feeling low? Feeling stressed? αλλά και στην απάντησή τους: Try Greek Philosophy! Τα Sophia Enjoy Thinking κέρδισαν τα Μουσεία του πλανήτη, εξαπλώθηκαν στις 5 ηπείρους και τώρα προσγειώθηκαν σε ένα flagship store στην καρδιά της πόλης. Σε αυτόν τον χώρο η τέχνη φλερτάρει με το design και ο πλούτος της αρχαίας ελληνικής φιλοσοφίας δένει αρμονικά με το digital πνεύμα του 21ου αιώνα. Οι συλλογές περιλαμβάνουν μοναδικά είδη διακόσμησης και design, αντικείμενα μόδας και lifestyle, γραφική ύλη καθώς επίσης και προϊόντα καθημερινής χρήσης τόσο για το σώμα αλλά και για την ψυχή. Επιπλέον, στο πατάρι του καταστήματος δημιουργήθηκε το Thinking Club, όπου ενθαρρύνονται όσοι αγαπούν τη σκέψη και υποστηρίζουν το design και τη δημιουργικότητα. Εδώ μπορείς να συμμετάσχεις σε events και συζητήσεις με καλλιτέχνες, designers, επιχειρηματίες, δημιουργούς και ανθρώπους που κάνουν την ιδέα τους πράξη.

● Πινδάρου 15, Κολωνάκι, 210 3606930,  
live@sophia.com.gr,  
Fb & Insta: sophia.enjoythinking.live



## IKIGAI

### Ένας χώρος χαλάρωσης & ενεργειακών θεραπειών, στο κέντρο της Αθήνας

Το IKIGAI είναι ένας χώρος όπου το Σώμα, ο Νους και η Ψυχή μπορούν να ξεκουραστούν, να απομακρυνθούν από το στρες της καθημερινότητας, να αναζωογονηθούν και να αντλήσουν την Ενέργεια που χρειάζονται για να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις της ζωής. Η Ευαγγελία Βασιλείου –ιδιοκτήτρια, δασκάλα Ρέικι και μέλος του International Association of Reiki Professionals– πραγματοποιεί συνεδρίες παραδοσιακού Ρέικι (με ιαπωνικές τεχνικές), μια ενεργειακή θεραπευτική που ενισχύει τη φυσική ικανότητα αυτοθεραπείας του σώματος, εναρμονίζει τα ενεργειακά κέντρα και ενδυναμώνει οποιαδήποτε θεραπεία κλασικής ή εναλλακτικής ιατρικής ακολουθεί κάποιος. Εδώ γίνονται επίσης συνεδρίες Χρωμοβελονισμού με προϊόντα AURA SOMA, σεμινάρια γνωριμίας με το Reiki, διαλογισμοί κ.ά., ενώ η Ευαγγελία πραγματοποιεί σεμινάρια και στο Ίδρυμα Μιχάλης Κακογιάννης (IKIGAI Τέχνη Ζωής, Η Τέχνη του Δημιουργικού Οραματισμού). Στα hot σεμινάρια που έρχονται είναι: «Διαλογισμός και Υποκριτική Τέχνη», «Κατασκευή Ενεργειακών Κοσμημάτων» και «Ορία και Εσωτερική Δύναμη με τους Κρυστάλλους» που θα πραγματοποιηθούν στο θέατρο ΡΟΕΣ τον Μάιο και τον Ιούνιο. Επιπλέον, θα βρεις προϊόντα Ενεργειακής Αρωματοθεραπείας, ιδιαίτερα κοσμήματα με κρυστάλλους και επιλεγμένα είδη που φέρνει από το εξωτερικό και έχουν σχέση με το αντικείμενό της. Το ωράριο λειτουργίας είναι ευέλικτο, οι συνεδρίες γίνονται με ραντεβού ακόμα και εκτός συνηθισμένου ωραρίου.

● Αλεξ. Σούτσου 8, Κολωνάκι, 2114006204, 6977062078,  
email: ikigai.athens@gmail.com, Fb: Ikigai.Athens







## ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΑΤΗ

### Το στέκι των δημιουργικών ανθρώπων

Μπορεί ένα café να αλλάξει μια γειτονιά; Ένα bar να δώσει χρώμα στις νύχτες; Μια υπόγεια γκαλερί να αναδείξει τους νέους, ανήσυχους, επίμονα δημιουργικούς ανθρώπους της Αθήνας; Έχοντας «γιορτάσει» πρόσφατα τα τρίτα της «γενέθλια», η Εφημερίδα ΑΤΗ είναι μια απάντηση. Το πολύχρωμο urban ψυχαστήριο που μετατρέπεται τα βράδια σε έναν feel good βιότοπο συνεύρεσης και ενέργειας, έδωσε ξανά ζωή στη γκριζα γωνία της Σίνα και Βησσαρίωνος και το instagram της είναι αδιάψευστος μάρτυρας για αυτό. Από νωρίς το πρωί μέχρι αργά το βράδυ, μικροί και ηλικιωμένοι, φοιτητές και εργαζόμενοι, φίλοι και σκύλοι, γνωστά πρόσωπα της πόλης και τουρίστες, αλλάζουν νέα, δοκιμάζουν γεύσεις και δεν διστάζουν να χορέψουν όταν οι DJs τολμούν-μια εικόνα που έλειπε τα τελευταία χρόνια στην πόλη. Σε μια Αθήνα που αλλάζει διαρκώς, τα νέα ταξιδεύουν γρήγορα και η Εφημερίδα ΑΤΗ έγινε η νέα «διαβαστερή» συνήθεια στο μεταφυσικό ερώτημα «πού να πάω να αράξω». Αν δεν έτυχε μέχρι τώρα να βρεθείτε εκεί και ψάχνετε πάρτι αυτή την εβδομάδα, δοκιμάστε να το κάνετε την Παρασκευή 19 Απριλίου όπου ο Shawn Lee, ο χαρισματικός αμερικάνος παραγωγός θα βρίσκεται για ένα πολύωρο soundsystem, γεμάτο ατμόσφαιρα και ρυθμό, με τον Brother Lee μαζί του πίσω από τα κρουστά.

● Βησσαρίωνος 9 & Σίνα 6, 210 364 8077,  
fb: Εφημερίδα ΑΤΗ







**εφημερίδα**

Café · Breakfast & Brunch Resto · Wine & Cocktail Bar

**Efimerida ATH** | 9 Visarionos st. & 6 Sina st. Athens | T. 210 364 8077

[www.facebook.com/EfimeridaATH](http://www.facebook.com/EfimeridaATH)

**Efimerida SKG** | 11 Filikis Eterias st. Thessaloniki | T. 231 0270911

[www.facebook.com/EfimeridaCafe](http://www.facebook.com/EfimeridaCafe)

[www.instagram.com/efimerida](http://www.instagram.com/efimerida)



# M8

## Bar-Restaurant με δυνατό χαρακτήρα

Πόσες φορές δεν σου ήρθε να «καθείς» στο κέντρο της πόλης; Να αποδράσεις από τη βουή και τους γρήγορους ρυθμούς της Αθήνας, έστω για μερικές ώρες. Αυτό καταφέρνει με μεγάλη μαεστρία το M8 στον πεζόδρομο της Μηλιώνη και το «μοιράζει» απλόχερα στους επισκέπτες του. Να μπορείς να απολαύσεις ιδιαίτερες γεύσεις, εξαιρετικά κρασιά και αυτό να το συνδυάζεις με μία ηρεμία που δύσκολα μπορείς να τη βρεις στην περιοχή. Κυρίζεις το κινητό ανάποδα για όσο το αντέχουν οι υποχρεώσεις σου και απολαμβάνεις ένα ιδιαίτερο γεύμα ή δείπνο, έναν καφέ, μία ιδιαίτερη στιγμή ή μία επαγγελματική συνάντηση σε μία τοποθεσία που νομίζεις ότι έχει σταματήσει ο χρόνος. Κι όμως βρίσκεσαι στο κέντρο της Αθήνας. Στο M8 η γεύση, η συνάντηση και ο χρόνος αποκτούν ουσία.

● Μηλιώνη 8, 2103643388, [www.m8-athens.com](http://www.m8-athens.com),  
Fb: @M8.Kolonaki



# CITY KOLONAKI

## Η καινούργια all day gastropub του Κολωνακίου

Το City στη Χάρητος υπήρξε ένα από τα πιο θρυλικά bar της Αθήνας. Ήταν το μέρος όπου συναντιόνταν οι παλιές παρέες και δημιουργούνταν οι καινούργιες. Το City Kolonaki είναι η συνέχεια του. Ανοίγει τον Δεκέμβριο του '18 και έφερε στη Σκουφά μια φρέσκια ματιά. Μικρό και χαριτωμένο, με τα ανθρώπια του Γαίτη να σε κοιτούν και μια original αφίσα της Marilyn Monroe από τη δεκαετία του '50 να σου κρατά συντροφιά όσο εσύ πίνεις το ποτό σου. Στο νέο City όμως δεν θα έρθεις μόνο για ποτό. Θα έρθεις και για τα τρομερά νόστιμα πιατάκια (φαντάσου κάτι σαν ελληνικά tapas) που μπορείς να μοιραστείς με την παρέα μαζί με ένα ποτήρι κρασί από τις 25 ετικέτες ελληνικού αμπελώνα. Δοκίμασε τα παντζάρια ψητά σε λαδόκολλα με καρύδια, τα σμυρνέικα σουτζουκάκια με σάλτσα από άνυδρα τοματάκια (κάνουν χαμό!) και τα rolls με φέτα, μέλι και σουσάμι. Πολύ δυνατή και η πρόταση για lunch break (σερβίρεται 12.00-18.00), όπου καθημερινά μπορείς να διαλέξεις ένα πιάτο (όπως σαλάτα, ομελέτα, club sandwich, pasta κ.α.) και να το απολαύσεις μαζί με ένα ποτήρι κρασί ή μία μπύρα σε πολύ οικονομική τιμή. Μια φορά την εβδομάδα (Παρασκευή ή Σάββατο) διοργανώνονται υπέροχα lives, αλλά και dj sets που κινούνται σε jazz, blues, και rock μονοπάτια. Να πάτε, θα περάσετε υπέροχα.

● Σκουφά 51, 210 3646651, Fb: @citykolonaki





## TGI FRIDAYS™

*Το hot spot αγαπάει (και) το Κολωνάκι*

Για εκείνες τις μέρες που φεύγεις από το γραφείο και λαχταράς ένα ποτό πριν πάρεις τον δρόμο για το σπίτι, υπάρχουν πολλές επιλογές. Μόνο μία όμως θα σε κάνει να νιώσεις σαν να είναι Παρασκευή. Τα TGI Fridays™ της Νεοφύτου Βάμβα είναι το hot spot του Κολωνακίου. Εδώ που οι παρέες συναντιούνται πριν ή μετά τη δουλειά, για εκείνα τα θρυλικά πιάτα που όλοι αγαπήσαμε, για αζεπεράστα cocktails και after office drinks ή για ένα τρομερά νόστιμο lunch break.

Αν προσέχεις τη διατροφή σου, τα TGI Fridays™ στο Κολωνάκι μιλούν στην καρδιά σου και σε περιμένουν με τρομερά Superfood Bowls. Δηλαδή, ένα ολόκληρο γεύμα που μπορεί να χωρέσει σε ένα μπολ και να κάνει θαύματα. Το Ginger Green Bowl με ζεστή τρίχρωμη κινόα, μπρόκολο στη σχάρα, αβοκάντο, καβουρδισμένα αμύγδαλα, φρέσκια μέντα, μαριναρισμένα ψητά ντοματίνια και ginger dressing έχει όλα τα μυστικά για ένα πλούσιο και άκρως θρεπτικό γεύμα. Το Power Bowl είναι για εσένα που θες να δώσεις ένα γερό energy boost στον οργανισμό σου με σιτάρι, γλυκοπατάτα, μαριναρισμένα ψητά ντοματίνια, φύτρες φασολιού και Peanut Butter Sauce. Θες κάτι ελαφρύ και νόστιμο; Για εσένα φτιάχτηκε το Farmers Bowl με ζεστή τρίχρωμη κινόα, μπρόκολο στη σχάρα, λάχανο, γλυκοπατάτα, φρέσκια μέντα, καβουρδισμένα αμύγδαλα και Tangy Lemon dressing! Σε όλα πρόσθεσε την πρωτεΐνη που επιθυμείς και συνδύασέ τα με ένα Blood Orange Margarita ή με ένα Caribbean Rum Punch, ειδικά σχεδιασμένα για να ταιριάξουν απόλυτα με το Superfood bowl σου.

Εκτός από τις healthy επιλογές, δεν χρειάζεται να πούμε ότι τα TGI Fridays™ είναι η all time επιλογή για ένα πολύ καλό burger ή ένα cocktail που δεν μοιάζει με κανένα. Το ξέρεις ήδη. Αμέτρητες φορές έχεις δοκιμάσει το burger με την Jack Daniel Sauce που δημιούργησε τη δική του εποχή, κι ακόμα τόσες έχεις κάτσει στην μπάρα των TGI Fridays™ για να πιεις τις θρυλικές Margaritas του. Για αυτό εξάλλου το αγαπάς: κάνει ακόμα και τις Δευτέρες να μοιάζουν με Παρασκευή.

Extra tip: Από τις 15/4 έως και τις 5/5 στον πρώτο όροφο των TGI Fridays™ Κολωνακίου σε περιμένει η έκθεση "Riverdale meets TGI Fridays™" στα πλαίσια του ComicdomCon Athens, όπου φέτος παρουσιάζεται ένα κομικ που άφησε εποχή.

• Νεοφύτου Βάμβα 2, 210 7227721, [www.fridays.gr](http://www.fridays.gr),  
Fb: @tgi.fridays.greece, instagram: tgifridaysgr





## BLUE MONKEY

Ένας μικρός παράδεισος νοστιμιάς στην Βουκουρεστίου

Ψάχνεις για φαγητό 5 αστέρων αλλά σε τιμές delivery; Εμείς είμαστε εδώ για να χορτάσουμε τα πεινασμένα όνειρά σου, δείχνοντάς σου τον δρόμο προς την Βουκουρεστίου. Εκεί θα βρεις το Blue Monkey, ένα πολύτιμο μικρό μυστικό του κέντρου που μας κρατάει χορτάτους τα τελευταία 16 χρόνια. Σε περιμένει τρομερός πρωινός καφές και ότι μπορεί να λαχταράς για να τον συνοδέψεις, όπως γαλλικά κρουασάν με σπιτική μαρμελάδα, αφράτα κέικ και χειροποίητες πίτες. Προφανώς οι επιλογές δεν περιορίζονται εκεί, αφού αυτή η αγαπημένη μας μπλε μαϊμού μαγειρεύει καθημερινά δεκάδες πιάτα, που ξεκινούν από τα μαγειρευτά και φτάνουν τις πιο περίπλοκες, σύγχρονες αποχρώσεις της γαστρονομίας. Ευφάνταστες σαλάτες, μία τεράστια ποικιλία σε σάντουιτς, πεντανόστιμες επιλογές σε light πιάτα που θα σε κάνουν να ξεχάσεις ότι κάνεις δίαιτα. Η φήμη του έχει ξεπεράσει τα σύνορα του κέντρου. Κι όλα αυτά μπορείς να τα απολαύσεις επιτόπου ή από την άνεση του σπιτιού σου, παραγγέλνοντας online.

● Βουκουρεστίου 36, Κολωνάκι, 210 3641180  
Fb:bluemonkeyathens



## CHEZ MICHEL CAFÉ

Για μαγευτικές στιγμές, γεμάτες φινέτσα

Τα ωραιότερα μέρη είναι αυτά που μπορούν να σε κάνουν να νιώθεις ευπρόσδεκτος όλες τις ώρες της ημέρας και ακριβώς αυτή είναι η φήμη του Chez Michel. Ξεκινάς με απολαυστικό καφέ και χάζι στην Ηροδότου το πρωί, συνεχίζεις με ένα πεντανόστιμο lunch και τελικά σε βρίσκει εκεί το βράδυ, όταν τα πάντα μοιάζουν πιο λαμπερά και γεμάτα υποσχέσεις. Μπορείς να χαζεύεις με τις ώρες το περίτεχνο ταβάνι, το φωτεινό χρώμα των τοίχων, το μεγάλο πράσινο τραπέζι στο κέντρο, ενώ στο χέρι κρατάς ένα φινό ποτήρι κρασί ή ένα εξαιρετικό κοκτέιλ. Όλες οι κλασικές επιλογές είναι διαθέσιμες στην καλύτερη εκδοχή τους, ενώ αν έχεις όρεξη για πειραματισμούς, βρίσκεσαι επίσης στο κατάλληλο σημείο. Απλώς ενημέρωσε τον bartender για τις προτιμήσεις σου στο ποτό και άφησέ τον να σε καταπλήξει ευχάριστα. Εμείς δοκιμάσαμε Old Fashioned με Jack Daniel's honey και το σκεφτόμαστε ακόμα. Κάνε δώρο στον εαυτό σου μία νύχτα Παρασκευής με live jazz μουσική και φρόντισε να ξαναπεράσεις για βόλτα μια οποιαδήποτε Τετάρτη, Πέμπτη ή Σάββατο. Με ωραία κοκτέιλ και τις επιλογές των DJs θα ξεχάσεις όλα σου τα προβλήματα.

● Ηροδότου 15, Αθήνα,  
21 5551 0090, Facebook: ChezMichelkolonaki







## Colonial

Ambos mundos

### Η καρδιά της Λατινικής Αμερικής χτυπάει στη Σκουφά

Χορός στο μισοσκόταδο, πονηρά βλέμματα, γέυση από ρούμι στα χείλη. Οι νύχτες στην Καραϊβική κυλούν καυτές και δεν ξεχνιούνται. Το Colonial άνοιξε τον Δεκέμβριο του '18 και έφερε μαζί του όλο αυτό το πάθος που χαρακτηρίζει τη Λατινική Αμερική. Σε περιμένει από τις 9 το πρωί (με πολύ καλό καφέ), όμως τα κρυφά του μουσικά τα αποκαλύπτει όσο περνάει η μέρα. Καθώς στην ουσία πρόκειται για ένα tex mex εστιατόριο δεν θα σου λείψουν οι πληθωρικές επιλογές σε νοστιμιές της Λατινοαμερικάνικης ηπείρου. Να δοκιμάσεις τις τρομερές quesadillas (θα τις βρεις σε τρεις εκδοχές, προτείνουμε να αρχίσεις από τις quesadillas chorizo con bravas με chorizo, ελβετικό τυρί, Monterey jack και brava sauce) τις fajitas de pollo (με κοτόπουλο, πολύχρωμες πιπεριές, κρεμμύδι συνοδευόμενο από soft tortillas, sour cream, guacamole και arroz de gallo sauce) και οπωσδήποτε τα Tacos con Sabor "Al Pastor" (με χοιρινό που μαγειρεύεται για 12 ώρες και σάλτσα με ανανά, κόκκινο φασόλι, πιπεριές, ντομάτα και κόλιανδρο). Ειδική μνεία όμως αξίζει τόσο στα χειροποίητα nachos (σερβίρονται με guacamole, cheddar sauce ή με chili con carne, όσο και στις φημισμένες papas bravas, τις διπλοτηγανισμένες πατάτες με aioli sauce και πικάντικη brava sauce. Όλα αυτά μπορείς να τα συνοδεύσεις με το αγαπημένο σου ποτό, ένα ποτήρι κρασί από τα αμπέλια της Λατινικής Αμερικής ή κάποιο cocktail που θα σε μεταφέρει στις μαγικές νύχτες της Αβάνας. Αν είσαι αρκετά τολμηρός, οφείλεις να εξερευνήσεις τη μεγάλη ποικιλία στο ποτό που υπόσχεται αξέχαστες νύχτες: το ρούμι φυσικά! Απόλαυσέ το σκέτο, κατά προτίμηση κάποια Πέμπτη βράδυ, τότε που το Colonial διοργανώνει τα -ήδη φημισμένα- πάρτι του με τον εμπνευσμένο τίτλο "Hotel Saratoga". Είναι αυτές οι νύχτες όπου όλα μπορούν να συμβούν.

● Σκουφά 67, 210 3390929, Fb: @CLNL2018,







## FINE MESS

*Ένα αυθεντικό smokehouse σε περιμένει στο Κολωνάκι*

Το ολοκαίνουργιο εστιατόριο είναι ένα αυθεντικό low & slow BBQ που προσφέρει μια μοναδική για την Αθήνα γαστρονομική εμπειρία. Το οδοιπορικό στον Αμερικάνικο Νότο και το ταξίδι των 6 εβδομάδων και 21.000 χιλιομέτρων σε 39 πολιτείες, άναψε την σπιθα της έμπνευσης στον Διονύση, τον Κωστή και την Παυλίνα. Οι οποίοι μαζί με την σεφ Έλενα Καπέρδα αποτυπώνουν στο Fine Mess το αυθεντικό Texas barbecue -τα χειροποίητα καπνιστήρια ξεκινούν από τις 7 το πρωί-, μεταμορφώνοντάς το σε fancy γαστρονομική εμπειρία χωρίς να χάνει από τον άνετο, φιλικό του χαρακτήρα. Στον φωτεινό και minimal χώρο μπορεί κάποιος να κάνει ένα διάλειμμα από τη δουλειά για lunch με προτάσεις όπως burger από Black Angus καπνισμένο σε ξύλο οξιάς, ή Havana Sliders, δηλαδή αργοψημένο κορινό σε ψωμάκι pretzel, ενώ το βράδυ οι προτάσεις αποκτούν πιο γαστρονομικό χαρακτήρα και η σεφ προσθέτει στο θεϊκό low smoked brisket πουρέ τοπιναμπούρ, μικρές hazelnut πατάτες και beef gravy μοναδικής νοστιμιάς. Τα πάντα (σάλτσες, ψωμιά και καταπληκτικά γλυκά) είναι χειροποίητα, η λίστα κρασιών επικεντρώνεται σε ετικέτες του Νέου Κόσμου που συνοδεύουν αρμονικά την χαρακτηριστική γεύση του BBQ, η ζωντανή μπάρα προσφέρει signature cocktails, καταπληκτικά bourbons αλλά και νόστιμους, «εύκολους» τσιμπητούς μεζέδες. Τώρα που ο καιρός ζεσταίνει, το Fine Mess αξιοποιεί τη μεγάλη «βεράντα» πάνω στον πολυσύχναστο δρόμο και μας περιμένει για μια αυθεντική, γαστρονομική εμπειρία.

● Σκουφά 73, Κολωνάκι, 211155725,  
Facebook: @FineMessBBQ  
Instagram: finemessbbq



## THE WRAP

*Η gourmet εκδοχή της tortilla*

Προφανώς κι αγαπάς τις tortillas. Είναι νόστιμες, χορταστικές και τρώγονται εύκολα ακόμα και εν κινήσει. Στο The Wrap, όμως, ο σεφ Βαγγέλης Μπουχέλος πάει τις tortillas στο επόμενο επίπεδο και καταφέρνει να χωρέσει στο τρυφερό τους φύλλο ένα ολόκληρο γεύμα. Για την ακρίβεια, εδώ, τα πιάτα ενός gourmet εστιατορίου μεταμορφώνονται στη street food εκδοχή τους. Έτσι θα συναντήσεις tortillas με brisket και παρμεζάνα, με burger από quinoa και kale, με ταλιάτα κοτόπουλο, ψητά μανιτάρια και αβοκάντο, ακόμα και με... angus burger (τέλειο)! Μπορείς ακόμα να δημιουργήσεις το δικό σου wrap διαλέγοντας τα υλικά της αρεσκείας σου (και αυτά -πίστεψέ μας- δεν είναι καθόλου λίγα) και να βρεθείς στον Παράδεισο. Το καλύτερο όλων; Ο Πάννης Σαμαράς (ένας από τους καλύτερους mixologists της Αθήνας) έχει δημιουργήσει μια λίστα με cocktails για να συνοδέψεις την tortilla σου, όπως της αξίζει. Εννοείται ότι μπορείς να τα πάρεις μαζί σου φεύγοντας, και να τα πιεις κάνοντας τη βόλτα σου. Κι αν είναι νωρίς για cocktails, υπάρχει πάντα και (εξαιρετικός) καφές.

● Ζαλοκώστα 8, 210 3646750, www.thewrap-athens.com, Fb: @thewrapathens, instagram: thewrapathens







## BRUNELLO

Ολόκληρη η Τοσκάνη σε ένα bistro

Ένα μαγικό wine bistro το οποίο σε μεταφέρει στα αμπέλια της Τοσκάνης με το που ανοίξεις την πόρτα. Θα έρθεις από το πρωί για να ξεκινήσεις τη μέρα όπως της αξίζει, με σωστό ποιοτικό καφέ και πληθωρικά panini και pizzetti. Όταν σε πιάσουν οι πραγματικές πείνες που απαιτούν κανονικό, νόστιμο φαγητό, το προσεγγμένο μενού του Brunello είναι έτοιμο να σου αποκαλύψει όλα τα μυστικά μίας αυθεντικής ιταλικής κουζίνας.

Βασικός πρωταγωνιστής το κρασί, με 100 ετικέτες εξαιρετικών επιλογών από φημισμένους αμπελώνες της Ευρώπης (50 από αυτές και σε ποτήρι). Ο sommelier θα σε βοηθήσει να γευτείς κάτι ιδανικά ταιριαστό με το πιάτο και τις προτιμήσεις σου, αλλά εμείς σου δίνουμε μία ακόμα συμβουλή: δοκίμασε κάποιες από τις σπάνιες ετικέτες Brunello, κρασί από το οποίο πήρε το όνομά του και στο μικρό, γουστόζικο εστιατόριο. Πολλές από αυτές δύσκολα θα τις συναντήσεις αλλού.

Σε περίπτωση που νηστεύεις, οι επιλογές σου εδώ είναι πολλές και λαχταριστές.

Ανυπομονούμε για την επίσημη έναρξη της ανοιξιάτικης περιόδου, με το άνοιγμα της πανέμορφης βεράντας, και για εκείνα τα γλυκά παρυσίτικα απογεύματα με την παρέα, έναν δίσκο αλλαντικών και ένα μπουκάλι κρασί να δίνει τον τόνο.

● Λουκιανού 21, Κολωνάκι,  
210 7248889, Instagram: brunelloanticaenoteca  
Facebook: BrunelloAnticaEnoteca



## IT RESTAURANT

Σταθερή αξία, πάντα με γευστικές και υγιεινές προτάσεις

Όμορφο και πολύ αγαπημένο! Η κλασική μας στάση στη Σκουφά έχει τον τρόπο να κρατάει τη πρώτη θέση στις προτιμήσεις μας. Το IT μας έχει κλέψει τις καρδιές εδώ και αρκετά χρόνια, σαν ένας εξαιρετικά φιλόξενος χώρος με eco friendly design λεπτομέρειες και πάντα ενδιαφέρουσες προτάσεις. Εδώ η μέρα ξεκινάει σωστά και όμορφα, με καλό καφέ και δυνατές επιλογές σε breakfast. Στο κυριακάτικο brunch σερβίρονται πεντανόστιμα πιάτα με αυγά και πιο χορταστικές επιλογές με ζυμαρικά και burger. Οι ώρες κυλούν ευχάριστα και σε φτάνουν μέχρι το βράδυ παρέα με δημιουργικές κοκτεϊλοκαταστάσεις και κουζίνα που δίνει έμφαση στην ουσία επιλέγοντας να υπηρετήσει την νοστιμιά μέσα από την απλότητα. Πρώτες ύλες άριστης ποιότητας, φρέσκα υλικά και ευφάνταστοι συνδυασμοί εξασφαλίζουν μία υπέροχη γευστική εμπειρία.

Το IT ετοιμάζεται να αποχαιρετήσει το χειμερινό μενού του, καλωσορίζοντας την άνοιξη με εποχιακά προϊόντα και δροσιστικά, πολύχρωμα πιάτα. Ένας ακόμα λόγος, δηλαδή, για να χαιρόμαστε που ο καιρός αλλάζει. Ραντεβού εκεί.

● Σκουφά 29, Κολωνάκι, 2103635773  
Facebook: ITkolonaki







## MR. MORNING JUICE & ESPRESSO

Υπέροχος καφές, χυμοί και  
brunch... για τον δρόμο!



Τίποτα δεν συγκρίνεται με εκείνα τα πρωινά που ξυπνάς από το άρωμα του φρεσκοαλεσμένου καφέ. Για αυτά τα πρωινά, αξίζει να κάνεις μια στάση στο Mr. Morning και να ξεκινήσεις τη μέρα σου με καφέδες από τη Γουατεμάλα, τη Βραζιλία, την Κολομβία, την Αιθιοπία. Θα βρεις επίσης μονοποικιλιακούς καφέδες από την Κούβα και την Κένυα, οι οποίοι αλλάζουν περίπου κάθε δύο μήνες. Και τι καλύτερο από το να συνδυάσεις τον καφέ σου με χειροποίητες μπάρες δημητριακών; Εδώ θα βρεις μια μεγάλη ποικιλία σε μπάρες (προτείνουμε εκείνη με μύρτιλο και σοκολάτα υγείας), όπως επίσης και αρκετές πληθωρικές προτάσεις σε sandwich και wraps. Αν δεν είσαι

φραν του καφέ, μπορείς να επιλέξεις έναν από τους δεκάδες φρεσκοστυμμένους χυμούς ή ένα smoothie. Για το τέλος σου κρατάμε μία ακόμα έκπληξη: ένα τέλειο brunch (από τις 12.00 μέχρι τις 18.00) σε μορφή take out για να το απολαύσεις όπου εσύ θες. Για αρχή, δοκίμασε το υπέροχο Avocado Benedict (αυγά ποσέ σε φρεσκοψημένο ψωμί, πουρέ avocado, σπανάκι baby και ζεστή sauce Hollandaise) και εξερεύνησε τον υπόλοιπο κατάλογο του brunch με ένα τηλεφώνημα... Ναι, εδώ η υπηρεσία delivery ισχύει για τα πάντα, ακόμα και για το brunch!

● Σόλωνος 44, 210 3630073,  
Fb: @Mr.MorningKolonaki



## POCO A POCO

Μετά την δουλειά,  
ραντεβού όλοι εδώ!



Είναι ένα από τα πιο παλιά και αγαπημένα μπαράκια του Κολωνακίου, κυρίως όμως είναι το στάνταρ ραντεβού όλων μας κάθε φορά που θέλουμε να χαλαρώσουμε από τα καθημερινά μας άγχη παρέα με φίλους και υπέροχα after office drinks και cocktails. Η αλήθεια είναι πως αυτή η μαγική αύρα του POCO a POCO είναι το ίδιο ευχάριστη όλες τις ώρες της ημέρας, ξεκινώντας από το πρωί με καφέ και ένα άκρως δελεαστικό μενού πρωινού, που περιλαμβάνει από κροκ μεσιέ μέχρι γιαούρτι με μέλι και ένα από τα καλύτερα πιάτα avocado toast που έχουμε δοκιμάσει. Την παράσταση βέβαια κλέβει η πίτσα, το απόλυτο best seller του μαγαζιού, για το οποίο αξίζει η βόλτα στην περιοχή, ακόμα και αν έρχεσαι από μακριά. Απόλαυσε το φαγητό σου, συνέχισε με το αγαπημένο σου ποτό μέχρι τις πρώτες πρωινές ώρες, χορεύοντας με την παρέα σου στους μουσικούς ρυθμούς που παίζει ο DJ.

● Λουκιανού 13, Κολωνάκι, 21 0722 2844, Facebook: pocopocoathens



## LE PAPILIO

Brunch και αμαρτωλά  
γλυκά στη Σκουφά



Αυτή η πεταλούδα (Le Papilio) φτερούγισε πάνω από τα στενά του Κολωνακίου τον περασμένο Οκτώβριο και γέμισε με γλύκα ολόκληρη τη Σκουφά. Ανοικτό από τις 8 το πρωί, σε περιμένει με υπέροχο καφέ και πληθωρικό brunch (σερβίρεται καθημερινά 10.00-16.00), αλλά το μεγάλο του ατού είναι όλα αυτά τα φαντασμαγορικά γλυκά: αφράτο carrot cake, κολασμένη μπλόπιτα, μια τάρτα με διπλή στρώση σοκολάτας και πολλά ακόμα που θα ανακαλύψεις μόνος σου. Ειδική μνεία όμως αξίζει και στις 7 διαφορετικές εκδοχές των pancakes. Βουνά από βελούδινα pancakes καλύπτονται με πραλίνα, πασαλίζονται με τριμμένο μπισκότο ή αλείφονται με χειροποίητη καραμέλα βουτύρου. Πραγματικά, αξί-

ζει να τα δοκιμάσεις όλα.

Η υπόθεση «Brunch» από την άλλη έχει τις δικές της απολαύσεις, με πιάτα όπως τα άκρως λαχταριστά pancake eggs (μπέικον, λιωμένο τυρί, λουκάνικο και τηγανιτά αυγά) ή το prosciutto Benedict (με αυγά ποσέ πάνω σε μοναστηριακό ψωμί ολικής με προσούτο, καραμελωμένα κρεμμύδια και ζεστή sauce Hollandaise). Για να τα συνοδεύσεις θα βρεις το απόλυτο ταίρι: δροσερά brunch cocktails! Αυτό το πληθωρικό brunch ακολουθεί ένας κατάλογος με όλα τα comfort food πιάτα που ονειρεύεσαι. Να δοκιμάσεις οπωσδήποτε το Spicy Honey Chicken Burger Εί- ναι ονειρεμένο. Και delivery. ● Σκουφά 37, 210 3644854, Fb: @lepapilioathens



## ΤΟ ΜΠΑΡΑΚΙ ΤΗΣ ΔΙΑΟΤΟΥ

Εκεί που οι μουσικές βραδιές  
αποκτούν άλλο νόημα



Θέλεις να ακούσεις καλή, ποιοτική μουσική και τα πόδια σου σχεδόν από μόνα τους σε οδηγούν στον δρόμο της Διδότου. Εκεί όπου το θρυλικό «Μπαράκι του Βασιλή» έχει σήμερα μετατραπεί στην πιο δραστήρια μουσική σκηνή της πόλης. Λαμπρό στέκι καλλιτεχνών και διανοουμένων, με έναν δημιουργικό ηλεκτρισμό στην ατμόσφαιρα που γίνεται ολοένα και πιο έντονος όσο η νύχτα προχωράει. Ο Στρατής και ο Κώστας έχουν σεβαστεί απόλυτα την ιστορική σημασία του μέρους, ανεβάζοντας ακόμη πιο ψηλά τον πήχη και φιλοξενώντας σχήματα υψίστης σημασίας για την έντεχνη σκηνή της Αθήνας (και όχι μόνο). Ονόματα όπως Παντελής Θαλασσινός, Βαγγέλης Γερμανός, Γεράσιμος Ανδρέατος, Νότης Μαυρουδής, Παναγιώτης Καλαντζόπουλος και Μπάμπης Τσέρτος κάνουν συχνές εμφανίσεις παράλληλα με πολλούς νέους ποιοτικούς καλλιτέχνες, ενώ συχνά θα πετύχεις βραδιές τζαζ, ροκ εν ρολ και όλες τις μουσικές τάσεις που έχεις αγαπήσει στη ζωή σου.

● Διδότου 3, Κολωνάκι, 2103642990, Facebook: barakitisdidotu





# ATHENS BAKERY

**Η σίγουρη λύση  
σε κάθε σου λιγούρα**

Περπατάς στο κέντρο της πόλης και η πείνα σου απαιτεί εδώ και τώρα λύση. Κατευθύνεσαι στο γνωστό αγαπημένο σου στέκι γιατί ξέρεις ότι εδώ θα τα βρεις όλα, όποια στιγμή της ημέρας, όσο μεγάλη κι αν είναι η όρεξή σου. Στην ουρά πριν από εσένα τουλάχιστον πέντε φοιτητές από την Νομική που βρίσκεται ακριβώς απέναντι και άλλοι τόσοι εργαζόμενοι από τις γύρω εταιρίες. Χαλάλι η αναμονή. Αξίζει!

Εδώ και 20 χρόνια το Athens Bakery στεγάζεται στο ωραίο νεοκλασικό κτίριο στη γωνία Σόλωνος και Σίνα, προσφέροντας all day επιλογές σε σνακ εξαιρετικής ποιότητας, παραδοσιακό ψωμί από όλη την Ελλάδα, σφολιάτες σε μεγάλη ποικιλία καθώς και πεντανόστιμο σπιτικό φαγητό ημέρας. Αν ανήκεις σε αυτούς που έχουν διάθεση να νηστέψουν κάθε χρόνο τέτοια εποχή αλλά η έλλειψη χρόνου και προτάσεων σε δυσκολεύει, εδώ θα βρεις ακριβώς αυτό που χρειάζεσαι. Οι επιλογές σε σαρακοσιανά είναι πολλές, γευστικότερες και χορταστικές ενώ για όσους είναι vegar υπάρχουν όλο τον χρόνο νόστιμες προτάσεις που δεν περιέχουν ζωικές πρώτες ύλες. Αν πάλι έχεις αδυναμία στα γλυκά, δοκίμασε όλα τα πασχαλινά προϊόντα ή κάποιο από τα ζουμερά κέικ ή cupcakes. Θα ζητήσεις επανάληψη, θα πάρεις και για το σπίτι!

● Σόλωνος & Σίνα 26, 21 0361 0450  
Facebook: AthensBakery



## ΙΠΠΟΠΟΤΑΜΟΣ

**Το κλασικό στέκι της Αθήνας μεγαλώνει**

Όλοι έχουμε περάσει από τον πεζόδρομο της οδού Δελφών και όλοι έχουμε κάτσει για καφέ ή ποτό στον Ιπποπόταμο, τουλάχιστον μία φορά στην ζωή μας. Αποτελεί άλλωστε ένα από τα παλαιότερα μπαρ της Αθήνας και σταθερή αξία από το 1978! Πάντα σταθερά στις πρώτες μας επιλογές για έξοδο, εξαιτίας του ροκ/vintage ντεκόρ του, της ρομαντικής ατμόσφαιρας που θυμίζει καλοκαίρι ανεξαρτήτως εποχής και το μικρό αλλά θαυματοργό κήπο του. Ο τελευταίος έχει υπάρξει το ιδανικό περιβάλλον για αμέτρητα ραντεβού ανά τα χρόνια, κι όλα ήταν πετυχημένα (το λέμε με σιγουριά). Φέτος δεν χρειάζεται καν να ανησυχείς για το αν θα βρεις τραπέζι ή όχι, καθώς ο Ιπποπόταμος αποφάσισε να μεγαλώσει, βάζοντας κι άλλα τραπέζια και επεκτείνοντας τον κήπο του μέχρι απέναντι στον πεζόδρομο προσφέροντας περισσότερα όμορφα τετ-α-τετ και χαλαρές καταστάσεις. Αν είσαι φαν της μπίρας, εδώ θα βρεις έναν μικρό παράδεισο, με πάνω από 28 ετικέτες, οι περισσότερες ελληνικές. Αν σου αρέσουν περισσότερο τα κοκτέιλ, το μενού έχει όλα τα κλασικά και νόστιμα, αλλά και δικές του «εφευρέσεις» με βάση την ρακή. Φυσικά μπορείς να συνοδέψεις το ποτό σου με λαχταριστά, χειροποίητα σνακ και να μείνεις μέχρι το πρωί, πρωταγωνιστώντας στην δική σου urban ροκ ιστορία.

● Δελφών 3B, Κολωνάκι, 210 3634583,  
Fb: @ippopotamos





# Graffito

Θέλω ένα σπίτι  
στο ύψος των ονείρων μου  
Της ΤΑΝΙΑΣ ΔΕΛΗ



**Κ**άθε φορά που ονειρεύομαι το ιδανικό μου σπίτι κατεβαίνω στο Graffito, το concept store της Σόλωνος. Όχι μόνο γιατί είναι το πιο μεγάλο και ενημερωμένο σε θέματα design και διακόσμησης εσωτερικού χώρου στο κέντρο της πόλης, αλλά και γιατί οι τεράστιοι χώροι του σου δίνουν τη δυνατότητα να βολτάρεις με την ψυχία σου και να σκεφτείς μέσα σε ένα απόλυτα ήρεμο περιβάλλον τι πραγματικά ταιριάζει στον χώρο σου και στις ανάγκες που έχεις. Αυτή την εποχή έχει ανανεωθεί με νέα προϊόντα κι έτσι στο τμήμα με έπιπλα εξωτερικού χώρου μπορείς να βρεις κάτι τραπέζια και καρέκλες μούρλια, αλλά και νέα είδη κουζίνας σε ανοιχτά και καλοκαιρινά χρώματα και σχέδια. Επίσης τώρα το Πάσχα έχουν αφιχθεί υπέροχες πασχαλινές αρωματικές λαμπάδες από 7 ευρώ, ό,τι πρέπει για τα βαφτιστήρια σας αλλά και για εσάς. Εκτός από τα είδη σπιτιού αξίζει να ριζέτε μια ματιά στα ρούχα και αξεσουάρ των γαλλικών εταιρειών «Grace and Mila», «Orfeo» και «La petite etoile», διακρίνονται και οι τρεις για τα αέρινα ρούχα και αξεσουάρ με την υψηλή ποιότητα και τις χαμηλές τιμές.



Επιμέλεια:  
TANIA ΔΕΛΗ

# Style



Βουκουρεστίου 50 & Τσακάλωφ, 2111088417



## Puma Select Store

Ο απόλυτος προορισμός των sneakerheads

▶ Το όνειρο κάθε sneakerhead βρίσκεται στην καρδιά της πόλης, στον αριθμό 50 της Βουκουρεστίου. Ένας χώρος με minimal και industrial design, όπου το χρυσό χρώμα κυριαρχεί και συναντά τα χρώματα κάθε συλλογής σε έναν εντυπωσιακό συνδυασμό. Εδώ κάθε fashion lover βρίσκει exclusive ρούχα, παπούτσια και αξεσουάρ, premium συλλογές και limited items από τις μεγαλύτερες συνεργασί-

ες της Puma. Signature κομμάτια σχεδιασμένα από τους Ader Error, statement sneakers με την υπογραφή του εμβληματικού Karl Lagerfeld και πρωτότυπα σχέδια από τον Bradley Theodore, είναι μόνο λίγες από τις ιδιαίτερες προτάσεις που θα βρεις. Το **Puma Select Store** δεν είναι ένα ακόμη κατάστημα αθλητικών αλλά ένα concept store που προσφέρει μια shopping εμπειρία 360°.





**I-D CONCEPT STORES**  
Μενταγιόν Minas €300

style



**NEW ERA**  
Κανέλο Finest A-Frame Trucker



**SOPHIA ENJOY THINKING LIVE**  
Αρωματικό κερί €35



**LINA GAVRA**  
Κιμονό σατέν με μεταξωτές λεπτομέρειες €240



**ΕΝΥΔΑΤΩΣΗ  
ΜΕ ΑΡΩΜΑ  
ΜΑΣΤΙΧΑΣ**

Μου αρέσει πολύ αυτή η κρέμα προσώπου των Mastiha Shop γιατί ενυδατώνει σε βάθος, βελτιώνει το χρώμα του προσώπου, με προστατεύει από τη βλαβερή ακτινοβολία του ήλιου και μυρίζει τέλεια. Περιέχει μαστίχα Χίου, σταφύλι, super fruit kakadu, υαλουρονικό οξύ και SPF15, όλα χρειάζονται δηλαδή το πρόσωπό μου καθημερινά. €17,90



**WOMEN'S SECRET**  
Σουτιέν με δαντέλα €29,99



**HUSH PUPPIES**  
Αθλητικό παπούτσι



**TARTARAS EYEWEAR & OPTOMETRY**  
Γυαλιά πλίου Anne & Valentin



**SWATCH**  
Πολύ Swatch Out, από τη συλλογή Listen To Me €70



**THE BODY SHOP**  
Παλέτα σκιών €24

## GLAMAZON

Life Will Be the Death of Me:

# CHELSEA HANDLER'S

Sit-Down Comedy Tour



## Θα αλλάζεις το πρόσωπό σου;

Θα σου άρεσε αυτό που χρυσοπλήρωσες και βλέπεις απέναντί σου;

Της ΔΕΣΠΟΙΝΑΣ ΚΟΥΤΣΟΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ

**Ε**ίσαι έτοιμη να αλλάξεις το πρόσωπό σου; Βλέποντας τον εαυτό σου στον καθρέφτη με σαρκώδη χείλη, τονισμένα μάλα και περίεργα υψωμένο το τμήμα εκείνο του δέρματος πάνω από το «V» των χειλιών, θα σε απολάμβανες ή δεν θα σε αναγνώριζες; Θα έχανες εσύ εσένα; Η θα προσκυνούσες το καινούργιο σου είδωλο με τα φρύδια της Λίλι Κόλινς; Θα σου άρεσε τελικά αυτό που χρυσοπλήρωσες και βλέπεις απέναντί σου; Καθρέφτη-καθρεφτάκι μου, ποια είναι η ομορφότερη; Η νεότερη; Η πιο σέξι; Είσαι έτοιμη να μοιράσεις χαμόγελα με δόντια που θυμίζουν άσπρη πέτρα ξέξασηρη και «chiclets»;

**Εντάξει, οι περισσότεροι άνδρες** δεν καταλαβαίνουν το ένα τσιμπηματάκι εδώ, ένα τσιμπηματάκι εκεί, αλλά στ' αλήθεια θα το έκανες για τους άνδρες ή για τις άλλες γυναίκες; Για να φυσήξει το αεράκι της ζήλιας, μήπως; Πώς διατηρείται έτσι...

**Αν έχεις χρήμα να διαθέσεις,** φράινεσαι και δέκα χρόνια νεότερη. Οι συμμαθήτριάς σου μοιάζουν με θείες σου. Χρόνια κρίσης, χρόνια επανασύνταξης και όμως οι θεραπείες ομορφιάς –επεμβατικές ή λιγότερο επεμβατικές– γίνονται από πάρα πολλές γυναίκες όχι απαραίτητα of a certain age, είτε το πορτοφόλι τους γεμίζει ικανοποιητικά από τη δουλειά τους είτε είναι γκαντέμικο. Κανείς δεν κρίνει. Κανείς δεν έχει δικαίωμα να κρίνει. Αλλά στα κρυφά όλο και κουτσομπολεύουμε. Αν είναι μάλιστα τέλειο το αποτέλεσμα, όλες θα θέλαμε στις επαφές του κινητού το όνομα και το τηλέφωνο του γιατρού-θαυματοποιού.

**Όλες όσες έχουν** εκπαιδευμένο μάτι –και ποια δεν έχει– το πιάνουν το θέμα. Το ξέρω. Δεν είναι ευχάριστο να μεγαλώνεις. Και καλά κάνεις και κάνεις ό,τι κάνεις, αρκεί να μην το παρακάνεις. Όλα αυτά προέκυψαν όταν το μάτι μου έπιασε μια συνέντευξη της Τσέλι Χάντλερ στους NYT. Η Τσέλι λέει στην εφημερίδα πως δεν πρόκειται να αλλάξει το πρόσωπό της. Ίσως λίγο μπότοξ, κανένα φιλεράκι. Μέχρι εκεί. Και η Τσέλι παίζει πολύ δυνατά στη showbiz. Η ηθοποιός, συγγραφέας, παραγωγός, stand up comedian και αστέρι του Netflix είχε δει το όνομά της να φιγουράρει στη λίστα του περιοδικού Time με τους επιδραστικότερους ανθρώπους του κόσμου για το 2010. Είλικρινής. Και έχει αξία όταν το λέει μια διασημότητα, μια όμορφη 44χρονη γυναίκα, ιδιαίτερα επιτυχημένη και ταλαντούχα. Ένας άνθρωπος που εκτίθεται και οι αλλαγές πάνω του είναι ορατές. Τι άλλο να πω; Αγάπησε τον εαυτό της και έθεσε όρια.

Στη φωτογραφία είναι το εξώφυλλο του βιβλίου της Τσέλι Χάντλερ με τίτλο «Life will be the death of me».



# CITY GUIDE

## MADE IN BEER FESTIVAL 2019

Το μεγαλύτερο φεστιβάλ μπίρας επιστρέφει για δεύτερη χρονιά στο Παλιό Αμαξοστάσιο του ΟΣΥ

**Τ**ρεις ημέρες γεμάτες μπίρα, φαγητό και πολλές εκδηλώσεις στο φετινό Made In Beer Festival, το οποίο επιστρέφει για δεύτερη χρονιά με πολλές εκπλήξεις. Οι λάτρεις της μπίρας θα μπορούν να δοκιμάσουν πάνω από 150 διαφορετικές γεύσεις σε εξαιρετικές τιμές, ενώ τα δεκάδες περίπτερα παραγωγών και διανομέων (εγχώριων και ξένων), οι μικροζυθοποιίες από όλη τη χώρα, οι ζυθοποιίες από το εξωτερικό που τα προϊόντα τους δεν διανέμονται στην Ελλάδα και οι πολλές εκπλήξεις θα είναι τα υλικά για τη δημιουργία μιας πραγματικής γιορτής της μπίρας. Φυσικά, από μια γιορτή μπίρας, δεν θα μπορού-

σαν να λείπουν τα απαραίτητα συνοδευτικά της: το φαγητό και η μουσική! Έτσι και στο Made In Beer Festival 2019 θα υπάρχουν επιλογές φαγητού και τη μουσική υποστήριξη θα αναλάβουν γνωστοί ραδιοφωνικοί παραγωγοί, ενώ την Παρασκευή 19/4 από τις 21.00 έως τις 23.30 στις μουσικές επιλογές θα είναι η Ελένη Κολοκοτρώνη από τον Athens Voice Radio 102.5. Ακόμη, το πρόγραμμα του φεστιβάλ θα περιλαμβάνει και ζωντανές εμφανίσεις από γνωστούς stand-up καλλιτέχνες, open mic σε όλη τη διάρκεια του φεστιβάλ, αλλά και διαγωνισμό караόκε!

- Νατάσσα Καρυστινού

### Κερδίστε διπλές προσκλήσεις



Οι ακροατές του Athens Voice Radio

102.5 έχουν τη δυνατότητα να κερδίσουν διπλές προσκλήσεις για το Made In Beer Festival 2019, στέλνοντας SMS στο 19619 και γράφοντας AV (κενό) Beer ονοματεπώνυμο (χρέωση €0,31 ανά sms+ ΦΠΑ).

### INFO

Το Made In Beer Festival 2019 θα πραγματοποιηθεί το τριήμερο 19, 20, 21 Απριλίου στον χώρο του Αμαξοστασίου ΟΣΥ, στο Γκάζι. Facebook: [madeinbeerfestival](#), Instagram: [madeinbeerfestival](#)





# M

## ΜΟΥΣΙΚΗ

### Ήχοι από όλο τον κόσμο

#### Nilufer Yanya

- Miss Universe

Είναι πάντα καλοδεχούμενο και αξιοσημείωτο να βλέπεις νέους ανθρώπους να μην γίνονται θύματα των επιρροών τους απλώς αντιγράφοντας αλλά να έχουν από την αρχή άποψη, όραμα και να ξέρουν τι θέλουν. Κι αυτό το κορίτσι από το Δυτικό Λονδίνο φανερώνει

με το ντεμπούτο του ένα αξιοθαύμαστο προσωπικό μουσικό σύμπαν όπου χωρίς αναστολές μπλέκονται οι indie ηλεκτρικές κιθάρες με τη σύγχρονη

ρορ και τους χορευτικούς ρυθμούς, ενώ οι στίχοι δείχνουν στοχασμό και τα σύντομα κοροϊδευτικά σκετσάκια, με τα οποία σατιρίζει τις εταιρίες φροντίδας και ευεξίας που νοιάζονται για μας, ότι ζει μέσα στην κοινωνία. Η δε φωνή και η ερμηνεία πιστοποιεί την αυτοπεποίθηση της προσωπικής άποψης. Αν δεν χάσει τον στόχο—πράγμα πολύ εύκολο στις μέρες μας—αυτή η Τουρκοϊρλανδή θα μας απασχολήσει έντονα και στο μέλλον.

#### Dominic Miller

- Absinthe

Το μυθικό αφέντι—που κατέστρεψε μια γενιά καλλιτεχνών πολύ πριν «ανακαλυφθεί» η ηρωίνη που κατέστρεψε μια επόμενη γενιά—διαλέγει για τίτλο του άλμπουμ ο αργεντινικής καταγωγής κιθαρίστας Dominic Miller που τώρα κατοικεί-δρεύει στη Νότια Γαλλία. Συνεργάτης για χρόνια του Sting, συναντιέται εδώ με δύο μουσικούς που είχε γνωρίσει στην μπάντα του, τον ντράμερ Manu Katche και τον μπασίστα Nicolas Fiszman, ενώ συμμετέχουν ακόμη ο Santiago Arias στο μπαντονέον και ο κιμπορντίστας Mike Lindup. Έμπνευσή του, λέει ο Miller, είναι ο ιμπρεσιονισμός και οι πίνακες του Cezanne, του Lautrec, του Renoir και του Monet, που μαζί με το αφέντι και τη διονυσιακή Νότια Γαλλία (λέω εγώ) θα έπρεπε να κάνουν ένα μείγμα εκρηκτικό. Αντ' αυτού έχουμε ένα συμπαθητικό και ευχάριστο άλμπουμ όπου τζαζ, αργεντινική παράδοση και γαλλικά σανσόν συναντιούνται. Οι μουσικοί είναι σπουδαίοι, το κλίμα καλό αλλά οι συνθέ-

σεις δύσκολα ξεπερνάνε έναν μέσο όρο καλών προθέσεων.

#### TR/ST

- The Destroyer -1

Ο канаδός δημιουργός ηλεκτρονικής μουσικής Robert Alfons (γνωστός ως TR/STή Trust), μετά από μερικά χρόνια σιωπής, επιστρέφει στη δισκογραφία με ένα διπλό άλμπουμ (που θα κυκλοφορήσει σε 2 μέρη). Όπως ο ίδιος λέει, χρειάστηκε μια περίοδο ανασυγκρότησης και αναθεώρησης που φαίνεται πως απέδωσε. Αφήνει πίσω τα σκοτεινά, δυστοπικά, πειραματικά, θορυβώδη και ανορθόδοξα ηχητικά τοπία (αν και υπόσχεται πως θα τα συναντήσουμε, σε ένα βαθμό, δημιουργεί ένα ενδιαφέρον, σημερινό (με τις απαραίτητες αναφορές στο ένδοξο παρελθόν της diy αισθητικής από τη δεκαετία του '80) και με προσωπική άποψη άλμπουμ, που τον βάζει με το δεξί στο σύμπαν των δημιουργών ηλεκτρονικών ήχων και τραγουδιών που έχουν κάτι να πουν εκτός από το να αντιγράφουν τους Neu!, τους New Order και τους Joy Division.

#### Sokratis Sinopoulos Quartet

- Metamodal

Ο Σωκράτης Σινόπουλος προσεγγίζει τη λύρα—κατά βάση—συναισθηματικά και με τον μελοδραματισμό της Ανατολής, αλλά είναι η δεξιοτεχνία, η λεπτότητα και η προσωπική εμβάθυνση που τον βοηθούν να βρει τρόπους συνομιλίας με το τζαζ ηχητικό πλαίσιο με του πιάνου, του μπάσου και των τυμπάνων που ολοκληρώνουν το κουαρτέτο. Όταν όλα συμπλεύουν (Transition, Metamodal III - Illusions, Red Thread, Mnemosyne) το αποτέλεσμα είναι εξαιρετικό και το στερεότυπο «η Δύση συναντάει την Ανατολή» δικαιώνεται απολύτως. Κι αν ο παραγωγός του δίσκου (και ιδιοκτήτης της ECM) Manfred Eicher δεν είχε την τάση να βγάζει—συχνά—τον ήχο της λύρας λίγο πιο μπροστά απ' ό,τι χρειάζεται διαταράσσοντας την ισορροπία του κουαρτέτου, τότε η απόλαυση του ταξιδιού θα ήταν ακόμη καλύτερη.

### VARIOUS ARTISTS

Του ΜΑΚΗ ΜΗΛΑΤΟΥ

→ makismilatos@gmail.com

ΣΥΝΑΓΛΙΕΣ  
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ  
ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ  
ΔΙΣΚΟΙ



Τους δίσκους αυτούς μπορείτε να τους ακούτε κάθε Σάββατο & Κυριακή από τις 18.00 ως τις 20.00 στο Athens Voice Radio 102,5 στην εκπομπή του Μάκη Μηλάτου.

## CHOUX CHOUX GELATERIA PASTICCERIA

Μόλις άνοιξε και είναι αφιερωμένο σε κάθε Αθηναίο γλυκατζή

Αν νομίζεις πως ξέρεις τα πάντα για τα αγαπημένα σου προφιτερόλ και τα choux, μόλις σου βρήκαμε το μέρος που θα σε κάνει να... παραμιλήσεις! Ένα ολοκαίνουργιο ζαχαροπλαστείο που καταργεί τον όρο «σουδάκια» και αντί γι αυτό προσφέρει choux γίγας, εξαιρετικά γευστικά, αφράτα και πολύ πολύ χορταστικά. Με αμέσως επόμενη αδυναμία στα λαχταριστά προφιτερόλ και φυσικά μόνο με αγνά υλικά, το Choux Choux σίγουρα θα γίνει η επόμενη στάση όλων των Αθηναίων γλυκατζήδων. Εσύ έχεις ποτέ δοκιμάσει choux-υπερπαραγωγή σε μέγεθος σάντουιτς; Φαντάσου ένα τεράστιο γλυκό κομμένο στα δύο, με παγωτό ενδιάμεσα, σε κλασικές γεύσεις όπως σοκολάτα ή φιστίκι ή λίγο πιο funky όπως ρυζόγαλο και τσουρέκι. Ναι, καλά διαβάξεις, υπάρχει γεύση ρυζόγαλο και είναι φανταστική. Τα υλικά αγνά, με βάση ελληνικά προϊόντα, για την καλύτερη δυνατή γεύση. Και αν όλα αυτά είναι λίγα, φυλάξαμε το κερασάκι για το τέλος. Από το Πάσχα και μετά το Choux Choux θα προσφέρει και brunch, με ένα μενού γεμάτο γλυκές αλλά και αλμυρές λιχουδιές.

● Αθηναϊδος 11, Πλατεία Αγίας Ειρήνης, 2103315381  
insta: chouxchouxgelateria,  
fb: choux choux gelateria pasticceria





# Happy Easter

Η Ελληνική πασχαλινή παράδοση στο NJV Athens Plaza

*The Parliament*  
R E S T A U R A N T

## Μεγάλο Σάββατο

Το εορταστικό δείπνο περιλαμβάνει μενού με σπιτική μαγειρίτσα, καρδιές σαλατικών με ψητό μανούρι, αρνάκι γάλακτος με πέστο μυρωδικών, Ελληνικά γλυκά με παγωτό καϊμάκι.

60€/άτομο

Φιάλη house wine / 2 άτομα - παιδιά -12 ετών -50%

## Κυριακή του Πάσχα

Γιορτάζουμε το Πάσχα με παραδοσιακές γεύσεις από τον πλούσιο μπουφέ με επιλογές όπως αρνάκι, κοκορέτσι, γαρδουμπάκια, μπιφτεκάκια, φιλετάκια χοιρινά και κοτόπουλο και συνοδευτικά, πλούσιες σαλάτες, κρύες επιλογές αλλά και κόκκινα αυγά, γλυκά και φρούτα.

70€/άτομο

Φιάλη house wine / 2 άτομα - παιδιά -12 ετών -50%



ATHENS PLAZA  
HOTEL

Τηλ. κρατήσεων: (+30) 210 33 52 400 | www.njvathensplaza.gr



## Ο ΚΑΛΥΤΕΡΟΣ ΜΟΥΣΑΚΑΣ

5,00€

/600 gr. η μερίδα

Take Away

[www.deliolanis.com](http://www.deliolanis.com)

[www.facebook.com / Δελολάνης](https://www.facebook.com/Δελολάνης) (Official)

## ΜΟΣΧΑΡΙΣΙΑ ΜΠΡΙΖΟΛΑ

10,00€  
/300 gr.  
χωρίς κόκκαλο



## Δεληολανης

Αθήνα 1954

Γλυκό & Φαγητό όπως Κάποτε

ΑΘΗΝΑ: Λεωφ. Συγγρού 100, 210-8983000 (24ωρο)

ΠΑΓΚΡΑΤΙ: Χρემωνίδου 55, 210-7669555 (8:00-24:00)

ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ: Κυπρίων Ηρώων 50, 210-8983001 (8:00-22:00)

## ΣΟΚΟΛΑΤΕΝΙΑ ΤΡΟΥΦΑΚΙΑ



16,00€  
/κιλό



## ΑΥΘΕΝΤΙΚΑ ΜΠΑΚΛΑΒΑΔΑΚΙΑ

ΑΠΟ ΑΥΘΕΝΤΙΚΟ ΜΑΣΤΟΡΑ  
ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΟΛΗ

RECOMMENDED ON tripadvisor





ΘΕΑΤΡΟ

Της ΖΕΝΙΑΣ ΠΙΤΤΑΚΗ

Μιλήσαμε με τη **Μαρίνα Γεωργοπούλου** που πρωταγωνιστεί στην παράσταση



## ΟΤΑΝ ΠΕΘΑΝΩ ΘΑΨΤΕ ΜΕ ΣΤΟ FACEBOOK

**Ο** Εστραγκόν και η Οφηλία, δύο ιδιαίτεροι άνθρωποι της καθημερινότητας, με ευαίσθητες, συναντιούνται στη θεραπευτική κοινότητα του Facebook και υπό την καθοδήγηση του υπεύθυνου της κοινότητας προσπαθούν να δώσουν νόημα και περιεχόμενο στην προσωπική τους ζωή. Μιλήσαμε με τη Μαρίνα Γεωργοπούλου που πρωταγωνιστεί στην παράσταση «Όταν πεθάνω θάψτε με στο facebook»...

**Πώς ξεκίνησες να ασχολείσαι με το θέατρο;** Από μικρή έλεγα ότι θα γίνω ηθοποιός. Μου άρεσε να μεταμφιέζομαι, να φοράω διάφορα κουστούμια και να βάζομαι αναλόγως, να τραγουδάω, να χορεύω και να παίζω κάθε φορά στις σχολικές γιορτές. Διάβαζα πολλά παραμύθια και παιδικά βιβλία και άλλαζα τη φωνή μου. Καθόμουν και τα σκηνοθετούσα κάθε φορά, κάνοντας όλους τους ρόλους. Έγραφα κειμενάκια και μικρές ιστορίες, παρακολουθούσα παραστάσεις που με πήγαιναν οι γονείς μου. Διάβαζα ότι γύρω από το θέατρο μου κινούσε το ενδιαφέρον, πήγαινα σε Ωδείο Μουσικής, μπαλέτο, έβλεπα κλασικές ταινίες εποχής. Οι δάσκαλοι και οι καθηγητές γνώριζαν την κλίση μου και με επιβράβευαν, όχι μόνο ως καλή μαθήτριά με άριστη συμπεριφορά (γέλια) αλλά και ως προς την απόδοση μου στα θεατρικά δράματα. Στους Πανελληνίους Μαθητικούς Αγώνες Δράματος κέρδισα βραβεία και έφτασα 16 χρονών στη σκηνή του Τζένν Καρέζν ως Ηλέκτρα του Σοφοκλή,

του Μπρόντγουαι και του Ήβη, με κριτικές επιτροπές, από τις οποίες κάποια από τα μέλη τους συνάντησα ως καθηγητές μου στο Πανεπιστήμιο στο Τμήμα Θεατρικών Σπουδών και στη Δραματική Σχολή Ιάκωβου Καμπανέλλη. Κάπως έτσι ξεκίνησαν όλα.

**Πώς νιώθεις όταν βρίσκεσαι στη σκηνή;** Ευτυχισμένη, αν και πάντα αγχωμένη, αυτό το τρακ της πρώτης φοράς που δεν φεύγει. Παιρνω οξυγόνο ζωής και αναπνέω εκεί. Το ζω απόλυτα. Είναι μια σχέση έρωτα. Φροντίζω με στοργή τον ρόλο μου, τον περιποιούμαι. Έχω έναν ενθουσιασμό και μια χαρά που ξεχειλίζει. Χτυπάει δυνατά η καρδιά μου και οι θησαυροί που μου χαρίζονται εκείνη τη στιγμή είναι ζωτικής σημασίας. Ένας πόθος συνεχούς ανακάλυψης με πάθος που ολοένα απλώνεται. Αποκομίζω κάθε φορά και κάτι άλλο, συναισθηματικής φύσεως.

**«Όταν πεθάνω, θάψτε με στο facebook!» είναι ο τίτλος της παράστασης στην οποία παίζεις αυτή την περίοδο. Μίλησέ μας για αυτήν.** Είναι μια παράσταση που αφορά την εποχή μας. Ένας άντρας ο Εστραγκόν (Γιώργης Κοντοπόδης) και μια γυναίκα η Οφηλία (εγώ) αναζητούν τον Έρωτα και υπό την καθοδήγηση του Υπεύθυνου της κοινότητας (Δημήτρης Γιώτης) προσπαθούν να δώσουν νόημα στην προσωπική τους ζωή. Στην κοινωνική μοναξιά της εποχής μας, οι σχέσεις που γεννιούνται στο διαδίκτυο μπορούν να λειτουργήσουν καταλυτικά. Σε

σημεία της παράστασης μάλιστα, κάποιοι εκ των θεατών μπορούν να συμμετάσχουν στο έργο, υποδύομενοι διάφορους χρήστες - φίλους του Facebook. Αξίζει να σημειωθεί ότι ο σκηνοθέτης, Αλέξανδρος Λιακόπουλος, δεν έχει προφίλ στο facebook και αρνείται επίμονα να δημιουργήσει, καθώς δεν χρησιμοποιεί τα social media. Είναι μια κωμωδία με κοινωνικές προεκτάσεις, την οποία μεταξύ μας αποκαλούμε μπλε κωμωδία. Έχουμε προσδώσει ένα δικό μας όρο λόγω του χρώματος του Facebook.

**Εσύ τι σχέση έχεις με το Facebook;** Την σχέση που επιτρέπω και λόγω δουλειάς. Κάθε φορά έρχομαι σε επαφή με αγαπημένα πρόσωπα που δεν είναι πάντα εφικτό να έρθω διά ζώσης. Μιλώ, επικοινωνώ, μοιράζομαι με τους διαδικτυακούς μου φίλους, είναι άνθρωποι της ζωής μου, άλλοι που γνώρισα και συνεργάστηκα μέσα από το Facebook, άλλοι που έχουμε συναντηθεί και τους γνωρίζω, συγγενείς, φίλοι, συνεργάτες, γνωστοί και άλλοι διαδικτυακοί συμπορευτές. Στον χώρο του θεάτρου, της τηλεόρασης και της εφημερίδας που εργάζομαι παράλληλα σήμερα, τα social media είναι εκ των πραγμάτων απαραίτητα για προβολή και ενημέρωση. **Α**

### ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗΣ

**Συγγραφέας:** Αντώνης Τσιπιανίτης  
**Σκηνοθεσία:** Αλέξανδρος Λιακόπουλος  
**Σκηνικά / Κοστούμια:** Κατερίνα Κοντού  
**Μουσική Επένδυση:** Γιώργης Κοντοπόδης  
**Φωτογραφίες:** Γιάννης Παυλίδης  
**Πρωταγωνιστούν (με σειρά εμφάνισης):** Δημήτρης Γιώτης, Μαρίνα Γεωργοπούλου, Γιώργης Κοντοπόδης  
**Διάρκεια παράστασης:** 105 λεπτά με διάλειμμα

### INFO

Κάθε Τετ., Πέμ. και Κυρ.  
στις 21.15 (μέχρι Κυριακή  
των Βαΐων 21/4), Θέατρο  
ΜΠΕΛΛΟΣ - Κέκροπος 1,  
Πλάκα, 2103229889





## ΜΟΥΣΙΚΗ

Του ΓΙΩΡΓΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ

# ΤΟ «ΚΑΚΟ ΠΟΙΗΜΑ» ΤΟΥ ΓΙΑΝ ΒΑΝ

Ο Γιάννης Αγγελόπουλος μιλά για τη νέα του δουλειά που υλοποίησε μαζί με τον Παύλο Παυλίδη σε στίχους του Ευθύμη Φιλίππου

Ο ντράμερ Γιάννης Αγγελόπουλος μέσα από το ψευδώνυμο GIAN BAN/Jan Van de Engel αποτυπώνει στιγμές της πόλης με τη δική του ματιά. Ξέραμε την ωραία τρέλα του μέσα από μια σειρά κυκλοφοριών με ελληνικό στίχο και ένα μοναδικό ταίριασμα του λαϊκοδημοτικού και του ρεμπέτικου με το funk και την exotica. Από τη μουσική για τα «Αίματα» των Vasistas και του συν-σεναριογράφου των ταινιών του Λάνθιμου, Ευθύμη Φιλίππου, μέχρι τους πειραματισμούς του στη «Λαδόκολλα», την κασέτα «Γιαν Βαν» και το ντεμπούτο του «Misspent». Στο πρόσφατο άλμπουμ του «Κακό Ποίημα» συνεργάζεται για πρώτη φορά με τον Παύλο Παυλίδη σε στίχους δικούς του και του Ευθύμη Φιλίππου. Πριν την πρώτη live παρουσίαση στο Gagarin του ζητήσαμε να μιλήσει για τους εκλεκτούς συνεργάτες του, τα πράγματα που τον ενέπνευσαν για το εξαιρετικό αυτό «Κακό Ποίημα» και για το κρυφό του ταλέντο, τη μαγειρική...

**Πώς θα περιέγραφες με λίγες λέξεις τους συνεργάτες του νέου άλμπουμ;**

**Χρήστος Λαϊνός** Θετικός, ορεξάτος, μερακλής, μεθοδικός. Δουλέψαμε εύκολα, αβίαστα, λες κα αυτός ήταν ο πέμπτος δίσκος που κάνουμε παρέα. **Παύλος Παυλίδης** Έχει ακόμα, και μετά από όλα αυτά τα χρόνια που κάνει μουσική, πηγαία αγάπη για το τραγούδι και κάθε τι που ετοιμάζει. Αγκάλιασε το «Κακό Ποίημα» λες και ήταν δικός του δίσκος. Μακάρι να μπορέσω κάποτε να κάνω κάτι αντίστοιχο για κάποιον άλλον. Σε ευχαριστώ, Παύλο. **Ευθύμης Φιλίππου** Θα είναι κατακρα-

στικό από μέρους μου να πω πως ο Ευθύμης Φιλίππου είναι συνεργάτης μου. Έχω την τύχη να μου έχει εμπιστευθεί στίχους του και να έχουμε κάνει ελάχιστη παρέα. Του είμαι ευγνώμων γιατί με τους στίχους του μπόρεσα και έκανα μουσική που δεν θα την είχα κάνει αλλιώς.

**Αχιλλέας Κυριακίδης** Εδώ θα είναι ακόμα μεγαλύτερη η χοντράδα να θεωρήσω «συνεργάτη» μου τον κύριο Κυριακίδη. Η συμμετοχή του είναι μια ακόμα πόρτα που άνοιξε ο Ευθύμης για εμένα. Είναι μοναδική η φωνή του και ο τρόπος του, είναι ο ιδανικός αφηγητής, αυτός που θα θέλαμε να είμαστε όλοι μας. Τις δυο φορές που είχα τη χαρά να ηχογραφήσω τη φωνή του ήταν ορεξάτος, ανοιχτός και γενναϊόδωρος.

**Πώς προέκυψε ο νέος ήχος;** Για μένα, για τον GIAN BAN, δεν είναι καινούριος, νομίζω είναι η συνέχεια του ντεμπούτου μου, του «Misspent». Στο «Κακό Ποίημα» απλά εμπιστευτήκα το ένστικτό μου και ήμουν πιο ακραίος και απόλυτος στις επιλογές μου. Στη χρήση των συνθεσάιζερ και στη συνεργασία με τον Χρήστο Λαϊνά, είναι μεγάλη απόφαση να παραδώσεις τα κλειδιά του σπιτιού σε κάποιον άγνωστο.

**Ποια είναι η κλωστή που ένωσε τα κομμάτια;** Το μεράκι. Η ανάγκη να προσπαθήσω να κάνω κάτι όμορφο που ίσως κι άλλοι το εκλάβουν ως κάτι τέτοιο. Υπάρχει επιτακτική ανάγκη να κάνουμε με αγάπη, σεβασμό και αισθητική οτιδήποτε κάνουμε... είτε ράβουμε με την κλωστή είτε προσπαθούμε να ισορροπήσουμε σε αυτή.

**Ποιο είναι το κρυφό σου ταλέντο;** Δεν είναι κρυφό, είμαι πολύ συμπαθητικός μάγειρας. Φτιάχνω δική μου πίτσα, αλλά δυσκολεύομαι στην Αθίνα να βρώ Koji rice. Κάνω επίσης καλό sauerkraut με μάραθο και αξιοπρεπέστατο fish n chips... σουπες, γλυκά χωρίς τίποτα ζωικό, έχω δυνατό ρεπερτόριο.

**Ποιος είναι ο αγαπημένος σου ποιητής;** Δεν διαβάζω ποίηση, μου άρεσε, πιτσιρικάς, ο Χριστιανόπουλος. Μέχρι εκεί.

**Ποιον έλληνα συνθέτη και ποιον έλληνα συγγραφέα εκτιμάς βαθιά; Οι παρόντες, Παυλίδης και Φιλίππου, εξαιρούνται.** Συνθέτες είναι πολλοί, από την Πλάτωνος και τον Μούτση μέχρι τον Βαμβακάρη και τον Χρήστου. Δεν είμαι πολύ του βιβλίου, με αγγίζει βαθιά και ύπουλα ο Βακαλόπουλος. Εννοείται πως έχω περάσει περίοδο Καζαντζάκη και επίσης μου αρέσει ο Σκαρίμπας και ο Μιχαήλ Μητσάκης.

**Ξεκινάς από τις λέξεις ή από τις μελωδίες;** Δεν έχω μέθοδο, αν και αυτό είναι μια κάποια μέθοδος. Έχω ξεκινήσει με ένα ρυθμό από τα τύμπανα, με μια ρυθμική άσκηση, με μια αλληλουχία τεσσάρων ακόρντων, ένα μικρό επαναλαμβανόμενο μοτίβο, με μια φράση. Γενικά το να πιστώ από κάτι είναι εύκολο, δύσκολο είναι το να το ολοκληρώσω και να μου αρέσει.

**Ποια είναι τα βιβλία, οι ταινίες και οι μουσικές που λειτουργήσαν σαν background στο συγκεκριμένο νέο**

**σού άλμπουμ;** Δεν είμαι σίγουρος. Σίγουρα η «Γραμμή του Ορίζοντος» του Χρήστου Βακαλοπούλου, το διάβασα τουλάχιστον δύο φορές την περίοδο που δούλεα τα τραγούδια του δίσκου. Επίσης δύο ταινίες που έμειναν μαζί μου αρκετό καιρό ήταν το «Birdman» και ο «Αστακός».

**Τι άλλο υλικό έχεις επιλέξει για τη συναυλία;** Σχεδόν όλα τα τραγούδια που έχω κάνει σε στίχους Ευθύμη Φιλίππου, κάποιες διασκευές που είναι βασικές στο ρεπερτόριο της μπάντας και φυσικά ορισμένα τραγούδια του Παύλου.

**Πόσο διαφορετικά θα είναι τα κομμάτια live;** Νομίζω όχι πολύ, τα ηχοχρώματα είναι ίδια, θα έχουμε όμως την ενέργεια του λάιβ, του κοινού, και αυτό μπορεί να τα πάει παραπέρα.

**Ποιο είναι το αγαπημένο σου τραγούδι από τον Παύλο Παυλίδη και γιατί;** Έχει γράψει τόσα τραγούδια ο Παύλος και δεν μπορώ να πω πως τα ξέρω όλα. Μου αρέσει πολύ ο «Λαθρεπιβάτης» και το «Χωρίς εσένα». Δεν έχουν γιατί αυτά τα πράγματα.

**Τι ακολουθεί;** Θέλω να παίξουμε όσο περισσότερο μπορούμε, το λάιβ είναι ό,τι καλύτερο μπορεί να συμβεί σε μια μπάντα. Η μουσική, τα τραγούδια, μπορούν να αποκτήσουν σχήμα και υπόσταση, να φύγουν από εμάς και να βρουν άλλα χείλη να πιστούν.

**Ένα αθηναϊκό στιγμιότυπο που σου έκανε εντύπωση;** Είδα στον δρόμο τρεις πιτσιρικάδες, ηλικίας 8-10, στα ποδήλατά τους, αυτά που παλιά λέγαμε BMX, διέσχιζαν τη μεγάλη λεωφόρο χαλαροί και οι τρεις με το δεξί χέρι στο τιμόνι και στο αριστερό κουτάκι με αναψυκτικό. Σαν διαφήμιση ήταν, μια τυχαία χορογραφία μόνο για μένα. **A**

**INFO**  
Gagarin 205, Λιοσίων 205. Έναρξη: 21.00. Είσοδος €10, 12 (ταμείο). Προώληση: viva.gr, τηλεφωνικά στο 11 876, Reload, Seven Spots, Ευριπίδης, Viva Kiosks. Στις 19 Απριλίου.







## BIBΛIO

Επιμέλεια:  
ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΜΠΙΡΜΠΛΗ

# ΟΙ ΖΩΕΣ ΤΩΝ ΑΛΛΩΝ

Της ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΣΧΙΝΑ

Άλλο ένα βιβλίο για τον εκπατρισμό, την προσφυγιά, το ξεριζώμα; Άλλο ένα βιβλίο για την ενοχή του δυτικού ανθρώπου απέναντι στα ανεξικνίαστα πρόσωπα των ξένων, των απελπισμένων που τρέπονται σε φυγή από τις πατρογονικές τους εστίες, σήμερα θέατρα αμείλικτου πολέμου, δίχως να ξέρουν πού και πώς θα καταλήξουν;

Παρά το θέμα του, δεν είναι αυτό, το νέο μυθιστόρημα της Τζέννυ Έρπενμπεκ, οι «Περαστικοί». Είναι ένα βιβλίο για την προσωρινότητα που καταντάει μονιμότητα, για το αβέβαιο της ύπαρξης που αποτελεί τη μόνη βεβαιότητά μας – αλλά κυρίως είναι ένα βιβλίο για το τι βλέπουμε όταν κοιτάζουμε τον άλλον. Βλέπουμε την εικόνα μας παραλλαγμένη; Βλέπουμε μια σκιά χωρίς ταυτότητα; Βλέπουμε κάτι ξένο που μας γεννάει φόβο ή αποστροφή; Ή δεν τον βλέπουμε καν, διαπερνώντας τον σαν να είναι διάφανος; Κι όταν επιτέλους τον βλέπουμε, τι από μας αναγνωρίζουμε στο πρόσωπό του;

Ο Ρίχαρντ, ο κεντρικός ήρωας του βιβλίου, καθηγητής κλασικών σπουδών στα πρόθυρα της συνταξιοδότησης, δεν έχει δει τους άντρες με το σκούρο δέρμα που έχουν συγκεντρωθεί έξω από το Κόκκινο Δημαρχείο με την πινακίδα «Γινόμαστε ορατοί», παρ' ότι έχει περάσει από δίπλα τους. Τους βλέπει πραγματικά, μόνο όταν ανοίγει την τηλεόραση. Μόνο μέσα από τη διαμεσολαβημένη εικόνα η πραγματικότητα γίνεται πραγματική. Όταν θα πλησιάσει αυτούς τους άντρες με το σκούρο δέρμα, από καθαρή περιέργεια στην αρχή, θα διαπιστώσει ότι δεν γνωρίζει τίποτε για τον τόπο τους, την Αφρική.

«Πού βρίσκεται αλήθεια η Μπουρκίνα Φάσο;» αναρωτιέται. Μοιάζει κι αυτός λιγάκι με τον «Αμερικανό αντιπρόεδρο που μίλησε πρόσφατα για την Αφρική ως μία χώρα, ενώ υπάρχουν 54 χώρες. Πενήντα τέσσερις; Κι αυτός δεν το ήξερε».

Ο Ρίχαρντ δεν βλέπει, δεν ξέρει. Ετοιμάζει το τσάι του, με γάλα και ζάχαρη, μια φέτα ψωμί με μέλι, μια φέτα με τυρί, ακούει Μπαχ. Όμως θέλει να μάθει. Ξεριζωμένο παιδί κι εκείνος στη διάρκεια του πολέμου, δεν νιώθει ακριβώς αλληλεγγύη για τους άντρες με το μαύρο δέρμα, πολλούς σχεδόν παιδιά, αλλά περιέργεια. Τους πλησιάζει ψυχρά, σαν να είναι αντικείμενο επιστημονικής έρευνας: διαβάζει βιβλία για το θέμα και σχεδιάζει έναν κατάλογο με ερωτήσεις τις οποίες θέλει να υποβάλει στους πρόσφυγες, για να διακρίνει το σημείο τομής ανάμεσα στο πριν και στο μετά, ανάμεσα στη ζωή τους όπως ήταν και στην άλλη ζωή στον ξένο τόπο. Ντρέπεται κανείς και μόνο που διαβάσει αυτές τις ερωτήσεις:

«Πού μεγαλώσατε;» «Ποια ήταν η αγαπημένη σας κρυψώνα στα παιδικά σας χρόνια;» «Μπορείτε να φανταστείτε ότι θα γεράσετε εδώ;» «Πού θέλετε να σας θάψουν;»

Όμως αυτοί οι άντρες δεν είναι απλώς περιπτώσεις προς μελέτη: είχαν ζωή, παιδιά, γονείς που πέθαναν, φίλους που πνίγηκαν, αγαπημένες που χάθηκαν. Τώρα δεν έχουν παρά τις αναμνήσεις τους και τα κινητά τους – μόνο δεσμό με την αλλοτινή τους οικογένεια, μ' αυτό που κάποτε ήταν, μόνη τους αποζημίωση για όσα έχασαν για πάντα, μόνη τους ιδιοκτησία, αόρατη, καμωμένη από αέρα. Και καθώς ο Ρίχαρντ ρωτά, αρχίζει να βλέπει: η αδιαφοροποίητη μάζα των προσφύγων αποκτά πρόσωπο, γίνεται ο Ρούφου, ο Οζαρόμπο, ο Ρασίντ και η αλήθεια τους αφυπνίζει τον συνταξιούχο καθηγητή, που ανακαλύπτει στη συντροφικότητα με «της γης τους κολασμένους» ένα δρόμο για να αντιμετωπίσει τις δικές του απώλειες, το δικό του πένθος.

Δύσκολο το θέμα της Έρπενμπεκ, στην κόψη της πθικολογίας και του διδακτισμού: όμως το ταλέντο και η συγγραφική της ευφυΐα απομακρύνουν τον κίνδυνο. Η πλούσια συνθετική της φαντασία (τα παραμύθια των Γκριμ, ο Χέλντερλιν, ο Μπρεχτ, η μακρινή φωνή από τον Μεσαίωνα Γκότφριντ φον Στράμπουργκ και ο «Τριστάνος» του συνυφαινόμενου εδώ με τις πιο πρόσφατες και πιο οδυνηρές αφηγήσεις πολέμου και εκπατρισμού), ο στοχαστικός τόνος, η λιτότητα και η ηρεμία της γραφής συμπράττουν για τη δημιουργία ενός βιβλίου, που θα το λέγαμε, δίχως υπερβολή, το μυθιστόρημα της ενσυναίσθησης. **A**

«Περαστικοί», Τζέννυ Έρπενμπεκ, μτφ. Αλέξανδρος Κυπριώτης, εκδ. Καστανιώτη

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ /  
ΕΚΔΟΣΕΙΣ /  
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ /  
ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

# «Πίστεψέ με». Η αλήθεια μπορεί να είναι ψέμα. Ή το αντίστροφο.

Το νέο εθιστικό ψυχολογικό θρίλερ του ΤΖ. Π. ΝΤΙΛΕΪΝΙ (εκδ. Ψυχογιός)

Της ΚΕΛΛΗΣ ΚΡΙΤΙΚΟΥ

«Πίστεψέ με». Ένα έργο ψευδαισθήσεων ξεκινάει. Ένα ατέρμονο παιχνίδι του μυαλού που δεν επιτρέπει στην αλήθεια να απαγκιστρωθεί από το ψέμα, που αφήνει «Τα άνηθ του κακού» να ευδοκιμήσουν. Το νέο ψυχολογικό θρίλερ του ΤΖ. Π. Ντιλέϊνι – γνωστός από το best seller «Το προηγούμενο κορίτσι» – χειραγωγεί τη σκέψη από την πρώτη λήψη και αφήνει την παράνοια να διεισδύσει στην εξέλιξη της πλοκής και να ανατρέψει αποδεικτικά στοιχεία και βεβαιότητες. Όλα επιτρέπονται στην αρένα της εξιχνίασης της δολοφονίας. Με όποιο κόστος, με όποιο τίμημα, μέχρι το τέλος. Χωρίς ανάσα. Χωρίς αλεξιπτώτα διαφυγής. Χωρίς αλεξίσφαιρα γιλέκα. Χωρίς εγγυήσεις.

Η Κλερ είναι Βρετανίδα ηθοποιός και ζει στη Νέα Υόρκη χωρίς πράσινη κάρτα. Για να επιβιώσει, αλλά και να εξελιχθεί στον χώρο της υποκριτικής, χρειάζεται επειγόντως χρήματα. Αποφασίζει λοιπόν να δεχτεί τη δουλειά που της προσφέρει μια εταιρία δικηγόρων που αναλαμβάνει διαζύγια: να θέσει τον εαυτό της ως δόλωμα για να παγιδεύει άπιστους συζύγους. Απαραίτητη προϋπόθεση είναι το υποψήφιο θύμα να κάνει την πρώτη κίνηση, ενώ η Κλερ πρέπει να μαγνητοσκοπεί κρυφά τη συνάντησή τους. Η εταιρεία να έχει στα χέρια της απτά στοιχεία. Μια δουλειά στα μέτρα της. Γρήγορη, εύκολη και προσοδοφόρα. Όλα βαίνουν περίφημα μέχρι τη στιγμή που η σύζυγος ενός από τους στόχους της Κλερ δολοφονείται άγρια και η αστυνομία αδυνατεί να παγιδεύσει τον σύζυγο – που όλα δείχνουν πως είναι ο δράστης. Η Κλερ καλείται

για άλλη μια φορά να χρησιμοποιήσει τις ερμηνευτικές και χειριστικές της ικανότητες, αυτή τη φορά όμως για να αποσπάσει την ομολογία ενός ευφυούς εγκληματία! Επικίνδυνες καταστάσεις που κινούνται στην κόψη του ξυραφιού και μπορούν ανά πάσα στιγμή να ενεργοποιήσουν θανατηφόρες νάρκες. Είναι τελικά ο Πάτρικ ο δολοφόνος; Ποιος είναι ο θύτης και ποιος το θύμα; Ποιος φοράει μάσκα και ποιος είναι ο εαυτός του; Πατώντας στα χνάρια του Σαρλ Μπωβλταϊρ – ενός εκ των θεμελιωτών του συμβολισμού – ο συγγραφέας εξυφαίνει μια ψυχωτική πλοκή που ενώνει αριστουργηματικά την ομορφιά με τη φρίκη, τη λαγνεία με την ωμή βία, τη μελαγχολία με το γέλιο, τη διαστροφή με τον έρωτα, τις ζοφερές φαντασιώσεις με την αγάπη. Οι αφηγηματικές τεχνικές που υιοθετεί, ο ξέφρενος ρυθμός, οι διαταραγμένες προσωπικότητες των πρωταγωνιστών, οι αποκλίνουσες συμπεριφορές που τινάζουν κάθε σχέδιο στον αέρα, δημιουργούν μια τεταμένη ατμόσφαιρα και εγκλωβίζουν τον αναγνώστη σε ένα σκοτεινό δωμάτιο με δεκάδες καθρέφτες προκαλώντας τον να εντοπίσει την αλήθεια ανάμεσα στους αντικατοπτρισμούς.

«Η ομορφιά της μονάχα ένα βαμμένο πρόσωπο»

Η Κλερ είναι ένας χαρακτήρας που φλερτάρει διαρκώς με το κακό και την ίδια στιγμή αφήνει να διαφανούν οι πληγές του παρελθόντος της και η ανάγκη της να αγαπηθεί και να αγαπήσει. Ο ψυχισμός της είναι εύθραυστος, έτοιμος να σπάσει σε μυριάδες κομμάτια και να την οδηγήσει στην τρέλα, χωρίς εισιτήριο επιστροφής. Ανασφαλής, παρορμητική, ευάλωτη, συναισθηματικά ανεξέλεγκτη, λαχταρά την επιδοκιμασία και δεν αντέχει την απόρριψη. Τα παραγμένα παιδικά της χρόνια σε ανάδοχες οικογένειες, η έλλειψη μητρικής στοργής, η απότομη μετάβασή της από την αθωότητα στη σκληρή πραγματικότητα έχουν καταγραφεί στο υποσυνείδητό της και βγαίνουν απρόβλεπτα στην επιφάνεια απειλώντας να καταστρέψουν την επιχείρησή της αστυνομίας. Ο έρωτας απειλεί να προκαλέσει ρωγμές στον ρόλο που υποδύεται και το ένστικτό της παίρνει ξαφνικά τα νηπία στα χέρια του.

Στον αντίποδα, ο Πάτρικ. Ο δολοφόνος. Ο ιδιοφυής εγκληματίας. Ο απόλυτος εκφραστής του σατανικού κακού και του σκότους. Ο εκτελεστής με το αγγελικό πρόσωπο. Όμως μπορεί όλα να είναι ένα μεγάλο λάθος. Οι ενδείξεις που τον έχουν παγιδεύσει να έχουν παρερμηνευτεί. Οι πράξεις του, τα λόγια του, οι κινήσεις του να μην είναι τελικά κάλπικες. Να είναι ο μόνος ειλικρινής σε αυτή την ιστορία. Κλερ και Πάτρικ. Στέκονται ο ένας απέναντι στον άλλον και ξεκινούν να εκτελούν την άσκηση του θρυλικού Σανφορντ Μάισονερ: επαναλαμβάνουν αένα ο ένας τα λόγια του άλλου αποδεικνύοντας πως τα λόγια σημαίνουν οτιδήποτε θέλεις εσύ να σημαίνουν.



«Ενώ κάποιος μπορεί να πλησιάζουν με τρυφερότητα Την ομορφιά και τα νιάτα σου Εγώ σκοπεύω να κυριαρχήσω επάνω σου με τον φόβο»

Και στο επίκεντρο ένα πολυσιχδές έγκλημα, η ποίηση του Μπωβλταϊρ, με τη Μαύρη και τη Λευκή Αφροδίτη του, και η εγκληματική ψυχολογία. Ο ντετέκτιβ Φρανκ Ντέρμπαν και η Δρ Λέιθαμ που θέλουν να ανακαλύψουν την αλήθεια και να εξιχνιάσουν το αποτρόπαιο έγκλημα. Δεν υπάρχουν περιθώρια για συναισθηματισμούς και υποχωρήσεις. Είναι πολύ κοντά για να λυγίσουν, για να υποχωρήσουν, για να ακυρώσουν την επιχείρησή τους.

Το «Πίστεψέ με» είναι ένα μυθιστόρημα όπου το σενάριο είναι σημείο εκκίνησης. Κανείς δεν ξέρει τι θα φέρει η επόμενη σελίδα, ούτε καν οι πρωταγωνιστές του έργου. Γιατί η ζωή μιμείται την τέχνη και η αλήθεια το ψέμα. Ή και αντίστροφα... ●



# 10 ΠΡΟΣΦΑΤΑ ΒΙΒΛΙΑ

ΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΗ ΦΥΣΣΑ

## 1. Γιώργος Σεφέρης

«Μέρες Θ', Ημερολόγιο Φεβρουάριος 1964 - Μάιος 1971», φιλολογική επιμέλεια Κατερίνα Κρίκου - Davies, Ίκαρος, Αθήνα 2019  
Το ημερολόγιο του νομπελίστα ποιητή ολοκληρώνεται με τον ένατο αυτό τόμο, σε υποδειγματικά Προλεγόμενα, Επίμετρα και άλλα βοηθητικά στοιχεία από την κ. Κρίκου. Όλοι οι τόμοι από τον ίδιο εκδότη.

## 2. Χέρμαν Χέσε

«Η επιστροφή», νουβέλα, μετάφραση Απόστολος Στραγαλινός, Κριτική, Αθήνα 2019  
Για πρώτη φορά στα ελληνικά το πεζό αυτό του μεγάλου Γερμανού νομπελίστα. Ο γυρισμός ενός πλούσιου επιχειρηματία στο μικρό χωριό του μετά από πολλά χρόνια, και τα προβλήματα που αντιμετωπίζει.

## 3. Ρέιμοντ Κάρβερ

«Ελέφαντας», μτφ. Τρισεύγενη Παπαϊωάννου, Μεταίχμιο, Αθηνά 2019  
Εφτά διηγήματα του σπουδαίου πεζογράφου που κατέγραψε με μοναδικό τρόπο την καθημερινή ζωή των φτωχών και των μικροαστών στις μεταπολεμικές ΗΠΑ, δείχνοντας υπόγειες εντάσεις που περνάνε ενίοτε απαρατήρητες. Πολλοί τον μιμήθηκαν, κανένας δεν τον έφτασε.

## 4. Σίκο Μπουάρκε

«Βουδαπέστη», μυθιστόρημα, μτφ. Μαρία Παπαδήμα, Καστανιώτης, Αθήνα 2018  
Ο βραζιλιάνος μουσικός και συγγραφέας γράφει ένα πρωτότυπο βιβλίο για την ίδια τη γλώσσα, τη συγγραφή και το γκοστ ράιτινγκ, όπου όμως περιέχεται και πολλή Ουγγαρία, καθώς και ποδόσφαιρο (με απρόσμενο τρόπο). Η Μαρία Παπαδήμα, μετά από τη «Ρεαλιστική τριλογία» του Μασάντο ντε Ασίς, σ' ένα ακόμα έργο απευθείας από τα πορτογαλικά της Βραζιλίας.

## 5. Τζέιν Χάρπερ

«Ξηρασία», αστυνομικό μυθιστόρημα, μτφ. Χίλντα Παπαδημητρίου, Μεταίχμιο, Αθήνα 2019  
Εκκωφαντικό ντεμπούτο της αυστραλέζας συγγραφέως, με επίκεντρο φόνους σ' ένα χωριό της περιοχής της, ενώ ο η πολύχρονη ξηρασία έχει διαλύσει τις ζωές των ανθρώπων, των ζώων και των φυτών. Κοφτή γραφή, καμιά παραχώρηση στο συναισθηματισμό, ελλοχεύων οικολογικός προβληματισμός.

## 6. Τίτος Πατρίκιος

«Ποιήματα», τόμος Β' (1959 - 2017), Κίχλη, Αθήνα 2018  
Η ολοκλήρωση της συγκεντρωτικής έκδοσης των ποιημάτων του πιθανότατα σημαντικότερου εν ζωή ελληνόφωνου ποιητή αποτελεί μείζον φιλολογικό γεγονός. Από την ίδια εκδότρια και ο πρώτος τόμος.

## 7. Μιχάλης Γελασάκης

«Νίκος Καββαδίας, ο αρμενιστής ποιητής», συμβολή στη βιογραφία του, Άγρα, Αθήνα 2018  
Βιογραφικά ανέλεκτα του ποιητή από έναν σύγχρονο ερευνητή: ναυτικός φάκελος, πλοία όπου υπηρέτησε, αλληλογραφία, φωτογραφίες και πολλά άλλα. Θησαυρός για κάθε εραστή του κοσμογάρπου «Κόλια - Μαραμπού».

## 8. Σώτη Τριανταφύλλου

«Μόνοι στον κόσμο - Ευρωπαίοι συγγραφείς, αντιαμερικανισμός και ευρωπαϊκή μοναξιά», Πατάκης, Αθήνα 2019  
Ακόμα μια εξαιρετική μελέτη από τη «δική μας» Σώτη, γραμμένο έτσι ώστε τα συμπεράσματά της να «πατάνε» σε πεδία αναφοράς με τεράστιο ποσοτικό υλικό. Το λένε «εποπτεία του θέματος» και η συγγραφέας το διαθέτει.

## 9. Μαρσέλ Προυστ

«Αναζητώντας τον χαμένο χρόνο», μυθιστόρημα, Ζ' και τελευταίος τόμος, μετάφραση Τάκης Πούλος, Εστία, Αθήνα 2018  
Ο Τάκης Πούλος (δύομισι τόμοι συν θεώρηση των υπόλοιπων) ολοκλήρωσε το μεταφραστικό έργο του Παύλου Ζάννα (τεσσεραήμισι τόμοι), δίνοντας πια ολοκληρωμένο στο ελληνικό κοινό ένα από τα τέσσερα ή πέντε σημαντικότερα μυθιστορήματα όλων των εποχών. Και οι επτά τόμοι από την ίδια εκδότρια.

## 10. Λουντμίλια Ουλίτσκαγια

«Το πράσινο αντίσκηνο», μυθιστόρημα, μτφ. Σταυρούλα Αργυροπούλου, Καστανιώτης, Αθήνα 2019  
Η ιστορία τριών φίλων στη Ρωσία, από τη μέρα που πεθαίνει ο Στάλιν μέχρι και την πτώση του (αν)ύπαρκτου σοσιαλισμού, σ' ένα χορταστικό βιβλίο από μια μεγάλη σύγχρονη συγγραφέα. Επίμετρο και 270 χρησιμότητες Επισημειώσεις από τη λαμπρή μεταφράστριά. ●

διόπτρα  
crime

# SEBASTIAN FITZEK

✓ 12.000.000 ΑΝΤΙΤΥΠΑ σε 29 ΧΩΡΕΣ

✓ No 1 στη λίστα του Spiegel

✓ 35.000 κριτικές  
4 αστέρων στο Goodreads



ΑΠΟ ΤΟΝ  
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ  
ΤΩΝ BEST SELLERS  
ΤΟ ΔΕΜΑ &  
Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ



Παρακαλούμε προσδεθείτε. καθίστε αναπαυτικά και απολαύστε την πιο επικίνδυνη πτήση της ζωής σας. Ταξιδεύετε μαζί με τον διαπρεπή ψυχίατρο Ματς Κρούγκερ και έναν παλιό ασθνή του... Θα σας δούμε στην προσγείωση. Ή μήπως, όχι;

ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΒΙΒΛΙΟΠΩΛΕΙΑ

διόπτρα

www.dioptra.gr

f t i y  
Bρείτε μας!





## ΣΙΝΕΜΑ

Του ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ  
ΚΑΪΜΑΚΗ



critic's CHOICE

# Ένας ελέφαντας στέκεται ακίνητος

(AN ELEPHANT SITTING STILL) \*\*\*\*½

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Χου Μπο ΠΡΩΤΑΓΟΝΙΣΤΟΥΝ: Ζανγκ Γου, Πενγκ Γουτσάνγκ, Γουάνγκ Γουγουέν, Λι Κονγκζ

Σε μια πόλη της βόρειας Κίνας, οι ζωές τεσσάρων ανθρώπων διαπλέκονται στη διάρκεια μίας και μόνο μέρας, από το ξημέρωμα μέχρι το σούρουπο. Όλοι τους σκέφτονται τη διαφυγή στη Μανζούλι (μια πόλη στα σύνορα Κίνας - Μογγολίας) για να δουν ένα σπάνιο θέαμα. Στο τοπικό τσίρκο βρίσκεται ένας ελέφαντας που στέκεται διαρκώς ακίνητος, αδιάφορος για ό,τι συμβαίνει γύρω του.

Το δράμα που εκτυλίσσεται μπροστά στα μάτια μας δεν χωρά πουθενά. Ούτε στα 234 λεπτά που διαρκεί η ταινία, ούτε στην τραγική υπογράμμιση που τη συνοδεύει και αφορά στην αυτοκτονία του δημιουργού της λίγο μετά την ολοκλήρωσή της, ούτε στα αμέτρητα θέματα (η οικογένεια, ο έρωτας, η φιλία, η ανθρωπιά, το μπουλινγκ, τα γηρατειά κ.ά.) που «γεννά» το σενάριο. Όταν πήγα να δω την ταινία είχα μια ελαφριά υποψία ότι ο μύθος της ίσως είχε διογκωθεί λόγω της αυτοκτονίας του Χου Μπο στα 29 του χρόνια. Όμως γρήγορα οι αντιστάσεις κάμφθηκαν και σκεπάστηκαν από το γκριζο, δυστοπικό αλλά και συγκλονιστικό όραμα του νεαρού σκηνοθέτη, που με τη μοναδική του ταινία κατάφερε να δώσει μία από τις πιο γνήσιες, ειλικρινείς απεικονίσεις της εποχής μας. Η πόλη Τζινγκτσινγκ της επαρχιακής Κίνας θα μπορούσε να είναι μια οποιαδήποτε βιομηχανική πόλη. Κάποτε βρισκόταν σε περίοπτη θέση λόγω της παραγωγής άνθρακα, αλλά από τη στιγμή που το εργοστάσιο έκλεισε, βιώνει έναν αργόσυρτο θάνατο και την έλλειψη οιασδήποτε προοπτικής. Οι νέοι της είναι το τελευταίο θύμα. Μια χούφτα προσώπων ψάχνουν να βρουν την ελπίδα σε μια πιθανή φυγή. Κάποια γεγονότα (μια αυτοκτονία, ένας ανεκπλήρωτος έρωτας, ένα θανατηφόρο ατύχημα, μια σκληρή οικογενειακή απόφαση) τους οδηγούν πιο κοντά στη μεγάλη απόδραση. Ο ελέφαντας είναι το πρόσχημα και η ευκαιρία για να αναζητήσουν ένα νόημα σε έναν κόσμο που μοιάζει με «σκουπιδότοπο». Στα μεγάλα μονοπλάνα με την κάμερα στο χέρι να «βαριανασαίνει», εντοπίζονται κάποια στοιχεία που δεν περνούν απαρατήρητα. Από την πρώτη σκηνή στο σπίτι του μαθητή που ο πατέρας ωρύεται για τη μυρωδιά και βρίζει ασύστολα (όλα εδώ θυμίζονται «Σπρτόκουτο» του Οικονομίδη) μέχρι και το τελευταίο πλάνο, ο Χου χωρίζει στα δύο τους ανθρώπους. Είναι αυτοί που φωνάζουν, μιλούν ακατάπαυστα και θεωρούν εαυτούς αδικημένους, κι εκείνοι οι 4 που κυρίως σιωπούν. Οι πρώτοι αποτελούν την πλειοψηφία μιας σκληρής, βίαιης, αλαζονικής κοινωνίας. Οι τέσσερις βασικοί χαρακτήρες, αν και αμίλητοι, ψάχνουν το κουράγιο για να συνεχίσουν και δεν χάνουν την πίστη τους στον άνθρωπο. Όμως είναι τόσο μόνοι και δείχνουν απέραντα κουρασμένοι. Είναι οι «ελέφαντες» που μένουν ακίνητοι μη έχοντας άλλη δύναμη για να αντιδράσουν στη πανταχού παρούσα βία και την έλλειψη ανθρωπιάς που συναντούν καθημερινά δίπλα τους.

### JUST THE FACTS

Ένας ελέφαντας στέκεται ακίνητος (\*\*\*\*½)

Συγκλονιστικό 4ωρο έπος στην καρδιά του σκότους

### Η Κατάρα της Πορόνα (\*)

Τα θανατηφόρα δάκρυα της Πορόνα

### Transit (\*)

Ο εγκλωβισμός του Κρίστιαν Πέτζολντ

### Γυναίκες με τα όλα τους (\*\*½)

Ψήφος στις γυναίκες τώρα!

### Μαύρη τρύπα (\*)

Η Κλερ Ντενί στο διάστημα

### Μάρνι, μια τρελή συμμορία (\*\*½)

Απατεώνες άνθρωποι, ντετέκτιβ γάτες

### Ο ευγενικός κύριος Λινκ (\*)

Η θεωρία της εξέλιξης



«Η Κατάρα της Πορόνα»



«Γυναίκες με τα όλα τους»



«Transit»

### ΑΚΟΜΗ

► Το γουστόζικο μέχρι ενός σημείου αλλά αμήχανο στα κρίσιμα σημεία (οι φιλόζωοι αντιμετωπίζονται ως εμμονικοί) «Μάρνι, μια τρελή συμμορία» (\*\*½), animation των Κρίστοφ Λαουνστάιν, Βόλφγκανγκ Λαουνστάιν, αφηγείται την ιστορία μιας κακομαθημένης σπιτικής γάτας που την έχει δει ντετέκτιβ! ► Στο γλυκανάλατο και διδακτικό animation «Ο ευγενικός κύριος Λινκ» (\*) ο κύριος Λινκ, ένα καλόψυχο θηρίο, τελευταίος εκπρόσωπος του είδους του που απειλείται με εξαφάνιση, έρχεται σε μοιραία συνάντηση με τον Λάιονελ Φροστ, κορυφαίο ερευνητή μύθων. ► Η «Μαύρη τρύπα» (High Life) (\*) είναι ό,τι ακριβώς λείπει ο ελληνικός τίτλος της. Μια μαύρη τρύπα στην καριέρα της Κλερ Ντενί, που πάει από το κακό στο χειρότερο κι από εκεί στο διάστημα κι ακόμη παραπέρα. Στην sci-fi ταινία της γαλλίδας πρωταγωνιστούν ο Ρόμπερτ Πάτινσον κι η Ζιλίετ Μπινόξ, και η πλοκή περιστρέφεται γύρω από τα μέλη ενός διαστημόπλοιου που πειραματίζονται με την αυστηρή αυτοπειθαρχία, την απομόνωση και το σεξ, ενώ η επιστήμονας Μπινόξ ψάχνει να βρει το καλό σπέρμα!

### MUST SEE

Ο θεσμός της Ένωσης Ελληνικού Ντοκιμαντέρ «Με τα μάτια ανοιχτά» μετακομίζει στην Ταυνοθήκη της Ελλάδος (18-21 Απριλίου) με την προβολή 18 ντοκιμαντέρ, ενώ θα πραγματοποιηθούν ημερίδα του ΕΚΟΜΕ, masterclass με τον σκηνοθέτη Κίμωνα Τσακίρη και συζήτηση - στρογγυλό τραπέζι με θέμα «Καταγράφοντας το αληθινό πρόσωπο του πολέμου».



\* ΑΔΙΑΦΟΡΗ  
 \*\* ΜΕΤΡΙΑ  
 \*\*\* ΚΑΛΗ  
 \*\*\*\* ΠΟΛΥ ΚΑΛΗ  
 \*\*\*\*\* ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΗ

Οι Κάννες τιμούν  
 την Ανιές Βαρντά

## Η Κατάρ της Γιορόνα (THE CURSE OF LA LLORONA) \*\*

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Μάικλ Τσάβες ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Λίντα Καρντελίνι, Ρέιμοντ Κρουζ, Πατρίτσια Βελάσκεζ, Μαρισόλ Ραμίρεζ

Λος Άντζελες, 1970. Παραβλέποντας την προειδοποίηση μιας προβληματικής μπετέρας που είναι ύποπτη για παιδική παρενόχληση, μία κοινωνική λειτουργός και τα δύο παιδιά της βρίσκονται στη δίνη μιας τρομακτικής, υπερφυσικής οντότητας. Η μόνη τους ελπίδα να επιβιώσουν από τη θανατηφόρα οργή της Γιορόνα είναι ένας απογοητευμένος ιερέας, που ακολουθεί τις δικές του μυστικιστικές μεθόδους.

Ο μεξικάνικος μύθος της Γιορόνα, της «γυναίκας που κλαίει» επειδή όταν ήταν ζωντανή έπνιξε τα παιδιά της για να εκδικηθεί τον άπιστο σύζυγό της και μετά αυτοκτόνησε, είναι αρκετά συμβατός με τη μεταφυσική χροιά του «Conjuring» με το οποίο συνδέεται. Ο νεοφερμένος Μάικλ Τσάβες, στην πρώτη μεγάλο μήκους ταινία του, επιδεικνύει σκηνοθετικές αρετές που καταφέρνουν να δέσουν ομαλά την ιστορία της Γιορόνα με το διάσημο franchise τρόμου. Ακόμη κι όταν το σενάριο παίρνει αναμενόμενες στροφές, η σκηνοθεσία του Τσάβες είναι εκεί για να μας υπενθυμίζει ότι το Κακό είναι σχεδόν ανίκητο. Μέσω μιας άρτιας αφήγησης που συνδυάζει τη σκοτεινιά ενός τόσο μακάβριου στόρι με μια ιστορία δυνατών ψυχολογικών αποχρώσεων και κοινωνικών μηνυμάτων (η παιδική κακοποίηση είναι το βασικό όχημα του σεναρίου), η «Γιορόνα» πετυχαίνει να γίνει άκρως αποτελεσματική και τρομακτική. Ακόμη και στις σκηνές που ξέρεις τι να περιμένεις...

## Γυναίκες με τα όλα τους (THE DIVINE ORDER) \*\*½

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Πέτρα Μπλοντίνια Βόλπε ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Μαρί Λεουενμπέργκερ, Μαξιμίλιαν Σιμόντσεκ, Ρίτσελ Μπράουνοβαίγκ

Το 1971, η ελβετική ύπαιθρος δεν επηρεάζεται από τις μεγάλες κοινωνικές αναταραχές που προκάλεσε το κίνημα του 1968. Η Νόρα, μια νεαρή νοικοκυρά και μητέρα, ζει σε ένα γραφικό χωριό με τον σύζυγο και τους δύο γιους της. Πρόκειται για ένα ήσυχο άτομο, αρεστό από όλους – μέχρι να αρχίσει τον δημόσιο αγώνα για το δικαίωμα ψήφου στις γυναίκες, για τον οποίο οι άνδρες καλούνται να αποφασίσουν σε ψηφοφορία στις 7 Φεβρουαρίου 1971.

Στις αφοπλιστικά χειραφετημένες και αγωνιστικά υπερδραστήριες «Γυναίκες με τα όλα τους» της Πέτρα Μπλοντίνια Βόλπε το θέμα της γυναικείας ψήφου έρχεται με τρομερή καθυστέρηση στην «προοδευτική» Ελβετία του 1971. Η ταινία, που υπήρξε η επίσημη υποβολή της Ελβετίας για το όσκαρ καλύτερης ξενόγλωσσας ταινίας και κέρδισε το βραβείο κοινού στο Φεστιβάλ της Τραϊμπέκα, παρά το ζορικό θέμα της έχει ευχάριστη αφηγηματική ροή και πετυχαίνει να μπηξει βαθιά τα νύχια της στο «ειδυλλιακό» πορτρέτο της προοδευτικής ελβετικής κοινωνίας. Στο καλογραμμένο σενάριο με την εξερεύνηση ενός κόσμου σε βαθιά κρίση ξεχωρίζουν όχι μόνο κομμάτια που μπορεί να σας εξοργίσουν (η στάση των συγχωριανών της ηρωίδας στο πρώτο δημόσιο κάλεσμα που γίνεται για να ανοίξει η κουβέντα γύρω από το ζήτημα της γυναικείας ψήφου ή ο νόμος που απαγορεύει στη γυναίκα να δουλέψει, αν δεν δώσει τη συναίνεσή του ο σύζυγός της), αυτές οι «Γυναίκες» έχουν τη δυναμική να ξεχωρίσουν ακόμη κι όταν το φολκλόρ στοιχείο δύσκολα αποβάλλεται από κάποιες εύκολες, δοκιμασμένες λύσεις.

## Transit \*\*

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Κρίστιαν Πέτζολντ ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Φραντζ Ρογκόφσκι, Πόλα Μπιρ, Ματίας Μπραντ

Τα γερμανικά στρατεύματα πλησιάζουν στο Παρίσι. Ο Γκέοργκ, ένας Γερμανός πρόσφυγας, δραπετεύει στη Μασσαλία την τελευταία στιγμή και υιοθετεί την ταυτότητα ενός νεκρού συγγραφέα. Η ζωή του θα ξαναβρεθεί σε κίνδυνο, όταν ερωτεύεται μια μυστηριώδη γυναίκα.

Ο δημιουργός των εξαιρετικών «Μπάρμπα» και «Το Ταξίδι του Φοίνικα» υπογράφει μια ταινία που χρησιμοποιεί το προσφυγικό θέμα ως όχημα για να μιλήσει για τον ολοκληρωτισμό και την ξενοφοβία. Όμως σε αντίθεση με τα προηγούμενα συναρπαστικά έργα του, η δομή του νέου του φιλμ έχει χτυπητές αδυναμίες. Δεν είναι μόνο η ασυνήθιστη –αν όχι αταίριαστη– προσπάθεια να προσδώσει στο πολυεπίπεδο ρομάντζο του πολιτικό χαρακτήρα. Η πλοκή σε αρκετά σημεία μοιάζει αφελής και παρωχημένη, καθώς το βιβλίο της Άνα Σέγκερς, που αποτελεί την κύρια έμπνευση του γερμανού σκηνοθέτη, δύσκολα μεταφέρεται στο σήμα. Ο Πέτζολντ, αντιλαμβανόμενος τις δυσκολίες του εγχειρήματος, επιχειρεί να προσδώσει σημάδια αμφισβησίας στην αλληγορική διάσταση του δράματος, αλλά η πρόζα περισσεύσει (ο στόμφορ του αφηγητή που ακούμε πριν από κάθε σκηνή είναι άλλη μια λαθεμένη επιλογή) και οι χαρακτηριστικές παγιδένονται σε ένα σχηματικό μοντέλο δίχως φαντασία.



**Μυρτουδάκι, φέτος την άνοιξη ήρθαν τα πάνω κάτω!** Εκεί που νόμιζα ότι βαρέθηκα το αγόρι μου, ανακάλυψα ότι δεν έχω βαρεθεί μόνο αυτόν αλλά όλα τα αγόρια!!!! Πώς το κατάλαβα, θα μου πεις, και με το δικίο σου. Έναι, πήγα με κοπέλα για πρώτη μου φορά και είδα το φως μου! Δεν ξέρω γιατί οι άλλοι ντρέπονται ή τρομοκρατούνται όταν το ανακαλύπτουν, εγώ θέλω να βγω και να φωνάξω σε όλο τον κόσμο «Μ' ΑΡΕΣΟΥΝ ΟΙ ΓΥΝΑΙΚΕΣ!!!! ΕΙΜΑΙ ΛΕΣΒΙΑ!!!!!!» Αγάπη ολούθεεεε!

Και λεσβία και ερωτευμένη! Καλή άνοιξη εύχομαι.  
 Υ.Γ. Μια ντουντούκα και μια ταράτσα και είστε εντάξει.

**Τι κάνουμε όταν** ο ένας θέλει να ακούει και να λέει βρωμόλογα και ο άλλος θέλει μουγκαμάρα για να λειτουργήσει; Πώς το διαχειριζόμαστε για να μην καταπιεζόμαστε (εντάξει και να μην καταπιεζόμαστε); Δώσε μια απάντηση, Μυρτώ, τα πράγματα είναι ζορικά. Αλληλογουστάρουμε και αλληλοκαυλώνουμε αλλά δεν αλληλο-ολοκληρώνουμε! Και το χειρότερο; Η χημεία μας δεν υπάρχει... είναι απλά τέλεια. Φανταστική και ανεπανάληπτη. Για να μη σου πω ότι είμαστε ερωτευμένοι και το χοντύνω κι άλλο! Sos, παιδιάς



Αυτός που θέλει τα βρωμόλογα να βάλει να ακούει στα ακουστικά για να έχει να απαντάει και ο άλλος, με τη μουγκαμάρα, ας βάλει ωτοασπίδες να μην ακούει Χριστό. Δε γίνεται, παιδιά, οι σχέσεις θέλουν θυσίες, από μένα περιμένετε να το μάθετε; Επίσης εκεί που λέτε ότι η χημεία σας δεν υπάρχει μήπως να βάλετε τελεία και να παραλείψετε το δεύτερο σκέλος της φράσης; Μήπως όντως ΔΕΝ υπάρχει; Δεν. Δεν. Δεν.

Υ.Γ. Το λέω κι εγώ στο γιγαλό. Όταν διαθέτουμε καλή διάθεση και πίστη όλα αυτά λύνονται εύκολα. Δλδ. γίνονται στοιχεία της συνωμοσίας μας με τον άλλο. Γελάμε. Τα συζητάμε. Τα χωνεύουμε σιγά-σιγά. Τα λειανουμε και διορθώνονται. Αλλιώς κάτι κρύβεται από πίσω που τα μπλοκάρει όλα. Το οποίο «κάτι» δεν νομίζω να είναι τόσο απλό και επιφανειακό.

**Κορίτσια, ακούστε και τη γνώμη ενός παραδοσιακού άντρα**, που παραπονιέστε συνέχεια ότι δεν υπάρχουν. Υπάρχουμε και σας περιμένουμε αλλά σταματήστε να κάνετε την πρώτη κίνηση μόνες σας γιατί ξενερώνουμε. Σε είδα στο μπαρ και μου άρεσες, αρχίσαμε να μιλάμε στο φατσοβιβλίο και πήγαινε καλά, αλλά όταν μου την πέφτεις πρώτη εσύ με ερωτήσεις και προτάσεις εγώ τι να κάνω; Δεν ψήνομαι να κυνηγήσω αφού το «θήραμα» κυνήγησε εμένα. Όποιος κατάλαβε κατάλαβε. Αυτά τα λίγα και ζουμερά.

Πάλι καλά που βάλατε το θήραμα σε εισαγωγικά και κατάλαβαμε ότι το λέτε μεταφορικά. Δεν είναι ωραίο πράγμα οι παρεξηγήσεις – ειδικά μεταξύ παραδοσιακών κυνηγών και θηραμάτων.  
 Υ.Γ. Τώρα που είπα παραδοσιακών, θυμήθηκα το αίτημα του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων για την αναγνώριση του γύρου, ξέρετε, του φαγώσιμου. Το πρώτο λέει Εγγυημένο Παραδοσιακό Ιδιότυπο Προϊόν. Πάρα πολύ συμφωνώνω. Τα παραδοσιακά προϊόντα πρέπει να αναγνωρίζονται.

**Μυρτώ μου, έχω ξενερώσει...** είχα γνωρίσει έναν τύπο που μου άρεσε και μετά από λίγες μέρες χωρίς να έχει γίνει κάτι μεταξύ μας ξεκίνησε να μου γράφει τύπου sexting και ξενερώσα...! Και το έδειξα! Δεν είναι ότι είμαι καμία ρομαντική ή συντηρητική, αλλά σκέφτηκα ότι ο άλλος θα ήθελε μόνο σεξ και με ξενέρωσε... έχω βαρεθεί βασικά να γνωρίζω τύπους και να ψάχνουν μόνο για σεξ. Οκ κι αυτό σημαντικό είναι, αλλά όταν δεν ξέρεις τον άλλον γνωρίσε τον λίγο πρώτα και μετά μπες στο θέμα σεξ. Εσύ τι λες; Καλά έκανα που του την είπα;

Πάντως δεν είναι κακό να ξενερώνετε διότι είστε ρομαντική. Σας το λέω εγώ που είμαι ρομαντική και ξενερώνω.

Υ.Γ. Με καβαλάει ο διάολος: την επόμενη φορά που κάποιος θα σας στείλει ένα τέτοιο μήνυμα χωρίς να έχει προηγηθεί κάτι άλλο που να το δικαιολογεί απαντήστε του τα εξής: «Γιατί γράφεις μηνύματα αντί να μου δείξεις κατευθείαν τον π...ο σου; Ελα, δείξε μου τον π...ο σου, δείξ' τον μου καλέ, ελα δείξ' τον μου, δείξ' τον μου, ελα γιατί αργείς, βιάζομαι, άντε γρήγορα, φωτογράφισέ τον και δείξ' τον μου, αααα εσύ θα μου φας όλη την ώρα, γρήγορα, δεν είμαι για πολλά πολλά η ζωή τρέχει, ξεβρακώσου, ρε παιδί μου, που σου λένε!».

**Δεν θα σου πω κάτι καινούργιο, Μυρτώ μου**, έτσι κι αλλιώς τα έχεις ακούσει και τα έχεις διαβάσει όλα. Για μένα όμως είναι καινούργιο γιατί το ζω πρώτη φορά. Ερωτεύτηκα κάποιον 5 χρόνια μικρότερό μου (εκείνος 32 εγώ 37) και οι γονείς του δεν θέλουν ούτε να με ακούσουν. Και για να γίνει χειρότερο, είμαι έγκυος δύο μηνών και σκεφτόμαστε να το κρατήσουμε. Το θέλουμε και οι δύο και είμαστε χαρούμενοι, μόνο που νιώθω ότι ο αγαπημένος μου στεναχωριέται πολύ με τον πόλεμο που δέχεται κυρίως από τη μητέρα του. Δεν μου το λέει βέβαια, το ξέρω όμως... Τι γνώμη έχεις;

Θα το αντέξει. Είσατε ομάδα. Οι ομάδες δεν χάνουν. Φιλιά και στους δύο.



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



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

**Σε γνωρίζω...** **Αβαντάξ.** Εξαιρετικής εμφάνισης 35χρονη ιδιοκτήτρια βιοτεχνίας, καλλιεργημένη, ψηλή, λεπτή, €2.000 μηνιαίως, 3 ακίνητα, αυτοκίνητο, επιθυμεί γνωριμία γάμου. «Πάππας», Ομήρου 38, Κολωνάκι, 210 3620.147, Αριστοτέλους 24, Θεσσαλονίκη, 2310231051, 698 0290679, www.pappas.gr



## ΚΡΙΟΣ (20 Μαρτίου - 19 Απριλίου)

### Ξεκάθαρη σκέψη και μεγάλη σαφήνεια για το τι χρειάζεσαι προσωπικά

Με την είσοδο του Ερμή στο ζώδιό σου (17) τινάζεις τις αράχνες από τον ψυχισμό σου, καθώς οι ιδέες και η έμπνευση ρέουν. Μπορείς να το αξιοποιήσεις με τον καλύτερο τρόπο καλλιτεχνικά ή δημιουργικά. Στις κουβέντες με τον σύντροφο ή τους συνεργάτες σου είναι εύκολο να δημιουργηθούν αντιθέσεις, αν δεν μετριάσεις την ισχυρογνωμοσύνη και την αυπομονοσία για να γίνει δυνατή μία αρμονική λύση. Η Πανσέληνος στο ζώδιό σου (19) είναι ευκαιρία για ανανέωση και ανασύνταξη. Μία εκδρομή, φρέσκια δραστηριότητα ή καινούρια άτομα σε βοηθούν να ξεκολλήσεις σε ό,τι αφορά προσωπικά τους συγγενείς σου ή το «πού πηγαίνει αυτή η σχέση» κι επαγγελματικά νομικές-οικονομικές υποθέσεις ή θέματα σπουδών. Η Αφροδίτη στο ζώδιό σου (20) σε βοηθά να διαλέξεις τι πρέπει να κρατήσεις και τι όχι, ειδικά στις ερωτικές σου σχέσεις, ώστε να μην αισθάνεσαι βαλτωμένος αλλά χαρούμενος και ζωντανός. Ο Ήλιος στον Ταύρο (20) κατόπι σου δείχνει πώς να περάσεις από τη θεωρία στην πράξη της μεγαλύτερης αφθονίας, υλικά και συναισθηματικά.

## ΤΑΥΡΟΣ (20 Απριλίου - 19 Μαΐου)

### Απαιτητικές επανατοποθετήσεις και ροπή προς τακτικές «καμμένης γης»

Η διαδοχική είσοδος του Ερμή (17) και της Αφροδίτης (20) στον Κριό, όπως και η Πανσέληνος στο ίδιο ζώδιο (19), βαραίνουν τον ψυχισμό και το σώμα σου. Σκέψεις και κουβέντες που κάνεις για ανανέωση και αναδιοργάνωση των συνηθειών σου και των ανέσεων σου στον έρωτα και τη σχέση με τα παιδιά σου, είναι κάθε άλλο παρά εύκολες. Η παρόρμηση για αλλαγή σε αγχώνει και σε φοβίζει, ωστόσο χρειάζεται διάκριση για να μην κάψεις τα κλωρά μαζί με τα ξερά. Μην κολλήσεις ξεροκέφαλα σε ένα στείο «όλα ή τίποτα» που θα σε δυσκολέψει περισσότερο. Η μέση οδός είναι η μεγάλη δύναμη του ζωδίου σου. Αναζήτησε την Παρμοίως, προτίμησε την ειλικρίνεια και προσπάθησε για συναινετικές λύσεις στη δουλειά. Ο Ήλιος στο ζώδιό σου (20) θα σου δώσει γαίωση, θα σε φέρει στο κέντρο σου και θα σε κάνει να αισθανθείς δυνατότερος. Αν καταφέρεις να βγεις λιγάκι έξω από τον εγωισμό σου, θα δεις καθαρότερα τη μεγαλύτερη εικόνα, ιδιαίτερα στις προσωπικές κι επαγγελματικές σου σχέσεις.

## ΔΙΔΥΜΟΙ (20 Μαΐου - 20 Ιουνίου)

### Εκτόξευση στο καινούργιο, λίγη σύνεση για να μην εκτοξευτείς στο κενό

Ο κυβερνήτης σου Ερμής στον Κριό (17) δρα ως διαλυτικό της καταχνιάς στο μυαλό σου. Έμπνευση, αποφασιστικότητα και μία τεράστια διάθεση για αλλαγή ανανεώνουν τις φιλίες και εξωεπαγγελματικές σου δραστηριότητες. Πάσχισε για ισορροπία, προσπαθώντας να μην πετάξεις ό,τι σου δίνει χαρά και δημιουργικότητα απλώς για κάτι άλλο καινούριο, ειδικά αν αφορά έρωτα ή τα παιδιά σου. Είναι κομματάκι δύσκολο, γιατί με την Πανσέληνο (20) αισθάνεσαι ότι έχεις ήδη κάνει τη δουλειά κι είσαι στο μέλλον που θέλεις. Η Αφροδίτη στον Κριό (20) υπογραμμίζει τα παραπάνω μοτίβα. Όσο οικείο κι ευχάριστο κι αν σου είναι το καινούριο και ξέφρενο, τσέκαρε πρώτα ότι υπάρχει έδαφος εκεί που τρέχεις ώστε να μη βρεθείς να αιωρείσαι στο κενό. Ο Ήλιος στον Ταύρο (20) φέρνει ακριβώς θέματα πρακτικά και γαίωσης στο προσκήνιο και την ανάγκη να μοιράσεις την ενέργεια και την προσοχή σου ανάμεσα στον ενθουσιασμό του καινούριου και τις εκκρεμότητές σου. Είναι σωματικά και ψυχολογικά επίπονο και χρήζει έξτρα φροντίδας.

## ΚΑΡΚΙΝΟΣ (21 Ιουνίου - 21 Ιουλίου)

### Όλα γίνονται υπερωροσικά και τείνεις να σαρώσεις, αλλά με τι κόστος;

Παράπονα, δύσκολες σκέψεις και απαιτητικές συναλλαγές σε κάνουν να θέλεις να αρθρώσεις ένα δωρικό «φτάνει» με τον Ερμή στον Κριό (17). Μετρίασε το πόσο τα παίρνεις όλα προσωπικά και πριν μιλήσεις σκέψου πώς μπορούν να συναντηθούν οι καινούριες προτάσεις, γνωριμίες, ιδέες με τις «βαλίτσες» σου. Δεν σου πάει, αλλά θα σε βοηθήσει. Η Πανσέληνος (19) και η Αφροδίτη στον Κριό (20) σε καλούν να βγεις λιγουλάκι έξω από το συναίσθημα και να χρησιμοποιήσεις το μυαλό σου για να διαλέξεις τι δεν σε ικανοποιεί στις φιλίες, την οικογενειακή σου ζωή, τις επαγγελματικές σου βάσεις. Έτσι θα μπορέσεις να διακρίνεις τους στόχους σου και να μην πηγαίνεις στα τυφλά και δυσαρεστημένα. Ο Ήλιος στον Ταύρο (20) σου θυμίζει με τον πρακτικότερο κι αληθινότερο τρόπο ότι όλα μπορούν να αλλάξουν. Τα σχέδια που έχεις κάνει για το μέλλον σου, οι φιλίες, τα κόμμι σου, σίγουρα σου δίνουν ασφάλεια. Κάνε τις αναπροσαρμογές που χρειάζονται σταδιακά και οικειοθελώς για να μην αποβούν τα δεσμά σου.

## ΛΕΩΝ (22 Ιουλίου - 22 Αυγούστου)

### Περνάς σε εφηβική κατάσταση χαράς. Για να κρατήσεις, μην ξεχνάς τα πρακτικά

Βγαίνεις στην επιφάνεια για αέρα με τον Ερμή στον Κριό (17) μετά από απαιτητική κατάδυση σε αντικρουόμενα συναισθήματα κι ανασφάλειες, οικονομική ασάφεια και γενικώς μεγάλο μπερδεμα. Εκδρομή, νέες παρέες ή μία δυναμικότερη στάση στις σπουδές σου και τη σχέση με τους συγγενείς σου, όλα συμβάλλουν. Φρόντισε να μην πάρεις τα πάντα παραμάζωμα, μείνε στο σχέδιο. Η Πανσέληνος (19) και η Αφροδίτη στον Κριό σε κάνουν να πιστεύεις ότι σχεδόν τα πάντα είναι δυνατά, ιδιαίτερα επαγγελματικά, επιμορφωτικά, στην προσωπική σου πρόοδο. Και είναι, αλλά πάσχισε για ομαλή αλλαγή χρησιμοποιώντας το καθημερινό σου δίκτυο. Μην τα φορτωθείς όλα μόνος. Ο κυβερνήτης σου Ήλιος, στον Ταύρο (20), θα σε περάσει στην πραγματικότητα της καριέρας και του γάμου σου. Θα χρειαστείς κάθε βοήθεια για να γεφυρωθείς αυτά που σκέφτεσαι, θεωρείς καλύτερα και πιο δικά σου, με την πρακτική πλευρά της υλοποίησης των σχετικών σου στόχων. Δεν θα κατηγορηθείς ποτέ για έλλειψη έμπνευσης, μοναδικότητας, λάμψης ή γενναιοδωρίας. Σε παίρνει να γίνεις λίγο πιο συνετός και εγκρατής.

## ΠΑΡΘΕΝΟΣ (23 Αυγούστου - 21 Σεπτεμβρίου)

### Ο λογαριασμός έρχεται στο τέλος, ευτυχώς έχεις απόθεμα για να τον καλύψεις

Από τις ιδεαλιστικές κορώνες και τον ρομαντισμό στη σχέση κι από τη δημιουργική ασάφεια στις συνεργασίες, ο κυβερνήτης σου Ερμής στον Κριό (17) σε εισάγει στα βαθύτερα και πιο απαιτητικά κομμάτια των επαγγελματικών και προσωπικών σου σχέσεων. Τείνεις να γίνεις παράλογος και εγωκεντρικός στις σκέψεις και τις κουβέντες σου, γιατί οι αλλαγές που επιβάλλουν οι υποσχέσεις που έδωσες, οι δεσμεύσεις και οι υποχρεώσεις που ανέλαβες, σε αναστατώνουν όσο τίποτα. Η Πανσέληνος (19) και η Αφροδίτη (20) στον Κριό βάζοντας στο παιχνίδι το χρήμα, τους συγγενείς, την επιμόρφωσή σου, τα ανοίγματά σου, ανακατεύουν περαιτέρω τον ψυχισμό σου. Τι θα γίνει αν πάρεις αυτό που έχεις ανάγκη τελικά; Οι αλλαγές σου μπορούν να σε εξασφαλίσουν; Την απάντηση δίνει ο Ήλιος στον Ταύρο (20) και η μακριά εμπειρία σου στην απογοήτευση και το πρόβλημα. Γεϊώνεσαι, κεντράρεσαι και αν φύγεις από τη λογική «κάνω-κερδίζω», μπορείς να βρεις την ισορροπία. Άλλωστε η ίδια σου η καθημερινότητα και υγεία υπαγορεύει τις αλλαγές, δεν είναι ουρανοκατέβατες.

## ΖΥΓΟΣ (22 Σεπτεμβρίου - 22 Οκτωβρίου)

### Πρωτοβουλία και προσωπική άποψη που ανανεώνουν σχέσεις και συνεργασίες

Σε φάση «θα μιλήσω όταν θέλω να μιλήσω κι όταν θέλω να σου πω το σ' αγαπώ» σε εισάγει ο Ερμής στον Κριό (17), πράγμα που είναι ανανεωτικό για τις επαγγελματικές και προσωπικές σου σχέσεις, αφού γίνεται ευκολότερο να πάρεις θέση, με ενθουσιασμό. Η Πανσέληνος (19) και η κυβερνήτης σου, Αφροδίτη, στον Κριό (20) αποδίδουν τα του καισαρος τω καισαρι, καθώς ο αυθορμητισμός που σου χαρίζουν, η μεγαλύτερη προθυμία σου να ταράξεις τα νερά για να φρεσκάρεις καταστάσεις και πράγματα, αποδίδουν. Το ευεργετικό εφέ είναι αισθητό στη σχέση σου και στις συνεργασίες σου, όσο δεν ξεχνάς τον εαυτό σου και δεν περνάς σε εγωκεντρικές ακρότητες και σύγκρουση δήθεν για να βρεις ισορροπία. Ο Ήλιος στον Ταύρο (20) δρα σταθεροποιητικά όσο κι αν υποδαυλίζει πάθη, ανασφάλεια και φόβους. Δεν είναι ανάγκη να παρατήσεις αυτό το ωραίο και τον ενθουσιασμό επειδή θέλει δύσκολη πρακτική αναπροσαρμογή. Ίσως χρειάζεται να δεις πρακτικά τι είναι αυτό που τελικά σε αναστατώνει τόσο και, πρακτικά, να το αναδιοργανώσεις.

## ΣΚΟΡΠΙΟΣ (23 Οκτωβρίου - 21 Νοεμβρίου)

### Πολλή δουλειά για να καταφέρεις τις απαιτούμενες αλλαγές

Δεν κάνεις κωλοτούμπες με τον Ερμή στον Κριό (17) γιατί αν και σου δίνει ώθηση, πρωτοβουλία και διάθεση για αλλαγή στη δουλειά και τη ρουτίνα, στο πίσω μέρος του μυαλού σου παραμένει η ανασφάλεια για το μέλλον και η ένταση. Η Πανσέληνος (19) και η Αφροδίτη στον Κριό (20) διεγείρουν την ανάγκη ανασύνταξης της καθημερινότητάς σου περαιτέρω. Στη δουλειά, οι στόχοι σου γεννούν υποχρεώσεις και κόπο. Οι πρωτοβουλίες αποδίδουν, όσο δεν κρύβεις τα προβλήματα και τις εκκρεμότητές κάτω από το χαλί. Προσωπικά προβλήματα, φόβοι, παρασκήνιο που σχετίζεται με τη σχέση σου, επιτάσσουν διάκριση. Το καλύτερο χαρτί σου για να γίνουν εύστοχες αλλαγές είναι να μη θάψεις ούτε τις καθημερινές σου ανάγκες, ούτε τα θέματα που σε φοβίζουν στη σχέση. Ο Ήλιος στον Ταύρο (20) είναι φορέας μεγάλης αναδιοργάνωσης, άλλωστε και πρακτικά σου δείχνει τι πρέπει να γίνει στις επαγγελματικές και προσωπικές σου σχέσεις, σταθερά, μεθοδικά και ρεαλιστικά, ώστε να είσαι αληθινός ως προς τον εαυτό σου και τα κοινά ζητούμενα.

## ΤΟΞΟΤΗΣ (22 Νοεμβρίου - 20 Δεκεμβρίου)

### Βγάζεις το χαλινάρι και ζεις τα πάντα στον υπερθετικό

Με τον Ερμή στον Κριό (17) το χιούμορ, η δημιουργικότητά σου και η ανάγκη σου για φλερτ ή έστω κάτι καινούριο στον έρωτα είναι στα ύψη. Γοητευτικό ναι μεν, χρήζει μέτρου δε για να μην πεις, κάνεις, ερωτευτείς, υποσχεθείς φούσκες που δεν μπορείς να στηρίξεις. Η Πανσέληνος (19) και η Αφροδίτη (20) στον Κριό δεν σου το κάνουν εύκολο, αφού μαγεύεις από τις πιθανότητες, τη γυαλάδα, τις προοπτικές, από νέες παρέες, από γνώσεις και παραστάσεις. Επαγγελματικά κράτα στο μυαλό σου την ομάδα, τους πιο μακροπρόθεσμους και ιδανικούς σου στόχους. Προσωπικά μην παρατάς τους φίλους σου και τη ρουτίνα που σε υποστηρίζει. Προσπάθησε να είσαι έξυπνα επιλεκτικός. Ο Ήλιος στον Ταύρο (20) σε βοηθάει να το καταφέρεις, καθώς μετριάσει την παιδικότητα της κατεπίγειουσας ανάγκης σου και σε βάζει να δεις πώς και εάν τελικά όλη αυτή η καινούργια μπορεί να χωρέσει στην καθημερινότητά σου. Δύσκολος ο ρεαλισμός, η δουλειά, τα θέματα υγείας και άσκησης, οι λογαριασμοί, έστω και για τον καλύτερο λόγο. Έτσι είναι όμως, η ζωή δεν είναι φαντασίωση, καλό είναι να το λάβεις υπόψη σου.

## ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ (21 Δεκεμβρίου - 19 Ιανουαρίου)

### Προσπάθεια επιβολής απόψεων και τρόπων. Λίγη διπλωματία σε πάει μακριά.

Με χίλια τρέχει το μυαλό σου κι όχι απαραίτητα στη σωστή κατεύθυνση με τον Ερμή στον Κριό (17). Πάσχισε να μην κουβαλήσεις τις απόψεις τρίτων (ακόμη και των καλύτερων) στο οικογενειακό σου περιβάλλον και επίσης να μην προσπαθήσεις ντε και καλά να επιβάλλεις τις απόψεις σου για το πώς θα μπορούσαν τα πράγματα να γίνουν καλύτερα. Επιχειρήματα έχεις, μυαλό επίσης, δοκίμασε τον διάλογο, όχι τις σιωπές ή τις φωνές. Η Πανσέληνος (19) και η Αφροδίτη (20) στον Κριό λένε ότι όλα τα κίνητρα και οι τρόποι δεν είναι ίδιοι. Ανάλαβε τις πρωτοβουλίες σου για τον έρωτα, τη δημιουργικότητα, τους στόχους σου, μη μειώνεις την κατάσταση σε ανασφάλεια και χρηματικό κέρδος. Ο Ήλιος στον Ταύρο (20) τελικά σου δείχνει ότι, επαγγελματικά ή προσωπικά, είσαι μανούλα στο να παίρνεις μια επιφανή θέση, μία ανασφάλεια και να βρίσεις έναν πρακτικό δημιουργικό τρόπο που να σε κάνει χαρούμενο. Δεν είναι απαραίτητο ούτε να υποφέρεις, ούτε να κάνεις άλλους να υποφέρουν, δείξει ρεαλιστική νοητική ευελιξία.

## ΥΔΡΟΧΟΟΣ (20 Ιανουαρίου - 17 Φεβρουαρίου)

### Έρωτας και δημιουργικότητα σε σπρώχνουν σε αλλαγές, πεισμώνεις όμως

Η ερωτική σου ζωή και τα δημιουργικά σου πρότζεκτ γίνονται φύλακες άγγελοι με τον Ερμή στον Κριό (17). Φέρνουν πρωτοβουλίες κι αλλαγές που οδηγούν σε γνωριμίες, προτάσεις, νέες ιδέες, μετακινήσεις, εξόδους και γενικά τεράστια κινητικότητα. Όσο φροντίζεις να στηρίζεις τα λόγια και τις πράξεις σου και να πασχίζεις για αρμονία, όχι μόνο για εντυπώσεις, είσαι στον σωστό δρόμο. Η Πανσέληνος (19) και η Αφροδίτη (20) στον Κριό σηματοδοτούν την ανάγκη για διάκριση και για να βάλεις νερό στο κρασί σου στα πάρε δώσε με οικογένεια και συγγενείς. Στη δουλειά βρες τη φόρμουλα που δεν θα σε αναγκάσει να διαλέξεις ανάμεσα στις βάσεις σου και σε καινούρια πεδία. Μονόπλευρες ή απόλυτες στάσεις είναι εύκολες τώρα, αλλά λιγότερο αποτελεσματικές. Ο Ήλιος στον Ταύρο (20) σου θυμίζει άλλωστε τον ρόλο που παίζουν οι συνεργάτες κι ο σύντροφός σου στη σταθερότητά σου. Αντιμέτωπος καταστάσεις στο σπίτι και το γραφείο ρεαλιστικά, όχι πεισματάρικα. Αλλαγές χρειάζονται, το ζητημα είναι αν θέλεις να τις κάνεις μόνος.

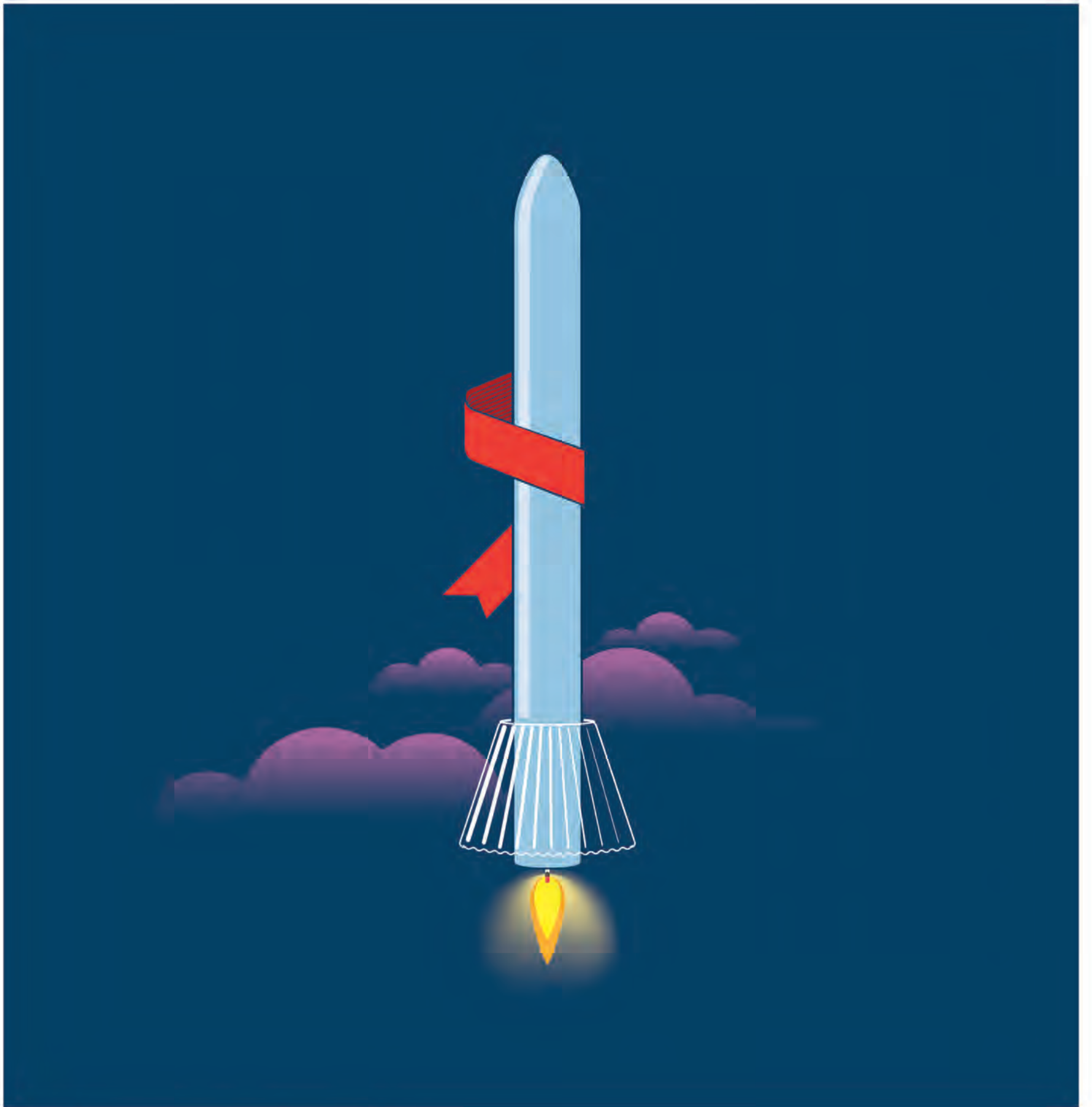
## ΙΧΘΥΕΣ (18 Φεβρουαρίου - 19 Μαρτίου)

### Με το νου στα κέρδη σου, συναισθηματικά και υλικά

Σε πιο πρακτικά θέματα στρέφεται το μυαλό σου και οι κουβέντες σου με τον Ερμή στον Κριό (17). Πιο συγκεκριμένα, ένας πρωτοβουλίες για αναδιοργάνωση και αλλαγή που χρειάζονται για το πορτοφόλι και τη συναισθηματική σου ασφάλεια. Έχεις τη βοήθεια ή πίεση της οικογένειας και συντρόφου σου επί προσωπικού, των συνεργατών και της γενικής κατάστασης στο γραφείο επί του επαγγελματικού. Η Πανσέληνος (19) και η Αφροδίτη (20) στον Κριό τείνουν χείρα βοηθείας καθώς η καθημερινή σου εργασία και προσπάθεια συμβάλλει στην ανανέωση των οικονομικών και της συναισθηματικής σου κατάστασης. Βέβαια καλείσαι να αναθεωρήσεις συνήθειες, τρόπο ξοδέματος ή επένδυσης με όση διάκριση και νοημοσύνη μπορείς ώστε να αξιοποιήσεις και προσωπικές γνωριμίες και επαγγελματικές-οικονομικές διαπραγματεύσεις. Ο Ήλιος στον Ταύρο (20) σου δείχνει τις πόρτες που ανοίγουν στην καθημερινότητά σου και φέρνουν ιδέες, ανθρωπύους, προτάσεις. Όσο δεν θεωρείς τίποτα δεδομένο πριν υλοποιηθεί και εστιάζεις στην πραγματικότητα όπως είναι (δύσκολο για σένα) είναι ευκολότερο να λύσεις γόρδιους δεσμούς στις καθημερινές σου συναλλαγές για πρόσωπα και πράγματα. **A**

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





## ***Πάσχα σε χρόνο ACS!***

Και το Πάσχα, στην ταχύτητα δεν μας πιάνει κανείς! Εμπιστευθείτε, λοιπόν, και φέτος την ACS για την πιο γρήγορη αποστολή των πασχαλινών σας δώρων. Ελάτε σε ένα κατάστημα ACS ή ένα ACS Smart point σε συνεργαζόμενα πρατήρια Shell και εξασφαλίστε ότι θα φτάσουν όχι μόνο όταν πρέπει, αλλά και ακριβώς όπως πρέπει μέσα στις ειδικές προστατευτικές συσκευασίες ACS Express που θα προμηθευθείτε εκεί. Γιατί, στην ACS, αποστολή μας είναι και το Καλό Πάσχα.



Έδρα: ΑΣΚΛΗΠΙΟΥ 25, 145 68 ΚΡΥΟΝΕΡΙ, τηλ.: 210 8190000, fax: 210 8190311  
[www.acscourier.gr](http://www.acscourier.gr)

**ACS**  
Τα πάντα, παντού.



**ΓΙΑ ΕΣΕΝΑ  
ΠΟΥ ΠΕΡΝΑΝΕ ΟΛΑ  
ΑΠΟ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΟΥ**

680  
ΛΕΠΤΑ

ΕΛΕΓΧΟΣ  
ΥΠΟΛΟΙΠΩΝ



ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ  
Wi-Fi ΣΠΙΤΙΟΥ



ΑΓΟΡΑ ΠΑΚΕΤΩΝ

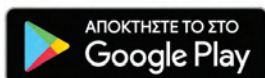
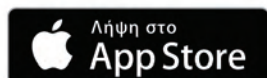


ΠΛΗΡΩΜΗ  
ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΩΝ

**Το My COSMOTE App  
κάνει τη ζωή σου πιο εύκολη.**

Τώρα με νέες δυνατότητες, για να έχεις τον έλεγχο των σταθερών και κινητών της οικογένειάς σου απλά, γρήγορα και από παντού.

Κατέβασέ το τώρα και πάρε **1GB ΔΩΡΟ.**



**COSMOTE**

Ένας κόσμος, καλύτερος για όλους.