voice
ATHENS
28 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ - 4 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019 · ΤΕΥΧΟΣ 725 · 210 Η ΦΩΝΗ ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ · WWW.ATHENSVOICE.GR · FREE PRESS ΔΩΡΕΑΝ ΤΥΠΟΣ

Κατέβασε δωρεάν το app ADAF AR, σκάναρε το εξώφυλλο και δες να ζωντανεύουν μπροστά σου τα αγαπημένα πιάτα των αναγνωστών της ATHENS VOICE

Taste Voice

Επιμέλεια: **Νενέλα Γεωργελέ**

ΕΘΝΙΚΗ ΛΥΡΙΚΗ ΣΚΗΝΗ

ΝΕΟΣ
ΝΤΟΝ ΚΑΡΛΟ
ΓΕΝΝΙΕΤΑΙ

Τζουζέππε Βέρντι



Εθνική Λυρική Σκηνή
Greek National Opera
2019/20
80 ΧΡΟΝΙΑ ΕΛΣ

Κύκλος Ιταλική Όπερα. **Μεγαλόπρεπη όπερα σε 5 πράξεις (εκδοχή της Μόντενας, 1886).** Συμπαραγωγή: **Βασιλική Όπερα Λονδίνου, Μετροπόλιταν Όπερα Νέας Υόρκης & Εθνική Νορβηγική Όπερα (Όσλο). Πρωτοπαρουσιάστηκε στο Κόβεντ Γκάρντεν το 2008.**

8, 13, 15, 19, 21, 28 · ΔΕΚ · 2019 2, 5 · ΙΑΝ · 2020

ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΛΥΡΙΚΗΣ ΣΚΗΝΗΣ - ΚΕΝΤΡΟ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ

Μουσική διεύθυνση: **Φιλίπ Ωγκέν** • Σκηνοθεσία: **Σερ Νίκολας Χάιτνερ** • Αναβίωση σκηνοθεσίας: **Ντάνιελ Ντούνερ** • Σκηνικά-κοστούμια: **Μπομπ Κρώλεϋ**
Κινησιολογία: **Σκάρλετ Μακμίν** • Φωτισμοί: **Μαρκ Χέντερσον** • Επιμέλεια φωτισμών: **Σάιμον Μπέννισον** • Διεύθυνση χορωδίας: **Αγαθάγγελος Γεωργακάτος**
Κινησιολογία ξιφομαχιών: **Τέρρυ Κινγκ** | Φίλιππος Β': **Αλεξάντερ Βινογκράντοφ** • Ντον Κάρλο: **Μαρσέλο Πουέντε** • Ροντρίγκο: **Τάσης Χριστογιαννόπουλος**
(8, 15, 21, 28/12), **Δημήτρης Πλατανιάς** (13, 19/12 & 2, 5/1) • Ελισάβετ των Βαλουά: **Μπάρμπαρα Φρίττολι** (8, 13, 15, 19, 21/12), **Τσέλια Κοστέα** (28/12 & 2, 5/1)
Πριγκίπισσα Έμπολι: **Εκατερίνα Γκουμπάνοβα** (8, 13, 15, 19, 21/12), **Έλενα Ζίντκοβα** (28/12 & 2, 5/1) | Με την **Ορχήστρα**, τη **Χορωδία** και **Μονωδούς** της **ΕΛΣ**

Ώρα έναρξης 19.00 (Κυριακές 18.30) · Εισιτήρια από 15€ · Προπώληση: 213 08 85 700

nationalopera.gr, ticketservices.gr, tickets.public.gr

STAVROS NIARCHOS FOUNDATION CULTURAL CENTER
ΚΕΝΤΡΟ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ

ΜΕΓΑΣ ΔΩΡΗΤΗΣ ΕΛΣ / ΔΩΡΗΤΗΣ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗΣ
ΙΣΝ/SNF ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ STAVROS NIARCHOS FOUNDATION

ΧΟΡΗΓΟΣ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗΣ
Eurobank

ΧΟΡΗΓΟΣ ΑΕΡΟΜΕΤΑΦΟΡΩΝ
AEGEAN

CREATIVE PARTNER
ZEUS·DIONE

ΠΑΓΙΟΙ ΧΟΡΗΓΟΙ
Eurolife ERB INSURANCE GROUP

TECHNOLOGY PARTNER
CENTIVA

ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΗΣ

ΧΟΡΗΓΟΙ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ
INGLOT L'ORÉAL

ΧΟΡΗΓΟΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

ATHENS VOICES

ΛΟΓΙΑ ΠΟΥ ΑΚΟΥΣΤΗΚΑΝ ΔΗΜΟΣΙΩΣ ΜΕΣΑ ΣΤΗΝ ΠΟΛΗ

Δύο 16χρονα που όπως φαίνεται έχουν να ειδωθούν καιρό, συναντιούνται στον δρόμο

-Μαριάνα;! Εσύ; Εσύ είσαι, ρε;
-Ναι, καλέ.
-Τι λες τώρα; Καλά, τώρα έκαψα!
(Ψυχικό, Σάββατο πρωί)

Δύο 17χρονες στον δρόμο

«Δεν ξέρω... Να πάω στη μαμά μου που έχει γεμιστά ή στον μπαμπά μου που έχει μακαρόνια;»
(Σόλωνος, Πέμπτη μεσημέρι)

Ηλικιωμένο ζευγάρι σε καφετέρια

-Τι θα κάνουμε με τον Τάκη; Δεν βγαίνει καθόλου. -Κι όταν βγει, έρχεται και κάθεται σε μας.
(Λεωφόρος Αλεξάνδρας, Σάββατο πρωί)

Δεκάχρονη μικρή σε εργασία για τη γλώσσα έπρεπε να αναφέρει τον νομάρχη, τον οποίο έγραψε «μονομάρχη». Βλέποντας η μαμά την εργασία, τη ρωτάει
-Ποιος είναι αυτός;
Και η απάντηση της μικρής
Ο μονομάχος νομάρχης.
Για συντομία μονομάρχης.
(Περιστέρι, Δευτέρα απόγευμα)

-Γιώργο, ρε συ, πάμε την άλλη εβδομάδα να δούμε το «Ξύπνα Βασίλη»; -Ρε συ, δεν μπορώ. Αν είναι αυτουνού που έκανε το «Στέλλα κοιμήσου» θα σκιάζομαι.
(Πετράλωνα, συζήτηση δύο φίλων σε café, Πέμπτη βράδυ)

Φίλοι συνομιλούν σε café.
-Πού πάμε μετά από δω;
-Πουθενά, φεύγω, έχω να πάω σούπερ μάρκετ.
-Έλα, ρε μαλάκα, που θα πας σούπερ μάρκετ.
-Τι, να μη φάω;
-Παξιμάδια έχεις σπίτι;
-Έχω.
-Ε, τότε είσαι εντάξει.
(Μακρυγιάννη, Σάββατο μεσημέρι)

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**

ΠΕΣ ΤΟ ΣΤΑ ΓΙΑΠΩΝΕΖΙΚΑ

ΛΕΞΕΙΣ ΜΕ ΑΠΡΟΟΠΤΗ ΕΡΜΗΝΕΙΑ

Με αφορμή την «Ιαπωνική Εβδομάδα» που συνδιοργάνωσε ο Δήμος Αθηναίων και ο ιαπωνικός οργανισμός International Friendship Foundation (IFF) υπό την αιγίδα της Πρεσβείας της Ιαπωνίας στην Ελλάδα, ανακαλύψαμε μερικές άγνωστες λέξεις με ιδιαίτερη ερμηνεία...

Age-otori Όταν έχεις κουρευτεί και δείχνεις πολύ χειρότερα από πριν.

Arigata-meiwaku Όταν κάποιος, με δική του πρωτοβουλία, σου κάνει μια χάρη που δεν ήθελες να σου την κάνει και μετά νιώθεις τρομερά άβολα γιατί πρέπει να τον ευχαριστήσεις κι από πάνω.

Aware Η γλυκόπικρη αίσθηση μιας στιγμής που χάνεται.

Bakku-shan Όταν μία γυναίκα δείχνει πολύ ωραιότερη από πίσω, παρά από μπροστά.

Boketto Όταν κοιτάς με άδειο βλέμμα στο κενό, χωρίς να σκέφτεσαι τίποτα.

Gatsu gatsu ή peku peku Πεινάω σαν λύκος.

Gussuri Ξεράθηκα στον ύπνο.

Happou bijin Όταν φέρεσαι αφύσικα καλά σε όλους, από φόβο μήπως δεν σε συμπαθήσουν.

Itadakimasu Καλή όρεξη. Για την ακρίβεια, «με ταπεινότητα λαμβάνω».

Kanpai «Στην υγειά μας!» μετά από μία κοπιαστική μέρα.

Karoshi Θάνατος από υπερβολική εργασία.

Kenjataimu Η περίοδος αμέσως μετά την ερωτική πράξη, όταν ο άντρας έχει απελευθερωθεί από την επιθυμία και μπορεί να σκεφτεί καθαρά.

Kintsugi Όταν επισκευάζεις ένα σπασμένο κεραμικό με χρυσό ανάμεσα στα ραγίσματα.

Koi no yokan Η αίσθηση, όταν συναντάς κάποιον για πρώτη φορά, ότι θα τον ερωτευτείς αμέσως.

Komorebi Το φως του ήλιου όταν περνάει ανάμεσα από τα φύλλα των δέντρων.

Kuchi zamishi Όταν δεν πεινάς αλλά τρως κάτι, για να μη νιώθει μοναξιά το στόμα σου.

Kuidaore Όταν έχεις φάει τόσο πολύ που κινδυνεύεις να χρεοκοπήσεις.

Kyoikumama Μια μαμά που πιέζει αφόρητα το παιδί της να διαβάσει.

Mukatsuku Έγκωσα! Φτάνει! Ως εδώ πια!

Ojama shimasu «Συγγνώμη για την εισβολή». Φράση που λέγεται όποτε μπαίνεις σε κάποιο ξένο σπίτι.

Shibui Κάτι που είναι τόσο ρετρό που είναι κουλ.

Shrinrin-yoku «Μπάνιο σε δάσος» - όταν μπαίνεις σε ένα δάσος για να πρεμήσεις.

Tekito Τεμπελόσκυλο.

Torimodosu Όταν έχεις μια ατυχία αλλά εσύ μαζεύεις τις δυνάμεις σου και συνεχίζεις.

Tsujigiri Όταν δοκιμάζεις ένα ολοκαίνουργιο σπαθί επάνω σε κάποιον τυχαίο άγνωστο.

Tsundoku Όταν αγοράζεις ένα βιβλίο και το στοιβάζεις μαζί με τα άλλα που δεν έχεις διαβάσει.

Ukiyo Η περιρρέουσα αίσθηση ότι βρίσκεσαι κάπου και έχεις απόλυτη πρεμία.

Wabi-sabi Μία παγκόσμια άποψη που δέχεται την υπερβατική και ατελή φύση της ζωής.

Yabai Καταπληκτικό, σούπερ, ουάου αλλά και χάλια, απαίσιο.

Yoko meshi Το άγχος που βιώνει κανείς όταν μιλάει μία ξένη γλώσσα (καλή ώρα).

Zotto Η ανατριχίλα από φόβο ή κάτι απαίσιο.

ΓΙΑΝΝΗΣ ΝΕΝΕΣ

ΤΟ ΕΞΩΦΥΛΛΟ ΜΑΣ

Αυτή την εβδομάδα το σχεδιάζει η **Masha Shishova**. Γεννήθηκε, μεγάλωσε και ζει στη Μόσχα. Σπούδασε εικονογράφηση στο Moscow State Academy of Industrial and Applied Arts (Κρατική Ακαδημία Βιομηχανικών και Εφαρμοσμένων Τεχνών Μόσχας) και στο British Higher School of Art and Design (Βρετανική Ανώτερη Σχολή Τεχνών και Design).

Info~DIET

Της ΣΤΑΥΡΟΥΛΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΗ

ΕΠΙΚΑΙΡΟ
«Έλληνας, φίλε. Και την Black Friday τριήμερο την έκανε».
(Οι τσεκουράτοι)

CRIMINAL MINDS
Αληθινές δολοφονίες που συγκλόνισαν τον κόσμο, γραμμένες σαν μυθιστόρημα. Η πιο «έγκλημα» στήλη του ελληνικού internet από τη Μιμή Φιλιππίδη.
(στο athensvoice.gr)

ΒΑΓΓΕΛΗΣ ΠΑΠΑΘΑΝΑΣΙΟΥ
Η χορευτική παράσταση «The Thread» ήταν άλλη μια αφορμή για να θυμηθούμε τι τεράστια προσωπικότητα είναι αυτός ο μουσικός. Μη χάσετε αυτό το αριστούργημα.
(Στο Μέγαρο)

ΝΤΕΠΟΝ
Το ωραιότερο όνομα σκύλου στην ελληνική επικράτεια. Και όχι, δεν πρόκειται για κανίς αλλά για έναν τεράστιο κούκλο λευκό καναδέζικο λύκο.
(Να τον χαίρεσαι, Άννα Βλαβιανού)

ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ
Τα μόνα στον κόσμο που κλείνουν, όταν βρέχει.

ΚΙΝΕΤΑ
Σε λίγο μόνο η Ζωζώκα θα έχει μείνει αλώβητη και ευθυτενής μέσα σ' αυτό τον τόσο άτυχο και (κάποτε) όμορφο θέρετρο.

ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΣΤΑ ΜΠΟΥΖΟΥΚΙΑ
Όλοι έξω και μέσα μόνη της στην πίστα η τραγουδίστρια. Τα τσιγάρα, τα λεφτά και τα ξενύχτια έχουν κλείσει τα καλύτερα τα σπίτια.

ΤΟ ΟΝΟΜΑ ΤΗΣ ΕΠΟΜΕΝΗΣ ΚΑΚΟΚΑΙΡΙΑΣ
Θα αρχίζει από Δ.
Δε γ@μιέται, θα πάω με τα πόδια.

MINI ΜΕΛΟΜΑΚΟΡΟΝΑ
32 ευρώ το κιλό;
Να τα φάτε μόνοι σας.

ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟ ΤΕΛΟΣ

Ο Γλάρος

Της ΜΙΚΑΣ ΣΥΜΠΟΥΡΑ
Φωτό: ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ ΣΥΜΠΟΥΡΑ



Ο γλάρος με την εξαρθρωμένη φτερούγα πήγαινε κι ερχόταν στο μικρό παραλιάκι που ήταν πίσω από το Κέντρο περιμένοντας εμένα να του φέρω λίγη τροφή. Η τροφή του ήταν ιχθυοτροφές που μια φίλη είχε στο εργαστήριο για τα πειράματά της. Ήταν μικρό, λέγανε, γεννημένο την άνοιξη, και μέσα στο καλοκαίρι τα κατάφερνε με μια φτερούγα. Καθώς όμως φθινοπώριαζε κινδύνευε να του τη σπάσει καμιά θύελλα ή να μη βρίσκει τροφή στην παραλία. Όσο για το πού έμενε, οι γλάροι φωλιάζουν σε βραχονησίδες ή και σε απόμακρα βράχια. Ο δικός μας είχαμε φανταστεί σενάρια για το πού έμενε, ίσως στο πευκοδάσος παραπάνω από την ακτή, ίσως στα βράχια. Πώς έτρωγε; Ίσως το φρόντιζαν κάποιοι σύντροφοι γλάροι, ίσως και να περίμενε μόνο εμάς. Είχα διαβάσει ότι τα θαλασσοπούλια πίνουν νερό θαλασσινό και το αφαλατώνουν με τη βοήθεια κάποιων αδένων. Καλού κακού όμως του έριχνα και λίγο γλυκό νερό σε μια βραχολιμνούλα. Καθώς περνούσε ο καιρός σκεφτήκαμε να οργανώσουμε μια σύλληψη του γλάρου και να τον πάμε για φροντίδα στο ANIMA. Λάβαμε οδηγίες οι οποίες ήταν να ρίξουμε μια κουβέρτα ή πανί ώστε να μη βλέπει για να το μεταφέρουμε. Γίναμε μια μικρή ομάδα κάποιο φθινοπωρινό μεσημέρι με σκοπό να πιάσουμε τον γλάρο για το δικό του καλό. Όμως ο γλάρος δεν ήθελε με τίποτα να συλληφθεί. Καθώς θαλασσοπούλι, μας ξέφευγε μπαίνοντας στο νερό, και πλέοντας με τη δύναμη του νερού σαν βαρκούλα, έφευγε στα ανοιχτά. Κάποιοι προσπάθησαν να τον πλησιάσουν μπαίνοντας με ανεβασμένα ρούχα μέχρι το γόνατο στο νερό και πετώντας διάφορα πράγματα για να τον προσελκύσουν. Είχαμε πάρει μαζί μας και ένα κλουβί μεταφοράς για γάτες αν τα καταφέρναμε, τι ντροπή για ένα γλάρο! Όμως τίποτα, ο γλάρος είχε στρίψει για άλλη παραλία και θα ξαναγυρνούσε το απόγευμα. Πέρασε ο καιρός και δεν ξαναείδαμε τον γλάρο μας, μέχρι που κάποια στιγμή μέσα στον χειμώνα είδα έναν γλάρο στο δασάκι, νεκρό. Πολλά τα σενάρια: μπορεί να μην ήταν αυτός καθώς η φτερούγα του έμοιαζε εντάξει, μπορεί να ήταν αυτός και να τον πυροβόλησε κυνηγός. Ό,τι και να ήταν, σταμάτησα να πηγαίνω στην παραλία για διάλειμμα από τη δουλειά.
Είχαν περάσει τρία χρόνια από τότε, μέχρι που μια μέρα καθώς γυμναζόμουν είδα την εικόνα ενός γλάρου μέσα από τα τζάμια να κάθεται έξω στα κάγκελα του γυμναστηρίου. Πλησίασα το τζάμι και ήταν πραγματικός. Πρώτη φορά με χώριζε μόνο ένα τζάμι από το σύμβολο της ελευθερίας και της άγριας φύσης. Λέτε να είναι αυτός και να ήρθε από ευγνωμοσύνη; Οι γλάροι έχουν μεγάλες αντοχές και μεγάλες ικανότητες αυτο-ίασης, οι δε πτητικές τους ικανότητες αποτελούν υπόδειγμα αεροδυναμικής. Λένε για έναν γλάρο που ανέταξε τη φτερούγα του και συνόδευε πάντα στη βάρκα του έναν ψαρά...
Ποτέ δεν θα μάθω με βεβαιότητα ποια είναι η αλήθεια. Δεν υπάρχει μία αλήθεια, μου έμαθε ο γλάρος μου...

ΤΙ ΖΩΗ ΕΖΗΣΕ Η ΕΛΙΣΑΒΕΤ;

Του ΚΩΣΤΑ ΓΙΑΝΝΑΚΙΔΗ



Αυτά τα θέματα γράφονται περίπου με αυτό το ύφος: «Τα καμώματα του πρίγκιπα Άντριου προκαλούν έναν ακόμα πονοκέφαλο στη βασίλισσα Ελισάβετ και ψιθύρους στους δαιδαλώδεις διαδρόμους του Μπάκιγχαμ. Οι αποκαλύψεις για τις σχέσεις του πρίγκιπα με τον διαβόητο αμερικανό παιδόφιλο Επστάιν καθώς και η συμμετοχή του σε πάρτι με ανήλικα κορίτσια και συνοδούς πολυτελείας, υποχρεώνουν τη βασιλική οικογένεια να τραβήξει τον Άντριου στο περιθώριο μέχρι να κοπάσει ο θόρυβος». Εγώ πάλι χαζεύω φωτογραφίες του Άντριου από κάτι έξαλλα πάρτι και αναρωτιέμαι ποιος ο λόγος να είσαι πρίγκιπας αν δεν τα έχεις όλα αυτά – εννοείται ότι εξαιρώ τα ποινικώς και ηθικώς κολάσιμα με ανηλίκους. Ποιο είναι, δηλαδή, το νόημα μιας ζωής που πληρώνεται από φόρους των πολιτών και στεγάζεται σε παλάτια φτιαγμένα από συγγραφείς παραμυθιών; Να επισκέπτεσαι κλωστήρια στην επαρχία; Να επιθεωρείς σβέρκους στρατιωτών; Να παρηγορείς κυρίες που έχασαν συζύγους σε ναυτικό δυστύχημα; Όχι βέβαια! Όλοι αυτοί οι royals, κλαδιά μίας και μοναδικής γερμανικής οικογένειας που κάθεται στους ευρωπαϊκούς θρόνους, υποτίθεται ότι έχουν να αναμετρηθούν με τις απαιτήσεις και το κύρος των αξιωμάτων τους. Ανοησίες. Το μόνο με το οποίο έχουν στα αλήθεια να αναμετρηθούν είναι ο πειρασμός των ηδονών και η ανεπιθύμητη έκθεση κάτω από τους προβολείς της διασημότητας. Και εγώ αν είχα μαμά την πλουσιότερη γυναίκα του κόσμου θα πασάλειβα την οκνηρία μου με απολαύσεις που τώρα δεν είμαι καν σε θέση να φανταστώ. Θα βουτούσα το τζετ και θα πήγαινα σε μια βίλα στα Μπόρα Μπόρα μαζί με τα ανθρώπινα pets μου. Θα καλούσα τον Μέσι και τον Κριστιάνο μαζί στο παλάτι να συζητήσουμε για μπάλα – πάλι ΠΑΟΚ θα ήμουν. Θα ζητούσα από τον Richie Blackmore να επιστρέψει για μια συναυλία με τους Deep Purple την οποία θα παρακολουθούσα εγώ με τα pets μου – τα ανθρώπινα εννοείται. Ω, ναι! Είδα την τρίτη σεζόν του «Crown». Από καναπέ που θα ήθελα να γίνει θρόνος. Αλλά μόνο η Σταχτοπούτα ήξερε το κόλπο για αυτά.

ΔΕΝ ΕΧΕΙ ΣΗΜΑΣΙΑ ΑΝ ΒΛΕΠΕΙΣ ΑΛΗΘΕΙΑ Ή ΨΕΜΑΤΑ ΝΤΥΜΕΝΑ ΜΕ ΑΛΗΘΕΙΑ. ΣΤΟ ΤΕΛΟΣ Η ΠΑΡΑΚΑΤΑΘΗΚΗ ΤΗΣ ΕΛΙΣΑΒΕΤ ΣΤΗ ΣΥΛΛΟΓΙΚΗ ΜΝΗΜΗ ΘΑ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΑ ΠΟΥ ΕΔΕΙΞΕ ΤΟ «CROWN».

Κα θόμουν, λοιπόν, και έβλεπα το «Crown». Στο ένα χέρι το τηλεχειριστήριο για να πατάω pause και στο άλλο το κινητό για να γκουγκλάρω πρόσωπα και καταστάσεις. Πειστική η μεταφορά, δεν χωράει συζήτηση. Υπερπαραγωγή με γυρίσματα σε χώρους που δείχνουν απίστευτοι στα μάτια των κοινών θνητών. Και η Ολίβια Κόλμαν, ως βασίλισσα, καταπληκτική. Και ο Τομπίας Μένζλες, που παίζει τον Φίλιππο, υπέροχος. Τέλος πάντων, όλοι εξαιρετικοί είναι. Τελειώνει η σεζόν και λες ότι αν πετύχεις, σε μια άλλη διάσταση, τον νεαρό Κάρολο, θα τον πας για μπίρες και να χαζέψετε κοπέλες. Και η σειρά θεωρείται εμβληματική γιατί δεν ξέρεις πού τελειώνει το δραματοποιημένο ντοκιμαντέρ και πού αρχίζει η μυθοπλασία. Δεν έχει σημασία αν βλέπεις αλήθεια ή ψέματα ντυμένα με αλήθεια. Στο τέλος η παρακαταθήκη της Ελισάβετ στη συλλογική μνήμη θα είναι αυτά που έδειξε το «Crown». Που λέτε, η βασίλισσα δεν δίνει συνεντεύξεις. Το BBC την πίεζε επί 22 χρόνια για μια δήλωση σε ένα ντοκιμαντέρ σχετικό με τη στέψη της. Τελικά παραχώρησε τη δήλωση, αλλά δεν είπε και τίποτα το σπουδαίο, μόνο ότι το στέμμα της φαινόταν βαρύ και φοβόταν ότι θα της σπάσει το κεφάλι. Και σκέφτομαι, με πόνο είναι η αλήθεια, ότι η πιο ισχυρή, η πιο πλούσια, ενδεχομένως και η πιο ενδιαφέρουσα γυναίκα στον πλανήτη, σύντομα θα πεθάνει χωρίς να αφήσει πίσω της απομνημονεύματα, χωρίς την προσωπική της αφήγηση και ανάγνωση της Ιστορίας. Και εντάξει, ας υποθέσουμε ότι με τον έναν ή τον άλλον τρόπο, η ιστοριογραφία θα τοποθετήσει την Ελισάβετ μέσα στα γεγονότα. Αυτό που δεν θα μάθουμε ποτέ είναι πώς διάολο αυτή η γυναίκα βίωσε τον ρόλο. Έζησε, αλήθεια, μια ευτυχισμένη ζωή η Ελισάβετ; Αν μπορούσε να γυρίσει τον χρόνο πίσω θα φόραγε ξανά το στέμμα ή θα την κοπανούσε καβάλα σε ένα από τα αγαπημένα της άλογα; Είσαι 93 ετών και θυμάσαι τον Τσόρτσιλ, όρθιο μπροστά σου, να σκύβει το κεφάλι με σεβασμό, δεχόμενος την εντολή να σχηματίσει κυβέρνηση. Στο όνομά σου. Αισθάνεσαι πιο μεγάλη και από τον θάνατο που σε περιμένει ή είσαι ένας λυγμός που δεν μπορεί να ξεσπάσει; ●

→ *kostas@giannakidis.com*



Αμπελόκηποι

Της ΕΛΕΝΗΣ ΧΕΛΙΩΤΗ

«Και αν δεν είναι καλή η ταινία;»
«Πάμε για καμιά μπίρα».
«Σιγά μη δεν είναι, όμως».
«Όπως και να 'χει έχουμε επιλογές, στο κέντρο είμαστε».
«Σωστά».

Δεν νομίζω ότι συγκράτησα κάτι άλλο από την κουβέντα αυτών των δύο κοριτσιών, ενώ την άκουσα όλη. Κατηγορούμε την εποχή μας για τον υπερβολικό αριθμό επιλογών με τον οποίο μας επιβαρύνει, κι όμως πολλές φορές συμπεριφερόμαστε σαν να μη μας δόθηκε ποτέ καμία. Τα κορίτσια λίγο μετά φύγανε, αλλά εγώ είχα μείνει ακόμα εκεί, στις αμέτρητες, κι όμως μετρήσιμες επιλογές. Τον προβληματισμό μου παρεμβάλλανε δύο άλλες κυρίες/κοπέλες/ladies, πείτε τις όπως θέλετε (κουράστηκα να ψάχνω τον αχνιστά αποστειρωμένο politically correct όρο) με την εξής φράση...

«Εμείς γυρνάμε από το σχολείο, πλένουμε χεράκια, τρώμε, και καθόμαστε να διαβάσουμε. Δεν σηκωνόμαστε εάν δεν τελειώσουμε». Πιστεύω ότι εάν με είχαν κοιτάξει εκείνη τη στιγμή θα είχαν δει τη χαρακτηριστική μου (ναι, είναι trademarked) έκφραση αποδοκιμασίας. Στο χωριό μου το λένε cringe, μια λέξη που το google translate αρνείται να αποδώσει με τη σωστή δόση συνοφρυωμένης ξινίλας που συμπεριλαμβάνει η έννοιά της. Για τις επόμενες 3-4 στάσεις (έχασα το μέτρημα) οι μητέρες ανταλλάσσουν στιγμές και συνήθειες της καθημερινότητας που μοιράζονται με τα μικρά παιδιά τους.

«Κάνατε τα εμβόλιά σας;» «Ναι, φυσικά τα κάναμε». (Thank God) «Τι ετοιμάσατε για την εργασία της Ιστορίας προχθές;» Οι επαναλαμβανόμενες εναλλαγές μεταξύ 1ου και 2ου πληθυντικού ήταν σαν ένα γεωτρύπανο που χτυπούσε εναλλακτικά τόσο το μαθητικό όσο και το διδακτικό κομμάτι του εγκεφάλου μου. Για άλλη μια φορά δεν άντεξα. «Γιατί δεν τα αφήνετε να διαβάζουν και λίγο μόνα τους;» είπα κοιτώντας τη μαμά που καθόταν απέναντί μου. «Ορίστε;» είπε η διπλανή τσούχτρα (που έλεγε ο παππούς μου) με ύφος how dare you.

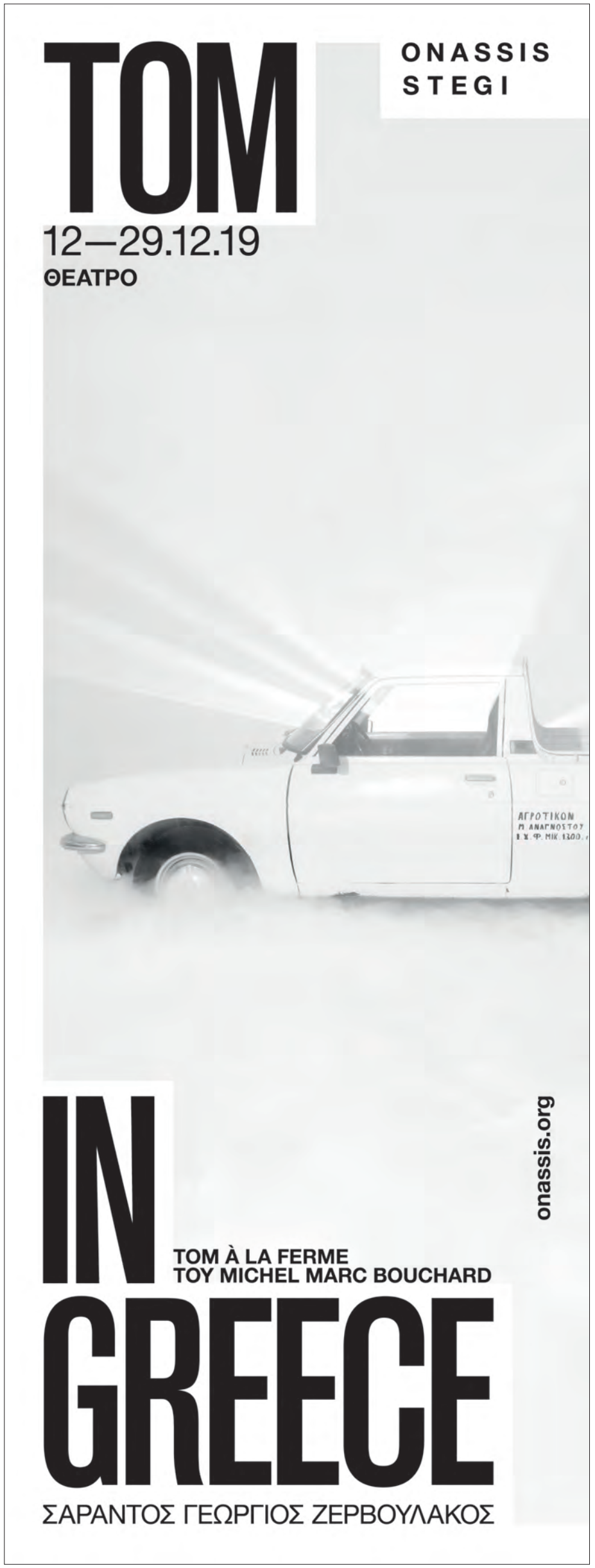
«Πώς θα μάθουν να είναι υπεύθυνα για τη δουλειά τους και τις υποχρεώσεις τους αν γνωρίζουν ότι η μαμά είναι πάντα εκεί να διορθώνει;» «Έχεις παιδιά;» Touché. 1-0. «Όχι. Είμαι όμως εκπαιδευτικός, όπως ήταν και η μητέρα μου, η οποία ποτέ δεν μας διάβασε». Ρελάνς. 1-1. Ωραία μάνα, ήθελε να πει αλλά δεν τόλμησε. Συνέχισα αδίστακτα. «Μας βοηθούσε όποτε το ζητάγαμε, αλλά η βοήθεια είχε τη μορφή καθοδήγησης, όχι επίλυσης. Η δασκάλα, άλλωστε, καλό είναι να βαθμολογεί το παιδί και όχι τη μαμά» είπα με το πιο wicked χαμόγελο που διαθέτω. Κάνε παιδιά και θα δεις, έλεγε από μέσα της, αλλά δεν το ξεστόμιζε.

Συνέχισαν να μιλάνε σαν να μην υπήρχα. Δυο στάσεις μετά κατέβηκα για να αλλάξω γραμμή. Ενώ περίμενα σε αυτόν τον κόμβο στάθηκαν δίπλα μου μια μητέρα με τον γιο της. «Μαμά, δεν θέλω να συνεχίσω το taekwo-do» γκρίνιαξε το αγοράκι με τα γνωστά puppy eyes. «Πάλι τα ίδια, ρε Μιχάλη; Δεν παλεύεις για τίποτα. Ξεκινάς, βαριέσαι, τ' αφήνεις και δεν δίνεις μια ευκαιρία. Με το που βρεις τα σκούρα τα παρατάς». «Ρε μαμά, δεν θέλω άλλο, σου λέω». «Εγώ νομίζεις δεν αντιμετώπισα ποτέ καταστάσεις που με δυσκόλεψαν; Αν κάθε φορά σήκωνα τα χέρια ψηλά δεν θα βρισκόμουν εδώ τώρα. Δεν έρχονται όλα εύκολα, Μιχάλη. Θα προσπαθήσεις λίγο ακόμα και μετά βλέπουμε».

Στο χωριό μου το λένε cringe, μια λέξη που το google translate αρνείται να αποδώσει με τη σωστή δόση συνοφρυωμένης ξινίλας που συμπεριλαμβάνει η έννοιά της.

Ο Μιχάλης είχε πάρει ένα βλέμμα απόγνωσης και ήττας. Ίσως είχε ήδη ρωτήσει τον πατέρα του και εκείνος του είχε πει «ό,τι πει η μάνα σου». Και μένα ο δικός μου τα ίδια έκανε. Νομίζω είναι μία διεθνής ατάκα που αναιρεί σύνορα και πολιτιστικές διαφορές. «Μπαμπά, να βγω απόψε;» «Η μάνα σου τι είπε;» Λες λοιπόν ότι η μάνα είπε ναι, αγνοείς με θράσος το μπερδεμένο βλέμμα του, φεύγεις τρέχοντας και σπρώχνεις στο πίσω μέρος του μυαλού σου τις πιθανές συνέπειες που θα έχεις μετά. Όταν είσαι νέος, άλλωστε, το «μετά» είναι ένα άλλο σύμπαν που δεν σε αφορά μέχρι να γίνει «τώρα».

Στο βαγόνι καθίσαμε μαζί με τον Μιχάλη και τη μαμά του. Για δύο ολόκληρες στάσεις ο μικρός μονολογούσε και αρνείτο να κοιτάξει τη μητέρα του. Κάπου στους Αμπελόκηπους η μαμά πήρε στα χέρια της το πρόσωπο του μικρού Μιχάλη, του χαμογέλασε και του είπε: «Ό,τι κάνεις, κάν' το για σένα. Προσπάθησε για σένα. Ή παράτα το για σένα. Η ευθύνη, όπως και η απόφαση, είναι δική σου. Απλά σκέψου το λίγο πριν». ●



Η συνταγματική αναθεώρηση του μηδενός

Του **ΝΙΚΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗ**

Το πολιτικό σύστημα μπορεί να κοιμάται ήσυχο. Η συνταγματική αναθεώρηση δεν θα ταράξει τον ύπνο του. Αλλάζουν τελικά 9 διατάξεις που αφορούν την εσωτερική διαχείριση της αναπαραγωγής (βλέπε ανακύκλωσης) του πολιτικού αυτού συστήματος. Τίποτε ωστόσο δεν προοιωνίζεται θεσμικές μεταρρυθμίσεις που θα ανακάτευαν την πολιτική και κοινωνική τράπουλα και θα επέτρεπαν σε αυτό το αρχαϊκά δομημένο οικοδόμημα να κινηθεί με αξιώσεις προς το μέλλον. Μια αναθεώρηση στα μέτρα των υπαρκτών πολιτικών κομμάτων και των ακόμη «υπαρκτότερων» αρχηγών τους. Χωρίς όραμα και κυρίως χωρίς ενσυναίσθηση για τα επερχόμενα. Τίποτε δεν θα αλλάξει ως προς τις σχέσεις Κράτους - Εκκλησίας, Κράτους - Παιδείας, Κράτους - Πολίτη. Τίποτε δεν αλλάζει ως προς την κατοχύρωση των δικαιωμάτων για μία πολυεπίπεδη, πολυδιάστατη, πολυδυναμική εκπαίδευση. Τα ιδιωτικά πανεπιστήμια δεν θα λειτουργήσουν στην Ελλάδα για να ταράξουν τα νερά και για να πονοκεφαλιάσουν το καθηγητικό και συνδικαλιστικό κατεστημένο. Θα υπάρχουν ακόμη υπουργοί που θα τολμούν να φέρουν για ψήφιση διάταξη περί βλασφημίας των Θείων με την έγκριση και ευλογία βεβαίως του αρχιεπισκόπου. Θα υπάρχουν διατάξεις που θα κατοχυρώνουν το δικαίωμα σε κάθε κυβερνήτη αυτού του τόπου να τοποθετεί έναν ογδοντάρη πρώην γυμνασιάρχη, μόνιμο πολιτευτή της λαϊκής δεξιάς επί δεκαετίες, ως διοικητή δημόσιου νοσοκομείου εν έτει 2019.

Κοιμηθείτε ήσυχοι, εκπρόσωποι του πολιτικού συστήματος. Για τέταρτη φορά ο καταστατικός χάρτης της χώρας «γλίτωσε» από τα χέρια των αναθεματισμένων μεταρρυθμιστών. Ο κ. Τσίπρας, ο κ. Μητσοτάκης, η κυρία Φώφη Γεννηματά (το ΠΑΣΟΚ είναι εδώ) μπορούν να συνεχίσουν να παίζουν τους ρόλους τους στο πολιτικό παλκοσένικο υποκρινόμενοι πως κοιτούν προς το μέλλον. Τι κακός θίασος σκιών, μα την αλήθεια, αυτή η παράσταση στο εθνικό κοινοβούλιο όπου δήθεν τάχα μου συγκρούστηκαν απόψεις και θέσεις επί του ζητήματος της ψήφου των ελλήνων πολιτών του εξωτερικού (οι φίλοι μας στην Ευρώπη το έχουν λύσει εδώ και δεκαετίες με αυτονόητες ρυθμίσεις) ή επί του μείζονος ζητήματος της εκλογής Προέδρου της Δημοκρατίας και όχι ως προς τις αρμοδιότητές του που θα είχε κάποιο νόημα, βρε αδερφέ. Άλλαξε η διάταξη και δεν επιτρέπεται πλέον σε κάθε πολιτικό αρχηγό να οραματίζεται μακιαβελικού τύπου ίντριγκες για να ρίξει τον αντίπαλό του εκβιάζοντας εκλογές. Απλά το παιχνίδι γίνεται λίγο πιο ενδιαφέρον διότι δυσκολεύουν οι κανόνες. Πάλι όμως θα διεξάγεται στα στενά, επιτρεπόμενα και under control όρια αυτού του πολιτικού συστήματος που κατάφερε το διαολεμένο να επιβιώσει της κρίσης χωρίς να απολέσει την ικμάδα του. Επιβίωσε των «Αγανακτισμένων» που ήταν όπως κατεδείχθη απολύτως συστημικοί και αυτοί, επιβίωσε του ΣΥΡΙΖΑ που ήταν πιο συστημικός και από το σύστημα, απορρόφησε την ακροδεξιά του Κυρίου αφού η Χρυσή Αυγή απεδείχθη πρόσκαιρη νεοναζιστική παραφυάδα του συστήματος. Άντεξε στα πάντα αυτό το πολιτικό σύστημα εκτός από το να αλλάξει το ίδιο. Η αντίστασή του στην αλλαγή ήταν σθεναρή και αποτελεσματική, αλλά και καθολική. Χέρι-χέρι ο Τσίπρας με τον Καραμανλή πορεύτηκαν έτσι ώστε να διασφαλιστεί το απυρόβλητο προς άπαντες και άπασες. Χέρι-χέρι πορεύονται ο Μητσοτάκης με την υπαρκτή Κεντροαριστερά προκειμένου να διασφαλιστεί το αμορτισέρ ανοχής που χρειάζεται το συστηματάκι εξουσίας για να αντέξει σε κλυδωνισμούς. Χέρι-χέρι θα πορευτούν η ανοησία με την αναγκαιότητα ώστε να διασφαλιστεί η διαιώνιση του «είδους» που παραπέμπει στο εύρημα που εντοπίστηκε από παλαιοντολόγους στην Ηλεία, ένα κρανίο πιθηκανθρώπου που μας κάνει όλους υπερήφανους για τους προγόνους μας.

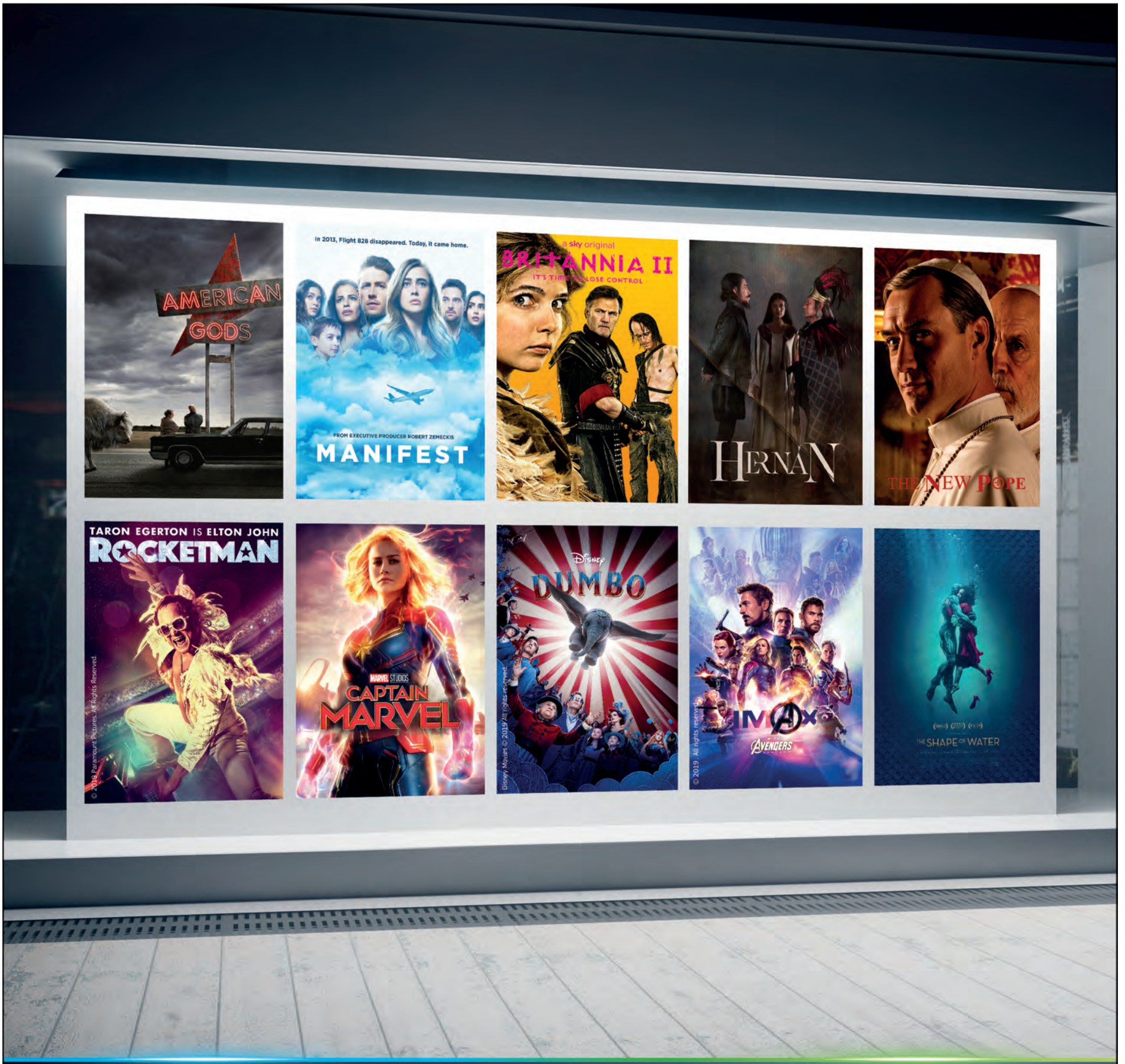
Συνταγματικές αναθεωρήσεις δεν γίνονται κάθε μέρα. Έχει φροντίσει γι' αυτό ο συντάκτης του καταστατικού χάρτη. Άντε τώρα να ξαναστήσεις αναθεωρητική Βουλή ώστε να επιχειρήσεις κάποιες αλλαγές στο μέλλον. Μετά το 2030 και βλέπουμε. Όταν εκείνοι που φρέναραν τις μεταρρυθμίσεις θα έχουν αποδημήσει και πίσω τους θα έχουν αναλάβει οι επερχόμενοι φρουροί του πολιτικού συστήματος οι οποίοι ενδεχομένως να αποδειχθούν περισσότερο συντηρητικοί από τους προκατόχους τους.

Οι σύγχρονες κοινωνίες (αμερικανική) δεν φοβούνται να εκθέσουν τον εαυτό τους στον καθρέπτη και να προτείνουν τροπολογίες επί τροπολογιών στον καταστατικό τους χάρτη προκειμένου να αντιμετωπίσουν τις ανάγκες των καιρών. Ας μη συγκρίνουμε θεσμικά το ελληνικό με το αμερικανικό πολιτικό σύστημα διότι θα γελάσει ο κάθε πικραμένος.

Παραμένουμε λοιπόν πιστοί παρατηρητές της αδυναμίας μας να αντιληφθούμε πως ο τρόπος λειτουργίας της κοινωνίας το 1975, οι ανάγκες των πολιτών, τα όρια αντίληψης των ανθρώπων ως προς τα μελλούμενα, δεν έχουν τίποτε να κάνουν με τα δεδομένα της ψηφιακής εποχής. Είναι απλά ζήτημα ταχυτήτων και δεξιοτήτων. Η Βουλή που ψήφισε την αλλαγή των 9 διατάξεων του καταστατικού χάρτη της χώρας το απόγευμα της Δευτέρας που μας πέρασε δεν είχε καμία επαφή με το κβαντικό μέλλον της κοινωνίας μας. Δεν είναι σε θέση η Βουλή αυτή να αντιληφθεί το κρίσιμο μέγεθος των αναγκών της κοινωνίας που θα λειτουργεί σε αμιγώς ψηφιακό περιβάλλον πληροφόρησης, οικονομίας, υγείας, νομικής κάλυψης, εκπαίδευσης, πολιτισμικής παραγωγής, επιστημονικής έρευνας, ακόμη και αγροτικής εκμετάλλευσης των γαιών.

Το Σύνταγμα του 1975 από το περίφημο προοίμιον έως και το τελευταίο σημείο στίξης του ανήκει σε έναν άλλο κόσμο. Εκείνον που γνωρίζουμε. Ένας σύγχρονος καταστατικός χάρτης απευθύνεται σε έναν κόσμο που καλούμαστε να μάθουμε και που ορισμένοι εξ ημών πιθανότατα να μην είμαστε σε θέση να τον αντιληφθούμε. Η διαδικασία η οποία μόλις ολοκληρώθηκε κατέδειξε πόσα λίγα κατανοούμε ως προς τα σημαντικά ζητήματα που η κοινωνία θα κληθεί να διαχειριστεί τις επόμενες δεκαετίες. Όταν επί παραδείγματι η νομική επιστήμη και η ιατρική θα εξυπηρετούνται σε έναν μεγάλο βαθμό από υπηρεσίες τεχνητής νοημοσύνης. Αυτή τη νέα ψηφιακή δομή και υποδομή θα τη διαχειριστούμε με όρους του 1975; Κομματάκι δύσκολο. **Α**





COSMOTE TV

ΑΞΕΠΕΡΑΣΤΟ ΘΕΑΜΑ, ΜΕ ΚΟΡΥΦΑΙΕΣ ΤΑΙΝΙΕΣ & ΣΕΙΡΕΣ, ΣΤΗΝ COSMOTE TV!

Απόλαυσε τις σπουδαιότερες σειρές και ταινίες, αποκλειστικά στα κανάλια της **COSMOTE TV**. Επιπλέον, μετά την προβολή τους, είναι διαθέσιμες on demand, στη δωρεάν υπηρεσία **COSMOTE TV PLUS**, για να τις δεις, όποτε εσύ θέλεις.

cosmotetv.gr

ΟΤΕ
ΟΜΙΛΟΣ ΕΤΑΙΡΕΙΩΝ



ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΣΚΟΥΡΑΣ

«Η καλύτερη προοπτική για όλους περνά μέσα από τη μεγαλύτερη ατομική ελευθερία»

Ο πρόεδρος του Κέντρου Φιλελεύθερων Μελετών (ΚΕΦίΜ), μας μιλάει για το έργο του οργανισμού και εξηγεί τι είναι ο Δείκτης Ποιότητας Νομοθέτησης, κατά πόσο είναι φιλελεύθερη η νέα κυβέρνηση και αν ο φιλελευθερισμός είναι συκοφαντημένος στην Ελλάδα

Του **ΔΗΜΗΤΡΗ ΦΥΣΣΑ**

Το Κέντρο Φιλελεύθερων Μελετών (ΚΕΦίΜ) τάραξε τα νερά πρόσφατα με τον Δείκτη Ποιότητας Νομοθέτησης. Τι ακριβώς είναι αυτός ο Δείκτης; Ο Δείκτης Ποιότητας Νομοθέτησης είναι μια νέα, φιλόδοξη πρωτοβουλία του ΚΕΦίΜ. Στόχος του είναι η αξιολόγηση των νόμων που ψηφίζει η Βουλή κατ' έτος, ελέγχοντας αν τηρείται το νομικό πλαίσιο και οι διεθνείς πρακτικές καλής νομοθέτησης. Για να το κάνουμε αυτό συλλέγουμε δεδομένα για πάνω από 50 μεταβλητές, όπως: το αν ενσωματώνονται άσχετες με το περιεχόμενο του νόμου τροπολογίες, το αν είχε προηγηθεί δημόσια διαβούλευση και για πόσο χρόνο, το κατά πόσο η διατύπωση είναι κατανοητή στον μέσο πολίτη κ.ο.κ. Οι νόμοι είναι το λογισμικό μιας χώρας. Αν το λογισμικό είναι προβληματικό, όλα επηρεάζονται αρνητικά. Και αντιστρόφως, αν οι νόμοι είναι καλοφτιαγμένοι, τότε τα θετικά αποτελέσματα για την κοινωνία, την οικονομία, το ίδιο το πολίτευμα είναι πολλαπλά και σημαντικά.

Ποια νομοθετική περίοδος εξετάστηκε και ποια συμπεράσματα βγάλατε; Για φέτος, πρώτη χρονιά δημοσίευσης του Δείκτη, εξετάσαμε τους νόμους που ψηφίστηκαν μέσα στο 2018. Στόχος μας είναι από δω και πέρα να πηγαίνουμε ταυτόχρονα μια χρονιά μπροστά και μια χρονιά πίσω: δηλαδή του χρόνου θα αξιολογήσουμε τους νόμους του 2019 και του 2017. Τα αποτελέσματα στα οποία καταλήξαμε είναι αποκαρδιωτικά. Αναφέρω ενδεικτικά μόνο κάποια από τα πιο εντυπωσιακά πορίσματα της έρευνάς μας, την οποία μπορείτε να διαβάσετε ολόκληρη στην ιστοσελίδα μας. Κανείς από τους νόμους του 2018 δεν πληροί όλες τις προϋποθέσεις καλής νομοθέτησης που ορίζει είτε ο ισχύων σήμερα νόμος (4622/2019), είτε ο προηγούμενος (4048/2012). Το 95% των νόμων και το 33% των κυρώσεων περιείχαν τροπολογίες, και από αυτούς το 95% περιείχε τουλάχιστον μία τροπολογία άσχετη με το κύριο αντικείμενο, ενώ το 97% μία τουλάχιστον εκπρόθεσμη τροπολογία. Το 61% των νόμων και κυρώσεων τροποποίησαν τουλάχιστον έναν νόμο που τέθηκε σε ισχύ από το 2015 έως το 2018, που είχε δηλαδή ψηφιστεί από την ίδια κυβέρνηση, ενώ μόνο για το 54% των νόμων του 2018 είχε προηγηθεί δημόσια διαβούλευση. Και το αγαπημένο μου: Για να διαβάσει κάποιος όλους τους νόμους που ψηφίστηκαν πέρσι, με ρυθμό 300 λέξεις το λεπτό και 8 ώρες ανάγνωση τη μέρα θα χρειαζόταν 60 μέρες!

Πού αποδίδετε την κακή ποιότητα του νομοθετικού έργου στη χώρα μας; Πρωτίστως, στην ευχέρεια των αρμοδίων να νομοθετούν έτσι. Και νόμοι περί καλής νομοθέτησης υπάρχουν, και ο κανονισμός της Βουλής έχει σαφείς προβλέψεις. Αυτό που επιχειρούμε στο ΚΕΦίΜ είναι να καταγράψουμε έγκυρα και τεκμηριωμένα την κατάσταση, να μιλήσουμε με επιχειρήματα για τις αρνητικές επιπτώσεις της χαμηλής ποιότητας της νομοθεσίας, να ευαισθητοποιήσουμε το γενικό κοινό και να αποσπάσουμε τη δέσμευση των πολιτικών προσώπων για αλλαγές προς το καλύτερο. Θέλουμε να αναδεικνύουμε τόσο την καλή, όσο και την κακή νομοθέτηση στα μάτια των πολιτών και να κάνουμε δυσκολότερο στους πολιτικούς να νομοθετούν με προχειρότητα – και μερικές φορές με δολιότητα.

Θεωρείτε ότι με τη νέα κυβέρνηση θα βελτιωθεί η ποιότητα της νομοθέτησης; Στη συνέντευξη Τύπου όπου παρουσιάσαμε τον Δείκτη, ο αρμόδιος υφυπουργός για θέματα απλούστευσης των διαδικασιών, κ. Γεωργαντάς, δεσμεύτηκε πως η κυβέρνηση θα εφαρμόζει από το νέο έτος αυστηρούς κανόνες που θα συμβάλλουν στη βελτίωση της ποιότητας της νομοθέτησης. Σημαντικό ήταν πως και ο κ. Ζαχαριάδης από τον ΣΥΡΙΖΑ αναγνώρισε την ανάγκη για καλύτερους νόμους. Η έξοδος από τα μνημόνια, που θα μπορούσε κανείς να υποστηρίξει ότι έθεταν τους δικούς τους όρους και στη διαδικασία της νομοθέτησης, μπορεί να λειτουργήσει ως ένα συμβολικό κατώφλι για μια τέτοια θετική αλλαγή. Περιμένουμε με μεγάλο ενδιαφέρον τις σχετικές πρωτοβουλίες, καθώς αντίστοιχες προσπάθειες έγιναν και στο παρελθόν, χωρίς μεγάλη επιτυχία.

Κινείται σε φιλελεύθερη κατεύθυνση η κυβέρνηση της ΝΔ (με θετικά ή αρνητικά παραδείγματα πρακτικής και νόμων); Μήπως προσπαθεί να είναι φιλελεύθερη μόνο σε οικονομικό και όχι σε κοινωνικό ή θεσμικό επίπεδο; Λίγο πριν τις εκλογές, το ΚΕΦίΜ παρουσίασε ένα συνολικό μεταρρυθμιστικό πρόγραμμα για κάθε πεδίο της δημόσιας δράσης στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας μας *«Ελλάδα 2021: Ατζέντα για την ελευθερία και την ευημερία»*. Κάποιες από τις επιμέρους προτάσεις μας, π.χ. σε ό,τι αφορά τη ρύθμιση και την εποπτεία της αγοράς, την επέκταση της επισκόπησης δαπανών στο Δημόσιο ή τη στόχευση ενός ασφαλιστικού τριών πυλώνων, τις εφαρμόζει εν μέρει η σημερινή κυβέρνηση. Ακόμη, βλέπουμε ότι η κυβέρνηση ενδιαφέρεται να ενισχύσει την οικονομική ελευθερία της χώρας, να ελαφρύνει το αποτύπωμα του κράτους μειώνοντας τη φορολογία σε νοικοκυριά και επιχειρήσεις και να βελτιώσει την επίδοση της Ελλάδας σε κρίσιμους διεθνείς δείκτες όπως ο Doing Business της Παγκόσμιας Τράπεζας, ώστε να δημιουργήσει ευνοϊκότερο περιβάλλον για την επιχειρηματικότητα. Βεβαίως, στην ατζέντα των ατομικών δικαιωμάτων είναι περιορισμένα αυτά που μπορεί να περιμένει κανείς από ένα κόμμα με συντηρητική βάση. Πράγματα που τουλάχιστον εγώ προσωπικά θα ήθελα ως φιλελεύθερος να δω, όπως ο γάμος μεταξύ ομοφύλων, η αποποινικοποίηση των ναρκωτικών ή ο επαναπροσδιορισμός της σχέσης κράτους - εκκλησίας θα πρέπει να ωριμάσουν περισσότερο στην κοινωνία μας, πριν γίνουν πραγματικότητα. Όμως θεωρώ πως στον τομέα της ασφάλειας και του κράτους Δικαίου, που είναι από τις κύριες προϋποθέσεις για μία φιλελεύθερη δημοκρατία, μπορούμε να περιμένουμε σημαντική βελτίωση. Από κει και πέρα, η οποιαδήποτε κυβέρνηση δεσμεύεται από το πολιτικώς εφικτό, το οποίο με τη σειρά του προσδιορίζεται από την κοινή γνώμη. Αυτή είναι και η αποστολή μιας φιλελεύθερης δεξαμενής σκέψης: να προσφέρει τα επιχειρήματα που θα πείσουν όσο γίνεται περισσότερους συμπολίτες μας ότι η καλύτερη προοπτική για όλους περνά μέσα από τη μεγαλύτερη ατομική ελευθερία.

Υπάρχουν φιλελεύθερες προτάσεις για την αναθεώρηση του Συντάγματος; Δυστυχώς και αυτή η αναθεώρηση είναι σε μεγάλο βαθμό μια χαμένη ευκαιρία παρά το γεγονός ότι υπάρχουν κάποια επιμέρους θετικά στοιχεία, όπως για παράδειγμα η κατάργηση κάποιων από τα ειδικά προνόμια υπουργών και βουλευτών που ενισχύει την ισονομία, και η αποσύνδεση της εκλογής του Προέδρου της Δημοκρατίας από τις εθνικές εκλογές που αποτελεί ένα βήμα πολιτικής σταθερότητας. Ως προς τη ρητή αναφορά στο ελάχιστο εγγυημένο εισόδημα, μολονότι πρόκειται για μέτρο με φιλελεύθερες ρίζες που αν εφαρμοστεί σωστά μπορεί να αποδώσει, έχω αμφιβολίες για το αν η θέση του βρίσκεται στο Σύνταγμα. Πάντως, το πολύπαθο άρθρο 16 και το άρθρο 24 έμειναν εκτός αναθεώρησης, δεν περιλήφθηκαν διατάξεις που θα συνδέουν οργανικότερα τις επιμέρους πολιτικές με τα οικονομικά τους αποτελέσματα σε ατομικό και συλλογικό επίπεδο, και οι αλλαγές που αφορούν τις ατομικές ελευθερίες ήταν άτολμες.

Γιατί οι φιλελεύθερες ιδέες στην Ελλάδα δεν έχουν ριζώσει; Είναι ο φιλελευθερισμός συκοφαντημένος; Μέχρι πρότινος ο φιλελευθερισμός ήταν στην Ελλάδα βρισιά, ακόμη και για ανθρώπους που κατά τα άλλα υιοθετούν πλήρως τις ιδέες, τις αξίες και τις προτάσεις του. Η συκοφάντησή του ήταν πλήρης, σε βαθμό που τα πρώτα χρόνια της κρίσης βαφτιζόταν νεοφιλελεύθερη πολιτική, ταυτόχρονα, και οι προτάσεις για περιορισμό του κράτους και για αύξηση της φορολογίας! Σήμερα, αυτό έχει αλλάξει. Στην ετήσια έρευνα γνώμης της Διανέοσις, ο φιλελευθερισμός είναι πλέον ο δημοφιλέστερος ιδεολογικός αυτοπροσδιορισμός των Ελλήνων. Ζητούμενο παραμένει αυτή η λέξη να αποκτήσει σαφές πολιτικό περιεχόμενο. Ο φιλελευθερισμός θα ριζώσει όταν το αίτημα για περισσότερη ελευθερία εκφράζεται ξεκάθαρα στην κοινωνία, και όταν οι πολιτικές της ελευθερίας αρχίσουν να παράγουν τα θετικά τους αποτελέσματα.

Ο φιλελευθερισμός βρίσκεται, παγκόσμια, σε ύφεση; Η κρίση την οποία επισημαίνετε αφορά ευρύτερα τη φιλελεύθερη δημοκρατία. Ο αυταρχισμός και ο λαϊκισμός όντως προβάλλονται με διάφορους τρόπους σήμερα ως βιώσιμες εναλλακτικές. Όμως το αίτημα για περισσότερη ατομική ελευθερία μάλλον ενισχύεται παγκοσμίως. Βεβαίως, είναι ανάγκη σε εκείνες τις χώρες όπου κυρίως οι νέοι άνθρωποι σαγηνεύονται από τις σειρήνες της alt-right ή του δημοκρατικού σοσιαλισμού να καταδειχθεί με επιχειρήματα ότι η καλύτερη ζωή που διεκδικούν έρχεται μόνο μέσα από περισσότερη ελευθερία.

Σε τι συνίσταται το έργο του ΚΕΦίΜ; Το ΚΕΦίΜ είναι μια ανεξάρτητη, μη κρατική, μη κομματική δεξαμενή σκέψης. Στόχος είναι να αυξήσουμε την επιρροή των φιλελεύθερων προτάσεων και ιδεών στον δημόσιο διάλογο και την πολιτική. Πιστεύουμε στην ανεκτικότητα και την ανοιχτή κοινωνία και θεωρούμε την ελεύθερη αγορά, που λειτουργεί σε πλαίσιο νομοκρατίας, ως το σημαντικότερο εργαλείο προόδου και ευημερίας. Στην κατεύθυνση αυτή, οι δράσεις και προτάσεις μας έχουν ως επίκεντρο την αύξηση της ατομικής ελευθερίας για κάθε πολίτη. Πέρα από τον Δείκτη Ποιότητας Νομοθέτησης και τις προτάσεις της Ατζέντας 2021, ενδεικτικά αναφέρω την ετήσια μελέτη για την Ημέρα Φορολογικής Ελευθερίας, την έκδοση σε συνεργασία με την εφημερίδα «Φιλελεύθερος» ενός βιβλίου κάθε εβδομάδα που έχει φέρει πάνω από 100.000 φιλελεύθερα βιβλία στους Έλληνες αναγνώστες, αλλά και το μεγάλο πρόγραμμά μας ενόψει της επετείου των 200 ετών από το 1821 για την ανάδειξη του φιλελεύθερου χαρακτήρα της Ελληνικής Επανάστασης.

Εσείς προσωπικά γιατί είστε φιλελεύθερος; Πώς ήρθατε σε επαφή με τις ιδέες αυτές; Όταν ξέσπασε η ελληνική κρίση του 2008-2009, εργαζόμουν ως διευθυντής σε μία πολυεθνική εταιρία στην Αθήνα. Είχα την τύχη να συνομιλώ για θέματα πολιτικής και οικονομίας με μια ομάδα ιδιαίτερα αξιόλογων ανθρώπων, πολύ πιο διαβασμένων από μένα. Σχολιάζοντας την επικαιρότητα, συχνά μου έλεγαν ότι οι ανεπεξέργαστες τότε απόψεις μου ήταν ταυτόσημες με αυτές που εκφράζουν άνθρωποι όπως οι Φρίντμαν κι Χάγιεκ. Η παρότρυνσή τους να εμβαθύνω στη σκέψη τους άνοιξε το κουτί της Πανδώρας και με οδήγησε στον κλασικό φιλελευθερισμό. Το 2011 πήρα την απόφαση να μετακομίσω στις ΗΠΑ και να ξεκινήσω από το μηδέν μία νέα καριέρα, αφοσιωμένη στην προώθηση των φιλελεύθερων αξιών. Στα επτά χρόνια που έζησα στην Αμερική, εργάστηκα σε προεκλογικές εκστρατείες, σε πολιτικούς οργανισμούς και κατέληξα στον χώρο των δεξαμενών σκέψης ως διευθυντής διεθνών σχέσεων στο Atlas Network. Το να εργάζεσαι για τα «πιστεύω» σου είναι κάτι εκπληκτικό και πολύ σπάνιο. Αισθάνομαι πολύ τυχερός. ●

Το ΚΕΦίΜ και ο Κύκλος Ιδεών για την Εθνική Ανασυγκρότηση πραγματοποιούν την Πέμπτη 28 /11 στις 18.00 στο ξενοδοχείο King George εκδήλωση με θέμα: «Δείκτης Ποιότητας Νομοθέτησης: Τι πρέπει να αλλάξει σε εθνικό και ευρωπαϊκό επίπεδο;». Θα μιλήσουν: Α. Σκούρας, Ευ. Βενιζέλος, Γ. Γεωργαντάς, Π. Καρκατσούλης, Svetla Kostadinova κ.ά. Τη συζήτηση θα συντονίσει η δημοσιογράφος Εύα Αντωνοπούλου. Πληροφορίες - Εγγραφές: www.kefim.org

www.athens voice.gr
Διαβάστε όλη τη συνέντευξη στο site



ΕΝΑΣ ΚΑΛΥΤΕΡΟΣ ΚΟΣΜΟΣ ΧΩΡΙΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑ

> Περίπου 1,1 δισεκατομμύρια άνθρωποι καπνίζουν αυτή τη στιγμή παγκοσμίως

Ο αντικαπνιστικός είναι ένα από τα κυριότερα θέματα συζήτησης το τελευταίο διάστημα τόσο στα ΜΜΕ και τα social media, όσο και μέσα στις παρέες. Καπνιστές και μη καπνιστές φαίνεται να κατηγορούν ο ένας τον άλλον, με τους πρώτους να αισθάνονται οι αδικημένοι της υπόθεσης και τους δεύτερους να υπερασπίζονται το δικαίωμά τους σε χώρους που δεν τους περιβάλλει καπνός.

Περίπου 1,1 δισεκατομμύρια άνθρωποι καπνίζουν αυτή τη στιγμή παγκοσμίως. Η Povaddo ερεύνησε, για χάρη της αμερικανικής καπνοβιομηχανίας Philip Morris International, 16.099 ενήλικους ανθρώπους σε 13 χώρες (Αργεντινή, Αυστραλία, Βραζιλία, Δανία, Γερμανία, Χονγκ Κονγκ, Ισραήλ, Ιταλία, Ιαπωνία, Μεξικό, Ρωσία, Ηνωμένο Βασίλειο, ΗΠΑ). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το 59% δεν υπήρξαν ποτέ καπνιστές, το 22% έχουν κόψει το κάπνισμα, το 14% καπνίζουν τακτικά και το 5% είναι περιστασιακοί καπνιστές.

Ποιες οι συνέπειες στην κοινωνική ζωή του καπνιστή; Έχουμε ακούσει πολλά για τις συνέπειες του τσιγάρου στην υγεία του καπνιστή και των γύρω του, αλλά σπάνια μιλάμε για την επίδραση που έχει στην κοινωνική του ζωή. Βάσει της έρευνας, το 69% των μη καπνιστών αποφεύγουν να επισκέπτονται τους καπνιστές, καθώς δεν νιώθουν άνετα σε έναν χώρο γεμάτο καπνό.

Η έλλειψη άνεσης λειτουργεί και αντίστροφα. Το 55% των καπνιστών δήλωσε επίσης ότι αισθάνεται άβολα όταν βρίσκεται με μη καπνιστές, καθώς νιώθει ότι τον περιθωριοποιούν και του ασκούν κριτική. Είναι χαρακτηριστικό ότι το 18% των τακτικών καπνιστών κρύβει από τους οικείους του ότι καπνίζει, ποσοστό που φτάνει το 34% όταν κοιτάμε τους περιστασιακούς καπνιστές.

Τα παραπάνω δεν αλλάζουν, όταν επικεντρωνόμαστε στην ερωτική ζωή. Οι μη καπνιστές σύντροφοι των καπνιστών φαίνεται ότι είναι πιο δεκτικοί ανάμεσα στους συμμετέχοντες όσον αφορά τη συζήτηση και τις κρατικές πρωτοβουλίες για τον περιορισμό του καπνίσματος. Συγκεκριμένα, οι συντάκτες της έρευνας αναφέρουν ότι η κατηγορία αυτή (δηλαδή των μη καπνιστών συντρόφων καπνιστών) δείχνει μεγαλύτερη υποστήριξη «σε κυβερνητικές προσπάθειες για μείωση των στατιστικών καπνίσματος, σε νέες συζητήσεις γύρω από την παύση του καπνίσματος, σε έναν καλύτερο διάλογο με τους καπνιστές και στην πρόσβαση σε καλύτερες πληροφορίες γύρω από τις εναλλακτικές». Ακόμα πιο εντυπωσιακό είναι το γεγονός ότι το 17% δήλωσε ότι έχει σκεφτεί να αφήσει τον καπνιστή σύντροφό του λόγω του καπνίσματος.

Αν δεν φτάνουν στον χωρισμό, συχνά υπάρχουν καβγάδες. Το 36% δήλωσε ότι το κάπνισμα οδηγεί σε τσακωμούς στη σχέση. Το ποσοστό αυτό ανεβαίνει στο 41%, αν κοιτάξουμε τις ηλικίες 21-34, οι οποίες έχουν μεγαλώσει σε ένα περιβάλλον όπου το κάπνισμα θεωρείται κατακριτέο.

Παράλληλα, το 54% των μη καπνιστών θεωρεί τους καπνιστές λιγότερο ελκυστικούς. Βασική αιτία; Η μυρωδιά που οι δεύτεροι κουβαλάνε πάνω τους, κυρίως στα ρούχα και τα μαλλιά τους.

Ποιες είναι οι εναλλακτικές; Είναι προφανές ότι η καλύτερη επιλογή για έναν καπνιστή είναι να σταματήσει εντελώς το κάπνισμα. Για όσους όμως δεν μπορούν ή δεν θέλουν, τα ηλεκτρονικά τσιγάρα και τα θερμαινόμενα προϊόντα καπνού είναι καλύτερες επιλογές. Η πλειονότητα των συμμετεχόντων (90%) γνωρίζει για την ύπαρξη αυτών των εναλλακτικών. Εντυπωσιακό ποσοστό, αν σκεφτούμε ότι 5 από τις 13 χώρες της έρευνας (Χονγκ Κονγκ, Ιαπωνία, Αργεντινή, Αυστραλία, Μεξικό) δεν έχουν πρόσβαση σε τουλάχιστον μία από τις δύο αυτές κατηγορίες προϊόντων.

Γιατί οι καπνιστές δεν εγκαταλείπουν τότε το τσιγάρο; Διότι ένα μεγάλο ποσοστό (45%), αν και γνωρίζει την ύπαρξη των εναλλακτικών προϊόντων, δεν έχει όσες πληροφορίες χρειάζεται για να προχωρήσει στην αλλαγή. Ποσοστό που ανεβαίνει ακόμα περισσότερο, όταν επικεντρωνόμαστε στα θερμαινόμενα προϊόντα καπνού. Ωστόσο, το 68% των καπνιστών παραδέχτηκε ότι αν λάμβανε την απαραίτητη πληροφόρηση θα ήταν πρόθυμο να επιλέξει κάποια από τις εναλλακτικές.

Πέραν της υγείας, μπορούν αυτές οι εναλλακτικές να φέρουν αλλαγές στην κοινωνική ζωή του καπνιστή; Οι συντάκτες της έρευνας αναφέρουν: «Σύμφωνα με τους συμμετέχοντες στην έρευνα, η χρήση μιας τέτοιας smoke-free εναλλακτικής, δηλαδή μιας εναλλακτικής χωρίς τον καπνό του τσιγάρου, είχε μικρότερο αρνητικό αντίκτυπο στις σχέσεις τους. Σχεδόν οι μισοί (48%) από όσους έκαναν την αλλαγή δήλωσαν ότι ευχαριστιούνται περισσότερο τις σχέσεις με την οικογένειά τους και τους φίλους τους, όταν υιοθέτησαν smoke-free εναλλακτικές. Και το 45% δήλωσε ότι η κοινωνική τους ζωή βελτιώθηκε, όταν στράφηκαν σε smoke-free εναλλακτικές».

ΝΙΚΟΛΕΤΤΑ ΣΤΑΜΑΤΗ

Στείλτε μας γράμμα ή carte-postale και η ATHENS VOICE σας στέλνει ταξίδια συνολικής αξίας € 7.000!



Γράψτε σε κάποιο αγαπημένο σας πρόσωπο και ταχυδρομήστε το με παραλήπτη την ATHENS VOICE, με το συλλεκτικό γραμματόσημο των ΕΛΤΑ κολλημένο στον φάκελό του. Το ίδιο ισχύει και αν χρησιμοποιήσετε μία από τις 10 συλλεκτικές carte-postales.

Ο ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ διαρκεί 2 μήνες και **4 τυχερά ζευγάρια**, που θα βγουν με κλήρωση, θα κερδίσουν υπέροχα ταξίδια αξίας € 7.000!

Ταχυδρομήστε το γράμμα σας εδώ:

ATHENS VOICE
Χαριλάου Τρικούπη 22
Αθήνα 10679



7ήμερη κρουαζιέρα
για 2 άτομα με το Celestyal Crystal

▸ Κωνσταντινούπολη, Τσανάκκαλε, Βόλος, Κρήτη (Ηράκλειο), Σαντορίνη, Μύκονος

4ήμερη κρουαζιέρα
για 2 άτομα με το Celestyal Olympia

▸ Μύκονος, Πάτμος, Κουσάντασι, Ρόδος, Κρήτη (Ηράκλειο), Σαντορίνη

4ήμερο ταξίδι
για 2 άτομα στη Σαντορίνη

4ήμερο ταξίδι
για 2 άτομα στη Νάξο

Celestyal Cruises

#REST@RT

DNATRAVEL
... Because traveling is in our DNA

ELaiolithos
LUXURY RETREAT IN NAXOS

AQUA VISTA HOTELS

ART hotel SANTORINI
CATEGORY. DEFINING HOSPITALITY

Έχω και στο χωριό μου

ΜΠΛΑΚ ΦΡΑΪΝΤΕΪ

ΣΙΖΟΝ ΘΡΙ

ΗΡΘΕ Η ΩΡΑ ΝΑ ΜΠΕΙΣ ΣΤΗ ΜΑΥΡΗ ΛΙΣΤΑ

95 ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ ΠΑΝΕΛΛΑΔΙΚΑ

Γεμάτα προϊόντα που μπορείς να αποκτήσεις στη στιγμή σε τιμές Black Friday!

210-2899999

KOTSOVOLOS.GR

ΚΩΤΣΟΒΟΛΟΣ



ΜΑΡΙΑ ΕΥΘΥΜΙΟΥ

ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΜΑΣ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΑΛΛΗ ΧΩΡΑ. ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ ΤΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΕΚΕΙ. ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΕΙΝΑΙ ΤΩΡΑ.

Του **ΜΑΚΗ ΠΡΟΒΑΤΑ**

«Το μέλλον είναι μια άλλη χώρα». Αυτή η φράση που μου είχε πει πριν εννιά χρόνια σ΄Ερικ Χομπσμπάουμ, ήταν διαρκώς στο μυαλό μου πριν συναντήσω την κυρία Μαρία Ευθυμίου. Ήθελα πολύ να μάθω από τη σπουδαία ιστορικό τι σκέφτεται, μέσα από την επιστημοσύνη της, για το μέλλον της Ελλάδας, ξεκινώντας από εκεί που ξεκινούν οι ιστορικοί, από την αρχή των γεγονότων: την Επανάσταση του 1821.

Πλησιάζει η επέτειος των 200 χρόνων από την Επανάσταση του '21. Πέρα από επιθυμίες και ευχολόγια, μπορούμε όντως να βγάλουμε χρήσιμα συμπεράσματα από αυτήν για το μέλλον της Ελλάδας; Μπορούμε. Η Επανάσταση ήταν ένα μεγάλο γεγονός, με πολλές όψεις που σχετίζονται με το σήμερα και με το αύριό μας. Παραδείγματος χάριν, πολιτικές. Η κοινωνία που έκανε την Επανάσταση αποτελούνταν, στη συντριπτική της πλειοψηφία, από απλούς, θρησκευόμενους ανθρώπους που έτρεφαν θερμά αισθήματα για μια χώρα, την ομόδοξη Ρωσία. Όταν όμως συνέβη η Επανάσταση, λόγιοι και στοχαστές με επαφή με τη Δύση και πίστη στα δυτικά πολιτικά πρότυπα θεώρησαν πως η Ελλάδα ήταν καλό να στοιχηθεί με τις πιο ισχυρές, επιτυχημένες και πρωτοπόρες χώρες του κόσμου και να μιμηθεί τον τρόπο λειτουργίας και οργάνωσής τους. Αυτοί οδήγησαν πολιτικά την Επανάσταση στηριζόμενοι στα προτάγματα της Αμερικανικής (1775) και της Γαλλικής (1789) Επανάστασης. Αυτοί συνέδεσαν την Ελλάδα με τον Δυτικό κόσμο, κάτι που μας ακολουθεί μέχρι σήμερα.

Πώς γίνεται, όμως, ενώ η βαθιά μας συμπάθεια ήταν με τους Ρώσους, η επιλογή μας τελικά να είναι η δυτικού τύπου Δημοκρατία; Οι πολιτικοί και κοινωνικοί προβληματισμοί του δυτικοευρωπαϊκού 18ου και 19ου αιώνα συνδέονταν στενά με εκείνους του αρχαίου ελληνικού κόσμου. Κατά κάποιον τρόπο, λοιπόν, ενώ ο Δυτικός κόσμος δεν ήταν ορθόδοξος ώστε οι Έλληνες να νιώθουν οικειότητα με αυτόν, το γεγονός ότι λειτουργούσε εμπνεόμενος από τους αρχαίους προγόνους έφερνε τους Έλληνες κοντά στη Δύση, από άλλους δρόμους. Η σύγχρονη Δημοκρατία πατά στις βάσεις της αρχαίας αθηναϊκής Δημοκρατίας. Εξ αυτού, οι Έλληνες αισθάνθηκαν ότι, στην ουσία, τους εκπροσωπεί συνδέοντάς τους, παράλληλα, με τους αρχαίους τους προγόνους που τόσο θαυμάζονταν από τους ισχυρούς της εποχής, που είναι οι χώρες της Δύσης.

Όμως, η ιδεολογική αυτή εγγύτητα αποδείχθηκε στην πράξη; Κατ' αρχάς, στις Εθνοσυνελεύσεις του Αγώνα διαμορφώθηκαν και ψηφίστηκαν Συντάγματα δυτικού τύπου, συχνά εντυπωσιακά πρωτοπόρα. Επιλέξαμε να μη διοικηθούμε από απόλυτη μοναρχία —όπως θα μπορούσε να συνέβαινε εάν ακολουθούσαμε το πολύ οικειότερο Οθωμανικό ή Ρωσικό μοντέλο— αλλά από μια εξουσία που θα προέκυπτε από αντιπροσωπευτικές διαδικασίες. Προκρίναμε δε την ελευθεροτυπία, και την ατομική ευθύνη των πολιτών για την πορεία της κοινωνίας μας. Με τη σειρά της, η Δύση έπαιξε καίριο ρόλο, μαζί με τη Ρωσία, σε όλα τα πεδία του '21 και ιδιαίτερα τα διπλωματικά. Τελικά, χάρη στην επέμβαση κυρίως της Αγγλίας, η Ελλάδα το 1830 έγινε ανεξάρτητη. Το πρώτο ανεξάρτητο εθνικό κράτος που δημιουργούνταν αποκοπτόμενο από την Οθωμανική Αυτοκρατορία. Και, ευτυχώς, η Ελλάδα διέθετε, εκτός από στρατιωτικό, και ικανό πολιτικό προσωπικό, όπως ο Αλέξανδρος Μαυροκορδάτος και ο Ιωάννης Καποδίστριας, που αποδείχθηκε πως μπορούσε να κατανοήσει το διεθνές περιβάλλον και να δράσει αποτελεσματικά, ανάλογα με τις εκάστοτε εξελίξεις.

Στα σχολεία μαθαίνουμε ότι η Επανάσταση ήταν σχεδόν αποκλειστικά μια περίοδος ηρωισμού. Είχε καθόλου αρνητικές πλευρές; Η Επανάσταση τα είχε όλα: ηρωισμό και θρασυδειλία, ιδιοτέλεια και ανιδιοτέλεια, αγνή ιδεολογία και απληστία, καθαρό λόγο και στρεψοδικία, εγρήγορση και αβελτηρία, αγωνία για το κοινό καλό και αδιαφορία. Σημεία που την έβλαψαν βαριά ήταν η έλλειψη πειθαρχίας, η μη τήρηση κοινά ψηφισθέντων νόμων και κανόνων, οι κενόδοξοι εγωισμοί, η απληστία, η φιλοχρηματία, η μωροφιλοδοξία, η εύκολη κατηγόρια. Αποκορύφωμα απετέλεσαν, το 1824, οι δύο γύροι εμφυλίου πολέμου που έδωσαν την ευκαιρία στους Αιγύπτιους και τον Ιμπραήμ να καταφέρουν, μετά το 1825, καίρια πλήγματα εναντίον της.

Έχουν περάσει δύο αιώνες. Πιστεύετε ότι, ως πολίτες, αν κοιτάξουμε ξανά την Επανάσταση και τα διδάγματά της, μπορεί σήμερα αυτό να βοηθήσει στο να δημιουργηθεί ένα «νέο είδος» Ελλήνων, που μοιάζει τόσο αναγκαίο; Αναμφισβήτητα ναι. Το '21 είναι η εναρκτήρια περίοδος της νεότερης Ιστορίας μας και τα εμπεριέχει όλα, καλά και κακά: τις ιδεολογίες μας, τις νοοτροπίες μας, τις πολιτικές και προσωπικές μας συμπεριφορές. Γι' αυτό και είναι καλή ιδέα να γιορτάσουμε τα 200 χρόνια με έναν ευρύτερο αναστοχασμό. Αυτός θα μας βοηθούσε να γίνουμε πιο νουνεχείς, πιο ανιδιοτελείς, πιο σώφρονες, πιο μεγάθυμοι, λιγότερο εμπαθείς, λιγότερο πολωτικοί. Όπως για τους Έλληνες της δεκαετίας του 1830 ήταν επιτακτικό να αποσπαστούν από τον Εμφύλιο της δεκαετίας



του 1820 για να προχωρήσουν, έτσι είναι επιτακτικό και για εμάς να αποσπαστούμε από την αέναη πληγή του Εμφυλίου της δεκαετίας του 1940 για να προχωρήσουμε. Να πάψουμε να συντρίβουμε και να υπονομεύουμε ο ένας τον άλλον και να κινηθούμε, επιτέλους, σε συμπόρευση για το καλό το δικό μας και της πατρίδας μας. Τούτο το έχουμε επειγόντως ανάγκη τώρα που η Ελλάδα δίνει μάχη για ανάκαμψη από την κρίση της.

Ποιο από τα αρνητικά μας λέτε ότι είναι πραγματικά επιτακτικό να αλλάξουμε χωρίς να κάνουμε πίσω; Είναι, δυστυχώς, πολλά και σε πολλά πεδία της ζωής μας, μια και γνωρίζουμε όλοι, εξ εμπειρίας, ότι, από ανοησία και ιδεοληψία, έχουμε αφήσει να σωρευθούν επί μακρόν παντού προβλήματα και δυσλειτουργίες. Εργάζομαι σαράντα χρόνια στο ελληνικό Πανεπιστήμιο και, εξ αυτού, θα αναφερθώ ενδεικτικά σε σημεία που πιστεύω πως πρέπει άμεσα και χωρίς αναβολή να αλλάξουν σε αυτό: να χτυπηθεί οριστικά, αμετάκλητα και χωρίς ιδεολογικές κορώνες περί του αντιθέτου η ωμή και χυδαία βία που, υπό δήθεν «ιδεολογικό» περίβλημα, έχει επί δεκαετίες κυριαρχήσει στα πανεπιστήμιά μας από «φοιτητικές» ή ό,τι άλλο ομάδες, και να εφαρμοστούν αυστηρά οι αυτονόητοι κανόνες πανεπιστημιακής λειτουργίας και διοίκησης που ισχύουν σε όλο τον κόσμο. Η είσοδος στα πανεπιστημιακά ιδρύματα να γίνεται κατόπιν ελέγχου, όπως συμβαίνει σε πολλά πανεπιστήμια της γης. Να υπάρχει συνεχής επίβλεψη από τις πανεπιστημιακές αρχές για την απρόσκοπτη λειτουργία μαθημάτων και πανεπιστημιακών δράσεων που είναι αυτά για τα οποία χρηματοδοτεί με τους φόρους της τα Πανεπιστήμια η ελληνική κοινωνία.

Η Επανάσταση τα είχε όλα: ηρωισμό και θρασυδειλία, ιδιοτέλεια και ανιδιοτέλεια, αγνή ιδεολογία και απληστία

Στον «Βυσσινόκηπο», ο φοιτητής Τροφίμοφ λέει στην Άνια: «Εχουμε μείνει πίσω τουλάχιστον διακόσια χρόνια, δεν ξεκαθαρίσαμε τις σχέσεις μας με το παρελθόν. Και όμως είναι ολοφάνερο πως, για ν' αρχίσουμε να ζούμε σήμερα, πρέπει να εξιλεωθούμε από το παρελθόν μας, να το ξεπεράσουμε. Και μπορούμε να εξιλεωθούμε μονάχα αν κοπιάσουμε με αδιάκοπη και σκληρή δουλειά...» Είναι σωστή η φράση αυτή του Τσέχοφ γιατί είναι βαθιά ανθρώπινη. Όπως ο καθένας μας δεν μπορεί να προχωρήσει υγιώς μπροστά εάν δεν λύσει τα προβλήματα της δικής του ανάμνησης, δηλαδή της ζωής του, το ίδιο δεν μπορούν να προχωρήσουν και οι κοινωνίες εάν δεν σταθούν μπροστά στο παρελθόν τους με κριτική και ήρεμη κατανόηση ώστε να εξιλεωθούν για να μπορέσουν να κινηθούν σε νέα, φωτεινότερη βάση. Σ' αυτή την αυτοκαθαρτήρια διαδρομή, είτε προσωπική είτε συλλογική, η Ιστορία είναι το απόλυτο εργαλείο. Γι' αυτό και είναι σοφή ιδέα να γιορτάσουμε τα διακόσια χρόνια του '21 με έναν ευρύτερο αναστοχασμό.

Ως ιστορικός, πώς κρίνετε συνολικά την πορεία της Ελλάδας αυτά τα 200 χρόνια. Επιτυχημένη η αποτυχημένη; Η πορεία της Ελλάδας ήταν, κατά τα 200 αυτά χρόνια, αναλογικά επιτυχημένη. Στο διάστημα αυτό, υπερδιπλασίασε τα σύνορά της, εκσυγχρονίστηκε, έκανε άλματα στην παιδεία και στον πολιτισμό, στην οικονομία. Εκβιομηχανίστηκε, έκανε μεγάλα τεχνικά έργα που άλλαξαν την όψη της, δημιούργησε υποδομές αναγκαίες. Μέχρι σήμερα, παραμένει, ως προς πολλούς δείκτες, η πιο προχωρημένη χώρα των Βαλκανίων. Ωστόσο, τις τελευταίες δεκαετίες, βρίσκεται σε κρίση και υποχώρηση και αυτό προκαλεί, δικαίως, ανησυχίες για το μέλλον. Αυτό που στενοχωρεί είναι το πόσο επιτυχέστερη θα μπορούσε να ήταν η πατρίδα μας εάν εμείς ήμασταν, ως άνθρωποι και ως πολίτες, σωστότεροι και επαρκέστεροι. Εξ αυτού, μοιάζει σήμερα αναπόδραστη η ανάγκη της προσωπικής και συλλογικής μας αλλαγής, εάν θέλουμε να ζήσουμε και να επιτύχουμε.

Είστε ένα από τα 31 πρόσωπα της Επιτροπής για τον εορτασμό των 200 χρόνων από την Επανάσταση του 1821. Η ερώτηση είναι απλή αλλά και δύσκολη για την ελληνική πραγματικότητα: πιστεύετε ότι η Επιτροπή αυτή μπορεί να παίξει ρόλο ώστε να μη μείνουν ευχή τα όσα λέμε τώρα; Ναι, μπορεί να παίξει, και εύχομαι να τον παίξει. Η σύνθεσή της προοιωνίζεται καλές εξελίξεις καθώς είναι αντιπροσωπευτική και αποτελείται από αξιόλογα άτομα, πολλών ειδικεύσεων και προσανατολισμών – ανάμεσά τους και σπουδαίοι Έλληνες που διαπρέπουν διεθνώς. Αν προκύψουν ιδέες φωτεινές, λειτουργικές και γόνιμες, τότε η κοινωνία μας μόνον όφελος θα έχει. Μακάρι να τα καταφέρει, μαζί με όλους τους Έλληνες.

Αν αυτή η Επιτροπή θέσει πραγματικά φωτεινούς στόχους για την κοινωνία, και τα καταφέρει, με ποια μεγάλη στιγμή της Ελληνικής Ιστορίας θα μπορούσατε να τη συγκρίνετε; Υπάρχουν στιγμές στην Ιστορία των κοινωνιών που συμβαίνει το κοινό αίσθημα να συντονιστεί, εμπνεόμενο, προς μία κατεύθυνση. Τότε, ο συντονισμός αυτός λειτουργεί πολλαπλασιαστικά – σχεδόν όπως τον ξέρουμε από τη Φυσική. Μια τέτοια στιγμή υπήρξε π.χ. η 28η Οκτωβρίου 1940. Τότε, ένας λαός που είχε για δεκαετίες ζήσει διχασμένος σε βασιλικούς - βενιζελικούς ενώθηκε με ενθουσιασμό κατά του εισβολέα και έσπευσε, τραγουδώντας, να καταταγεί για να τον αντιμετωπίσει ενωμένος. Και έκανε θαύματα. Μπορούμε ως λαός να το ξανακάνουμε, εάν συντονιστούμε μακριά από την πόλωση και το μίσος του Εμφυλίου. Θα είναι η αρχή μιας νέας, πιο φωτεινής πορείας.

Ένας νέος άνθρωπος τι θα πρέπει να συγκρατήσει, ως συμπέρασμα, από την Επανάσταση του '21 το οποίο θα είναι εφόδιό του για μια καινούργια Ελλάδα; Όχι μόνον ένας νέος, ίσως, ακόμα περισσότερο, οι πιο ώριμης ηλικίας από εμάς, διότι έχουμε μία στρεβλή, πολλές φορές, εικόνα για την Ιστορία μας και για το '21. Και η στρεβλή αυτή εικόνα αντανακλάται στις στάσεις και στις δράσεις μας σε όσα, στην τρέχουσα φάση, μας απασχολούν. Αν αναπροσεγγίσουμε το '21 αγαπητικά, σε βάσεις λιγότερο πολωμένες, λιγότερο διαστρεβλωμένες, με διάθεση κατανόησης ακόμη και των πλέον καταστροφικών επιλογών ενός εκάστου των τότε μετεχόντων, τότε θα αυξήσουμε την εγρήγορση και την απαιτητικότητά μας από τον ίδιο μας τον εαυτό σήμερα. Η κατανόηση των αδυναμιών και των λαθών του '21 θα μπορούσε να διασώσει την κοινωνία μας από τυχόν νέες αυτοϋπονομεύσεις και να οδηγήσει σε αναστροφή της καθόδου στην οποία έχουμε αφήσει την πατρίδα μας να κατρακυλήσει.

Πιστεύετε ότι πλέον έχει δημιουργηθεί μία κρίσιμη μάζα πολιτών που είναι έτοιμη να ακούσει την αλήθεια και κυρίως να τη στηρίξει; Μέχρι τώρα φαινόταν να μην υπάρχει ώστε το μέλλον μας να είναι μια άλλη χώρα. Κατά τη γνώμη μου ναι, έχει πλέον δημιουργηθεί η κρίσιμη αυτή μάζα. Το ζήτημα είναι εάν θα γίνει σταθερότερη και εάν διευρυνθεί προκειμένου να προληφθούν δεινές εξελίξεις που καραδοκούν. Δεν έχουμε περιθώριο χρόνου. Δεν μας περιμένει κανείς. Γύρω μας οι εξελίξεις τρέχουν με ταχύτητα, τη στιγμή που άλλοι γειτονικοί λαοί αποδεικνύονται ευεπίφοροι σε αυτές και βελτιώνονται με ταχύτερους ρυθμούς από εμάς. Δεν έχουμε άλλο την πολυτέλεια να σερνόμαστε ηδονικά πίσω από τις αδυναμίες μας ψάχνοντας ποιος άλλος φταίει γι' αυτά που εμείς οι ίδιοι δημιουργήσαμε ή αλυσιτελώς αντιμετωπίσαμε. Οι ευκαιρίες δεν περιμένουν, και αυτό το κατανοούμε τώρα περισσότεροι σε σχέση με το παρελθόν. Ίσως οι διαδικασίες των επομένων δύο ετών, με την ευκαιρία των 200 χρόνων της Επανάστασης, κάνουν εμάς τους, πολλές φορές, παράφορους, άφρονες, αμετροεπείς, στρεψόδικους, συγκρουσιακούς, πολωτικούς, ευκολοκατήγορους ανθρώπους να σεβαστούμε ο ένας τον άλλον και, όλοι μαζί, την κοινωνία μας. Να αγαπηθούμε μεταξύ μας και να την αγαπήσουμε κι αυτήν. Μας αξίζει. Της αξίζει. Το μέλλον μας να είναι μια άλλη χώρα. Να κάνουμε τα πράγματα διαφορετικά εκεί. Το μέλλον είναι τώρα. A

200
Χρόνια Ελεύθεροι

Με σπουδαίες δράσεις συμμετέχει η Τράπεζα Πειραιώς στους εορτασμούς για τους δύο αιώνες από την Επανάσταση του 1821

Συνεργασία με το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ), το Εθνικό Ιστορικό Μουσείο (ΕΙΜ), τα Γενικά Αρχεία του Κράτους, την Εθνική Λυρική Σκηνή και το Ίδρυμα «Τάκης Σινόπουλος - Σπουδαστήριο Νεοελληνικής Ποίησης»

Δύο αιώνες από την Επανάσταση του 1821, μια σημαντική επέτειος για να γιορταστεί το ένδοξο παρελθόν, μια εξαιρετική ευκαιρία να επανακαθορίσουμε το μέλλον μας μέσα από μια ανοικτή, χωρίς προκαταλήψεις, συζήτηση για την ιστορία του ελληνικού κράτους.

Για τη συμπλήρωση των δύο αιώνων από την Επανάσταση, η Τράπεζα Πειραιώς συνεργάζεται με κορυφαίους πανεπιστημιακούς, επιστημονικούς και πολιτιστικούς φορείς της χώρας και υλοποιεί ένα πρόγραμμα που απευθύνεται όχι μόνο στους ειδικούς, αλλά και στο ευρύ κοινό.

Το υλικό της εποχής είναι σίγουρα ανεξάντλητο και πολυδιάστατο: ξεκινώντας από την επανεξέταση των ηρωικών ιστορικών γεγονότων από μια νέα επιστημονική ματιά, η ίδια η καθημερινότητα αμάχων και αγωνιστών δίνει την εικόνα αυτών που δημιούργησαν το νέο ελληνικό κράτος και τους θεσμούς του. Επίσης, η οπτική των ξένων που παρακολούθησαν εκ του σύνεγγυς τα γεγονότα έχει και αυτή την αξία της, όπως και η συμμετοχή των φιλελλήνων στον αγώνα ενός μικρού λαού για ανεξαρτησία, ενώ αναδεικνύεται, φυσικά, και η πολιτιστική παραγωγή που εμπνεύστηκε από την Επανάσταση του 1821.

Το επετειακό πρόγραμμα της Τράπεζας Πειραιώς διαμορφώθηκε σε συνεργασία με το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ), το Εθνικό Ιστορικό Μουσείο, τα Γενικά Αρχεία του Κράτους, την Εθνική Λυρική Σκηνή, το Ίδρυμα Τάκης Σινόπουλος-Σπουδαστήριο Νεοελληνικής Ποίησης, ενώ σημαντικό ρόλο στην υλοποίησή του έχει το Πολιτιστικό Ίδρυμα Τράπεζας Πειραιώς.

Το Πρόγραμμα Επετειακών Δράσεων με το οποίο η Τράπεζα Πειραιώς θα συμμετέχει στον εθνικό εορτασμό για τα 200 χρόνια από την Επανάσταση του 1821 παρουσιάστηκε πριν από λίγες ημέρες σε ειδική εκδήλωση, που πραγματοποιήθηκε στο «Ίδρυμα Πολιτισμού Σταύρος Νιάρχος».















Συλλογές αρχειακού και εθνολογικού χαρακτήρα θα εκτεθούν «εν πλώ» σε ιστιοφόρο που θα διαπλεύσει το Αιγαίο.

1821

200 ΧΡΟΝΙΑ

ελεύθεροι

ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΜΕ ΤΟ ΑΥΡΙΟ

2021

ΕΠΕΤΕΙΑΚΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ 1821-2021

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

Συνεργασία με το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών (ΕΚΠΑ)

Διοργάνωση στην Αθήνα, το Μάρτιο 2020, με πρωτοβουλία του ΕΚΠΑ και υποστήριξη του Ομίλου της Τράπεζας Πειραιώς, του πρώτου Διεθνούς Συνεδρίου με τίτλο: «Η Ελληνική Επανάσταση στην εποχή των Επαναστάσεων: Ιδεολογία, πράξη, κληρονομιές», όπου περισσότεροι από 25 διακεκριμένοι ξένοι καιΈλληνες ομιλητές θα αναδείξουν τη διεθνή σημασία της Ελληνικής Επανάστασης και θα την εντάξουν στο χάρτη των παγκόσμιων επαναστάσεων. Επιστημονικοί υπεύθυνοι είναι οι ομότιμοι καθηγητές Όλγα Κατσιαρδή Χέρινγκ και Πασχάλης Κιτρομηλίδης, ενώ τα πρακτικά του συνεδρίου θα εκδοθούν από διεθνή εκδοτικό οίκο.

Υλοποίηση επιστημονικού προγράμματος με κεντρικό θέμα τις «Όψεις της καθημερινότητας στην επαναστατημένη Ελλάδα», με στόχο να προκύψει νέο επιστημονικό έργο από νέους κυρίως επιστήμονες, το οποίο θα απευθυνθεί στο ευρύ κοινό. Το πρόγραμμα, υπό τη διεύθυνση της Επ. Καθηγήτριας Βασιλικής Σειρηνίδου και της Ομ. Καθηγήτριας Όλγας Κατσιαρδή Χέρινγκ, θα εστιάζει σε δυο θεματικές: αφενός, θα επιχειρήσει να προσεγγίσει την Επανάσταση «από τα κάτω», μέσα από συλλογικές διαμαρτυρίες και αιτήματα απλών ανθρώπων προς τις αρχές κατά τη διάρκειά της. Και αφετέρου, θα αναδείξει μια αμιγώς οικονομική παράμετρο, τη λειτουργία της αγοράς, δηλαδή τη διακίνηση προϊόντων, τις τιμές και την καθημερινότητα της αγοράς στις πόλεις του επαναστατημένης Ελλάδας.

Διοργάνωση 11 Ημερίδων με κοινή θεματική «200 χρόνια ελληνικού κράτους. Απολογισμοί και προοπτικές» και πρόεδρο της οργανωτικής επιτροπής τον καθηγητή Νίκο Αλιβιζάτο. Στο πλαίσιο των Ημερίδων θα εξειδικευτούν σημαντικές πτυχές του εθνικού βίου: κοινοβουλευτισμός, διπλωματία και εξωτερική πολιτική, οικονομία, δημόσια διοίκηση και δικαιοσύνη, εκπαίδευση, πολιτισμός, αρχαιολογία, γλωσσικό ζήτημα, ιστορία των ενόπλων δυνάμεων, δημόσια υγεία και κοινωνική ασφάλεια. Το αποτέλεσμα αυτών των παρεμβάσεων θα αποτελέσει το περιεχόμενο έντυπων εγχειριδίων, που θα απευθύνεται σε ένα ευρύ αναγνωστικό κοινό, πέραν της ακαδημαϊκής κοινότητας.

Κύκλος διαλέξεων από ειδικούς επιστήμονες του ΕΚΠΑ και υπεύθυνη την καθηγήτρια Μαρία Ευθυμίου, με θέμα: «21 ομιλίες για το ’21». Οι διαλέξεις θα απευθύνονται στο ευρύ κοινό, όχι μόνον της Αθήνας, και θα αφορούν τις ευρωπαϊκές δυνάμεις και την Οθωμανική αυτοκρατορία στο πρώτο μισό του 19ου αιώνα, καθώς και την προεπαναστατική ελληνική κοινωνία και την ιδεολογική προετοιμασία του Αγώνα.

Συνεργασία με το Εθνικό Ιστορικό Μουσείο

Διοργάνωση πλωτής περιοδεύουσας έκθεσης με πολυτιμότατες συλλογές αρχειακού κα εθνολογικού χαρακτήρα για την Επανάσταση και τον πρώιμο εθνικό μας βίο, η οποία θα αναδεικνύει τη σημασία των ναυτικών δυνάμεων στον Αγώνα της Ανεξαρτησίας. Ιστιοφόρο θα διαπλεύσει το Αιγαίο περνώντας από 19 ιστορικά νησιά (Ύδρα, Σπέτσες, Αίγινα, Χίο, Ψαρά κ.ά.). Όταν στα τέλη Ιουνίου 2021 η «εν πλω» αυτή έκθεση θα έχει πραγματοποιήσει μέρος του διάπλου του Αιγαίου καταλήγοντας στη Χίο, τα εκθέματά της θα παρουσιασθούν στο Μουσείο Μαστίχας Χίου του ΠΙΟΠ για δύο μήνες, πριν ξεκινήσει για το υπόλοιπο του ταξιδιού της, με τελικό προορισμό το Καστελόριζο.

Η συνεργασία της Τράπεζας Πειραιώς με το Εθνικό Ιστορικό Μουσείο θα αποδώσει περιοδικές εκθέσεις σε άλλα δύο επιλεγμένα Μουσεία του ΠΙΟΠ: το Μουσείο Αργυροτεχνίας στα Γιάννενα και το Υπαίθριο Μουσείο Υδροκίνησης στη Δημητσάνα. Σε αυτές τις εκθέσεις θα ιστορούνται η προετοιμασία του Αγώνα, τα γεγονότα, τα πρόσωπα και οι τρόποι του πολέμου, πτυχές της ζωής των αγωνιστών και του άμαχου πληθυσμού και όψεις της κοινωνικής και πολιτιστικής ζωής της περιόδου, η συγκρότηση του κράτους και η αναγνώριση των Αγωνιστών. Επίσης, θα παρουσιάζεται «Χρονολόγιο του Αγώνα του ’21» με τη ροή των πολεμικών και πολιτικών γεγονότων, ενώ στην πρώτη περίπτωση έμφαση θα δίδεται στη γεωγραφική περιοχή της Ηπείρου και στη δεύτερη στην παραγωγή της μπαρούτης, η οποία αναπαρίσταται στο Μουσείο Δημητσάνας.

Δημιουργία αναμνηστικού μεταλλίου από τη διεθνούς κύρους Υδραία σχεδιάστρια Έλενα Βότση, με παράλληλη αξιοποίηση των πλούσιων συναφών συλλογών του Μουσείου.

Συνεργασία με την Εθνική Λυρική Σκηνή

Η Τράπεζα Πειραιώς θα χορηγήσει την παραγωγή της Εθνικής Λυρικής Σκηνής, η οποία αφιερώνεται σε εμβληματικούς συνθέτες της Ελληνικής Εθνικής Σχολής. Σε μια ενιαία παράσταση θα παρουσιαστούν η όπερα «Δέσπω» του Παύλου Καρρέρ και οι «Ελληνικοί Χοροί» του Νίκου Σκαλκώτα, τους οποίους θα χορογραφήσουν τρεις νέοι χορογράφοι. Η παραγωγή εντάσσεται στο επετειακό









Σε ενιαία παράσταση θα παρουσιαστούν από την ΕΛΣ η όπερα «Δέσπω» του Παύλου Καρρέρ και οι «Ελληνικοί Χοροί» του Νίκου Σκαλκώτα, τους οποίους θα χορογραφήσουν τρεις νέοι χορογράφοι.

Τα πρόσωπα και τα γεγονότα της Επανάστασης, αλλά και η καθημερινότητα των αμάχων, θα παρουσιαστούν σε εκθέσεις στα Μουσεία του ΠΙΟΠ σε Γιάννενα και Δημητσάνα (στη φωτό το Μουσείο Αργυροτεχνίας)

1821
200 ΧΡΟΝΙΑ
ελεύθεροι
ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΜΕ ΤΟ ΑΥΡΙΟ
2021
ΕΠΕΤΕΙΑΚΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ 1821-2021
ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ

πρόγραμμα της ΕΛΣ για το 2021, το οποίο υλοποιείται με τη στήριξη της δωρεάς του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ) για την ενίσχυση της καλλιτεχνικής εξωστρέφειας της Εθνικής Λυρικής Σκηνής.

Συνεργασία με τα Γενικά Αρχεία του Κράτους

Ο Όμιλος της Τράπεζας Πειραιώς θα υποστηρίξει μια σειρά από εκδόσεις με πρωτότυπο ερευνητικό περιεχόμενο που φιλοδοξούν να προσελκύσουν το ενδιαφέρον του γενικού κοινού. **«Το 1821 και οι πρωταγωνιστές του»** θα είναι μια έκδοση τεκμηρίων από τις πλούσιες συλλογές του εθνικού αρχειακού μας φορέα, των Γενικών Αρχείων του Κράτους, και θα αποτελέσει αφιέρωμα σε πρόσωπα που έδρασαν από την προεπαναστατική περίοδο μέχρι και τη διακυβέρνηση του Ιωάννη Καποδίστρια. Επιστολές και ιδιόχειρα σημειώματά τους θα αποτυπωθούν σε μια πρωτότυπη ομοιογραφική ή τρισδιάστατη αναπαραγωγή προσωπογραφικών τεκμηρίων. Η έκδοση θα αξιοποιηθεί εκθεσιακά καθώς και σε εκπαιδευτικές δράσεις που θα εξοικειώνουν τα παιδιά με τα πρόσωπα πίσω από τα γεγονότα και τις αποφάσεις του Αγώνα.

Έκδοση που θα περιλαμβάνει τα «Δελτία Ειδήσεων» της περιόδου 1821-1822

Τα «Δελτία Ειδήσεων» της περιόδου 1821-1822, τα οποία οι γαλλικές προξενικές και διπλωματικές αρχές απέστελλαν στο Υπουργείο Εξωτερικών Υποθέσεων της χώρας τους με σκοπό να ενημερώσουν για ό,τι συνέβαινε στην Κωνσταντινούπολη και τις επαρχίες της Οθωμανικής αυτοκρατορίας θα μεταγραφούν και θα μεταφραστούν για τις ανάγκες μιας μεγάλης έκδοσης που θα βοηθά τόσο να παρακολουθήσουμε τα γεγονότα αλλά κυρίως να ακολουθήσουμε τη ματιά των ξένων πάνω σ' αυτά. Το περιεχόμενο της έκδοσης θα υποδειχθεί και θα σχολιασθεί από τους Άννα Πουραντιέ-Ντυτέιλ-Λοϊζίδου, τ. διευθύντρια του Κέντρου Επιστημονικών Ερευνών της Κυπριακής Δημοκρατίας, και Νικόλαο Καραπιδάκη, καθηγητή του Ιονίου Πανεπιστημίου και πρόεδρο της Εφορείας των Γενικών Αρχείων του Κράτους. Από το έργο θα προκύψει έκθεση βασισμένη στο υλικό και τα ιστορικά του συμπεράσματα σε συνδιοργάνωση των δύο φορέων.

Η νύχτα πέφτει στα Πανεπιστήμια

Το οργανωμένο έγκλημα μέσα κι έξω από τα ελληνικά campus

Του **ΚΩΣΤΑ ΚΥΡΙΑΚΟΠΟΥΛΟΥ**

Μοιάζει με απαράβατο ραντεβού. Κάθε μέρα, ιδίως όταν τελειώνει η εβδομάδα, τις ώρες που αρχίζει να πέφτει το σκοτάδι, τα σκηνικά που στήνονται γύρω από ορισμένα πανεπιστημιακά ιδρύματα της χώρας μοιάζουν να έχουν βγει από σκοτεινά κεφάλαια της σκανδιναβικής αστυνομικής λογοτεχνίας. Χωρίς εσάνς φαντασίας, εκείνες τις ώρες, αρχίζουν να δουλεύουν κάτι περίεργοι μηχανισμοί που αλλάζουν ρόλους με ταχύτητα βίντεο κλιπ, χωρίς να τους πάρει κανείς χαμπάρι σαν να εκτελούν καλοκουρδισμένες και προβαρισμένες κινήσεις.

Αεικίνητες φιγούρες ξεφορτώνουν παράνομα τσιγάρα σε μεγάλες κούτες, τεράστιες μπλε σακούλες και διπλωμένους μουσαμάδες με λαθραία ρούχα, παπούτσια, τσάντες, μπουφάν και ζώνες. Μικρά φορτηγάκια πηγαινοέρχονται, αυτοκίνητα και παπάκια με μεγάλα κουτιά στις σχάρες τους σαν ντελίβερι δίνουν τους ρυθμούς της μυστηριώδους παρανομίας. Από κοντά και οι διπλωμένες σκιές εξαρτημένων ανθρώπων να τριγυρνούν αναζητώντας τις δόσεις τους. Βαποράκια, μικρέμποροι, άλλοι με μεγαλύτερες ποσότητες, αυτοκίνητα με θεοσκότεινα τζάμια, ένας ολόκληρος στρατός. Αλλού βγαίνουν μαχαίρια και σιδηρογροθιές ή και πιστόλια. Πορτοφόλια, κινητά και ρολόγια αλλάζουν με τη βία ιδιοκτήτες. Λοστοί ανοίγουν κλειδωμένα γραφεία. Πού και πού αυτήν τη γρασαρισμένη νυχτερινή μονοτονία κάποιων ελληνικών πανεπιστημίων σπάνε μερικά πιο άγρια σκηνικά, κυρίως σε κάποια οργανωμένα πάρτι με μπόλικο νοθευμένο αλκοόλ. Πάρτι που ελέγχονται από κάποιες ομάδες με ισχυρές διασυνδέσεις στη νύχτα και στο οργανωμένο έγκλημα του αλκοόλ. Τότε, σε εκείνες τις περιπτώσεις, κάποια κορίτσια ζουν εφιάλτες με πρωταγωνιστές που θα τους στοιχειώνουν σε όλη τους τη ζωή: βιασμοί…

Πολυτεχνειούπολη, Πανεπιστημιούπολη στου Ζωγράφου, ΕΜΠ στην Πατησίων, Οικονομικό Πανεπιστήμιο Αθήνας (πρώην ΑΣΟΕΕ), ΠΑΜΑΚ στη Θεσσαλονίκη, Πάντειο στην Αθήνα, Οικονομικό Πανεπιστήμιο Πειραιά (πρώην Βιομηχανική), Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας. Θεωρούνται οι κυριότερες εστίες που είτε θέλουν είτε όχι έχουν πολλές ιστορίες να πουν. Καμουφλαρισμένες από την τεράστια και παρεξηγημένη κουρτίνα του ασύλου υπό την οποία βρίσκουν θαλπωρή πιο «πολιτικοποιημένες» εκδοχές παραβατικών συμπεριφορών. Θα μπορούσε να μοιάζει με πόλεμο αλλά, χρόνια τώρα, είναι διαμορφωμένο μόνο το ένα στρατόπεδο. Και τώρα, με αφορμή την επίσημη κατάργηση του ασύλου, έχει κάνει την εμφάνισή της και το «απέναντι» στρατόπεδο, αυτό των ενστόλων.

«Είναι θλίψη το κλειστό πανεπιστήμιο… Το έκλεισαν γιατί φοβούνται να το λειτουργήσουν… Φοβούνται τους τραμπούκους που ελεύθεροι σουλατσάρουν εκεί μέσα. Δεν είναι κατάντια αυτό; Δεν είναι ο φόβος χτύπημα της ελευθερίας; Της δημοκρατίας μας; Δεν είναι κοινή, όλων μας, ντροπή να φτάνουμε σε τέτοιο σημείο;» αναρωτήθηκε την Κυριακή 17 Νοεμβρίου, ανήμερα της επετείου του Πολυτεχνείου, ο Μιχάλης Χρυσοχοΐδης σε συνέντευξή του στο «Βήμα». Το ίδιο βράδυ ο **Μιχάλης Χρυσοχοΐδης** άρχισε να εισπράττει εύσημα για τους χειρισμούς της αστυνομίας στα Εξάρχεια. Ένα ακόμα επεισόδιο της σειράς «επετειακός κλεφτοπόλεμος» που κατά γενική ομολογία ήταν ο πιο «ήρεμος» των τελευταίων ετών, ακόμα και από αυτούς κατά τη διάρκεια της διακυβέρνησης ΣΥΡΙΖΑ.

Η υπουργική ατάκα ήρθε να «δέσει» το γλυκό των τελευταίων ημερών, μετά τις ανακαλύψεις στα υπόγεια της πρώην ΑΣΟΕΕ όπου σημειολογικά –τα κράνη, τα υλικά για τις μολότοφ, τα στειλιάρια– κρύβουν μια σειρά από μυστηριώδεις δραστηριότητες που εκπλήσσουν ακόμα και τους πιο μυημένους. Ή, καλύτερα, τους πιο κυνικούς…

«Βάλατε την εγκληματικότητα μέσα στην καθημερινότητα και γεμίσατε την καθημερινότητα με σπασμένες εικόνες», είχε πει το 2016 ο σημερινός πρωθυπουργός, **Κυρ. Μητσοτάκης** αναφερόμενος στις φθορές και καταστροφές σε τρόλεϊ και ακυρωτικά μηχανήματα έξω από το Πολυτεχνείο στην Αθήνα και σε σταθμούς του μετρό. *«Η ανομία γενικεύεται και η εγκληματικότητα εξαπλώνεται, και το χειρότερο είναι ότι αυτή η ανομία αρχίζει να αποκτά χαρακτηριστικά κανονικότητας»*, είχε συμπληρώσει. Από την κριτική που είχε ασκήσει δεν είχε παραλείψει τα δύο κραυγαλέα κρούσματα βίας στα πανεπιστήμια με αποκορύφωμα την επίθεση στον καθηγητή **Άγγελο Συρίγο** στο Πάντειο Πανεπιστήμιο. Στις 15 Φεβρουαρίου του ίδιου χρόνου ο Άγγ. Συρίγος είχε δεχθεί επίθεση από φοιτητή επειδή του είχε ζητήσει να σταματήσει να βάφει τους τοίχους του Παντείου με γκράφιτι. Του επιτέθηκαν τρεις, τον χτύπησαν ακόμα και στο κεφάλι, ενώ σύμφωνα με τις μαρτυρίες που συνέλεξε η αστυνομία, ένας εξ αυτών ψέκαζε με το ίδιο σπρέι και τα ρούχα του καθηγητή. Ενάμιση χρόνο αργότερα, τον Μάιο του 2018, το δικαστήριο επέβαλε ποινή 18 μηνών σε έναν φοιτητή της Φιλοσοφικής, τον οποίον ο Άγγελος Συρίγος είχε αναγνωρίσει ως έναν από τους επιτιθέμενους.

Λαθραία τσιγάρα, ναρκωτικά, όπλα και… ενοικιαζόμενα δωμάτια

Ένα παχύρευστο νέφος εγκληματικότητας τυλίγει πολλά ελληνικά πανεπιστημιακά ιδρύματα. Αν τα μισά από όσα φτάνουν υπό τη μορφή αναφορών σε διάφορες κεντρικές αστυνομικές υπηρεσίες αληθεύουν, η πραγματικότητα σε μερικά πανεπιστήμια, παρά τις όποιες φιλότιμες προσπάθειες πρυτάνεων και καθηγητών, είναι τρομακτική. Άνθρωποι που είναι σε θέση να γνωρίζουν από πρώτο χέρι διάφορες ιστορίες μπορούν να σε καθηλώσουν στην καρέκλα λέγοντάς σου διάφορες ιστορίες. Όπως αυτή:

Αφορούσε σε ένα ζευγάρι μεταπτυχιακών φοιτητών του Πολυτεχνείου. Λίγο πριν πάρει τον μεταπτυχιακό τίτλο, το 2018, έζησε μια πολύ μυστηριώδη κατάσταση. Την εκμυστηρεύτηκε στην Α.Β. και ένα από τα πρώτα πράγματα που σκέφτεται κανείς ακούγοντάς την είναι «φτηνά τη γλιτώσατε». Οι δύο νέοι είχαν τελειώσει το μάθημα γύρω στις οκτώ και μισή το βράδυ. Η ώρα μόλις είχε αλλάξει στην ανοιξιάτικη εκδοχή της αλλά ακόμα σκοτείνιαζε γρήγορα. Οι δύο φοιτητές πήγαιναν να πάρουν το αυτοκίνητό τους στο πάρκινγκ κοντά στην κεντρική είσοδο - έξοδο της Πολυτεχνειούπολης στην Κατεχάκη. Δίπλα από το αυτοκίνητό τους ήταν παρκαρισμένα δύο άλλα. Είχαν ανοιχτά τα πορτ μπαγκάζ τους. Δίπλα στα αυτοκίνητα πέντε έξι τύποι κρατούσαν φακούς στα χέρια και μετέφεραν κάτι φουσκωμένα σακ βουαγιάζ από το ένα στο άλλο. Σε μια στιγμή άφησαν τον έναν σάκο κάτω. Από μέσα, όπως μας είπε το ζευγάρι, ακούστηκε ένας βαρύς μεταλλικός ήχος, «σαν σίδερα που χτυπούσαν μεταξύ τους, σαν βαριά εργαλεία». Το ζευγάρι, τι πιο φυσικό, τους είδε. Δύο από τους μεταφορείς, τους πλησίασαν και κάρφωσαν το φως των φακών τους στα πρόσωπα των δύο: *«Θέλετε κάτι;»*, τους ρώτησαν. Το ζευγάρι φοβήθηκε. Φυσικό ήταν. *«Όχι, όχι…, τι να θέλουμε»*, είπε ο οδηγός. *«Εξαφανιστείτε… τώρα, ακούσατε τι είπα;»*, είπε χαμηλόφωνα αλλά με αρκετή αγριάδα ο ένας από αυτούς. Οι φοιτητές μπήκαν στο αυτοκίνητό τους, γκάζωσαν κι έφυγα, όπως τους είπαν. Ούτε κατά διάνοια δεν τους πέρασε να βγάλουν τα κινητά και να καλέσουν την αστυνομία. *«Δεν θα είχε κανένα νόημα, ούτως ή άλλως ακόμα και αν καλούσαμε την αστυνομία, ποιος θα έμπαινε, τότε, στον χώρο του Πολυτεχνείου;»* λένε.

Σύμφωνα με όλες τις ενδείξεις και όσα είπαν στην Α.Β. άνθρωποι που βρίσκονται είτε εντός είτε εκτός των τειχών του… Πολυτεχνείου, το συγκεκριμένο πανεπιστημιακό ίδρυμα συγκεντρώνει, μάλλον, τις περισσότερες παράνομες δραστηριότητες. Αρχής γενομένης από το εμβληματικό κτίριο του ΕΜΠ στην Πατησίων. Από τη Στουρνάρη και τον πλαϊνό πεζόδρομο της Τοσίτσα μέχρι και την πίσω πλευρά στην Μπουμπουλίνας, το κτίριο αποτελεί το καταφύγιο δεκάδων παράνομων δραστηριοτήτων. Ολόκληρη η Στουρνάρη, λίγα μέτρα μετά την πλατεία Εξαρχείων και μέχρι την Πατησίων είναι σπαρμένη από δεκάδες πωλητές λαθραίων τσιγάρων. Τα τσιγάρα είναι κρυμμένα παντού, σε «ρολόγια» της ΕΥΔΑΠ στα πεζοδρόμια, καμουφλαρισμένα αυτοκίνητα μονίμως διπλοπαρκαρισμένα. Οι εικόνες με τις τεράστιες μαύρες πλαστικές σακούλες που μαρτυρούν το περιεχόμενό τους από τις γωνίες που σχηματίζουν οι κούτες, να μπαινοβγαίνουν από την πλαϊνή είσοδο του Πολυτεχνείου, είναι συνεχείς. *«Εκεί βρίσκεται η μεγαλύτερη πιάτσα διακίνησης λαθραίων τσιγάρων στην Αθήνα καθώς υπάρχει ανοιχτή γραμμή εκατοντάδων αλλοδαπών που "δουλεύουν" εκεί με τις βασικότερες πηγές τροφοδοσίας με λαθραία τσιγάρα σε όλη την Ελλάδα»*, λέει στέλεχος υπηρεσίας του Υπουργείου Οικονομικών που ασχολείται με το λαθρεμπόριο. *«Λίγες ώρες αν καθίσεις και παρατηρήσεις τις κινήσεις θα καταλάβεις αμέσως πώς λειτουργεί όλο το σύστημα και πώς ένα σημαντικό κομμάτι του προαύλιου χώρου του Πολυτεχνείου είναι η καθημερινή κρυψώνα μεγάλων ποσοτήτων λαθραίων τσιγάρων»*, λέει. Οι περιγραφές είναι σε ενεστώτα χρόνο καθώς οι σχετικές εικόνες μόνο τις τελευταίες ημέρες έχουν αλλάξει ή φαίνεται να έχουν αλλάξει αλλά μόνο τις πρωινές ώρες, μετά τις απανωτές επεμβάσεις της αστυνομίας.

Πριν από περίπου δύο μήνες, τον Σεπτέμβριο, οι Αρχές συνέλαβαν στα Καμίνια του Πειραιά έναν άντρα 37 ετών, ομογενή από το Καζακστάν, με την κατηγορία της διακίνησης λαθραίων τσιγάρων. Η Ομάδα Παραεμπορίου της Διεύθυνσης Αστυνομίας Αθηνών, που έκανε τη σύλληψη, παρακολουθούσε πολύ καιρό την κίνηση με τους λαθρέμπορους καπνικών προϊόντων έξω από το Οικονομικό Πανεπιστήμιο. Οι πληροφορίες έφεραν το συγκεκριμένο Πανεπιστήμιο να είναι το κέντρο εφοδιασμού όλων των παράνομων «τσιγαράδων» της ευρύτερης περιοχής. Ο 37χρονος άντρας, σύμφωνα με το κατηγορητήριο, πωλούσε τουλάχιστον 1.500 πακέτα λαθραία τσιγάρα την ημέρα στο συγκεκριμένο σημείο. Κάτι που με τους πρόχειρους υπολογισμούς σημαίνει ημερήσιο τζίρο που πλησιάζει ή και ξεπερνά τις 3.000 ευρώ. Μέσα στην αποθήκη που είχε νοικιάσει στα Καμίνια βρέθηκαν και κατασχέθηκαν περίπου 16.000 πακέτα λαθραίων τσιγάρων, 2.000 πακέτα λαθραίων καπνικών προϊόντων καθώς και το όχημα που χρησιμοποιούσε ο συλληφθείς για τη μεταφορά τους. Μέχρι την ημέρα της σύλληψής του εθεωρείτο ο σημαντικότερος λαθρέμπορος τσιγάρων στην περιοχή του κέντρου της Αθήνας. Αυτοί που τον συνέλαβαν θεωρούν ότι είχε στη δούλεψή του τέσσερις - πέντε ομοεθνείς του από τα μεγαλύτερα ονόματα στις πιάτσες του λαθρεμπορίου τσιγάρων. Μία πηγή μας είπε αυτολεξεί: *«Πρόκειται για μερικούς από τους ανθρώπους που ελέγχουν το λαθρεμπόριο τσιγάρων όχι μόνο σε περιοχές της Αττικής, οι διασυνδέ-*



Το τι συμβαίνει στα περίπου 900 στρέμματά της Πολυτεχνειούπολης γεμίζουν πολλές σελίδες. Οι ιστορίες έχουν από όλα. Κάποιες θα μπορούσαν να χαρακτηριστούν ακόμα και ανατριχιαστικές.



ΦΩΤΟ: © INTIME / ΖΑΧΟΣ ΠΩΡΓΟΣ

Το συγκλονιστικό οικονομικό έγκλημα στον φυσικό του χώρο Το Οικονομικό Πανεπιστήμιο – Ο παράδεισος της «μαϊμούς» και οι διασυνδέσεις του

Στο Οικονομικό Πανεπιστήμιο της Αθήνας, την πρώην ΑΣΟΕΕ, ένα από τα εμβληματικότερα Πανεπιστήμια της χώρας που έχει δώσει πτυχία σε γενιές και γενιές Ελλήνων μάνατζερ με σπουδαίες και διεθνείς καριέρες, είναι στημένη εδώ και πολλά χρόνια μία από τις μεγαλύτερες κυψέλες του λαθρεμπορίου στη χώρα. Σε όλους τους δρόμους γύρω από το Πανεπιστήμιο υπάρχει και λειτουργεί μία από τις σημαντικότερες αγορές λαθραίων προϊόντων μαϊμούδων, που καταγράφει τεράστιους τζίρους.
Οι πιο πρόχειρες εκτιμήσεις των Αρχών (Αστυνομία και Οικονομικές / Τελωνειακές Υπηρεσίες του Υπουργείου Οικονομικών) υπολογίζουν τα διαφυγόντα κέρδη του ελληνικού Δημοσίου από τη συγκεκριμένη αγορά των λαθραίων προϊόντων σε ποσά που ξεπερνούν τα 5 εκατομμύρια ευρώ ετησίως. Τσάντες, παπούτσια και γυαλιά είναι τα πιο «ευπώλητα».
Οι πιο γνωστές μάρκες παγκοσμίως με όλες τους τα μοντέλα να παρελαύνουν καθημερινά σε αυτοσχέδιους πάγκους και μουσαμάδες. Όλα μαϊμούδες και μάλιστα από τις πιο «επιτυχημένες» στην αντιγραφή. Η αγορά στους δρόμους γύρω από το Οικονομικό Πανεπιστήμιο σφύζει από καταναλωτές που συρρέουν από όλες τις περιοχές της Αθήνας για να ψωνίσουν. Και όλο αυτό το σκηνικό φαίνεται να μην έχει υποστεί συνέπειες από την επιχείρηση «ευταξίας και καλλωπισμού» που έχει επιβάλει η αστυνομία τον τελευταίο καιρό σε συνεργασία με την πρυτανεία.
Το σημαντικότερο από όλα, όμως, σύμφωνα με όσα μας λένε οι πηγές μας, είναι οι διασυνδέσεις που έχουν οι εγκέφαλοι του λαθρεμπορίου με ανθρώπους του λεγόμενου αντιεξουσιαστικού χώρου που έδρευαν μέχρι πρότινος εντός του κτιρίου της πρώην ΑΣΟΕΕ.
«Δεν είναι τυχαίο το γεγονός», λένε στην Α.Ν., «ότι όσες φορές η αστυνομία επιχείρησε να ελέγξει τους λαθρέμπορους που εδρεύουν στους γύρω από το Οικονομικό Πανεπιστήμιο δρόμους, δέχθηκε επίθεση με ξύλα, πέτρες ακόμα και μολότοφ, το θεωρείτε τυχαίο;». Στο σημείο αυτό, της κουβέντας μας, οι πηγές μας, μεταξύ αστείου και σοβαρού μάς θύμισαν μια φωτογραφία από την πρώην ΑΣΟΕΕ που είχε γίνει viral. Έδειχνε έναν στημένο πάγκο με «μαϊμούδες», ακριβώς έξω από τον περίβολο του Οικονομικού Πανεπιστημίου. Χωρίς πωλητή. Ο οποίος, όμως, είχε στήσει την καρέκλα του μέσα από τα κάγκελα του Πανεπιστημίου και απλώς περνούσε τα χέρια του μέσα από τα κάγκελα για να εξυπηρετήσει τους πελάτες του. «Ασυλο… σου λέει κάτι;» ρώτησε με νόημα μία από τις πηγές μας. Και η αλήθεια είναι ότι είχαμε απάντηση στο συγκεκριμένο ερώτημα αλλά δεν μπορούσαμε, ούτε εμείς ούτε και πολλοί άλλοι να την εκφράσουμε δημοσίως.
Πριν από λίγες ημέρες και ενώ οι αντιπαραθέσεις για τις επεμβάσεις της αστυνομίας ήταν στην ημερήσια διάταξη, ο καθηγητής **Γιώργος Οικονομίδης** έκανε στο Facebook μια εξαιρετικά ενδιαφέρουσα ανάρτηση. Από το υπόγειο της ΑΣΟΕΕ, εκεί όπου βρέθηκε το πλήθος του εξοπλισμού, κράνη, στειλιάρια, μπουκάλια για μολότοφ κ.λπ., ορμούσαν διάφορες ομάδες για να «προστατεύσουν» τους στόχους της αστυνομίας, κάθε φορά που γινόταν επιχείρηση είτε για λαθραία τσιγάρα είτε για ναρκωτικά, είτε για άλλες παρανομίες. Τα υπονοούμενα ήταν σαφή…

σεις τους φτάνουν σε πολλές πόλεις της Ελλάδας, ελέγχουν πολλά παρακλάδια». Στις υπηρεσίες δίωξης οργανωμένου εγκλήματος της ΕΛ.ΑΣ. σε όλη τη χώρα είναι γνωστό το εξής στοιχείο: ότι το περίπου 25/% των τσιγάρων που διακινούνται στην Ελλάδα είναι λαθραία. Πρόκειται για το μεγαλύτερο ποσοστό μεταξύ των κρατών-μελών της ΕΕ, ενώ στις τρεις μεγαλύτερες πανεπιστημιακές εγκαταστάσεις του λεκανοπεδίου Αττικής καθώς και του ΑΠΘ υπάρχουν αυτοσχέδιες, αποθήκες, κρυψώνες των λαθραίων από όπου γίνεται ένα σημαντικό μέρος της τροφοδότησης των ανάλογων κυκλωμάτων στους δρόμους, στα παζάρια –όπως αυτό του Πειραιά– καθώς και στις λαϊκές αγορές.
Το συγκεκριμένο λαθρεμπόριο, λένε στην Α.Ν. κάποιοι που παρακολουθούν στενά τις εξελίξεις στο οργανωμένο έγκλημα που έχει αναπτύξει δραστηριότητες στους χώρους των ελληνικών πανεπιστημίων, δεν πάει μόνο του. Και ας πιάσουμε την περίπτωση της Πολυτεχνειούπολης. Το τι συμβαίνει στα περίπου 900 στρέμματά της γεμίζουν πολλές σελίδες. Οι ιστορίες εκεί έχουν από όλα. Κάποιες από αυτές θα μπορούσαν να χαρακτηριστούν ακόμα και ανατριχιαστικές.
Συμμορίες, οπλισμένες άλλοτε με κανονικά όπλα, άλλοτε με απειλές ή ακόμα και με άγρια σκυλιά, ελέγχουν διάφορα σημεία της Πολυτεχνειούπολης και κυρίως αυτά όπου γίνεται ευθέως διακίνηση ναρκωτικών ή αγοραπωλησίες κλοπιμαίων. Στο πρόσφατο παρελθόν έχει καταγγελθεί ότι φοιτητές υπήρξαν αυτόπτες μάρτυρες σε αγοραπωλησία μικρών όπλων τουλάχιστον δύο φορές, σε πάρκινγκ στην Πολυτεχνειούπολη κοντά στην πύλη εισόδου των νέων φοιτητικών εστιών από την οδό Κοκκινοπούλου. Το πιθανότερο είναι ότι πάνω σε μια τέτοια «διαδικασία» έπεσε το ζευγάρι των μεταπτυχιακών φοιτητών που μας περιγράφει παραπάνω την περιπέτειά του.
Παραμένοντας στην Πολυτεχνειούπολη, το σκηνικό που περιγράφουν άλλες ιστορίες είναι εξίσου ή και περισσότερο σκοτεινό. Μία από αυτές αγγίζει, ή και ξεπερνά, τα όρια της απλής παραβατικής συμπεριφοράς. Για ένα μεγάλο διάστημα, που ξεπερνά τουλάχιστον τα τρία χρόνια, περισσότερα από 20-25 δωμάτια στις φοιτητικές εστίες, στην παλαιά αλλά και στη νεότερη που φτιάχτηκε λίγο πριν από το 2004 για να στεγάσει δημοσιογράφους που κάλυψαν τους Ολυμπιακούς Αγώνες και το 2005 δόθηκαν προς χρήση στο Πολυτεχνείο, κατοικούνται από ανθρώπους που όχι μόνο δεν έχουν το δικαίωμα να μένουν εκεί αλλά κινούν πολύ περίεργα νήματα σχετικά με διάφορες δραστηριότητες.
Τα δωμάτια αυτά, όπως καταγγέλλουν ορισμένοι πρώην φοιτητές που αποπειράθηκαν να διεκδικήσουν σε αυτά τη στέγασή τους λόγω των αντικειμενικών προϋποθέσεων που πληρούσαν, βρίσκονται σε καθεστώς *«περίεργης κατάληψης από εξωπανεπιστημιακούς που αλωνίζουν μαζί με τις περίεργες παρέες τους».* Είναι πολλοί που όταν μιλούν για τους συγκεκριμένους χώρους στέγασης στην Πολυτεχνειούπολη, το ύφος τους αρχίζει και μοιάζει με το ύφος των ανθρώπων που κινδυνεύουν χωρίς να ξέρουν από τι ή ξέρουν αλλά δεν μπορούν να το πουν γιατί τότε η πιθανότητα θα εξελιχθεί σε βεβαιότητα.
Ληστείες, αρπαγές κινητών και ρολογιών με «στριμώγματα» και απειλές μαχαιριών, ακόμα και για βιασμούς μιλούν κάποιοι. *«Πριν από καιρό, σε έναν διάδρομο τέσσερα άτομα κύκλωσαν έναν φοιτητή από την επαρχία, έξω από το δωμάτιό του στην εστία. Έκαναν έναν μικρό κύκλο γύρω του με γυρισμένες τις πλάτες τους στους υπόλοιπους. Από ό,τι είδαμε τον χτύπησαν στα μουλωχτά και από ό,τι κυκλοφόρησε αργότερα ο φοιτητής αυτός το προηγούμενο βράδυ είχε δει δύο από αυτούς να σπρώχνουν με ιδιαίτερη βία μια κοπέλα σε ένα από τα δωμάτιά τους. Η κοπέλα μάλλον ήταν μεθυσμένη. Τον χτύπησαν για να μη μιλήσει σε κανέναν και του έκλεψαν και το κινητό του»*, λένε οι φοιτητές.
Άλλοι έχουν δει να βάζουν και να βγάζουν τεράστιες σακούλες από τα δωμάτια που τελούν υπό την περίεργη αυτή κατάληψη από Έλληνες και ξένους. Δηλώνουν σίγουροι ότι κάποια από αυτά τα δωμάτια έχουν μετατραπεί σε αποθήκες λαθραίων. Σύμφωνα πάντα με τις καταγγελίες, Έλληνες που πληρούν τις προϋποθέσεις για να μένουν στις Εστίες έχουν φτιάξει ένα περίεργο σύστημα και υπενοικιάζουν τα δωμάτια σε άλλους Έλληνες που δεν έχουν δικαίωμα να μένουν εκεί αλλά και σε αλλοδαπούς που δεν είναι φοιτητές. Αυτό το περίεργο σύστημα είχε αποκαλυφθεί πριν από μερικά χρόνια με αφορμή μερικούς πυροβολισμούς που είχαν πέσει μέσα στην εστία από κάποιους αλλοδαπούς. Ένας φοιτητής έπιασε επ' αυτοφώρω κάποιους να κλέβουν το δωμάτιό του. Τους κυνήγησε φωνάζοντας κι εκείνοι τράβηξαν όπλο κι άρχισαν να ρίχνουν. Μερικές σφαίρες πέρασαν ξυστά από το κεφάλι του. Την επόμενη ημέρα, σύμφωνα με τις τότε καταγγελίες, επέστρεψαν και έβαλαν φωτιά στο δωμάτιο του φοιτητή ώστε να εξαφανίσουν τα ίχνη τους.
Τότε, λόγω του ακραίου επεισοδίου, είχε κληθεί εισαγγελέας και αστυνομία και οι έρευνες, μεταξύ άλλων, είχαν οδηγήσει και σε έναν 37χρονο άντρα από τη Ρουμανία που έμενε στην Εστία. Στο δωμάτιό του βρέθηκαν πλήθος διαρρηκτικών εργαλείων, μαχαίρια, σιδηρογροθιές και άλλα. Όταν, μετά από καιρό, εντοπίστηκε ο Ρουμάνος από τις Αρχές για άλλους λόγους, είπε ότι δεν είχε δικαίωμα να ζει στην Εστία κι έτσι είχε νοικιάσει από Έλληνα φοιτητή το δωμάτιο και του έδινε 230 ευρώ τον μήνα. Η τιμή μπορεί να φαίνεται ακριβή για ένα δωμάτιο αλλά σε αυτήν θα πρέπει να υπολογιστεί και η… υπηρεσία ότι λόγω ασύλου, τότε, δεν πλησίαζε αστυνομία.

Οι καταγγελίες των καθηγητών

Τον Ιανουάριο του 2018, ο καθηγητής του Τμήματος Θεατρικών Σπουδών του ΕΚΠΑ και δραστήριος αρθρογράφος **Μάνος Στεφανίδης** έκανε μια πολύ σοβαρή καταγγελία η οποία αφορούσε στην Πανεπιστημιούπολη, μετά από επίθεση με μαχαίρι που δέχθηκε ένας φοιτητής του πανεπιστημίου από τρεις δράστες που του επιτέθηκαν για να τον ληστέψουν. Και επειδή, προφανώς, ήταν γνωστοί, ο κ. Στεφανίδης τούς είδε και ζήτησε να φύγουν από το γήπεδο τένις του πανεπιστημίου. Τότε εκείνοι επιτέθηκαν και στον καθηγητή και τον προπηλάκισαν. Τι έγραφε στην επιστολή του που έστειλε τότε στον Πρύτανη του Πανεπιστημίου; *«Η κατάσταση έχει φτάσει στο μη περαιτέρω. Και η συγκάλυψη των αλλεπάλληλων κρουσμάτων βίας εξισούται με συνενοχή όλων ημών των εχόντων την ηθική αλλά και τη νομική ευθύνη. Πίσω από το αδειανό πουκάμισο ενός διάτρητου "ασύλου" ανεχόμαστε αποθρασυμένους εγκληματίες να ληστεύουν το ΑΤΜ του κτιρίου της Φιλοσοφικής υπό την απειλή περιστρόφου μπροστά στα μάτια έντρομων φοιτητών 8 το πρωί, ενώ όσοι αποχωρούν από τα μαθήματα στις 9 το βράδυ, μεταπτυχιακοί κυρίως φοιτητές και διδάσκοντες, οργανώνονται σε ομάδες για να καταφέρουν να φτάσουν μέσα στο απόλυτο σκοτάδι στα συχνά παραβιασμένα αυτοκίνητά τους».*
Και σε άλλο σημείο: *«Είναι κοινό μυστικό ότι ομάδες παραβατικών μπαινοβγαίνουν στην κεντρική φοιτητική εστία επί της οδού Ούλωφ Πάλμε, και μέσω αυτής έχουν διαρρήξει τρεις φορές το συστεγαζόμενο πανεπιστημιακό γυμναστήριο-κολυμβητήριο! Προσωπικά είμαι από τους τυχερούς, αφού το γραφείο μου στον 9ο όροφο της Φιλοσοφικής Σχολής έχει διαρρηχθεί μόνο μία φορά (!). Και μόνο μία φορά μου έσπασαν το αυτοκίνητο με την ασήμαντη […] απώλεια ενός λάπτοπ. Μάλλον η τέχνη προστατεύει τους ιστορικούς της… Την περασμένη Τετάρτη 24 Ιανουαρίου, η ώρα 6:30 μ.μ., μεταπτυχιακός φοιτητής του Φαρμακευτικού ληστεύεται, πορτοφόλι και λάπτοπ, μαχαιρώνεται και στέλνεται σε νοσοκομείο από τρεις τραμπούκους, οι οποίοι βέβαια παραμένουν ασύλληπτοι. Την επόμενη μέρα, 25 Ιανουαρίου, περί τις 4:30 μ.μ., οι ίδιοι τρεις τραμπούκοι (;) με ένα μπουλντόγκ με προπηλακίζουν σκαιά και με καθυβρίζουν όταν τους ζητώ να φύγουν από το πανεπιστημιακό γήπεδο του τένις, το οποίο ρύπαιναν. Οι δύο συνάδελφοι φύλακες που προσέτρεξαν από το παρακείμενο πανεπιστημιακό γυμναστήριο με έσωσαν από τα χειρότερα. Αναφέρομαι σε προσωπικά παραδείγματα ώστε να μην τολμήσει κανείς να τα αμφισβητήσει. Γνωρίζετε όμως ότι σχεδόν όλοι οι συνάδελφοι έχουν ανάλογες οδυνηρές εμπειρίες».*
Τον Δεκέμβριο του 2018, στην Πανεπιστημιούπολη στου Ζωγράφου άγνωστοι επιτέθηκαν και μαχαίρωσαν φύλακα. Η ανακοίνωση που εξέδωσε τότε ο πολύ γνωστός καθηγητής **Ευθύμης Λέκκας** ήταν ενδεικτική και μάλλον ιδιαιτέρως ευγενική: *«Η σημερινή επιδρομή πολυμελούς ομάδας εγκληματικών στοιχείων στο Τμήμα Γεωλογίας και Γεωπεριβάλλοντος, στην Πανεπιστημιούπολη Ζωγράφου, με τον σοβαρό τραυματισμό υπαλλήλου και την καταστροφή εγκαταστάσεων μας προκαλούν θλίψη και αποτροπιασμό».* Και μίλησε για *«έναν ακόμα κρίκο στην αλυσίδα των προσβολών της έννοιας του ακαδημαϊκού ασύλου που καταστρατηγεί τις ακαδημαϊκές ελευθερίες».* A



Μικρό ταξίδι στο Κιλκίς

Η φύση δεν μπαίνει στον κόπο να στολίσει καμία βιτρίνα

Του **ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΜΑΤΣΟΥΚΑ**

Συμβαίνει, στη διάρκεια ενός ταξιδιού, να χάνεις τρία φρεσκοαγορασμένα μπουκάλια νερό σε ισάριθμες μέρες. Κι έτσι ν' αντιλαμβάνεσαι ότι έχεις και κουβαλάς μαζί σου υπερβολικά πολλά πράγματα. Απλά, δεν έχεις αρκετά χέρια για το τάμπλετ, τη φωτογραφική, τον καπνό, τα γυαλιά, τα εισιτήρια, το κινητό, τα ρέστα... Δεν είσαι ο κύριος των αντικειμένων, μάλλον φροντιστής και κηδεμόνας τους, μάλλον δέσμιος της ανάγκης σου για όλα αυτά.
Η ειρωνεία είναι πως όταν δεν είσαι στη Θεσσαλονίκη για κάποιο φεστιβάλ, έρχεσαι εδώ για ψώνια, για να προσθέσεις και άλλα αποκτήματα στον ήδη κορεσμένο μικρόκοσμό σου. Ως επισκέπτης σε αυτήν ειδικά την πόλη, καταναλώνεις. Αφιερώνεσαι στην εξερεύνηση της ανεξάντλητης ντόπιας αγοράς, διατρέχοντας όλη την γκάμα από κρόκο Κοζάνης μέχρι kinky εσώρουχα. Μικρό το κακό, λες, εάν σ' αυτή τη διαδικασία χάνεις και κανένα μπουκάλι νερό.
Να όμως που αυτή τη φορά, ένα ταξίδι μέσα στο ταξίδι σε βγάζει από τη Θεσσαλονίκη με κατεύθυνση βόρεια, προς το κοντινό Κιλκίς. Στη διάρκειά του αποκαλύπτεται πόσο ζηλότυπα η πόλη και τα θέλγητρά της έχουν αιχμαλωτίσει την προσοχή σου. Και πόσο μονομερής είναι μια εμπειρία της Θεσσαλονίκης που αγνοεί τα περίχωρα.
Ήδη, η μεγάλη αραιοκατοικημένη ζώνη βόρεια του Βαρδάρη, με τους φαρδιούς, άδειους δρόμους, τις εγκαταλελειμμένες βιοτεχνίες και τα εμπορικά κέντρα στη μέση του πουθενά, είναι ένας τόπος υβριδικός, μετέωρος, σαν εκείνους του Ντιτρόιτ που περιγράφει ο Robert Smithson. Η λεγόμενη ανάπτυξη έχει κάνει πολλές απόπειρες να εγκατασταθεί εδώ αλλά δεν έχει καταφέρει να πιάσει ρίζα. Στις παρέες των νεαρών τσιγγάνων που περιφέρονται στα κενά πάρκινγκ έχουν έρθει να προστεθούν άνδρες από το Αφγανιστάν και τη Συρία. Στα χέρια όλων τους βαρύς ο άδειος χρόνος.
Λίγο πιο έξω, ο οικισμός με το περίεργο όνομα Νεοχωρούδα είναι, μαθαίνουμε, τόπος κατοικίας όλο και περισσότερων Θεσσαλονικέων που εργάζονται στην πόλη αλλά δεν θέλουν πια να ζουν μέσα σ' αυτήν. Μια άτυπη, φυγόκεντρη μετανάστευση δείχνει να βρίσκεται εδώ σε εξέλιξη.

Μερικά ακόμα χιλιόμετρα κι έχουμε πια βγει από την αστική τροχιά έλξης, στους θαμνότοπους και τις καλλιέργειες του Λαγκαδά. Μας το δηλώνουν απερίφραστα δύο γερακίνες που τσιμπολογάνε χαρωπά το πτώμα μιας μικρής αλεπούς στην άκρη του δρόμου. Το θέαμα είναι σαν μικρή ηλεκτρική εκκένωση και μαζί υπενθύμιση: η φύση δεν μπαίνει στον κόπο να στολίσει καμία βιτρίνα.
Κατευθυνόμαστε προς τα λασπόλουτρα της Πικρολίμνης, διασχίζοντας μια αραιή, αναποφάσιστη ομίχλη. Το υγρό στοιχείο κυριαρχεί σε αυτή την εύφορη, επίπεδη γη που το δέχεται μέσα της από τα γειτονικά υψώματα και το αποθηκεύει. Οπουδήποτε εξορύξεις εδώ, στα τρία μέτρα βρίσκεις νερό. Τρακτέρ με φρέζες στα χωράφια σπάνε μεγάλους σβόλους από σκούρο κόκκινο χώμα. Είναι ύλη πρωτογενής που προσκαλεί την αφή (αν όχι τη βρώση.) Στις όχθες της νεκρής λίμνης με τα μουντά νερά όπου πάμε, θα έχουμε αυτήν ακριβώς την εμπειρία. Εμβάπτιση στον μαύρο μεταλλικό πηλό που ήδη χρησιμοποιούσαν οι Ρωμαίοι ως γιατρικό για πόνους σε αυχένα, οσφυική ζώνη και μύες, ζαλάδες, δερματικές παθήσεις... «Είναι κομμάτι του εθνικού μας πλούτου», μας ανακοινώνει περήφανα το προσωπικό. «Η χώρα μας θεωρείται το μέρος που έχει τις περισσότερες ιαματικές πηγές από όλες τις χώρες τις Ευρώπης».
Για ένα σύντομο διάστημα, στη ρηχή πισίνα με τους θειούχους ατμούς, μεταμορφωνόμαστε σε μαύρα αγάλματα, σαν κομπάρσοι στο «Σατυρικόν» του Φελίνι. Η αίσθηση είναι πως έχεις παραδοθεί σε μια διαδικασία που σε ξεπερνά, σε κάτι σαν μια καλοήθη δηλητηρίαση. Για να επιδράσει το φάρμακον ευεργετικά, είναι σημαντικό η έκθεση σε αυτό να έχει τη σωστή χρονική διάρκεια. Όταν η επίστρωση του πηλού ξεραίνεται και αρχίζει να σπάει τραβώντας το δέρμα, είναι ώρα για υδρομασάζ στις ατομικές μπανιέρες με το ανθρακούχο θερμασμένο νερό της λίμνης. Ούτε μισή ώρα αργότερα επιστρέφουμε στο αυτοκίνητο αμίλητοι, λυσιμελείς, ελαφρώς αποχαυνωμένοι. Κρατάμε βάζο με λίγο από τον μαύρο πηλό της Πικρολίμνης, σκεπτόμενοι τρόπους και μεθόδους να τον περάσουμε λαθραία στο αεροπλάνο. Πρόκειται σαφώς για ουσία που αλλάζει την ψυχική διάθεση, οπότε δεν θα μας έκανε εντύπωση αν είναι καταχωρημένος ως ναρκωτικό.

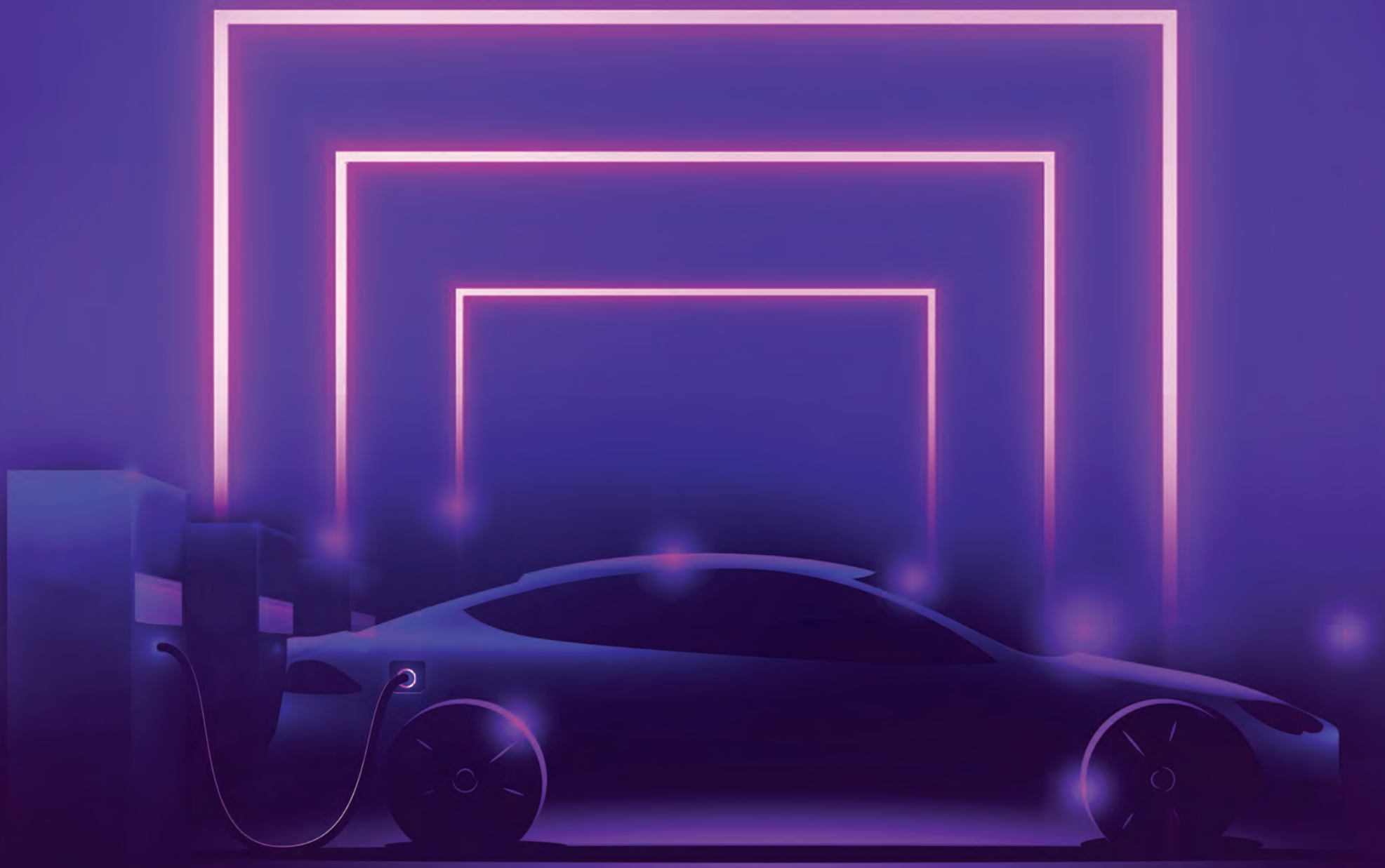
Στον δρόμο της επιστροφής, κάπου έξω από το Γυναικόκαστρο, πέφτουμε επάνω σε μια αυτοσχέδια, υπαίθρια παράσταση που, χωρίς συζήτηση, σταματάμε στην άκρη του δρόμου για να παρακολουθήσουμε. Τα φαιά, αποδημητικά ψαρόνια συναθροίζονται κατά εκατοντάδες στα σύρματα επάνω από τα σπαρμένα χωράφια απ' όπου εφοδιάζονται με καύσιμα για το επερχόμενο ταξίδι. Κάθε τόσο, ένα σμήνος αποσπάται από το αραξοβόλι του και περιίπταται σε απρόβλεπτους, δονούμενους σχηματισμούς, τρεμουλιάζοντας σαν επίκληση σε άγνωστη γλώσσα. Καμιά κάμερα δεν μπορεί να συλλάβει αυτόν τον ζώντα πουαντιγισμό, οπότε δεν μπαίνουμε καν στον κόπο. Ακόμα, ωστόσο, και αφού έχουμε επιστρέψει στη σκληρή και λαμπερή Εγνατία, τα ψαρόνια συνεχίζουν να χορεύουν στην πίσω οθόνη του μυαλού. ●

Charging the future

ΥΠΟΔΕΧΟΜΑΣΤΕ ΤΗΝ ΕΠΟΧΗ ΤΗΣ ΗΛΕΚΤΡΟΚΙΝΗΣΗΣ ΚΑΙ ΧΑΡΙΖΟΥΜΕ ΕΝΑ TESLA MODEL 3

WATT+VOLT
ΡΕΥΜΑ | ΑΕΡΙΟ
Φαντάσου Περισσότερα

Αν είσαι έτοιμος να οδηγήσεις το μέλλον,
μπες στο **chargethefuture.watt-volt.gr,**
πάρε μέρος στον μεγάλο διαγωνισμό και διεκδίκησε απίστευτα δώρα.



Όροι και προϋποθέσεις στο **chargethefuture.watt-volt.gr**. Το δώρο Tesla Model 3 αποτελεί ιδιοκτησία της WATT+VOLT και σε καμία περίπτωση δεν προέρχεται από χορηγία ή από οποιαδήποτε άλλη εμπορική συμφωνία με την κατασκευάστρια εταιρεία Tesla. Αρμόδιος Ρυθμιστής Ενέργειας: Ρ.Α.Ε.

Τραγουδάει ο Γιάννης Στάνκογλου;

Ο δημοφιλής ηθοποιός υποδύεται έναν λαϊκό τραγουδιστή στην ταινία «**Φαντασία**» του Αλέξη Καρδαρά και μας θυμίζει τις ένδοξες εποχές του «μαζί τα φάγαμε»

Του **ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΚΑΪΜΑΚΗ**

Σε φουλ ρυθμούς εργασίας αυτές τις μέρες ο Γιάννης Στάνκογλου πηγαινοέρχεται μεταξύ θεάτρου, τηλεόρασης, κινηματογράφου και... οικογένειας αλλά όπως θα διαπιστώσετε κι από τα παρακάτω τα καταφέρνει εξίσου καλά σε όλα τα μέτωπα. Η εμφάνισή του στην κινηματογραφική «Φαντασία» είναι από τα highlights της σεζόν αφού αποδεικνύει ότι και στο λαϊκό τραγούδι έχει κάτι παραπάνω των αναμενόμενων να μας δώσει, παρότι τα «μπουζούκια δεν τα πολυγουστάρει»...

Φαντάζομαι ότι δεν σε ενθουσίασε ιδιαίτερα η σκέψη ότι θα υποδυθείς έναν λαϊκό τραγουδιστή, όταν σου έγινε η πρόταση για τη συμμετοχή σου στη «Φαντασία», αφού είναι γνωστό ότι «παίζεις» σε άλλο γήπεδο. Το λέω αυτό γιατί θυμάμαι από παλιές συνεντεύξεις σου τη δηλωμένη αγάπη σου σε ροκ και πανκ. Δεν με χάλασε πάντως γιατί μου αρέσουν οι προκλήσεις. Ναι μεν είναι ένας χώρος, αυτός των μπουζουκιών και της νύχτας, που δεν με τρελαίνει αλλά καταλαβαίνω εκείνους που ζουν για αυτά. Άλλωστε έχω βρεθεί σε νυχτερινές πίστες ακόμη και σε παρακμιακά μαγαζιά της επαρχίας και έχω προσωπική άποψη για αυτά. Επίσης ήταν η ευκαιρία να δοκιμάσω τις ικανότητές μου στο τραγούδι και μπορώ να πω ότι μόνο θετικά πράγματα αποκόμισα από την εμπειρία της «Φαντασίας». Είτε σε επίπεδα συνεργασίας με όλα τα παιδιά στην παραγωγή είτε επειδή δοκιμάστηκα σε κάτι που πάντα με ενδιέφερε κι ας ήξερα ότι τούτη η άγνωστη συνθήκη θα με δυσκολέψει στον ρόλο μου.

Ποιοι είναι οι ρόλοι που σε έχουν δυσκολέψει περισσότερο; Α, πάρα πολλοί. Ειδικά στο θέατρο και στο σινεμά, όπως ήταν ο Καραμανίδης στο «Τανγκό των Χριστουγέννων» ή ο χαρακτήρας στο «Invisible» του Αθανίτη. Στο θέατρο ο «Καλιγούλας» ή ο «Ρεμπό» ήταν επίσης απαιτητικοί ρόλοι ή ακόμη και ο τρίωρος «Γιούγκερμαν» που κάνω φέτος τον οποίο πριν ανέβω στο σανίδι με καταπιέζει και γκρινιάζω («άντε πάλι το τρίωρο»), αλλά όταν ξεκινώ τα πρώτα λόγια όλα φεύγουν και βουτάω με τα μούτρα στο έργο. Όπως είπα, μου αρέσουν οι δυσκολίες αυτές. Το βασικότερο είναι να έχεις μαζί σου συνεργάτες που αγαπούν αυτό που κάνουν και να μπορείς να δουλέψεις δημιουργικά μαζί τους. Τότε ξεπερνιούνται όλα.

Πώς εξηγείς την επιτυχία του τηλεοπτικού χιτ «Άγριες μέλισσες»; Είναι μια καλογυρισμένη σειρά που φτιάχτηκε με αρκετό κέφι και καλή συνεργασία. Μια επαγγελματική δουλειά που μου θυμίζει αρκετά το «Νησί». Χαίρομαι για την επιτυχία του.

Κουβαλάς τα άγχη της δουλειάς στο σπίτι; Προσπαθώ να μην το κάνω αλλά δεν τα καταφέρνω πάντα. Και πολλές φορές αν στην καθημερινή επαφή με τα παιδιά –στο παιχνίδι ή τις δραστηριότητές τους ή τα θέματα που συζητάμε– αφήνω έξω από εκείνα τις επαγγελματικές σκοτούρες, όταν κοιμάμαι το μυαλό μου στριφογυρίζει σε αυτές. Να σήμερα, για παράδειγμα, ξύπνησα έντρομος από ένα όνειρο που είχα. Ανεβάζαμε λέει «Πέρσες» στην Επίδαυρο και είχα ξεχάσει τα λόγια μου. Τρόμος, σου λέω.

Είδα σε μια πρόσφατη τηλεοπτική σου συνέντευξη να δηλώνεις απογοητευμένος από τους πολιτικούς. Ε, λογικό δεν είναι; Και, φαντάζομαι, εκφράζω το δημόσιο αίσθημα. Οι μόνοι που δεν πρέπει να είναι απογοητευμένοι μάλλον είναι εκείνοι που είναι δίπλα τους και περιμένουν κάτι άλλο από αυτούς. *(γελάει)* Για όλους εμάς που παλεύουμε για την καθημερινή επιβίωση, για να μεγαλώσουν τα παιδιά μας σε έναν καλύτερο κόσμο, υπάρχει απογοήτευση κυρίως επειδή τα πράγματα βλέπουμε ότι δύσκολα αλλάζουν. Δεν θέλει πολλά ο άνθρωπος για να είναι καλά. Αν είχαμε περισσότερη αλήθεια και δικαιοσύνη, αν είχαμε λιγότερη κλεψιά, θα βλέπαμε και τη ζωή με άλλο μάτι. Θα μπορούσαμε να είμαστε πιο αισιόδοξοι, αν μη τι άλλο.

Σε αυτή την κατάσταση ο απλός πολίτης πώς μπορεί να αντιδράσει εκτός της ψήφου ή της συμμετοχής σε κάποια πορεία διαμαρτυρίας; Μπορεί εκτός από αυτά που ανέφερες να αντιδράσει και με την ίδια του την καθημερινή συμπεριφορά. Τη στάση του ακόμη και μέσα στο ίδιο του το σπίτι, τη γειτονιά ή τον μικρόκοσμό του. Αν αλλάξουμε εμείς οι ίδιοι προς τη σωστή κατεύθυνση, αν δηλαδή δεν κάνουμε τα λάθη ή τις βρωμιές των πολιτικών, τότε μπορεί να γίνει η αλλαγή προς το καλύτερο που όλοι επιζητούμε.

Με τα παιδιά σου πώς το δουλεύεις όλο αυτό; Αυτό είναι και το μεγάλο άγχος μου. Προσπαθώ να τους εμφυσήσω ένα αίσθημα ευθύνης και δικαιοσύνης σε ό,τι κάνουν. Μόνο έτσι μπορεί να αλλάξει ο κόσμος. Μέσα από τους νέους ανθρώπους. Αυτοί μόνο μπορούν να αλλάξουν τα πράγματα, κάτι που το έχουμε δει πολλές φορές στο παρελθόν να γίνεται. Το θέμα είναι ότι, μεγαλώνοντας, τα λάθη

ΦΩΤΟ: STUDIO KOMINIS



Δεν θέλει πολλά ο άνθρωπος για να είναι καλά. Αν είχαμε περισσότερη αλήθεια και δικαιοσύνη, αν είχαμε λιγότερη κλεψιά, θα βλέπαμε και τη ζωή με άλλο μάτι.

έρχονται. Αλλά το κρίσιμο ερώτημα έχει να κάνει με το πώς μαθαίνεις από αυτά τα λάθη και πώς προσπαθείς να μη σκοτώσεις και την τελευταία ελπίδα.

Στην ταινία «Φαντασία» υπάρχουν σκηνές πολιτικών που διασκεδάζουν στα μπουζούκια. Ως πράξη δεν είναι κάτι μεμπτό αλλά σε συνδυασμό με την εποχή που διαδραματίζεται η ιστορία –το 1993-94 είναι μια εποχή που συνδέθηκε με το «βαθύ ΠΑΣΟΚ»– παραπέμπει σε μια εικόνα με κρίσιμο συμβολισμό. Έζησα καλά εκείνη την εποχή και θυμάμαι το αίσθημα ευφορίας και ανεξέλεγκτης κραιπάλης με τα πολλά λεφτά, τη διασκέδαση σαν να μην υπάρχει αύριο, τις έντονες καταστάσεις. Ήταν μια άθλια περίοδος που σχετίζεται με την περίφημη ατάκα «μαζί τα φάγαμε». Στην πραγματικότητα τα έφαγαν μόνοι τους. Άλλωστε αποδεικνύεται όχι μόνο με την κατάσταση που ζούμε τώρα (η οποία σε μεγάλο βαθμό οφείλεται σε εκείνη την εποχή) αλλά και στις καταθέσεις που έχουν στο εξωτερικό αρκετοί από εκείνους τους πολιτικούς –μάλιστα πολλοί από αυτούς ζουν έξω και μια χαρά περνάνε– και σε άλλα ακραία φαινόμενα που δημιούργησαν οι κυβερνήσεις των τελευταίων 20-30 χρόνων. Τώρα, προσωπικά, η εικόνα ενός πολιτικού που διασκεδάζει στα μπουζούκια δεν με χαλάει. Καλή είναι η εκτόνωση, αρκεί να μη γίνεται εις βάρος των άλλων. Θα γούσταρα μάλιστα να δω έναν πολιτικό να διασκεδάζει ή να χορεύει σε ένα κλαμπ. Το θέμα είναι τι κάνει έξω από αυτό τον χώρο κι αν κάνει καλά τη δουλειά του.

Ο Μπρεχτ είχε αναφερθεί διεξοδικά στη βία της εξουσίας λέγοντας χαρακτηριστικά πως απέναντι σε αυτή τη βία ο πολίτης μόνο με βία μπορεί να απαντήσει. Πώς το σχολιάζεις; Κάποτε, όταν ήμουν πιο νέος, είχα παρόμοια αντίληψη. Μπορώ να πω μάλιστα ότι ψήγματα εκείνης τη ιδεολογίας υπάρχουν ακόμη μέσα μου ειδικά όταν βλέπω σκηνές ακραίας αδικίας. Όμως ο άνθρωπος πρέπει να εξελίσσεται. Πρέπει να αναζητήσουμε άλλους τρόπους αντίδρασης γιατί με αυτόν τον τρόπο όχι μόνο δεν έχουμε καταφέρει κάτι αλλά οδηγούμαστε σε αδιέξοδα και τα πράγματα γίνονται χειρότερα. Οι πόλεμοι, η βία και το αίμα που επικαλούνται κάποιοι προκειμένου να αλλάξουν τα πράγματα δεν με βρίσκουν σύμφωνο. Απέχω πολύ από όλα αυτά και πιστεύω πως πρέπει όλα να λύνονται με διάλογο και επικοινωνία. Κυρίως όμως πρέπει ο καθένας μας να δουλέψει πολύ μέσα του, με τον ίδιο τον εαυτό του. Αν δεν το λύσουμε αυτό δεν γίνεται τίποτα. Αν δεν βρούμε τα κακώς κείμενα του εαυτού μας και δεν τα διορθώσουμε, δεν πρόκειται να προχωρήσουμε. A

INFO

Η ταινία «Φαντασία» σε σκηνοθεσία Αλέξη Καρδαρά με τους Γιάννη Στάνκογλου, Ρένα Μόρφη, Στέλιο Μάινα, Βίκυ Παπαδοπούλου θα βγει στις αίθουσες στις 28 Νοεμβρίου σε διανομή Feelgood.

ATHENS ID

Πώς βρέθηκες στην Αθήνα; Μια όμορφη μέρα του '82 στο μαιευτήριο Μητέρα. Η μητέρα μου μεγαλωμένη στην Αυστραλία, ήρθε στα 17 της στην Ελλάδα, γνώρισε τον πατέρα μου, έκαναν δύο παιδιά.

Σε ποιες γειτονιές έχετε ζήσει; Στο Χαλάνδρι μόνο γιατί είμαι τοπικίστρια. Εκεί γεννήθηκα και μεγάλωσα. Εδώ μένω. Το αγαπώ πολύ γιατί ακόμη κρατάει τις παραδόσεις της γειτονιάς. Με στέκια που πάω από μικρό παιδί.

Τα 3 πράγματα που σας αρέσουν περισσότερο στην πόλη; Η φασαρία της. Οι πολλές επιλογές στη διασκέδαση. Ότι εδώ μένουν οι φίλοι μου.

Τα 3 πράγματα που, αν έλειπαν, θα έκαναν την Αθήνα λίγο ομορφότερη; Καυσαέριο. Σκουπίδια. Αγένεια.

Η πρώτη σας δουλειά; 10 χρονών έξω από το σπίτι της γιαγιάς μου. Πούλησα στους γείτονες πράγματα που μου ήταν πλέον περιττά. Πρέπει να έβγαλα 50 δραχμές.

Η πιο τρελή αθηναϊκή ιστορία που έχετε ζήσει; Όταν ήμουν στη σχολή είχε έρθει ο Πάπας και είχαν κλείσει όλοι οι δρόμοι. Περπάτησα από το Χαλάνδρι μέχρι την Κλαυθμώνος με τα πόδια. Όταν έφτασα στη σχολή δεν ήταν κανένας.

Έχετε κατοικίδιο; Έχω ένα μικρό σκυλί. Την Candy. Γλείφει συνέχεια. Έπρεπε να την πω γλωσσοκοπάνα.

Ποιο είναι το πρώτο αθηναϊκό στιγμιότυπο που θυμάστε; Χριστουγεννιάτικα ψώνια με τη γιαγιά και τον μπαμπά στο Μινιόν.

«Αθηναϊκές» λέξεις που δεν υπάρχουν πια; Μου αρέσουν οι λέξεις εντευκτήριο, θαρρώ, ορμέμφυτα, που δεν χρησιμοποιεί κανείς.

Η πιο τυπική αθηναϊκή ταινία που έχετε δει; Το «Πεθαίνοντας στην Αθήνα» του Νίκου Παναγιωτόπουλου.

Αν η Αθήνα ήταν ένα πρόσωπο, ποιο θα ήταν αυτό; Ο Γουίλεμ Νταφόε. Απίστευτα γοητευτικός και ταυτόχρονα άσχημος.

Το καλύτερο σύνθημα που έχετε δει σε αθηναϊκό τοίχο; Το κλασικό «Βασανίζομαι».

Πού θα πηγαίνατε έναν ξένο καλεσμένο σας; Στη Διονυσίου Αεροπαγίτου.

Αγαπημένο θέατρο; Το υπόγειο του Θεατρου Τέχνης.

Μια συναυλία που δεν θα ξεχάσετε ποτέ; Του Nick Cave.

Αν μπορούσατε να αλλάξετε ένα πράγμα στην Αθήνα ποιο θα ήταν αυτό; Σε κάποια αγαπημένα μου κτίρια δεν θα ήθελα γκραφίτι.

Αγαπημένο εστιατόριο; Το Βαζάκι, που έχει η ξαδέλφη μου στο Χαλάνδρι, με vegan και vegetarian κουζίνα.

Ένα επίθετο που χαρακτηρίζει ακριβώς τους Αθηναίους; Νευρικοί.

Ένα επίθετο που δεν ταιριάζει καθόλου στους Αθηναίους; Ψύχραιμοι.

Ποιος μουσικός δικαιούται να γράψει το soundtrack της πόλης; Ο Θοδωρής Οικονόμου.

Ποιος ήταν ο πρώτος θεατρικός σας ρόλος; «Πρόσκληση σε γεύμα από έναν υποψήφιο δολοφόνο» στο θέατρο Βικτώρια.

Θυμάστε το πρώτο θεατρικό έργο που είδατε; Στα 14-15 μου είχα δει το «Ολόκληρος ο Σαίξπηρ σε μία ώρα» την πρώτη χρονιά που είχε παιχτεί.

Πώς βλέπετε το σημερινό τηλεοπτικό τοπίο; Δυστυχώς δεν προλαβαίνω να το δω γιατί παίζω στην παράσταση.

Πώς είναι η αναβίωση της παράστασης «Μέθοδος Γκρόνχολμ» 12 χρόνια μετά το ανέβασμα στο Θέατρο Τέχνης; Συγκινητική. Ο Πέτρος (Λαγούτης) είχε την ιδέα να ξανακάνουμε την επιτυχημένη αυτή παράσταση στη μνήμη του Διαγόρα Χρονόπουλου. Όλα έχουν ξεκινήσει από αυτόν. Υπάρχει στο μυαλό μας σε κάθε παράσταση. Τον ευγνωμονούμε καθημερινά.

Τι θα κρατήσει ο θεατής από το έργο; Είναι μια παράσταση γροθιά στο στομάχι με έναν τρόπο παρά το χιούμορ της γιατί σε κάνει να συνειδητοποιείς πόσο απάνθρωποι και σκληροί γινόμαστε προκειμένου να πετύχουμε ένα στόχο. Σε κάνει να αναρωτιέσαι, αν αξίζει τον κόπο όλο αυτό.

Πώς αποφάσισες να επιστρέψεις στην τηλεόραση με τη σειρά «Κρατάς μυστικό»; Πέρα από τη συνεργασία με τον Πάνο Κοκκινόπουλο κάνω μετά από πολλά χρόνια τηλεόραση. Είδα μια δουλειά με ένα καλογραμμένο σενάριο, ένα σκηνοθέτη εγγύηση για το αποτέλεσμα, καλούς συνεργάτες, ωραίο συνεργείο και είπα ότι ήρθε η ώρα να το κάνω.

Ποιος είναι ο ρόλος σου στην ταινία «Φαντασία»; Παίζω μια λαϊκή τραγουδίστρια που μεγαλώνει μόνη το παιδί της. Διαδραματίζεται στη δεκαετία του '90, μια εποχή που ο κόσμος έβγαινε, ξενυχτούσε, περνούσε καλά και δεν είχε ιδέα τι συνέβαινε γύρω του. Μια ερωτική ιστορία με ανατροπές και πολλή μουσική.

INFO

Η Βίκυ Παπαδοπούλου είναι πθοποιός. Πρωταγωνιστεί στην παράσταση «Μέθοδος Γκρόνχολμ» σε σκηνοθετική επιμέλεια Γιάννη Μόσχου. Πρωταγωνιστεί επίσης στην τηλεοπτική σειρά του Alpha «Κρατάς μυστικό», ενώ παίζει με τους Ρένα Μόρφη, Στέλιο Μάινα, Γιάννη Στάνκογλου στην ταινία του Αλέξη Καρδαρά «Φαντασία», που βγαίνει την Πέμπτη 28/11 στους κινηματογράφους, και στη νέα ταινία του Γιάννη Οικονομίδη «Η Μπαλάντα της τρύπιας καρδιάς», που θα βγει τον Φεβρουάριο του 2020.



Η ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΡΙΑ ΤΗΣ ΣΕΙΡΑΣ «ΚΡΑΤΑΣ ΜΥΣΤΙΚΟ» ΔΕΝ ΚΡΑΤΑΕΙ ΜΥΣΤΙΚΑ, ΟΤΑΝ ΑΠΑΝΤΑΕΙ ΣΤΙΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΜΑΣ

ΒΙΚΥ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ

«Μου αρέσουν οι λέξεις εντευκτήριο, θαρρώ, ορμέμφυτα, που δεν χρησιμοποιεί κανείς»

Επιμέλεια: **ΓΙΩΡΓΟΣ ΔΗΜΗΤΡΑΚΟΠΟΥΛΟΣ**, Φωτό: **ANDY DIZIS**

ΙΑΣΩ
Για ό,τι πιο πολύτιμο έχεις.



φέρνουμε στον
κόσμο 10.000 παιδιά
τον χρόνο.

No. 1 Μαιευτική και Γυναικολογική
Κλινική στην Ελλάδα.

www.iaso.gr

ΚΟΡΝΗΛΙΟΣ ΣΑΡΑΝΤΙΟΓΛΟΥ

ΚΑΤΑΚΤΩΝΤΑΣ ΤΑ ΙΜΑΛΑΪΑ

Ο Έλληνας ορειβάτης, φωτογράφος και κινηματογραφιστής επιστρέφει από τις κορυφές των Ιμαλαΐων για να παρουσιάσει το πρώτο του ντοκιμαντέρ

Του **ΜΑΝΟΥ ΝΟΜΙΚΟΥ**



«Δεν ήταν το βουνό ο λόγος που βρεθήκανε εκεί πάνω, ήταν η αγάπη και το πάθος τους για ζωή. 19 σχοινοσύντροφοι, 22 ημέρες, περπάτησαν συνολικά 280 χιλιόμετρα, με 20.000 μέτρα συνολικής υψομετρικής διαφοράς και αυτό ήταν μόνο η αρχή». Με αυτά τα λόγια προλογίζεται το ντοκιμαντέρ «IP19 - The Way Up» του Κορνήλιου Σαραντίογλου, που θα κάνει πρεμιέρα στο φετινό Flow Film & Eco Festival (30 Νοεμβρίου στην Αθήνα και 7 Δεκεμβρίου στη Θεσσαλονίκη).

Στο ντοκιμαντέρ μικρής διάρκειας *(Vertigo Production / The North Face),* ο Έλληνας ορειβάτης και επαγγελματίας της εικόνας αποτυπώνει κινηματογραφικά την προσπάθεια και περιπέτεια 19 ελλήνων ορειβατών για την κατάκτηση της κορυφής Island Peak των Ιμαλαΐων σε υψόμετρο 6.189 μέτρων, τον Σεπτέμβριο που μας πέρασε. Αναλογιστείτε την προσπάθεια του Κορνήλιου Σαραντίογλου, με έξτρα βάρος στους ώμους, να περπατάει σε τέτοιο υψόμετρο και την ίδια στιγμή να κινηματογραφεί και να τραβάει φωτογραφίες. Το λες και επίτευγμα.

Ο ίδιος προσπαθεί να ισορροπήσει ανάμεσα σε action-adventure και πιο corporate δουλειές, παράλληλα με πολλές συνεργασίες με μεγάλα περιοδικά και πελάτες.

«Το όλο εγχείρημα ξεκίνησε πριν δύο χρόνια από ένα παρεάκι – εγώ κι άλλος ένας, ο δύο γίναμε τρεις και είδαμε ότι δεν βγαίνει με τρία άτομα. Είπαμε να το πούμε στους γνωστούς μας, να δούμε αν θα καταφέρουμε να βρούμε κόσμο. Τελικά είδαμε ότι υπάρχουν κι άλλοι τρελοί που θέλουν να παρατήσουν τη ζωή τους για είκοσι δύο μέρες. Μαζευτήκαμε δέκα εννιά άτομα, λοιπόν. Εντωμεταξύ, αυτά τα δύο χρόνια οργανωθήκαμε, κάναμε συνέχεια προπονήσεις, πήγαμε στον Όλυμπο, στην ψηλότερη κορυφή της Ιταλίας Gran Paradiso και τελικά τον Σεπτέμβριο που μας πέρασε πήγαμε και για τα πιο ψηλά» μας λέει για το πώς γεννήθηκε η ιδέα για την κατάκτηση της Island Peak και πώς τα δύο άτομα έγιναν τελικά δέκα εννιά.



Και συνεχίζει την αφήγησή του:

«Ήμασταν δέκα εννιά άτομα, όλοι Έλληνες. Είχαμε δύο ντόπιους οδηγούς. Ο κάθε ένας από εμάς το αντιμετώπισε διαφορετικά, για κάποιους ήταν πολύ δύσκολο, για άλλους λιγότερο, για άλλους καθόλου. Αν τους ρωτήσεις ο κάθε ένας ίσως σου δώσει διαφορετική απάντηση, από τη δική του σκοπιά και τις εμπειρίες που αποκόμισε. Υπήρχαν μέλη από την ομάδα που έφυγαν από τις πρώτες μέρες, δεν άντεξαν το υψόμετρο. Και καθ' όλη τη διάρκεια της αποστολής χάναμε κόσμο. Κατέβαιναν πιο χαμηλά γιατί δεν άντεχε ο οργανισμός την έλλειψη οξυγόνου. Από τα δέκα εννιά άτομα, φτάσαμε στο βουνό οι δεκαέξι και στην κορυφή οι επτά. Προφανώς και κάθε φορά που χάναμε και κάποιον ήταν ένα χτύπημα στην ψυχολογία. Ειδικά όταν έβλεπες κάποιον που ήταν από τους δυνατούς της ομάδας και έλεγε "παιδιά, τέλος, γυρνάω πίσω", δηλαδή κατεβαίνω σε πιο χαμηλά υψόμετρα για να οξυγονωθεί ο οργανισμός μου. Αν φεύγουν οι δυνατοί, υπάρχει πρόβλημα».

Τι είναι αυτό που οδηγεί κάποιους να ασχοληθούν με την ορειβασία και να φτάσουν στα όριά τους; «Πάρα πολύς κόσμος λέει "τι είναι αυτό το χόμπι; Πού πας εκεί; Τόση ταλαιπωρία... Το διασκεδάζετε που πήγατε και φάγατε χιονοθύελλα;". Η αλήθεια είναι ότι κάθε φορά που ανεβαίνουμε σε ένα βουνό και δεν μας ζορίσει τόσο, έχει λιακάδα και είναι σαν μια ωραία εκδρομή, δεν το ευχαριστιόμαστε τόσο πολύ. Θα σου δώσω ένα παράδειγμα. Ήμασταν στον Όλυμπο, είχαμε ξεκινήσει από την Αθήνα στις 4 τα ξημερώματα, φτάσαμε στο Λιτόχωρο στις 8 το πρωί και περπατήσαμε μέχρι τις 2 τα επόμενα ξημερώματα. Κοντεύαμε να κλείσουμε 22 ώρες. Μας έπιασε χιονοθύελλα μέσα στη νύχτα. Στο σημείο αυτό, που φυσάει διαολεμένα, που κάνει κρύο, ενώ είστε ολόκληρη ομάδα αρχίζεις και κλείνεσαι στον εαυτό σου. Προσπαθείς να συγκεντρωθείς, να είσαι εκεί γιατί πρέπει να φτάσεις κάπου, δεν γίνεται αλλιώς, θα πεθάνεις, πρέπει να φτάσεις κάπου να κοιμηθείς. Τότε ίσως είναι η καλύτερη στιγμή. Με όλους τους φίλους σχοινο-συντρόφους που το έχουμε συζητήσει, σχεδόν όλοι συμφωνούμε ότι εκείνη την ώρα μπορεί να είσαι μαζί με 10 άτομα αλλά είσαι τελείως μόνος. Εκμυστηρεύεσαι στον εαυτό σου όλα αυτά που μπορεί ποτέ να μην είχες συζητήσει μαζί του. Και ξαφνικά συνειδητοποιείς με όλη αυτή τη δυσκολία, με όλο το ζόρι που τραβάς, ότι μπορεί να γίνει κάτι εκεί πάνω και να σκοτωθείς, πως ο λογαριασμός που έχεις στο σπίτι, που σε προβληματίζε να τον πληρώσεις και σε άγχωνε, δεν έχει νόημα να αγχώνεσαι και να στεναχωριέσαι για αυτό. Όταν επιστρέψεις, νιώθεις ξαλαφρωμένος, πως τελικά όλα αυτά που σε προβληματίζουν είναι πολύ λίγα και μικρά».

Ο Κορνήλιος μοιράζεται μια προσωπική ιστορία, από εκεί ψηλά: «Τώρα στα Ιμαλάια, στην κορυφή που φτάσαμε τα επτά άτομα, έφτασα προτελευταίος. Έπρεπε και να κινηματογραφήσω, είχα και ένα μικρό θέμα υγείας που με ταλαιπώρησε. Τότε έριξα τον μεγαλύτερο καβγά με τον εαυτό μου, στα τελευταία 200 μέτρα προς την κορυφή που ήταν και τα πιο δύσκολα. Ήταν πραγματικά σαν τα καρτούν, ένα διαβολάκι και ένα αγγελάκι στους ώμους μου, με το ένα να λέει "άσ' το, ρε φίλε, δεν υπάρχει λόγος, έχεις φτάσει ως εδώ, είσαι 100 μέτρα από την κορυφή, δεν θα το μάθει κανένας, πες ότι έφτασες". Και από την άλλη "όχι, θα το κάνεις, θα ανέβεις". Και ξανά "άσ' το, ρε φίλε, μην ταλαιπωρείσαι"».

Και μετά; «Όταν κατέβηκα από το βουνό, ένιωσα τόσο κενός από ενέργεια και ψυχολογία. Έκαψα τα κύτταρά μου. Ένιωσα ότι είχα αφήσει ένα κομμάτι του εαυτού μου πάνω – ίσως το κομμάτι του εαυτού μου που θα εγκατέλειπε. Που δεν θα εγκατέλειπε μόνο στο βουνό, αλλά και σε πράγματα εδώ. Τελικά, το βουνό είναι πολλά περισσότερα από ταλαιπωρία, στόχοι κ.λπ. Σου μαθαίνει πράγματα για τον εαυτό σου, και αυτό που ανακαλύπτεις και ίσως είναι το σημαντικότερο είναι ότι δεν υπάρχουν όρια. Τέλος! Δεν υπάρχουν άλλα όρια για να ξεπεράσεις. Συνειδητοποιείς πως αν θέλεις κάτι πραγματικά, το κάνεις. Και τέλος πάντων, το βουνό είναι ένα σχολείο. Ανακαλύπτεις πράγματα και γυρνάς πίσω λίγο διαφορετικός. Στο πώς σκέφτεσαι, στο πώς συμπεριφέρεσαι, τι θεωρείς σημαντικό και τι όχι. Οπότε, ναι, το βουνό είναι κάτι παραπάνω από ταλαιπωρία».

Δεν ήταν μόνο η προσπάθεια για την κατάκτηση της κορυφής. Η καθημερινή επαφή της ομάδας και οι στιγμές με τους κατοίκους του Κατμαντού και τους ντόπιους οδηγούς ήταν από μόνα τους μέρος της ταξιδιωτικής εμπειρίας και μάθημα ζωής: «Μου έκανε εντύπωση πως ενώ το Νεπάλ είναι τόσο φτωχή χώρα, στην πρωτεύουσα, το Κατμαντού, έχει πολύ χαμηλά ποσοστά εγκληματικότητας. Είναι πολύ ανοιχτόκαρδοι και φιλόξενοι άνθρωποι και πάρα πολύ χαμογελαστοί. Αυτό που με ενθουσίασε και μου έκανε εντύπωση στα Ιμαλάια, είναι πως οι άνθρωποι ζούσαν σε σπιτάκια από πέτρα, λάσπη και ελενίτ και ήταν τόσο χαρούμενοι και ευτυχισμένοι. Αυτό ήταν ένα μάθημα ζωής. Εδώ λες "θέλω καλύτερο κινητό, θέλω καλύτερο αυτοκίνητο, θέλω καλύτερο αυτό και εκείνο" και χαλιέσαι όταν δεν τα έχεις. Και εκεί είναι τόσο χαρούμενοι χωρίς τίποτα και λες, τελικά ποιος έχει βρει το νόημα της ζωής και ποιος το έχει χάσει; Ήταν πολλά και απανωτά τα χαστούκια».

instagram.com/kornilios_sa

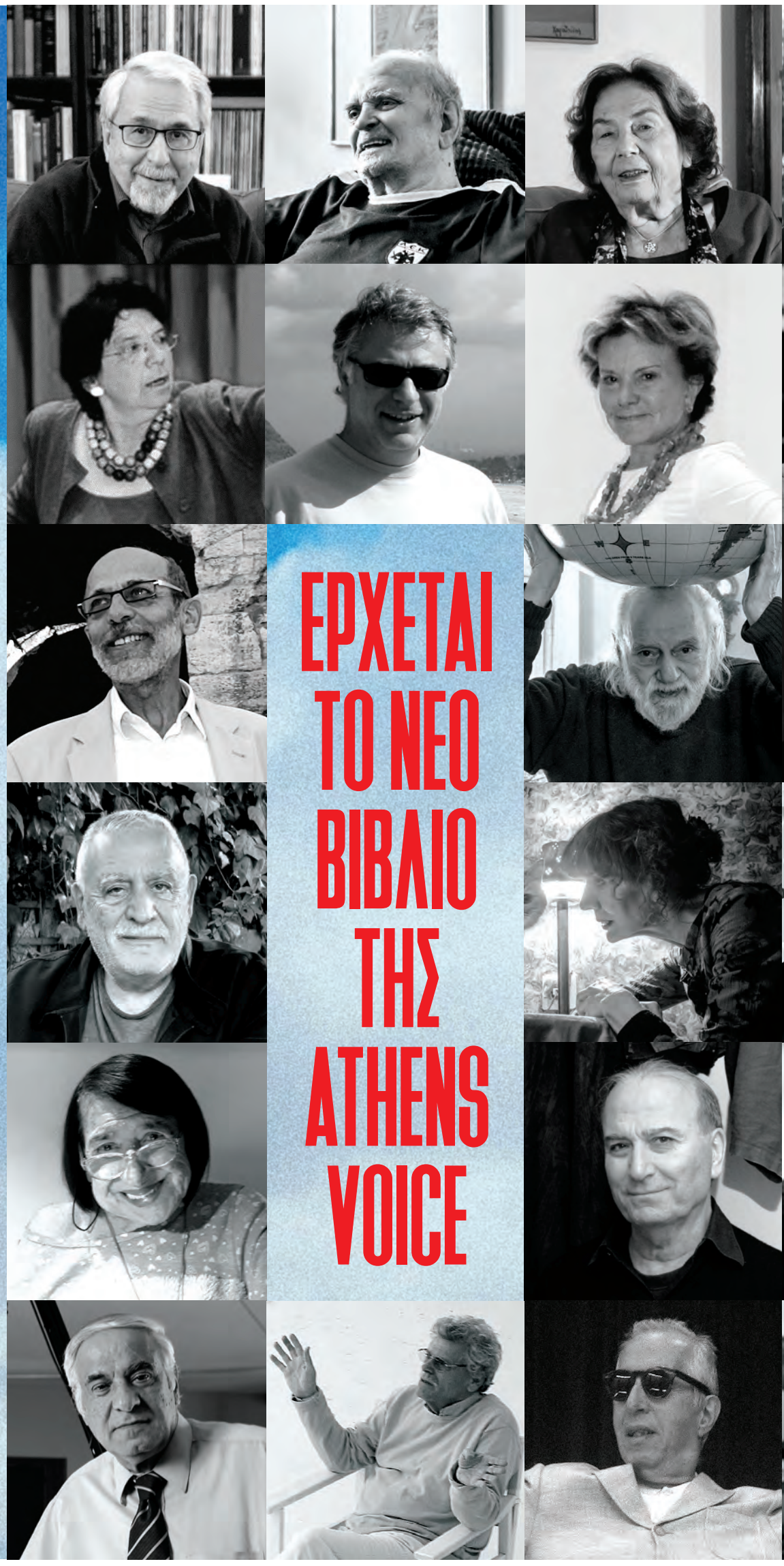








Νάνος Βαλαωρίτης
Σωτήρης Γκορίτσας
Νίκος Δήμου
Μαρία Ευθυμίου
Ζυράννα Ζατέλη
Άλκη Ζέη
Πέγκυ Ζουμπουλάκη
Γιώργος Καμίνης
Μανόλης Κορρές
Μιχάλης Μυτακίδης
Λίνα Νικολακοπούλου
Λευτέρης Παπαδόπουλος
Λάκης Παπαστάθης
Τίτος Πατρίκιος
Γιάννης Πετρίδης
Κατερίνα Αγγελάκη Ρουκ
Διονύσης Σιμόπουλος
Θεόδωρος Τερζόπουλος
Κωνσταντίνος Τζούμας
Κώστας Τσόκλης
Σταμάτης Φασουλής



ΕΡΧΕΤΑΙ ΤΟ ΝΕΟ ΒΙΒΛΙΟ ΤΗΣ ATHENS VOICE



Μάκης Προβατάς

21 ΥΠΕΡΟΧΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ *μιλούν για την* ΑΘΗΝΑ

ATHENS voicebooks

Taste



Voice

Οι Έλληνες σεφ που ταξιδεύουν την ελληνική κουζίνα στον κόσμο, τα καλύτερα πιάτα της σεζόν, τα νέα γευστικά «υβρίδια», ένα quiz για δυνατούς foodies, τα πιο νόστιμα στέκια της Αθήνας. Ένα αφιέρωμα ολοζώντανο και λαχταριστό. Κατεβάζοντας δωρεάν την εφαρμογή **ADAF AR** (Athens Digital Arts Festival) θα το δείτε να ζωντανεύει μπροστά στα μάτια σας!

Επιμέλεια: **Νενέλα Γεωργελέ** - *Εικονογράφηση:* **Masha Shishova**



Taste of Ionia

Η ΕΚΔΙΚΗΣΗ

ΟΙ ΕΛΛΗΝΕΣ ΤΑΞΙΔΕΥΟΥΝ ΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ ΚΑΙ ΜΑΣ ΚΑΝΟΥΝ ΠΕΡΗΦΑΝΟΥΣ

Της **ΚΡΙΣΤΥΣ ΠΕΡΡΗ**



ΤΟΥ ΜΟΥΣΑΚΑ

Μπορούμε επιτέλους να το βροντοφωνάξουμε: οι Έλληνες σεφ είναι παντού και θριαμβεύουν! Η κουζίνα τους μοσχοβολάει Μεσόγειο, ξεπερνάει γεωγραφικά σύνορα, προσγειώνεται στην καρδιά του παγκόσμιου food market και αναζητείται από λάτρεις του καλού φαγητού σε κάθε άκρη του κόσμου. Χάρη στις φιλότιμες και πολύχρονες προσπάθειές τους, οι λέξεις «greek» και «food» έχουν σταματήσει να σημαίνουν ετοιματζίδικο μουσακά και τσίκνα από σουβλάκι. Έτσι οι καλοταξιδεμένοι foodies αναγνωρίζουν τις ελληνικές γεύσεις ως κάτι το αυθεντικό, απίστευτα νόστιμο και με σεβαστές δόσεις «εξωτικής κουζίνας». Οι σεφ μας, λοιπόν, γεμίζουν τις βαλίτσες τους με το ταλέντο και τα όνειρά τους και στολίζουν τις πρωτεύουσες του κόσμου με υπέροχα εστιατόρια - μικρές πρεσβείες της ελληνικής κουζίνας. Εμείς πίσω στην πατρίδα είμαστε κάτι παραπάνω από περήφανοι. Καυχιόμαστε για τα ρεζερβέ τραπέζια σαν να έχουμε μερίδιο των εισπράξεων και παίρνουμε μπόι με κάθε βραβείο Michelin που αποκτούν. Ας γνωρίσουμε μερικούς από τους Έλληνες σεφ του εξωτερικού που μας κάνουν περήφανους. ▶



ΛΟΝΔΙΝΟ ΝΤΟΥΜΠΑΪ

ΓΕΩΡΓΙΑΝΝΑ **ΧΙΛΙΑΔΑΚΗ**, ΝΙΚΟΣ **ΡΟΥΣΣΟΣ**

Οι Funky Gourmets

► Η **Γεωργιάννα** και ο **Νίκος** είναι το σούπερ δίδυμο πίσω από το Funky Gourmet (το πρωτοποριακό αθηναϊκό εστιατόριο με τα δύο αστέρια Michelin). Μετά την εγχώρια επιτυχία αποφάσισαν να πακετάρουν όλη την τεχνογνωσία και τις ικανότητές τους και να μαγειρέψουν στον ρυθμό του «London Calling». Μαζί με τους αδερφούς Αντρέα και Αλέξη Λαμπρίδη διάλεξαν την πιο όμορφη γειτονιά του Λονδίνου, το Marleybone, και εκεί άνοιξαν το **Opso**, ένα all day casual restaurant με ελληνική καρδιά και τεράστια απήχηση. Το Opso (στα αρχαία ελληνικά η λέξη οψός σημαίνει μπουκιά) έχει κάνει όνομα στη λονδρέζικη food σκηνή για το καταπληκτικό brunch του (τα pancakes από μόνα τους αξίζουν να βγάλεις εισιτήριο για Heathrow), ενώ ανάρπαστα γίνονται και τα ελληνικά του πιάτα όπως το γιουβέτσι. Το Opso όχι μόνο συμπεριλαμβάνεται για δύο συναπτά έτη στα 100 καλύτερα μαγαζιά της Αγγλίας, αλλά τον Μάιο του 2019 άνοιξε και το πρώτο franchise μαγαζί Opso στα Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα, στο μεγαλύτερο και πιο επιβλητικό εμπορικό κέντρο του Dubai, το Dubai Mall. Αντί, λοιπόν, να πάρουν μια ανάσα ή να ανοίξουν μια σαμπάνια για τις επιτυχίες τους, οι φίλοι αποφάσισαν να επενδύσουν και σε ένα δεύτερο λονδρέζικο μαγαζί. Τον Σεπτέμβριο του 2018 ξεκίνησε τη λειτουργία του το **Pitta Bun**, ένα ελληνικό street food joint στην Carnaby Street, την πιο κεντρική και χαριτωμένη από όλες τις οδούς του Soho. Εκεί τα buns με πικάντικο λεμονοριγανάτο κοτόπουλο, γύρο ή αρνί κλέφτικο γίνονται ανάρπαστα (ενώ ο άσος στο μανίκι είναι και οι γλυκές επιλογές για το σωστό food comma). Η funky διεθνής εξέλιξη του κλασικού σουβλακίου είναι γεγονός.





Taste Voice





ΒΙΕΝΝΗ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ **ΦΙΛΙΠΠΟΥ**

Ο ροκ σταρ

► Με δύο αστέρια Michelin και μακριά, σγουρά μαλλιά, τι άλλο μπορείς να θεωρηθείς εκτός από ροκ σταρ; Ο **Κωνσταντίνος Φιλίππου** διασκεδάζει στην κουζίνα του, συνδυάζοντας με όποιον παιχνιδιάρικο τρόπο σκαρφιστεί τις ελληνικές γεύσεις με την αυστριακή κουλτούρα. Έχει γεννηθεί στο Γκρατς, από πατέρα Έλληνα και μητέρα Αυστριακή, αντλεί έμπνευση από τα παιδικά και εφηβικά «πηγαινέλα» ανάμεσα στις δύο πατρίδες και στα 36 του χρόνια κάνει έναν όμορφο, μαγειρικό χαμό. Το εστιατόριό του **Konstantin Filippou** στη Βιέννη έχει βραβευτεί με το αστέρι Michelin όχι μία, αλλά δύο φορές από το 2013 και η ανοδική πορεία του συνεχίζεται. Έχει επίσης ιδρύσει και το **O Boufes**, έναν χώρο εστίασης με πιο lounge, χαλαρή αισθητική και διάθεση, όπου σύμφωνα με τον ίδιο πηγαίνει για να χαλαρώσει από τα καθήκοντα του πρώτου εστιατορίου. Το O Boufes απέκτησε τη διάκριση του *Bib Gourmand* και ο Κωνσταντίνος φαίνεται να εκτοξεύεται στην κορυφή της Ευρώπης! Θεωρεί τον εαυτό του «κομμένο στη μέση» και δεν πιστεύει πως είναι ολοκληρωμένος ως σεφ αν μαγειρεύει αποκλειστικά μεσογειακά ή αυστριακά. Βέβαια σύμφωνα με τον ίδιο, η μεγαλύτερη πλάκα είναι να εντοπίζεις τις ομοιότητες ανάμεσα στις δύο κουζίνες. Για παράδειγμα η δική μας μαγειρίτσα μοιάζει εξαιρετικά με τη σούπα beuschel και είναι ένα πιάτο που αγαπάει ιδιαιτέρως, όπως κι αυτοί που επισκέπτονται φανατικά το εστιατόριό του.

ΦΩΤΟ: PER-ANDERS JÖRGENSEN



ΓΙΑΝΝΗΣ **ΜΠΑΞΕΒΑΝΗΣ**

Ο υπερασπιστής των φτωχών (υλικών)

► Οι νεότεροι (και ελαφρώς άσχετοι) τον έμαθαν από την guest εμφάνισή του στο Masterchef, όταν οι διαγωνιζόμενοι κλήθηκαν να αντιγράψουν ένα από τα πιάτα του (εντυπωσιακότατη μους κοτόπουλου γεμιστή με ντολμαδάκι από χόρτα, μαζί με πουρέ από κουκιά και σάλτσα μυζήθρας). Οι πιο σχετικοί φυσικά τον γνώριζαν ήδη, ως τον μάγειρα που ταξιδεύει τον κόσμο κουβαλώντας μαζί του αγριόχορτα, φύκια, θαλασσινό αλάτι και χαρουπάλευρο. Ο **Γιάννης Μπαξεβάνης** θεωρείται από τους «πυλώνες» της ελληνικής κουζίνας, μαγειρεύει σε εστιατόρια σε όλη την Ελλάδα –με αγαπημένο του τόπο την Κρήτη–, και είναι ένας πολυάσχολος και δραστήριος άνθρωπος. Σαν γαστρονομικός αντιπρόσωπος της Ελλάδας ταξιδεύει για τον *Ελληνικό Οργανισμό Εξωτερικού Εμπορίου στα Ηνωμένα Έθνη* υπό την ελληνική προεδρία, στο *Fouquet's* στο Παρίσι, στα *Culinary Institutes of America* στο Σαν Φρανσίσκο και τη Νέα Υόρκη, ενώ κάθε χρόνο αναλαμβάνει ένα δεκαπενθήμερο φεστιβάλ ελληνικής γευσιγνωσίας στην Ελβετία. Είναι επίσης υπεύθυνος για την άνθηση της ελληνικής κουζίνας στο Dubai, με το εστιατόριό του **Ελιά** να βρίσκεται συνεχώς στην απόλυτη προτίμηση τόσο των μόνιμων κατοίκων αλλά και των τουριστών. Ο ίδιος μάλιστα μας εκμυστηρεύτηκε πως πριν ξεκινήσει να κάνει εκεί τα μαγειρικά μαγικά του, τα ελληνικά πιάτα ήταν άγνωστα για τους περισσότερους Άραβες και μάλιστα δεν τους ενδιέφερε καν να τα δοκιμάσουν. Με τόσο σνομπ κοινό, η δουλειά σου γίνεται ακόμα πιο δύσκολη. Fast forward στο σήμερα, με τα ελληνικά εστιατόρια να ξεφυτρώνουν σε κάθε γωνιά του εξωτικού Dubai και να κερδίζουν αμέσως φανατικό κοινό. Ο Γιάννης επιμένει στα αγνά, ταπεινά υλικά του τόπου μας, τα οποία προσφέρουν απέραντη νοστιμιά και αξίζουν μια περίοπτη θέση σε οποιοδήποτε τραπέζι, όσο πολυτελές και να είναι. Ο ίδιος φαίνεται να μοιράζεται μια μεγάλη ιστορία αγάπης με το χαρούπι, υλικό που κάποτε ήταν συνδεδεμένο με τη θλίψη της Κατοχής και τη μιζέρια της φτώχειας αλλά στην πραγματικότητα είναι τρομερά θρεπτικό και έχει ασυναγώνιστη γεύση. Δηλώνει επίσης ερωτευμένος με τη μολόχα, το αυγοτάραχο, το σταμναγκάθι, τα φύκια και φυσικά το αξεπέραστο ελληνικό παρθένο ελαιόλαδο – και δεν παύει να τα συστήνει στο διεθνές κοινό που, με τη σειρά του, τα αποθεώνει.



ΦΙΛΙΠΠΟΣ **ΧΡΟΝΟΠΟΥΛΟΣ**

Ο σούπερ ήρωας

► Η καριέρα του Φίλιππου ως σεφ θα μπορούσε να μετατραπεί σε graphic novel. Άνετα. Οι πρώτες σελίδες θα ήταν γεμάτες από σχέδια ενός ονειροπόλου πιτσιρικά που στα 17 του παρακολουθεί σεμινάρια ζαχαροπλαστικής στον Στέλιο Παρλιάρο και στη συνέχεια τα μάτια του πετάνε σπίθες και η καρδιά του γεμίζει ζάχαρη. Καταφέρνει να πείσει τους γονείς του να στηρίξουν τις σπουδές του στο *Institut Paul Bocuse* της Λιόν, ενώ ταυτόχρονα αποκρούει τις έντονες ενστάσεις του (μάγειρα) παππού του. *«Η κουζίνα είναι σκλαβιά!»* του φωνάζει, και ως ιδιοκτήτης του ξακουστού εστιατορίου Χρυσομάλλης στην Κέρκυρα ίσως ξέρει κάτι παραπάνω. Ο Φίλιππος όμως επιμένει, εξασκεί τις μαγειρικές υπερδυνάμεις του και μετά το τέλος των σπουδών του γίνεται περιζήτητος. Δουλεύει για τους μεγαλύτερους σεφ της Ευρώπης, πετάει από Λονδίνο σε Παρίσι, μαθαίνει, αγχώνεται, εξαντλείται, αλλά ερωτεύεται τη μαγειρική κάθε μέρα και περισσότερο. Επιστρέφει στην Ελλάδα για να μπει στον στρατό, αλλά η ψυχή του εξακολουθεί να βρίσκεται στον φούρνο γαλλικών εστιατορίων. Γυρνάει στην Πόλη του φωτός και δουλεύει επί τέσσερα χρόνια στο ατελιέ του μυθικού Joël Robuchon. Έως ότου αισθάνεται αρκετά δυνατός και αναλαμβάνει χρέη executive chef στο ολοκαίνουργιο Palais Royal. Εκεί πλέον αποκαλύπτει την ταυτότητά του στον κόσμο. Ελεύθερος να εκφραστεί ακριβώς όπως θέλει, ξεκινά να δημιουργεί πιάτα με γαλλικές τεχνικές και ελληνικό αέρα, μαγεύοντας τους Γάλλους και διεθνείς πελάτες του. Η καταξίωση είναι φυσικό επόμενο. Ένα αστέρι Michelin να λαμπυρίζει και τα όνειρα του μέλλοντος να πλησιάζουν όλο και περισσότερο.



Ο Φίλιππος αντλεί απέραντη έμπνευση από τις ρίζες του, δημιουργώντας πιάτα όπως το «herbes lactées», μια τάρτα με μορχέλες και μους σπανακόπιτας, ή το χταπόδι «poulpe au piment fumé», σερβιρισμένο με πατάτες baby, καραμελωμένο χυμό ρεβιθιού και ελληνικό γιαούρτι με πάπρικα.

Στις τελευταίες σελίδες του graphic novel τον βλέπουμε να απολαμβάνει ένα σουβλάκι με την κόρη του, καθισμένοι έξω από τα **Filakia**, το μοντέρνο παριζιάνικο σουβλατζίδικο της Γαλλίδας συζύγου του, στο οποίο είναι guest chef. Δεν υπάρχει The End. Μόνο η συνέχεια της περιπέτειας στο επόμενο τεύχος. ►

ΦΩΤΟ: MATHILDE

Taste Voice



ΠΑΡΙΣΙ

THÉODOROS **GENNITSAKIS**

Fashion icon

► Γιουβαρλάκια και μόδα στο Παρίσι. Μεγαλωμένος στην πόλη του έρωτα και με ελληνικές ρίζες, ο **Theo** είναι λάτρης της μεσογειακής κουλτούρας και του καλού φαγητού. Ασχολείται εδώ και δεκαπέντε χρόνια με τον χώρο της μόδας, ενώ τα τελευταία εφτά καταπιάνεται με projects που συνδέουν Παρίσι και Αθήνα, έτσι ώστε να μπορεί να πηγαινοέρχεται και να δουλεύει ταυτόχρονα. Όλες οι σχέσεις εξ αποστάσεως έχουν τις θυσίες τους έτσι κι αλλιώς. Σταδιακά κατάφερε να δημιουργήσει το PRESSURE, το προσωπικό του brand που στεγάζει μία διαφημιστική εταιρία, μία μάρκα ρούχων, ένα περιοδικό και μία γκαλερί. Το λογικό επόμενο βήμα; Ένα ελληνικό εστιατόριο στο Παρίσι με γιαγιαδίστικη κουζίνα. Ο Theo καταρχάς έπεισε τον ξαδερφό του Αντώνη, εξαιρετικό σεφ σε γαλλικά εστιατόρια υψηλού επιπέδου, να τον εμπιστευτεί και να γίνει συνέταιρός του. Έπειτα έκλεψε όλες τις συνταγές της γιαγιάς του, τις έβαλε στη λίστα του μενού, βρήκε τον κατάλληλο χώρο, κάλεσε τους φίλους του για μεσημεριανό και τελικά άνοιξε το **Adelfos** στο κέντρο του Παρισιού. Οικογενειακή υπόθεση. Όπως μας λέει ο ίδιος, οι Γάλλοι αγαπούν ιδιαίτερα την κουζίνα μας, όμως πολλές φορές περιορίζονται στις γεύσεις που συναντούν στα τουριστικά μαγαζιά της Ελλάδας. Το Adelfos αντιθέτως προσφέρει μία πιο αυθεντική εμπειρία του παραδοσιακού ελληνικού τραπεζιού, με πιάτα όπως τα γιουβαρλάκια, τα σουτζουκάκια και η τηγανιά. Σκοπός του Theo ήταν από την αρχή ο πελάτης να νιώθει μία γλυκιά νοσταλγία και ένα συναίσθημα σαν να βρίσκεται σε σπιτικό σαλόνι, έτοιμος να σερβιριστεί φαγητό φτιαγμένο με αγάπη και παλιά ελληνικά μυστικά.



ΠΑΡΙΣΙ

ΦΩΤΟ: ©PMONETTA

ΑΔΕΛΦΟΙ **ΜΑΥΡΟΜΑΤΗ**

Η τριπλή απειλή

► Όλα ξεκίνησαν πριν από 30 περίπου χρόνια σε ένα μικροσκοπικό χωριό της Κύπρου, όταν οι αδελφοί **Ανδρέας** και **Ευαγόρας Μαυρομάτης** αποφάσισαν να ταξιδέψουν μαζί στο Παρίσι και να εγκατασταθούν εκεί για σπουδές. Η αγάπη τους για την Ελλάδα και το καλό φαγητό, σε συνδυασμό με την ανάγκη για εργασία, τους οδήγησαν να αγοράσουν ένα παντοπωλείο στη συνοικία Σανσιέ και να το εξοπλίσουν αποκλειστικά με ελληνικά προϊόντα. Το πρώτο βήμα είχε αναπάντεχα θετικά αποτελέσματα και έτσι το παντοπωλείο γρήγορα μετατράπηκε σε εστιατόριο. Με μεγαλύτερη σιγουριά στις ικανότητές τους, αποφάσισαν να ανοίξουν και μία μπουτίκ, ενώ ο τρίτος αδερφός της οικογένειας **Διονύσιος** έκλεινε κι αυτός εισιτήρια για Γαλλία. Σήμερα η οικογενειακή επιχείρηση διαθέτει τέσσερα εστιατόρια στο Παρίσι, δύο στη Μασσαλία, ένα εστιατόριο εντός των Gallery Lafayette, οχτώ ντελικατέσεν και ένα αστέρι Michelin! Τόσο τεράστια επιτυχία, μέχρι και ταινία γίνεται. Η μάρκα τους με το όνομα **Thessalia** αποτελείται από τυποποιημένα ελληνικά προϊόντα που γίνονται ανάρπαστα στη γαλλική αγορά (πωλούν γύρω στα 150 κιλά ταραμοσαλάτα ημερησίως – ναι, ημερησίως) ενώ στα εστιατόριά τους συχνάζουν διάσημες εγχώριες προσωπικότητες όπως ο Φρανσουά Ολάντ, ο Νικολά Σαρκοζί και η Κατρίν Ντενέβ. Μέχρι και ο προηγούμενος Έλληνας πρωθυπουργός Αλέξης Τσίπρας είχε δειπνήσει μαζί τους το 2018. Χαρακτηριστικά η γαλλική εφημερίδα *Liberation* (Libé για τους ντόπιους) είχε να αναφέρει τα εξής για τους αδελφούς Μαυρομάτη: *«Μας έκαναν να ξεκολλήσουμε από τους γαστρονομικούς σοβινισμούς και τους άσκοπους εγωισμούς από τους οποίους συχνά διακατεχόμαστε. Μια επίσκεψη στο κατάστημα της οδού Duphot αρκεί για να σε πείσει. Δεκάδες προϊόντα, σε εξαιρετικές συσκευασίες, μας κάνουν όχι μόνο να γνωρίσουμε αλλά και να λατρέψουμε την ελληνική κουζίνα. Πρόκειται σαφώς για την εκδίκηση του μουσακά».* ▶

ΩΡΙΜΑΖΩ, ΒΓΑΖΟΝΤΑΣ ΤΟΝ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ.

Όταν ο καρπός βρίσκεται στην καλύτερη στιγμή του, αφήνεται στον ήλιο να αποξηραθεί και να διαχωριστεί φυσικά από το εξωτερικό του περίβλημα. Μετά την ξήρανση, οι κόκκοι έχουν πρασινωπό χρώμα και τότε μόνο είναι έτοιμοι για να καβουρδιστούν και να βγάλουν όλο το άρωμά και τη γεύση τους.

Photos by Dimitris Savvakos, Instagram: @sawakos

NESCAFÉ
ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ ΞΕΚΙΝΑΜΕ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ

Κάθε μέρα, απολαμβάνεις καφέ από 100% ποικιλία Robusta που καλλιεργείται στις χώρες του Ισημερινού.









ΑΘΗΝΑΓΟΡΑΣ **ΚΩΣΤΑΚΟΣ**

Ατρόμητος και μερακλής

► Τον γνωρίσαμε πριν χρόνια στο μαγειρικό reality του Ant1 «TopChef» και τον αγαπήσαμε, πρώτον, για το εξαιρετικό του ταλέντο και, δεύτερον, για το πλατύ, ευγενές του χαμόγελο. Σήμερα ο Αθηναγόρας Κωστάκος, μετά από μια μεγάλη καριέρα σε γνωστά ελληνικά εστιατόρια, απολαμβάνει τη νοστιμιά της ζωής στο Λονδίνο, μαζί με την οικογένεια και το μεράκι του. **Meraki** έχει άλλωστε ονομάσει και το εστιατόριό του, όπου ο ίδιος τιμάει τις ελληνικές συνταγές με τις οποίες μεγάλωσε και τις συναρμολογεί από την αρχή, προσθέτοντας τα δικά του τουβλάκια. Προκύπτουν έτσι πιάτα όπως παστίτσιο με ζυμαρικά pacherri, μελωμένο ραγού από μοσχαρίσια ουρά και κρέμα γραβιέρας και επιδόρπια όπως μπουγάτσα περιχυμένη από σοκολάτα και καραμέλα (δεν μας κάνει εντύπωση το ότι είναι εξαιρετικά δημοφιλές). Πώς όμως ένας άνθρωπος με τόσο λαμπρή καριέρα στην Ελλάδα αποφασίζει να εγκαταλείψει τα πάντα για κάτι άγνωστο και ολοκαίνουργιο; Ο ίδιος μας λέει πως το βήμα αυτό ήταν από τα μεγαλύτερα ρίσκα της ζωής του και σίγουρα χρειάστηκε θάρρος. Βέβαια πέτυχε και με το παραπάνω, με το Meraki να δέχεται διθυραμβικές κριτικές για την απλότητα και τη συγκεκριμένη ταυτότητα του μενού του. Στα μελλοντικά του σχέδια είναι φυσικά και η επέκταση εκτός Βρετανίας, με τον ίδιο να λιμπίζεται μακρινούς προορισμούς για τα επόμενά του βήματα. Το Τόκιο τι άποψη έχει για την ελληνική κουζίνα άραγε;



ΝΤΙΝΑ **ΝΙΚΟΛΑΟΥ**

Η Παριζιάνα οικοδέσποινα

►Έχουμε ακούσει την έκφραση «το μυστικό συστατικό σε ένα πετυχημένο φαγητό είναι η αγάπη» και στην περίπτωση της Ντίνας ισχύει. Είτε τη βλέπεις να μαγειρεύει μέσα από την τηλεοπτική σου οθόνη, είτε δοκιμάζεις κρεατόπιτα από τα χεράκια της στο κέντρο του Παρισιού, η αγάπη και το πάθος της γι' αυτό που κάνει διακρίνεται σε κάθε μπουκιά. Υπάρχει καλύτερο αλατοπίπερο από αυτό;



Το Παρίσι διαθέτει έναν απέραντο και τρομερά ποικίλο γαστρονομικό χάρτη, όμως η Ντίνα κατάφερε να βάλει την ελληνική κουζίνα στο επίκεντρο. Και μάλιστα με μεγάλα γράμματα! Το 2006 άνοιξε με την αδερφή της Μαρία το **Evi Evane**, ένα εστιατόριο το οποίο και οι δυο τους αντιμετώπισαν ως παιδί που ακόμα «κανακεύουν» για να μεγαλώσει κι άλλο. Με διακρίσεις όπως *«Καλύτερο εστιατόριο ξένης κουζίνας»* από τον οδηγό γαστρονομίας *Pudlo Paris*, είναι προφανές πως τα καταφέρνουν περίφημα. Σκοπός εξαρχής ήταν να δώσουν στους Παριζιάνους ένα νόστιμο, χορταστικό και άκρως δελεαστικό preview των πιάτων που μπορούν να απολαύσουν σε ένα ταξίδι στην Ελλάδα, έτσι ώστε να είναι προετοιμασμένοι και να έχουν μέτρο σύγκρισης. Και φυσικά ένα μέρος για να γιατρέψουν τη νοσταλγία τους μετά την επιστροφή. Όλο αυτό συμπληρώθηκε από τη μοναδική φαντασία και ικανότητα της Ντίνας να συνδυάζει γεύσεις και πρώτες ύλες. Το μενού του Evi Evane είναι γεμάτο παραδοσιακές συνταγές πρωτόγνωρης νοστιμιάς, που ξετρελαίνουν τους Γάλλους και κάνουν εσένα τον Έλληνα να νομίζεις πως δοκιμάζεις στιφάδο και ντολμαδάκια για πρώτη φορά. Παρά τη... γαλλική «αύρα» του, το όνομα του εστιατορίου έχει έμπνευση το αρχαίο επιφώνημα «ευοί ευάν», που στη συνέχεια μετατράπηκε σε «εβίβα» και ουσιαστικά σημαίνει «στην υγειά μας».

Ταξίδι στον κόσμο του τυριού

Εμπλουτίζουμε την ποικιλία μας με προσεκτικά επιλεγμένα τυριά από όλη την Ελλάδα και σας καλούμε σε ένα ταξίδι στον κόσμο του τυριού.

Φέτα Π.Ο.Π. βαρελίσια Τριπόλεως
500 g, 7.98€/ 1 Kg
3.99€

ΤΟ ΤΥΡΟΚΟΜΕΙΟ ΜΑΣ
FINEST CHEESE SELECTION

Αρσενικό Νάξου
125 g, 13.52€/ 1 Kg
1.69€





Βρείτε μία μεγάλη ποικιλία από παραδοσιακά ελληνικά τυριά στο τυροκομείο μας από 25.11.
Δείτε εδώ σε ποια καταστήματα είναι διαθέσιμα: **www.lidl-hellas.gr/to-tyrokomeio-mas**

20 ΧΡΟΝΙΑ

LIDL Ελλάς

www.lidl-hellas.gr

ΑΜΣΤΕΡΝΤΑΜ

ΣΠΥΡΟΣ **ΜΑΡΙΑΤΟΣ**

Ο ινσταγκραμικός γλυκατζής

► *«Θα τα παρατήσω όλα και θα πάω στο Άμστερνταμ να φτιάχνω cheesecakes»* είπε μία μέρα ο Σπύρος. Το 'πε και το 'κανε. Μετά από χρόνια εμπειρίας σε ελληνικά εστιατόρια και ξενοδοχεία, αποφάσισε να υποκύψει στον έρωτά του με την ολλανδική πρωτεύουσα και να γράψει ένα κρεμώδες και μαζί τραγανό success story. Έτσι, λοιπόν, διάλεξε μία πανέμορφη γειτονιά του Άμστερνταμ ανάμεσα σε vintage shops και ρομαντικά σοκάκια και άνοιξε το **Cheesy Cakes**, ένα μαγαζί με ροζ αισθητική, φιλική ατμόσφαιρα και πολλές θερμίδες. Πρόκειται για ένα concept store -ναό των cheesecakes, τα οποία θα βρεις σε διάφορες πρωτότυπες (και διεστραμμένες) εκδοχές, πολλές από αυτές με άκρως ελληνικό χαρακτήρα. Γνωστές μας γεύσεις όπως μελομακάρονο, μπακλαβάς και γαλακτομπούρεκο (ναι, το τελευταίο σερβίρεται με ειδική σύριγγα για να προσθέσεις κι άλλο σιρόπι) μετατρέπονται σε φαντασμαγορικά cheesy υβρίδια και οι πελάτες απ' έξω παραληρούν. Κάθε φορά μάλιστα που ψήνεται και μαγειρεύεται το cheesecake τσουρέκι με μαστίχα και λευκή σοκολάτα, ξεπουλιέται ολόκληρη η παρτίδα σε λιγότερο από μισάωρο. Εκτός από πολλές διακρίσεις, ο Σπύρος είναι και ιδιαίτερα αγαπητός στο ίνσταγκραμ με καθημερινά ποστ του μαγαζιού του να ταγκάρονται ως *#foodporn* από όλους τους ανερχόμενους influencers αυτού του κόσμου. Μελλοντικά ελπίζει να ταξιδέψει και στην υπόλοιπη Ευρώπη, παίρνοντας μαζί το Cheesy Cakes σε μορφή pop up store. Η στάση στην Αθήνα προφανώς θα διαρκέσει λίγο περισσότερο. Και θα στάζει μέλι.







ΜΙΛΑΝΟ

ΒΑΣΙΛΙΚΗ **ΠΙΕΡΡΑΚΕΑ**

Η ονειροπόλα ποιήτρια

► *«Η κουζίνα είναι σαν τον βυθό της θάλασσας. Μαγική και μυστηριώδης. Είναι ένα μέρος που μπορούμε να ανακαλύψουμε μοναδικά πράγματα»* λέει η **Βασιλική Πιερρακέα** και η φωνή της ξεχειλίζει αγάπη. Ξεκίνησε ως ερασιτέχνης μάγειρας, δεν άφησε γωνία της Ελλάδας χωρίς να την εξερευνήσει, γνώρισε τους καλύτερους παραγωγούς της χώρας και στη συνέχεια μετακόμισε στο Μιλάνο με σκοπό να προτείνει στους Ιταλούς έναν διαφορετικό γευστικό κόσμο. Σε ποιους, στους Ιταλούς! Άνοιξε έτσι το **Vasiliki Kouzina** στον ήσυχο δρόμο Via Clusone και ξεκίνησε να υλοποιεί το όνειρό της με όπλο τις κατσαρόλες που αχνίζουν χταπόδι και κοφτό μακαρονάκι. Τυλίγοντας τα ντολμαδάκια ένα-ένα. Αντλώντας έμπνευση από τα κυριακάτικα τραπέζια στην Καλαμάτα και τις μυρωδιές στην ταβέρνα του παππού της. Ο δικός της χώρος είναι κομψότατος και απόλυτα σύγχρονος, με το κόκκινο της Κνωσού να κυριαρχεί (ελληνικά χρώματα δεν είναι μόνο το μπλε και το λευκό εξάλλου) και τα φωτιστικά από ορείχαλκο να θυμίζουν το φως του ήλιου μας. Ένα μαγαζί σαν βελούδινο κουτί κοσμημάτων που σε προκαλεί να περάσεις ώρες στο εσωτερικό του, ανακαλύπτοντας το προσεγμένο, βασιλικό μενού.

Σε μια πόλη που φημίζεται για το καλό φαγητό της, η Βασιλική κατάφερε να λάμψει μαγειρεύοντας κοκκινιστά, γίγαντες, αβγοτάραχο και φάβα. Δημιούργησε έτσι ένα μοναδικό στέκι που συγκαταλέγεται στα πιο δημοφιλή της πόλης και είναι μονίμως γεμάτο από νεαρούς, μοδάτους Μιλανέζους που επιθυμούν να φάνε καλά «όπως οι Έλληνες».



ΛΟΝΔΙΝΟ

ΑΣΗΜΑΚΗΣ **ΧΑΝΙΩΤΗΣ**

Ο street artist

► Μεγαλωμένος στο Περιστέρι, ο Ασημάκης αναζητούσε διεξόδους για την εκρηκτική του δημιουργικότητα από πολύ νεαρή ηλικία. Για ένα χρονικό διάστημα ξεσπούσε στα χρώματα, τα σπρέι και τα περίτεχνα σχέδια της ζωγραφικής του δρόμου, μετατρέποντας τον εαυτό του σε φίνο στριτ αρτίστα. Στη συνέχεια ανακάλυψε το σύμπαν που βρίσκεται μέσα σε μια κουζίνα και τελικά αποφάσισε να γίνει σεφ. Ο δρόμος φυσικά δεν ήταν εύκολος, και ο Ασημάκης βρέθηκε σε όλα τα μαγειρικά πόστα, από μπουφέ και ξενοδοχεία μέχρι και fine dining. Μία μέρα αποφάσισε να δοκιμάσει τις ικανότητές του στο εξωτερικό και έτσι έφυγε για Λονδίνο, βρίσκοντας δουλειά σε ένα από τα καλύτερα εστιατόρια της πόλης, το Pied à Terre. Σιγά-σιγά, μετά από χιλιάδες ώρες σκυμμένος πάνω από άδεια πιάτα που έπρεπε να γεμίσει με ποιότητα, ο Ασημάκης κατάφερε να αναλάβει τη θέση του executive chef και μόλις στα 28 του τιμήθηκε με βραβείο Michelin.

Πρωταγωνίστρια στη μαγειρική του είναι φυσικά η ελληνική κουζίνα. «Από τη στιγμή που θα κάτσεις στο εστιατόριό μας, θα σου έρθει το ψωμί που ψήνουμε καθημερινά με φρέσκο προζύμι και ένα μπουκαλάκι με ελαιόλαδο από άγουρες ελιές που κάνω ο ίδιος. Ένα από τα πιάτα που είχα πέρσι στο μενού μου ήταν τα σαλιγκάρια "σαν στιφάδο" που μου έκανε η μητέρα μου όταν ήμουν μικρός. Εγώ τα έφτιαξα σε μορφή από ραβιόλια, γεμιστά με τα σαλιγκάρια και τη σάλτσα, και μικρά κρεμμύδια στο grill για να δώσω μια καπνιστή γεύση. Τώρα έχω μια μίξη ελληνικής και γαλλικής κουζίνας με foie gras που το σερβίρω με τραχανά, άλλο ένα πολυαγαπημένο ελληνικό υλικό, όπως χρησιμοποιώ και αγουρίδα, αυγοτάραχο, σταμναγκάθι από την Κρήτη και πολλά άλλα». Εκτός όλων αυτών, του αξίζουν επιπλέον πόντοι για το προσωπικό του, το οποίο αποτελείται σε ένα 70% από άλλους Έλληνες! A





Taste voice

50 ΠΙΑΤΑ ΠΟΥ ΘΕΣ ΝΑ ΔΟΚΙΜΑΣΕΙΣ ΣΤΑ ΑΘΗΝΑΪΚΑ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΑ

Οι τάσεις, οι κουζίνες του κόσμου, η έμπνευση των σεφ, η όρεξή μας που δεν κλείνει με τίποτα...

Της ΝΕΝΕΛΑΣ ΓΕΩΡΓΕΛΕ



1 Ψίχα από φρέσκο καβούρι Χαλκιδικής με πουρέ από λάχανο, πράσινο μήλο και μπισκ με κολοκύθα. Γκίκας Ξενάκης στο **Aleria**

2 Προβατίνα με πουρέ αγκινάρας, αυγολέμονο και σάλτσα άνηθου. **Μαύρο Πρόβατο**

3 «Nigiri» με καπνιστό χέλι Άρτας, παντζάρι, σταμναγκάθι και κρέμα απάκι. **Δημήτρης Δημητριάδης** στο **Artisanal**

4 Πίτσα με τσουκνίδες, παρμεζάνα και μέλι. **Κώστας Τσίγκας** στο **Cardinale, Μητροπόλεως**

5 Κότα α λα Μιλανέζε, η επιστροφή της αθηναϊκής αστικής κουζίνας. **Κεντρικόν**

6 Χειροποίητο καρβέλι με ξινό προζύμι και σπιτικό βούτυρο -το ψωμί ως κύριο πιάτο! **Δημήτρης Μπαλόπουλος** στο **Phi Beta Kappa**

7 Γλυκάδια από μοσχάρι, σαν ένα κερκυραϊκό σαβόρο. **Έκτορας Μποτρίνι** στο **Botrini's**

8 Παραδοσιακή πίτα με κατσικάκι Βόνιτσας, καυκαλήθρες, τσουκνίδες, αρωματικά, και κρέμα γιαουρτιού, Μάνος Γαρνέλης για τα κυριακάτικα μεσημέρια στου **Βασίλαινα**

9 Βελουτέ από καλαμπόκι αρωματισμένη με αστακό και αφρό από τρούφα και περγαμόντο. **Αλέξανδρος Τσιοτίνης** στο **CTC**

10 Ριζότο «χωριάτικη σαλάτα» με κρέμα δυόσμου και μους φέτας. **Chefi Boutique Restaurant**

11 Καρέ από αρνάκι με ασκόλυμπρους, σεσκουλοντολμά μεγέμιση χανιώτικης τούρτας και κρέμα από λαγόχορτο (σαλσιφί). **Γιάννης Μπαξεβάνης** στο **Kool Life**

12 Πατάτες ντωφινουάζ, είναι συνοδευτικές αλλά ευχαρίστως τις παίρνουμε και σε μερίδα. **Chez Lucien - Bios**

13 Αστακός με πουρέ καρότου και μια μικρή σαλάτα από μάνγκο, κάσιους κόλιανδρο και δυόσμο. **Παναγιώτης Γιακαλής, Patio (Ξεν. The Margi)**

14 Παπαρδέλες με ραγού από μοσχαρίσια μάγουλα. Μεσογειακά κρασιά με μεσογειακά πιάτα, **στο Paleo** του **Γιάννη Καυμενάκη**, στον **Πειραιά**

15 Σφυρίδα με πράσινα λαχανικά, σάλτσα κακαβιά και λεμονόχορτο. **Μιχάλης Νουρλόγλου** για το **Premiere (ξεν. Athenaeum InterContinental)**

▶


ΟΤΑΝ ΧΑΝΕΤΑΙ ΝΕΡΟ ΔΕ ΧΑΝΕΤΑΙ ΜΟΝΟ ΑΥΤΟ
Το νερό που σπαταλάς όταν πλένεις τα πιάτα στο χέρι συντελεί στην κλιματική αλλαγή. Το πλυντήριο πιάτων DIT5505 της Pitsos σπαταλά 10 φορές λιγότερο νερό, προσαρμόζοντας την κατανάλωσή του ανάλογα με το βάρος των πιάτων.
PITSOS
εμπιστοσύνη

Taste voice

50 ΠΙΑΤΑ ΠΟΥ ΘΕΣ ΝΑ ΔΟΚΙΜΑΣΕΙΣ ΣΤΑ ΑΘΗΝΑΪΚΑ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΑ



16 Πράσινα σπαράγγια σχάρας με τηγανητά αυγά και λάδι τρούφας. Στο ιταλικό **Frankie**, Κολωνάκι και Κηφισιά

17 Καρπάτσιο λαυράκι με αχινό, αυγοτάραχο, passion fruit, ελαιόλαδο και ψημένο ψωμί. **Χριστόφορος Πέσκιας** φορ εβερ-**Balthazar**

18 Κατσικάκι Νάξου, με φάβα, ελληνικό καφέ και πορτοκάλι. **Δημήτρης Ζύμπα** και **Νίκος Βοργιάς**, νεαροί, ταλαντούχοι, αθόρυβοι, υπέροχοι, στο **Alficon**

19 Λαχανοντολμάς μανιταριών με άγρια ελληνικά μανιτάρια, λάχανο σαβόι, κρέμα λεμονάτης αγκινάρας, κονσομέ μανιταριών και μαριναρισμένη αγκινάρα. **Αλέξανδρος Χαραλαμπόπουλος** στο **Sense (ξεν. AthensWas)**

20 Mole, φιλέτο κοτόπουλου με σος σοκολάτα - τσίλι και ρύζι. Τόσο Mexico όσο πουθενά αλλού. **Dos Hermanos**

21 Ρεβιθάδα με μοσχαρίσιο μεδούλι και καραβίδες. **Νίκος Θωμάς** και **ελληνικό fusion** για το **Simul**

22 Πατσάς και πόδι σε σάλτσα τομάτας, με άσπρο κρασί και μοσχοκάρυδο. **Alain Parodi, VériTable, Νέο Ψυχικό**

23 Osso bucco milaneze με ριζότο αρωματισμένο με σαφράν. **Stefano Rossi, Cupola**

25 Σιγοψημένη παντσέτα, compote λευκών κρεμμυδιών, δικό τους φρεσκοψημένο ψωμί και τραγανή σαλάτα στο πλάι! Το πιο νόστιμο και πληθωρικό σάντουιτς του κέντρου. **Brigante, Σύνταγμα**

26 Τάρτα αχλάδι με καραμέλα βουτύρου και παγωτό βανίλια. Σοφή... **Cookoovaya**

27 Κολοκυθάκια τηγανητά, απλά, λαϊκά, τα πιο αέρινα που έχεις δοκιμάσει σε ταβέρνα. **Ψαρομεζέδες Αντωνία, Καλλιθέα**

28 Ζεστό τόφου με σόγια, κινέζικα τουρσιά και φύκια. Πρωινό μαζί με τους Κινέζους (...και ο υδατάνθρακες). **A-Xi Zao Dian, Πλατεία Κουμουνδούρου**

29 Καραμελωμένα χοιρινά κεφτεδάκια και παντσέτα ψητά, με noodles ρυζιού. **Madame Phu Man Chu**, στην **Πραξιτέλους**

30 Κολοκυθοκεφτέδες,οιελληνικοί! (και οι πιο ωραίοι της Αθήνας). **Κυβέλη**, στην **Κυψέλη**

24 Ροφομακαρονάδα, με κιμά γαρίδας και τοματίνια φούρνου. Λευτέρης Λαζάρου στο **Varoulko**

31 Ταρτάρ τόνου με τζίντζερ, σόγια, γουασάμπι, λάιμ και σος αβοκάντο. Άρης Τσανακλίδης στην **KUZINA**

32 Κουνέλι λεμονορίγανάτο με ξύσμα περγαμόντο, πατάτες τηγανητές. Κρήτη με τα ωραία σου. **Καπλάνι, περιοχή Caravel**

33 Pad Thai noodles με γαρίδες. Μεγαλειώδες – ζήτα την καυτερή του εκδοχή. **Tuk Tuk**, στο **Κουκάκι**

34 Τηγανητοί γίγαντες με σκορδαλιά ντομάτας. **Μυστικός Κήπος** στο Χαλάνδρι

35 Μπιφτεκάκια και χόρτα, τα πιο νόστιμα της Αθήνας! **ΦΙΤΑ, Νέος Κόσμος**

36 Τραχανάς σε καπνιστό χοιρινό ζωμό, ξίδι και τυρί μετσοβόνε, μαζί με κατσικίσιο σβέρκο ψημένο στο μπάρμπεκιου. **Άρης Βεζενές, Vezene**

37 Κιμαδόπιτα καραμανλού, από τα «προσφούρνια» – (του φούρνου), η πολίτικη κουζίνα της καρδιάς μας. **Τα Καραμανλίδικα του Φάνη**, στην **Ερμού**

38 Καρμπονάρα με σύγκλινο Μάνης, κεφαλογραβιέρα Αμφιλοχίας, ψητό σκόρδο και αυγό αχυρώνα, ελληνοιταλική συμμαχία! Από τον Χρήστο Τζιλήρα, ψηλά στο **Olive Garden** (ξεν. Titania)

39 Λαυράκι κριθαρότο από άγριο μάραθο και αυγοτάραχο. **Τάσος Μαντής, Hytra, Στέγη** του **Ιδρύματος Ωνάση**

40 Βοδινό μεδούλι με φρέγκολα, μανιτάρια, καπνιστό τυρί. **Λυκόβρυση, Κολωνάκι**

41 Πίτσα-λαχματζούν με σαλτσίτσια (λουκάνικο) και μάραθο. Στο καινούργιο ιταλικό, από τα χέρια του master chef **Πάνου Ιωαννίδη, Ovio.**

42 Χυλοπιτάκι με σουπιές στο μελάνι τους, σπανάκι, φινόκιο, μάραθο. **Άμα Λάχει**

43 (Αποδομημένος) Μπακλαβάς, με κρέμα μαστίχας-ροζ πιπεριού, πραλίνα φιστικιού, μπισκότο και πλούσια σάλτσα σοκολάτας. **The Grand by Interni (ξεν. Grand Hyatt Athens)**, στη **Συγγρού**

44 Μύδια σαγανάκι, «άσπρα», με λάδι-φέτα-ρίγανη. **Θαλασσινός**

45 Entrecôte sauce café de Paris, με την πιο αυθεντική συνταγή που φτιάχτηκε ποτέ στην Αθήνα. Ξανάνοιξε η θρυλική **Entrecôte** μέσα στο Yoleni's

46 Beignets με σοκολάτα (ή παγωτό) οι λουκουμάδες της Νέας Ορλεάνης. Αφράτοι και αχνιστοί, στο **Ρο' Boys.**

47 Κιουνεφέ σκέτο ή με σοκολάτα από τα χέρια της πολίτισσας κυρίας Μαίρης στο **Πέρα Καφέ** στην **Αιόλου.**

48 Μπαμπάς σε σιρόπι εσπεριδοειδών ψεκασμένο με «Zacapa XO» ρούμι και σαντιγί λευκής σοκολάτας με εκχύλισμα βανίλιας. **G.B. Roof Garden, Μεγάλη Βρετανία**

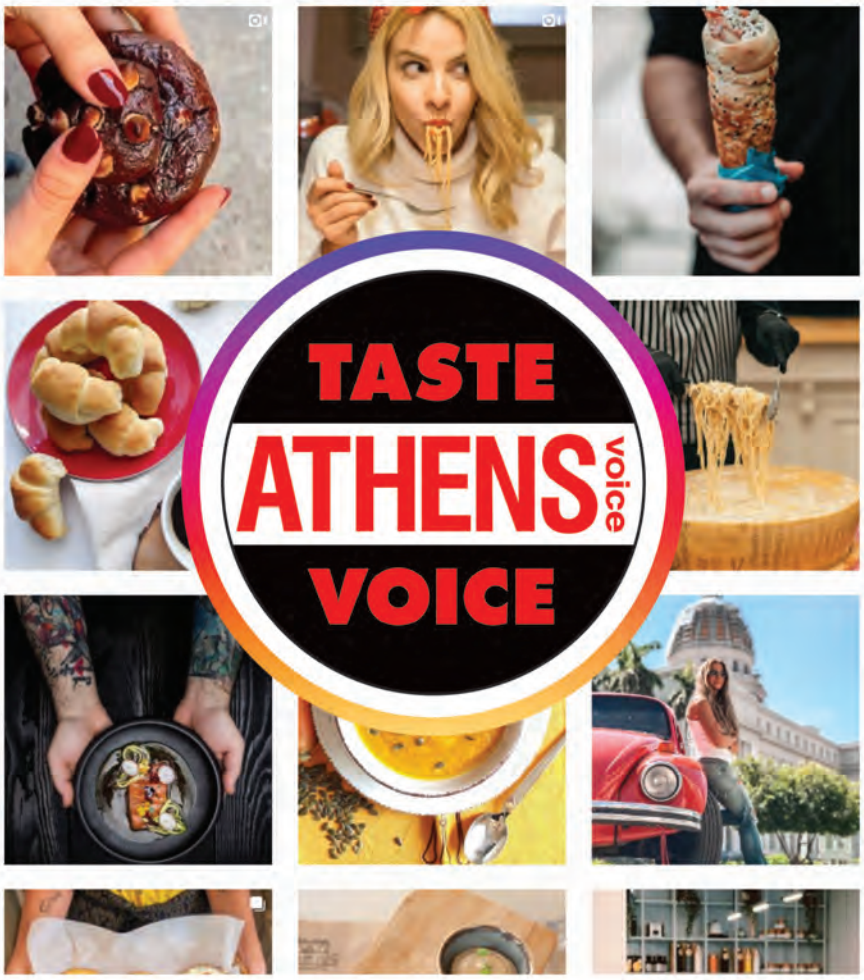
49 Μπακλαβάς /μιλφέιγ με αεράτη κρέμα εσπεριδοειδών και μέλι στο **με** του **Ηλία Σταυρόπουλου, Κολωνάκι.**

50 Σιροπιασμένη σοκολατόπιτα με στρώση σοκολάτας και ζεστό σιρόπι πραλίνας, το διάσημο «γλυκό της αγάπης», **στα Σερμπέτια** του **Ψυρή.** A

follow @tastevoice on Instagram

tag your pics with #tastevoice to be featured

Taste lovers, join us!



ethelondays

3 ημέρες αφιερωμένες
στον εθελοντισμό

the butterfly effect

ΟΜΙΛΙΕΣ | WORKSHOPS | ΔΡΑΣΕΙΣ

5 | 6 | 7 Δεκεμβρίου

CITY OF ATHENS SERAFIO

Για περισσότερες πληροφορίες και συμμετοχή, μπες στο **www.ethelondays.gr**

OK! anytime...markets



BLACK+DECKER

ΣΚΟΥΠΑΚΙ καθαρίζει
...για εσάς!

από ~~54,90€~~
ΜΟΝΟ
9,90€
Με 50 σφραγίδες των 5€



ΑΠΟΚΤΗΣΤΕ ΣΦΡΑΓΙΔΕΣ

Με κάθε αγορά των 5€ από το Ok! της γειτονιάς σας κερδίζετε 1 σφραγίδα.

Με τη συμπλήρωση 50 σφραγίδων το μοναδικό σκουπάκι B&D γίνεται δικό σας στην πιο προνομιακή τιμή!

Διάρκεια: 30/11/2019-7/1/2020

Ισχύει για τα καταστήματα που συμμετέχουν στην ενέργεια

www.facebook.com/okmarkets

Bearfootinthepark.com

ΑΠΟΨΕ ΘΑ ΦΑΜΕ ΣΤΟΥ ΓΙΑΝΝΗ ΚΑΙ ΣΤΟΥ ΡΟΜΠΕΡΤ

Guerilla δείπνα και γαστρονομικές βόλτες για ξένους και Αθηναίους

Του **ΓΙΑΝΝΗ ΝΕΝΕ** - Φωτό: **J.DEMETRIE**

Κι ενώ βρίσκεσαι στην πολύβουη λεωφόρο Δεκελείας στη Νέα Φιλαδέλφεια, διασχίζεις μία νησίδα, περνάς ένα κατώφλι και μπαίνεις κυριολεκτικά μέσα σε έναν άλλο κόσμο, ένα δάσος στη μέση του οποίου υπάρχει ένα μικρό μοντέρνο σπίτι με πυκνό κήπο, λίμνη με χρυσόψαρα, σκαλάκια, πέργκολα και πολλά αρωματικά βοτάνια να δημιουργούν ήδη τις πρώτες συγκινήσεις στο ΩΡΛά σου σύστημα.

Ο Γιάννης Μπουροδήμος μαζί με τον σύντροφό του Ρόμπερτ Φίλιπς έχουν εύστοχα ονομάσει το μέρος και τον δικτυακό τόπο όπου προσφέρουν γευστικές εμπειρίες και περιηγήσεις σε φίλους αλλά και ξένους επισκέπτες που θέλουν να δοκιμάσουν τις ελληνικές, ιδιαίτερες γεύσεις που ετοιμάζει ο Γιάννης, *bearfootinthepark.com.* Ή, σε ελεύθερη μετάφραση, *Με τις Αρκούδες στο Πάρκο.*

Οι δύο λάτρεις της γαστριμαργίας (ο Γιάννης είναι έμπειρος σεφ που ανήκε μέχρι πρόσφατα στην ομάδα του Άκη Πετρετζίκη, πρώην συμπαίκτη του στο –ιστορικό– πρώτο Master Chef του Mega), διοργανώνουν guerilla dinners, αυτή την τόσο δημοφιλή νέα ταξιδιωτική δραστηριότητα. Ξένοι ταξιδιώτες αλλά και Έλληνες μπορούν να κλείσουν θέση στα δείπνα που προσφέρουν οι δύο host στο σπίτι τους, μέσω ιστοσελίδων όπως το *eatwith*, το *eat with locals,* ή ακόμα και το *airbnb experiences.* Μέσα στο σπίτι στο δάσος, ή στον κήπο τα καλοκαιρινά βράδια, οι συνδαιτυμόνες απολαμβάνουν μία πλήρη εμπειρία που περιλαμβάνει μενού που, τις περισσότερες φορές ετοιμάζεται μπροστά στα μάτια τους, μικρά tips, αναμνηστικά, ιστορίες της ελληνικής γαστρονομικής κουλτούρας αλλά και τη συζήτηση και γνωριμία με ανθρώπους από άλλες χώρες. Όλοι ενώνονται στο κοινό τραπέζι που στρώνουν ο Γιάννης και ο Ρόμπερτ.

«Ο κόσμος πια έχει ταξιδέψει αρκετά και θέλει να κάνει διαφορετικά πράγματα. Σε αυτά τα experiences μπορεί, από το να υπάρχει ένας personal shopper που θα τον συναντήσει στο ξενοδοχείο του και θα τον πάει να αγοράσει ρούχα ελλήνων σχεδιαστών, μέχρι να του βρει έναν φωτογράφο που θα του κάνει ένα φωτογραφικό tour στην Αθήνα, όπως υπάρχουν και άλλα tour που έχουν να κάνουν με το φαγητό ή με το bar hopping. Αυτοί οι μεσολαβητές, λέγονται fixers» λέει ο Γιάννης.
«Εμάς μας αρέσει το ελληνικό φαγητό και γνωρίζουμε τα ελληνικά προϊόντα. Θεωρούμε τιμή μας να έρθει κάποιος και να τον μυήσουμε στην ελληνική κουζίνα και στην κουλτούρα μας. Δεν το κάνουμε τόσο πολύ για τα χρήματα. Δεν θέλουμε να κάνουμε πολλά δείπνα. Μας αρκούν δύο δείπνα την εβδομάδα των 8-10 ατόμων, όχι παραπάνω. Δίνουμε μεγάλη σημασία στην ιστορία πίσω από αυτό που θα σερβίρουμε. Αυτή την ιστορία ψάχνουν όλοι. Ένα καταπληκτικό αρνάκι στο φούρνο, θα το θυμάσαι για 1-2 χρόνια αλλά αυτό που θα σου μείνει είναι η ιστορία, τι σου είπαν για αυτό το πιάτο. Ή ακόμα και το ότι στην πετσέτα τους θα έχουμε πιασμένα δυο κλαράκια ρίγανη ή θυμάρι. Τους καθοδηγούμε, πριν το φαγητό, να τρίψουν στα χέρια τους αυτά τα κλαδάκια, να τα μυρίσουν, να τους μείνει αυτή η μυρωδιά της Ελλάδας ακόμα και όταν θα έχουν γυρίσει στο ξενοδοχείο τους».

Οι οικοδεσπότες φροντίζουν να έχουν ενημερωθεί πριν την κράτηση για τα διατροφικά «ναι, όχι και μη» των καλεσμένων, όπως και μικρές λεπτομέρειες που δίνουν στιλ: ένα αφρώδες κρασί σε κάποιο ζευγάρι που γιορτάζει την επέτειό του σε αυτό το ταξίδι, μια τούρτα έκπληξη, ακόμα και η τοποθεσία του δείπνου που μπορεί μερικές φορές να είναι απρόοπτη επιλογή. Όπως λέει ο Γιάννης, «ένα τραπέζι σε ένα όμορφο, φροντισμένο λιβάδι στη μέση του πουθενά σε μυστική τοποθεσία. Οι καλεσμένοι συναντιούνται σε ένα σημείο και τους μεταφέρει ένα πούλμαν. Τέτοια δείπνα παίζουν πολύ και στο Instagram».
Ανάμεσα στις εκπλήξεις που αρέσουν στους *bearfootinthepark*, είναι και συνταγές που δοκιμάζονται για πρώτη φορά. Ένα πολύ ωραίο θυμάρι από τη Λήμνο είχε χρησιμοποιηθεί σε ένα αναπάντεχο παγωτό, όχι εντελώς γλυκό, με μέλι αντί για ζάχαρη και λίγο αλάτι στην παρασκευή του. Μία ενδιάμεση γεύση απόλυτα ταιριαστή σαν pre-desert που σερβιρίστηκε και φρεσκάρισε ευχάριστα τους ουρανίσκους.

Οι διαφορές των ανθρώπων του κόσμου φαίνονται καθαρά στο φαγητό. Όπως παραδέχονται οι δύο οικοδεσπότες, «οι Καναδοί είναι η χαρά της ζωής. Κοινωνικοί, γλυκείς άνθρωποι, ομιλητικοί, προοδευτικοί, υπέροχοι. Από την άλλη, έχουν έρθει Αμερικάνοι που είτε θα είναι Νεοϋορκέζοι ας πούμε, με dry χιούμορ κλπ, είτε θα είναι χάπατα, Midwest. Αρκετό κόσμο έχουμε από το Ισραήλ. Στην αρχή είναι πάντα κουμπωμένοι και όσο περνάει η ώρα ανοίγονται – μέχρι να μάθουν αν έχεις πρόβλημα με τους Ισραηλινούς. Δεν μας έχουν ζητήσει ποτέ να τους μαγειρέψουμε με την πρακτική του κοσέρ, αν και στην Ελλάδα τα περισσότερα φαγητά μας τα θεωρούνε κοσέρ. Γενικά αγαπάνε πολύ την Ελλάδα, νιώθουν ότι μοιάζουν πολύ με τους Έλληνες, οπότε μπορούν να τριγυρίζουν εδώ χωρίς πρόβλημα. Και οι κουζίνες μας άλλωστε μοιάζουν, είναι μεσογειακή κουζίνα ουσιαστικά. Τους βορειοευρωπαίους νιώθεις ότι δεν τους ξέρεις καν. Και στα food tours, μέχρι και που φεύγουν δεν ξέρεις αν τους άρεσε κάτι. Γιατί είναι πολύ σημαντικό και το review που θα σου αφήσουν μετά. Από αυτό θα σε επιλέξει κάποιος στη συνέχεια».

«Το μεγαλύτερο χιτ στα δείπνα είναι η πίτα και μετά έρχεται η ταραμοσαλάτα, που τρελαίνονται. Την κάνουμε σαν μους, τη βάζουμε πάνω σε κρακεράκια, με ένα βρώσιμο λουλούδι στην κορυφή και από κάτω βάση με μαρμελάδα σύκου. Ενθουσιάζονται! Όσο για τις πίτες, υπάρχουν με τον ένα ή τον άλλο τρόπο σε όλες τις χώρες. Αλλά τις δικές μας τις συνοδεύω πάντα με κάποιο ντιπ, ας πούμε μελιτζανοσαλάτα που τη φτιάχνω μπροστά τους. Το ότι καίμε ας πούμε τη μελιτζάνα στο γκάζι, δεν το έχουνε ξαναδεί και εντυπωσιάζονται».

Τα food tours που οργανώνουν ο Γιάννης και ο Ρόμπερτ περιλαμβάνουν από 2 μέχρι 8 άτομα. Τους ξεναγούν στα σημεία που είναι ενδεικτικά του πολιτιστικού crossover που αποτελεί η Αθήνα και των ιστορικών της γεύσεων. Οι τυρόπιτες του Άριστον, για παράδειγμα, είναι πάντα στο πρόγραμμα. Ο Γιάννης εξηγεί ότι η ζύμη που χρησιμοποιούν εκεί είναι κουρού που μοιάζει με σφολιάτα αλλά όχι ακριβώς, επειδή γίνεται με λάδι και όχι με βούτυρο και δεν είναι τόσο βαριά.

«Μετά τους πάω για ελληνικό καφέ και λουκουμάδες στον Κρίνο. Ακόμα, τους πάω οπωσδήποτε στον Γκιουλέογλου να δούνε πώς είναι ο τούρκικος μπακλαβάς και το πώς άλλαξε μέσα στην πάροδο του χρόνου. Και βέβαια πάμε πάντα σε κάποιο μέρος για γευσιγνωσία λαδιού-μελιού, κάτι που τους αρέσει γιατί έτσι βρίσκουν τι δώρα να πάρουν για τους φίλους τους πίσω στην πατρίδα τους».

Οι αναζητήσεις, οι πειραματισμοί και τα καλέσματα συνεχίζονται. Ο Γιάννης αναζητάει προϊόντα, κάνει ιδιαίτερες επιλογές στις συνταγές του όπως το άθερμο πετιμέζι που δεν το έχουν αφήσει στο μούστο να βράζει («το τρως και γεύεσαι σταφύλι» λέει), ή τη μαρμελάδα από τζάνερα του κήπου τους στην οποία βάζει λίγο ροζέ κρασί από τις Ακακίες του Κυρ-Γιάννη (Μπουτάρη). Οι δικές του μαγειρικές συνήθειες συναντούν εκείνες του Ρόμπερτ. Διαφωνούν για τη σάλτσα του κιμά, ο Γιάννης βάζει μπαχαρικά, πολύ κανέλα, γαρίφαλο. Ο Ρόμπερτ λέει ότι οι Έλληνες βάζουν κανέλα παντού, λεμόνι παντού, άνιθο παντού. Και ο Γιάννης του απαντάει ότι έτσι μαγειρεύουν οι νοικοκυρές στην Ελλάδα. Λένε «όσο σηκώσει» και βγάζουν τέλεια πιάτα. A















ΔΥΟ ΛΙΧΟΥΔΙΕΣ ΜΑΖΙ= ΕΝΑ ΘΑΥΜΑ ΓΕΝΝΙΕΤΑΙ

ΤΑ ΥΒΡΙΔΙΑ ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ ΜΟΝΟΠΩΛΟΥΝ ΤΙΣ ΛΙΓΟΥΡΕΣ ΣΟΥ

Οι γευστικοί πειραματισμοί σε αυτή την πόλη δεν έχουν τελειωμό. Άλλοι πετυχαίνουν και άλλοι όχι. Κάποιοι γίνονται αφορμή για να δημιουργηθεί –εντελώς τυχαία– ένα μικρό, νόστιμο θαύμα. Μία από τις καινούργιες τάσεις στη γεύση είναι, λοιπόν, τα... υβρίδια. Δύο κατηγορίες κατά τα άλλα ολοκληρωμένων φαγητών ή γλυκών που ενώθηκαν και έφτιαξαν κάτι εντελώς καινούργιο.
Άς τα γνωρίσουμε.

Της **ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΒΝΑΤΣΙΟΥ**



ΤΟ **BOUGATSAN** ΤΟΥ **ESTRELLA**

Το Estrella κατέβηκε από τη Θεσσαλονίκη στην Αθήνα το φθινόπωρο του 2016, δημιουργώντας ουρές στον πεζόδρομο της Ρόμβης. Η αλήθεια είναι ότι λίγα brunchάδικα έχουν προκαλέσει τόσο χαμό. Μεγάλη ευθύνη για αυτό έχει όμως και το θρυλικό Bougatsan! Εμπνευσμένο από τη θεσσαλονικιά μπουγάτσα, υπήρξε από τα πρώτα υβρίδια της Αθήνας. Πρόκειται για ένα αφράτο κρουασάν που σερβίρεται με ζεστή κρέμα μπουγάτσας και πασπαλίζεται με κανέλα. #bougatsan κι έχει ο Θεός...
Ρόμβης 24Α, Σύνταγμα, 210 3218000



ΤΑ **ΚΡΟΥΑΣΑΝ-ΣΑΝΤΟΥΙΤΣ** ΤΟΥ **ΦΥΝ ROLL**

Το ΦΥΝ Roll (τα αρχικά προέρχονται από τις λέξεις Φρέσκο - Υγιεινό- Νόστιμο) άνοιξε πριν λίγο καιρό στην καρδιά του Συντάγματος προμηθεύοντας τους περαστικούς με μια πραγματικά πρωτότυπη λιχουδιά. Φανταστείτε κάτι μεταξύ σάντουιτς και... κρουασάν, που φτάνει στα χέρια σου σε μορφή κώνου και γεμίζεται με τις καλύτερες ελληνικές πρώτες ύλες. Όλο το μυστικό βρίσκεται στην πεντανόστιμη ζύμη που χρειάστηκε αμέτρητους πειραματισμούς μέχρι να φτάσει στην τελική της εκδοχή. Αυτή η ζύμη έχει σαν βάση το πράσινο μήλο (γεγονός που την κάνει πολύ χορταστική, αλλά ταυτόχρονα εύπεπτη) και είναι αφράτη σαν τρυφερό κρουασάν. Προς το παρόν στον κατάλογο θα βρεις 10 εκδοχές (να δοκιμάσεις οπωσδήποτε τη χωριάτικη σαλάτα με αγγουράκι, ντομάτα, φέτα, ελιές, κάπαρη, πιπεριά, ελαιόλαδο και ρίγανη), είναι όμως όλες τους ενδεικτικές, καθώς μέσα σε αυτά τα κρουασάν- σάντουιτς χωρούν περίπου... τα πάντα. Στις βλέψεις των ιδιοκτητών είναι, για παράδειγμα, ένα κρουασανοσάντουτς με χταποδοσαλάτα ή με μακαρόνια με κιμά, ακόμα και με noodles. Το πραγματικά εντυπωσιακό είναι ότι οι κώνοι ζυμώνονται και ψήνονται μπροστά στα μάτια σου. Μόλις 3,5 λεπτά είναι αρκετά για να μοσχοβολήσει όλο το Σύνταγμα.
Καραγιώργη Σερβίας 3-5 & Στοά Νίκης 2-4, Σύνταγμα, 2111162393



ΤΑ **CRUFFINS** ΤΟΥ **CHOCO JUNGLE**

Το Choco Jungle (όνομα και πράγμα) άνοιξε στο Κολωνάκι πριν λίγες εβδομάδες και έχει την υπογραφή του pastry chef Γιώργου Τσούλη. Εδώ θα βρεις μόλις δύο γλυκά, πίστεψέ μας, όμως, είναι αρκετά για να κάνουν τα γόνατά σου να λυγίσουν. Το πρώτο γλυκό είναι το γνωστό σε όλους μας προφιτερόλ (αυτό εδώ, βέβαια, δεν περιέχει γλουτένη). Το δεύτερο όμως ονομάζεται cruffin και είναι κάτι μεταξύ κρουασάν και muffin. Για την ακρίβεια, φτιάχνεται από τη ζύμη του γαλλικού κρουασάν, ψήνεται όμως στη φόρμα του muffin. Το αποτέλεσμα είναι ΤΟ τέλειο κρουασάν, τραγανό απ' έξω, μαλακό σαν βούτυρο από μέσα. Κι ακόμα δεν έχουμε μιλήσει ούτε για τις γεμίσεις, ούτε για τις επικαλύψεις... (προσοχή ακολουθούν σκληρές περιγραφές). Υπάρχει το cruffin με γέμιση κρέμας σοκολάτας που περιχύνεται από bitter σοκολάτα και από πάνω πασπαλίζεται με ψημένες νιφάδες κακάο και αλατισμένο αμύγδαλο. Ισάξιος αντίπαλος και το Pink Delight Cruffin που γεμίζεται με crème patisserie και χειροποίητη μαρμελάδα φράουλα, περιχύνεται με σοκολάτα ruby (η λεγόμενη ροζ σοκολάτα) και πασπαλίζεται με crumble από φιστίκι Αιγίνης. Θα σεβαστούμε τις λιγούρες και δεν θα αναφέρουμε τις υπόλοιπες αμαρτίες. Θα πούμε μόνο ότι κάθε γέμιση και επικάλυψη είναι τόσο γενναιόδωρη που είναι αδύνατον να δαγκώσεις ένα οποιοδήποτε cruffin χωρίς να λερώσεις την άκρη της μύτης σου... *Κριεζώτου 12, Κολωνάκι*



ΤΑ **POFFIES** ΤΟΥ **BITE BOX**

Το Bite Box είναι ένα μικρό, λαχταριστό café στο Κουκάκι. Απλό, χαριτωμένο και ήσυχο. Τίποτα στο εξωτερικό του δεν προμηνύει τη θύελλα που ονομάζεται... poffie. Μπορεί να έχει αστείο όνομα, αλλά αυτή η λιχουδιά, που είναι κάτι ενδιάμεσο μεταξύ ντόνατς και λουκουμά, είναι ικανή να σε στείλει αδιάβαστο. Πρόκειται για μικρές μπουκίτσες χειροποίητης, βουτυρένιας ζύμης που φτάνουν στο τραπέζι σου αχνιστές, σε δεκάδες γευστικούς συνδυασμούς. Στην αλμυρή εκδοχή τους, τα poffies μπορούν άνετα να αντικαταστήσουν το brunch. Γεμίζονται με γραβιέρα, με φέτα και μέλι, με φρέσκο μοσχαρίσιο κιμά και παρμεζάνα, με λιαστή ντομάτα, πάστα ελιάς, pesto, φέτα και ρίγανη, ακόμα και με... γαρίδες σαγανάκι (!). Στη γλυκιά τους εκδοχή πάλι περιέχουν διάφορες... σατανικές γεμίσεις (όπως βούτυρο και μαρμελάδα, πραλίνα φουντουκιού, πραλίνα bueno, κρέμα cheesecake και κεράσι, κρέμα λεμονιού και μπισκότο κ.ά.) και συνδυάζονται υπέροχα με ένα φλιτζάνι αχνιστού καφέ (το προνοητικό Bite Box έχει φροντίσει να προμηθευτεί ένα εξαιρετικό χαρμάνι). Περαστικά μας. *Βείκου 84, Κουκάκι, 210 9237817*





Taste Voice

ΤΟ **ΠΑΓΩΤΟ** ΜΕ **ΜΑΛΛΙ ΤΗΣ ΓΡΙΑΣ** ΤΟΥ **DICKIE DEE**

Καταρχάς ας ξεκινήσουμε από το γεγονός ότι αυτή η μικρή ζαχαρένια γωνιά στη Βουλής έχει το ωραιότερο παγωτό μηχανής που έχεις φάει ποτέ. Δεν υπάρχουν πολλές γεύσεις, αλλά αυτές που υπάρχουν είναι όλες τους τέ-λει-ες. Έχουμε μια παραπάνω (και καθόλου αντικειμενική) αδυναμία στην αλμυρή καραμέλα και το σισιλιάνικο φιστίκι, πίσω όμως δεν πάνε ούτε η bitter vegan σοκολάτα, ούτε το Fior di Latte. Τα toppings είναι αρκετά, αλλά το «επιπλέον» που έχει κλέψει την καρδιά του Instagram είναι χωρίς αμφιβολία το... μαλλί της γριάς. Τυλίγεται ολόκληρο γύρω από το χωνάκι και κάνει το παγωτό σου να μοιάζει με σύννεφο, ένα σωστό ζαχαρένιο όνειρο μόνο για εσένα. *Βουλής 23, Σύνταγμα, 210 3238277*

Taste Voice

ΔΗΛΩΝΕΙΣ **FOODIE...** ΙΣΧΥΕΙ;

Σου αρέσει το καλό φαγητό και ανακαλύπτεις πάντα πρώτος τις νόστιμες γωνιές της πόλης. Ισχυρίζεσαι πως τα ξέρεις όλα... Λες αλήθεια;

Της **ΝΕΝΕΛΑΣ ΓΕΩΡΓΕΛΕ**

1. Τρως στο Chez Lucien και ξαφνικά χτυπάει δυνατά η κουδούνα της ανοιχτής κουζίνας. Γιατί;
α. Μπήκε μέσα ο γάλλος πρέσβης
β. Μόλις παρελήφθη fois gras από Τουλούζη
γ. Μια παρέα φεύγοντας άφησε γερό πουρμπουάρ

2. Τελευταία, σε ιταλικά ρεστό τρως n'duja. Τι είναι αυτό;
α. Μικρά ψαράκια που ψαρεύουν οι τράτες στον κόλπο της Νάπολης. Πεντανόστιμα!
β. Η αντζούγια στα ναπολιτάνικα
γ. Πικάντικη κρέμα αλλαντικού, μπαίνει σε πίτσες και όχι μόνο

3. Δοκίμασες χαβιάρι ελληνικό. Τι καταγωγή έχει;
α. Από την Κεφαλονιά
β. Από την Άρτα
γ. Από το Μεσολόγγι

4. Μόλις άνοιξε ιταλικό με σεφ τον Πάνο Ιωαννίδη από το Master Chef. Πώς το λένε;
α. Al Dente, γιατί σε αυτά τα ζητήματα ο σεφ είναι κάθετος
β. Professore, γιατί ο σεφ είναι βαθύς γνώστης της ιταλικής γεύσης
γ. Ovio, γιατί ο σεφ εδώ φτιάχνει τα «προφανή» (obvius) της ιταλικής κουζίνας

5. Τι είναι το βοστυλίδι;
α. Το ανοιχτήρι για μεγάλες επαγγελματικές κονσέρβες
β. Ο κρίκος της πετσέτας στη γλώσσα των γκαρσονιών
γ. Ποικιλία αμπελιού από την Κεφαλονιά

6. Luwak, ο ακριβότερος καφές στον κόσμο. Παράγεται...
α. Από μια σπάνια ποικιλία καφεόδεντρου της Κολομβίας, τη Luwakeus Kafeus
β. Από τη νομαδική φυλή Luvak που ζει στα δάση του Αμαζονίου
γ. Από τα κόπρανα αγριόγατας της Ινδονησίας

7. Πώς λέγεται το ιστορικό εστιατόριο που ξανάνοιξε πρόσφατα στο κέντρο της Αθήνας;
α. Κεντρικόν
β. Ειδικόν
γ. Λαϊκόν

8. Τι είναι η ντάσκα που τρως στο hot Φίτα στον Νέο Κόσμο;
α. Καυτερή πιπεριά με λάδι-ξίδι, τις φέρνουν από τη Φλώρινα
β. Ψάρι, είδος τόνου
γ. Ηπειρώτικη πίτα με τσουκνίδες

9. Πώς λέγεται το θιβετιανό street food στα στενά του Συντάγματος;
α. Thibet bao bun
β. Chomolungma
γ. Dalai Lama

10. Πώς λέγεται το ατμοσφαιρικό καφέ στο ισόγειο της Μεγάλης Βρετανίας;
α. Royal Café
β. Winter Garden
γ. English Garden

11. Το γλυκό σου, μετά το θαυμάσιο δείπνο, είναι ένα τεράστιο παγωτό με ένα μαχαίρι καρφωμένο στην κορφή. Πού είσαι;
α. Ψηλά, στο Galaxy του Hilton Athens
β. Στο Balthazar, στον καλοκαιρινό του κήπο
γ. Τρως το Ari's Deal στο Vezene

12. Pinsa... μεγάλη νοστιμιά. Τι είναι;
α. Μικρός ισπανικός μεζές
β. Πίτσα όπως τη φτιάχνουν στη Ρώμη
γ. Μονάδα μέτρησης – όπως λέμε μια pinsa αλάτι

13. Σε ποιο ελληνικό εστιατόριο έχει δειπνήσει ο Ουίνστον Τσόρτσιλ;
α. Στον Δουράμπεη, γνωστός λάτρης των θαλασσινών
β. Ζήτησε παλιό κουτούκι και τον πήγαν στο θρυλικό Δίπορτο
γ. Στου Βασίλαινα κάτω στον Πειραιά

14. Σε ποιο ξενοδοχείο μεταφέρονται οι Μισελενάτοι Funky Gourmet το 2020;
α. Στο Electra Metropolis, στο roof garden
β. Αποκεντρώνονται και πάνε στο Costa Navarino της Μεσσηνίας
γ. Στο Hilton Athens που ανακαινίζεται

15. Πού χρειάζεσαι password για να παραγγείλεις το αγαπημένο σου burger;
α. Στο Bar.B.Q
β. Στο Po' Boys
γ. Στο Juicy Grill

16. Πώς λέγεται το café-resto μέσα στο Μουσείο Γουλανδρή;
α. F& B (food & beverage)
β. B & A (bread & art, όπως άρτος και θεάματα)
γ. B& E (Βασίλης και Ελίζα)

17. Εσύ που τα τρως τα γιαπωνέζικα, Izakaya τι σημαίνει;
α. «Καλώς ήρθατε» στα γιαπωνέζικα
β. «Χωρίς κράτηση», στα γιαπωνέζικα ρεστό όποιος βρήκε τραπέζι, έκατσε
γ. Είναι η ταβέρνα στα γιαπωνέζικα

18. Τι ήταν το Άμα Λάχει στα Εξάρχεια πριν γίνει μεζεδοπωλείο;
α. Προπολεμική μαιευτική κλινική
β. Εργοστάσιο κατασκευής κουμπιών
γ. Το Δημοτικό Σχολείο της περιοχής

19. Τρως κοτόπουλο «χαρακίρι». Πού είσαι;
α. Στους «Κοτοπουλάδες» κάτω στο Περιστέρι
β. Στο Sushimou, πολύ νόστιμο, όλοι το παίρνουμε...
γ. Στην Κυβέλη στην πλατεία Αγίου Γεωργίου, έρχεται σε σούβλα

20. Ποιος φημισμένος σεφ έφτιαξε το πιάτο «μουσακάς θαλασσινών»;
α. Ο Χριστόφορος Πέσκιας
β. Ο Λευτέρης Λαζάρου
γ. Ο Γιάννης Μπαξεβάνης



ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ
1-γ, 2-γ, 3-β, 4-γ, 5-γ, 6-γ, 7-α, 8-β, 9-β, 10-β, 11-γ, 12-β, 13-γ, 14-γ, 15-β, 16-γ, 17-γ, 18-γ, 19-γ, 20-β

Αποτελέσματα

Μέχρι 7 σωστές απαντήσεις
Μην το κουράζεις... Σπάσε δυο αυγά στο τηγάνι, πού να τρέχεις έξω για φαγητό, κάνει και κρύο.

Μέχρι 14 σωστές απαντήσεις
Κρατάς στην ατζέντα σου όλα τα hot νέα που μαθαίνεις, μη και σου ξεφύγει κανένα. Μαθαίνεις γιαπωνέζικα (μόνο ορολογία γαστρονομίας). Το παλεύεις αλλά έχεις δρόμο μπροστά σου.

Από 15 και πάνω σωστές απαντήσεις
Στη σαλάτα σου βάζεις σμέουρα, στο σπίτι έχεις δικό σου καπνιστήριο, παίζεις τα kimchi-yuzu-miso-sriracha στα δάχτυλα, μπαίνεις πρώτος σε όλα τα νέα openings. Θέλω να σε γνωρίσω...







ΤΑ ΣΕΡΜΠΕΤΙΑ ΤΟΥ ΨΥΡΡΗ

Η Μαρία Κατσικάρη μας διηγείται την ιστορία του ιστορικού γλυκοπωλείου της πόλης

Της **ΝΑΤΑΣΣΑΣ ΚΑΡΥΣΤΙΝΟΥ**





Σερμπέτια λες και η καρδιά σου φτερουγίζει. Αυτά δεν είναι γλυκά, είναι ο παράδεισος σε πιάτο. Μπαίνω στον χώρο και το μάτι μου πέφτει στα ιδιόμορφα κάδρα στους τοίχους που είναι τρισδιάστατα και συνδυάζουν ζωγραφική με χειροτεχνία και αντικείμενα από τη φύση, όπως κλαράκια, κοχύλια, βότσαλα. «Ο πατέρας μου τα έχει φτιάξει, όλα όσα βλέπεις. Και τις καρέκλες εκείνος τις έχει ζωγραφίσει, καλλιτέχνης», μου λέει η κυρία Μαρία Κατσικάρη, ιδιοκτήτρια και ψυχή του μαγαζιού. Τα παρατηρώ για 2-3 λεπτά και μετά εστιάζω στο κυρίως θέμα: τα γλυκά! Ήρθα να μάθω τα πάντα, οπότε πιάνω θέση δίπλα στη βιτρίνα και την ακούω με προσοχή να μιλάει για τον πατέρα της, τη συνέχεια της οικογενειακής επιχείρησης, τα επικά γλυκά και την αγάπη του κόσμου.

Οι γονείς μου άνοιξαν τα "Σερμπέτια" το 1997, σε μια εποχή που η γειτονιά εδώ δεν είχε πολλά μαγαζιά. Μέχρι το 2012 μάλιστα ήμασταν από τα μοναδικά καθαρά γλυκοπωλεία στου Ψυρρή και στην ευρύτερη περιοχή και ήμασταν πρωτοπόροι στο να φέρουμε τον κόσμο σ' ένα μαγαζί να κάτσει για γλυκό. Ο πατέρας μου είναι βέρος Ψυρριώτης, αγαπάει πολύ το κέντρο, έβγαινε εδώ στην περιοχή και του έλειπε ένα τέτοιο μέρος για καφέ και γλυκό.

Με τον σύζυγό μου, Ανδρέα Κατσώνη, ήμασταν από την αρχή μέσα στο μαγαζί αλλά την τελευταία δεκαετία το έχουμε αναλάβει εξ ολοκλήρου. Εγώ έχω σπουδάσει Γερμανική Φιλολογία και δούλευα πολλά χρόνια στον χώρο της εκπαίδευσης, όμως τα Σαββατοκύριακα, τις αργίες, τα πρωινά ήμουν εδώ και βοηθούσα τους γονείς μου. Στην πορεία με ενθουσίασε, το αγάπησα, έμαθα πολλά γλυκά δίπλα στη μητέρα μου και έτσι, ενώ για χρόνια εργαζόμουν και στα δύο, αποφάσισα να αφήσω σταδιακά την εκπαίδευση και πλέον τα τελευταία 8 χρόνια ασχολούμαι μόνο με τα Σερμπέτια. Έχω αναλάβει το μεγαλύτερο ποσοστό παρασκευής των γλυκών και φυσικά όλη τη διαχείριση και την επικοινωνία του μαγαζιού, ενώ στο πλευρό μου στον χώρο του εργαστηρίου εδώ και 10 χρόνια έχω τη ζαχαροπλάστισσα Tetyana Panazdyr.

Πήραμε στα χέρια μας ένα μαγαζί με τη δική του ιστορία, ένα μαγαζί που ήταν ήδη σημείο αναφοράς και βάλαμε τα δυνατά μας να παραμείνει έτσι. Το εύκολο, ξέρεις, είναι να φτάσεις στην κορυφή, το δύσκολο είναι να παραμείνεις. Νομίζω ότι μετά από 22 χρόνια αποδεικνύουμε ότι μπορούμε να το κρατήσουμε έτσι και να το απογειώσουμε. Η εξέλιξη είναι πολύ σημαντική. Όταν αποφασίσαμε να επεκταθούμε στον επάνω όροφο συναντήσαμε πολλές γραφειοκρατικές δυσκολίες, γιατί το κτίριο είναι νεοκλασικό από το 1900 και είναι διατηρητέο. Τα καταφέραμε όμως τηρώντας τις οδηγίες που μας δόθηκαν και μεταφέραμε το εργαστήριό μας από τον ημιώροφο που ήταν στον πρώτο, αυξάνοντας έτσι τις δυνατότητές του.

Εγώ και ο Ανδρέας είμαστε πρώην αθλητές υδατοσφαίρισης και νυν μέλη του συνδέσμου Ελλήνων διαιτητών υδατοσφαίρισης και έχουμε ένα πολύ μεγάλο κύκλο, οπότε εδώ έχει γίνει ένα στέκι του υγρού στίβου που έρχονται φίλοι, προπονητές και αθλητές του πόλο να απολαύσουν έναν καφέ κι ένα γλυκό. Κι αυτό είναι κάτι που μας αρέσει και μας συγκινεί.

Το μυστικό για ένα πετυχημένο γλυκό είναι να το φτιάχνεις εσύ ο ίδιος και να χρησιμοποιείς υψηλής ποιότητας υλικά. Εμείς εδώ στα "Σερμπέτια" δεν χρησιμοποιούμε σκόνες μείγματος, ακόμα και τα μπισκότα που μπαίνουν στο cheesecake ή τα σαβαγιάρ του τιραμισού τα φτιάχνω εγώ εδώ στο εργαστήριο. Δεν χωράει οικονομία στα υλικά που χρησιμοποιείς στα γλυκά σου, η ποιότητα προέχει.

Δεν ξέρω αν υπάρχει ειδική συνταγή για μια επιτυχημένη επιχείρηση, αλλά πιστεύω ότι έχει μεγάλη σημασία να είσαι παρών, να μην εμφανίζεσαι μόνο για την είσπραξη. Πρέπει να είσαι εκεί να ακούς το προσωπικό σου, να ακούς τον πελάτη, το παράπονό του. Τα καλά λόγια είναι ευπρόσδεκτα, μας αρέσουν και μας τιμούν αλλά πάνω στο παράπονο θα δουλέψουμε για να γίνουμε καλύτεροι. Ούτε κι εγώ μπορώ να εξηγήσω το πόσο λατρεύτηκε το "γλυκό της αγάπης" από τον κόσμο. Εντάξει, προφανώς, όλοι αγαπούν πολύ τη σοκολάτα. 100 επιλογές να έχεις, οι πελάτες πάντα κλείνουν προς τη σοκολάτα, ακόμα κι όταν ξεκινάνε από αλλού. Τώρα λίγο η ωραία μας σοκολατόπιτα, λίγο το ζεστό σιρόπι που την περιχύνουμε, λίγο και το όνομα που φέρνει όμορφα συναισθήματα στο μυαλό των ανθρώπων... έγινε χαμός!

Θέλουμε να συντηρούμε κάποια παραδοσιακά γλυκά με συνταγές της μητέρας μου, αλλά προσπαθούμε κιόλας να ανανεωνόμαστε. Ταξιδεύουμε στο εξωτερικό και επισκεπτόμαστε διάφορα ζαχαροπλαστεία-γλυκοπωλεία του κόσμου, δοκιμάζουμε, παίρνουμε ιδέες, πειραματιζόμαστε και τις εξελίσσουμε πριν φτάσουν στη βιτρίνα του μαγαζιού. Παρακολουθούμε επίσης τις παγκόσμιες τάσεις στη ζαχαροπλαστική και φτιάχνουμε τα γλυκά που θα θέλαμε να τρώμε. Έτσι γεννήθηκαν "η αγάπη bueno", "το λευκό μωσαϊκό", το "μπανανάτο", "η φωλιά του κούκου" (που βαφτίστηκε έτσι από έναν πελάτη μας), το "σουφλεζί μπαχαρικών" και πολλά ακόμα.

Ο κόσμος αποφασίζει για το ποια γλυκά θα μπουν στον κατάλογο. Εμείς πειραματιζόμαστε συνέχεια και κάθε καινούργιο γλυκό το βγάζουμε, το κερνάμε, αφήνουμε να το δοκιμάσουν και πιάνουμε τον παλμό. Αν χρειαστεί το βελτιώνουμε και, αν το αγαπήσουν και το ζητάνε, μπήκε!

Λατρεύω τις αντιδράσεις των πελατών, είναι φοβερές. Δοκιμάζουν το γλυκό και αναστενάζουν, είναι λες και δεν έχουν ξαναφάει γλυκό στη ζωή τους. Κάνουν σχόλια τύπου "πεθαίνω", "τι μου κάνεις τώρα" και άλλα τέτοια που πάντα μας φτιάχνουν τη διάθεση.

Αισχύλου 3, Ψυρρή, 2103245862, www.serbetia.gr, Fb: @serbetia

Taste Voice



ΕΝΑ ΚΑΥΤΕΡΟ food festival ΜΕ ΡΥΘΜΟΥΣ ΑΙΘΙΟΠΙΑΣ

Το **2ο Φεστιβάλ Αιθιοπικής Κουλτούρας** μας ταξιδεύει με όλες τις αισθήσεις

Της **ΚΡΙΣΤΥΣ ΠΕΡΡΗ**

Λίγα πράγματα εξιτάρουν τους έλληνες foodies περισσότερο από ένα πολύχρωμο φεστιβάλ γεύσης, γεμάτο με δεκάδες πάγκους φαγητών που μπορεί να χωράνε σε κουτάκια, όμως έχουν απέραντη γεύση. Πρόκειται για μία από τις μεγαλύτερες τάσεις της εποχής, με τα food festivals να «μαγειρεύονται» σε κάθε γωνιά της πόλης και το κοινό τους να μεγαλώνει με ραγδαίους ρυθμούς κάθε χρόνο. Η Δημοτική Αγορά της Κυψέλης θα φιλοξενήσει για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά ένα από τα πιο ζωντανά φεστιβάλ, το οποίο μοσχοβολάει καφέ και σε ταξιδεύει σε υπέροχους κόσμους. Το Σαββατοκύριακο 7 και 8 Δεκεμβρίου, λοιπόν, είμαστε έτοιμοι να απολαύσουμε το *2ο Φεστιβάλ Αιθιοπικής Κουλτούρας*, που μετά την ευχάριστη sold out επιτυχία της περσινής χρονιάς επιστρέφει ακόμα πιο πλούσιο. Η ATHENS VOICE θα βρίσκεται εκεί ως χορηγός επικοινωνίας.



Μέσα από διήμερες εκδηλώσεις κάθε είδους, το φεστιβάλ προσφέρει μια «ξενάγηση» στα βάθη της Αιθιοπίας συστήνοντας τις δεκάδες πτυχές μιας κουλτούρας με πανάρχαιες ρίζες. Να σημειώσουμε ότι τα μέλη της «αθόρυβης» αιθιοπικής κοινότητας της Αθήνας αποτελούν μία από τις παλαιότερες κοινότητες μεταναστών στο ελληνικό έδαφος. Σίγουρα, λοιπόν, θα μας γεννηθεί η επιθυμία να εξερευνήσουμε τον κάθε του πάγκο με προσοχή και όρεξη για νέες ανακαλύψεις. Μουσική, χορός και θεατρικά δρώμενα για να ευθυμήσουμε και να... λικνιστούμε σε ρυθμούς Αιθιοπίας. Ανοιχτές συζητήσεις με θέμα την υπερηφάνεια των Ελληνοαφρικανών (ή και Αφρικανοελλήνων) της Αθήνας για την ταυτότητά τους που μπορούν να μας διδάξουν πολλά. Ένα σαγηνευτικό fashion show φτιαγμένο από εντυπωσιακά υφάσματα. Οικολογικά προϊόντα, μικρά αντικείμενα, έργα τέχνης και λαμπερά ενδύματα που έχουν σχεδιαστεί από τις αιθιοπίδες διοργανώτριες του φεστιβάλ και έχουν υφανθεί με τον παραδοσιακό αιθιοπικό τρόπο. Όλα έτοιμα να τυλιχτούν σε χριστουγεννιάτικο χαρτί και να αποτελέσουν τα πιο πρωτότυπα δώρα για τα πρόσωπα που αγαπάμε (αλλά κάθε χρόνο δεν έχουμε ιδέα τι να τους ψωνίσουμε).

Και, φυσικά, το καλύτερο για το τέλος: το φαγητό. Τα παραδοσιακά αιθιοπικά εδέσματα είναι απίστευτα νόστιμα (και στην πλειοψηφία τους καυτερά) και εδώ μπορούμε να τα δοκιμάσουμε όλα. Θα μυηθούμε στην injera, την αιθιοπική «κρέπα» που είναι απίστευτα θρεπτική και τυλίγει κάθε είδους νοστιμιά, από καλοψημένα κρέατα μέχρι λαχανικά και σάλτσες. Δεν θα μπορούσε από αυτό τον γευστικό χορό να λείπει και ο ξακουστός καφές της Αιθιοπίας, άκρως μυρωδάτος και πολύ δυνατός. Θα παρακολουθήσουμε το coffee ceremony των διοργανωτών και φυσικά μπορούμε να πάρουμε μαζί μας όσα φακελάκια επιθυμούμε για πρωινά γεμάτα ενέργεια. Τα υπόλοιπα τα λέμε στην Αιθιοπία! **A**

INFO
Σάβ. 7/12 & Κυρ. 8/12,
11 π.μ. - 10 μ.μ.
Δημοτική Αγορά Κυψέλης,
Φωκίωνος Νέγρη 42,
πληρ. 6945149203
(ελληνικά & αγγλικά)
6958174753 &
6946429990
(amharic)

50 ΣΤΕΚΙΑ ΜΙΑΣ ΝΟΣΤΙΜΗΣ ΠΟΛΗΣ

Τα λαμπερά εστιατόρια που ακολουθούν τις σύγχρονες τάσεις της γαστρονομίας, η ελληνική κουζίνα που μας ενώνει όλους, οι μικρές γωνιές με τις ταξιδιάρες street food λιχουδιές. **Αθήνα, η πρωτεύουσα της γεύσης!**

Κατέβασε δωρεάν το app **ADAF AR,** σκάναρε **εδώ** και δες να **ζωντανεύουν** μπροστά σου τα αγαπημένα σου αθηναϊκά εστιατόρια



ΜΠΑΛΚΟΝΙ ΣΤΙΣ ΚΥΚΛΑΔΕΣ

Αυτό το μπαλκόνι θα σας μαγέψει

Με την ιστορία του να έχει την αφετηρία της από τις μαγικές Μικρές Κυκλάδες, το οικογενειακό εστιατόριο Μπαλκόνι στις Κυκλάδες αποτελεί έναν εξαιρετικό προορισμό για καλό φαγητό. Σε έναν άνετο και μοντέρνο χώρο, με φιλόξενους ανθρώπους και απίστευτη θέα σε όλη την Αθήνα, από τον Λυκαβητττό μέχρι τον Αργοσαρωνικό, θα απολαύσετε πιάτα με κρέας και ψάρι εμπνευσμένα από την ελληνική παράδοση, με προσεκτικά διαλεγμένα υλικά από το Αιγαίο και πολλές ακόμη περιοχές της Ελλάδας. Η φάβα, η ξινομυζήθρα και τα άγρια χόρτα έρχονται από τη Σχοινούσα, οι πατάτες από τη Νάξο, οι αγκινάρες από την Τήνο, το σύγκλινο από τη Μάνη και πάει λέγοντας, έως ότου όλα αυτά «δέσουν» σε κάποιο πιάτο που θα σας μείνει αξέχαστο. Δοκιμάστε την κυκλαδίτικη κακαβιά με φρέσκα ψάρια, το σεβίτσε από ψάρι ημέρας, την αξεπέραστη αστακομακαρονάδα, φρέσκα ψάρια με το κιλό αλλά και καλομαγειρεμένα κρέατα, όπως τη μοσχαρίσια σπαλομπριζόλα Νάξου ή το ψαρονέφρι και σίγουρα κάποια στιγμή θα νιώσετε ότι βρίσκεστε σε κάποια μικρή απόδραση στο Αιγαίο. Να θυμάστε ακόμη ότι το Μπαλκόνι στις Κυκλάδες διαθέτει και αίθουσα δεξιώσεων και τις κοινωνικές ή επαγγελματικές σας συναντήσεις.

● ***Παύλου Μελά 13, Καρέας, Βύρωνας, 2107640240, www.balconycyclades.com***







ΘΑΛΑΣΣΙΝΟΣ

Το αγαπημένο ψαροεστιατόριο της Αθήνας φέτος κλείνει τα 30!

Άνοιξε πριν από 30 ακριβώς χρόνια και από την αρχή μάζεψε στα τραπέζια του τους καλοφαγάδες αυτής της πόλης. Δεν ήταν μόνο το φρέσκο ψάρι που έκανε τον Θαλασσινό το αγαπημένο θαλασσινό στέκι της Αθήνας. Ήταν και οι φημισμένοι, πρωτότυποι μεζέδες του που οι Αθηναίοι δεν είχαν ξαναγευτεί μέχρι τότε. Μέσα σε όλα αυτά τα χρόνια ο Θαλασσινός διατήρησε την επιμονή στην ποιότητα, εξελίσσεται συνεχώς, ποτέ δεν σταματάει στην αναζήτηση της φρεσκάδας και της νοστιμιάς. Σήμερα συγκαταλέγεται στα διαχρονικά, κλασικά ψαροεστιατόρια της πόλης. Στην υπέροχη αυλή του (φιλόξενη και τον χειμώνα) θα δοκιμάσεις πολλά πιάτα, όλα τους φημισμένα για τη δημιουργικότητα και τη μεγάλη νοστιμιά τους. Μύδια αχνιστά με χόρτα τσιγαριαστά και ντομάτα, ένα υπέροχο καινούργιο πιάτο, αλλά και κλασικά μύδια σαγανάκι με λάδι-φέτα-ρίγανη, τη γνωστή αχτύπητη ταραμοσαλάτα, αλίπαστα από τη Θράκη και βέβαια πάντα το φρέσκο ψάρι για τη σχάρα που προμηθεύεται από ψαρότοπους της Ελλάδας. Υπάρχουν ωραία εμφιαλωμένα κρασιά (αλλά και πολύ καλό χύμα), θα βρεις, όμως, και πληθώρα αποσταγμάτων, όλα σε πολύ καλές τιμές. Tip: Βρίσκεται σε κομβικό σημείο, στην καινούργια «γειτονιά» που δημιουργήθηκε γύρω από το ΚΠΙΣΝ, οπότε είναι πάντα καλή ιδέα να το επισκεφθείς μετά από κάποια παράσταση ή εκδήλωση.

● ***Λυσικράτους 32& Ηρακλέους, Τζιτζιφιές, 2109404518, Fb:@ThalassinosSeafoodRestaurant***



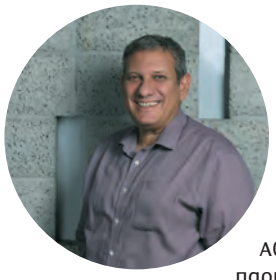






ΒΑΣΙΛΑΙΝΑΣ

Comfort ελληνική δημιουργική κουζίνα με 100 χρόνια ιστορίας





Ξεκίνησε το 1920 στον Πειραιά και έγινε το θρυλικό στέκι που δεξιώθηκε στα τραπέζια του όλα τα μεγάλα ονόματα του εγχώριου και διεθνούς jet set. Σήμερα, έναν αιώνα μετά, έχει μεταφερθεί στην καινούργια του έδρα, στην καρδιά της Αθήνας, μπροστά στο μικρό καταπράσινο παρκάκι κάτω από το Χίλτον. Στο DNA του διατηρεί αναλλοίωτες τις μνήμες, τις οποίες συνδυάζει αριστουργηματικά με μια comfort δημιουργική ελληνική κουζίνα που δίνει έμφαση στο ψάρι. Το υπέροχο design του νέου χώρου φέρει τις υπογραφές των Μ. Κοκκίνου και Α. Κούρκουλα και συνθέτει μια χαλαρή ατμόσφαιρα με εικόνες μιας όμορφης, γεμάτης δυναμισμό μητροπολιτικής Αθήνας. Η πολυβραβευμένη κουζίνα του εμπνέεται από την παράδοση χρησιμοποιώντας υψηλής ποιότητας πρώτες ύλες και σύγχρονες μαγειρικές τεχνικές, με τον ταλαντούχο σεφ Μάνο Γαρνέλη να προτείνει πιάτα που σε ταξιδεύουν με τις γεύσεις τους. Από τη θρυλική ταραμοσαλάτα του παππού Βασίλαινα, που φτάνει στις μέρες μας ίδια και απαράλλαχτη, μέχρι το ταρτάρ από φρέσκες γαρίδες Κοιλάδας και από την αποδομημένη σπανακοτυρόπιτα μέχρι το φιλέτο τόνου με στακάτο σταμναγκάθι και κρέμα πραλίνας φουντουκιού και καφέ, όλα τα πιάτα μυρίζουν Ελλάδα στα καλύτερά της. Τα κυριακάτικα μεσημέρια (13.00 - 17.00) ο Βασίλαινας τιμάει την παράδοση προτείνοντας ένα διαφορετικό μενού με κλασικά αθηναϊκά πιάτα που θυμίζουν οικογενειακά τραπέζια και μιλούν κατευθείαν στην ψυχή του Έλληνα. Τσιγαριαστά χόρτα και σουτζουκάκια σχάρας, γιουβετσάκι γαρίδας και λαυράκι σχάρας, πίτες και κατσικάκια φούρνου είναι μερικά μόνο από τα casual πιάτα του κυριακάτικου και σε πολύ καλές τιμές καταλόγου. Οικογένειες και παρέες μαζεύονται γύρω από το τραπέζι και μοιράζονται γεύσεις, στιγμές αλλά και αρωματικά κρασιά από ελληνικούς και διεθνείς αμπελώνες. Δεν φεύγει κανείς χωρίς να δοκιμάσει τη μους γιαουρτιού με lemon curd, μπισκότο πραλίνας και σορμπέ φράουλας-βασιλικού, ένας σωστός πειρασμός!

● ***Βρασίδα 13, όπισθεν Χίλτον, 2107210501, www.vassilenas.gr, fb: Βασίλαινας εστιατόριο***







SHAKESPEARE IN LOVE

Ανανεωμένο, γιορτινό και αγαπησιάρικο

Ρομαντικές ψυχές, όμορφες παρουσίες και ένας χώρος που θα σε κάνει να νιώσεις ερωτευμένος από το πρώτο βήμα στο εσωτερικό του. Το Shakespeare In Love έβαλε τα γιορτινά του και μετέτρεψε το Γιαχνί Σοκάκι σε ένα παραμυθένιο χριστουγεννιάτικο σκηνικό, που περισσότερο θυμίζει winter wonderland παρά εστιατόριο του Πειραιά. Φυσικά όμως το φαγητό είναι αντάξιο της πανέμορφης αισθητικής του, με ένα μενού βασισμένο στα πιο φρέσκα προϊόντα της αγοράς και προσαρμοσμένο στην εποχή. Θα το βρεις πλήρως ανανεωμένο και χειμωνιάτικο, με πιάτα εκλεκτά και μελετημένα. Η προσεγμένη λίστα κρασιών και τα πεντανόστιμα signature cocktails θα εντείνουν ακόμα περισσότερο την αίσθηση της ειδικής περίστασης που κυριαρχεί στην αύρα του. Θα πιστεύεις πως όντως βρίσκεσαι στο σκηνικό μιας ρομαντικής κομεντί, με πρωταγωνιστή εσένα τον ίδιο. Πλέον είναι ανοιχτό και τις Κυριακές και σε περιμένει για λαμπερές, αγαπησιάρικες, αστραφτερές στιγμές. Συμβουλή: μη φύγεις πριν δοκιμάσεις από τη λίστα με τα επιδόρπια.

● ***Αγίου Σπυρίδωνος 3, Πειραιάς, 2104131999***
IG : s.i.l_shakespeare_in_love
www.sil-shakespeareinlove.gr







ΦΩΤΟ: ACHILLEAS COLACLIDES

GARGARETTA

Ένα bistrot για όλες τις ώρες της ημέρας

Αν ψάχνεις ένα bistrot όπου μπορείς να βρεθείς από το πρωί μέχρι το βράδυ, τότε το βρήκες. Η Gargaretta –με όνομα εμπνευσμένο από τη γειτονιά– μας βοηθάει να αρχίσουμε τη μέρα μας με πρωινό και brunch, συνδυασμένο με τον Gran Caffè Italiano. Η συνέχεια γίνεται με πιάτα tapas που μπαίνουν στη μέση ώστε να τα μοιραστεί όλη η παρέα, κυρίως πιάτα, όπως τα μοσχαρίσια κεφτεδάκια με gorgonzola και σάλτσα λιαστής ντομάτας που μόλις μπήκαν στο μενού, και σαλάτες σε βαζάκια που μπορείς να πάρεις και takeaway για light lunch. Στο τέλος έχει επιδόρπιο, με την black forest να είναι μία από τις φρέσκιες επιλογές. Παράλληλα, διατίθεται μία μεγάλη λίστα κρασιών συνδυασμένη με plateau τυριών και αλλαντικών. Τα τελευταία μπορούμε να αγοράσουμε και μεμονωμένα από το παντοπωλείο της Gargaretta, μαζί με άλλα προϊόντα ελλήνων παραγωγών, κυρίως κρητικής προέλευσης, όπως μαρμελάδες, σάλτσες και κουλούρια.
Το bistrot ξεχωρίζει και για τον χώρο του, που επιμελήθηκε η αρχιτέκτονας Ελένη Σταυροπούλου. Ιδιαίτερο χαρακτηριστικό του; Η πλεγμένη στο χέρι οροφή και ένα κατακόκκινο prive δωμάτιο για όσους θέλουν να απολαύσουν το φαγητό τους πιο ήρεμα.

● ***Ροβέρτου Γκάλλι 1, Ακρόπολη, 2109228713,***
www.gargaretta.gr, FB: gargaretta,
Insta: gargaretta









KUZINA

Το εμβληματικό εστιατόριο της Αδριανού



Στη σκιά της Ακρόπολης, κάτω από τον επιβλητικό ναό του Ηφαίστου και στον ιστορικό πεζόδρομο της Αδριανού, σε ένα υπέροχο κτίριο, βρίσκεται μια υπέροχη Kuzina. Το εστιατόριο αυτό, με επικεφαλής τον φημισμένο σεφ και βαθύ γνώστη της ελληνικής κουζίνας Άρη Τσανακλίδη, έχει γοητεύσει τόσο τους Αθηναίους, όσο και τους ξένους επισκέπτες. Δεν είναι τυχαίο που η Kuzina προτείνεται επί σειρά ετών από τον οδηγό Michelin και τον οδηγό Gogobot, ενώ συγκαταλέγεται ανάμεσα στα top 10 εστιατόρια με θέα στον κόσμο σύμφωνα με το BBC.

Τα πιάτα του Άρη Τσανακλίδη πατούν πάνω στις συνταγές του τόπου μας, φτιάχνονται με βάση τις καλύτερες πρώτες ύλες της ελληνικής φύσης, ταυτόχρονα όμως έχουν σύγχρονες, δημιουργικές πινελιές που τελικά φέρνουν την ελληνική κουζίνα στη σύγχρονη εποχή της γαστρονομίας. Ειδικά στο νέο, χειμερινό μενού ο σεφ έχει ξεδιπλώσει όλη τη μαεστρία του. Ξεκινήστε με τη σούπα με γλυκιά κολοκύθα, chips κολοκύθας, πορτοκάλι, καρότο, τζίντζερ και κολοκυθόσπορο, η ιδανική αρχή για ένα τέλειο γεύμα. Η συνέχεια έρχεται με το ταρτάρ τόνου με τζίντζερ, lime, σόγια, wasabi και sauce αβοκάντο, που δικαιολογημένα έχει τη φήμη ενός από τα καλύτερα ταρτάρ ολόκληρης της πόλης. Η «Σαλάτα του χειμώνα», πιστή στην ονομασία της, κρύβει μέσα της όλους τους χειμωνιάτικους θησαυρούς του μπαχτσέ: παντζάρι, μοβ και κίτρινο καρότο, αγκινάρα της Ιερουσαλήμ, γογγύλια, ψητό ταλαγάνι και vinaigrette από ψητούς βολβούς κρεμμυδιών, όλα δημιουργούν μια αληθινή πανδαισία χρωμάτων.

Στα κυρίως έχουμε επίσης αρκετές νόστιμες γευστικές εκπλήξεις όπως τον μαύρο χοίρο Pata Negra με πουρέ λευκής γλυκοπατάτας και sauce από μύρτιλα, που από την πρώτη μέρα απέκτησε τους δικούς του φανατικούς πιστούς. Εξίσου λαχταριστές επιλογές το φρέσκο φιλέτο από μυλοκόπι με καρότο, πράσο, φινόκιο και λεμονάτη sauce béarnaise, αλλά και το καρέ από αρνάκι γάλακτος με πουρέ πατάτας, sauce από δενδρολίβανο και ψητό σκόρδο που λιώνει στο στόμα. Και, φυσικά, μη φύγετε χωρίς επιδόρπιο! Το παραδοσιακό αμυγδαλωτό με σπιτικό παγωτό μαχλέπι και γλυκό του κουταλιού περγαμόντο είναι το ιδανικό τέλος σε ένα τέλειο γεύμα...

Αδριανού 9, Θησείο, 2103240133,
www.kuzina.gr,
Fb: @kuzinaAthens









LA STRADA

Το διαχρονικό ιταλικό της Αθήνας

Άνοιξε το μακρινό 1987 και υπήρξε ένα από τα πρώτα αυθεντικά ιταλικά εστιατόρια της Αθήνας. Από τη φιλόξενη σάλα του (που ανακαινίστηκε ριζικά τον περασμένο χρόνο) έχει περάσει πλήθος πολιτικών και ηθοποιών, ενώ... νονός του είναι ο Αλέξης Κωστάλας που εμπνεύστηκε την ονομασία του εστιατορίου από την ομώνυμη ταινία του Φελίνι. Μέχρι και σήμερα το La Strada είναι η σίγουρη λύση όταν αναζητάτε γνήσια ιταλική κουζίνα, καθώς δεν πρόκειται να σας απογοητεύσει ποτέ! Οι συνταγές του είναι βασισμένες στις παραδοσιακές ιταλικές συνταγές (χωρίς αυτό να σημαίνει πως λείπουν οι σύγχρονες δημιουργικές πινελιές), οι πρώτες ύλες αυστηρά οι καλύτερες και οι τιμές πραγματικά πολύ καλές. Ανάμεσα στα πιάτα που πρέπει οπωσδήποτε να δοκιμάσετε, η πίτσα με αυθεντική μοτσαρέλα Buffala και βασιλικό, οι ταλιατέλες al carne, αλλά και το χοιρινό κότσι με νιόκι. Για να συνοδέψετε το δείπνο σας θα βρείτε μια καλά ενημερωμένη wine list με 70 ετικέτες από τον ελληνικό και διεθνή αμπελώνα (πολλές εκ των οποίων υπάρχουν και σε ποτήρι), ενώ αν δυσκολεύεστε στο wine pairing μπορείτε πάντα να ζητήσετε τη βοήθεια της sommelier Πηνελόπης Κουλουμπή. Tip: Το La Strada ανοίγει από τις 10 το πρωί σερβίροντας εξαιρετικό καφέ και πλούσιο πρωινό.

● ***Εθνικής Αντιστάσεως 109, Ν. Ψυχικό, 2106710370, Fb: La Strada Ristorante Psychico***





CHO CHO SAN

Το «σπίτι» της πολυασιατικής κουζίνας

Με όνομα εμπνευσμένο από τον χαρακτήρα της Μαντάμ Μπατερφλάι (όπερα του Τζάκομο Πουτσίνι) το εστιατόριο αυτό άρχισε το ταξίδι του στο μαγικό κόσμο της Ασίας τον Δεκέμβριο του 2015 και μέσα σε αυτά τα χρόνια έχει ήδη γίνει το στέκι για όλους τους λάτρεις της ασιατικής κουζίνας στα Βόρεια Προάστια. Το Cho Cho San ειδικεύεται στην πολυασιατική κουζίνα και αυτό σημαίνει ότι παίζει στα δάχτυλα τις σπεσιαλιτέ της Κίνας, της Ταϊλάνδης, της Κορέας, αλλά και της Ινδίας, κρατώντας ταυτόχρονα το αγαπημένο sushi ως πρωταγωνιστή. Τα πιάτα που έχουν αποκτήσει το δικό τους φανατικό κοινό είναι –μεταξύ άλλων– η περιβόητη σούπα ramen με μοσχάρι ή κοτόπουλο, η τραγανή πάπια Πεκίνου, αλλά και τα θρυλικά Bao Bun. Το Cho Cho San υπήρξε μάλιστα από τα πρώτα εστιατόρια της Αθήνας που ενέταξαν τα αφράτα ασιατικά ψωμάκια στο μενού τους. Στον κατάλογο υπάρχουν επίσης αρκετές vegan και χορτοφαγικές επιλογές, ενώ όλα τα πιάτα απογειώνονται με κάποιο από τα εξωτικά cocktails. Οι λάτρεις του κρασιού θα βρουν επίσης και μια wine list για να συνοδεύσουν το γεύμα τους, υπό την καθοδήγηση της sommelier Πηνελόπης Κουλουμπή. Το Cho Cho San σας περιμένει από τις 18.00 τις καθημερινές και από τις 13.00 τα Σαββατοκύριακα.

● ***Στρ. Πετρίτη & Πευκών, Δροσιά, 2106228484, Fb: CHO CHO SAN Drosia***









DOS HERMANOS

Το πιο νόστιμο μεξικάνικο της πόλης

Την πρώτη φορά που μπαίνεις στο Dos Hermanos, νιώθεις σαν να μεταφέρεσαι σε… άλλη χώρα. Κάπου πολύ-πολύ μακριά, όπου η μουσική είναι πάντα χαρούμενη και όλα τα προβλήματα λύνονται με ένα ποτήρι tequila. Το πρώτο αυθεντικό μεξικάνικο της Αθήνας είναι πραγματικά μια μικρογραφία του Μεξικού. Άνοιξε τις πόρτες του το μακρινό 1992 και από τότε δεν σταματά να μας εκπλήσσει.

Στην κουζίνα αρχηγός είναι ο chef patron (δηλαδή σεφ και ιδιοκτήτης) Πίτερ Μαραγκός. Τα πιάτα του βασίζονται σε αυθεντικές μεξικάνικες συνταγές, φτιάχνονται με υλικά και μπαχαρικά που έρχονται κατευθείαν από το Μεξικό, ενώ τα πάντα (από τις σάλτσες μέχρι τη sour cream) είναι χειροποίητα. Έτσι, στη ζεστή και πολύχρωμη σάλα του Dos Hermanos υπό το άγρυπνο βλέμμα της Φρίντα Κάλο θα δοκιμάσεις πληθωρικά fajitas, χειροποίητα burritos, ζουμερά enchiladas και ένα σωρό ακόμα παραδοσιακές μεξικάνικες λιχουδιές όπως το αυθεντικό Mole, που δύσκολα θα βρεις αλλού.

Από την άλλη πλευρά, το βραβευμένο bar ενισχύει τη μεξικάνικη κουζίνα με την ανανεωμένη cocktail list και την εξαιρετικά μεγάλη ποικιλία σε premium tequilas (θα βρεις περισσότερες από 100 ετικέτες σε tequila και mezcal). Ειδικά για φέτος, όμως, ο Πίτερ Μαραγκός ενώνει τις δυνάμεις του με τον ειδικό των premium spirits Γιώτη Αγγελίδη και μαζί δημιουργούν τους τέλειους συνδυασμούς μεξικάνικης γαστρονομίας και εκλεκτών αποσταγμάτων. Αυτό σημαίνει ότι υπάρχουν τέσσερα πιάτα-έκπληξη που σερβίρονται μαζί με την ιδανική premium tequila ή ένα cocktail με βάση την tequila, για να κάνεις την προσωπική σου γευσιγνωσία. Ενδεικτικά αναφέρουμε το macho mole (μια διαφορετική εκδοχή του παραδοσιακού mole), που συνδυάζεται με Premium Tequila Anejo, αρωματισμένη με σοκολάτα και πορτοκάλι, αλλά και το Yucatan del Mar (γαρίδες μαριναρισμένες σε chili) ένα εκπληκτικό πιάτο που σερβίρεται μαζί με την παραδοσιακή Paloma.

Εκτός από την ανανεωμένη cocktail list με signature δημιουργίες που βασίζονται όλες σε premium ετικέτες tequilas, θα βρεις επίσης και όλα τα κλασικά cocktails. Με μία όμως διαφορά: στο σπίτι του Μεξικού, τα cocktail που αγαπάς έχουν σαν βάση την tequila! Θα καταλάβεις πόσο σοφό είναι αυτό όταν δοκιμάσεις για πρώτη φορά το Negroni του Dos Hermanos. Εννοείται πως δεν φεύγεις, χωρίς τουλάχιστον ένα ποτήρι αυθεντικής margarita, φτιαγμένης αποκλειστικά με premium tequila Don Julio. Έχουν περάσει χρόνια από τότε που την πρωτοδοκιμάσαμε, αλλά ακόμα παραμένει η καλύτερη της πόλης!

● ***Κυριαζή 24, Κηφισιά, 2108087906, www.doshermanos.gr, Fb:@doshermanos.gr***





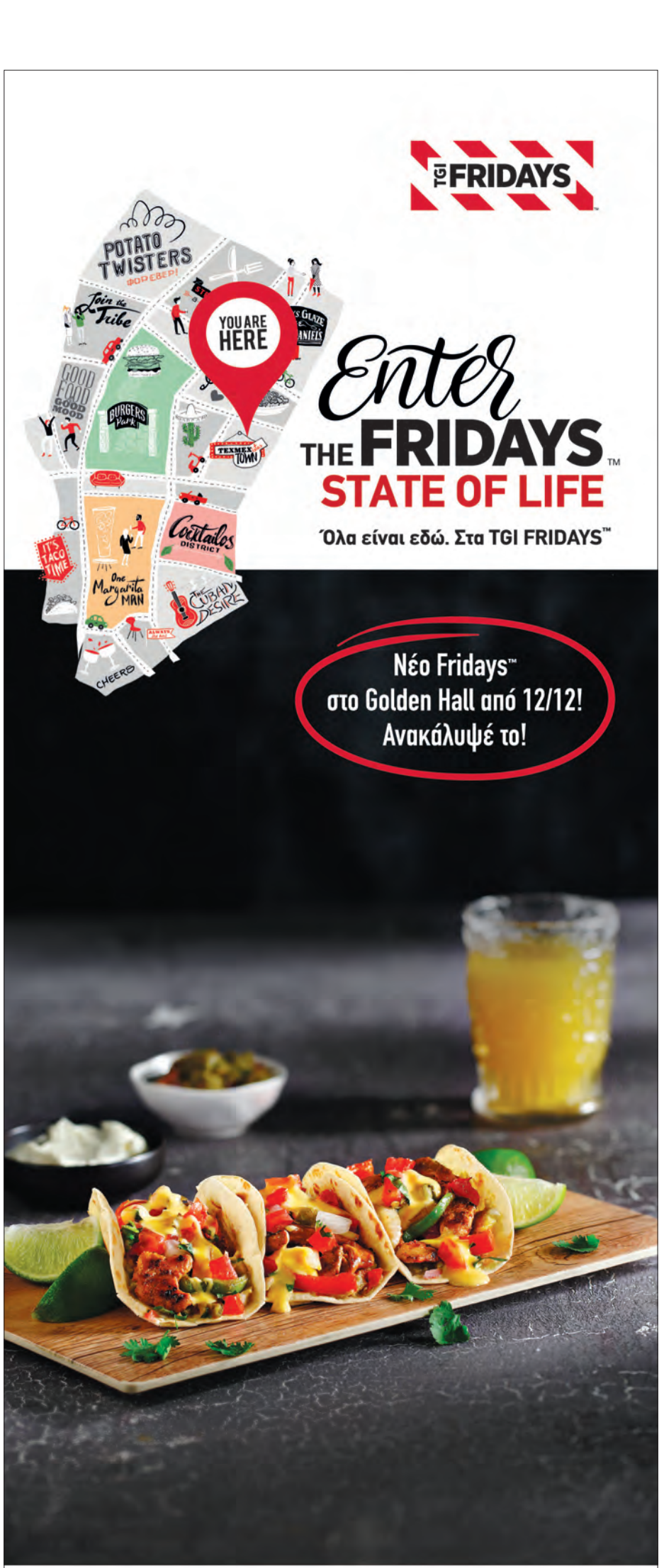


TGI FRIDAYS

Enter THE FRIDAYS™ STATE OF LIFE

Όλα είναι εδώ. Στα TGI FRIDAYS™

Νέο Fridays™ στο Golden Hall από 12/12! Ανακάλυψέ το!



ΑΘΗΝΑ: ΚΗΦΙΣΙΑ • ΓΛΥΦΑΔΑ • ΚΟΛΩΝΑΚΙ
ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ • ΜΑΡΙΝΑ ΦΛΟΙΣΒΟΥ • ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΟΥΣ • MEDITERRANEAN COSMOS

GOLDEN HALL NEW!

www.fridays.gr TGI Fridays Greece TGIFridaysGR TGIFridaysGR





OLIVE GARDEN

Το εστιατόριο του ξενοδοχείου Τιτάνια σου κόβει την ανάσα

Έντεκα ορόφους πάνω από την Πανεπιστημίου θα βρεις ένα από τα πιο μαγευτικά roof garden της Αθήνας. Η πόλη απλώνεται σαγηνευτική κάτω από τα πόδια σου, η Ακρόπολη και ο Λυκαβηττός κλέβουν το βλέμμα σου. Σε αυτό το μαγευτικό σκηνικό θα απολαύσεις υπέροχη δημιουργική κουζίνα από τον executive chef του ξενοδοχείου Τιτάνια Χρήστο Τζιλήρα. Για τα πιάτα του αυτός ο σπουδαίος chef χρησιμοποιεί Π.Ο.Π και Π.Γ.Ε ελληνικά προϊόντα και φέρνει την ελληνική παράδοση στη σύγχρονή της μορφή. Έτσι, θα δοκιμάσετε εκπληκτικά πιάτα όπως το καλαμάρι σχάρας σε ζεστή σαλάτα από βιολογικές φακές Γρεβενών, την ελληνική καρμπονάρα με σύγκλινο Μάνης, τα (εκπληκτικά!) φιλέτα μπαρμπουνιού με καπνιστό πουρέ κουνουπιδιού και βιολογικά μαυρομάτικα φασόλια Φενεού, ενώ δεν λείπουν και οι vegan επιλογές. Τα πιάτα που αναφέρουμε είναι ενδεικτικά, στον κατάλογο θα ανακαλύψετε πολλά ακόμα (όλα τους υπέροχα), τα οποία μπορείτε να συνοδέψετε με ένα ποτήρι κρασί από την καλά ενημερωμένη wine list.

● *Πανεπιστημίου 52, 2103326000, www.titania.gr*





ZINGLEE

Για φαγητό σαν το κυριακάτικο τραπέζι

Σε όλους μας έχει τύχει να συνδέσουμε ένα πιάτο γεμάτο νοστιμιές με μία συγκεκριμένη υπέροχη ανάμνηση. Με την πρώτη μπουκιά μεταφερόμαστε πίσω σε οικογενειακά κυριακάτικα τραπέζια, εορταστικούς μπουφέδες και λαμπερές βραδιές γεμάτες θαλπωρή. Μία τέτοια γαστρονομική χρονομηχανή βρίσκεται στο Zinglee, που με το νέο μενού του μας ταξιδεύει πίσω στις δεξιώσεις των δεκαετιών του '50 και '70 και μας δίνει ειδική VIP πρόσκληση. Εμβληματικά πιάτα της αστικής αθηναϊκής κουζίνας μεταφράζονται στη σύγχρονη γαστρονομική διάλεκτο, ενώ η ταλαντούχα ομάδα των σεφ φροντίζει για μοναδικές γευστικές εμπειρίες – γνώριμες αλλά καινούργιες ταυτόχρονα. Από το νέο μενού δεν θα μπορούσε να λείπει η αγαπημένη συνήθεια του brunch, που στο Zinglee είναι άκρως ελληνική και αξίζει την προσοχή σου! Γεύσεις και πρώτες ύλες από κάθε γωνιά της χώρας συνδυάζονται με παιχνιδιάρικους τρόπους, δημιουργώντας την πλέον πρωτότυπη και οικεία γευστική πρόταση πρωινού της Αθήνας. Να δοκιμάσεις οπωσδήποτε τα φρουτάλια και την τρομερή ομελέτα από την Άνδρο με αυγά, λουκάνικα και λαχανικά εποχής. Σταρ του μενού είναι επίσης ο καγιανάς από αυγά στραπατσάδα με ντομάτα και σύγκλινο, οι μαρμαρίτες από την Κω και οι λουκουμάδες γλυκοπατάτας με μέλι και κανέλα. Θα χρειαστούν πολλαπλές επισκέψεις για την πλήρη εξερεύνηση των διαφορετικών πιάτων και γεύσεων, αλλά κάθε μία θα αξίζει το ίδιο!

● *Τσακάλωφ 2, Κολωνάκι, 2103608591, www.zinglee.gr*



CHEFI BOUTIQUE RESTAURANT

To Fine Dining όπως θα θέλαμε να είναι: απλό, φιλικό, νόστιμο

Το περίεργο με αυτό το εστιατόριο είναι ότι την πρώτη φορά που κάθεσαι στα τραπέζια του νιώθεις παράξενα οικεία. Σαν να έχεις ξαναβρεθεί εδώ, σαν η ιδιοκτήτρια, η (τρομερή!) Έφη Κότσαπα να είναι ήδη φίλη σου. Και πραγματικά, με τόση φιλοξενία σε υποδέχεται η ίδια και η ομάδα της, τόση φροντίδα και αγάπη έχει το φαγητό, που τελικά φτάνεις στο συμπέρασμα ότι το Chefi δεν είναι συνηθισμένο εστιατόριο αλλά η προέκταση ενός ζεστού, φιλικού σπιτικού.
Αυτό καθόλου δεν σημαίνει ότι εδώ θα δοκιμάσεις πιάτα που θα έτρωγες και σπίτι σου. Το φαγητό στο Chefi έχει έναν πολύ ιδιαίτερο ρόλο. Εμπνευσμένο από τα ταξίδια της Έφης σε όλο τον κόσμο, αλλά ταυτόχρονα προσαρμοσμένο στις ελληνικές γεύσεις, σε παρασύρει σε μια μοναδική fine dining εμπειρία, που είναι όμως προσιτή σε όλους. Με άλλα λόγια, εδώ ζεις το casual fine dining όπως θα έπρεπε να είναι: απλό, φιλικό, νόστιμο.

Ανάμεσα στα πιάτα που πρέπει οπωσδήποτε να δοκιμάσεις, ενδεικτικά αναφέρουμε το ξακουστό ριζότο χωριάτικη σαλάτα με κρέμα δυόσμου και μους φέτας, το υπέροχο γιουβαρλάκι θαλασσινών με κρέμα από φασόλια Πρεσπών και σπανάκι, το πεντανόστιμο κριθαρότο γαρίδας με chorizo, αϊολί και σαφράν, αλλά και τα αξεπέραστα μανιτάρια σχάρας με κατσικίσιο τυρί, φάβα και vinaigrette tartufo.

Μη φύγεις χωρίς έστω μια μπουκιά από τα υπέροχα γλυκά όπως το mille feuilles με κρέμα πορτοκάλι και φρούτα του δάσους ή τον οργασμό σοκολάτας (ναι, είναι τόσο εντυπωσιακό, όσο ακούγεται).
Όλα τα παραπάνω μπορείς να τα συνοδέψεις με κρασιά από τον ελληνικό και διεθνή αμπελώνα (η wine list είναι αρκετά «πλούσια»). Κι έτσι, χαλαρώνοντας μετά από ένα υπέροχο δείπνο με ένα ποτήρι κρασί στο χέρι, ακούγοντας τις μουσικές του Athens Voice Radio 102,5, καταλαβαίνεις τελικά τι είναι αυτό που κάνει τα μαγαζιά... στέκια!
Tip: Το Chefi στις 4 Δεκεμβρίου θα πραγματοποιήσει wine dinner με το Κτήμα Γαίας με ειδικό μενού και wine pairing με τα κρασιά της Γαίας.

● ***Περικλέους 31, Χαλάνδρι, 2106815774, www.chefi.gr, Fb: @chefirestaurant***







ΚΥΒΕΛΗ

Για αυτά τα μεζεδάκια έρχεσαι ακόμα κι από την άλλη άκρη της Αθήνας

Η πλατεία Αγίου Γεωργίου είναι από τις πιο ζωντανές αυτής της πόλης, με τα δέντρα να ρίχνουν τη σκιά τους στους περαστικούς και δεκάδες παρέες να μαζεύονται στα πλιόλουστα τραπέζια της Κυβέλης. Το εστιατόριο αυτό είναι πια το στέκι της Κυψέλης. Όχι μόνο για τους Κυψελιώτες... Είναι πολλές οι παρέες που έρχονται από την άλλη άκρη της Αθήνας για τα λαχταριστά μεζεδάκια του. Όταν έρθεις κι εσύ, να δοκιμάσεις οπωσδήποτε την τηγανιά από μοσχαρίσιο συκώτι με πιπεριές και κρεμμύδι, το κοτόπουλο «χαρακίρι», τη βελούδινη τυροκαυτερή με φέτα και κόκκινη πιπερίτσα, τα ζουμερά κεμπαμπάκια, και ό,τι κι αν γίνει με τίποτα μην παραλείψεις τους υπέροχους κολοκυθοκεφτέδες – με διαφορά οι ωραιότεροι που έχεις φάει ποτέ. Η κουζίνα της Κυβέλης πατάει πάνω στην παράδοση και τις ελληνικές συνταγές που τόσο αγαπάμε, ταυτόχρονα όμως προσθέτει τις δικές της δημιουργικές πινελιές που τελικά κάνουν κάθε πιάτο απλά ακαταμάχητο. Πέρα από το (ομολογουμένως εξαιρετικό) φαγητό, όμως, αυτό που έχει μετατρέψει την Κυβέλη σε στέκι είναι οι μικρές, αλλά σημαντικές λεπτομέρειες... Το ευγενέστατο σέρβις, η ειλικρινώς φιλόξενη ατμόσφαιρα, η αίσθηση ότι βρίσκεσαι σε έναν τόπο γεμάτο φίλους. Και αυτό τελικά είναι κάτι που όταν το βρεις, δεν το αλλάζεις.

● ***Επτανήσου 15, Κυψέλη, 2108219406***
Fb: @kivelirest, Insta: Kyveli_kypseli
Και delivery







ELLA

Με σεφ τη Νένα Ισμυρνόγλου το εστιατόριο αυτό παίζει την ελληνική κουζίνα στα δάχτυλα

Σας έχει τύχει ποτέ να δοκιμάζετε ένα φαγητό και η γεύση του να σας μεταφέρει χρόνια πριν σε μια χαρούμενη ανάμνηση; Αυτό ακριβώς συμβαίνει με κάθε πιάτο που θα γευτείς στο Ella. Το ζεστό αυτό εστιατόριο άνοιξε πριν ένα χρόνο απέναντι από τη Μητρόπολη με αρχηγό στην κουζίνα την ξακουστή σεφ Νένα Ισμυρνόγλου. Βαθύς γνώστης της ελληνικής κουζίνας η ίδια, αλλά ταυτόχρονα και μία από τις καλύτερες ελληνίδες σεφ που διαθέτει η χώρα μας, μαγειρεύει κάθε συνταγή με την οποία έχουμε μεγαλώσει με το δικό της ξεχωριστό τρόπο. Δοκίμασε τα τσιγαριαστά χόρτα με ποικιλία μανιταριών, τις γαρίδες σαγανάκι με φέτα, γραβιέρα και φρέσκα μυρωδικά, οπωσδήποτε τους γίγαντες φούρνου με ολόκληρα ντοματάκια santo, ούζο και άνηθο αλλά και το αθάνατο κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες που στην εκδοχή της Νένας σιγοψήνεται μαζί με κεφαλοτύρι και ψητή ντομάτα. Το Ella ανοίγει από το πρωί σερβίροντας καφέ και πρωινό, ενώ στο βάθος μπορείς να βρεις και μια μεγάλη ποικιλία σε προϊόντα ελλήνων παραγωγών (όπως τυριά, αλλαντικά, αλίπαστα, ελιές, τραχανά, χυλοπίτες κ.α.), τα οποία μπορείς να ψωνίσεις και για το σπίτι, αφού τα δοκιμάσεις στα πιάτα του καταλόγου ή μέσα σε λαχταριστά σάντουιτς.

● ***Μητροπόλεως 26, Σύνταγμα, 2103315547,***
www.ellagreekcooking.gr, Fb: @EllaGreekCooking









ΝΕΣΤ

Θέα που κόβει την ανάσα από το εστιατόριο του ξενοδοχείου The Alex στην Καστέλλα

Το πέμπτο ξενοδοχείο του ομίλου Santikos Collection και το πρώτο σε αστικό ιστό, ξεκίνησε τη λειτουργία του στα τέλη του περασμένου Ιουνίου και έχει ήδη κερδίσει τις εντυπώσεις. Σε μία από τις πλέον ατμοσφαιρικές περιοχές του Νομού Αττικής, στη μαγευτική Καστέλλα, το ξενοδοχείο The Alex διαθέτει 33 δωμάτια και μία σουίτα, στο ισόγειό του θα βρείτε το all day café & bistrot "The Botanist", ενώ στο rooftop, στον 4ο όροφο, βρίσκεται ο χώρος που αναμένεται να γίνει το νέο hot spot του Πειραιά. Πρόκειται για το εστιατόριο ΝΕΣΤ με θέα που, πραγματικά, κόβει την ανάσα. Ακρόπολη, Λυκαβητττός, η αθηναϊκή Ριβιέρα, ο Αργοσαρωνικός, η Πάρνηθα, ολόκληρη η πόλη θα βρεθεί μεμιάς μπροστά στα μάτια σας! Αυτή ακριβώς η θέα από το πιο ψηλό σημείο του ξενοδοχείου, σε συνδυασμό με το απόλυτα φιλόξενο περιβάλλον, που θα σας κάνει να αισθανθείτε οικεία σαν να βρίσκεστε στο σπίτι σας, έδωσαν και το όνομα του εστιατορίου, που σημαίνει «φωλιά». Εδώ, λοιπόν, θα απολαύσετε εξαιρετικά πιάτα μοντέρνας ελληνικής κουζίνας, σε ένα χώρο που έχει ήδη μπει σε χριστουγεννιάτικο mood. Extra tip: Να θυμάστε ότι το ΝΕΣΤ ετοιμάζει ρεβεγιόν για τις παραμονές Χριστουγέννων και Πρωτοχρονιάς που θα μείνουν αξέχαστα!

● ***Λεωφόρος Αλ. Παπαναστασίου 109, Καστέλλα, www.santikoscollection.com/thealex***











ΑΜΑ ΛΑΧΕΙ

Η Καλλιδρομίου έχει τη δική της νόστιμη ιστορία

Το αγαπημένο εστιατόριο της Καλλιδρομίου έχει τον τρόπο του να τους ενώνει όλους. Άνθρωποι που ζουν ή εργάζονται κοντά, Εξάρχεια, Νεάπολη, Κολωνάκι, ήταν οι πρώτοι τυχεροί. Αλλά αυτά μαθαίνονται στόμα με στόμα και στα 6 χρόνια της λειτουργίας του το Άμα Λάχει έχει φίλους απ' όλη την Αθήνα, με το εστιατόριο να έχει γίνει συνώνυμο της value for money ποιότητας και της ανεπιτήδευτης αρμονίας που δημιουργεί το μοντέρνο όταν συνυπάρχει με την παράδοση. Εδώ, λοιπόν, στην πανέμορφη αυλή ή στα ατμοσφαιρικά δωμάτια του νεοκλασικού, που κάποτε ήταν σχολείο, θα απολαύσετε ελληνικές γεύσεις, πειραγμένες με δημιουργικό τρόπο, με πρώτες ύλες προσεκτικά διαλεγμένες, που έρχονται πολλές φορές από διάφορες γωνιές της Ελλάδας, όπως επίσης τα κρασιά και τα αποστάγματα. Εκτός του βασικού καταλόγου, που έχει και πολύ ωραίους μεζέδες για τη μέση, που λένε, η κουζίνα βγάζει και πιάτα ημέρας, που μπορεί να είναι κοκκινιστός κόκορας με φλωμάρια Λήμνου και γυλωμένη μανούρα Σίφνου, χοιρινό κότσι με μαύρη μπίρα, μέλι και μουστάρδα, αλλά και κουνέλι ζακυνθινό με λαδοτύρι και πολλά άλλα! Εμείς το εμπιστευόμαστε και επιστρέφουμε ξανά και ξανά, το ίδιο προτείνουμε να κάνετε και εσείς.

● ***Τρίτη έως Κυριακή 13.00-00.30, Δευτέρα 19.00-00.30. Καλλιδρομίου 69, Εξάρχεια, 2103845978, fb: ΑΜΑ ΛΑΧΕΙ***





ΚΕΝΤΡΙΚΟΝ

Η επιστροφή του ιστορικού εστιατόριου της Αθήνας

Το ιστορικό εστιατόριο της Αθήνας ανανεώθηκε και συνεχίζει ακάθεκτο στο ίδιο σημείο, φιλοδοξώντας να προσθέσει νέες χρυσές σελίδες στο βιογραφικό του αλλά και στην καθημερινότητα των Αθηναίων. Η σύγχρονη αισθητική και η «απαλή» πολυτέλεια σε αγκαλιάζουν μπαίνοντας στον χώρο, ενώ οι κομψές δερμάτινες πολυθρόνες σε καλούν για να απολαύσεις ένα τέλειο γεύμα ή δείπνο. Η φιλοσοφία στην κουζίνα ακολουθεί το «επιστροφή στην αυθεντική ελληνική κατσαρόλα», οπότε τα μεσημέρια βρίσκεις αγαπημένα πιάτα όπως παπουτσάκια, σαλάτα αθηναϊκή με ψάρι, λαχανοντολμάδες, μοσχαράκι κοκκινιστό, σούπες αλλά και όσπρια. Το βράδυ το μενού αποκτά πιο σύγχρονες εικόνες με πιάτα σε ψάρι (πάντα φρέσκο) ή κρέας (εξαιρετικές ποιότητες): γιουβέτσι αστακού, τατάκι τόνου με ταχίνι-γουασάμπι, rib eye από Waguy Αυστραλίας και άλλα. Σημείωσε ότι μπορείς, αν θες, το βράδυ να παραγγείλεις κάποιο από τα μεσημεριανά πιάτα και το αντίστροφο. Αν θέλεις απλά να απολαύσεις το ποτό σου ή ένα ποτήρι από τη μεγάλη λίστα κρασιών του, η εντυπωσιακή μπάρα και τα ψηλά τραπέζια με stools είναι το ιδανικό μέρος. Η Αθήνα απέκτησε ξανά το καλό, ιστορικό και διαχρονικό εστιατόριο που σέβεται την ιστορία του και τον πελάτη.

● ***Κολοκοτρώνη 3, Αθήνα, 2103232482***











ΤΟ ΚΑΠΛΑΝΙ

Κρητική κουζίνα στα καλύτερά της

Το Καπλάνι άνοιξε μόλις πριν από 10 μήνες και ήδη αποτελεί ένα από τα πιο πολυσυζητημένα νέα στέκια της πόλης, ανεξαρτήτως αν βρίσκεσαι κοντά στην περιοχή ή όχι. Κάτι τέτοιο μας φαίνεται απόλυτα λογικό, καθώς την κουζίνα του αξίζει να κάνεις μέχρι και ταξίδι για να τη γευτείς και το περιβάλλον του σε πρεμεί πλήρως. Με το χρυσό στάνταρ της άριστης ποιότητας, οι συντελεστές φρόντισαν ώστε το Καπλάνι να προμηθεύεται τις καλύτερες και πιο φρέσκες πρώτες ύλες της αγοράς και να δημιουργεί πιάτα εξαιρετικής νοστιμιάς, που δύσκολα θα συναντήσεις σε άλλο μαγαζί της Αθήνας. Σε έναν υπέροχα σχεδιασμένο χώρο με μίνιμαλ αισθητική και νοσταλγική διάθεση μπορείς να απολαύσεις «παντρέματα» της κρητικής και μεσογειακής κουζίνας για μία μοναδική γαστρονομική εμπειρία. Δεν ξέρουμε τι να πρωτοπροτείνουμε. Ξεκίνησε με μία ανοιχτή πίτα μπισκότου (ναι, καλά διαβάζεις) με γραβιέρα, ξύγαλο και λαχανικά. Συνέχισε με μία σαλάτα με σταμναγκάθι, μαρούλι, απάκι, τσαπέλα, γραβιέρα Κρήτης και παξιμάδι χαρουπιού με σάλτσα από λευκό βαλσάμικο και μέλι. Θα ξεχάσεις πώς σε λένε! Απογείωσέ το με κρητικό απάκι και μοσχαρίσια μάγουλα, πουρέ πατάτας και ψητή μελιτζάνα. Αν είσαι πιο των θαλασσινών, σίγουρα θα «ψαρώσεις» με το λευράκι με χόρτα εποχής και ρεβυθόρυζο. Τα όνειρα γλυκά θα προκύψουν με μία λαχταριστή σφακιανόπιτα που στάζει μέλι και συνοδεύεται από παγωτό κανέλα.

● ***Ευφρονίου 47, Περιοχή Caravel, 2107211191, 2107211161 www.tokaplani.gr, Fb: tokaplani***







GEPPETTO THE BAR

Το αγαπημένο all day στέκι στο Παγκράτι

Από τη στιγμή που άνοιξε το νέο μεταδόθηκε από στόμα σε στόμα. «Έχει τέλεια cocktail!», «το brunch είναι απίστευτο!», «εγώ πάω για τις μακαρονάδες» ήταν μόνο μερικές από τις φράσεις που άκουγες πιο συχνά. Κι όπως ήταν φυσικό το Geppetto The Bar έγινε στέκι μέσα σε λίγες ημέρες. Και πώς να μη γίνει; Στεγασμένο σε ένα από τα πιο εμβληματικά νεοκλασικά της πλατείας Βαρνάβα, σε περιμένει από το πρωί με υπέροχους μονοποικιλιακούς καφέδες, brunch που έχουν αφήσει τη δική του εποχή, αλλά και πιάτα της ιταλικής κυρίως κουζίνας που έχουν ξετρελάνει κόσμο (δοκίμασε οπωσδήποτε τις μακαρονάδες και θα καταλάβεις). Τα απογεύματα, πάλι, είναι η ιδανική ώρα για να απολαύσεις ένα ποτήρι κρασί μαζί με μια νόστιμη μπρουσκέτα ή ένα πλούσιο πλατό τυριών-αλλαντικών. Τα βράδια όμως το Geppeto μεταμορφώνεται σε ένα καθαρόαιμο bar με τις μουσικές να σου ανεβάζουν τη διάθεση στα ύψη και τα signature cocktails να σε αφήνουν με το στόμα ανοιχτό. Όταν πια αργά τη νύχτα βγεις πάλι –με μικρά χορευτικά βήματα– στην πλατεία Βαρνάβα, το Geppetto θα είναι πια και το δικό σου στέκι.

● ***Στίλπωνος 2, Παγκράτι, 2107525665, Fb: Geppetto The Bar***













WHITE OWL

Φαγητό μέσα στο πράσινο κάτω από την Πάρνηθα

Μισή ώρα από την Αθήνα, σε ένα καταπράσινο τοπίο ακριβώς κάτω από το βουνό της Πάρνηθας, μπορείς να δοκιμάσεις πολλές διαφορετικές γεύσεις σε ένα χαλαρό περιβάλλον. Κάθε πρωί 9.30 με 12.30 μπορείς να απολαύσεις ένα πρωινό με γεμιστό brioche ή κουλούρι, πορτοκαλόπιτα, κέικ ή γιαούρτι granola, ενώ 8.00 με 10.00 ο καφές έχει happy hour και κοστίζει μόλις €2. Τα Σαββατοκύριακα, φυσικά, σερβίρεται brunch, με διαφορετικά pancakes, scrambled eggs και τηγανίτες να είναι κάποιες μόνο από τις επιλογές που σου δίνονται. Αν ψάχνεις για μεσημεριανό ή βραδινό είσαι και πάλι καλυμμένος, αφού το μενού περιλαμβάνει ζυμαρικά, πίτσα, σαλάτες, burgers, ποικιλίες, αλλά και snacks, όπως σάντουιτς με μπριζολάκια ή σολομό, σε μέγεθος κανονικής μερίδας, ενώ υπάρχει και επιδόρπιο.

Το πέτρινο εξωτερικό του White Owl είναι εξαιρετικά ευρύχωρο. Απόδειξη; Διαθέτει μέχρι και παιδική χαρά για να παίζουν τα παιδιά σας όσο εσείς θα πίνετε τον καφέ σας και εκείνα θα περιμένουν τα dark pancakes με τη χειροποίητη πραλίνα φουντουκιού. Ο χώρος, βέβαια, είναι προσβάσιμος και σε ΑΜΕΑ.

● ***Αριστοτέλους 65, Θρακομακεδόνες, 2102432613, Fb: White Owl Café, Insta: whiteowlcafe***







ΤΟ ΜΑΥΡΟ ΠΡΟΒΑΤΟ ΤΟΥ PRESS CAFE

Εσύ βάζεις την όρεξη κι αυτό όλα τα υπόλοιπα

Το Μαύρο Πρόβατο είναι φιλόξενο και πάντα μας υποδέχεται στον comfy χώρο του με χαμόγελο και ευγένεια. Ήδη 8 χρόνια σταθερά στην προτίμηση των Αθηναίων, ξέρει ότι το αγαπάνε για το πεντανόστιμο φαγητό του, τη χαλαρή και μαζί πολύ ζωντανή ατμόσφαιρα και τις εξαιρετικές του τιμές. Ανοιχτό κάθε μέρα από το μεσημέρι μέχρι αργά το βράδυ, θα το δεις πάντα γεμάτο από παρέες που καταφθάνουν εδώ από κάθε άκρη της πόλης. Η ελληνική κουζίνα στα καλύτερά της, οι υψηλής ποιότητας πρώτες ύλες, τα πιάτα που με σύγχρονες πινελιές δοξάζουν την ελληνική κουζίνα και η ποικιλία που εμπλουτίζεται συχνά για να έχεις πάντα κάτι να περιμένεις, είναι τα χαρακτηριστικά που σε φέρνουν διαρκώς στο κατώφλι του. Δοκίμασε σαλάτα Δήμητρα, χιουνκιάρ μπεγιεντί –μοσχαράκι κοκκινιστό με πουρέ μελιτζάνας που λιώνει στο στόμα–, σπιτικά κεφτεδάκια σαν της μαμάς, κριθαρότο λαχανικών, ή αρνί που σιγοψήνεται μέχρι να γίνει λουκούμι και συνοδεύεται με κρητικό πιλάφι και πατάτες φούρνου για να θυμηθείς τι σημαίνει «αληθινό», νόστιμο φαγητό. Από το νέο του μενού ξεχωρίζει το κριθαρότο γλυκιάς κολοκύθας με φασκόμηλο και παρμεζάνα και το μπούτι γαλοπούλας γεμιστό με μανιτάρια, παστουρμά, σκοτύρι και φρέσκα μυρωδικά. Θα συνοδεύσεις με κάποιο καλό εμφιαλωμένο κρασί (σε τιμή που σηκώνει επανάληψη) ή με αποστάγματα από όλη την Ελλάδα και θα κρατήσεις χώρο για την τάρτα σοκολάτας με αλμυρή καραμέλα.

● ***Αρριανού 31, Παγκράτι, 2107223466***
● ***Σωκράτους και Ζαΐμη 2, Μελίσσια, 2108102466, Fb: @TomavroprovatotouPressCafe***







CUPOLA

Γνήσια ιταλική κουζίνα στην καρδιά της Αθήνας

Σε έναν μικρό, όμορφο πεζόδρομο του Παγκρατίου ανακαλύψαμε τον ιδανικό προορισμό για τους λάτρεις της ιταλικής κουζίνας. Το Cupola μεταφράζεται ως τρούλος ή θόλος, ουσιαστικά όμως πρόκειται για τον παραδοσιακό χτιστό φούρνο που χρησιμοποιούν στη Νάπολη για να ψήνουν τις θρυλικές τους πίτσες. Ο minimal χώρος, το comfort περιβάλλον, οι ποιοτικές πρώτες ύλες και ο εξαιρετικός σεφ Stefano Rossi δημιουργούν την τέλεια συνταγή για γνήσια ιταλική εμπειρία. Βέρα πίτσα ναπολιτάνα με παραδοσιακή ζύμη 3 ημερών που ψήνεται στον ξυλόφουρνο και χειροποίητα ζυμαρικά που παρασκευάζονται μπροστά στα μάτια σου, πίσω από το γυάλινο τοίχο της κουζίνας. Μη ρωτάς, ανάμεσα σε αυτά και στα λαχταριστά πιάτα ημέρας που αλλάζουν συνέχεια, δεν ξέραμε τι να πρωτοδιαλέξουμε. Το Cupola όμως διαθέτει και ένα aperitivo bar όπου μπορείς να κάτσεις για ένα aperitivo cocktail ή ένα ποτήρι καλό κρασί, διαλέγοντας από τις 65 ετικέτες ελληνικών και ιταλικών κρασιών. Κράτα οπωσδήποτε χώρο για τα εντυπωσιακά γλυκά που στήνονται επιτόπου και stay tuned για το εορταστικό μενού που θα αποκαλυφθεί σε λίγες ημέρες.

● ***Ευφορίωνος 13, Παγκράτι, 2114117444***
cupola.gr, fb: Cupola







Los Gatos

Vintage αισθητική, jazz ήχοι, paella, tapas, jamon, patta negra

Θέλεις να κάνεις ένα γαστρονομικό ταξίδι στην Ισπανία και τις άλλες χώρες της Λατινικής Αμερικής; Τότε σπεύσε στο Los Gatos. Το wine latin restaurant βρίσκεται στο κέντρο της Αθήνας, στον πεζόδρομο που η Ρόμβης ενώνεται με την Κλειτίου, έτοιμη να μας ταξιδέψει στη λατινική κουζίνα μέσα από τις γεύσεις και τους ήχους του tango που περιβάλλουν τον χώρο. Η αίσθηση του πεζόδρομου θα φροντίσει τη χαλάρωσή σου, ενώ το μενού θα απογειώσει τη μέρα και τη νύχτα σου. Μπορείς να βρεθείς εκεί από νωρίς, για να απολαύσεις τον καφέ σου μαζί με brunch (αυγά, ομελέτες, panini, τάρτες και μπρουσκέτες). Αργότερα, έχεις την ευκαιρία να γευτείς τα ισπανικά tapas, μεξικάνικα tacos και μπουρίτος.: Αργότερα έχεις την ευκαιρία να γευθείς τα ισπανικά tapas, μεξικάνικα tacos και burittos. Αξίζει να αναφέρουμε ότι το Los Gatos εξειδικεύεται στην paella όπου μπορείς να βρεις τέσσερα είδη: paella valenciana, paella negra, paella de mariscos, paella de carne, μαγειρεύονται με την ισπανική παραδοσιακή συνταγή για δύο ή τέσσερα άτομα. Αν είσαι λάτρης του κρασιού, εδώ θα βρεις 70 ετικέτες ελληνικού και ξένου αμπελώνα, οι οποίες συνοδεύονται από φρεσκοκομμένα ισπανικά και ιταλικά αλλαντικά και τυριά.

● ***Ρόμβης 17 & Κλειτίου 1, Αθήνα, 2103240100,***
Fb: Los gatos_vineria, prosciutteria









THAI ZAB

Ένα ταξίδι στις αυθεντικές Ταϊλανδέζικες γεύσεις

Έχοντας ταξιδέψει δυο φορές στην Ταϊλάνδη και όντας λάτρης της κουζίνας της, ήμουν πάντα λίγο επιφυλακτικός όποτε η παρέα πρότεινε έξοδο «για ταϊλανδέζικο». Μέχρι που ανακάλυψα το Thai Zab. Σε μια από τις γειτονιές που μου αρέσουν πολύ, στον Κεραμεικό, το Thai Zab είναι ένα εστιατόριο με αληθινά αυθεντικές ταϊλανδέζικες συνταγές, σε ένα λιτά διακοσμημένο μοντέρνο χώρο. Εδώ, μια μέρα είχα την ευκαιρία να γνωρίσω τον Ντεν, τον Ταϊλανδό σεφ του Thai Zab, και να μάθω λίγα πράγματα για την ιστορία του. Η μαγειρική είναι όλη του η ζωή. Από το Kaset Wisai της Ταϊλάνδης και με οδηγό την αγάπη του για τη μαγειρική, μετακόμισε στην Μπανγκόνγκ όπου, ανάμεσα σε εξωτικά βότανα και γλυκόξινες γεύσεις, σπούδασε κλασική και σύγχρονη ταϊλανδέζικη κουζίνα. Ανακατεύοντας κλασικές και μοντέρνες συνταγές αλλά και ταϊλανδέζικα πιάτα παγκοσμίου φήμης, και βασιζόμενος πάντα σε υψηλής ποιότητας πρώτες ύλες, δημιούργησε ένα μενού που στην πραγματικότητα είναι ένα αληθινό ταξίδι στη μαγική αυτή χώρα της Ασίας. Εξωτικές, αχνιστές σούπες, λαχταριστά πιάτα με τα –χειροποίητα, παρακαλώ– νουντλς του Ντεν, πολύχρωμα συναρπαστικά κάρυ (με λαχανικά, πάπια κ.ά.) και πιάτα με φρέσκα θαλασσινά, όλα, όσο καυτερά τα ζητήσετε εσείς! Το Thai Zab σας περιμένει για ένα ταξίδι που αν αγαπάτε ή θέλετε να γνωρίσετε την ταϊλανδέζικη κουζίνα, θα πρέπει να κάνετε κι εσείς!

● ***Δεκελέων 22, Κεραμεικός, 2111115486, www.thaizab.gr***







UMAMI PANDA

Η πολυασιατική κουζίνα στα καλύτερά της

Το Umami Panda (umami σημαίνει η «καλή γεύση») έχει λίγους μήνες λειτουργίας, μας έχει κλέψει όμως τις καρδιές! Στον πολυσύχναστο πεζόδρομο της Γ. Ολυμπίου, εξαιρετικά καλαίσθητο, με τις καρέκλες από bamboo και τη συνολική διακόσμηση να δίνουν έναν εξωτικό τόνο, το Umami Panda είναι ένα εστιατόριο πολυασιατικών γεύσεων που δεν ξεχωρίζει μόνο για τις φανταστικές του γεύσεις, αλλά και για την υψηλή ποιότητα των πρώτων υλών του, δυο πράγματα που, άλλωστε, πάνε μαζί, όπως θα έλεγε και ο εξαιρετικός head chef, Κωνσταντίνος Γιώτης. Εδώ, λοιπόν, η σημασία δίνεται στη λεπτομέρεια και οι νοστιμιές της Ανατολής βρίσκονται στα καλύτερά τους. Με extra premium ποιότητα ρυζιού στο σούσι, με αληθινή καβουρόψυχα και όχι απομίμηση καβουριού και με τα πιο φρέσκα ψάρια σερβιρισμένα στο πιάτο σου είναι απλώς αδύνατο να μην αφεθείς σε αυτή τη μαγευτική ασιατική αίσθηση. Δίπλα σε αυτά, τα ολόφρεσκα ζυμαρικά ενώνονται με τα πρώτης ποιότητας πουλερικά και καταλαβαίνεις αμέσως τι σημαίνει νόστιμο και καλομαγειρεμένο κρέας. Όλα αυτά και πολλά ακόμη ωραία σε ένα χώρο φιλόξενο και ζεστό, με καλές τιμές, αλλά και με τη δυνατότητα να τα απολαύσετε όλα αυτά στο σπίτι ή στο γραφείο με delivery. Κάθε μέρα από τις 12 το μεσημέρι έως τη μία το βράδυ.

● ***Γεωργάκη Ολυμπίου 8, Κουκάκι, 210 9218522, FB: @Umamipanda, insta: umamipanda***







PASTA ON THE GO

Η μακαρονάδα των ονείρων σου κάνοντας βόλτα στην Αθήνα

Είναι δυνατόν να δώσεις €3,85, να φτιάξεις τη μακαρονάδα των ονείρων σου, να την πάρεις στο χέρι και να την απολαύσεις καθώς κάνεις τη βόλτα σου; Ναι, είναι, χάρη στο Pasta on the go. Η διαδικασία είναι απλή. Διαλέγεις τι ζυμαρικό θες: σπαγγέτι, λινγκουίνι, ταλιατέλες, πένες ή νιόκι; Επόμενο βήμα, η επιλογή της σάλτσας ή ακόμα και η δημιουργία μίας εντελώς καινούριας, που θα αποτελεί μία σύνθεση των δικών σου αγαπημένων υλικών. Τελευταίο βήμα, η μακαρονάδα μπαίνει στο ειδικά κατασκευασμένο χάρτινο κουτί της και εσύ την καταβροχθίζεις. Τα μακαρόνια, όμως, δεν είναι η μόνη επιλογή που σου δίνει το μαγαζί με τις πολύχρωμες μοτοσικλέτες-τραπέζια. Αν ψάχνεις μέρος για brunch, εκεί θα βρεις πανίνι, τάρτες, καλτσόνε και φοκάτσια, μαζί με χυμό ή καφέ. Για μεσημεριανό ή βραδινό υπάρχει και η επιλογή της σαλάτας και της πίτσας, με τη δεύτερη να μας αφήνει να πειραματιστούμε με τα υλικά της. Όλα, φυσικά, μαγειρεύονται εκείνη τη στιγμή και μπορούν να συνοδευτούν από μία μεγάλη ποικιλία σε κρασιά και μπίρες.

● ***Θεμιστοκλέους 1, Ομόνοια, 2103801660, Fb: Pasta on the go***









ROMATELLA

Η νέα hot πιτσαρία της Αθήνας

Εδώ και λίγες μέρες οι περαστικοί στην οδό Φαλήρου κοντοστέκονται για λίγο έξω από τον αριθμό 4. Είναι η μυρωδιά της φρεσκοψημένης πίτσας που τους τραβάει την προσοχή. Αν και, αυτή εδώ, δεν είναι συνηθισμένη πίτσα... Η Romatella, που μόλις άνοιξε στο Κουκάκι (μόνο 200 μέτρα από το Μουσείο της Ακρόπολης), έφερε στην Αθήνα την αυθεντική Pizza al Taglio. Δηλαδή; Δηλαδή πίτσα που ψήνεται σε μεγάλο ορθογώνιο δίσκο και ύστερα πωλείται σε μεγάλα κομμάτια των 20Χ10 εκ., για να καταναλωθεί επιτόπου, ακριβώς όπως συμβαίνει και στη Ρώμη!

Θα βρείτε πάνω από 40 διαφορετικές συνταγές και είναι όλες η μία καλύτερη από την άλλη. Υπάρχουν επιλογές για χορτοφάγους, εκδοχές με κρέας ή ψάρι, ακόμα και γλυκές πίτσες με μήλο, αχλάδι ή ακόμα και σοκολάτα. Οι περισσότερες συνταγές προέρχονται από την Ιταλία, αρκετές όμως έχουν προσαρμοστεί στις ελληνικές γεύσεις. Πέρα από τις συνταγές που μπορεί κανείς να βρει καθημερινά στο κατάστημα, υπάρχει και μία ακόμα έκπληξη: ο ιταλός σεφ αποφασίζει κάθε πρωί ποια νέα πίτσα θα ψήσει κατά τη διάρκεια της ημέρας, ανάλογα με τη διαθεσιμότητα των φρέσκων προϊόντων που θα βρει στην αγορά.

Το πιο ωραίο, όμως, στην πίτσα της Romatella είναι αυτή η τρομερή ζύμη. Ενώ η παραδοσιακή πίτσα (π.χ. η στρογγυλή πίτσα Napolitan) γίνεται με ζύμη που ωριμάζει 8-12 ώρες, η ζύμη της pizza al taglio ζυμώνεται πέντε μέρες πριν ψηθεί, γεγονός που την κάνη πολύ πιο εύπεπτη. Τι ακριβώς σημαίνει αυτό; Ας πούμε, ότι αν δεν μπορείτε να διαλέξετε ανάμεσα στις 40 διαφορετικές επιλογές, απλά... πάρτε ένα κομμάτι από κάθε γεύση!

● ***Φαλήρου 4, Κουκάκι, 2109239901, Fb: Romatella - Pizza al taglio***











NICE N EASY

Το healthy ποτέ δεν ήταν τόσο νόστιμο



Το Nice n Easy στην Κηφισιά και το Κολωνάκι αποτελεί μία από τις πιο ιδιαίτερες και πρωτότυπες επιλογές για φαγητό στην Αθήνα, συνδυάζοντας την υγιεινή διατροφή και τις βιολογικές πρώτες ύλες με μία πρωτόγνωρη νοστιμιά και τα πιο φαντασμαγορικά πιάτα. Πλέον μας υποδέχεται με ένα μελετημένο, ολοκαίνουργιο χειμερινό μενού που υπόσχεται να μας αφήσει με ανοιχτό το στόμα! Αφουγκραζόμενο όπως πάντα τις τελευταίες τάσεις στο healthy eating, αλλά φυσικά και τις δικές μας προτιμήσεις, η ομάδα του nice n easy ετοίμασε υγιεινές και πεντανόστιμες νέες προτάσεις, όπως το "Sean Connery" (πέστροφα φούρνου με νιόκι από φύκια και σπιρουλίνα σε σάλτσα από κρόκο Κοζάνης), ή τη σαλάτα "John Lennon", με λάχανο savoy, kale, ρόδια, καρύδια, wasabi, αχλάδια σπόρους κάνναβης και ανθότυρο με σουσάμι. Glamorous προτάσεις που παίρνουν τη θέση τους δίπλα στα all-time classic "nice n easy" signature πιάτα, όπως και στις λαχταριστές vegan και vegetarian δημιουργίες που έχουμε μάθει, αγαπήσει και περιμένουμε από το αγαπημένο εστιατόριο των βορείων προαστίων. Και τον φετινό χειμώνα θα είναι στέκι για νόστιμα ραντεβού και cozy στιγμές γεμάτες ωραίες γεύσεις.

Παπαδιαμάντη 7, Κηφισιά, 2108082014, Ομήρου 60, Κολωνάκι, 2103617201
www.niceneasy.gr



FRANKIE

Για ιταλικό φαγητό σαν να βρίσκεσαι σε φάρμα της Τοσκάνης



Ας πούμε μερικές αλήθειες. Δεν υπάρχει κάτι πιο λαχταριστό και νόστιμο από την ιταλική κουζίνα, σωστά; Σωστά. Στο Frankie λοιπόν θα βρεις την ιταλική κουζίνα στα καλύτερά της, με πιάτα γεμάτα ποιότητα και τις καλύτερες πρώτες ύλες της αγοράς. Το farm-to-table ιταλικό εστιατόριο της Νέας Ερυθραίας και του Κολωνακίου υπόσχεται κλασικές ιταλικές συνταγές αλλά και ευφάνταστες παραλλαγές τους, εκφρασμένες μέσα από τη δημιουργική ματιά της ομάδας της κουζίνας. Προκύπτουν έτσι πιάτα όπως η pinsa Romana, μία παραλληλόγραμμη εκδοχή της pizza, με τραγανή υφή από ζύμη μακράς ωρίμανσης με ρυζάλευρο, απευθείας από τη Ρώμη. Κάνει φιγούρα στο νέο μενού και συγκεντρώνει όλη την αμαρτωλή απόλαυση μιας παραδοσιακής pizza σε ένα γεύμα που εξακολουθεί να είναι ελαφρύ! Πρωταγωνιστής εδώ είναι βέβαια τα ζυμαρικά. Όχι μόνο ζυμώνονται στο χέρι καθημερινά αλλά συναρμολογούνται με βιολογικό αλεύρι σίτου και χωριάτικα βιολογικά αυγά, προσφέροντας το καλύτερο και πιο φρέσκο αποτέλεσμα που μπορείς να δοκιμάσεις. Και σαν επιπλέον χαρακτηριστικό, δεν περιέχουν λακτόζη και ζάχαρη, προσφέροντας υψηλή διατροφική αξία αλλά και μοναδική νοστιμιά ταυτόχρονα. Σου δίνεται δε η επιλογή ανάμεσα σε spaghetti alla chitarra, στριφτάρι, ταλιατέλες, μαύρο linguini ή πένες χωρίς γλουτένη, τα οποία πολύ σύντομα «προσγειώνονται» στο τραπέζι σου, αχνιστά και ακαταμάχητα.

Σκουφά 42, Κολωνάκι, 2103647052 Χ. Τρικούπη 125, Ν. Ερυθραία, 210 800 3851
www.frankierestaurant.gr, Fb: frankie.restaurant







PIU VERDE

Ένας all day παράδεισος μέσα στην πόλη

Ήτανε μία από εκείνες τις όχι και τόσο καλές ημέρες, που θέλεις να ξεφύγεις αλλά και πού να πας; Μου το σύστησε ένας φίλος από το γραφείο: «Δέκα λεπτά θα κάνεις, με το μετρό». Σε δέκα λεπτά από το κέντρο ήμουν πράγματι στο Piu Verde ή, για την ακρίβεια, σε έναν τελείως διαφορετικό κόσμο από τα συνηθισμένα της πόλης. Νερά τρέχανε και πουλάκια τιτιβίζανε, η φύση έδινε το πράσινό της απλόχερα, κάποια παιδάκια παίζανε τριγύρω και ζευγαράκια λέγανε τα δικά τους. Έκτοτε, το Piu Verde έγινε ένας από τους σταθερούς μου προορισμούς για όλες τις ώρες της ημέρας και αφού λοιπόν το ξέρω πλέον καλά, λέω να το συστήσω και σε εσάς. Λειτουργεί ήδη από το 2002 στου Παπάγου, στην πράσινη πλευρά της πόλης, μέσα σε μια έκταση 3.500 τ.μ. με πεύκα, ακακίες, ευκάλυπτους και εκατοντάδες είδη χλωρίδας, με λίμνες, καταρρακτάκια, τρεχούμενα νερά και σιντριβάνια, σε ένα περιβάλλον πραγματικά παραδεισένιο. Με τον χώρο του καταστήματος, το εσωτερικό του οποίου μοιάζει με αληθινό δεντρόσπιτο, να περιβάλλεται από μεγάλες τζαμαρίες ολόγυρα για να χορταίνει το μάτι φύση, πρεμία και φως. Εδώ, λοιπόν, μπορείτε να έρθετε όλες τις ώρες της ημέρας, για το περίφημο brunch που σερβίρεται καθημερινά μέχρι αργά το μεσημέρι, για καφέ, για ποτό, για τα πολύ ενδιαφέροντα μουσικά events που διοργανώνει συχνά.

Ένα ιδιαίτερο κεφάλαιο στην ιστορία του μαγικού αυτού προορισμού που λέγεται Piu Verde είναι και το εστιατόριο, με νέο μενού από τα τέλη Οκτωβρίου, modern comfort αντίληψης , που ετοιμάζει για εσάς ο chef de cuisine Λεωνίδας Σιώκος, ο οποίος έχει προσθέσει πολλές δημιουργικές προτάσεις, καθώς και vegetarian επιλογές. Τι να πρωτοπεί κανείς για τα πιάτα, τα οποία, παρεμπιπτόντως, βασίζονται σε φρέσκα, αγνά και εποχιακά υλικά. Αξεπέραστα τα μοσχαρίσια μάγουλα που σιγομαγειρεύονται με κόκκινο κρασί, θεϊκός ο αργοψημένος σιδηρόδρομος Black Angus, αξέχαστο το ταρτάρ από μοσχάρι γάλακτος, απολύτως δυναμωτική και χορταστική η σαλάτα με όσπρια, κινόα, πλιγούρι, ψητή κολοκύθα, λαχανικά και ψητό κοτόπουλο. Να θυμάστε ακόμη ότι στο Verde (όπως το λέμε εμείς που το τιμάμε) αγαπάνε πολύ το καλό κρασί και αυτό βγαίνει και στη λίστα του όπου θα βρείτε επιλεγμένες ετικέτες από διεθνείς και ελληνικούς αμπελώνες, αλλά και στα wine pairing & tasting events που διοργανώνονται ανά τακτά χρονικά διαστήματα. Για όλα αυτά και άλλα πολλά μπορείτε να ενημερώνεστε από τα social media του Verde και φυσικά από το site. Να τον ανακαλύψετε κι εσείς αυτόν τον παράδεισο.

● ***Στρ. Παπάγου & Πεντέλης - Άλσος Παπάγου, Μετρό Εθνική Άμυνα, 2106546185, www.piu-verde.gr, Fb: PiuVerdePapagou, Insta: piuverdepapagou***







ΜΥΣΤΙΚΟΣ ΚΗΠΟΣ

Αέρας ανανέωσης στον πιο όμορφο κήπο του Χαλανδρίου

Το αγαπημένο μεζεδοπωλείο του Χαλανδρίου, ανανεωμένο και ανακαινισμένο, τόσο στο ζεστό εσωτερικό του όσο και στον πανέμορφο κήπο του, συνεχίζει να αναζητά τα καλύτερα προϊόντα απ' όλη την Ελλάδα δημιουργώντας με αυτά πιάτα που θα σας μείνουν αξέχαστα. Καπνιστό σκουμπρί, γίγαντες με σκορδαλιά, τόνος ταρτάρ, μαριναρισμένο θράψαλο, όλα τους φανταστικά και άλλα πολλά, βάλτε τα στη μέση και απολαύστε τα, ρωτήστε και τα ευγενέστατα παιδιά για το κρασί και τα διάφορα αποστάγματα και περάστε, που λένε, ζωή χαρισάμενη.

Extra tip: Αν σας αρέσει να δοκιμάζετε μπίρες, ο Μυστικός Κήπος έχει αρκετές ελληνικές ετικέτες, τελευταία άφιξη η Αναστασίου.

● ***Καραολή Δημητρίου 21, Χαλάνδρι, 2130370929, www.mistikoskipos.gr, fb: mustikoskipos***





ΚΙΣΣΟΣ

Η αγαπημένη παραδοσιακή ταβέρνα του Χαλανδρίου

Σπουδαία ταβέρνα η οποία είναι από μόνη της ένας καλός λόγος για να πας μια βόλτα μέχρι το Χαλάνδρι. Η ιστορία ξεκινάει από το 1986 κι έκτοτε, σε όλα αυτά τα χρόνια που πέρασαν, χιλιάδες είναι αυτοί που απόλαυσαν το εξαιρετικό φαγητό της μαμάς Μαρίας, η οποία βάζει καθημερινά όλη της την αγάπη και το μεράκι, μαζί με τα πιο αγνά και φρέσκα υλικά, για να φτάσουν στα τραπέζια μας αξεπέραστες γεύσεις της παραδοσιακής ελληνικής κουζίνας. Στον κατάλογο θα βρείτε πολλά που θα σας ανοίξουν την όρεξη, αλλά για την περίπτωση που δεν μπορείτε να καταλήξετε, προτείνουμε: ντολμαδάκια αυγολέμονο, μπιφτέκι από φρέσκο μοσχαρίσιο κιμά, κολοκυθάκι τηγανητό, κοτόπουλο παϊδάκι από το μαγικό χέρι του κυρίου Νίκου, ο οποίος επιμελείται όπως μόνο εκείνος ξέρει τα ψητά, και για το πιο γλυκό τέλος τους φανταστικούς λουκουμάδες! Αυτή την ταβέρνα, που ανοίγει και τα μεσημέρια, θα την αγαπήσετε. *Τρίτη με Παρασκευή 13.00-16.00 & 19.30-00.00, Σάββατο 13.00-00.00, Κυριακή 13.00-17.00.*

● ***Ρούμελης 28, Χαλάνδρι, 2106840288, www.taverna-kissos.gr***

ΠΙΑΤΣΑ ΚΑΛΑΜΑΚΙ

Το σουβλάκι όπως δεν το έφαγες ποτέ!

Ξεχάστε τα στερεότυπα που έχετε στο μυαλό σας για το σουβλάκι, το Πιάτσα Καλαμάκι έχει προχωρήσει το «εθνικό μας φαγητό» πολύ μπροστά. Πρώτα απ' όλα ο χώρος, που τόσο στο κατάστημα του Χαλανδρίου όσο και σε αυτό της Νέας Σμύρνης, θα σας θυμίσει ένα μοντέρνο και καλαίσθητο εστιατόριο. Προσθέστε το ευγενέστατο και ενημερωμένο προσωπικό και πάμε τώρα στα (πιο) βασικά: Εδώ, η άριστη ποιότητα και τα προσεκτικά διαλεγμένα φρέσκα υλικά είναι κανόνας και εξαιρέσεις δεν υπάρχουν. Ζουμερά καλαμάκια, εκλεκτά κεμπάπ, καλοψημένος γύρος, πεντανόστιμα μπιφτέκια, σε πίτες παραδοσιακές αλλά και σε πίτες αξεπέραστες, όπως καλαμποκιού, κυπριακή, ολικής, ζέας, ακόμα και σε σάντουιτς. Και δίπλα σε αυτά τα ωραία, θεϊκές πατατούλες τηγανητές, στ' αλήθεια φανταστικές, με τη μυρωδιά φρέσκου λαδιού να κάνουν ένα απαλό «κρατς» στο στόμα! Προσθέστε ακόμη το ξεχωριστό θρακόψωμο, τα μαμαδίσια μαγειρευτά, τις ποικιλίες, τα ψητά στα κάρβουνα, τα φαλάφελ, τα burgers, τα γλυκά, το ευρύ ωράριο delivery που Παρασκευές και Σάββατα φτάνει μέχρι τις 3 τα ξημερώματα στη Νέα Σμύρνη και έως τις 4 στο Χαλάνδρι κι έχετε τους λόγους για τους οποίους οι κάτοικοι των νοτίων και των βορείων προαστίων αισθάνονται τυχεροί. Αλλά υπάρχουν και καλύτερα νέα: Στις αρχές του χρόνου θα λειτουργήσει και νέο Πιάτσα Καλαμάκι στη Φωκίωνος Νέγρη!

● ***Χαλάνδρι: Ηρακλείου 2 (πεζόδρομος), 2106801555, fb: PiatsaKalamakiChalandriou /***
● ***Νέα Σμύρνη: 2ας Μαΐου 34 (κεντρική πλατεία), 2109343023, fb: piatsakalamaki.neas.smirnis***







ΜΙΓΑΔΑ

Ο (γευστικός) γύρος του κόσμου στην Πραξιτέλους και στον Ψυρρή

Ο Νίκος Τσαμπουνάρης πριν από χρόνια άνοιξε τα εστιατόρια Altamira συστήνοντας στην Αθήνα τη νοστιμιά της πολυεθνικής κουζίνας. Όσο πέρναγε όμως ο καιρός το πάθος του για τα ταξίδια και τις γεύσεις του κόσμου μεγάλωνε κι έτσι, πριν ένα χρόνο περίπου, τον οδήγησε να αρχίσει μία νέα περιπέτεια εξερεύνησης στην καρδιά της Πραξιτέλους. Η Μιγάδα δεν μοιάζει με κανένα εστιατόριο που έχεις συναντήσει. Ακολουθεί τα χνάρια των πρώτων εξερευνητών, μπλέκει τις κουζίνες της υφηλίου μεταξύ τους και τελικά καταφέρνει να δημιουργήσει μια καινούργια πεντανόστιμη κουζίνα… Μια Μιγάδα κουζίνα! Δοκίμασε τη σούπα των Mestizos με γλυκιά κολοκύθα, τις νούγιες (δηλαδή noodles) από μετάξι με τρία τυριά κι ανάγκασε το «Burrito που ξέρει πολλά και μιλάει λίγο» να σου αποκαλύψει όλα του τα μυστικά. Για τους ακόμα πιο ανήσυχους εξερευνητές υπάρχουν και τα "Explorer's Bowls" όπου διαφορετικές κουζίνες συνδυάζονται στο ίδιο βαθύ πιάτο (ή σε ένα χάρτινο bowl αν είσαι φίλος του take away). Δικό μας αγαπημένο το Marco Pol(l)o Bowl με ρύζι basmati, chutney γιαουρτιού, φιλέτο κοτόπουλο, guacamole, φασόλια, σαλάτα και cheddar sauce… Οι χορτοφάγοι εξερευνητές δεν πρόκειται να μείνουν παραπονεμένοι, στον κατάλογο υπάρχει μια μεγάλη ποικιλία vegetarian και vegan πιάτων. Για ακόμα περισσότερα ταξίδια, πέρνα μια βόλτα και από το καινούργιο street food spot της Μιγάδας που μόλις άνοιξε στου Ψυρρή.

● ***Πραξιτέλους 6, 2103316488 / Θέμιδος 1, Ψυρρή, 210 3241515, www.migada.gr, Fb:@MigadaStreetFood***









ΣΟΥΤΖΟΥΚ • ΠΑΣΤΙΡΜΑ •

ΤΑ ΚΑΡΑΜΑΝΛΙΔΙΚΑ
ΤΟΥ ΦΑΝΗ

Νέες Γεύσεις
αποκλειστικά στο «Εργαστήρι»



Προσφούρνια
Κιμαδόπιτα καραμανλού
Φετόπιτα καπνιστή
Μπουγιουρντί μπαρούτ
Σουτζουκόπιτα με αυγά μάτια
Παστιρμαδόπιτα καραμανλίδικη

Γλυκά
Μπακλαβάς Πολίτικος
Καζάν ντιπί
Μαλεμπί με κατσικίσιο γάλα
Κιουνεφέ με τυρί

ΤΑ ΚΑΡΑΜΑΝΛΙΔΙΚΑ ΤΟΥ ΦΑΝΗ

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ
ΕΡΜΟΥ 119, 210 3219 119
ΜΕΖΕΤΖΙΔΙΚΟ
ΣΩΚΡΑΤΟΥΣ 1 & ΕΥΡΙΠΙΔΟΥ, 210 3254 184
ΠΑΣΤΙΡΜΑΤΖΙΔΙΚΟ
ΕΥΡΙΠΙΔΟΥ 41, 210 3217 238

www.karamanlidika.gr

Ζεστά Πιάτα
Πλιγούρι με κουκουνάρι
Καβουρμάς με αυγά
Σουτζουκάκια Αϊβαλιώτικα
Μουσακάς καραμανλίδικος
Σπαλομίτα αργοψημένη
Μαντί καραμανλίδικο
Χιουνκιάρ μπεγιεντί

ΙΣΜΥΡΛΟΓΛΟΥ

Ο Παράδεισος των ξηρών καρπών και των βοτάνων

Κάθε φορά που μπαίνεις σε κάποιο από τα καταστήματα της Πάττυ Ισμυρλόγλου περνούν αρκετά λεπτά μέχρι να περιεργαστείς όλα αυτά τα μικρά θαύματα που βρίσκονται γύρω σου, τακτοποιημένα σε βαζάκια, κλεισμένα σε κουτάκια, στολισμένα σε κάθε πιθανή γωνιά. Μπαχαρικά, βότανα, ξηροί καρποί, τσάι, πραλίνες, μέλια και ένα σωρό ακόμα σε πείθουν ότι πράγματι βρίσκεσαι σε ένα γευστικό Παράδεισο. Και είναι ακριβώς έτσι. Η Πάττυ, με καταγωγή από την Πόλη αλλά και βαθιά γνώση του αντικειμένου, δεν έχει αφήσει τίποτα στην τύχη. Προμηθεύεται αυστηρά την καλύτερη ποιότητα που υπάρχει και θα σου εξηγήσει τα πάντα με κάθε λεπτομέρεια. Η ποικιλία των ξηρών καρπών είναι τεράστια (δοκίμασε οπωσδήποτε τα αμύγδαλα Βόλου, μεγάλα και πεντανόστιμα, αλλά και το αράπικο φιστίκι με πάστα wasabi), ενώ τα μπαχαρικά ξεπερνούν τα 150 διαφορετικά είδη και έρχονται από την Ανατολή. Μη μείνεις μόνο σε αυτά που ξέρεις, εξερεύνησέ τα όλα και ανακάλυψε τα δικά τους μείγματα (ενδεικτικά αναφέρουμε το μείγμα για πατάτες – εγγύηση με μπαχαρικά και τριμμένο μετσοβόνε). Κι ακόμα υπάρχουν βότανα για κάθε χρήση (από χαλαρωτικά μέχρι λιποδιαλυτικά), πάνω από 100 διαφορετικά είδη τσαγιού, πραλίνες και σοκολατάκια δικής τους παραγωγής, μέλια από ένα μικρό παραγωγό της Μάνης, καφέδες που κόβονται εδώ για να κρατούν τα αρώματά τους, καθώς και πολλά βιολογικά προϊόντα.

● ***Αγ. Αλεξάνδρου 24, Π. Φάληρο, 2130259613***
● ***Γούναρη 181, Γλυφάδα, 2111160803,***
Fb: @Ismyrloglou







ΟΔΟΣ ΑΦΡΟΔΙΤΗΣ

Ένα μεζεδοπωλείο από τα παλιά, με τα καλύτερα προϊόντα

Είναι 10 χρόνια από όταν άνοιξε το παντοπωλείο εδώ στην οδό Αχιλλέως 38 και Αφροδίτης, κι αμέσως άρχισε να γίνεται γνωστό από στόμα σε στόμα για το μεράκι των ανθρώπων του που έψαχναν να βρουν και να φέρουν τα καλύτερα απ' όλη την Ελλάδα: από φρούτα και λαχανικά, μέχρι τυριά, καβουρμά, λουκάνικα, μπριζόλες καπνιστές, κρασιά, μπίρες και αποστάγματα. Πρόσφατα, λοιπόν, αυτή εδώ η οικογενειακή επιχείρηση άνοιξε ακριβώς δίπλα και το μεζεδοπωλείο Οδός Αφροδίτη. Ένα μεζεδοπωλείο που προσφέρει όλα αυτά τα ωραία, σε ποικιλίες και σε φαγητά που ετοιμάζει μια καταπληκτική μαγείρισσα. Να θυμάσαι ότι εδώ η εξυπηρέτηση είναι απολύτως προσωπική. Κι αν περιφερόμενος στο παντοπωλείο δεις ένα τυρί που δεν υπάρχει στον κατάλογο του μεζεδοπωλείου αλλά το θέλεις με τη ρακή σου, τους το λες και στο κόβουνε. Το ίδιο ισχύει με τα πάντα. Ό,τι υπάρχει στο ράφι, μπορεί να έρθει στο τραπέζι σου. Γλυκιά ζωή κάθε μέρα από τις 12 το μεσημέρι έως αργά το βράδυ, εκτός Κυριακής που το μεζεδοπωλείο λειτουργεί έως τις 7 το απόγευμα. Το παντοπωλείο παραμένει ανοιχτά κάθε μέρα και τις Κυριακές από τις 7.30 το πρωί έως τις 11.30 το βράδυ.

● ***Αχιλλέως 38 & Αφροδίτης 116,***
Παλαιό Φάληρο, 2109803310,
Fb: Οδός Αφροδίτης







GYPSY JUNGLE

Η ζούγκλα στην καρδιά της πόλης που σερβίρει ελληνικό sushi

Τη στιγμή που πατάς το πόδι σου στο Gypsy Jungle, ο κόσμος αλλάζει. Το αστικό τοπίο χάνεται από το οπτικό σου πεδίο και τη θέση του παίρνει μια... ζούγκλα. Ναι, καλά διάβασες ζούγκλα! Όχι όμως συνηθισμένη... Στον ουρανό της πετάνε ψάρια, κάτω από τις φτέρες πετάγεται ένας ελέφαντας-ακροβάτης, στις γωνίες παραμονεύουν μαϊμούδες-πειραχτήρια και ένας τεράστιος μπλε παπαγάλος παρακολουθεί τα πάντα σιωπηλά. Σε αυτό το εντελώς ονειρικό σκηνικό οι εκπλήξεις δεν σταματούν ποτέ. Άλλωστε, το ξέρεις ήδη πως σε μια ζούγκλα πολλά αναπάντεχα μπορούν να συμβούν. Αυτό που ούτε καν φαντάζεσαι, όμως, είναι ότι το Gypsy Jungle σερβίρει... ελληνικό sushi! Και η αλήθεια είναι ότι ποτέ δεν έφαγες ωραιότερο nigiri από αυτό εδώ που φτιάχτηκε με φαγκρί και γαύρο μαρινάτο, ούτε όμως και πιο νόστιμα ρολάκια από τα roll με γαρίδες σαγανάκι ή με φάβα και χταπόδι. Πάνω απ' όλα, όμως, είναι η χωριάτικη σαλάτα-sushi που θα σε αφήσει με το στόμα ανοιχτό. Εκτός από το ελληνικό sushi, στο Gypsy Jungle θα βρεις εξίσου λαχταριστά tapas, signature cocktails που θα αφήσουν εποχή και την πιο κεφάτη μουσική σε όλη την Αιόλου. Να θυμάσαι, ότι όταν πια φύγεις από εδώ (αργά, πολύ αργά) ο κόσμος δεν θα είναι ποτέ ξανά ο ίδιος...

● ***Αιόλου 27, Μοναστηράκι, 2103252335, 6987454777, fb: gypsyjungleathens Insta: gypsyjungleathens***









PIZZA YESS

Αυτή η πίτσα θα σου μείνει αξέχαστη

Στην αρχή ξεκίνησε σαν ένα μικρό μυστικό: «Ξέρεις πού έφαγα την τέλεια πίτσα;» Και μετά πήραν όλα τον δρόμο τους, ώστε σήμερα η Pizza Yess να θεωρείται ως μία από τις καλύτερες πιτσαρίες της πόλης. Όλα ξεκινούν από την αγάπη που έχουν και οι ίδιοι οι άνθρωποι του Pizza Yess για την πίτσα. Αγάπη και μεράκι, σε όλα τα στάδια της προετοιμασίας. Εδώ, που λέτε, επιλέγονται πάντα τα καλύτερα υλικά και στη συνέχεια ο τόπος γεμίζει με αυτή την ανεπανάληπτη μυρωδιά της πίτσας, όταν αυτή βγαίνει φρέσκια-φρέσκια από τον φούρνο. Θα επιλέξετε πίτσες με λεπτή ζύμη, με κλασική, αφράτη, ή την ανεπανάληπτη γεμιστή, η οποία στο στεφάνι της, στο ακριανό πιο χοντρό σημείο της ζύμης δηλαδή, είναι γεμιστή με διάφορα νόστιμα και ωραία! Και μαζί με αυτές τις υπέροχες πίτσες θα βρείτε και κάποια άλλα πολύ γευστικά και αγαπημένα πιάτα, όπως ζυμαρικά, burgers, κλαμπ σάντουιτς, πεϊνιρλί, τα οποία μπορείτε να απολαύσετε είτε στον άνετο και φιλόξενο χώρο της Pizza Yess, μέσα ή έξω, είτε με ένα τηλέφωνο στο σπίτι ή στο γραφείο

● ***Αγωνιστών Στρατοπέδου Χαϊδαρίου 106, Χαϊδάρι, 2105812624, fb: Yess Pizza***







ΣΦΗΚΑ

Το μεζεδοπωλείο της καλύτερης παρέας

Μεζεδοπωλείο από τα λίγα, παρεΐστικο, με όμορφα χρώματα και διακόσμηση που σου φτιάχνουνε τη διάθεση και φαγητό εξαιρετικό. Εδώ, λίγο πολύ, τα πράγματα κυλάνε ως εξής: Κάθεσαι και δεν ξέρεις τι να πρωτοδιαλέξεις. Τον αξεπέραστο μπεκρή μεζέ, μήπως εκείνα τα ζουμερά μπριζολάκια που σου σύστησαν, ένα πλατό κρεατικών για να συνοδεύσεις το τσιπουράκι σου, ή ένα vegan πλατό; Ο κατάλογος της Σφήκας είναι μακρύς και περιλαμβάνει ένα σωρό ωραία, μαγειρεμένα με μεράκι και φερμένα από μικροπαραγωγούς απ' όλη την Ελλάδα, όπως συμβαίνει και με το ωραίο χύμα κρασί και τα αποστάγματα. Η Σφήκα, που σερβίρει και νόστιμο, χορταστικό πρωινό, διοργανώνει πολύ συχνά και όμορφα γλέντια με ζωντανή μουσική, από ρεμπέτικα μέχρι swing, για τα οποία μπορείς να μαθαίνεις από το Fb. Ανοιχτά καθημερινά 10 πρωί έως 3 το βράδυ.

Στρατηγού Κοντούλη 15, Κουκάκι, 2109221341, fb: sfikapub



PERPETUA 'Ο

Το νέο all day στέκι στο Κουκάκι

"Perpetua" σημαίνει «συνεχής», «αεικίνητος» και πραγματικά δεν θα μπορούσε να βρεθεί καταλληλότερο όνομα για αυτό το all day στέκι που άνοιξε το καλοκαίρι και έφερε τα πάνω κάτω στο Κουκάκι. Από τις 9.00 το πρωί, εδώ θα πιεις τον καφέ σου, συνοδεύοντάς τον με ένα λαχταριστό brunch (σερβίρεται καθημερινά 09.00-17.00) πολύ διαφορετικό απ' ό,τι έχεις συνηθίσει. Η χειροποίητη focaccia με μαριναρισμένο κοτόπουλο, τα αυγά μάτια με μυρωδικά και λιωμένη γραβιέρα ή τα... βουνά από pancakes είναι μόνο μερικές από τις δεκάδες προτάσεις που θα σου ανοίξουν την όρεξη. Από τις 13.00 υπάρχει και δεύτερος κατάλογος ο οποίος ακολουθεί τα μονοπάτια της γαλλικής κουζίνας, ταυτόχρονα όμως έχει έναν βαθιά comfort χαρακτήρα. Δοκίμασε τον σολομό σχάρας με πουρέ σελινόριζας, το rib eye με γαλλική σάλτσα πιπεριών, οπωσδήποτε τον απίστευτο μπακαλιάρο tempura με πουρέ μαύρου σκόρδου και κρέμα παντζαριού! Οι νύχτες στο Perpetua δεν μοιάζουν ποτέ η μία με την άλλη. Θα συναντήσεις από stand up comedy μέχρι κάποιο live, ενώ οι Κυριακές είναι αφιερωμένες σε ένα cocktail party-έκπληξη! Πήγαινε αυτή την Κυριακή και θα δεις τι θα συμβεί...

Δράκου 10, Κουκάκι, 2160704590, Fb: @AthensRestaurantBarKoukaki

Φυλλάδιο Προσφοράς #apotalidl

Ένα διαφορετικό φυλλάδιο LIDL,
για όσους χρειάζονται τη βοήθειά μας



Μια πρωτοποριακή καμπάνια εταιρικής κοινωνικής ευθύνης εγκαινιάζει η Lidl Ελλάς, με τη φιλοσοφία της να εδράζεται στη σύνδεση της εταιρίας με την κοινωνική προσφορά. Έτσι, το δημοφιλές «Εβδομαδιαίο Φυλλάδιο Προσφορών Lidl» μεταμορφώνεται σε «Φυλλάδιο Προσφοράς #apotalidl», ένα διαφορετικό φυλλάδιο στο οποίο δεν υπάρχουν προϊόντα, αλλά το μόνο που μπορεί να βρει κανείς σε αυτό είναι αγάπη και αλληλεγγύη για τους συνανθρώπους μας που το έχουν ανάγκη. Στο πλαίσιο της καμπάνιας, η Lidl Ελλάς καλεί τον κόσμο να επισκεφθεί την ιστοσελίδα *fylladioprosforasapotalidl.gr*, να πατήσει το κουμπί «Μοιράσου το καλό!» και να μοιραστεί «ηλεκτρονικά» το μήνυμα αγάπης και αλληλεγγύης του «Φυλλαδίου Προσφοράς #apotalidl».

Κάθε φορά που κάποιος το κοινοποιεί «ηλεκτρονικά», η Lidl Ελλάς προσφέρει 1 ευρώ σε προϊόντα που θα δοθούν σε ευπαθείς ομάδες μέσω των Οργανισμών «Ανοιχτή Αγκαλιά», «Δίκτυο Κοινωνικής Αλληλεγγύης & Αρωγής», «Μπορούμε» και «Το Χαμόγελο του Παιδιού». Οι Γωγώ Δελογιάννη, Γιώργος Καπουτζίδης και Γιάννης Σερβετάς έχουν ήδη αγκαλιάσει την καμπάνια και ως «Διανομείς Αγάπης» και κοινωνοί του μηνύματος της Lidl Ελλάς καλούν το κοινό να συμμετέχει και να στηρίξει αυτή την πρωτοβουλία.



Το World Class Fine Drinking Cocktail Festival πάει Θεσσαλονίκη

Στο λιμάνι της Θεσσαλονίκης επιστρέφει για τρίτη χρονιά το World Class Fine Drinking, στις 12, 13 και 14 Δεκεμβρίου, παρουσιάζοντας το *World Class Fine Drinking Cocktail Festival: Classics with a Twist*, με σύγχρονες εκδοχές κλασικών κοκτέιλ, σε μια τριήμερη γιορτή εκλεκτών αποσταγμάτων, με Live line ups, DJ sets και εκλεκτό street food. Για τρεις ημέρες, η Αποθήκη Γ΄ θα φιλοξενήσει 27 bar της πόλης, όπου ταλαντούχοι bartenders προσεγγίζουν κλασικές συνταγές κοκτέιλ, με μια σύγχρονη πινελιά. Στη σελίδα του World Class στο Facebook @WORLDCLASSGREECE θα βρείτε περισσότερες πληροφορίες, για το ποια μπαρ συμμετέχουν, τις μπάντες και τους djs που θα εμφανιστούν, καθώς και για τις άλλες εκδηλώσεις. *Προμηθευτείτε το βραχιολάκι Cocktail Festival, μόνο με €10 στην είσοδο της Αποθήκης Γ΄ στο Λιμάνι και εξασφαλίστε την είσοδό σας και 2 κοκτέιλ serves. Η είσοδος επιτρέπεται μόνο σε άτομα άνω των 18 ετών.*

ΒΑΣΙΛΙΚΗ

Η πιο νόστιμη Βασιλική του κόσμου

Στα Πατήσια, στην οδό Μαρκορά, υπάρχει ένα μικρό και πεντανόστιμο μυστικό, ένα μυστικό που έχει κάνει πολλούς από εμάς να φτάσουμε ως εκεί από την άλλη άκρη της Αθήνας. Το μυστικό το λένε Βασιλική, Βασιλική λένε και τη σούπερ μαγείρισσα που, όλη μέρα στην κουζίνα, βγάζει πιάτα που στ' αλήθεια μένουν αξέχαστα. Μη σας μπερδέψει η περιγραφή που μπορεί να ακούσετε για τη Βασιλική, ότι είναι ένα «σουβλακοπωλείο-ψητοπωλείο», είναι και αυτό, αλλά και πολλά περισσότερα. Πρώτα απ' όλα η αγάπη και το μεράκι της Βασιλικής γι' αυτό που κάνει. Η επιμονή της να αναζητά και να βρίσκει τα καλύτερα υλικά. Η ευγένεια και η εξυπηρετικότητα όλων των ανθρώπων εδώ, που θα σας φερθούν σαν να είστε οι καλύτεροί τους φίλοι, οι πολύ καλές τιμές, οι γενναίες μερίδες. Στον κατάλογο θα βρείτε πολλά και ωραία, εμείς σας προτείνουμε να δοκιμάσετε το απολαυστικό πειραγμένο κοτόπουλο (το πιο ζουμερό στήθος κοτόπουλου που έχετε φάει, σε μια τέλεια μαρινάδα), το φανταστικό χοιρινό του μερακλή, ή τα καλαμάκια κοτόπουλου, από κοτόπουλα που κατά 70% τρέφονται με καλαμπόκι. Να θυμάστε ακόμη ότι τα Σαββατοκύριακα η Βασιλική ετοιμάζει και κάποια θεϊκά μαγειρευτά, από αυτά που τα τρως και λιγώνεσαι ολόκληρος από τη νοστιμιά, από αρνάκι και κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες, κοκκινιστό μοσχαράκι, γεμιστά, λαχανοντολμάδες και πολλά άλλα. Όλα αυτά σε έναν πανέμορφο χώρο, μέσα και έξω, που λειτουργεί καθημερινά από τη μία το μεσημέρι έως τη μία το βράδυ.

● ***Μαρκορά 25, Πατήσια, 2102116008, fb: Βασιλική σουβλακοπωλείον***







THE GREEKS DO... EAT BETTER

Το πιο νόστιμο χαμόγελο της πόλης!

Μια νέα γευστική πρόταση στο κέντρο της Αθήνας, εκεί που ξεκινάει η Ακαδημίας από την Πλατεία Κάνιγγος. Και το όνομα αυτής: The Greeks Do... eat Better! Δεν είναι απλώς για να σταματάς, εδώ είναι για να μένεις... Βρίσκεσαι ενώπιος ενωπίω με μια ολοκληρωμένη εναρμονισμένη γαστρονομική πρόταση και κατά συνέπεια, με μια γευστική απόλαυση. Νοστιμιές βασισμένες σε μια μεγάλη γκάμα ποιοτικών προϊόντων, με κορυφαίο κρέας και αγνά υλικά. Έχεις να κάνεις μεν με απίστευτο κεμπάπ και καλαμάκι, αλλά «βρίσκεσαι αντιμέτωπος» και με μια ασυνήθιστη για το είδος πρωτοπορία! Όλα συμπληρώνονται από τέσσερα μοναδικά cocktails επιμελημένα από τον παγκόσμιο πρωταθλητή cup tasters Κυριάκο Ουζουνίδη, αλλά και από μοναδικά events και live τα Σαββατόβραδα.

Άλλο ένα καλό του στοιχείο; Ο καλός του χαρακτήρας, με τις κοινωνικές ευαισθησίες... Συνεργάζεται με «Το Χαμόγελο του Παιδιού» που μέσα από ένα ειδικά διαμορφωμένο μενού, συνδράμει στο κοινωνικό έργο του Οργανισμού. Εσείς, κρατήστε στη μνήμη σας το εξής: Γηγενής χαρακτήρας που συμπληρώνει την ήδη υπάρχουσα λογική που λέει: απλά, ποιοτικά, ελληνικά με χαρακτήρα και ταυτότητα στην καθημερινότητά μας.

● ***Ακαδημίας 95, Αθήνα, 2103300888, FB: The Greeks do eat better***







#ProjectBALL

Διαλέγουμε χριστουγεννιάτικα στολίδια από το Μουσείο Μπενάκη

Επιμέλεια:
ΤΑΝΙΑ ΔΕΛΗ


ΡΤΜΟΝΕ

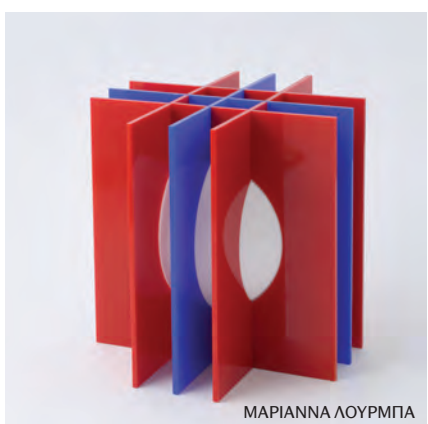

ΑΛΙΚΗ ΣΤΡΟΥΜΠΟΥΛΗ


ΤΑΣΟΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝΟΣ - SWOP


ΑΝΤΩΝΗΣ ΚΑΣΤΡΙΝΑΚΗΣ


ΛΙΝΑ ΠΑΤΣΙΟΥ


ΚΙΚΗ ΠΕΡΙΒΟΛΑΡΗ


ΜΑΡΙΑΝΝΑ ΛΟΥΡΜΠΑ


ODE TO SOCKS


ΣΟΦΙΑ ΜΑΥΡΟΥ


ΜΕΤΟΟ


ΚΙΜΑLÉ


ΝΙΚΟΣ ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ


ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΙΔΗ


ΧΡΗΣΤΟΣ ΧΡΗΣΤΙΔΗΣ - ΜΙΧΑΛΗΣ ΜΑΪΔΑΤΣΗΣ


MARI

Θέλεις να κρεμάσεις στο δέντρο σου φέτος μία μπάλα φιλοτεχνημένη από τη Δάφνη Βαλέντε; Το **#ProjectBALLA**, όπως ονομάστηκε η ιδέα, είναι μια πρωτοβουλία του **Μουσείου Μπενάκη** προκειμένου να ενισχυθούν τα τμήματα Συντήρησης του Μουσείου. Πρόκειται για μια συλλογή από πολύχρωμες μπάλες φιλοτεχνημένες αφιλοκερδώς από τους φίλους και συνεργάτες του Μουσείου, καλλιτέχνες και designers. Έχοντας ως σημείο αφετηρίας μια σφαίρα από φελιζόλ, οι δημιουργοί ζωγράφισαν, έντυσαν, τρύπησαν, έκοψαν, συνέθεσαν, κρέμασαν, κόλλησαν και δημιούργησαν ευφάνταστα στολίδια, το ένα πιο όμορφο από το άλλο. Οι μπάλες θα εκτεθούν και θα τεθούν προς πώληση για τέσσερις μέρες στο **Πωλητήριο της Πινακοθήκης Γκίκα**, μέχρι τη Δευτέρα 2/12. Έπειτα θα διοχετευθούν και στα υπόλοιπα Πωλητήρια του Μουσείου. Μια πρωτότυπη ιδέα δώρου για καλό σκοπό. Για σκεφτείτε το.

Πινακοθήκη Γκίκα, Πωλητήριο, Κριεζώτου 3, Αθήνα, 2103630204

GLAMAZON

Και ο τάρανδος είναι το φλαμίνγκο του χειμώνα

Κρίσιμες αποφάσεις πρέπει να ληφθούν, έρχεται η χρονιά με τα δύο 2 και τα 2 μηδέν

Της ΔΕΣΠΟΙΝΑΣ ΚΟΥΤΣΟΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ

Έχω ανοιχτούς λογαριασμούς με το 2019. Δεν μου χρωστάει, του χρωστάω. Κι αυτό είναι θέμα. Χρωστάω και σε ένα έτος. Σε τέσσερις αριθμούς. Ο χρόνος τρέχει. 2020. Έρχεται, με πολλά «ε». Ασύλληπτο. Όταν δηλώνεις ημερομηνία γέννησης στο ίντερνετ, κάνοντας ας πούμε μια εγγραφή κάπου, βγαίνουν αυτόματα ημερομηνίες-κουτουλιές, όπως 2004 ή 2003, 1999, κι εσύ κατακαημένο κατεβαίνεις και κατεβαίνεις μέχρι να φτάσεις στα γενέθλιά σου. Κλάμα.

Μπορεί ο υπέροχα καλοκαιρινός Νοέμβριος να μπέρδεψε τα πράγματα, αλλά κανείς δεν ξεγελιέται. Μπροστά, να εκεί, εκεί, βρίσκεται ο Δεκέμβριος. Καλώδια, φωτάκια, αγιοβασίληδες, χριστουγεννιάτικα δένδρα. Τάρανδοι, αγαπημένο είδος, ελαφάκια φουσκωτά και η πισίνα πιο κει. Ο τάρανδος είναι το φλαμίνγκο του χειμώνα. Ο ήλιος καίει ακόμα, οι πανάδες καραδοκούν. Βρέξει, χιονίσει, το spf στην τσάντα. Όπως η τερακότα το καλοκαίρι. Αυτή η καλοκαιρινή εσάνς του Νοεμβρίου προκάλεσε κόκο-μπλόκο στην γκαρνταρόμπα μου. Το καρό παλτό μου, πότε θα το φορέσω;

Στους λογαριασμούς, λοιπόν. Το κάπνισμα κόπηκε μαχαίρι μια αυγουστιάτικη μέρα. Φέτος το καλοκαίρι. Κατά διαστήματα και υπό την πίεση του στρες, γυροφέρνει στο μυαλό η ιδέα, αλλά jamais των ζαμών. Είναι διάλεκτος, δική μου εφεύρεση για να δώσω έμφαση. Το πήρα απόφαση. Ακόμα κι όταν οι βελζεβούληδες βγαίνουν παρεάκια έξω για να καπνίσουν τα ηλεκτρονικά. Αντέχω. Δεν τους δίνω σημασία, αλλά ούτε και τους λέω, κόψτε το, το ρημάδι και τέτοια διδακτικά. Είναι δικό τους θέμα. Αφού βγαίνουν στα πεζοδρόμια ή κατεβαίνουν τους ορόφους και δεν ατμίζουν πάνω μου. Μόνο αυτό μου έλειπε, να κάνω τρέκινγκ για να βγω να καπνίσω.

Πήρα τα ρίσκα μου μια μέρα. Φόρεσα πλεκτή ζακέτα. Και βγήκα. Και μέσα στο μετρό, αγκαλιά με τους υπόλοιπους συμπολίτες μου, ήταν μεσημέρι, είχε σκωθεί ψηλά ο ήλιος. κατάλαβα ότι αυτή η κίνηση ήταν ανόητη. Ποια ζακέτα; Είσαι πλίθια; Την πλεκτή, χοντρή, μαύρη ζακέτα; Έμεινα με το πουκαμισάκι.

Να ονειρεύομαι χιόνια στο καμπαναριό. Θέλω να αγοράσω ένα ροζ οπάλ ανκορά πουλόβερ. Και καμιά μποτούλα. Τρελή είσαι; Τα απαλά μου πουλοβεράκια και τα μάλλινα πλεκτά παντελόνια μου με κοιτάζουν και τα κοιτάζω. Να τα βάλω πού; Στο Κλόστερς της Ελβετίας, εκεί όπου κόβει βόλτες με το έλκηθρο ο βασιλιάς της Σουηδίας; Το πολύ να πάω να στηθώ κάτω από το χριστουγεννιάτικο δένδρο που φωταγώγησε η Φουρέιρα.

Και μιας και ανάφερα το έλκηθρο και πως δεν πρόκειται να δω έλκηθρο φέτος, ούτε για δείγμα, όπως και κάθε άλλη χρονιά, μου ήρθε στο νου η ζυγαριά. Έσβησα από τους ανοιχτούς λογαριασμούς το τσιγάρο. Έχουμε και λέμε, πόσα κιλά; Τόσα. Το αφήνω; Όχι, δεν το αφήνεις. Πέρυσι είχαμε πει ότι θα χάσεις καμιά δεκαριά. Πού βρισκόμαστε φέτος; Στα ίδια, απαντά ο άλλος μου εαυτός. Άρα στα new year resolutions, βάζουμε για αρχή πέντε κιλά μείον. Το «ράβεις», Σούζι. Πρόκειται για τη γνωστή Σούζι που και τρώει και ψεύδεται. Α, ναι, συμπληρώνω στους λογαριασμούς που δεν κλείνουν και τη λέξη με 11 γράμματα. «Γυμναστήριο». Θα βρεθεί χρόνος, κάπου ανάμεσα στις ογδόντα δραστηριότητες των παιδιών. Είναι θέμα θέλησης, του τύπου δώσε πόνο.

Έχουμε κλείσει με το τσιγάρο, στα κιλά θα τα βρούμε. Τι άλλο μένει; Πολλά. Ο καθένας έχει τους δικούς του ανοιχτούς λογαριασμούς. Θυελλώδεις έρωτες, νερόβραστες σχέσεις, αβάσταχτα χρέη, καημούς, βαρεμάρες, χαζομάρες και πίκρες και πέντε-έξι βιβλία που έχεις υποσχεθεί στον εαυτό σου πως θα τα διαβάσεις. Και άλλα τόσα πράγματα, που έχεις ορκιστεί πως θα τα κάνεις. Θα ανανεώσεις όλους τους όρκους σου και φέτος! Στη χρονιά με τα δύο 2 και τα 2 μηδέν. Τουλάχιστον έρχεται ισοπαλία.



EASTPAK
Σακίδιο Duffle Can από τη συλλογή Andy Warhol x Eastpak IV €75



THE BODY SHOP
Αρωματικό έλαιο €18,50



BENETTON
Μπλούζα καρό με λαιμόκοψη €79,95



U.S. POLO
Ανδρική πλεκτή μπλούζα €129



IKEA
Βοηθητικό τραπεζάκι Burvik €29,99

Ερώτηση: Μέχρι πόσα χρώματα επιτρέπεται να φοράμε επάνω μας;

Απάντηση: Με το μάτι, όσο σηκώσει.



SWATCH
Ρολόι Sir Swatch19, συλλογή Vintage, €70



TEZENIS
T-shirt με στάμπα

MAHJONG BOUTIQUE
Ημερολόγιο Moleskine με θέμα «Η Αλίκη στη Χώρα των Θαυμάτων» €27,90





TOMMY HILFIGER
Puffer μακρύ μπουφάν €392



MOSCHINO
Γυαλιά ηλίου €245



KARL LAGERFELD
Γυναικείο sneaker



KIEHL'S
Κρέμα προσώπου με συστατικά 99,6% φυσικής προέλευσης



ZEUS+ΔΙΟΝΕ
Δερμάτινο clutch τσαντάκι €340









MAMADOO
Ο ΡΑΦΤΗΣ ΤΩΝ ΕΞΑΡΧΕΙΩΝ

Το ταξίδι ενός Σενεγαλέζου από την Αφρική ως το ατελιέ της Ασκληπιού

Της ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΚΑΜΠΟΣΟΥ - Φωτό: ΘΑΝΑΣΗΣ ΚΑΡΑΤΖΑΣ

Ο Μαμαντού άφησε τη χώρα του, τη Σενεγάλη, στα 22 για να εργαστεί ως ράφτης σε βιοτεχνίες της βοριοδυτικής Αφρικής. Όταν το συμβόλαιό του έληξε, αποφάσισε να έρθει στην Ελλάδα και να κυνηγήσει το όνειρό του: τη δημιουργία ενός ατελιέ με χειροποίητα ρούχα από προσωπικά του σχέδια. Και τα κατάφερε. Σήμερα έχει τον δικό του χώρο στα Εξάρχεια, ένα μικρό ατελιέ ραπτικής επί της οδού Ασκληπιού, γεμάτο ρούχα και υφάσματα σε όλα τα χρώματα του ουράνιου τόξου. Αλλά πώς ξεκίνησαν όλα;

«Μικρός, στη Σενεγάλη, παίζοντας μπάλα και άλλα παιχνίδια με τα οποία συνήθως σκίζονται τα ρούχα, θυμάμαι τη μητέρα μου να παλεύει συνέχεια να τα επιδιορθώνει. Ήθελα λοιπόν να μάθω να το κάνω αυτό μόνος μου, να παίζω, να τα χαλάω και μετά να τα φτιάχνω. Έτσι πήγα να μάθω να ράβω δίπλα στον θείο μου. Από εκεί βρέθηκα στη Μαυριτανία κι έπειτα στη Λιβύη για να δουλέψω στην παραγωγή και την πώληση έθνικ ρούχων για διάφορες βιοτεχνίες» μου εξηγεί ο Μαμαντού, καθισμένος στη ραπτομηχανή με μια μεζούρα περασμένη γύρω από τον λαιμό του, καθώς τελειοποιούσε τις λεπτομέρειες σε ένα λινό πουκάμισο. Ο πάγκος που δουλεύει είναι γεμάτος πολύχρωμα κομμάτια ύφασμα και αμέτρητα καρούλια με κλωστές. Στους τοίχους σχέδια πατρόν και αφίσες του Μπομπ Μάρλεϊ. Ο Μαμαντού άλλωστε ακούει ρέγκε, όταν σχεδιάζει. Κρεμάστρες με χειροποίητα σύνολα και αξεσουάρ βρίσκονται σε κάθε σημείο του χώρου.

Στη Σενεγάλη ο κόσμος είναι πολύ πιο εξοικειωμένος με τα ρούχα που φτιάχνονται στο χέρι απ' ό,τι εδώ. Όπως λέει ο Μαμαντού, είναι μια πολύ απλή χώρα αλλά με πολύ ζωηρή κουλτούρα γύρω από το χειροποίητο ρούχο. Στην αγορά διαλέγεις το ύφασμα και το χρώμα που θες και πηγαίνεις σε κάποιον να σου φτιάξει τα ρούχα που θα φοράς. Η φύση, ο ήλιος, η θάλασσα, τα χωριά της χώρας του τού λείπουν, αλλά όπως μαθαίνω την επισκέπτεται και για λόγους δουλειάς.

«Για τις κολεξιόν, χειμωνιάτικη και καλοκαιρινή, χρειάζεται να πάω δύο φορές τον χρόνο στη Σενεγάλη, να κάνω έρευνα αγοράς και να παραγγείλω τα κομμάτια που θα χρειαστεί να μεταφέρω πίσω στα Εξάρχεια, αφού δουλεύω κυρίως με αφρικανικά υφάσματα. Οι Σενεγαλέζες φορούν πολλά φορέματα ή μάξι φούστες, με διάφορα χρώματα και prints. Δεν κάνουν προβλέψιμους συνδυασμούς, συνδυάζουν διαφορετικά υφάσματα και υφές. Οι Ελληνίδες ίσως είναι πιο συντηρητικές στα σχέδια, αλλά βέβαια ο κάθε άνθρωπος έχει το δικό του στιλ».

Όταν στα 22 του ο Μαμαντού έφυγε από το Ντακάρ, πρωτεύουσα της Σενεγάλης, με προορισμό τη μεγαλύτερη πόλη της Σαχάριας περιοχής, τη Νουακσότ της Μαυριτανίας, προκειμένου να εργαστεί σε βιοτεχνίες ρούχων με παραδοσιακές φορεσιές, ήρθε η πρώτη απογοήτευση. Του έλειπε η ελευθερία να εκφραστεί δημιουργικά, κάτι που τον έκανε να νιώσει ότι το ταξίδι της αναζήτησης δεν μπορούσε να σταματήσει εκεί, στους πάγκους των τοπικών παραγωγών. Λίγους μήνες μετά ήρθε το πλήρωμα του χρόνου και μετακόμισε στη Λιβύη γιατί ήταν το πλησιέστερο μέρος στην Ευρώπη, εκεί που είχε στραμμένα τα μάτια του. Όταν το 2004 αποφάσισε να φύγει από την Αφρική, θα μπορούσε να πάει στη Γαλλία ή την Ιταλία, όπου οι δουλειές στο χώρο της μόδας είναι περισσότερες από ό,τι στην Ελλάδα και η αγορά πιο ανοιχτή. Ο Μαμαντού όμως είχε περιέργεια να δει πώς είναι η χώρα για την οποία άκουγε ως μαθητής στο μάθημα της ιστορίας, και το είδε σαν πρόκληση.

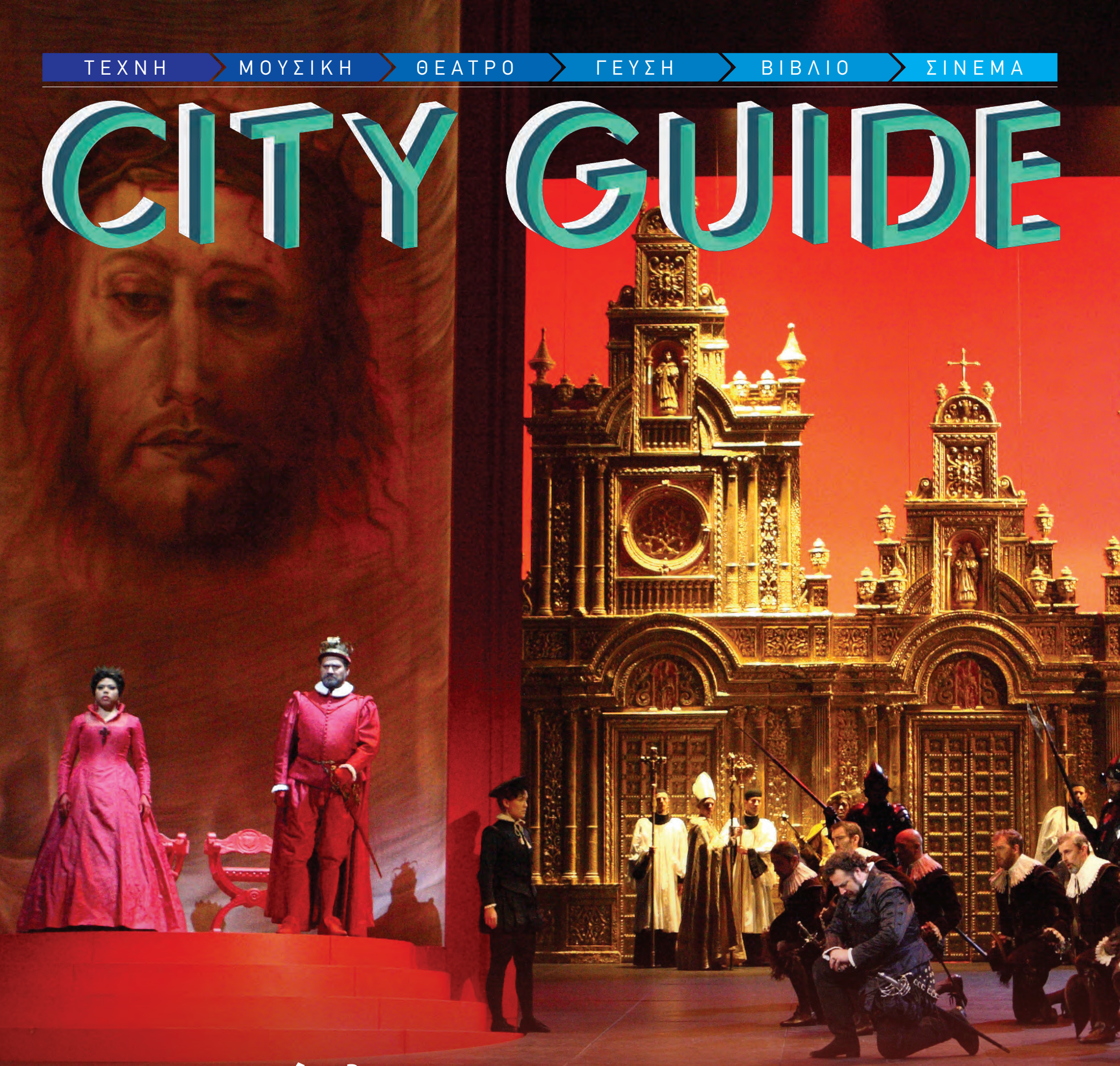
«Όταν ήρθα στην Ελλάδα κανείς δεν μιλούσε για κρίση και η γενική κατάσταση πολιτικά και οικονομικά ήταν διαφορετική σε σχέση με τώρα. Εστίαζα μόνο στη δική μου εξέλιξη και στους στόχους μου, η πρώτη δυσκολία όμως ήταν η γλώσσα. Πήγαινα σε μαθήματα ελληνικών στη Δημοτική Αγορά της Κυψέλης, έκανα έξτρα ιδιαίτερα σε σπίτια και απασχολιόμουν περιστασιακά σε μικρές βιοτεχνίες του κέντρου προκειμένου να μάθω όχι μόνο τα ελληνικά αλλά και να εξοικειωθώ με τη δουλειά, όπως γίνεται εδώ. Ώσπου αποφάσισα να γραφτώ σε σχολή σχεδίου μόδας και πατρόν, κι έπειτα να το πάω όλο αυτό ένα βήμα παρακάτω. Το ατελιέ μου είναι στα Εξάρχεια γιατί εδώ είναι εύκολη πρόσβαση για τους πελάτες μου αλλά και γιατί είναι ωραία γειτονιά. Ο κόσμος εδώ, οι φοιτητές, οι νέοι που ασχολούνται με τις τέχνες, μου ταιριάζει».

Στα ρούχα του αφρικανού ράφτη των Εξαρχείων υπερτερεί η παραδοσιακή σενεγαλέζικη κουλτούρα με στοιχεία δυτικής αισθητικής για να μπορούν να ταιριάξουν και στις Ελληνίδες. Σήμα κατατεθέν τα african wax prints και τα ζωντανά χρώματα, που τα εμπνέεται από τα ταξίδια του. Από το σχέδιο μέχρι το ράψιμο και το σιδέρωμα, όλα περνούν από τα χέρια του Μαμαντού, γι' αυτό και μπορεί να χρειαστεί μέχρι και μια ολόκληρη μέρα για ένα ρούχο.

«Προσπαθώ μόνος μου να εξελίξω το brand μου, να στήνω events για να γνωρίζω κόσμο και να είμαι ενεργός στα social media. Όνειρό μου είναι να δω τα ρούχα μου στην Αφρική και την Ευρώπη. Ως τότε θα βρίσκομαι εδώ, στο ατελιέ μου στα Εξάρχεια».

INFO
Mamadoo, Ασκληπιού 177, 6942497420

CITY GUIDE



«Ντον Κάρλο» μια grand opera στη Λυρική

Η μεγαλόπρεπη όπερα των 6 πρωταγωνιστών ανεβαίνει σε λίγες μέρες από την Εθνική Λυρική Σκηνή

Μελωδικές άριες, εκρηκτικά ντουέτα, μεγαλειώδεις σκηνές πλήθους, επιβλητική ορχηστρική γραφή. Μια grand opera που τα έχει όλα! Ο «Ντον Κάρλο» (ή αν προτιμάτε, Δον Κάρλος) του ώριμου Βέρντι, βασισμένη στο ομώνυμο θεατρικό έργο του Φρίντριχ Σίλερ δεν είναι ιστορική όπερα, παρόλο που οι κεντρικοί ήρωες αντιστοιχούν σε υπαρκτά πρόσωπα, έχει όμως έντονη πολιτική χροιά. Είναι ένα πεδίο σύγκρουσης ανάμεσα στην κοσμική εξουσία και την εκκλησία, στον φιλελευθερισμό και την απολυταρχία, αλλά και ένα έργο με βαθιά ανθρώπινους χαρακτήρες. Φυσικά, δεν λείπουν τα πάθη, οι έρωτες, η ζήλια, η προδοσία, συστατικά απαραίτητα στη συνταγή ενός αυθεντικού μελοδράματος. Δεν υπάρχει άλλη όπερα του Βέρντι που να έχει γραφτεί και ξαναγραφτεί τόσες φορές, όσο ο «Ντον Κάρλο». Στη Λυρική θα παρακολουθήσουμε την ιταλική, πεντάπρακτη εκδοχή της Μόντενα –για πρώτη φορά στην Ελλάδα– σε μια εντυπωσιακή παραγωγή που υπογράφει ο Σερ Νίκολας Χάιτνερ σε μουσική διεύθυνση του διακεκριμένου αρχιμουσικού Φιλίπ Ωγκέν. Πρωτοπαρουσιάστηκε στο Κόβεντ Γκάρντεν το 2008, αποτελεί μια συμπαραγωγή της Βασιλικής Όπερας του Λονδίνου, της Μετροπόλιταν Όπερας της Νέας Υόρκης και της Εθνικής Όπερας της Νορβηγίας (Όσλο). Με την ευκαιρία αυτή συναντήσαμε τον σπουδαίο διεθνή βαρύτονο Τάση Χριστογιαννόπουλο, που μας μίλησε για όλα. Διαβάστε τη συνέντευξη στο athensvoice.gr

INFO

Στις 8, 13, 15, 19, 21, 28 Δεκεμβρίου 2019 & 2, 5 Ιανουαρίου 2020, Αίθουσα Σταύρος Νιάρχος της ΕΛΣ στο ΚΠΙΣΝ. Ώρα έναρξης 19.00 (Κυριακές 18.30).

Του **ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΚΑΪΜΑΚΗ**



critic's CHOICE

Ιστορία γάμου (MARRIAGE STORY) ***

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Νόα Μπάουμπακ ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Άνταμ Ντράιβερ, Σκάρλετ Τζοχάνσον, Λόρα Ντερν, Άλαν Αλντα, Ρέι Λιότα

Ο θεατρικός σκηνοθέτης Τσάρλι και η ηθοποιός σύζυγός του Νικόλ αποφασίζουν να χωρίσουν μετά από 10 χρόνια γάμου ψάχνοντας να βρουν την καλύτερη συμβιβαστική λύση για χάρη του 8χρονου γιου τους Χένρι. Όμως γρήγορα αντιλαμβάνονται πως ένα βελούδινο διαζύγιο μόνο εύκολο δεν είναι.

Ο Νόα Μπάουμπακ επιστρέφει στο θέμα της πιο πετυχημένης δημιουργίας του –όχι δεν είναι το «Frances Ha»– χάρη στην οποία έχει και τη μοναδική του μέχρι τώρα οσκαρική υποψηφιότητα στην κατηγορία του πρωτότυπου σεναρίου από το μακρινό 2006. Τότε, οι «Δεσμοί διαζυγίου» («The squid and the whale» με τους Τζεφ Ντάνιελς, Λόρα Λίνεϊ και Τζέσι Άιζενμπεργκ) αφηγούνταν το χρονικό της διάλυσης ενός γάμου και μιας τετραμελούς οικογένειας με μια απλότητα που έκανε τη διαφορά στο κατά τα άλλα κοινότυπο θέμα. Με την ίδια απλότητα ο Μπάουμπακ προσεγγίζει εκ νέου το νέο του φιλμ κρατώντας ίσες αποστάσεις όχι μόνο από τους δύο πρωταγωνιστές του αλλά κι από τη χαρμολύπη του καλογραμμένου σεναρίου του (μια δεύτερη υποψηφιότητα ίσως για τον νεοϋορκέζο δημιουργό;). Όμως κάποια στιγμή η ισορροπία μεταξύ χιούμορ και δράματος χάνεται και το δράμα αρχίζει να βαραίνει στο στόρι με αποκορύφωμα το δακρύβρεχτο αλλά και εμπνευσμένο φινάλε που θα σας στείλει αδιάβαστους. Το φιλμ ξεκινά και τελειώνει σχεδόν από το ίδιο σημείο. Μια δυνατή και πανέξυπνη ιδέα –το γράμμα με τα θετικά σημεία που εκτιμά ο ένας στον άλλο που τους ζητά να γράψουν ο σύμβουλος γάμου– που ουσιαστικά συλλαμβάνει την αιτία χωρισμού του ζευγαριού αλλά αλλιώς αντιμετωπίζεται στην αρχή που ξεκινά η περιπέτεια κι αλλιώς βιώνεται στο τέλος, όταν όλα μοιάζουν να έχουν καταρρεύσει. Η πικρή διαπίστωση ότι ο έρωτας κάποια στιγμή τελειώνει συνοδεύει την άρνηση του Μπάουμπακ να κατασκευάσει θύτες και θύματα (αν και ενστάσεις για το πώς βλέπει τον Τσάρλι και πώς τη Νικόλ θα υπάρξουν ανάμεσα στους θεατές) στη φορτωμένη συναισθηματικά ιστορία του. Η επιμονή του στον ρεαλισμό δίχως τη διάθεση να στρογγυλέψει σκληρές γωνίες ή να κάνει πιο φιλικό το φιλμ ως προς τον μέσο θεατή καθιστούν την «Ιστορία γάμου» μια απαιτητική ταινία που παρότι κάποιες στιγμές είναι περισσότερο φλύαρη από ό,τι θα έπρεπε, αξίζει να δει κανείς. Και φυσικά οι ερμηνείες των δύο σπουδαίων σταρ –αλλά και των υποστηρικτικών δεύτερων ρόλων και κυρίως της θαυμάσιας Λόρα Ντερν ως αδίστακτης δικηγόρου– είναι ικανές να σας καθηλώσουν αφού το μπρα ντε φερ μεταξύ Τζόχανσον και Ντράιβερ έχει πολλές διακυμάνσεις και εντάσεις. Εκείνη παίζει με παροιμιώδη ευκολία την ανασφαλή ηθοποιό που θέλει να διηγηθεί πλέον τη δική της ιστορία και να επιστρέψει στο «σπίτι» της στο Λος Άντζελες με τους άνετους χώρους και το στάτους κβο του μεγάλου θεάματος. Εκείνος είναι ο νεοϋρκέζος δημιουργός που έχει μάθει να ακολουθεί πιστά το καλλιτεχνικό όραμά του χωρίς παρεκκλίσεις και συμβιβασμούς αλλά βλέπει σχεδόν πάντα να περνά το δικό του. Μετά από 10 χρόνια κοινής πορείας –εκείνη παίζει στα θεατρικά που ανεβάζει ο άντρας της– αποφασίζουν να χωρίσουν «φιλικά». Όμως όπως ξέρετε κι οι περισσότεροι κάτι τέτοιο δεν ισχύει. Το τέλος δεν σημαίνει μόνο μια νέα αρχή αλλά και το έναυσμα για να ανοίξει ο ασκός του Αιόλου όπου θα βγουν στη φόρα τερατώδεις αλήθειες! Όλα όσα δεν ομολογούσαν μέχρι πρότινος οι αγαπημένοι σύντροφοι πέφτουν σαν χιονοστιβάδα. Από το αλκοολίκι και το κέρατο μέχρι τα μικρά κι ασήμαντα στη συμπεριφορά του ενός που έκαναν έξω φρενών τον άλλο. Στη μέση υπάρχει ο μικρός Χένρι που θα είναι ίσως το μοναδικό θύμα σε αυτή την ιστορία γάμου. Θλιβερό αλλά και τόσο αληθινό.

JUST THE FACTS

Ιστορία γάμου (***)
Βαθιά το γαμήλιο νυστέρι του Νόα Μπάουμπακ

Οι σκιές του Μπρούκλιν (½)**
Νουάρ ταξίδι στα 50s

Ψυχρά κι ανάποδα II (½)**
Με την τεχνοτροπία της Disney

Η Ανιές με τα λόγια της Βαρντά (***)
Προσωπικές σινεφιλικές εξομολογήσεις

Φαντασία (**)
Δεν φταις εσύ, η φαντασία μου τα φταίει


«Η Ανιές με τα λόγια της Βαρντά »


«Φαντασία»


«Οι σκιές του Μπρούκλιν »

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

☛ *22ο Φεστιβάλ Ολυμπίας (30/11 • 7/12) - Η γιορτή των παιδιών*

«Συνειδητοποιούσα ότι ζούσα μόνο για εκείνον τρέφοντας τη ζωή του» («Ιστορία γάμου»)

Οι σκιές του Μπρούκλιν (MOTHERLESS BROOKLYN) **½

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Έντουαρντ Νόρτον
ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Έντουαρτ Νόρτον, Μπρους Γουίλις, Γουίλεμ Νταφόε, Άλεκ Μπάλντουιν

Στη Νέα Υόρκη του 1957 ο Λάιονελ Έσρογκ, ιδιωτικός ντετέκτιβ με σύνδρομο Τουρέτ, αναλαμβάνει να διαλευκάνει τον φόνο του μέντορα και φίλου του, Φρανκ Μίνα.

Ο Έντουαρντ Νόρτον ξαναπιάνει την κάμερα και χρίζεται σκηνοθέτης είκοσι χρόνια μετά από την εξαφανισμένη στο πέρασμα του χρόνου κομεντί «Keeping the faith» με τον Μπεν Στίλερ, την Τζένα Έλφμαν και τον ίδιο στο πρωταγωνιστικό καστ. Το μυθιστόρημα του Τζόναθαν Λέθεμ χρησιμεύει στον Νόρτον για να φτιάξει ένα πυκνό και φορτωμένο με μυστικά φιλμ νουάρ με φόντο τη Νέα Υόρκη των 50s όπου η πολιτική διαφθορά και το οργανωμένο έγκλημα έχουν στενή σχέση. Η γραφή του σκηνοθέτη-ηθοποιού έχει τη συνέπεια και το ύφος που περιμένει να δει κανείς σε ένα αρχετυπικό αλλά και προβλέψιμα αμοραλιστικό νουάρ χωρίς περαιτέρω εκπλήξεις. Μια σκοτεινή αλλά και γοητευτική ατμόσφαιρα με τα κλαμπ του Χάρλεμ, τον τζαζ ήχο και μερικές «σκατόφατσες» να προσδίδουν την αίσθηση απειλής αλλά και ματαιότητας στην άνιση πάλη του ήρωα. Πάντως η σκηνοθεσία του Νόρτον δεν έχει προσωπική άποψη και αρκείται απλώς στη δεινότητα της γραφής του Λέθεμ και τον πολύπλοκο –πολιτικά κυρίως με έμφαση στο ρατσιστικό κομμάτι– συμβολισμό της ιστορίας του.

Φαντασία**

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ: Αλέξης Καρδαράς
ΠΡΩΤΑΓΩΝΙΣΤΟΥΝ: Ρένα Μόρφη, Στέλιος Μάινας, Γιάννης Στάνκογλου, Βίκυ Παπαδοπούλου

Τον Οκτώβριο του 1993 το ΠΑΣΟΚ ανεβαίνει ξανά στην εξουσία και ο λαός διασκεδάζει στις λαϊκές πίστες. Η Φωτεινή, μια νεαρή τραγουδίστρια με «χρυσή» φωνή, φτάνει στην Αθήνα με το όνειρο της μεγάλης καριέρας και υποκύπτει στο φλερτ του καταξιωμένου –και παντρεμένου– συναδέλφου της Νίκου Κόκκινου που την πολιορκεί έντονα.

Μένοντας πιστός στη συνταγή του λαϊκού μουσικού μελοδράματος παλιάς κοπής, ο Αλέξης Καρδαράς πετυχαίνει να φτιάξει ένα στρωτό και ενδιαφέρον αλλά χωρίς συναισθηματικό βάθος φιλμ που όπως και το θέμα της ταινίας του μένει στον αφρό των γεγονότων. Η ατμόσφαιρα των μπουζουκιών, ο μικρόκοσμος της νύχτας, το θέμα του καταραμένου έρωτα και κυρίως η αίσθηση τραγωδίας που σημαδεύει τη ζωή της πρωίδας θα μπορούσαν να έχουν καλύτερο δέσιμο και περισσότερη ψυχή στη λειτουργικότητα του έργου, αν έλειπαν κάποιες τραβηγμένες από τα μαλλιά καταστάσεις καθώς και η επιτήδευση σε κομβικές σκηνές όπως εκείνες όπου μας «αποκαλύπτεται» κάπως ατσούμπαλα το μυστικό από το παρελθόν της Φωτεινής.

Η Ανιές με τα λόγια της Βαρντά (AGNES BY VARDA) ***

ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ- ΣΕΝΑΡΙΟ: Ανιές Βαρντά ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ: Φρανσουά Ντεκρό, Κλερ Ντουκέτ, Τζουλιά Φαμπρί, Ανιές Βαρντά

Μέσα από τα δικά της λόγια η Ανιές Βαρντά παρουσιάζει τις σημαντικότερες στιγμές στη ζωή και την καριέρα της.

Απολαυστικό και άκρως αποκαλυπτικό (από τα απίθανα γυρίσματα του «Η Κλοέ μεταξύ 5 και 7» έως τις εκμυστηρεύσεις για τον άντρα της ζωής της Ζακ Ντεμί) το τελευταίο φιλμ της Ανιές Βαρντά είναι μια αληθινή κληρονομιά για τους λάτρεις του κινηματογράφου. Φωτογράφος, installationartist, πρωτοπόρος της Nouvelle Vague αλλά κυρίως ένα αγέρωχο και ανήσυχο πνεύμα, η Βαρντά λίγο πριν μας «αποχαιρετήσει» κάθισε στην καρέκλα του σκηνοθέτη και χρησιμοποιώντας φωτογραφίες κι αποσπάσματα από τις ταινίες της μίλησε η ίδια για το ανορθόδοξο έργο της. Είτε μπροστά από την κάμερα, είτε πίσω από αυτήν, η Βαρντά διηγείται ιστορίες μέσα από εικόνες κι αποφεύγει τις συμβατικές μεθόδους αφήγησης δίνοντάς μας μια ισχυρή γεύση από τη δική της αλήθεια. Την αλήθεια μιας σεμνής αλλά και τεράστιας συνάμα προσωπικότητας.

ΑΚΟΜΗ

▶ Το **«Ψυχρά κι ανάποδα ΙΙ»** *(Frozen 2)* **(**½)** είναι η συνέχεια της προ 6ετίας τεράστιας επιτυχίας που μας οδηγεί στη νέα περιπέτεια της Έλσας και της Άννας με τη συνδρομή φυσικά των Κριστόφ, Όλαφ και Σβεν. Ένα πλούσιο, θεαματικό και προσεγμένο πέρα ως πέρα animation που μπορούν να απολαύσουν εξίσου μικροί και μεγάλοι θεατές.

MUST

Το 32ο Πανόραμα Ευρωπαϊκού Κινηματογράφου συνεχίζεται μέχρι τις 4 Δεκεμβρίου στις αίθουσες Τριανόν και Ανδόρα.



Το μήνυμά του στην ATHENS VOICE

Η Huawei είναι μια εταιρεία με ιστορία 32 χρόνων. Είμαστε ακόμα νέοι, όπως και το κοινό σας και έχουμε ακόμα πολλά να αποδείξουμε στον κόσμο. Αυτό το μήνυμα άλλωστε αντικατοπτρίζεται και στο σλόγκαν μας: Make it Possible. Μπορεί σήμερα να αντιμετωπίζουμε νέες προκλήσεις, όμως δουλειά μας είναι να συνεχίσουμε την πορεία μας και να κάνουμε possible κι άλλες ιστορίες. Ένα είναι σίγουρο, ο τελικός κερδισμένος θα είναι ο καταναλωτής!

Πώς η Huawei έκανε τέτοια επιτυχία;

Ο **Ling Bing,** Country Manager της εταιρείας, εξηγεί στην ATHENS VOICE τη φιλοσοφία και τα επόμενα βήματα

Του **ΝΙΚΟΥ ΠΑΠΑΗΛΙΟΥ**

Ο Lin Bing βρίσκεται στην Αθήνα για λογαριασμό της Huawei τα τελευταία 4 χρόνια. Πείτε, αλήθεια, πόσοι περιμένατε το 2015 ότι η εταιρεία θα σημείωνε αυτή την ανάπτυξη τόσο σύντομα; Ο Country Manager της Huawei στην Ελλάδα, ξεκινώντας τη συζήτηση που είχαμε στο γραφείο του στο Μαρούσι, ανέφερε ότι αυτό δεν ήταν έκπληξη για αυτόν ούτε στο ελάχιστο. Τα νούμερα του τελευταίου χρόνου ήταν ακόμη πιο αισιόδοξα και αυτό συνέβη καθώς η Huawei δεν άλλαξε τη συνταγή της επιτυχίας. «Συνεχίσαμε να κάνουμε ακριβώς τα ίδια πράγματα. Βελτιώνουμε κάθε χρόνο τις συσκευές μας και προσθέτουμε συνεχώς νέες καινοτομίες. Σεβόμαστε τον καταναλωτή και του προσφέρουμε κορυφαία ποιότητα υλοποιώντας όλα αυτά τα χρόνια τις αλλαγές που ο ίδιος θέλει να δει».

Ποια ήταν όμως η φιλοσοφία που μετέτρεψε την Huawei από έναν μικρό παίκτη της αγοράς σε εταιρεία - κολοσσό και ηγέτιδα στον χώρο της; «Πάντοτε επιζητούμε να δημιουργούμε τα καλύτερα προϊόντα, με ισχυρές τεχνολογίες και ποιότητα στην κατασκευή σε συνδυασμό με τις ανάγκες του καταναλωτή της εκάστοτε αγοράς. Όσο καλό και αν είναι ένα προϊόν, αν δεν ανταποκρίνεται σε αυτό που ζητά ο κόσμος, δεν θα μπορέσει να ευδοκιμήσει. Αυτή είναι η φιλοσοφία της Huawei γιατί ο πελάτης είναι στο επίκεντρο σε ό,τι και αν κάνουμε. Οπότε επενδύουμε πολύ χρόνο, ενέργεια και κεφάλαιο στο να μάθουμε τι ζητάει ο τελικός χρήστης των προϊόντων μας σε κάθε χρονική περίοδο. Αυτό συμβαίνει σε όλες τις αγορές και φυσικά το ίδιο ισχύει και στην Ελλάδα».

Huawei και έρευνα

Η Huawei κατάφερε να ξεχωρίσει από τον ανταγωνισμό γρήγορα, επενδύοντας τεράστια ποσά στην έρευνα κι ανάπτυξη νέων τεχνολογιών, καινοτομιών και τελικών προϊόντων. Ο κ. Lin Bing σημειώνει ότι αν και η επένδυση στην έρευνα και ανάπτυξη δεσμεύει τεράστια ποσά, εντούτοις αποτελεί ζωτικό μέρος της κινητήριας δύναμης της εταιρείας, τον πυρήνα, θα λέγαμε, της δραστηριότητάς της. «Οι έρευνες για καινοτομίες, η αναζήτηση νέων τεχνολογιών και η βελτιστοποίηση των υπαρχόντων, δεν πρόκειται να σταματήσουν διότι η Huawei έχει επιλέξει να πορευτεί σε αυτό τον δρόμο με αμείωτη προσήλωση και αποφασιστικότητα για να είναι σίγουρη ότι το επίπεδο ποιότητας των προϊόντων της θα είναι πάντοτε το κορυφαίο. Είτε αυτό λέγεται 5G, Τεχνητή Νοημοσύνη ή νέες επαναστατικές λειτουργίες στην κάμερα, είτε μια νέα μπαταρία ή πιο δυνατοί επεξεργαστές, η Huawei θα εξακολουθήσει να επενδύει για να προσφέρει την τελευταία λέξη της τεχνολογίας».

Το έξυπνο περιβάλλον εργασίας EMUI

Συζητώντας για την επιτυχία της εταιρείας τα τελευταία χρόνια δεν γίνεται να μην αναφερθούμε και στο έξυπνο περιβάλλον εργασίας EMUI, που αγαπήθηκε από τους χρήστες. Το EMUI στέκεται ικανό να βελτιώσει την εμπειρία των χρηστών μέρα με τη μέρα, κάνοντας τη συσκευή καλύτερη ακόμη και χρόνια μετά την αγορά της. Σε συνδυασμό και με τις λειτουργίες Τεχνητής Νοημοσύνης, η χρήση της συσκευής βελτιώνεται και ανταποκρίνεται με τις καθημερινές απαιτήσεις και συνήθειες του καθενός. «Η Huawei φροντίζει ώστε το EMUI να αναβαθμίζεται συνεχώς και δουλεύουμε καθημερινά με στόχο πάντοτε την καλύτερη εμπειρία χρήσης. Αυτή είναι και η μεγάλη μας διαφορά με τον ανταγωνισμό. Η ανησυχία μας για το αν ο τελικός χρήστης είναι ικανοποιημένος δεν σταματάει ποτέ. Έτσι, βελτιώνουμε και αναβαθμίζουμε τις συσκευές μας πολύ πιο συχνά, κάνοντάς τις πιο λειτουργικές για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Πολύ συχνά σε ανταγωνιστικά προϊόντα το αναγνωμένο λειτουργικό συνδέεται με την αγορά νέας συσκευής. Αυτή δεν είναι η φιλοσοφία της Huawei. Οι συσκευές μας αναβαθμίζονται συχνότερα ούτως ώστε ο κάθε πελάτης μας να απολαμβάνει τα μέγιστα από την εταιρεία μας και να είναι ικανοποιημένος για μακρά χρονική περίοδο».

Η τεχνητή νοημοσύνη ήταν ένα ακόμα asset για τη λειτουργία της Huawei καθώς μάλιστα υπήρξε πρωτοπόρος στη χρήση της στα smartphones. Η χρήση της Τεχνητής Νοημοσύνης έχει αλλάξει τα δεδομένα στην αγορά των smartphones με εντυπωσιακές λειτουργίες και δυνατότητες, κάτι που έγινε εμφανές στην εκδήλωση «Sound of Light» που διεξήχθη πέρυσι τον χειμώνα στη Βιέννη και μας έκανε να μείνουμε με το στόμα ανοιχτό για τις εντυπωσιακές χρήσεις της A.I. Η Huawei έχει επενδύσει αρκετά στο όλο πρότζεκτ με τα αποτελέσματα να την δικαιώνουν.

Θα συνεχίσει τον ίδιο δρόμο; Ο Country Manager της Huawei στην Ελλάδα, απαντά: «Μπορεί κανείς να βλέπει τα εντυπωσιακά αποτελέσματα που φέρει η τεχνητή νοημοσύνη κυρίως στη χρήση της κάμερας του smartphone του, όμως στην πραγματικότητα είναι πολλά παραπάνω αυτά που μας οδηγούν στο να επενδύουμε σε αυτόν τον τομέα. Η τεχνητή νοημοσύνη αυξάνει σημαντικά τις επιδόσεις των συσκευών. Μέσω αυτής η συσκευή παραμένει απροβλημάτιστη και το ίδιο γρήγορη ακόμα και ενάμιση χρόνο μετά την αγορά της διευρύνοντας κατά πολύ τη λειτουργικότητά της για τον μέσο ή ακόμα και τον απαιτητικό καταναλωτή».

Είναι ευκαιρία τώρα στη Black Friday να αγοράσετε συσκευή από μια εταιρεία την οποία μπορείτε να εμπιστευτείτε και η οποία θα σας παρέχει εγγυημένα την καλύτερη ποιότητα, κορυφαία specs, high end technology. Εξάλλου, το μενού των προσφορών της Huawei έχει κάτι για όλα τα γούστα, από το πολυβραβευμένο best smartphone της χρονιάς 2019 Huawei P30 Pro έως wearables και accessories που θα κάνουν την καθημερινότητά σας πιο εύκολη και διασκεδαστική.

Huawei απέναντι σε Google και ΗΠΑ: Ε, και λοιπόν; Το θέμα που απασχολεί μια μερίδα του κόσμου τους τελευταίους μήνες είναι η διαμάχη που ξεκίνησε με αφορμή τις δηλώσεις του Αμερικανού προέδρου Ντόναλντ Τραμπ και αφορά τις Ηνωμένες Πολιτείες και την Huawei. Ο κ. Lin Bing ξεκαθάρισε ότι πρόκειται για κάτι που όχι μόνο δεν έχει τρομάξει τη Huawei σήμερα, αλλά έχει μάλιστα ενισχύσει την αποφασιστικότητά της και βελτιώσει τις επιδόσεις της. «Κάθε μέρα διαβάζουμε από τα media και κάτι διαφορετικό σχετικά με αυτό, οπότε είναι λογικό οι πληροφορίες που λαμβάνει ο κόσμος να είναι μπερδεμένες. Τα προϊόντα μας όμως είναι εκείνα που μιλάνε από μόνα τους, αφού δεν μπορεί κανείς να βρει διαφορά σε σχέση με πριν. Η ποιότητα παραμένει ίδια όπως πάντα και δεν αλλάξαμε τίποτα απολύτως. Η φιλοσοφία μας δεν άλλαξε ούτε στο ελάχιστο, οι πωλήσεις μας αυξήθηκαν τον τελευταίο χρόνο και όλα αυτά ενώ ετοιμαζόμαστε για το λανσάρισμα του P40 μέσα στο 2020. Ό,τι δεν σε σκοτώνει σε κάνει πιο δυνατό, όπως λέτε και εδώ στην Ελλάδα. Μονάχα μέσα από τις δυσκολίες γίνεσαι καλύτερος. Μπορεί ακόμη να μη γνωρίζουμε τι μέλλει γενέσθαι, αλλά το μόνο που είναι σίγουρο είναι ότι σε κάθε περίπτωση ο καταναλωτής δεν θα πρέπει να νιώθει κανένα προβληματισμό διότι η Huawei θα φροντίζει πάντοτε να μην αντιμετωπίσει κανένα πρόβλημα. Σήμερα δεν έχει προκύψει ακόμα η ανάγκη για ένα νέο λειτουργικό σύστημα, όμως είμαστε προετοιμασμένοι για παν ενδεχόμενο. Και στο παρελθόν έχουν παρουσιαστεί αρκετά σημαντικά προβλήματα, όμως στην Huawei, έχουμε μάθει να τα ξεπερνάμε».

ΚΡΙΤΙΚΗ ΘΕΑΤΡΟΥ

Του **ΔΗΜΗΤΡΗ ΤΣΑΤΣΟΥΛΗ***



Ο Άκης Δήμου, ένας από τους γνωστότερους θεατρικούς συγγραφείς της νεότερης γενιάς (πρωτοεμφανίζεται με το έργο «...και Ιουλιέτα» το 1994), έχει την τύχη να δει τα περισσότερα έργα του να ανεβαίνουν στη σκηνή από πειραματικές ομάδες όσο και καταξιωμένους συντελεστές.

ΕΡΩΤΙΚΕΣ ΝΕΥΡΩΣΕΙΣ ΝΕΩΝ ΓΥΝΑΙΚΩΝ

Άκης Δήμου, **«Ντέστινυ».** Σκηνοθετική επιμέλεια: Χρύσα Καψούλη. Θέατρο A Small Argo Full of Art

Η πρώτη γνωριμία με τον *«Ντέστινυ»* έγινε στο Θέατρο του Νέου Κόσμου από τον Θεατρικό Οργανισμό «Νέος Λόγος», σε σκηνοθεσία Έλλης Παπακωνσταντίνου. Τώρα, δεκαπέντε χρόνια μετά, επανέρχεται στη σκηνή και αυτό που εντυπωσιάζει είναι ότι διατηρεί αμείωτη τη φρεσκάδα του. Σε αυτό συμβάλλουν, αναντίρρητα, η σκηνοθεσία της **Χρύσας Καψούλη**, αλλά και τα δύο νέα κορίτσια που ανέλαβαν τους ρόλους της Άννας και της Ρεβέκκας. Επιπλέον, μικρές αλλαγές στο λεξιλόγιο, όπως και στα μουσικά ακούσματα των δύο γυναικών, φέρνουν τη νέα σκηνική εγγραφή στο σήμερα.

Φαινομενικά, πρόκειται από τα πλέον ρεαλιστικά έργα του **Άκη Δήμου**, έργο που προσεγγίζει τα ερωτικά υπαρξιακά και τις ανασφάλειες των δύο φιλενάδων κατά τη συνεύρεσή τους, για δυο νύχτες, στο σπίτι της Ρεβέκκας. Μεταξύ τράπουλας και γλυκού του κουταλιού, ανάλαφρη όσο και κωμική, η συζήτηση θα περάσει στις σχέσεις τους με τους άνδρες, τις μη μόνιμες σχέσεις, στην αναζήτηση του τέλειου εραστή.

Νωχελικά ξαπλωμένες στα μεγάλα πολύχρωμα πουφ που αλλάζοντας θέσεις μετατρέπονται σε καναπέδες, κρεβάτια, πολυθρόνες, τραπέζια, οι δύο φίλες, με πλήρη άνεση στις κινήσεις τους και τις στάσεις του σώματός τους, κάνουν τον θεατή –που βρίσκεται σε απόσταση αναπνοής από αυτές– να αισθανθεί ότι τις παρακολουθεί μέσα από μια κλειδαρότρυπα. Είτε φορώντας τα κοντά τους φορέματα είτε αργότερα μένοντας με τα εσώρουχα (λειτουργικά όσο και αποκαλυπτικά των προσώπων κοστούμια της **Ανδρονίκης Τζάρτζαλου**), οι δύο νεαρές ηθοποιοί κινούνται με απόλυτη φυσικότητα, ανάλαφρες, ερωτικές, ανά στιγμές προκλητικές, βυθιζόμενες στις ερωτικές τους φαντασιώσεις.

Σε αυτό το σημείο, τόσο η **Εμμανουέλα Κοντογιώργου** (Άννα) όσο και η **Κασσάνδρα Τζάρτζαλου** (Ρεβέκκα), υιοθετώντας την κίνηση που δίδαξε η **Κωνσταντίνα Μπάρκουλη**, δημιουργούν αισθησιακές (αν και υπόγεια κωμικές) εικόνες με αποκορύφωμα το πρωινό μετά την υποτιθέμενη διπλή τους συνεύρεση με τον Ντέστινυ. Και λέω υποτιθέμενη, διότι ο Ντέστινυ-Λάζαρος δεν αποτελεί παρά συμφυρμό δύο αντρικών προσώπων που έχουν γνωρίσει και ερωτευτεί οι δύο φίλες σε διαφορετικές χρονικές στιγμές. Μέσω του λόγου τους, των αποκαλύψεων, των εικασιών και των νευρωτικών τους υπερβολών συμφύρουν τον ιδανικό για την κάθε μία τους εραστή σε ένα και το αυτό πρόσωπο, το οποίο και αποφασίζουν να καλέσουν στο σπίτι. Όπου και θα περάσουν τελικά μια γεμάτη ερωτική νύχτα οι τρεις τους. Ή μήπως όχι;

Στο κρεβάτι, το άλλο πρωί, βρίσκονται μόνο οι δυο τους, μιλώντας γι' αυτό που έζησαν ή φαντασιώθηκαν ότι έζησαν. Με σκηνοθετική πρωτοβουλία της Χρύσας Καψούλη, ο Ντέστινυ, από πρόσωπο του αφηγηματικού λόγου, ουσιαστικά απών, γίνεται παρόν σκηνικά πρόσωπο, θυμίζοντας ωστόσο περισσότερο μια οπτασία: ο αέρινος **Γιώργος Ημέρης**, αν και ελάχιστα πείθει εμφανισιακά ως το ερωτικό πρότυπο άνδρα που έχει συγκλονίσει τις γυναίκες, θα έχει προηγουμένως εικονοποιήσει φαντασιακά, μέσα στο λευκό του κοστούμι, και άλλους άντρες στους οποίους έχουν αναφερθεί στις συζητήσεις τους οι Άννα και Ρεβέκκα. Επομένως, τίποτα δεν πείθει ότι και η σκηνική παρουσία του ως Ντέστινυ δεν είναι ακόμη ένα φάσμα, ένα δημιούργημα του ερωτικού παιχνιδιού των δύο φιλενάδων. Πρόκειται για μια ρωγμή στις ρεαλιστικές συνθήκες που ο Άκης Δήμου δημιουργεί και στο έργο του αυτό, οι οποίες φαινομενικά διέπουν τη γραφή του.

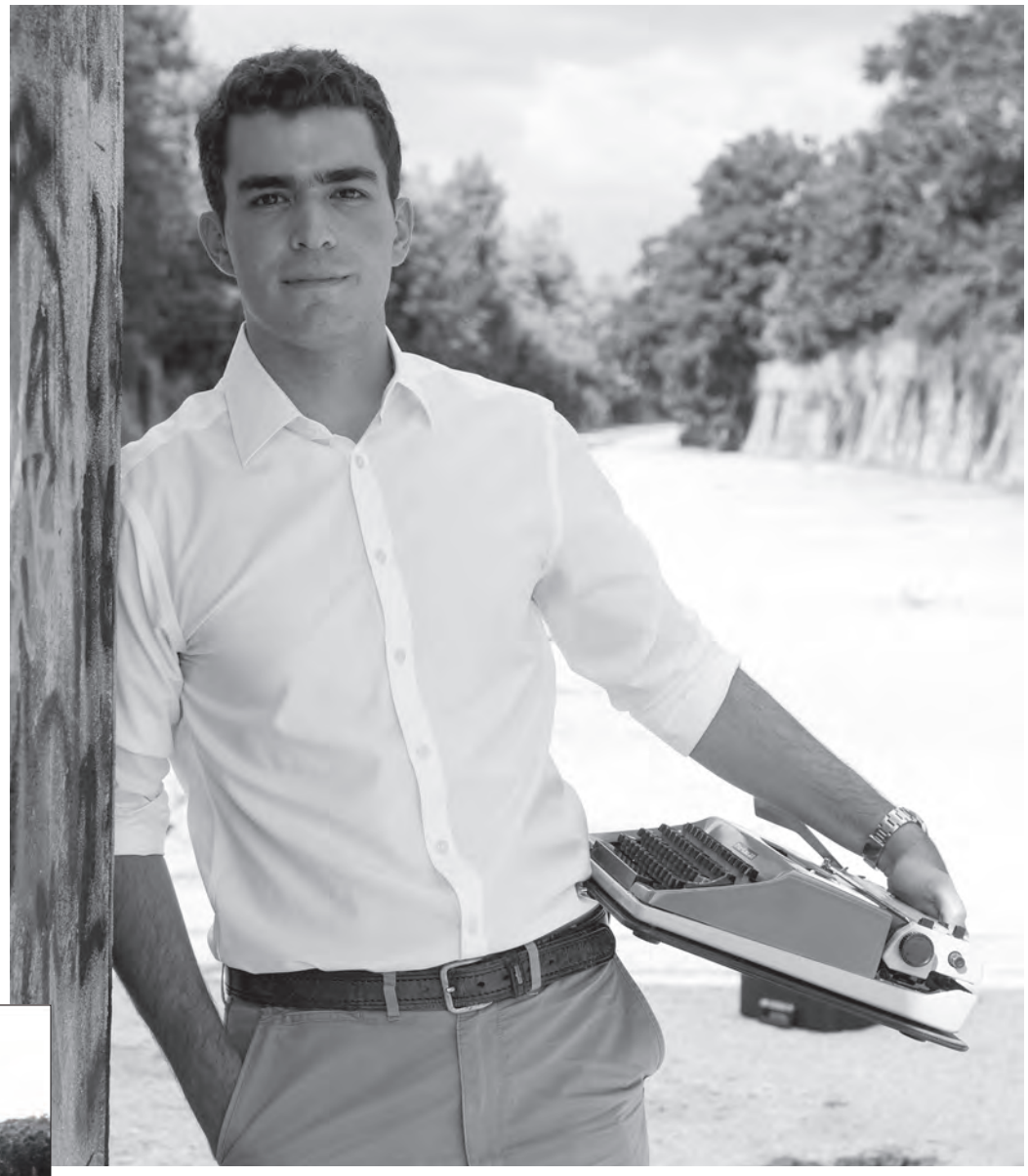
Από την καλοστημένη παράσταση συγκρατώ τα λειτουργικά σκηνικά του **Χριστόφορου Κώνστα** με το πανό-μπαλκόνι με τα μεγάλα φυτά να κλείνει το φόντο της σκηνής επιτρέποντας όμορφα φωτιστικά παιχνίδια που σχεδίασε ο **Χρήστος Μπαλαγιάννης**. Ερμηνευτικά, πέρα από την καλοδουλεμένη κινησιολογία των δύο ηθοποιών που προαναφέρω, η Εμμανουέλα Κοντογιώργου διέθετε έναν περισσότερο δουλεμένο στην εκφορά του λόγο. Η Κασσάνδρα Τζάρτζαλου, έχοντας ένα ιδιάζον και ενδιαφέρον ηχόχρωμα, χρειάζεται ακόμα δουλειά ως προς την εναλλαγή τονικοτήτων, ώστε να μην ακούγεται μονότονα. Και οι δύο, πάντως, κατάφεραν να περάσουν με καθαρότητα και σαφήνεια το δραματικό κείμενο στον θεατή, υποβοηθούμενες αισθητά από την παιγνιώδη σκηνοθεσία της Χρύσας Καψούλη.

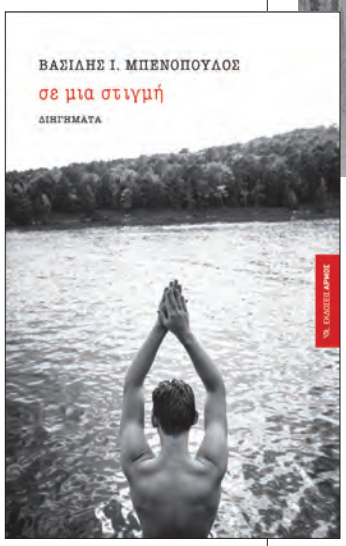
Η παραγωγή ήταν της Εταιρείας Θεάτρου «Σπίτι της». Οι φωτογραφίες είναι της **Ελπίδας Μουμουλίδου**.

A Small Argo Full of Art (Ελευσινίων 15, Μεταξουργείο, 210 5201684), Κάθε Σάβ. & Κυρ. στις 21.00

** Ο Δ.Τσ. είναι καθηγητής Σημειωτικής του Θεάτρου και Θεωρίας της Επιτέλεσης στο Πανεπιστήμιο Πατρών*







«ΣΕ ΜΙΑ ΣΤΙΓΜΗ» ΤΟΥ ΒΑΣΙΛΗ Ι. ΜΠΕΝΟΠΟΥΛΟΥ

Ο νεαρός συγγραφέας μιλάει για το πρώτο του βιβλίο, τις προκλήσεις της Ευρώπης και το Brexit

Του **ΜΑΝΟΥ ΝΟΜΙΚΟΥ**

Ο Βασίλης Ι. Μπενόπουλος είναι συγγραφέας, αρθρογράφος και φοιτητής στο King's College του Λονδίνου και κυκλοφορεί το πρώτο του βιβλίο με τίτλο «Σε μια στιγμή», εκδόσεις Αρμός.

«Προσπαθώ –εδώ και μήνες– και ίσως πάρει χρόνια, να παρατηρήσω την αναπνοή χωρίς να την επηρεάσω. Είναι ίσως το δυσκολότερο πράγμα, και το πιο απλό. Μόλις προσπαθήσεις να παρατηρήσεις τον ρυθμό της αναπνοής σου, αρχίζεις να την ελέγχεις. Αυξομειώνεις ταχύτητα, σταματάς, ξαναρχίζεις. Στόχος να μπορείς να δοθείς ελεύθερα στην παρατήρηση, με όλο το εύρος των αισθήσεών σου. Υπομονή–. Η παρατήρηση έχει μια γλυκιά σοφία. Δεν προσφέρει καμία κρίση, δεν κατηγορεί, δεν μπερδεύει το φαινόμενο –αυτό που παρατηρεί– με καμία ηθική διάσταση ή προβληματισμό, δεν καλύπτει το φαινόμενο με το πέπλο του παρατηρητή. Παρατηρεί αυτό που είναι, που δεν είναι τίποτα άλλο από αυτό που είναι».

Ο Βασίλης Ι. Μπενόπουλος γεννήθηκε στην Αθήνα το 1998. Ζει στο Λονδίνο και σπουδάζει Πολιτικές Επιστήμες, Φιλοσοφία και Δίκαιο (LLB) στο Dickson Poon School of Law του King's College London. Έχει δημοσιεύσει κείμενα στην εφημερίδα «Καθημερινή» και στο λογοτεχνικό περιοδικό Νέα Εστία. Μόλις κυκλοφόρησε το πρώτο του βιβλίο με διηγήματα με τίτλο «Σε μια στιγμή» από τις εκδόσεις Αρμός. Ο Βασίλης Ι. Μπενόπουλος μιλάει στην Athens Voice για την πρώτη του συγγραφική προσπάθεια, την Ευρωπαϊκή Ένωση και το Brexit, μέσα από τα μάτια ενός φοιτητή στο Λονδίνο.

Ποια ήταν τα ερεθίσματα για να γράψεις το βιβλίο «Σε μια στιγμή»; Νομίζω ο Hemingway είχε πει ότι ένα έργο πρέπει να μπορεί να σταθεί μόνο του, να υπερασπιστεί τον εαυτό του, να λύσει όλα τα ερωτήματα – να αρχίζει και να τελειώνει χωρίς να χρειάζεται επεξηγήσεις, εισαγωγές, σχόλια ή διευκρινίσεις. Σκέφτομαι τώρα, όμως, πως κανένα έργο τέχνης δεν στέκεται μόνο του και ανεξάρτητα από τον δημιουργό του.
Έγραψα τις ιστορίες σε μια διαδικασία διαλογισμού, παρατήρησης δηλαδή. Πιστεύω πως ο ρόλος του συγγραφέα δεν είναι να χαρακτηρίσει αλλά να περιγράψει, όχι να σου πει τι έγινε αλλά να σου δείξει. Ή ακόμα καλύτερα, να υπαινιχθεί. Να αφήσει τον αναγνώστη να βγάλει νόημα από το διάλογο, τις κινήσεις κ.λπ. Είναι δύσκολο, και κανείς δεν μπορεί να το καταφέρει, μπορεί μόνο να προσπαθήσει. Ο στόχος μου ήταν να σπρώξω τον αναγνώστη μέσα σε χώρους και καταστάσεις χωρίς καμία εξήγηση και να τον αφήσω να παρατηρήσει κι αυτός. Στις ιστορίες προσπάθησα απλά να ξεδιπλώσω την εικόνα, και να αφήσω τον αναγνώστη να κατανοήσει τους χαρακτήρες και τις συνθήκες. Προσπάθησα σε κάποιες στιγμές να εξαφανίσω τον αφηγητή. Τελικά όμως δεν υπάρχει τρόπος να γράψεις για οτιδήποτε χωρίς να παρουσιάσεις μια περιορισμένη οπτική του. Ο αφηγητής, ο συγγραφέας, όσο και αν προσπαθεί να κρυφτεί, είναι εκεί.
Έγραψα τις ιστορίες ανάμεσα στο Λονδίνο και την Αθήνα.

Βρίσκουμε αυτοβιογραφικά στοιχεία μέσα στο βιβλίο; Κάθε συγγραφέας, καθώς γράφει, ενσωματώνει στο κείμενό του εικόνες, φράσεις, σκέψεις και φιγούρες από την ζωή του, τα ταξίδια του, τις αναμνήσεις του. Αυτό είναι μια φυσική διαδικασία, και κάνει το κείμενο πιο ειλικρινές και πιο αληθινό. Αυτό δεν σημαίνει ότι το βιβλίο είναι δημοσιογραφικό. Συνήθως ένας χαρακτήρας, για παράδειγμα, είναι ένας συνδυασμός από τρία ή τέσσερα αληθινά πρόσωπα, προσαρμοσμένος στη δομή και την έκταση της ιστορίας.
Η εντατική ενασχόλησή μου με την ανατολική φιλοσοφία τον τελευταίο χρόνο επηρέασε τις σκέψεις μου και με πολλούς τρόπους το βιβλίο είναι προϊόν αυτής της περιόδου.

Ποια βιβλία διάβασες πρόσφατα και ποιοι είναι οι αγαπημένοι σου συγγραφείς; Οι ιστορίες του Edgar Allan Poe ήταν η εισαγωγή μου στο shortstory, και γι' αυτό τον κρατάω πάντα κοντά μου. Επανέρχομαι στον Borges συχνά, και κάθε φορά μου αρέσει περισσότερο. Η δουλειά του γύρω από το άπειρο και πάνω στη Βιβλιοθήκη της Βαβέλ έχει καθορίσει τον τρόπο που βλέπω την έννοια της συγγραφικής δημιουργίας. Επανέρχομαι επίσης στα διηγήματα του Salinger, τα οποία θεωρώ συγκλονιστικά. Το βιβλίο Nine Stories περιέχει μερικά από τα κορυφαία διηγήματα του 20ού αιώνα. Διάβασα στο «New Yorker» πρόσφατα την εξής φράση: «No creative writer, if they are honest, can swallow another contemporary». Η αλήθεια όμως είναι πως απολαμβάνω πάρα πολύ τα βιβλία του Patrick Modiano, ο οποίος πήρε το Νόμπελ το 2014. Η δουλειά του πάνω στη μνήμη είναι πολύ ενδιαφέρουσα και συχνά κρατάω σημειώσεις πάνω στους τρόπους με τους οποίους χτίζει ατμόσφαιρα και παρουσιάζει τις φιγούρες στα βιβλία του. Θέλω κάποια στιγμή να του γράψω. Αυτή τη στιγμή διαβάζω τον πρώτο τόμο από τις «Ακυβέρνητες πολιτείες» του Τσίρκα.

Από νεαρή ηλικία αρθρογραφείς για θέματα Ευρωπαϊκής Ένωσης και όχι μόνο. Με την κρίση του προσφυγικού, με το Brexit προ των πυλών, ποιες είναι οι νέες προκλήσεις που έχει να αντιμετωπίσει η Ευρωπαϊκή Ένωση; Νομίζω πως όλος ο πλανήτης πέρασε μέσα από μια μεγάλη κρίση την τελευταία δεκαετία, και είδαμε πολλές αλλαγές στην οικονομία και στην κοινωνία. Η επόμενη δεκαετία, που ξεκινάει τον Ιανουάριο του 2020, θα είναι μια φρέσκια δεκαετία, με νέες αλλαγές. Αν όμως η προηγούμενη δεκαετία ήταν η δεκαετία της σύγκρουσης, της αποσάθρωσης και της αμφισβήτησης, η επόμενη θα είναι αυτή της δημιουργίας, της προόδου και της ισορρόπησης.
Η Ευρωπαϊκή Ένωση πέρασε μέσα από μια βαθιά κρίση αμφισβήτησης. Τα επόμενα χρόνια, καθώς σταθεροποιείται η νέα τάξη πραγμάτων, η ΕΕ θα αναγκαστεί να πάρει μεγάλες αποφάσεις για τον τρόπο που διοικείται.

Σαν φοιτητής στο Λονδίνο πώς βλέπεις το όλο θέμα του Brexit και πώς επηρεάζει αυτό τις σχέσεις μας με τους Βρετανούς; Νομίζω ότι τα πράγματα δεν είναι όσο τραγικά όσο φαίνονται. Ενώ πιστεύω πως το Ηνωμένο Βασίλειο θα ήταν πιο ασφαλές και πιο δυνατό παραμένοντας στην ΕΕ, θεωρώ πως αυτή τη στιγμή, η αναστροφή του Brexit θα προκαλούσε ακόμα μεγαλύτερες αντιδράσεις στην κοινωνία, που παραμένει διχασμένη και απηυδισμένη. Το Brexit φαίνεται πως θα προχωρήσει μετά τις εκλογές, και μέχρι στιγμής, ανεξάρτητα από ό,τι γράφουν τα πρωτοσέλιδα, όλα προχωρούν όπως προβλέπουν οι κανόνες του Συντάγματος. Το Ηνωμένο Βασίλειο είναι μια πολύ ώριμη δημοκρατία με ισχυρότατους θεσμούς και πολλή δυνατή ισορροπία ανάμεσα στις εξουσίες. Τα δικαστήρια ελέγχουν την κυβέρνηση σε κάθε της βήμα, όπως και το Κοινοβούλιο. Ακόμα και η προκήρυξη των εκλογών ήταν μια λογική λύση στο κοινοβουλευτικό αδιέξοδο. Η διαδικασία της εξόδου από την ΕΕ είναι αργή και δυναμική, καθώς υπάρχουν πολλοί και διαφορετικοί παίκτες που προσπαθούν να καθορίσουν το τελικό αποτέλεσμα. Χρειάζεται ψυχραιμία. Είμαι αισιόδοξος πως οι σχέσεις μας με τους Βρετανούς δεν θα αλλάξουν. Η Ευρώπη έχει διασφαλίσει ότι τα δικαιώματα των πολιτών της, για τώρα τουλάχιστον, θα παραμείνουν.

Γράφεις κάθε μέρα; Προσπαθώ να αφιερώνω λίγη ώρα στο γράψιμο κάθε μέρα, αλλά συχνά δυσκολεύομαι, όχι λόγω χρόνου, αλλά επειδή θεωρώ πως το γράψιμο απαιτεί μνημειώδεις φυσικές αντοχές και ενέργεια και πολλές φορές αισθάνομαι πώς δεν μπορώ να προχωρήσω όπως θα ήθελα. Φαντάζομαι πως αυτό συμβαίνει σε οποιονδήποτε δημιουργεί, και η διαδικασία υπέρβασης αυτής της αμφιβολίας και της κόπωσης είναι κομμάτι της δουλειάς. A

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ /
ΕΚΔΟΣΕΙΣ /
ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ /
ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

ΜΙΑ ΑΝΕΞΗΓΗΤΗ ΑΠΟΥΣΙΑ

«Η αδελφή μου», το τρίτο βιβλίο της **Σαρίτα Χαΐμ**, είναι μια τολμηρή κατάδυση στην ψυχή

Της **ΚΕΛΛΗΣ ΚΡΗΤΙΚΟΥ**



Μια πυρκαγιά που λίγο έλειψε να σκοτώσει την επτάχρονη Μάρθα βγάζει ανεξήγητα από τη ζωή της τη μεγαλύτερη αδελφή της, Κατερίνα. Η απουσία της θα εγκλωβίσει την ηρωίδα έκτοτε. Ώσπου ύστερα από χρόνια, ένα μήνυμα στο messenger από έναν άγνωστο που ζει σε ένα ελληνικό νησί έρχεται να ταράξει την επιτυχημένη ζωή της Μάρθας, η οποία μένει πλέον μόνιμα στο Τορόντο. Μια συνάντηση που επιφυλάσσει εκπλήξεις ωθεί τις δύο γυναίκες να βουτήξουν στα κατάβαθα της ύπαρξής τους αλλά και να αποτινάξουν από τις πλάτες τους το βάρος μιας ατελούς ταυτότητας. Οι ανείπωτες αλήθειες στέκονται μπροστά στα μάτια τους καθαρές μα αδυσώπητες. Θα είναι οι ηρωίδες όμως σε θέση να τις ακούσουν;

Ποια είναι η Σαρίτα Χαΐμ; Γεννήθηκα στην Αθήνα και μεγάλωσα στο Θησείο. Έχω κάνει σπουδές Πολιτικών Επιστημών και Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης, αλλά ασχολήθηκα με το Μάρκετινγκ και τη Διαφήμιση. Για οχτώ χρόνια έζησα στο εξωτερικό κι επέστρεψα στην Ελλάδα το 2011, μέσα στη βαθύτερη κρίση. Αγαπώ πολύ το διάβασμα και τα βιβλία και δεν με εγκαταλείπει ποτέ αυτό το αίσθημα της μόνιμης στέρησης όσον αφορά τον χρόνο που διαθέτω στην ανάγνωση. Εύχομαι να μπορώ να γράφω ασταμάτητα ως το τέλος της ζωής μου. Η «Αδελφή μου» είναι το τρίτο μου βιβλίο.

Πότε και ποια ήταν η αφορμή για να γράψετε την πρώτη σας ιστορία; Ειλικρινά δεν μπορώ να θυμηθώ ποια ήταν η αφορμή, καθώς άρχισα να γράφω από πολύ μικρή ηλικία. Αυτό που με βεβαιότητα μπορώ να πω είναι πως είχα πάντα μια οργιώδη φαντασία που δεν με άφηνε ποτέ ήσυχη. Οπότε θεωρώ πως η πρώτη ιστορία ήρθε σαν φυσική συνέχεια εκτόνωσης αυτής της φαντασίας.

Τι είναι η συγγραφή; Η συγγραφή για μένα είναι μια μεγάλη πρόκληση που απαιτεί πολλή σκέψη, αυτοπειθαρχία και εξαντλητική κάποιες φορές δουλειά.

Πείτε μας δυο λόγια για το νέο σας βιβλίο. Το νέο μου βιβλίο αφηγείται την ιστορία δύο αδελφών, της Μάρθας και της Κατερίνας, οι οποίες αποχωρίστηκαν η μία την άλλη ανεξήγητα στην παιδική και εφηβική τους ηλικία, ύστερα από μία πυρκαγιά που λίγο έλειψε να σκοτώσει τη μικρότερη. Τις συναντούμε και πάλι ύστερα από πολλά χρόνια, ενήλικες πια, να έχουν κάνει τις επιλογές τους και να ζουν μια τελείως διαφορετική ζωή. Η συνάντηση αυτή θα ανασύρει γεγονότα και θα φέρει στο φως αλήθειες που πρέπει να αποδεχτούν ή να προσπεράσουν. Η διαχείριση μιας τόσο ανεξήγητης απουσίας δεν είναι κάτι που ξεπερνιέται εύκολα. Θα πρέπει και οι δύο να αντέξουν τις αποκαλύψεις, να επαναξιολογήσουν τις σταθερές τους και να αναθεωρήσουν παλιές πρακτικές, προχωρώντας μαζί ή για πάντα χωριστά.

Ποιος είναι ο πυρήνας του μυθιστορήματος; Ο πυρήνας είναι σαφώς οι δύο αδελφές και η σχέση τους, έτσι όπως έχει εξελιχθεί με τα χρόνια και τη διαρκή απουσία, αλλά και η νοσηρή παρουσία της μητέρας, έτσι όπως καταλυτικά λειτούργησε και διαμόρφωσε τη βάση αυτής της σχέσης. Θα μπορούσαμε να πούμε πως βασικός πυρήνας είναι το τρίγωνο αυτών των τριών γυναικών.

Ποιες ιδιαιτερότητες της ελληνικής νοοτροπίας διαπερνούν την ιστορία σας; Θεωρείτε πως κάποια στιγμή οι επόμενες γενιές πρέπει να ξεφύγουν από τα «πρέπει» που συχνά επιβάλλονται από τους οικογενειακούς δεσμούς; Δεν θα έλεγα πως η ιστορία αναφέρεται αποκλειστικά στις ιδιαιτερότητες της ελληνικής νοοτροπίας. Αντίθετα πιστεύω πως οι σχέσεις που νοσούν έχουν να κάνουν περισσότερο με την προσωπική καταγραφή και τον τρόπο που ο καθένας μας αντιλαμβάνεται τον εαυτό του σε σχέση με τους άλλους. Όταν οι γραμμές είναι θολές ως προς το μέγεθος του Εγώ τότε αρχίζουν τα προβλήματα. Δεν έχει σημασία αν πρόκειται για γονείς, παιδιά ή συντρόφους, οι ίδιοι χειρισμοί μπορεί να αποδειχθούν για κάποιον καταστροφικοί, ενώ για κάποιον άλλο να αποτελέσουν κινητήρια δύναμη για να ξεφύγει. Το θέμα είναι να μην αποδυναμωθείς και να βρεις το κουράγιο να αντιγυρίσεις το χτύπημα.



Η αδελφή μου,
Σαρίτα Χαΐμ,
εκδ. Μίνωας,
σελ. 446, € 14,94

Ακολουθείτε πιστά την πλοκή που έχετε συλλάβει εξαρχής κάθε φορά που γράφετε ένα βιβλίο ή στην πορεία οι χαρακτήρες σας παίρνουν τα ηνία; Αν και το μεγαλύτερο μέρος της πλοκής της ιστορίας βρίσκεται —πριν μπει καν η πρώτη αράδα στο χαρτί— με πολλές μάλιστα λεπτομέρειες στο κεφάλι μου και στις σημειώσεις μου, δεν είναι λίγες οι φορές που κατά τη διάρκεια της συγγραφής οι χαρακτήρες μου δείχνουν έναν άλλο δρόμο. Δεν είναι κακό να αλλάζεις την ιστορία αρκεί να υπάρχουν στοιχεία που να σε κρατούν στέρεο στη βασική σου ιδέα. Αυτή βέβαια είναι η προσωπική μου άποψη.

Έχετε άγχος όσον αφορά την αποδοχή των βιβλίων σας από το αναγνωστικό κοινό; Φυσικά κι επιθυμώ, όπως και οι περισσότεροι αν όχι όλοι οι συγγραφείς, οι ιστορίες μου να βρουν αποδέκτη που να τις κατανοήσει, να βρει λόγο να σκεφτεί περαιτέρω και να αφεθεί διαβάζοντάς τις σε έντονα συναισθήματα.

Θα θέλατε κάποιο από τα βιβλία σας να μεταφερθεί στη μικρή οθόνη; Αν επρόκειτο για μια δουλειά που να υπηρετεί την ιστορία και την αισθητική του βιβλίου, θα ήταν μια πολύ ενδιαφέρουσα εξέλιξη.

Πόσες ώρες αφιερώνετε στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης καθημερινά; Δυστυχώς περισσότερες από όσες πρέπει. Η ενασχόλησή μου με αυτά νιώθω συχνά πως μου κλέβει πολύτιμο χρόνο από την οικογένεια και τη δουλειά μου.

Τελευταία τηλεοπτική σειρά και κινηματογραφική ταινία που είδατε και ενθουσιαστήκατε; Μου άρεσε πολύ ο «Joker». Αν και ζορίστηκα λίγο στην αρχή να αφεθώ σε αυτή την αποπνιχτική ατμόσφαιρα, δεν άργησα να αισθάνομαι πως συμπάσχω.

Εκτός από τη συγγραφή, τι άλλο αγαπάτε με πάθος; Αγαπώ το διάβασμα, μου αρέσουν πολύ τα ταξίδια, το καλό φαγητό, να περνάω χρόνο με τους φίλους και την οικογένειά μου. Όταν κατορθώνω να συνδυάσω όλα τα παραπάνω τότε αισθάνομαι πως έχω πιάσει jackpot.

Ποιο είναι το μότο σας; Για ένα πράγμα μπορούμε να είμαστε σίγουροι, πως τα πάντα είναι τυχαία.

Σας ευχαριστώ θερμά.
Σας ευχαριστώ κι εγώ για τη φιλοξενία. A



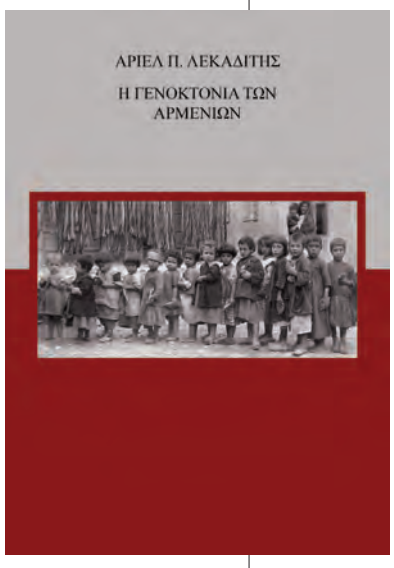
Ο **ΑΡΙΕΛ ΛΕΚΑΔΙΤΗΣ** ΓΡΑΦΕΙ ΓΙΑ ΤΗ ΓΕΝΟΚΤΟΝΙΑ ΤΩΝ ΑΡΜΕΝΙΩΝ

Μια μικρή έκδοση που επιχειρεί να καταγράψει άγνωστα γεγονότα και πτυχές μιας μαύρης κηλίδας της ιστορίας

Του **ΜΑΝΟΥ ΝΟΜΙΚΟΥ**

Ο ιστορικός του Ολοκαυτώματος, Αριέλ Λεκαδίτης, κυκλοφορεί το μικρό βιβλίο «Η Γενοκτονία των Αρμενίων» και ρίχνει φως σε άγνωστα γεγονότα και πτυχές της ιστορίας.

Ο Αριέλ Λεκαδίτης γεννήθηκε στην Αθήνα το 1980. Είναι ιστορικός του Ολοκαυτώματος, με μεταπτυχιακό από το πανεπιστήμιο της Χάιφα. Δραστηριοποιείται στον χώρο της αρθρογραφίας ενάντια στον αντισημιτισμό, τον αντισιωνισμό και σε θέματα που αφορούν στο Ισραήλ. Έχει εργαστεί σε μεγάλη εταιρεία πληροφορικής και στο Υπουργείο Παιδείας της Αγγλίας όπου ήταν σε μία ομάδα για τη στρατηγική αντιμετώπιση του αντισημιτισμού στα σχολεία του Ηνωμένου Βασιλείου. Στο μικρό αυτό βιβλίο, που κυκλοφόρησε, επιχειρείται μια σύντομη περιγραφή για τη Γενοκτονία των Αρμενίων. Ο αναγνώστης έχει τη δυνατότητα να αντιληφθεί μια δραματική εποχή απολυταρχισμού και βιαιότητας. Ο Αριέλ Λεκαδίτης μιλάει στην Athens Voice για την έκδοση της «Γενοκτονίας των Αρμενίων» (Bookstars Free Publishing) και τις διάφορες πτυχές της άγνωστης, για πολλούς, ιστορίας.



Ποια ήταν η ανάγκη ή και η αφορμή για να γράψεις το βιβλίο «Η Γενοκτονία των Αρμενίων»; Η «Γενοκτονία των Αρμενίων» είναι ένα ιστορικό γεγονός για το οποίο αρκετός κόσμος έχει πλήρη άγνοια. Το έχει απλά ακουστά αλλά δεν γνωρίζει λεπτομέρειες σχετικά με τα γεγονότα. Θεώρησα λοιπόν αναγκαίο να γράψω ένα μικρό βιβλίο το οποίο δεν θα ήταν κουραστικό και το οποίο θα περιέγραφε σύντομα και χωρίς να πλατιάζει την εξέλιξη της γενοκτονίας αυτής. Θεώρησα πως ένα μικρό βιβλίο βοηθάει έναν αναγνώστη ο οποίος ξεκινάει από το μηδέν να έρθει σε μια πρώτη επαφή με το συγκεκριμένο ζήτημα.

Πολλά από τα γεγονότα γύρω από τη γενοκτονία δεν είναι τόσο γνωστά δημοσίως. Γιατί το ευρύ κοινό δεν γνωρίζει περισσότερα για τη Γενοκτονία των Αρμενίων; Η άγνοια δεν είναι αποκλειστικότητα μόνο της Γενοκτονίας των Αρμενίων. Πιστεύω πως είναι ένα φαινόμενο της εποχής μας. Οι άνθρωποι δεν ενδιαφέρονται πολύ για την ιστορία. Αυτό το βλέπουμε και στην τηλεοπτική σειρά του Open «Το κόκκινο ποτάμι» όπου αρκετός κόσμος το βλέπει για την ερωτική ιστορία του Μίλτου και της Ιφιγένειας, παρά για τις σφαγές των Αρμενίων και των Ποντίων από τους Νεότουρκους. Για να μην παρεξηγηθώ, δεν είναι όλοι οι συμπολίτες μας έτσι αλλά αυτοί που ενδιαφέρονται για την ιστορία είναι μειοψηφία. Αυτό φαίνεται και στο ότι υπάρχουν παιδιά που δεν γνωρίζουν ποιος ήταν ο Κεμάλ.

Υπάρχουν κοινά σημεία της Γενοκτονίας των Αρμενίων με το Ολοκαύτωμα των Εβραίων; Κάθε γενοκτονία είναι ξεχωριστή. Δεν μου αρέσει να κάνω συγκρίσεις σε ένα τόσο ευαίσθητο θέμα. Δεν μπήκα ποτέ σε σκέψεις, αν υπάρχουν κοινά σημεία. Γιατί το αίμα είναι κόκκινο είτε είναι Εβραίων είτε Αρμενίων είτε Ποντίων. Το μόνο σίγουρο είναι πως ο ιθύνων νους και των τριών γενοκτονιών ήταν οι Γερμανοί.

Οι περιγραφές και διηγήσεις για το Ολοκαύτωμα σε επηρέασαν για να ακολουθήσεις και τις ανάλογες σπουδές; Δεν θα έλεγα πως οι περιγραφές του Ολοκαυτώματος με έκαναν να θέλω να πάω στο Ισραήλ για αυτές τις σπουδές. Θα έλεγα πως ήταν κάτι παραπάνω, αυτό που εμείς οι Εβραίοι το λέμε Αχαβάτ Ισραέλ (Αγάπη για το Ισραήλ). Για μένα το Ολοκαύτωμα δεν αποτελεί την εβραϊκή μου ταυτότητα. Δηλαδή, αν δεν υπήρχε το Ολοκαύτωμα δεν θα αισθανόμουν Εβραίος; Το Ολοκαύτωμα είναι μια μαύρη πλευρά της ιστορίας αλλά στεναχωριέμαι όταν επικεντρώνονται οι Εβραίοι μόνο σε αυτό. Στεναχωριέμαι για τον απλό λόγο πως ο εβραϊκός πολιτισμός έχει να επιδείξει καλύτερα πράγματα από το Ολοκαύτωμα. Το Ολοκαύτωμα έγινε. Πέθαναν 6.000.000 θύματα. Δεν μπορούμε όμως η εβραϊκή ζωή μας να κινείται γύρω από αυτό και να ζητιανεύουμε την αγάπη των γύρω μας. Προσωπικά μέσα από το Ολοκαύτωμα προσπαθώ όχι να με λυπούνται αλλά να θυμούνται τι έκαναν σε εμάς, στους ομοφυλόφιλους και στους Ρομά οι ναζί, οι συνεργάτες αυτών και ο ντόπιοι πληθυσμοί. Και θα κλείσω με την εξής έκφραση: «I don't want anyone's love. I want respect».

Υπάρχουν σχέδια για άλλα βιβλία; Βεβαίως, υπάρχουν σχέδια και για άλλα βιβλία. Δυστυχώς παλεύω μόνος μου γιατί δεν έχω βοήθεια από πουθενά, παρά μόνο από κάποιους καλούς φίλους στο Ισραήλ. Πολλά τα εμπόδια στην Ελλάδα. Οι εκδοτικοί οίκοι ενδιαφέρονται για αγάπες, έρωτες και λουλούδια και αν έχεις τον κατάλληλο άνθρωπο ίσως και μια ιδέα που μπορεί να διαφέρει, με τα χίλια ζόρια θα πάρει σάρκα και οστά. Βέβαια δεν είναι όλοι έτσι. Έχω μια οικογενειακή ιστορία μιας εβραϊκής οικογένειας από την Πολωνία που προσπαθώ να την εκδώσω τώρα. Βρέθηκε τελείως συμπτωματικά στα χέρια μου η ιστορία αυτή. Όσο για τη συμπαράσταση των εβραϊκών κοινοτήτων της Ελλάδος σε κάποιες ιδέες που έχω για βιβλία, αυτό μοιάζει απλά ανέκδοτο. Βέβαια δεν τους παρεξηγώ, έχουν την αγάπη μου. Γιατί για μένα σημασία δεν έχει να αγοράσουμε με κάθε μέσο τον μανδύα της δόξας αλλά να δείχνουμε σε κάθε βήμα μας πως δεν ξεχνάμε τα 6.000.000 αδελφούς μας.

Στην Ελλάδα, ξεχνάμε εύκολα; Δεν θα έλεγα πως ξεχνάμε εύκολα. Θα έλεγα πως αδιαφορούμε και επικεντρωνόμαστε σε ανούσια πράγματα. Δεν είναι δυνατόν να μην ξέρει ο νέος τον Κεμάλ αλλά να γνωρίζει το GNTM. Ο Έλληνας είναι παραδοσιακός και η διατήρηση της μνήμης μπορεί να γίνεται από ένα μικρό ποσοστό αλλά στο τέλος παρασύρει και τους υπόλοιπους, τους παθητικά αδιάφορους. ●

Λεωφόρος Νάτο

Ο **Νικήτας Σινιόσογλου** περιπλανιέται στην οδό ταχείας κυκλοφορίας που συνδέει τον Ασπρόπυργο με την Ελευσίνα, σε ένα πείραμα «ψυχογεωγραφίας»

Της ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΣΧΙΝΑ

Υπάρχει μια ωραία φράση του Βάλτερ Μπένγιαμιν που θα μπορούσε να περιγράψει θαυμάσια τον Νικήτα Σινιόσογλου. Είναι ο στοχαστής-παρατηρητής που «βοτανολογεί στην άσφαλτο», «ξέσαρκος και χωρίς καύκαλο να τον προστατεύει», αναστοχαζόμενος τον εαυτό, λάμνοντας ανάμεσα στις έννοιες.

Κινείται σ' εκείνη την κόψη, αιχμηρή και επικίνδυνη, όπου συναντιούνται η ανθρωπολογία, η κοινωνιολογία, η ανθρωπολογία και η φιλοσοφία με τη γραφή του εγώ. Περισσότερο από τις «Μαύρες διαθήκες», το προηγούμενο βιβλίο του, όπου η βιωματική λογοτεχνία διασταυρώνεται με τον φιλοσοφικό στοχασμό για να προστατέψει, εν πολλοίς, τον εαυτό πίσω από τον επαγωγικό συλλογισμό, στα κείμενα της «Λεωφόρου ΝΑΤΟ» το προσωπικό είναι πολύ πιο ισχυρό και πολύ πιο έκθετο. Όταν διαπλέκεται με το δημόσιο, αυτό συμβαίνει με τρόπο που συχνά αιφνιδιάζει, ίσως γιατί οι ρευστές εικόνες που εισπράττει ο συγγραφέας καθώς βαδίζει «σ' έναν τόπο που αρνείται να γίνει τοπίο», όπως γράφει (αφού η λεωφόρος ΝΑΤΟ δεν επιτρέπει στον διαβάτη να συναρμόσει τα σκόρπια της μέλη και να συγκροτήσει απ' αυτά κάτι στέρεο – είναι ένας τόπος αοριστίας) συνιστούν μια παραβολή για τις στιγμές της ψυχικής ρευστότητας – όταν απομακρύνεσαι από μια κατάσταση για να πας κάπου αλλού, χωρίς να ξέρεις ακριβώς πού οδηγείσαι.

Ο ιστορικός της αισθητικής Στέφαν Μοράβσκι έγραψε κάποτε ότι ο φλανέρ δεν είναι απλώς διανοούμενος, αλλά ο τελευταίος διανοούμενος – κι αυτό γιατί διατηρεί τα ύστατα απομεινάρια της κριτικής διόρασης σε ένα περιβάλλον που κυριαρχείται ολοένα και περισσότερο από την ψυχική ατονία των μη τόπων. Είναι η περίπτωση του Νικήτα Σινιόσογλου. Γι' αυτόν η νευρική ανησυχία που μαστιγώνει το πνεύμα εκδηλώνεται στην περιπλάνηση. «Τα πόδια μου με οδηγούν πάλι στους δρόμους» γράφει. Η σαγήνη που του ασκεί η



Νικήτας Σινιόσογλου, Λεωφόρος ΝΑΤΟ, εκδ. Κίχλη

περιπλάνηση αποτυπώθηκε ήδη στο πρώτο του βιβλίο, τον «Αλλόκοτο ελληνισμό» (ένα βιβλίο, θυμίζω, με θέμα του επτά οριακούς, ριζοσπαστικούς στοχαστές που εμφανίστηκαν μεταξύ της πτώσης της βυζαντινής αυτοκρατορίας και της συγκρότησης του ελληνικού έθνους-κράτους το 1830, εξετάζοντάς τους σε σχέση με κάποιον σύγχρονο φιλόσοφο). Σ' αυτό το γοητευτικό βιβλίο ανέσυρε από τη λήθη –ανάμεσα στους άλλους έξι στοχαστές που τον απασχόλησαν– και τη διανοητική περιπέτεια του Κυριακού Ανκονίτη, του περιπλανώμενου λάτρη των ερειπίων, των διαμελισμένων ιχνών του παρελθόντος, τον οποίο προσέγγισε υπό το πρίσμα της φιλοσοφίας του Βάλτερ Μπένγιαμιν και της έννοιας της φλανερί.

Έκτοτε, ο Σινιόσογλου έβαλε την περιπλάνηση στο κέντρο της δοκιμιακής γραφής του. Διαβάζοντας τη «Λεωφόρο ΝΑΤΟ» νιώθει κανείς να παρασύρεται από τημ πολυρρυθμία των κειμένων του, μικρών και αποσπασματικών, ιδιαίτερα πυκνών, κάποτε σχεδόν ερμητικών, που διεκδικούν την αυτοτέλειά τους, διατηρώντας τη συνέχεια της παρατήρησης και του στοχασμού. Σ' αυτά τα έξοχα μικρά κείμενα, εναλλάσσονται χρόνοι διακοπτόμενοι και χρόνοι τονισμένοι, παραλλαγές, μακρές διάρκειες, κενά διαστήματα, παύσεις, ροή και ανάδραση, αναμνήσεις που αναδύονται μέσα από τη διαδοχή των εικόνων, πολυπλοκότητα, πολλαπλότητα, ανοιχτή ολικότητα, μετα-σταθερή ισορροπία. Ρυθμοί που αποκαλύπτουν και ρυθμοί που αποκρύπτουν. Ο αφηγητής, που «φλανάρει», είναι σαν να εξαφανίζεται εδώ μέσα στις μορφές, μέσα στις μυρμηγκιές των σημείων, μέσα στην αφθονία των αλληγορικών αναφερομένων. Θαρρείς κι αυτός ο περιπατητής δεν περιδιαβαίνει τους τόπους ως πεζός, αλλά κυκλοφορεί κι εκείνος ως σημείο, υιοθετεί ολοένα περισσότερες μεταμφιέσεις, πολλαπλασιάζεται ως τρόπος, μετατρέπεται σε μιαν αλληγορία για τις ολοένα πιο απισχνασμένες, σήμερα, μορφές και εμπειρίες. Ο φλανέρ του Σινιόσογλου διαφοροποιείται από τους προδρόμους του: δεν σαγηνεύεται από το θέαμα που εκτυλίσσεται μπροστά στα μάτια του, αλλά γίνεται ο ίδιος μια μορφή σαγήνης.

Είναι, βεβαίως, η σαγήνη που προκύπτει από την ένταση ανάμεσα σε όσα σκέφτεται και όσα βλέπει, σε όσα συλλαμβάνει και όσα καταγράφει. Το γραπτό του, γεννημένο ανάμεσα στις καλαμιές, τα ξεχαρβαλωμένα πεζοδρόμια, τα χέρσα χωράφια, τους τσιμεντένιους κύβους, τις ξεφτισμένες πινακίδες και τα συρματοπλέγματα της λεωφόρου ΝΑΤΟ, διάστικτο από στοχασμούς για τον έρωτα, τη φθορά, το θάνατο, την απώλεια, είναι ένα έξοχο δείγμα δοκιμιακού λόγου, που ανταποκρίνεται πλήρως στις παρατηρήσεις που διατύπωσε ο Θέοντορ Αντόρνο στο κείμενό του «Το δοκίμιο ως μορφή», του 1958. «Το δοκίμιο», έγραφε, «αποφεύγει την αναγωγή σε μια αρχή, προβάλλοντας το αποσπασματικό, το μερικό μάλλον έναντι του ολικού. Η επιθυμία του (του δοκιμίου) δεν είναι να αναζητεί και να αποστάζει το αιώνιο από το μεταβατικό, αλλά μάλλον να κάνει το μεταβατικό αιώνιο». Κι αυτή η επιδίωξη ίσως να συμπυκνώνεται σ' ένα μικρό απόσπασμα, μια σκέψη του συγγραφέα γεννημένη από τη θέα μιας ταμπέλας που γράφει «Εξηλασμένη πολυστερίνη»: «Ο ιδιωτικός βίος είναι παραπροϊόν εξελασίας κάποιου είδους, μια βιασμένη επεξεργασία που επιτρέπει στον άνθρωπο να προσαρμόζεται στις θερμοκρασίες του εκάστοτε πολιτισμού του, ή μάλλον να τις υπομένει κρυφίως και κατ' ιδίαν πάντως ανεπιστρεπτί. Γιατί όπως είπε κάποτε ο φλανέρ κατεδαφησιολόγος Γιάννης Παπαδέλης, μία σανίδα δεν φυτρώνει ακόμη κι αν τη φυτέψεις». A





Τα οφέλη της άσκησης σε σώμα και ψυχή

Της **ΣΟΦΙΑΣ ΝΕΤΑ**

Η συστηματική φυσική δραστηριότητα χαμηλής έντασης, όπως το περπάτημα, το ποδήλατο ή η ενασχόληση με διάφορα σπορ, έχει σημαντική και μετρήσιμη θετική δράση στην υγεία και τη λειτουργία ενός οργανισμού.

Αυτό αφορά σχεδόν όλες τις ηλικίες. Τα θετικά αποτελέσματα δεν αφορούν μόνο την εικόνα, την αντοχή, την αυτοεκτίμηση, τη διατήρηση καλής κινητικότητας, αλλά επηρεάζουν συνολικά τον οργανισμό.

Κάποιες ασκήσεις ή δραστηριότητες μπορεί να έχουν καλύτερα αποτελέσματα από άλλες. Ως εκ τούτου θα πρέπει να εξατομικεύονται, αναλόγως με την ύπαρξη ή όχι χρόνιων νοσημάτων καθώς και με το φύλο και την ηλικία.

Όπως εξηγεί η **ενδοκρινολόγος Δρ Παρή Ράπτη, (www.parirapti.gr),** τα συστηματικά και επιλεγμένα επίπεδα δραστηριότητας επηρεάζουν τον μυϊκό τόνο και το καρδιοαναπνευστικό σύστημα, ενώ βοηθούν στην απώλεια βάρους, στα καρδιαγγειακά προβλήματα, στον διαβήτη, σε ορισμένους τύπους καρκίνου, ακόμα και στην οστεοπόρωση και στην κατάθλιψη.

Η επίδραση της φυσικής άσκησης γίνεται τόσο μέσω μηχανικής δράσης, όσο και βιοχημικών επιδράσεων. Αναφορικά με το ενδοκρινικό σύστημα, η επίδραση των ορμονών που παράγονται, αυξάνονται ή μειώνονται στη διάρκεια της φυσικής δραστηριότητος και ποικίλλει ανάλογα με το είδος της άσκησης, τη διάρκειά της, την ηλικία κ.λπ., σύμφωνα με διάφορες έρευνες. Η φυσική δραστηριότητα επιφέρει σημαντικά οφέλη μηχανικά στο μυϊκό σύστημα, στο οστικό σύστημα και στις αρθρώσεις. Σημαντικό ρόλο στα οφέλη όμως παίζουν και οι ορμόνες.

Μερικές από τις ορμόνες που εμπλέκονται στην καλύτερη υγεία μέσω της φυσικής δραστηριότητος, και ενδεικτικές τους δράσεις, είναι οι κάτωθι:

* **Η τεστοστερόνη.** Έχει αναβολική δράση (tissue building). Επηρεάζει τη σύνθεση των πρωτεϊνών.
* **Η κορτιζόλη.** Ασκεί πολλαπλές δράσεις, ακόμα και στον λιπώδη ιστό.
* **Η επινεφρίνη (αδρεναλίνη).** Συμμετέχει στη διάσπαση των υδατανθράκων για παραγωγή ενέργειας.
* **Οι ορμόνες του θυρεοειδούς.** Παίζουν σπουδαίο ρόλο στους μηχανισμούς του μεταβολισμού.

«Εξαιρετικά σημαντικό ρόλο έχει και η παραγωγή ενδορφινών και ενδογενών οπιοειδών που επηρεάζουν το θυμικό και δίνουν προοπτική στην ημέρα ώστε να είμαστε χαρούμενοι, δημιουργικοί, παραγωγικοί, προστατεύοντας ακόμα και από την εποχική κατάθλιψη», υπογραμμίζει η **Δρ. Ράπτη.**

Η δράση αυτών των ορμονών είναι επιβεβαιωμένη όχι μόνο με εργαστηριακές μετρήσεις προ και μετά την άσκηση, αλλά και με την κλινική εικόνα. *«Είναι γνωστά τα αποτελέσματα που επιφέρουν στο σχήμα του σώματος και στην ποιότητα διαφορετικών τύπων ιστών του οργανισμού, και αυτό το γνωρίζουμε από ασθένειες όπου έχουμε υπεροχή ή μείωση των ποσοτήτων αυτών των ορμονών, που μπορεί να επηρεάσουν από την πρόσφυση των μαλλιών έως και το πάχος της γάμπας»,* προσθέτει.

Η **ενδοκρινολόγος Δρ Παρή Ράπτη** εξηγεί τους πολλαπλούς τρόπους με τους οποίους μας ωφελεί η άσκηση

Οι ορμόνες του φύλου

Μέχρι τώρα, οι πιο μελετημένες σε αθλητικές διαδικασίες είναι οι ορμόνες του φύλου, η τεστοστερόνη και τα οιστρογόνα. *«Κάποιες μέρες του κύκλου και κάτω από τη δράση των ορμονών ορισμένες ασκήσεις επιτυγχάνουν βέλτιστα αποτελέσματα, μιας και οι αρθρώσεις και οι σύνδεσμοι επιτρέπουν μεγαλύτερη ευκινησία και πλαστικότητα», εξηγεί η Δρ. Ράπτη. «Έχουν γίνει σοβαρές έρευνες με εργαστηριακές μετρήσεις που αποδεικνύουν ότι διαφορετικού τύπου ασκήσεις είναι καταλληλότερες, ανάλογα με τη φάση του καταμήνιου κύκλου».*

Τα επίπεδα των οιστρογόνων και της προγεστερόνης είναι χαμηλά τις πρώτες μέρες του κύκλου, επομένως αυτές οι ημέρες είναι πιο κατάλληλες για γιόγκα και στρέτσινγκ. Τις τελευταίες 12 ημέρες του κύκλου τα επίπεδα της προγεστερόνης χαμηλώνουν και η θερμοκρασία του σώματος ανεβαίνει. Πιο έντονες δραστηριότητες και περισσότερα επαναληπτικά σετ ασκήσεων συνιστώνται αυτή την περίοδο. Εξάλλου η τεστοστερόνη (όπως άλλωστε και η κορτιζόλη) εμφανίζει υψηλότερη παραγωγή κατά τις πρώτες πρωινές ώρες και μειώνει τα επίπεδά της αργά το απόγευμα. Έτσι «*είναι εμφανές ότι ακόμα και η επιλογή της ώρας για να ασκηθεί κανείς επιφέρει διαφορετικά αποτελέσματα»,* λέει η **Δρ. Ράπτη.**

Ο ρόλος της ηλικίας

Το στρες που επιτυγχάνεται μέσω των ασκήσεων μπορεί να προκαλέσει ελαφρά και προσωρινή αύξηση ορισμένων ορμονών, όπως της αυξητικής ορμόνης, των επινεφρινών και της ινσουλίνης-αυξητικού παράγοντα 1. Μικρή αύξηση αυτών των ορμονών δεν μπορεί να επιφέρει σοβαρό αντίκτυπο στη σωματική σύνθεση. Ο εγκέφαλος επίσης «μιλάει» στους μυς και το υπόλοιπο σώμα, δίνοντας εντολές μέσω των νευροδιαβιβαστών και άλλων ορμονών.

Δυστυχώς για όλους η ηλικία επιφέρει εξαιρετικά έντονες αλλαγές τόσο στο σώμα, στο δέρμα και στα μαλλιά, όσο και στον ψυχισμό. *«Αυτές οι αλλαγές είναι άρρηκτα συνδεδεμένες με τη μείωση των επιπέδων διαφόρων ορμονών, όχι μόνο εκείνων του φύλου, αλλά και του θυρεοειδούς. Η αναβολική τους δράση μέσω της πρωτεϊνικής σύνθεσης με τον χρόνο "ξεθωριάζει", λόγω μείωσης των επιπέδων τους. Τα οιστρογόνα μπορεί να μειωθούν απότομα, η τεστοστερόνη μειώνεται πιο ήπια»,* εξηγεί η **Δρ. Ράπτη.**

Και προσθέτει: *«Αν κάποιος επιθυμεί να υποστηρίξει το ορμονικό του σύστημα χωρίς φάρμακα, μπορεί να διασφαλίσει μια ορμονική ισορροπία και υγεία μέσω της συστηματικής φυσικής άσκησης. Καλή ιδέα θα είναι επίσης να προσλαμβάνει μέσω της διατροφής ασβέστιο, βιταμίνη D και πρωτεΐνες, ώστε να προασπίσει την οστική υγεία. Εξίσου σημαντικός, τέλος, είναι και ο επαρκής ύπνος».* ●

ATHENS voice

Εκδότης-Διευθυντής Φώτης Γεωργελές

Σύμβουλος Έκδοσης Σταυρούλα Παναγιωτάκη
Διευθύντρια Σύνταξης Αγγελική Μπιρμπίλη

Γενική Διεύθυνση Διαφήμισης Λουίζα Ναθαναήλ

Art Director Φώτης Πεχλιβανίδης

Τεχνικός διευθυντής Βάιος Συντσιρμάς

Υπεύθυνος Ύλης Τάκης Σκριβάνος
Επιμέλεια Ύλης Δήμητρα Γκρους

Διεύθυνση Web Δημήτρης Αθανασιάδης
Αρχισυντάκτες Γιάννης Τσάκαλος, Έρρικα Ρούσσου

Συντακτική ομάδα: Ν. Αμανίτης, Ν. Αργυροπούλου, Μ. Βελέντζας, Ντ. Βλαχοπούλου, Σ. Βλέτσας, Κ. Βνάτσιου, Ν. Γεωργελέ, Ν. Γεωργιάδης, Κ. Γιαννακίδης, Α. Γκόρου, Β. Γραμματικογιάννη, Β. Γρυπάρης, Γ. Δημητρακόπουλος, Θ. Ευθυμίου, Μ. Ζουμπουλάκη, Κ. Καΐμάκης, Κ. Καμπόσου, Δ. Καραθάνος, Μ. Κοντοβά, Ε. Κυριακίδου, Μ. Μαρμαρά, Δ. Μαστρογιαννίτης, Β. Ματζάρογλου, Ελ. Μπεζιριάνογλου, Γ. Νένες, Μ. Νομικός, Ευτ. Παλλήκαρης, Π. Παναγιωτόπουλος, Κ. Παναγοπούλου, Ν. Παπαηλιού, Γ. Παυριανός, Κ. Περρή, Μ. Προβατάς, Κ.Ρήγος, Ν. Σταμάτη, Ζ. Σφυρή, Σ. Τριανταφύλλου, Ευ. Τσαβδάρη, Σ. Τσιτσόπουλος, Σ. Χαραμή, Λ. Χουρμούζη

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

Ατελιέ Μορφούλα Βογιατζόγλου, Sotos Anagnos
Εικονογραφήσεις Θοδωρής Μπαργιώτας, Β. Γκογκτζιλάς, art@athensvoice.gr
Φωτό: Θανάσης Καρατζάς, Τάσος Βρεττός, Έκτορας Δ. Βούτσας, Κώστας Αμοιρίδης, Βαγγέλης Τάτσης

Advertising Manager Πέπη Κράλιοβιτς

Digital Advertising Director Εύα Βαγγέλη

Direct Market Στεφανία Μουστάκη, Βασίλης Ζαφειρούλης, Κρύστα Φωτεινοπούλου
Υποδοχή Διαφήμισης Νίκη Σκαμάγκα
marketing@athensvoice.gr
Digital Advertorial Coordinator Έφη Ορφανάκου
efiorfanakou@athensvoice.gr
Digital Traffic Manager Εύη Ταρνάρη

Διεύθυνση Λογιστηρίου Έφη Μούρτζη
Λογιστήριο Ουρανία Μιχάλη, Μαρία Καραχοντζίτη, 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
Αν δεν βρίσκετε την Α.Ν. στα σημεία διανομής, μπορείτε να επικοινωνήσετε στα τηλέφωνα: 210 3617.360, 210 3617.369

ATHENS voice

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.

ΚΑΝΑ ΚΑΛΟΣΤΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΕΝΤΥΠΟ





Μυρτώ μου, έχουμε πρόβλημαγκομενικής φύσης που πρέπει να λυθεί άμεσα γι' αυτό δώσε προτεραιότητα και κάνε τα κουμάντα σου. Το παλικάρι είναι θεότητα, ένα άγαλμα, έ-νας Ερμής του Πραξιτέλη με μόνη διαφορά το σοκολατένιο δέρμα του, τα μπουκλάκια του, τα κατάμαυρα μάτια, τα ζεστά χείλη του. Όπως ίσως κατάλαβες, ο αγαπημένος μου είναι μαύρος, οι γονείς του είναι με-τανάστες από το Κογκό, ο ίδιος μεγάλωσε και σπούδασε εδώ. Μόλις γνωριστήκαμε σχεδόν αμέσως έπεσε το πρώτο φιλί (ντά-ξει και λίγο φάσωμα) σε κάτι γενέθλια πριν από 10 μέρες, μετά ξαναβρεθήκαμε μέσω των ίδιων φίλων στο ίδιο σπίτι και σήμερα μπορώ να πω ότι μου 'χει πάρει τα μυα-λά προτού καν το προχωρήσουμε. Αλλά θέλω, Μυρτούλα μου, θέλω τα πάντα από αυτό το υπέροχο πλάσμα! Βόλτες, ποτά, σινεμά, διακοπές, σεξξξξξ, ζωήηηη! Αυτό πώς το εξηγούμε στους γονείς;;;

Τους δικούς του ή τους δικούς σας;
Υ.Γ. 1 *Είστε τρελή που θα βγεί-τε έξω με τον μαύρο από την Αφρική; Τώρα που όλοι αυτοί θα πάρουνε πόδι; Τι θέλετε να χαρακτηριστείτε, προκλητική, αλληλέγγυα, κουκουλοφόρα μπαχαλού; Ο μαύρος είναι μαύ-ρος, είναι για μέσα στο σπίτι, στο κελάρι. Μνήσθητί μου Κύ-ριε, θα βγείτε έξω με τον μαύρο, κοπέλα πράμα, δεν είμαστε καλά. Καλύτερα να βγείτε τσίτσιδη στο Σύνταγμα.*
Υ.Γ. 2 *Τουλάχιστον βρείτε κάποιον από το Πακι-στάν που ξανοίγει λίγο το χρώμα, δεν είναι τόσο κάρφωμα.*
Υ.Γ. 3 *Εκτός αν έχει ύψος 2,11 και είναι καλός στο μπάσκετ. Βάλτε τον να ρίξει καμιά βολή, δεν έχε-τε καμιά μπασκέτα στην περιοχή;*

ΜΙΛΑ ΜΟΥ
ΒΡΩΜΙΚΑ
Της **ΜΥΡΤΩΣ ΚΟΝΤΟΒΑ**

Η μαμά μου είχε πάντα τη φήμη της σούπερ κουλ ξεκάθαρα προχωρημένης, οι φίλοι μου της μιλάνε στον ενικό με το όνομά της κανονικά, της λένε τα γκομενικά τους και καμιά φορά έρχεται μαζί και σε συναυλίες ή για ποτό. Έτσι δεν κάθισα να το σκεφτώ πολύ όταν ήθελα να της πω ότι τα 'φτιαξα με κοπέλα πρώτη φορά και μάλιστα είμαι πολύ καλά, πολύ καλύτερα από άλλες σχέ-σεις με αγόρια. Μεγάλη απογοήτευση ό-μως, η μαμά βγήκε ούτε τόσο σούπερ κουλ ούτε και προχωρημένη. Αντέδρασε κοι-τάζοντάς με με ένα βλέμμα λες και άκουσε την πιο ούφο ή δυσάρεστη είδηση. Μετά, μου είπε ότι δεν είναι θέμα πουριτανισμού αλλά επειδή είμαι ευαίσθητη θέλει να με προφυλάξει από την ανώριμη πλευρά του εαυτού μου (άκου!), αντιστέκομαι λέει στις πραγματικές σχέσεις με τους άντρες και αρνούμαι να μεγαλώσω. Αυτή τη στιγμή με πονάει περισσότερο που κατέρρευσε τελείως η τέλεια εικόνα της παρά η άρνησή της να με καταλάβει. Μα είναι τρελό, Μυρ-τώ. Μας μεγάλωσε εμένα και την αδερφή μου με αρχές και ιδέες για την ελευθερία, τη σεξουαλική απελευθέρωση, τα ταμπού, το διαζύγιο (είναι χωρισμένοι με τον μπα-μπά μου 6 χρόνια). Τι έπαθε, ρε γμτ;

Αν η μάνα που βγήκατε απ' τα σπλάχνα της δεν ξέρει να κρίνει αν κάνει ή δεν κάνει η κόρη της για λεσβία, τότε ποιος ξέρει; Εσείς μέσα σας γου-στάρετε τον ποδοσφαιριστή, τον συνεργειατζή, τον μπίχλα, τον ιδρωμένο, τον σφίχτη, και πάτε εκεί και τα φτιάχνετε με κοπέλα για να κάνετε την επανάστασή σας. Και επειδή η μητέρα σας βλέπει ένα βήμα πιο πέρα, επειδή ακριβώς είναι μια προχωρημένη, μια προοδευτική, μια δημο-κρατική, σας το λέει πλαγίως, δεν θέλει να σας τρομάξει η έρημη η Κασσάνδρα.
Υ.Γ. 1 *Για να δοκιμάσετε τις αντοχές των γονιών σας θα σας κάνω ανταλλαγή στοιχείων με την από πάνω, ώστε να κάνετε switch τα αμόρε. Ο-πότε μετά το λεσβιακό, εσείς να παρουσιάσετε τον Ζαϊρινό και η από πάνω να ξεφουρνίσει το λεσβιακό. Και κάπως έτσι, θα ξεπαστρέψου-με σιγά-σιγά την πυρηνική ελ-ληνική οικογένεια!*
Υ.Γ. 2 *Προς άπαντες τους φαρ-μακοποιούς: προβλέπω έκρηξη του τζίρου από πωλήσεις ζάναξ. Περιμένω το νόμιμο ποσοστό μου. Πάντα στη διάθεσή σας.*

Μυρτούδι, το ξεκαθαρίζω από την αρχή για να μην έχουμε άλλα: δεν είναι παντρεμένος/αρραβωνιασμένος/λογοδοσμένος/γκέι/μαμάκιας ούτε κα-νένα παράξενο κόλλημα έχει, ούτε παί-ζει στη ζωή του καμιά πρώην. Whats the problem; Βαριέται τα πολλά πολλά, κου-ράζεται, λέει, να βλεπόμαστε στάνταρ! Κάθεται και υπολογίζει πόσες φορές τη βδομάδα βγήκαμε και πόσες ώρες περά-σαμε μαζί! Αν του φανεί ότι ξεπεράστηκε το... μέτρο κρατάει αποστάσεις ασφαλείας (ο ίδιος τις λέει έτσι) και ξαναγυρίζει ευ-διάθετος μες στην καλή χαρά όποτε κρίνει εκείνος. Τι φάση;

Εδώ έχουμε δυστυχώς το πρόβλημα ότι τα έχε-τε φτιάξει με μια σανίδα PVC, αυτό που βλέπεις στο Πράκτικερ και λες «άραγε αυτό το κάνουν τίποτα, χρησιμεύει σε κάτι ή απλά κάθεσαι και το κοιτάς;». Σας συγχαίρω για την αντοχή σας στη σχέση με τον πιο αδιάφορο άντρα της Αθήνας (αν ζείτε στην Αθήνα).
Υ.Γ. *Λοιπόν η προβληματάρα του είναι γιγάντια όσο και να μη θέλετε να το δείτε και να το παραδε-χτείτε, ο άνθρωπος τρέμει την εγ-γύτητα πιο πολύ απ' ό,τι εγώ τις κατσαρίδες (που αυτό δεν γίνεται) και η μόνη λύση για να φτουρή-σει η σχέση σας είναι να εγκαταστήσετε πάνω σας ένα θερμο-στάτη με on/of. Μπείτε χειρουργείο άμεσα.*

Στείλε το γράμμα σου ταχυδρομικά ή στο fax της Α.Ν. ή στο **info@athensvoice.gr** για τη στήλη **«Μίλα μου βρώμικα»**.

ATHENS VOICE RADIO 102.5
Ερωτικά αδιέξοδα, sexy απορίες, κρυμ-μένα μυστικά... και στα fm! Το «Μίλα μου βρώμικα» κάνει τα ερωτικά σας θέματα να ακούγονται σαν παθιάρικο τραγού-δι στο **Athens Voice Radio 102.5**

© JOHN HOLMES

Μικρές αγγελίες

*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... **Αβαντάζ.** Καλλονή 40 ετών, ιδιοκτήτρια επιχείρησης, με σπουδές στο εξωτερικό, διαζευγμένη με μεγάλα παιδιά, €6.000 μηνιαίως, ακίνητα, αμάξι, ψηλή 1,78, λεπτή, ξανθιά, φινετσάτη, επιθυμεί γνωριμία γάμου. «Πάππας», Ομήρου 38, Κολωνάκι, 210 3620.147, www.pappas.gr

ΚΡΙΟΣ (20 Μαρτίου - 19 Απριλίου)

Βλέπεις καθαρότερα και είτε σε συνεπαίρνει ο ενθουσιασμός είτε διορθώνεις πορεία
Με Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26) ξεκινά η εβδομάδα και συνεπώς σαφώς καθαρότερη όραση για τις ανάγκες της καριέρας και του γάμου σου. Για να διακρίνεις τον τρόπο να βγάλεις περισσότερα χρήματα χωρίς να διαταράξεις τις συνεργασίες σου, χρειάζεται να παραμείνεις συγκεντρωμένος και πρακτικός όταν σου δοθεί η ευκαιρία και να αποφύγεις την επίκριση ή τη ματαιοδοξία. Ο Ποσειδώνας ορθόδρομος (27) μετά από πέντε μήνες ξεκαθαρίζει τους ευσεβείς πόθους και τις μισές αλήθειες που χρησιμοποιήθηκαν μήπως και γινόταν να αποφευχθεί ο επίλογος κυρίως σε θέματα δουλειάς και ρουτίνας, οικογενειακού προϋπολογισμού. Παράλληλα διαλύει πολλές παρασκηνιακές μπαρούφες κι εκκρεμότητες που μέσα στη χαρά σου να κάνεις κάτι καινούργιο και συναρπαστικό, μπορεί να παραμελείς. Η Νέα Σελήνη (26) μιλά ακριβώς για την ευκαιρία να δεις καθαρά το επόμενο βήμα στα ερωτικά σου, τη σχέση με τα παιδιά και τον σύντροφο και να διαμορφώσεις ανάλογα τον τρόπο που σκέφτεσαι την προσωπική σου εξέλιξη, τη διασκέδαση καθώς και τη σχέση με τους συγγενείς σου.

ΤΑΥΡΟΣ (20 Απριλίου - 19 Μαΐου)

Καθαρότεροι προσωπικοί στόχοι και ένα ωραίο πρακτικό πρόγραμμα ανανέωσης
Ο κυβερνήτης σου Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26) σε βοηθά να συνέρθεις κάπως από το χανγκόβερ του ερωτικού και οικονομικού επεκτατισμού που βίωσες, καθώς αντιλαμβάνεσαι ότι έχεις ανάγκη πιο τακτικά και ρεαλιστικά πράγματα για να βελτιώσεις την προσωπική κι επαγγελματική σου καθημερινότητα. Με τη Νέα Σελήνη (26) είναι καιρός για καινούργιους στόχους στην ερωτική ζωή, οι οποίοι έρχονται από μέσα σου κι όχι από τη ζαλάδα συζητήσεων, των απόψεων του κύκλου σου ή κάποια γνωριμία. Επίλεξε πού θα στρέψεις την προσοχή σου με φροντίδα καθώς το να μείνεις στο περίπου και το ό,τι να 'ναι θα σε κρατήσει πίσω και θα συνεχίσει να σε πληγώνει. Ο Ποσειδώνας ορθόδρομος (27) σε βοηθά να διαμορφώσεις και πάλι σχέδια για το μέλλον, να κάνεις όνειρα και να βρεις άκρη με το πώς θα ήθελες τις φιλίες και τον ελεύθερο σου χρόνο. Σε αυτό το πλαίσιο, βέβαια, αντιλαμβάνεσαι ότι πολλά από τα τωρινά που ήλπιζες να διασώσεις είναι υπεράνω σωτηρίας.

ΔΙΔΥΜΟΙ (20 Μαΐου - 20 Ιουνίου)

Αλλάζει η χημεία στις σχέσεις και ξέρεις αν αυτό που δοκιμάζεις τελικά σου κάνει
Με την Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26) δύο είναι τα τινά: ή μαζεύεις ό,τι άνοιγμα έκανες στις σχέσεις σου και αρχίζεις να το σκέφτεσαι και να ανησυχείς, ή αντιλαμβάνεσαι ότι για να μη λουστείς πάλι τραύματα (ή άτομα) του παρελθόντος χρειάζεται να πεις τα πράγματα με το όνομά τους και να αποδώσεις την ανάλογη αξία. Η Νέα Σελήνη (26) στον Τοξότη και τον ζωδιακό σου άξονα φέρνει γνωριμίες και καινούργιες αντιλήψεις σε διάλογο με τις συνήθειές σου και τις πάγιες επιθυμίες σου, στο πλαίσιο των προσωπικών κι επαγγελματικών σου σχέσεων. Το ευκολάκι (και ευχάριστο) είναι να βάλεις πολλά στο πιάτο σου και να αμφιταλαντεύεσαι ως συνήθως. Πιο παραγωγικό είναι να πάρεις τα νέα δεδομένα και να κάνεις στόχο σου να τα δεις πραγματικότητα στις σχέσεις σου. Με τον Ποσειδώνα ορθόδρομο (27) άλλωστε είναι ευκολότερο να αντιληφθείς τι θέλεις από την καριέρα και τον γάμο σου πραγματικά και να αποκοπείς από παλιότερα πράγματα που συντηρούσες ρομαντικά.

COSMIC
TELEGRAM
Από την
ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΤΣΑΒΔΑΡΗ
(panastron)

ΚΑΡΚΙΝΟΣ (21 Ιουνίου - 21 Ιουλίου)

Πιο έτοιμος να αποδεχτείς ότι έχεις ανάγκες και να κάνεις κάτι γι' αυτές
Με την Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26) και τον ζωδιακό σου άξονα βρίσκεις την αυτοκυριαρχία και τη συγκέντρωσή σου στις προσωπικές κι επαγγελματικές σου σχέσεις και είσαι σε καλύτερη θέση να αξιολογήσεις εάν και κατά πόσο καλύπτουν τις ανάγκες σου. Λίγη ανάλυση και καθαρότητα κάνει καλό, από το φλερτ ως τον γάμο σου, αρκεί να μη γυρίσει σε απαγγελία κατηγοριών. Η Νέα Σελήνη (26) είναι καλά νέα για τη δουλειά καθώς παρουσιάζει τη δυνατότητα να βγάλεις κάτι παραπάνω αν συγκεντρωθείς στο διά ταύτα και δεν παρασυρθείς σε τεμπελιές και διασκέδαση ή δεν εμμείνεις σε κάποιο παλιότερο σχέδιο. Ο ορθόδρομος Ποσειδώνας (27) βοηθά να ξεκαθαρίσει το πού βρίσκεται τελικά το επόμενο βήμα σου ως άτομο, επαγγελματίας, μαθητής κ.ο.κ. Αντιλαμβάνεσαι ότι ορισμένοι τρόποι σκέψης, παρέες και συγγενικές ισορροπίες δεν γίνεται να συνεχιστούν αν πρόκειται εσύ να βρεις το επόμενο και καλύτερο. Δεν είναι εύκολο, όμως η απογοήτευση και οι δυσαρέσκειες ήδη επηρέαζαν την ερωτική σου ζωή και τη σχέση με τα παιδιά.

ΛΕΩΝ (22Ιουλίου - 22 Αυγούστου)

Δεν σηκώνεις πολλά στη δουλειά και λαχταράς να περάσεις καλά προσωπικά
Κάπως πιο σκληροπυρηνικά τοποθετείσαι στην καθημερινότητά σου και τη δουλειά με την Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26). Αποδίδεις αξία στο να γίνονται τα πράγματα στην ώρα τους, σωστά και όχι στο περίπου, κι αυτό επεκτείνεται στην υγεία, τη διατροφή, την άσκησή σου. Εφόσον δεν χώνεις τη μύτη σου σε δουλειές που δεν σε σπέρνουν, πηγαίνει πρίμα. Η Νέα Σελήνη (26) είναι μία εξαιρετική ευκαιρία να δώσεις καινούργια πνοή και κατεύθυνση στην ερωτική σου ζωή, τη διασκέδαση, τη δημιουργικότητα, τη σχέση με τα παιδιά σου. Αυτό γίνεται εφικτό αν δεν επιμένεις σε παλιότερες σχέσεις ή δεν αφήνεις τους φόβους σου να σε κάνουν άνω-κάτω και επιθετικό. Ο Ποσειδώνας ορθόδρομος (27) ίσως διευκολύνει, ίσως δυσχεραίνει το εγχείρημα, ανάλογα την ετοιμότητά σου. Δείχνει πάντως με μεγαλύτερη καθαρότητα πού στέκεσαι συναισθηματικά και σεξουαλικά, όπως και όσον αφορά το κοινό ταμείο. Σίγουρα παρασύρει κάποιες άστοχες εντυπώσεις σου κι αυτό ενέχει κάποιο σοκ.

ΠΑΡΘΕΝΟΣ (23 Αυγούστου - 21 Σεπτεμβρίου)

Γίνεσαι αυστηρότερος στις σχέσεις, ζητώντας είτε ουσία ή πιο ωραία επιφάνεια
Αυτή η Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26) σου θυμίζει ότι έχεις στάνταρ στον έρωτα και τη σχέση με τα παιδιά σου. Το ερώτημα είναι αν θα συγκεντρωθείς στα επιφανειακά ή τα ουσιαστικά σου στάνταρ κι ανάγκες, γιατί αυτό θα καθορίσει αν θα γίνεις ανυπόφορα συγκεκριμένος κι απορριπτικός ή ουσιαστικά ερωτευμένος με όσα σε κάνουν χαρούμενο. Η Νέα Σελήνη (26) φέρνει το δίλημμα βαθιά μέσα σου και στο οικογενειακό σου περιβάλλον. Σου δίνει την ευκαιρία να χρησιμοποιήσεις όσα έχουν γίνει στο παρελθόν ώστε να θέσεις καλύτερους στόχους για το μέλλον, αλλά και τη δυνατότητα να κάνεις πάλι τα ίδια ή κάτι που θα διαφοροποιήσει τα πράγματα χωρίς όμως να αλλάξει ουσιαστικά κάτι. Ο ορθόδρομος Ποσειδώνας (27) σου δίνει πληρέστερη εικόνα των συνεργατών και του συντρόφου σου και, ενώ μπορεί να παρασύρει κάποιους ευσεβείς πόθους για τις δυνατότητές τους, σου επιτρέπει, αν θέλεις, να σχετιστείς με τον άνθρωπο που έχεις απέναντί σου, όχι με την εικόνα σου για αυτόν.

ΖΥΓΟΣ (22 Σεπτεμβρίου - 22 Οκτωβρίου)

Στις γνωστές ιστορίες στο σπίτι και στο κατά πόσο σε ικανοποιούν ή δεν σε ικανοποιούν σε βάζει η κυβερνήτης σου Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26). Χρειάζεται προσοχή γιατί η τάση σου είναι να ξανακάνεις τον άγιο και να προσπαθήσεις να φροντίσεις για όλα, ειδικά στις περιπτώσεις που εμπλέκεται ο έρωτας, το χρήμα ή και τα δύο. Το αποτέλεσμα θα είναι απλώς να επιβεβαιώσεις για πολλοστή φορά ότι δεν την παλεύεις αν συνεχίσεις σε αυτό το μοτίβο. Η Νέα Σελήνη (26) έχει τελείως διαφορετικό χαρακτήρα αφού σου ανοίγει μια πόρτα για να ασχοληθείς με καινούριους ανθρώπους, ιδέες και δραστηριότητες, να δεις κάποιο καινούριο μέρος και τελικώς να κάνεις μια μικρή ανασύνταξη στο σκεπτικό σου, ίσως και αναφορικά με τους ανθρώπους που βλέπεις καθημερινά. Όλα αυτά αν δεν κολλήσεις στη βαρύτατη για σένα αίσθηση αυτού που θεωρείς καθήκον. Η λέξη κλειδί εδώ είναι «θεωρείς». Ο Ποσειδώνας ορθόδρομος (27) διευκολύνει την πρακτική τακτοποίηση της ρουτίνας και της δουλειάς σου, όμως παράλληλα ενδεχομένως σε καταβάλλει καθώς συνειδητοποιείς ότι δεν αντέχεις αν κάποια πράγματα δεν γίνουν διαφορετικά.

ΣΚΟΡΠΙΟΣ (23 Οκτωβρίου - 21 Νοεμβρίου)

Πας να γίνεις κάθετος επειδή τα πράγματα βγαίνουν διαφορετικά από ό,τι περίμενες
Δεν προτίθεσαι να χαρίσεις πολλά κάστανα ακόμη στις κουβέντες σου και τις καθημερινές σου συναναστροφές με την Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26). Υπάρχει η δυνατότητα να επικοινωνήσεις με μεγαλύτερη σαφήνεια, σε λίστα και με αλφαβητική σειρά τις ανάγκες σου ιδιαίτερα σε σχέση με τις προσωπικές κι επαγγελματικές σου σχέσεις. Να το κάνεις όμως αποφεύγοντας α) τις μπηχτές β) τις σιωπές και να περιμένεις οι άλλοι να μαντέψουν γ) τα ψέματα ή τη σκληρότητα προκειμένου να βελτιώσεις τη θέση σου. Η Νέα Σελήνη (26) φέρνει εξαιρετικό δυναμικό για να βελτιώσεις την τσέπη σου, όπως και να αισθανθείς πληρέστερος και περισσότερο ικανοποιημένος συναισθηματικά και ερωτικά. Ψάξου ωστόσο καλά για το τι είναι για σένα «πλούτος» και βάλε στόχο αυτό. Ίσως να μη σχετίζεται απαραίτητα με κάποιο καινούριο εγχείρημα, παρέα, εκδρομή ή εμπειρία. Ίσως αυτό που χρειάζεσαι να είναι αναγνώριση πραγμάτων που ήδη έχεις. Ο Ποσειδώνας ορθόδρομος (27) παρασύρει λίγο ή και πολύ από το ρομάντζο και τη χρυσόσκονη στον έρωτα, όμως σου δείχνει πραγματικά τον απέναντι.

ΤΟΞΟΤΗΣ (22 Νοεμβρίου - 20Δεκεμβρίου)

Βάζεις στόχους για τον εαυτό σου, φρόντισε να μην είναι μόνο σεξ και χρήμα
Η Νέα Σελήνη στο ζώδιό σου (26) αποτελεί ικανότατη ενεργειακή φόρτιση που χρειαζόσουν ιδιαίτερα. Σε βοηθά να δεις τον εαυτό σου καθαρότερα και να ανανεώσεις τους στόχους σου για το ερχόμενο διάστημα, ειδικά αν εστιαστείς σε ένα ή κάποια σημαντικά πράγματα που βλέπεις ότι μπορούν να σε κάνουν καλύτερο, από το να λύσεις θέματα με τους συγγενείς σου, ως το να μάθεις κάτι καινούριο ή να ανανεώσεις τις παρέες σου. Υπάρχει σοβαρή πιθανότητα να κολλήσεις σε οικονομικές ή συναισθηματικές ανησυχίες, αυτές όμως επιλύονται αν κάνεις πρώτα τα άλλα. Με την Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26) παίρνεις το κάτι παραπάνω από τη δουλειά και επίσης αισθάνεσαι πιο σίγουρος κι ασφαλής συναισθηματικά. Εφόσον αυτό δεν σε οδηγεί να κάνεις τον μέντορα σε όλους τους άλλους, έχει καλώς. Ο Ποσειδώνας ορθόδρομος (27) ίσως σου δείξει ότι κάποια θέματα που υπάρχουν στο σπίτι και το οικογενειακό σου περιβάλλον δεν παίρνουν άλλη αναβολή και χρειάζεται να προσπαθήσεις να τα λύσεις άμεσα, ώστε να ησυχάσεις κάπως.

ΑΙΓΟΚΕΡΩΣ (21 Δεκεμβρίου - 19 Ιανουαρίου)

Αντιλαμβάνεσαι καλύτερα τις ανάγκες σου, όμως φοβάσαι αρκετά να τις επιδιώξεις
Καλά νέα είναι η Αφροδίτη στο ζώδιό σου (26) γιατί αρχίζεις να ξαναβρίσκεις ένα μέρος από την κοινή σου λογική και τις αναλυτικές σου ικανότητες και να βγαίνεις από τον συναισθηματικό κυκεώνα, το δράμα, την αίσθηση ότι έχεις μείνει πίσω, των προηγούμενων ημερών. Εφόσον δεν πείσεις τον εαυτό σου ότι η βασική σου ανάγκη είναι να είσαι μόνος σου για να κάνεις τη δουλειά σου, όλα καλά. Θα σε βοηθήσει να παραδεχτείς καθαρά τις ανάγκες σου στον έρωτα και την καριέρα, αυτό θα είναι το κέρδος κι αυτό θα σε κάνει ελκυστικότερο. Η Νέα Σελήνη (26) σου δίνει μια ιδέα τι να κάνεις για να γίνει η αρχή του τέλους σε στοιχεία που σε προβληματίζουν στις οικονομικές σου συνεργασίες, σε εκκρεμότητες σε ερωτικές σχέσεις, όπως και σε παρασκηνιακά ζητήματα που δημιουργούν άγχος. Η λύση δεν είναι να διαφυλάξεις με κάθε θυσία τους τύπους και τις εντυπώσεις, αλλά μάλλον να δεις αν διασώζεται η ουσία του πράγματος. Ο Ποσειδώνας ορθόδρομος (27) κάνει την επικοινωνία ειλικρινέστερη.

ΥΔΡΟΧΟΟΣ (20 Ιανουαρίου - 17 Φεβρουαρίου)

Αισιοδοξία για τα επαγγελματικά σου, ανανέωση στις φιλίες, χαμός στο σπίτι
Έναν κάποιο έξτρα προβληματισμό σού δημιουργούν τα γεγονότα στο σπίτι και το οικογενειακό και συγγενικό σου περιβάλλον με την Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26). Συμβαίνει κυρίως γιατί κάποιες ανάγκες που εξαρτώνται από αυτά και θεωρούσες δεδομένες να αποτελούν παράγοντας πίεσης. Σε κάθε περίπτωση είναι ευκαιρία να δεις και να ζυγίσεις τα αίτια του ανικανοποίητού σου πιο ψύχραιμα. Η Νέα Σελήνη (26) έχει τόνο σαφώς πιο σύμφωνο με το κλίμα των ημερών καθώς ανανεώνει τις φιλίες σου, τις δραστηριότητες του ελεύθερου χρόνου σου, προσωπικά κι επαγγελματικά σχέδια και στόχους. Βασικό να θεωρήσεις αποφασιστικό παράγοντα όχι τη ρουτίνα, τις υποχρεώσεις και τη δουλειά της καθημερινότητας, αλλά τις συνεργασίες και τις σχέσεις. Ο Ποσειδώνας ορθόδρομος (27) σου δίνει καλύτερη εικόνα των οικονομικών σου και πιθανώς σε βοηθά να εισπράξεις κάποια χρήματα από οικονομικές συνεργασίες, ενώ ίσως βοηθήσει και μια άνοδο του οικογενειακού εισοδήματος. Σε κάθε περίπτωση αποσαφηνίζει επιπλέον τι χρειάζεσαι συναισθηματικά και ερωτικά.

ΙΧΘΥΕΣ (18 Φεβρουαρίου - 19 Μαρτίου)

Βλέπεις καθαρότερα τον εαυτό σου και το τι χρειάζεσαι για καλύτερη ποιότητα ζωής
Κάτι πιο ξεκάθαρο για το τι χρειάζεται ο ελεύθερος χρόνος σου, οι παρέες σου και τα σχέδιά σου για να αναβαθμιστούν φέρνει η Αφροδίτη στον Αιγόκερο (26). Οι κουβέντες και προτάσεις των ημερών που αφορούν τον κοινό προϋπολογισμό είναι καίριες. Το ίδιο σημαντικές είναι και οι γνωριμίες ερωτικού περιεχομένου που ενδεχομένως θα κάνεις, αν δεν τις πυροβολήσεις άμα τη εμφανίσει. Η Νέα Σελήνη (26) σου δίνει την ευκαιρία να κεντράρεις επαγγελματικά και να επιλέξεις προς τα πού θέλεις να τραβήξει η καριέρα σου, όπως επίσης να πάρεις κάποιες σημαντικές αποφάσεις για τους στόχους σου στην ερωτική σου ζωή. Βασικό σε αμφότερες τις περιπτώσεις είναι να στηρίξεις όποια επιλογή σου στα γεγονότα και τις συνθήκες της καθημερινότητάς σου, όχι σε ενθουσιασμό ή θεωρητικές ακόμη εμπνεύσεις. Ο κυβερνήτης σου Ποσειδώνας ορθόδρομος (27) σε βοηθά να δεις καθαρότερα τον εαυτό σου και τις παρούσες σου δυνατότητες και κυρίως να ξεπεράσεις παλιότερες εικόνες κι εκδοχές του εαυτού σου. Δεν είναι εύκολο, αλλά αυτός είσαι. **A**

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

ACS
CARD ON DELIVERY



Αντικαρταβολή.

Αντικαταβολή, και με κάρτα Visa, από το σπίτι.

ACS Card on delivery, η νέα υπηρεσία της ACS
που σου επιτρέπει να πληρώνεις και με τη Visa σου
τα δέματα που παραλαμβάνεις στο σπίτι.
Εύκολα, γρήγορα και με την ασφάλεια που
σου παρέχει το δίκτυο πληρωμών της Cardlink.
Χωρίς να ψάχνεις μετρητά, χωρίς να περιμένεις ρέστα.

ΠΑΡΕ ΤΩΡΑ ΜΕΡΟΣ ΣΤΟΝ ΜΕΓΑΛΟ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟ* ΤΗΣ ACS ΜΕ ΤΗ VISA!

Κράτα το απόκομμα Visa από την πληρωμή της ACS και μπες από 1/11 έως 15/12 στο Facebook Messenger της Visa, για να διεκδικήσεις ένα από τα μοναδικά δώρα! (Samsung Smart TV, Apple MacBook Pro Touch, GoPro Camera, Apple Smartwatch).

FRANK&FAME

* Ισχύουν όροι και προϋποθέσεις. Περισσότερα στο www.visa.gr

VISA | cardlink

Quest GROUP

Έδρα: ΑΣΚΛΗΠΙΟΥ 25, 145 68 ΚΡΥΟΝΕΡΙ,
τηλ.: 210 8190000, fax: 210 8190311, www.acscourier.gr

ACS
Τα πάντα, παντού.

Προειδοποιητικό μήνυμα,

ΠΡΟΣ HIV/AIDS

Όποια εμπόδια και εάν δημιουργείς,
εμείς θα τα ξεπερνάμε και θα επιστρέφουμε πιο δυνατοί,
πιο αποφασισμένοι να εξελίξουμε την επιστήμη και τις
συνεργασίες που μας βοηθούν στην μάχη ενάντιά σου
και σε ό,τι προκαλείς, μέχρι τη στιγμή που θα
καταφέρουμε να σε νικήσουμε.

ViiV Healthcare
Είμαστε εδώ, μέχρι τη στιγμή που δεν θα υπάρχεις

Λ. Κηφισίας 266, 152 32 Αθήνα, Τηλ.: 210 6882100
www.gr.gsk.com
NP-GR-HVX-ADVR-190001 ΙΣΧΥΣ:11/2019-11/2021

gsk | ViiV Healthcare

Working together in HIV