



ER MAG

ERMIONIDA MAGAZINE
FREE PRESS

ΤΕΥΧΟΣ 6
ΜΑΡΤΙΟΣ 2021

Εύρυτος art:

Μία ξεχωριστή τέχνη

25η Μαρτίου 2021:

Κορύφωση της επετείου

GEORGINA STAIKOU

PHOTOGRAPHER

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΜΑΡΤΙΟΣ 2021 | ΤΕΥΧΟΣ 6

 ermionidamagazine.wordpress.com

 ermionidamagazine@gmail.com

 [@ermionidamagazine](https://www.instagram.com/ermionidamagazine)

2. Περιεχόμενα
3. Editorial - Εκδοτικό σημείωμα
- 4 - 5 Αναδρομές Ερμιονίδας - Μίλτος Ιωαννίδης
- 6 - 8 Ερμιονίδα
- 9 - 10 Εύρυτος Art - Μια ξεχωριστή τέχνη
11. Συνέντευξη της Στάλως Πασιιά στον Βασίλη Βιτσιλόγιαννη
- 12 - 14 Συνέντευξη της Τζωρτζίνας Στάικου στον Βασίλη Βιτσιλόγιαννη
15. Εβδομάδα Μόδας στο Παρίσι
16. Μόδα, ομορφιά & υγεία
17. Social U
18. Τα ψώνια και η μεγάλη ιδέα που έχουν για τον εαυτό τους - Λίλη Παναγούλια
19. Τα παιδιά και τα μάτια σας - Δέσποινα Δημότση
20. Οικολογία - Διατροφή -Ευζωΐα
21. Αθλητικά - Sport Ermionida



Αρχισυνταξία: @despinadimotsi
Graphics: @despinadimotsi & @roula909
Επιμέλεια graphics: @sophiastoidou
Cover: @georginastaikou
Cover photo: @georgina staikou

Συνέντευξη : @vassiliosvitsilogiannis
Αθλητικά : Sport Ermionida
Λοιποί συνεργάτες : @liloupa83
@Sophiastoidou, @mydigiwingz
@drone_vision_ermionida, @roula909,
@miltosioannides , @ethical.living.gr



March 2021

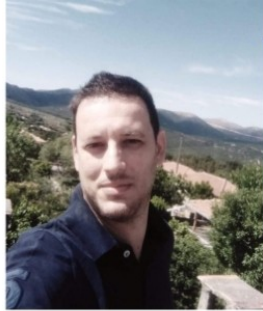


ΔΔ

Στο ανοιξιάτικό μας τεύχος για αυτό το μήνα υποδεχόμαστε την κορύφωση των κινήσεων και ιδεών για τα 200 χρόνια από την Επανάσταση φιλοξενώντας αφιερώματα και κινήσεις που βρέθηκαν στο προεκίνητο με τα γκεράφιτι του Εύρου να βρίσκονται στην κορυφή της επικαιρότητας!

Στις ευεντεύξεις φιλοξενούμε την φωτογράφο Τζωρτζίνα Σταίκου, την τραγουδίστρια Στάλω Πατσιά και τον εθελοντή της Ερμιονίδας Σπύρο Πασσαλάρη.

Νέα στήλη για Οικολογία | Διατροφή | Ευζωία.



ΕΡΜΙΟΝΙΔΑ, Η ΜΙΚΡΗ ΜΑΣ ΠΑΤΡΙΔΑ...

«...Το πιο μακρύ ταξίδι μου εσύ, η νύχτα εσύ το όνειρο της μέρας, μικρή πατρίδα σώμα μου κι αρχή, η γη μου εσύ ανάσα μου κι αέρας...»

Η μικρή μας πατρίδα, είναι ότι έχουμε. Είναι η οικογένεια μας. Είναι ο τόπος που μεγαλώνουν τα παιδιά μας. Είναι οι γειτονιές και τα σοκάκια, είναι ο παππούς με τη γιαγιά. Είναι οι φίλοι μας με τους οποίους μοιραζόμαστε τις όμορφες αναμνήσεις, τους στόχους και τα όνειρα μας για μια καλύτερη ζωή. Είναι η παράδοση μας, τα ήθη, τα έθιμα μας, ο τοπικός μας πολιτισμός. Είναι οι παραδοσιακές μας φορεσιές. Είναι τα στιχάκια και τα τραγούδια για τον τόπο μας. Είναι οι ήρωες που θυσιάστηκαν.

Είναι η «μάννα γη» που μας τρέφει. Είναι η ναυτοσύνη που έχουμε στο αίμα μας. Είναι οι άνθρωποι που μένουν μακριά και νοσταλγούν αυτά τα χρώματα και τα αρώματα που αναδύονται από τη γη μας. Η «μικρή μας πατρίδα» είναι η δική μας «ταυτότητα» που μας ενώνει. Είναι η δική μας κληρονομιά που για να συνεχίσει να υπάρχει, πρέπει καθημερινά να εμπλουτίζεται.

Η «μικρή μας πατρίδα» με την πλούσια και σπουδαία της παράδοση, (που χάνεται στο πέρασμα του χρόνου), θα στέκεται πάντοτε αγέρωχη, αρκεί εμείς να σεβαστούμε αυτή την παράδοση και να γίνουμε οι συνεχιστές της.

Έχουμε τους Τοπικούς μας Συλλόγους, τους εθελοντές, τους ανθρώπους της «διπλανής πόρτας» που σε αυτή την εποχή που τα πάντα «τρέχουν γρήγορα», προσπαθούν να «κλέψουν» λίγο πολύτιμο χρόνο από την καθημερινότητα τους για τιμήσουν το παρελθόν, να αποτίσουν «φόρο τιμής» στους προγόνους και να δείξουν το μέλλον στους επόμενους που θα πάρουν τη «σκυτάλη» της κληρονομιάς και της συνέχειας. Αυτές είναι οι δικές μας αξίες. Αυτός είναι και ένας (σπουδαίος) λόγος να αγωνιστούμε και να συνεργαστούμε ώστε αυτές οι αξίες να συνεχίσουν να έχουν την αίγλη που είναι αντάξια τους.

Δεν πρέπει ο χρόνος τις αξίες αυτές να τις σβήσει. Γιατί αν σβήσουν τότε θα καταλάβουμε τη σπουδαιότητα που είχαν. Μόνο που τότε θα είναι αργά ,γιατί θα έχουμε γίνει «ένα» σε αυτόν τον αδυσώπητο «παγκοσμιοποιημένο μύλο» που κάποιοι θέλουν να μας «αλέσουν». Ας θυμόμαστε όλοι ,οτι πάνω σε αυτές τις αξίες, στηρίχτηκαν εκείνα τα «ασπρόμαυρα» και φτωχικά χρόνια οι παλαιότεροι και κατάφεραν να επιβιώσουν και να δημιουργήσουν. Πάνω σε αυτές τις αξίες πορεύτηκαν και νίκησαν τις αντιξοότητες.

Τα «θεμέλια» ήταν, και είναι, γερά στερεωμένα και εμείς πρέπει να «χτίσουμε» πάνω σε αυτά συνδυάζοντας το παρελθόν, το παρόν και το μέλλον! Η τοπική μας παράδοση είναι αδήριτος ανάγκη να παραμείνει αναλλοίωτη. Ο τρόπος είναι απλός. Να στηρίξουμε τις προσπάθειες των εθελοντών και να στελεχώσουμε τους Συλλόγους μας με τη δική μας παρουσία. Να συσπειρωθούμε για τον τόπο μας και να ενώσουμε τις δυνάμεις μας σε μια κοινή προσπάθεια για κάτι που αξίζει τον κόπο.

Όταν η περιπέτεια της πανδημίας τελειώσει, έχουμε το δικό μας χρέος να διευθετήσουμε: Αυτό της δικής μας συνεισφοράς στην κληρονομιά, την παράδοση και τις αξίες της «μικρής πατρίδας» μας.


Το να κοινοποιούμε στα Social Media τις ομορφιές του τόπου μας δεν αρκεί.

Απαιτείται διαρκής και συνεχής προσπάθεια. Απαιτείται να κοπιάσουμε για να βάλουμε και εμείς ένα λιθαράκι προσφοράς στην ιστορία μας. Με τις προτάσεις μας, με την ενεργή μας παρουσία, με εθελοντικό μεράκι και με διάθεση συνεργασίας, να είμαστε ενεργοί και δίπλα στους Συλλόγους μας και στις δραστηριότητές τους. Γιατί μόνο έτσι δεν θα χαθεί η «ταυτότητα» μας και όλα αυτά που κληρονομήσαμε. Είναι χρέος μας, να κληροδοτήσουμε στις γενιές που θα έρθουν την αξία των παραδόσεων μας και γιατί όχι; να τις εμπλουτίσουμε δείχνοντας αγάπη, θέληση και εμπιστοσύνη στις δυνατότητες μας. Άλλωστε η συνεργασία φέρνει θαυμαστά αποτελέσματα.

Και όπως λέει το τραγούδι.. «...Τα χρόνια μου ήταν ρίζες, ήταν δέντρα...που τ' ντυσε με φύλλα η καρδιά και τ' άφησε ν' ανθίζουν μες την πέτρα». Με την ελπίδα να κάνουμε «ταξίδια μακρινά» στα γαλήνια νερά της σημαντικότητας του τόπου μας(με το γερό «σκαρί» της Ερμιονίδας) και με την αισιοδοξία για την περιοχή μας διάχυτη, εύχομαι να σταθούμε στο ύψος των περιστάσεων και οι προσπάθειες μας να τιμήσουμε την περιοχή μας – όπως αρμόζει στην ένδοξη και πλούσια ιστορία της – να ανταμειφθούν, ώστε να βρεθούμε όλοι μαζί στους «μπαξέδες» της προσφοράς για την Ερμιονίδα. Αυτόν τον πράγματι ευλογημένο τόπο.

**...ΤΟΝ ΣΤΟΛΙΣΜΕΝΟ ΜΕ
ΤΙΣ ΟΜΟΡΦΙΕΣ ΤΟΥ ΘΕΟΥ...**





Στο Πορτοχέλι τα γυρίσματα της νέας ταινίας του Ντάνιελ Κρέγκ!

Τελικά είναι γεγονός!
Για μια ακόμη φορά στο Πορτοχέλι (αλλά και στην Ερμιονίδα), θα είναι στραμμένα τα φώτα της δημοσιότητας του πλανήτη, καθότι το καλοκαίρι, (ο τελευταίος ενσαρκωτής του κινηματογραφικού James Bond), ο σπουδαίος ηθοποιός Ντάνιελ Κρέγκ, θα αρχίσει τα γυρίσματα μιας action comedy ταινίας! Ο πολυβραβευμένος και πασίγνωστος Βρετανός ηθοποιός, αναμένεται στο Πορτοχέλι τους αμέσως επόμενους μήνες και σύμφωνα με πληροφορίες τόσο οι ηθοποιοί όσο και οι παραγωγοί της ταινίας θα φιλοξενηθούν σε γνωστό ξενοδοχείο του Πορτοχελίου.

Πρόκειται ασφαλώς για μια άκρως ευχάριστη είδηση, καθότι η δημοφιλία που απολαμβάνει ο Ντάνιελ Κρέγκ σε παγκόσμιο επίπεδο και γενικότερα η αξία του ως ηθοποιός, προμηνύουν μια ποιοτική ταινία υψηλού μπάτζετ που αναμένεται να έχει μεγάλη εισπρακτική επιτυχία όταν προβληθεί στην μεγάλη οθόνη.

***ΣΕ ΓΝΩΣΤΟ
ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ ΤΟΥ
ΠΟΡΤΟΧΕΛΙΟΥ, ΘΑ
ΦΙΛΟΞΕΝΗΘΟΥΝ
ΟΙ ΗΘΟΠΟΙΟΙ ΚΑΙ
ΟΙ ΠΑΡΑΓΩΓΟΙ!**

Πράγμα που σημαίνει ότι οι ομορφιές του Πορτοχελίου και της Ερμιονίδας, θα προβληθούν και θα αποσπάσουν τον θαυμασμό των σινεφίλ σε κάθε γωνιά του πλανήτη!

Αντιλαμβανόμαστε όλοι ότι κάθε άλλο παρά τυχαία δεν ήταν η επιλογή των παραγωγών να επιλέξουν το Πορτοχέλι και την Ερμιονίδα για τα γυρίσματα της νέας τους ταινίας.

Το brandname Ermionida, δεν δίνει πια προστιθέμενη αξία στην Πελοπόννησο αλλά και σε όλη την Ελλάδα ως τοπ προορισμός με διεθνή αίγλη που προσελκύει τους νιρ του πλανήτη!

Το αμέσως προσεχές διάστημα, αναμένουμε με ενδιαφέρον τις σχετικές ανακοινώσεις.

Ο χρόνος μετράει αντίστροφα!

«...και εγένετο Ελλάς». Τα γεγονότα της Γ' Εθνοσυνέλευσης 1827 στην Ερμιόνη μέσα από την ιστορική σειρά του OPEN TV.

Ο δημοσιογράφος Γιώργος Σαρρής φιλοξένησε την Τίνα Αντωνοπούλου στην γνωστή εκπομπή του Open TV "...και εγένετο Ελλάς" με θέμα την 'Γ Εθνοσυνέλευση Ερμιόνης.

Παρουσιάστηκαν αναλυτικά οι ιστορικές λεπτομέρειες εκείνης της εποχής που άλλαξε προς το καλύτερο την πορεία της χώρας μας!



Γ.Ε.Λ. Ερμιόνης: Η συμμετοχή του, στο Πανελλήνιο Μαθητικό Συνέδριο με θέμα τη μάχη των Θερμοπυλών και τη ναυμαχία της Σαλαμίνας

Στα πλαίσια της συμπλήρωσης των **2500** χρόνων, το Κολλέγιο Αθηνών και το Ίδρυμα Μαριάννα Βαρδή Βαρδινογιάννη, διοργάνωσαν το Πανελλήνιο Μαθητικό Συνέδριο με θέμα: «Διάλογος ή σύγκρουση πολιτισμών». Το εν λόγω Πανελλήνιο Μαθητικό Συνέδριο πραγματοποιήθηκε διαδικτυακά, (το διήμερο **11** και **12** Φεβρουαρίου **2021**), και έδωσε την ευκαιρία στους μαθητές να εμβαθύνουν στην ιστορία μας, να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους αλλά και να μετέχουν ενεργά στον πάντοτε χρήσιμο και άκρως διδακτικό διάλογο

Οι μαθητές του Γ.Ε.Λ Ερμιόνης, συμμετείχαν στο ορόσημο των **2500** χρόνων με την εισήγηση τους, που είχε το εξής θέμα: «Η δημιουργία της ταυτότητας «Έλληνας» σε αντιδιαστολή με την ταυτότητα «Πέρσης» μέσα από την τέχνη της κλασικής εποχής». Ως εισηγητές και εισηγήτριες του Γ.Ε.Λ. Ερμιόνης, συμμετείχαν οι:



**Δημήτριος Γιατράκος
Εύη Καλογιάννη
Σταματίνα Κονδύλη
Λάζαρος Κρητικός
Ευτυχία Παπαγιάννη**

Αξίζει να σημειώσουμε ότι τα παιδιά μας, ενθάρρυναν και υποστήριξαν οι εκπαιδευτικοί του Γ.Ε.Λ. Ερμιόνης Μαργαρίτα Τσάμη και Φωτεινή Σαραντοπούλου. Από την δική μας πλευρά, οφείλουμε να συγχαρούμε τόσο τα παιδιά μας για την θέληση τους και την «διψα» τους για γνώση όσο και τους εκπαιδευτικούς και τις οικογένειες τους, που υποστηρίζουν τις προσπάθειες τους για συνεχή πρόοδο και επιμόρφωση.

Ευχόμαστε στους μαθητές μας, κάθε πρόοδο και κάθε ευημερία στο διάβα της ζωής τους. Να κατακτήσουν τις κορυφές που επιθυμούν γιατί τα παιδιά μας είναι το μέλλον του τόπου μας. Θερμά συγχαρητήρια!

Σπύρος Πασσαλάρης: Φιλοτέχνησε 2 πίνακες με τους ήρωες μας προσφορά στο Δήμο Ερμιονίδας

Συνέντευξη
στον
Μίλτο
Ιωαννίδη
@miltosioannides



@spyrospassalaris

Φιλοτέχνησε πίνακες με τους ήρωες μας και τους προσφέρει στον Δήμο Ερμιονίδας!
Είναι ένας εθελοντής της Ερμιονίδας, με καταγωγή από το αγαπημένο του Πορτοχέλι. Με αγάπη και εθελοντικό μεράκι, μοιράζεται το πλούσιο αρχείο του, με όλους εμάς, μέσα από την δραστηριοποίηση του στα *Social Media*, όπου κοινοποιεί υλικό από τα παλιότερα χρόνια και τους ανθρώπους που κατέγραψαν τη δική τους ξεχωριστή διαδρομή στο παρελθόν.

Ο Σπύρος Πασσαλάρης, με αφορμή τους επετειακούς εορτασμούς για τα διακόσια χρόνια από την Εθνική Παλιγγενεσία, τιμά με τον δικό του ξεχωριστό τρόπο την συμβολή των ηρώων της Ερμιονίδας, στην επιτυχή έκβαση του αγώνα:

Φιλοτέχνησε δυο καλαίσθητους πίνακες, τους οποίους και προσφέρει στον Δήμο μας.

Διαβάστε στη συνέντευξη που ακολουθεί, το πως τοποθετείται ο κ. Σπύρος Πασσαλάρης γι'αυτήν την αξιέπαινη πρωτοβουλία του και το πως απαντά στην ερώτηση τι σημαίνει για τον ίδιο η αξία του εθελοντισμού...

-ΕΡ. ΜΕ ΑΦΟΡΜΗ ΤΗΝ ΕΠΕΤΕΙΟ ΤΩΝ 200 ΕΤΩΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΠΑΝΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ 1821, ΦΙΛΟΤΕΧΝΗΣΕΣ ΔΥΟ ΠΙΝΑΚΕΣ ΣΤΟΥΣ ΟΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΙΚΟΝΙΖΟΝΤΑΙ ΟΙ ΉΡΩΕΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΜΑΣ ΣΤΟ ΓΚΟΥΡΙ ΒΙΤΟΡΕΖΕ ΝΑ ΟΡΚΙΖΟΝΤΑΙ «ΕΛΕΥΘΕΡΪΑ Ή ΘΆΝΑΤΟ» ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΆ Ο ΠΑΠΑΡΣΈΝΗΣ... ΤΟΥΣ ΠΪΝΑΚΕΣ, ΌΠΩΣ ΈΧΕΙΣ ΔΗΛΩΣΕΙ ΘΆ ΤΟΥΣ ΔΩΡΙΣΕΙΣ ΣΤΟΝ ΔΪΗΜΟ ΕΡΜΙΟΝΪΔΑΣ...ΑΞΪΕΠΑΪΝΗ ΑΝ ΜΗ ΤΪ ΆΛΛΟ Η ΠΡΆΞΗ ΣΟΥ... ΤΙ ΣΕ ΩΘΗΣΈ ΝΑ ΠΡΟΒΕΪΣ ΣΕ ΑΥΤΗ ΤΗΝ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΠΡΟΣΦΟΡΆ;

-Απ. Πρέπει πρώτα απ'όλα, να ευχαριστήσω τον Δήμο Ερμιονίδας, που αποδέχθηκε την πρόταση - προσφορά μου, να δωρίσω τα δύο αυτά έργα.

Νομίζω η απάντηση - όσον αφορά την πλευρά που αφορά την σύλληψη του έργου - σαν ιδέα είναι απλή...

Ζούμε εδώ και ενάμιση μήνα, σε ρυθμούς της επετείου της εθνικής παλιγγενεσίας, πάρα τα προβλήματα της πανδημίας.

Δεν θα μπορούσα και εγώ, να μην λάβω μέρος σε μια διοργάνωση σαν αυτή με το δικό μου λιθαράκι.

Για να τιμήσω με τον δικό μου τρόπο τους ήρωες και προγόνους μας.



-ΕΡ. ΤΙ ΣΗΜΑΪΝΕΙ ΓΙΑ ΕΣΪΝΑ Ο ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟΣ

-Απ. Αν κάνουμε έναν αναγραμματισμό της λέξης, θα δούμε πως έχει την λέξη «θέλω». Θέλω λοιπόν, να είμαι παρών, σε κάθε τι που γίνεται για την περιοχή και προβάλλει τα θετικά αλλά και τα αρνητικά για να τα διορθώσουμε.

Το να δίνουμε η κάθε μια και ο καθένας από εμάς το παρόν, σε κάθε μικρό ή μεγάλο γεγονός που αφορά το κοινό καλό και τον τόπο μας, είναι κατά την άποψη μου, σαν την αναπνοή που έχει ανάγκη ο άνθρωπος για να ζει...

Εύρυτος art : Μια ξεχωριστή τέχνη

Η ευχάριστη έκπληξη της φετινής επετείου - και με αφορμή τα διακόσια χρόνια από την Επανάσταση - είναι ο μυστηριώδης καλλιτέχνης με το ψευδώνυμο "Εύρυτος" που ήρθε να ταράξει τα νερά!

Η πρωτεύουσα γέμισε με τις φιγούρες των ηρώων μας μέσα από τα γκράφιτυ του νεαρού καλλιτέχνη που όπως έχει δηλώσει θέλει να περάσει ένα μήνυμα στην κοινωνία μέσω της δικής του «προσωπικής εξομολόγησης»... Χρησιμοποιώντας το παρατσούκλι «Εύρυτος», που αποτελεί τον ήρωα μιας άλλης περιόδου της ελληνικής ιστορίας: Επρόκειτο για έναν από τους 300 Σπαρτιάτες του Λεωνίδα, ο οποίος τυφλώθηκε από ασθένεια λίγες ημέρες πριν τη μάχη, αλλά προτίμησε να πέσει ηρωικά μαζί με τους συντρόφους του στις Θερμοπύλες, από το να επιστρέψει στη Σπάρτη, όπως του ζήτησε ο αρχηγός του. Σκοπός του σημερινού «Εύρυτου» είναι να αναδείξει με τον δικό του τρόπο τους ήρωες του 21 και την προσφορά τους στο έθνος μας, μέσω μιας τέχνης που προέκυψε πρόσφατα ως «προσωπικός πειραματισμός».

Θα συνεχίσει να δημιουργεί και τους επόμενους μήνες δίνοντας μία όμορφη αίσθηση στους τοίχους της πρωτεύουσας - και γιατί όχι - και άλλων πόλεων!



Ο Δήμος Ελληνικού - Αργυρούπολης με Δήμαρχο τον Γιάννη Κωνσταντάτο πρωτοτύπησε και στόλισε με τους ήρωες μας τους τοίχους του κολυμβητηρίου της πόλης.

«Το σημαντικότερο σε όλο αυτό για εμένα, είναι η προσέγγιση από μέρους του κόσμου και η εκδήλωση αγάπης, όχι προς το πρόσωπό μου τόσο, αλλά περισσότερο προς τους ήρωες που απεικόνισα. Πιο συγκινητικό σε όλο αυτό, ήταν τα παιδιά που με πλησίαζαν ενόσω ζωγράφιζα τους ήρωες και ενδιαφέρονταν να φωτογραφηθούν δίπλα τους», τόνισε στο ΑΠΕ-ΜΠΕ ο Εύρυτος.

Αν και κάποια έργα του βανδαλίστηκαν από αγνώστους η θέληση του δημιουργού αλλά και του Δημάρχου υπερίσχυσε και όλες οι φιγούρες διορθώθηκαν στην αρχική τους μορφή.



Συνέντευξη της
Στάλως Πατσιά
στον
Βασίλη Βιτσιλόγιαννη



@vassiliosvitsilogiannis




@stalo_patsia

Η **Στάλω Πατσιά** γεννήθηκε και μεγάλωσε στην Κύπρο.

Το τραγούδι κυλούσε στις φλέβες της, όταν σε μεγαλύτερη ηλικία συνειδητοποίησε ότι μπορεί να εκφραστεί μέσα από την μουσική. Έκανε συνεργασίες με γνωστούς καλλιτέχνες και κάποια στιγμή αποφασίσε να λάβει μέρος στο talent show **"Voice of Greece"**.

Έτσι ξεκίνησε και η συνεργασία της με την δισκογραφική εταιρεία **Heaven του ομίλου ANT1**. Η Στάλω Πατσιά ανήκει στους ανθρώπους αυτούς που βοηθούν το συνάνθρωπό αλλά και τα υπόλοιπα πλάσματα που ζουν στον πλανήτη μας. Έχει έντονο **φιλανθρωπικό χαρακτήρα** και πολλές φορές έχει έρθει αντιμέτωπη με καταστάσεις και γεγονότα έτσι ώστε να στηρίξει τον αδύναμο για να ακουστεί το δίκιο.

Η ραδιοφωνική εκπομπή της στον **ΟΛΑ 97.0** fm αγγίζει μεγάλα ποσοστά ακροαματικότητας και μαζί με το συμπαραουσιαστή της ταξιδεύουν τους ακροατές σε μαγευτικούς μουσικούς προορισμούς.

**Παρακολουθήστε την
συνέντευξη στο**  **YouTube**



SCAN ME



Συνέντευξη της Τζωρτζίνας Στάικου στον Βασίλη Βιτσιλόγιαννη

PHOTOGRAPHY
IS AN ART

@vassiliosvitsilogiannis
@georginastaikou



photo by @nicksachos

Η Τζωρτζίνα Στάικου, με καταγωγή από το Πόρτο Χέλι, γεννήθηκε στην Αγγλία και κατοικεί στην Αθήνα.

Από το 2013 είναι ιδρυτικό μέλος της ομάδας the META project και το τελευταίο διάστημα χτίζει την δική της μάρκα με μπλουζάκια, τσάντες, αφίσες κτλ. με το όνομα SCOPEO.

@themetaproject.gr
@s_c_o_p_e_o



BB: Αν σου ζητούσα να δώσεις έναν ορισμό για την τέχνη της φωτογραφίας, ποιος θα ήταν αυτός;

ΤΣ: Παρατηρητής.

BB: Ποιό ήταν το κίνητρο να ασχοληθείς με την φωτογραφία;

ΤΣ: Ήταν η δεύτερη επιλογή που έβαλα, μετά την διακόσμηση, στη δήλωση μου σχετικά με τα αποτελέσματα των πανελλαδικών εξετάσεων το 2007. Κάποια αρκετά χρόνια μετά, μου θύμισε η παιδική μου φίλη από το δημοτικό, πως έντυνα τις Barbie κούκλες και τις έβαζα σε πόζες για να τις φωτογραφίσω, με μια μηχανή από αυτές που είχε σχεδόν κάθε σπίτι για τις αναμνηστικές εικόνες.

BB: Τι σε εμπνέει στη δημιουργία ενός φωτογραφικού θέματος;

ΤΣ: Η ομορφιά στο κάθε τι και η ανάδειξη αυτής! Ακόμη και αν πρόκειται για ένα φαινομενικά "αφιλόξενο" τοπίο, η ομορφιά είναι παντού!

Με εμπνέει, επίσης, η έκφραση οπτικής αντίληψης του κόσμου και της ζωής και η έκφραση ερωτημάτων και ρητορικών ερωτήσεων που προκαλούν άπειρες ρητορικές απαντήσεις ή και για τις απαντήσεις που δίνει ο καθένας στο εκάστοτε στάδιο της ζωής του με συνέχεια την ανάπτυξη της περιήγησης του είναι του.



BB: Θα έκανες μια φωτογράφιση με θέμα αντίθετο από τις πεποιθήσεις σου;

ΤΣ: Προσπαθώ να σκεφτώ και να φανταστώ τι θέμα θα μπορούσε να είναι αυτό...; Και τι είναι οι πεποιθήσεις...; Είναι πραγματικά δικές μας πεποιθήσεις ή τις έχουμε υιοθετήσει από την κοινωνία όσο μεγαλώσαμε στην ανάγκη επιβίωσης, να ενταχθούμε και να είμαστε κοινωνικά αποδεκτοί...; Θεωρώ πως όλα είναι ευκαιρίες για κάτι...κάτι να ειπωθεί, κάτι να ξεκλειδωθεί, κάτι να περιηγηθεί ... Θα μιλούσα με τον εαυτό μου και θα τον ρωτούσα πως αισθάνεται σχετικά με το θέμα και που βρίσκομαι σε σχέση με αυτό και τι με κάνει εμένα αυτό. Εκεί, έχω την δύναμη στα δικά μου χέρια και το ορίζω η ίδια. Από αυτό το σημείο μπορώ να μετατρέψω το θέμα και την πεποίθηση στη θεϊκή της έκφραση! Έχω μάθει και μαθαίνω συνεχώς καλύτερα να απαντάω και με ένα απλό Όχι, αν νοιώθω άβολα με το θέμα της φωτογράφισης.

BB: Προτιμάς έγχρωμες ή ασπρόμαυρες φωτογραφίες;

ΤΣ: Ότι αναδεικνύει πιο έντονα το μήνυμα των δημιουργών!

BB: Πολλοί από εμάς αγοράζοντας μία φωτογραφική μηχανή αυτοαποκαλούνται φωτογράφοι, αυτό έχει δημιουργήσει κρίση στο επάγγελμά σας;

ΤΣ: Όπως το βλέπει κάνεις... όσο βλέπει κρίση κάποιος, κρίση θα βιώνει... εκτός αν δει και βλέπει ότι άλλες τόσες ευκαιρίες και παραπάνω δημιουργούνται συνεχώς αλλά και να τις δημιουργήσει και ο ίδιος. Ιδίως σε περιόδους κρίσης και από στάδια χάους είναι όπου μπορούν να καλλιεργηθούν ιδέες και μεγαλύτερες ευκαιρίες άνθισης. Αρκεί να βγούμε από το σημείο βολής μας.

BB: Το ταλέντο ή η εξάσκηση κάνουν ένα φωτογράφο καλό;

ΤΣ: Το ταλέντο εξασκείται και το καλό είναι σχετικό όταν πρόκειται για την έκφραση. Αλλά ακόμη και τεχνικά άρτιες εικόνες να δούμε, μπορεί να μη μας αρέσουν, να μην είναι τις αισθητικής μας και έτσι να αποκαλέσουμε τον φωτογράφο: όχι καλό.

BB: Όταν πηγαίνεις διακοπές έχεις μαζί το φωτογραφικό εξοπλισμό σου;

ΤΣ: Το κινητό μου αρκεί να κρατήσω μια αναμνηστική φωτογραφία και να το βάλω παλι στη τσέπη για να απολαύσω τη μαγεία της στιγμής!

BB: Έχεις ένα συγκεκριμένο είδος φωτογραφικής μηχανής και φωτογραφικού φακού που εμπιστεύεσαι για να αποτυπώνεις πιστά αυτό που βλέπεις, έτσι ώστε να υπάρξει άρτιο αποτέλεσμα;

ΤΣ: Προσαρμόζω τον εξοπλισμό ανάλογα το ζητούμενο και το περιβάλλον στο οποίο βρίσκομαι πάντα σε σχέση με το αποτέλεσμα που επιθυμώ να έχω!





BB: Προτιμάς να φωτογραφίζεις σε στούντιο ή σε εξωτερικό χώρο;

ΤΣ: Ρωτάς ένα άτομο που του αρέσει η ποικιλία και οι εναλλαγές στη ζωή του, οπότε, ανάλογα τα κέφια χαχα! Ωστόσο, η τοποθεσία θα αποφασισθεί κυρίως με βάση το επιθυμητό αποτέλεσμα που θέλουμε να επιδιώξουμε, αλλά και υπολογίζονται και τις καιρικές συνθήκες σε σχέση με αυτό. Αν θέλουμε χιονισμένο τοπίο, ε θα πάμε στα χιόνια και ας είμαι κρουσιάρια, θα το κάνω και θα περάσω όμορφα!

BB: Πως βλέπεις τον εαυτό σου τα επόμενα χρόνια;

ΤΣ: Ευτυχισμένη! Χαρούμενη! Λαμπερή! Αέρινη! Ελαφριά! Χαμογελαστή!! ...μια ροζ ιριδίζουσα φωτεινή αέναη φούσκα που μοιράζει άφοβα αγάπη!

BB: Η πολυπολιτισμικότητα και η ψυχολογία των ανθρώπων παίζει ένα πρωτεύοντα ρόλο στην σύνθεση μίας φωτογραφίας ή σημασία έχει το αποτέλεσμα παραγράφοντας οποιοδήποτε εξωτερικό παράγοντα μπορεί να το επηρεάσει;

ΤΣ: Όλα συνδέονται και όλα αλληλοεπηρεάζονται. Το έξω επηρεάζει το μέσα και το μέσα το έξω. Είναι δυνάμεις ενέργειας όπου θα εκφραστούν ή όχι ή και θα μετατραπούν πριν, κατά την διάρκεια και μετά. Έτσι, μου έχει δοθεί η ευκαιρία, μέσω της φωτογραφίας, της εξάσκησης της τέχνης του αλχημιστή, να επηρεάζω την ψυχολογία του φωτογραφιζόμενου για το αποτέλεσμα. Αν ο φωτογραφιζόμενος νοιώθει αμήχανα, αυτό θα φανεί και στο αποτέλεσμα της εικόνας.

BB: Ποιος θεωρείς είναι ο ιδανικός τρόπος για να επικοινωνήσεις τη δουλειά σου;

ΤΣ: Η αρχική κίνηση είναι να ισιώσω την σπονδυλική μου στήλη, να σηκωθούν οι ώμοι όπου θα ανοίξουν το στήθος και από κει και ύστερα ότι και να κάνω είναι ιδανικό! Είτε αυτό είναι να ανεβάσω μια εικόνα στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (χρησιμοποιώ κυρίως το Instagram) είτε απαντήσω σε εισερχόμενη κλήση για συνεργασία, είτε είναι όπως τώρα, με πολύ χαρά να δώσω συνέντευξη σε περιοδικό του τόπου όπου μεγάλωσα!

BB: Σε ποιο μέρος του κόσμου θα ήθελες να ταξιδέψεις και οι φωτογραφίες σου να γράψουν ιστορία;

ΤΣ: Φαντάζομαι ένα ταξίδι στον Αμαζόνιο, στο Περού και στη Κούβα!!



Paris Haute Couture S S 21

Αναγέννηση - Ο Κόσμος του Αύριο

Ένεση φωτός και φωτεινότητας

Ένα φως - Ένα μήνυμα - Μια τεχνογνωσία

Οι **σχεδιαστές On Aura Tout Vu** παρουσιάζουν μια μοναδική συλλογή σε **ψηφιακή μορφή για τη νέα σεζόν Άνοιξη-Καλοκαίρι 2021**.

Το κορσέ μπούστο σε μεταξωτό σατέν και κρύσταλλα, μαργαριτάρια ενισχυμένα με 100 σύριγγες γεμάτες με κρυσταλλικό εμβόλιο και μαργαριτάρια, η οποία καταλήγει σε μια βελόνα της οποίας η άκρη είναι διακοσμημένη με σταγόνα σε σχήμα μαργαριταριού.

Το φόρεμα εμβόλιο...

Μακριά από τις συμβατικές εικόνες, **η Livia Stoianova και ο Yassen Samouïlon, πιστοί στο DNA του On Aura Tout Vu**, εστίασαν εκ νέου τη δημιουργία του φορέματος πάνω σ'ένα κοινωνικό ζήτημα.

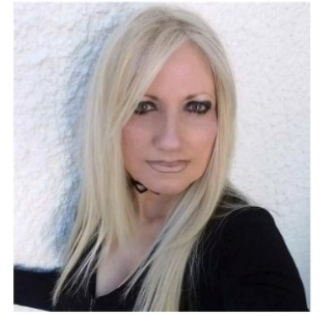
Μια ανάσα καθαρού αέρα που βοηθά στην έγχυση λίγου φωτός στη ζωή μας.

Προσαρμογή στην υπάρχουσα περίσταση. Ενώ ο αγώνας κατά της πανδημίας COVID-19 δεν έχει κερδηθεί ακόμα, οι σύριγγες του εμβολίου στο φόρεμα, έχουν ένα φως στο τέλος τους- που αντιπροσωπεύει την ελπίδα!

Από αυτό το φως γεννήθηκε η έμπνευση των σχεδιαστών On Aura Tout Vu για μια δημιουργία με ισχυρό μήνυμα ελπίδας για την σεζόν Άνοιξη-Καλοκαίρι 2021.

Φωτογραφίες -Virginie Dubois
Παπούτσια - On Aura Tout Vu
Μάσκα γυαλιών - On Aura Tout Vu
Μακιγιάζ - MAC Cosmétique - Thibaut Marieke
Μαλλιά - Patrice Piau
Βίντεο - Gilles Maillard
Σκηνή - Alain Lagarde
Τοποθεσία - Paradis Latin Kamel Ouali





Άνοιξη, άνοιξη, άνοιξη επιτέλους άνοιξη!

Να ανοίξει ο καιρός να ανοίξουν κι οι καρδιές μας που ένα χρόνο τώρα είναι σε μεγάλη πίεση.

Όπως κ να 'χει δεν πρέπει να αφηνόμαστε σε αρνητικά συναισθήματα αλλά να παλεύουμε πάντα για το καλύτερο και πάνω απ' όλα να χαμογελάμε όσο μπορούμε και όπως κ να έρχονται τα πράγματα.

Με την ελπίδα ότι όλα θα φτιάξουν, πάμε να ξεκινήσουμε κ αυτή τη φορά.

✿ Όταν έχετε αμφιβολίες για τον συνδυασμό των ρούχων με τα παπούτσια, φορέστε μπεζ γόβες. Είναι ασφαλής επιλογή κ κάνουν τα πόδια μας να φαίνονται μακρύτερα, υπέροχα κ σέξι.

✿ Μην παραμελείτε τις πατούσες σας. Ενυδατώστε τις καθημερινά πριν τον ύπνο χειμώνα-καλοκαίρι.

✿ Ξέρετε ότι από το 1818 κ μετά τα παπούτσια κατασκευάζονταν σε αριστερό κ δεξί; Πριν τα έφτιαχναν κ τα δύο ίδια.

✿ Όταν φοράμε λευκά ρούχα κ ειδικά τώρα που ανοίγει ο καιρός θα φοράμε συχνότερα, θα πρέπει να γνωρίζουμε ότι γίνονται πιο διάφανα στο φως της ημέρας. Ελέγξτε λοιπόν το λευκό σας ντύσιμο σε έντονο φωτισμό πριν φύγετε απ' το σπίτι για να είστε σίγουρες για το αποτέλεσμα.

Ό,τι κ να κάνουμε δεν ξεχνάμε ποτέ το τρίπτυχο της λαμπερής επιδερμίδας: καθαρισμός, ενυδάτωση κ σέρουμ ανάλογα τις ανάγκες της.



Οι συμβουλές μου για τον Μάρτιο κάπου εδώ τελείωσαν. Τον άλλο μήνα θα τα πούμε πάλι με χαρούμενη διάθεση όπως πάντα κ με χαμόγελο όπως πάντα. Και μην ξεχνάτε να προσέχετε εσάς. Πολλά φιλιάκ χαμόγελα.

Με αγάπη.....Ρούλα ♥



Πως μπορώ να στηρίξω τις μικρές επιχειρήσεις χωρίς χρήματα

Όπως είναι σε όλους γνωστό, οι μικρές και μεσαίες επιχειρήσεις είναι η ραχοκοκαλιά της οικονομίας μας. Είναι τα μαγαζιά της γειτονιάς μας, η επιχείρηση ενός συγγενή ή φίλου μας όπου στην Ελλάδα είναι συνήθως οικογενειακές. Όλοι θέλουμε να τις στηρίξουμε αλλά δε ξέρουμε τον τρόπο.

Οι μικρές και μεσαίες επιχειρήσεις δεν έχουν τη δυνατότητα ενός οργανωμένου τμήματος μάρκετινγκ. Ακόμη και αν απευθυνθούν σε κάποιον επαγγελματία να τους βοηθήσει ώστε να προβάλλουν και να προωθήσουν τα προϊόντα και τις υπηρεσίες τους το πιθανότερο είναι να μην μπορούν να στηρίξουν οικονομικά μια τέτοια ενέργεια. Ένα παραπάνω τον τελευταίο χρόνο όπου έχει μειωθεί ο τζίρος τους λόγω των μέτρων για τον covid19.

Σε αυτό το σημείο ερχόμαστε όλοι εμείς που ως απλοί χρήστες του ίντερνετ (Google) και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης (Facebook, Instagram κ.α.), με απλές ενέργειες και **χωρίς χρήματα για διαφήμιση μπορούμε να προβάλλουμε τις επιχειρήσεις αυτές σε άλλους χρήστες και να ενισχύσουμε την αναγνωρισιμότητα τους.** Δείτε τι μπορείτε να κάνετε:


1). Στην αναζήτηση της Google, μπορείτε να γράψετε μια καλή κριτική για την επιχείρηση όπου θα τη δουν πολλοί χρήστες οι οποίοι θα αναζητούν παρόμοια προϊόντα και υπηρεσίες.



2). Στο Social Media, πρέπει αρχικά να πατήσουμε στο Facebook "Μου αρέσει / Like", 'στη σελίδα της εκάστοτε επιχείρησης και στο Instagram "Ακολούθησε / Follow" στο λογαριασμό της.

3). Πιο συγκεκριμένα στο Facebook, μπορούμε να εκτός από τα πιο συνηθισμένα, "Μου αρέσει, "Κοινοποιήστε" κλπ, είναι σημαντικό να στέλνουμε μηνύματα και emojis στις ιστορίες, να αναφέρουμε το όνομα ενός φίλου στις δημοσιεύσεις έτσι ώστε να κεντρίσουμε το ενδιαφέρον και άλλων χρηστών. Επίσης, είναι εξίσου σημαντικό να **γράψουμε μια καλή κριτική ή εμπειρία στην επαγγελματική σελίδα μιας επιχείρησης.**

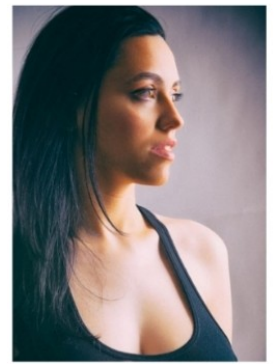
Το μυστικό για να προβληθεί μια σελίδα σε πολλούς χρήστες, όπως πάντα χωρίς κόστος φυσικά, είναι **να δημοσιεύσουμε κάποιες πολύ όμορφες δημοσιεύσεις προϊόντων ή υπηρεσιών τους σε ομάδες με χιλιάδες μέλη.**

4). Όσον αφορά το Instagram, μπορούμε να βοηθήσουμε πολύ στην προβολή της επιχείρησης εάν κάνουμε "κοινοποίηση" πατώντας στο κουμπί  κάτω αριστερά από δημοσιεύσεις, έτσι ώστε να προστεθεί στην ιστορία σας και να τη δουν οι "ακόλουθοί" σας, προτρέποντάς τους να "ακολουθήσουν/follow". Τέλος, μπορείτε να φωτογραφηθείτε με προϊόντα / ή να κάνετε βίντεο προβάλλουν υπηρεσίες μιας επιχείρησης, να κάνετε δημοσίευση και ιστορία, γράφοντας θετικά σχόλια και τα οφέλη που είχατε χρησιμοποιώντας τα συγκεκριμένα προϊόντα / υπηρεσίες. Φυσικά, επιβάλλεται, να αναφέρετε, "tag" ,το όνομα της επιχείρησης σε κάθε σας κοινοποίηση.

Η επανάληψη όλων των παραπάνω ενεργειών είναι σημαντική οπότε από εδώ και πέρα το μότο μας θα είναι **like-share-repeat.**

Τα ψώνια και η μεγάλη ιδέα που έχουν για τον εαυτό τους

Γράφει η Λίλη Παναγούλια: @liloupa83



Πω πω σκόνη που σήκωσα... Είπε η μύγα που καθόταν στο πίσω μέρος του άρματος (Αίσωπος). Οι μύθοι του Αίσωπου παρόλο που περιγράφονται με πρωταγωνιστές ζώα είναι γνωστό πως παρουσιάζουν διάφορες ανθρώπινες συμπεριφορές και καταστάσεις! Ο συγκεκριμένος μύθος μας κάνει ξεκάθαρο το πώς σκέφτεται ένας άνθρωπος που ξέρει ότι δεν έχει τα απαιτούμενα προσόντα για μια συγκεκριμένη επαγγελματική θέση πχ ή δεν έχει μια απαιτούμενη καλή συμπεριφορά κλπ... Αυτά τα άτομα είναι εκείνα που έχουν μεγάλη ιδέα για τον εαυτό τους και συνήθως, για να μην πω πάντα, αυτοκολακεύονται! Επειδή λοιπόν κανείς δεν τους δίνει τα εύσημα το κάνουν από μόνοι τους νομίζοντας πως έτσι θα καταφέρουν να πείσουν τους άλλους πως είναι σπουδαίοι και ξέρουν τα πάντα για το συγκεκριμένο θέμα που θέλουν να προβάλλουν. Το μεγάλο κακό σε όλο αυτό είναι πως οι αυτοκόλακες από το λέγε λέγε κάποια στιγμή αυτά που λένε τα πιστεύουν και οι ίδιοι και νομίζουν πως πραγματικά είναι σπουδαίοι!

Θα σας δώσω το γνωστό παράδειγμα που κάνω πάντα για να καταλάβετε καλύτερα. Είχα γνωρίσει κάποτε έναν άνθρωπο ο οποίος είχε την εντύπωση πως ήξερε πολύ καλά από μόδα, στυλ, design κλπ... Κάποια στιγμή θέλησε όλα αυτά να τα κάνει επάγγελμα οπότε και θεώρησε πως θα έπρεπε να μάθει και από κλασική μουσική, τέχνη κλπ για να τα ταιριάξει όλα. **Ένας άνθρωπος λοιπόν που αγαπούσε τις λαϊκές φωνές σαν να λέμε Ρέμο, Γαρμπή κλπ... άρχισε να πηγαίνει στο μέγαρο και σε γκαλερί τέχνης, αν φυσικά τον ρωτούσατε τη γνώμη του για τον Σαλβατόρ Νταλί ή ποιος έγραψε τις 4 εποχές, επειδή οι γνώσεις του ήταν ανύπαρκτες θα λαμβάνατε μια απάντηση σαν αυτή που λέμε χαριτολογώντας ποιος είναι ο Άρης? Ποδοσφαιρική ομάδα...!** Ξεκίνησε κάποια στιγμή σιγά σιγά να κάνει τα πρώτα του βήματα, όμως δεν είχε την απήχηση που θα ήθελε και ο λόγος? ναι μεν μπορεί πχ να είχε ωραίο γούστο, δεν είχε όμως τις απαραίτητες γνώσεις για να κάνει ένα τέτοιο επάγγελμα! Για να τραβήξει λοιπόν όσο κόσμο μπορούσε και να τους κάνει να τον προσέξουν άρχισε να λέει πόσο καλά ξέρει από μόδα, πόσες γνωριμίες έχει στο χώρο της μόδας, πόσα καλέσματα είχε από ανθρώπους της μόδας κλπ χωρίς φυσικά να λέει όλη την αλήθεια ότι για παράδειγμα πήγε στο πριβέ πάρτι του τάδε ξένου σχεδιαστή αλλά όχι επειδή τον κάλεσαν αλλά επειδή έδωσε ένα σωρό λεφτά να αγοράσει πρόσκληση. Κάπου εδώ άρχισε να μιλάει για το τεράστιο εγώ του κάτι που κατάλαβαν οι φίλοι- φίδια που είχε δίπλα του. Ποια ήταν η συνέπεια? Τον πήραν στο ψηλό! Συμφωνούσαν μπροστά του στο πόσο καλός είναι και πίσω του το φτυάρι έπαιρνε και έδινε... η δουλειά δε που ξεκίνησε δεν θα μπορούσε να πάει χειρότερα!

Σε αυτό το σημείο θέλω να δώσω δυο συμβουλές σε αυτά τα άτομα. Αρχικά πρέπει να ξέρουν πως αν αξίζεις άσε να το πουν και να το δείξουν, αν άξιζε θα αναγνωριζόταν η δουλειά του αργά ή γρήγορα, οι άλλοι για σένα διότι κανείς με προσόντα δεν αυτοπροβάλλεται και τέλος επειδή οι φίλοι-φίδια σίγουρα θα λένε τα καλύτερα μην ακούτε μόνο λόγια κοιτάξτε και λίγο πέρα από αυτά, στις πράξεις... Στο παράδειγμά μας ας πούμε αν οι φίλοι του έλεγαν όντως την αλήθεια και όχι ψέματα ότι τους άρεσε η δουλειά του και το πόσο φοβερός και γνώστης είναι, θα την είχαν προβάλει αυτή τη δουλειά και θα την παρακολουθούσαν. Θα πει κάποιος καλά και αν ζηλεύουν και δεν το κάνουν λόγο ζήλειας? Αυτό θα φανεί... πως θα φανεί? Από την απήχηση που θα έχει η δουλειά κυρίως σε κόσμο που δεν είναι φίλοι μας γιατί οι φίλοι μας ακόμα και να μην το κάνουν από κακία, πολλές φορές δύσκολα θα πουν την αλήθεια ακόμα και για να μη μας κάνουν να αισθανθούμε άσχημα!

ΥΓ: να εκτιμάτε εκείνους που πάντα λένε την αλήθεια με όμορφο τρόπο και όχι αυτούς που χαϊδεύουν αφτιά γιατί αυτοί ΙΣΩΣ σας κάνουν να δείτε την αλήθεια!



ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΤΑ ΜΑΤΙΑ ΣΑΣ

Τα γεγονότα των ημερών μόνο απαραίτητα δεν θα μπορούσαν να είναι. Οι υποθέσεις που βγαίνουν στο φως της δημοσιότητας είναι σοκαριστικές καθώς και υπερβολικές ιδίως όταν είχαμε όλοι μας την εντύπωση πως όλα σε κάποιους χώρους του θεάματος ήσαν ομαλά.

Το πρόβλημα όμως δεν είναι μόνο όσοι κρύβονται μέσα σε κυκλώματα παιδερασίας ή εμπορίου λευκής σαρκός, πρόβλημα είναι πως και εμείς δεν κάνουμε τις απαραίτητες κινήσεις για να προστατεύσουμε και εμάς αλλά και τα ανήλικα. Η δίωξη ηλεκτρονικού εγκλήματος είναι κάθετη στους γονείς που ποστάρουν ασταμάτητα, κυρίως δημόσια, φωτογραφίες και πληροφορίες για ανήλικα. Είναι άκρως επικίνδυνη αυτή η τακτική όταν υπάρχει πρόσβαση στον οποιονδήποτε που θέλει να προβεί σε άσχημες πράξεις. **Αν εμείς οι ίδιοι δεν προστατεύσουμε τους εαυτούς μας και τους γύρω μας ποιος θα το κάνει;** Βέβαια δυστυχώς οι περισσότεροι στο βωμό των likes και της εφήμερης δημοσιότητας αγνοούν τους κινδύνους και πέφτουν εύκολα θύματα. Τα μέσα που έχουμε είναι όπως το λέει και η λέξη "κοινωνική δικτύωση" και όχι προσωπικό ημερολόγιο απόρρητων και ευάλωτων πληροφοριών προς κάθε πλευρά.

Βέβαια εξαιρούνται οι περιπτώσεις που μέσω του σάλου που έχει ξεσπάσει προσπαθούν να φανούν και αυτοί λίγο. Δηλαδή άλλη περίπτωση είναι αυτή ενός ανήλικου από αυτήν που κάποιος ενήλικας έπεσε θύμα ή προβάλλει πως ήταν όντως θύμα με σκοπό τη δόξα και το χρήμα. Είναι πάρα πολλές οι περιπτώσεις που για την καριέρα πολλοί και πολλές κάνουν θυσίες μόνο για την δόξα και το χρήμα και μετά απλά αν δεν βγει το αποτέλεσμα που περίμεναν λένε δικαιολογίες περί εξαπάτησης κτλ.

Μεγάλη προσοχή στις πληροφορίες και τις φωτογραφίες των παιδιών που διακινούνται στο διαδίκτυο. Μπορεί να αποβούν μοιραίες, η εποχή είναι επικίνδυνη και τα ανήλικα πρέπει να προστατεύονται με κάθε τρόπο, όσο λιγότερα ξέρουν οι επιτήδευτοι για εμάς τόσο πιο ασφαλείς είμαστε!

Αλόη: Φυσικό καλλυντικό

Μία γλαστρούλα με αλόη επιβάλλεται σε κάθε σπίτι... Είναι ένας θησαυρός και το μόνο που χρειάζεται είναι αγάπη και φροντίδα. Τον χειμώνα καλό είναι να την προστατεύσουμε από το κρύο κυρίως από την παγωνιά .



Η αλόη μπορεί να βοηθήσει σε πάρα πολλά πράγματα ακόμη και σε λύσεις άμεσης ανάγκης σε περίπτωση εγκαύματος. Το δοκίμασα πρόσφατα και όντως ένα ελαφρύ έγκαυμα με τη βοήθεια της αλόης επουλώθηκε σχεδόν αμέσως.

Στη φυσική της μορφή είναι βρώσιμη και μπορείτε πολύ απλά να κόψετε από τη βάση ένα κλωνάρι από τη γλαστρούλα, να το κόψετε πάλι στη μέση για να μπορέσετε να φάτε το εσωτερικό του. Τα θρεπτικά συστατικά, οι βιταμίνες τα αντιοξειδωτικά κλπ περνάνε στον οργανισμό σας και με καθημερινή χρήση Πολύ σύντομα θα νιώσετε ευεξία. Πάντα σε συνδυασμό με σωστή διατροφή και άσκηση.

Με τον ίδιο τρόπο μπορείτε να το χρησιμοποιήσετε στο πρόσωπό σας. Απλά ακουμπήστε την εσωτερική πλευρά της αλόης στο δέρμα σας, κάντε απαλό μασάζ και σε δευτερόλεπτα θα νιώσετε να "τραβάει" το δέρμα σας. Είναι τόσο άμεση η επίδραση της αλόης στην επιδερμίδα μας καθώς μπορεί να λειάνει λεπτές γραμμές εφόσον τη χρησιμοποιούμε καθημερινά.

Η φύση είναι σύμμαχός μας! Το μόνο που χρειάζεται είναι να προσθέσουμε στην καθημερινότητά μας φυτά, βότανα κλπ, αλλά αρχικά να αλλάξουμε στάση ζωής με κύριο γνώμονα την ηθική!

Γράφει η @ethical.living.gr



Επιστροφή στις προπονήσεις για την Football League, εκτός της νέας ΚΥΑ έμεινε η Γ' Εθνική.

Η FL επιστρέφει και τυπικά στις προπονήσεις από 6/3 με το υγειονομικό πρωτόκολλο που περιλαμβάνει υποχρεωτικό εβδομαδιαίο έλεγχο για Covid-19.

Αντίθετα εκτός και σε αναστολή προπονήσεων έμεινε η Γ' Εθνική στην οποία δε δόθηκε πράσινο φως.

Προκαλεί μεγάλη απορία ο λόγος που ενώ άνοιξε ο ερασιτεχνικός αθλητισμός σε όλες τις κατηγορίες, παρέμεινε στον «πάγο» η Γ' Εθνική.

Επιστρέφουν άμεσα, από το Σάββατο 6 Μαρτίου, στις προπονήσεις οι ανδρικές και γυναικείες ομάδες των πρώτων κατηγοριών στα ερασιτεχνικά πρωταθλήματα.

Προπονήσεις οι οποίες είχαν ανασταλεί ξεκινούν για όσες ομάδες εδρεύουν στις περιοχές πολύ αυξημένου κινδύνου ανά την επικράτεια. Ομοίως ξεκινούν οι προπονήσεις και για τις ομάδες της Football League.

Παράλληλα, υπάρχει πλέον οριζόντια εφαρμογή των μέτρων για τον αθλητισμό σε όλη τη χώρα. Παύουν να ισχύουν διαφορετικές προϋποθέσεις, αναλόγως την περιοχή και την επιδημιολογική της κατάσταση, για λόγους ίσης μεταχείρισης.

Συνεπεία αυτών, αναστέλλεται προσωρινά η λειτουργία και χρήση:

- * των κολυμβητηρίων για αθλητές σωματείων, υποψήφιους Σχολών Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού και Στρατιωτικών Σχολών,
- * έως τριών (3) χιονοδρομικών κέντρων -δύο (2) στη Βόρεια και ένα (1) στη Νότια/Κεντρική Ελλάδα.



Συνεχίζονται κανονικά οι αγώνες των επαγγελματικών πρωταθλημάτων ανδρών Super League 1, Super League 2, Basket League, Volley League, ενώ η επιστροφή σε αγωνιστική δράση των υπολοίπων πρωταθλημάτων στα οποία επιτρέπεται πλέον η προπόνηση, θα δρομολογηθεί μετά από την εναρμόνιση των διοργανωτριών αρχών και των ομάδων σε τροποποιήσεις των υγειονομικών πρωτοκόλλων, όπως θα εξειδικευτούν άμεσα από τις Οδηγίες της Επιστημονικής Επιτροπής της ΓΓΑ.



Er Mag