

ECOHOME

cooking & decoration



ΓΡΗΓΟΡΙΟΥ Ε' 19, ΧΑΝΙΑ
ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙΑΝΑ ΑΚΡΩΤΗΡΙΟΥ

Αντιλαμβάνομαι ότι με το σημερινό μου editorial ίσως να μην είμαι αρεστός σε κάποιους, αλλά οφείλω να πω τη γνώμη μου, όπως τη λέω και σε συζητήσεις που αναφέρεται το θέμα του Santa Run. Θεωρώ ότι το Santa Run δεν θα έπρεπε να γίνει φέτος. Πιστεύω ότι το πρόβλημα δεν ήταν οι λιγοστοί εθελοντές, αλλά ότι οι διοργανωτές έχουν αντιληφθεί ότι ο θεσμός έχει χάσει τη λάμψη του και ο κόσμος το ενδιαφέρον του για το event. Τα τελευταία τρία χρόνια έχει αρχίσει μια φθίνουσα πορεία. Η αλήθεια είναι ότι χάθηκε μια χρυσή ευκαιρία εκείνη τη χρονιά για να απογειωθεί το γεγονός και να ανοίξει κι'άλλο. Ο λόγος που το λέω αυτό είναι για να κατανοήσουμε ότι αν κάτι δεν εξελιχθεί τη στιγμή που είναι στο peak του, τότε θα βαλτώσει και ως φυσικό επόμενο θα αρχίσει να πέφτει. Το Santa Run αντιλεί κάθε χρόνο από την ίδια δεξαμενή συμμετοχές. Αυτό δεν θα μπορούσε να συνεχιστεί άλλο. Έπρεπε να διευρυνθεί το κοινό. Στο Ρέθυμνο για παράδειγμα δεν πας μόνο για τη παρέλαση των καρναβαλιστών. Πας και για τη νυχτερινή παρέλαση. Πας για τριήμερο, όπου η πόλη ζει στο ρυθμό του καρναβαλιού με party, events και πολλές παράλληλες δραστηριότητες. Αρα έχει λόγο να έρθει κάποιος από πιο μακριά. Στη δική μας περίπτωση υπήρχε μόνο η μεσημεριανή παρέλαση και να γυρίσεις στο δημοτικό για να διασκεδάσεις. Οι μισοί δεν γύρναγαν και αυτοί που επέστρεφαν ήταν σαν τη μύγα μες'το γάλα σε ένα αχανές τοπίο μιας και το σχολείο είναι πολύ μεγάλο για να γεμίσει. Τότε λοιπόν που έπρεπε να καθίσουν όλοι μαζί και να αντιληφθούν ότι έχουν χρυσάφι στα χέρια τους που μπορεί να δώσει ζωή στη πόλη, δεν το έκαναν. Τότε χρειαζόταν ο δήμος να ενισχύσει τη προσπάθεια. Τώρα δεν ξέρω πόσο μπορεί να βοηθήσει. Ευχή μου και ευχή όλων είναι να πάει καλά, γιατί εξυπηρετεί ένα σπουδαίο σκοπό και έχει βοηθήσει όσο λίγοι τα ιδρύματα, όμως επιτρέψτε μου να κρατώ μικρό καλάθι.

DON'T WATCH

Από την αρχή κάτι δεν κολλάει ωστόσο υπάρχει μια αισθητική και μερικές σκηνές που σου τραβούν κάπως την προσοχή, αλλά από κεί και πέρα όλα γκρεμίζονται και η ταινία παίρνει την κάτω βόλτα. Αντί να έχει μια ένταση, και τα συναφή, γίνεται ολόένα και πιο άνευρη με ένα τεμπέλικο σενάριο, χαρακτήρες που είναι καρικατούρες και παρόλο που υπήρχε προοπτική για κάτι πρωτότυπο, καταλήγει σε φιάσκο. Στο πιο κρίσιμο σημείο η ταινία χάνει εντελώς την μπάλα και μοιάζει πιο πολύ με παρωδία. Η εξέλιξη της ταινίας αποδεικνύεται άνευρη, τραγελαφική, περισσότερο προκαλώντας τα γέλια των θεατών, παρά την αγωνία τους. Η ταινία πνίγεται στην μετριότητα, εικόνες και ηθοποιοί αγγίζουν τα όρια της γραφικότητας και σε κάνουν να κοιτάς πιο πολύ το ρολόι. Ειλικρινά μετά το τέλος της προσπάθειας τα λόγια είχαν στερέψει.

Piercing



Animals profile by PETWORLD

CHANIA

Πώς να κάνω το σκύλο μου να σταματήσει να γαυγίζει; #3

- Αν ο σκύλος συνεχίσει να γαβγίζει, αυξήστε την ένταση της φωνής σας ή χρησιμοποιήστε τη γλώσσα του σώματος για να ενισχύσετε την εντολή σας, αλλά επαινέστε τον μόλις αυτός ησυχάσει.
-Πάντα να είστε συνεπείς στον τρόπο αντιμετώπισης του προβλήματος. Πολλές προσπάθειες εκπαίδευσης του σκύλου αποτυγχάνουν εξαιτίας της ασυνέπειας εκ'μέρους του εκπαιδευτή.
-ΠΟΤΕ μην τον επιπλήττετε κάθε φορά που γαβγίζει. Μόνο επειδή παράκουσε την εντολή σας να είναι ήσυχος. Αλλά μόλις υπακούσει, επαινέστε τον θερμά!
Πώς να μάθετε στο σκύλο σας να αντιμετωπίζει τους επισκέπτες ως κάτι ευχάριστο: Εκτός του να διδάξετε στο σκύλο σας τη διαταγή "Κάτσε ήσυχος!", είναι σημαντικό να τον μάθετε να δέχεται τους επισκέπτες ως μία ευχάριστη εμπειρία. Έτσι, θα "αφοπλιστεί" η αίσθηση της "απειλής" η οποία "πυροδοτεί" το σκύλο σας να γαβγίζει. Η πλήρης κοινωνικοποίηση του με όσο το δυνατό πιο διαφορετικά είδη ανθρώπων θα πρέπει να είναι μια προτεραιότητα σας από μικρή ηλικία του ζώου.

Γιάννης Βενετάκης (Ζωοτεχνολόγος) II ΚΥΔΩΝΙΑΣ 85 / ΤΗΛ.2821091862



Bledi Sadrija

well said...
-Καλώς ήρθατε στο κατάστημά μας, πως μπορώ να σας βοηθήσω;
-Ζοιτάω απλά, ευχαριστώ.
-Γείτε μου μέχρι που μπορείτε να φτάσετε οικονομικά να σας βοηθήσω
-Λέχρι το κοίταγμα, ευχαριστώ



Margarita Kalorizikaki

well said...
Το θέμα είναι να έχεις ευελιξία... Παίρνεις την ομπρέλα της παράλλας και περπατάς στη βροχή...



Alexandros Terezakis

well said...
Είχα ραντεβού σήμερα στις 10.00 και ξύπνησα από το άγχος μου μια στις 6.00,μια στις 8.00 και μια στις 12.00..



Dimitris Garofalis

well said...
Σκέψου τώρα να είσαι ο Πετριτζίκης, να θες να μαγειρέψεις κάτι στα γρήγορα και να μην έχεις ριζες από μπουνιά!



Γιώργος Χατζησταυράκης

well said...
-Ναι ΟΤΕ εκεί! Δε πάνω ίντερνετ από το μόντεμ..
-Ποιά φώτα είναι αναμμένα;
-Του χολ και της κουζίνας, παίζει ρόλο;
-Κατάλαβα, στέλνουμε τεχνικό



LUXURY WEDDINGS SPECIAL EVENTS PRIVATE PARTIES



"Επιτυχία είναι"
το δικό σας γαμήλιο party
...να μας μείνει αξέχαστο

ANDREASONDECKS
www.andreasondecks.com
andreasondecks@hotmail.com

(my bio)...

25 χρόνια dj
στα καλύτερα clubs της Κρήτης

Συλλέκτης
μουσικής από τότε που με θυμάμαι

Αστείρευτη ενέργεια
στη κονσόλα που όμοια δεν έχεις δει

Διοργανωτής
των μεγαλύτερων events της πόλης

Αθηνινός Διασκεδαστής
όλων των ηλικιών και εθνικοτήτων

ANDREAS GARIFALIS

Protopapadaki 10,Pasakaki, Chania

+30 2821044127 / mob.+306979115513



Οδύσσεια
καφέ - μούρα - ποτό

Κτιστάκη 9 Χανιά
facebook Instagram

ΒΡΑΔΙΕΣ ΓΕΜΑΤΕΣ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ!

Κάθε εβδομάδα το Ακταίον σας υποδέχεται με μοναδικές προτάσεις διασκέδασης. Κάθε Δευτέρα ο Βασίλης Μαλαξιανákης & ο Χρήστος Πατερákης σας υποδέχονται σε ένα καινούριο μουσικό project, με στόχο να σας γυρίσουν σε γνωστές ελληνικές μελωδίες, εκτελεσμένες με το δικό τους στυλ και ύφος, κάθε Τετάρτη το Ev Χορώ Dance Academy σας περιμένει όλους για να χορέψετε σε ρυθμούς Bachata & Kizomba! Δωρεάν Μάθημα Bachata πριν το πάρτι!! Κάθε Πέμπτη η διασκέδαση απογειώνεται με την αγαπημένη Karaoke βραδιά και την μπάντα των StickerNoiz να ροκάρει δυνατά. Παρασκευές φιλοξενεί μοναδικά live, έχοντας αυτή την εβδομάδα τους μοναδικούς Change House! Και κάθε υποδέχεται τον Γιάννη Χριστιανákη για ξεχωριστά βράδια γεμάτα έντεχνες-ροκ μελωδίες και αγαπημένες μουσικές..στο Ακταίον φυσικά!



Ακταίον Theory Live Stage
INFO
The Day: Κάθε Δευτέρα- Σάββατο
The Time: 22:30



Η ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ ΣΤΟ BRAS ΔΕ ΣΤΑΜΑΤΑ
INFO
The Day: Τετ.20/11-Κυρ.24/11
The place: Bras de Freres
The Time: 22:00
Location: Επιμενίδου 2

Κάθε εβδομάδα η διασκέδαση στο γνωστό σημείο διασκέδασης στην Επιμενίδου 2 χτυπάει κόκκινο! Μοναδικές live βραδιές κάνουν τα βράδια σας ξεχωριστά. Τετάρτη 20/11 γίνεται η αρχή με την karaoke βραδιά "You are The Voice", Πέμπτη 21/11 οι λατρεμένοι City of the Sun επιστρέφουν στη χώρα του ήλιου για να μας μαγέψουν και πάλι με τα μουσικά πχοχρώματα και τις εκρηκτικές τους live εμφανίσεις, Παρασκευή 22/11 η house Band του Bras de Freres τα τελευταία χρόνια, Freaktones, που ξεσπκώνει κάθε είδους κοινού σας περιμένει, ενώ Σάββατο 23/11 υποδέχεται τον πάντα ξεχωριστό Μάνο Μαλαξιανákη και την μπάντα του. Και Κυρ. 24/11 ο Χρήστος Θηβαίος σας υποδέχεται full band σε ένα μουσικό ταξίδι που θα σας μείνει αξέχαστο!



ΑΚΟΜΑ 'ΕΝΑ ΤΡΙΗΜΕΡΟ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗΣ
INFO
The Day: Τετ.20-Σαβ. 23/11
The place: Κονάκι
The Time: 22:00
Location: Ακρωτηρίου 165

Ένα τριήμερο γεμάτο ξεχωριστές παραδοσιακές βραδιές γεμάτες όμορφες στιγμές σας περιμένει αυτή την εβδομάδα στο Κονάκι! Η αρχή γίνεται Τετάρτη 20/11 παραμονή της Παναγίας, με τους μοναδικούς Χάρη & Γιώργη Παντερμάκη να σας χαρίζουν ένα αξέχαστο βραδύ, Παρασκευή 22/11 ο ξεχωριστός Νίκος Καρκάνης με το συγκρότημά του δίνουν τη συνέχεια και το Σάββατο 23/11 ένα αξέχαστο κρηνικό γλέντι σας περιμένει με τον αγαπημένο Αντώνη Μαρτσάκη να αναλαμβάνει τη διασκέδασή σας!



CHANGE HOUSE LIVE
INFO
The Day: Παρ.22/11
The Place: Ακταίον
The Time: 22:30

Το συγκρότημα Change House δεν χρειάζεται συστάσεις!!! Είναι από τα πιο ενεργά και γνωστά μουσικά σχήματα της πόλης που χαρακτηρίζεται απο την ένταση, την ατμόσφαιρα και τις δημιουργικές μελωδίες. Το alternative rock πχόχρωμα σε συνδυασμό με τις pop/hard rock κ' soul/blues διασκευές, έχοντας πάντα προσωπικότητα κ άποψη ,δίνει το αποτέλεσμα που αναρωτιέσαι αν πρέπει να τα σπάσεις ή απλά να ακούσεις προσεχτικά τις εκάστοτε μουσικές πρωτοτυπίες. Έχοντας εκατοντάδες live εμφανίσεις στο ιστορικό τους εντός κ εκτός Ελλάδος οι Change House δημιουργήθηκαν το 2016 στα Χανιά και αποτελούνται απο ηλεκτρική κιθάρα ,θερεμιν μπάσο,φλογερα τύμπανα, πλήκτρα,κιταρ κ βεβαίως φωνητικά. Κύριος στόχος είναι τα δικά τους τραγούδια κ μουσικά τα επόμενα χρόνια καθώς ήδη έχουν μπει σε αυτήν τη φιλοσοφία. Παρασκευή 22/11 ένα ακόμα μοναδικό live στο Ακταίον!



Ο Χρήστος Θηβαίος σε ένα μουσικό ταξίδι από τους "Συνήθεις Υπόπλους" και τον "Άμλει της Σελήνης" έως το "Σιδερένιο νησί" και τους "Κήπους των ψιθύρων" από την καινούργια του συνεργασία με τον Χάρη Κατσιμίχα, που μετά από 10 ολόκληρα χρόνια, μελοποίησε σπουδαίους ποιητές και εμπιστεύτηκε τον Χρήστο Θηβαίο να ερμηνεύσει αυτά τα νέα τραγούδια του. Το πρόγραμμά του συμπεριλαμβάνει εκτός από το μουσικό του ταξίδι στη γειτονιά του Χάρη Κατσιμίχα στο Μπραχάμι, και ένα αφιέρωμα σε μια άλλη γειτονιά, στα Εξάρχεια, την πιο εναλλακτική της Αθήνας. Τη γειτονιά που συνδέθηκε με μερικές από τις πιο σημαντικές μορφές του νεότερου πολιτισμού μας: Νικόλα Άσιμο, Παύλο Σιδηρόπουλο, Αρλέτα, Κατερίνα Γώγου. Επίσης θα ακούσουμε όσα τραγούδια του έχουμε αγαπήσει όλα αυτά τα χρόνια: Ημερολόγιο, As Χαθείς, Αγάπη, Δεν Είμαι Άλλος, Παλιός Στρατιώτης, Μικρή Πατρίδα, Βροχή μου, Γυναίκα, Ποια Θάλασσα, και τόσα άλλα που αποτελούν μια σπουδαία μουσική προίκα.



ΟΛΟΙ ΟΙ ΔΡΟΜΟΙ ΟΔΗΓΟΥΝ ΕΔΩ!
INFO
The Day: Παρ.22-Κυρ.24/11
The Time: 22:00
The place: Κοντυλιές
Location: Κυδωνίας 90

Για ακόμα μια εβδομάδα ο παλμός της παραδοσιακής διασκέδασης χτυπάει δυνατά στο Κοντυλιές Κρητικό Κέντρο, όπου σας υποδέχεται με ακόμα τρεις ξεχωριστές live παραδοσιακές βραδιές και σας περιμένει να διασκεδάσετε παρέα! Παρασκευή 22/11 ο Βασίλης Σταυρακάκης σας διασκεδάζει με τον δικό του μοναδικό τρόπο, Σαββάτο 23/11 ο αγαπημένος Αντρέας Μανωλαράκης σας χαρίζει μια αξέχαστη βραδιά, ενώ Κυριακή 24/11 το μεσημέρι ο Νίκος Ζωιδάκης σας χαρίζει ένα γλέντι καθώς ήδη έχουν μπει σε αυτήν τη φιλοσοφία. Παρασκευή 22/11 ένα ακόμα μοναδικό live στο Ακταίον!

EVENT OF THE WEEK

ΧΡΗΣΤΟΣ ΘΗΒΑΙΟΣ FULL BAND LIVE
Ο Χρήστος Θηβαίος σε ένα μουσικό ταξίδι από τους "Συνήθεις Υπόπλους" και τον "Άμλει της Σελήνης" έως το "Σιδερένιο νησί" και τους "Κήπους των ψιθύρων" από την καινούργια του συνεργασία με τον Χάρη Κατσιμίχα, που μετά από 10 ολόκληρα χρόνια, μελοποίησε σπουδαίους ποιητές και εμπιστεύτηκε τον Χρήστο Θηβαίο να ερμηνεύσει αυτά τα νέα τραγούδια του. Το πρόγραμμά του συμπεριλαμβάνει εκτός από το μουσικό του ταξίδι στη γειτονιά του Χάρη Κατσιμίχα στο Μπραχάμι, και ένα αφιέρωμα σε μια άλλη γειτονιά, στα Εξάρχεια, την πιο εναλλακτική της Αθήνας. Τη γειτονιά που συνδέθηκε με μερικές από τις πιο σημαντικές μορφές του νεότερου πολιτισμού μας: Νικόλα Άσιμο, Παύλο Σιδηρόπουλο, Αρλέτα, Κατερίνα Γώγου. Επίσης θα ακούσουμε όσα τραγούδια του έχουμε αγαπήσει όλα αυτά τα χρόνια: Ημερολόγιο, As Χαθείς, Αγάπη, Δεν Είμαι Άλλος, Παλιός Στρατιώτης, Μικρή Πατρίδα, Βροχή μου, Γυναίκα, Ποια Θάλασσα, και τόσα άλλα που αποτελούν μια σπουδαία μουσική προίκα.

Bras de Frères
INFO
The Day: Κυρ.Κυρ.24/11
The Time: 22:00

TEDxChania: NOEMA
Φέτος το TEDxChania θα είναι γιορτή, με 15 φανταστικούς ομιλητές, 3 συγκλονιστικά performances και 6 εξαιρετικά workshops. Ο τελικός αποδέκτης είσαι πάντα εσύ: μόνο εσύ έχεις συλλέξει αυτή την ανεπανάληπτη παλέτα βιωμάτων, συνθειών, φόβων, ταλέντων και προθέσεων. Κι έτσι φέτος, όσα θα ακουστούν θα έχουν διαφορετική αξία, πολλαπλάσια. Γιατί θα τα ακούσεις εσύ, κι έτσι θα αποκτήσουν μία σημασία που αποκλείεται να είχαν ποτέ, αν δεν τα άκουγες.
Το TEDxChania φέτος γίνεται πέντε χρονών λοιπόν. Όσο ένα μικρό παιδί που αρχίζει να αποκτά αντίληψη του κόσμου, που όλο κάνει ερωτήσεις γι' αυτά που δεν ξέρει κι όλο εξερευνά αυτά που το ενθουσιάζουν. Μαζί με το TEDxChania μεγαλώνουμε κι εμείς, προσπαθώντας να ερμηνεύσουμε τον κόσμο γύρω μας. Ψάχνουμε το νόημα της ζωής, της δημιουργίας, το νόημα της ίδιας μας της ύπαρξης. Πολλοί είναι αυτοί που το ενοπίζουν στην δημιουργία, κι έτσι γεννιούνται ιδέες που αφορούν στην τέχνη. Γι' άλλον το νόημα βρίσκεται στη διαρκή εξέλιξη κι έτσι αφοσιώνεται στην έρευνα και την επιστήμη. Για 'σένα μπορεί να βρίσκεται στην καινοτομία κι έτσι να σε ιντριγκάρει το επιχειρείν. Και για 'μενα; Για 'μένα το νόημα είναι ο ίδιος ο άνθρωπος. Οι δυνατότητές του. Οι σκέψεις του με το περιβάλλον και με τον εαυτό του.
Το νόημα είναι πάντα ένα και μοναδικό για τον καθένα, ωστόσο πάντα μεταβάλλεται. Κάθε νέα πληροφορία αναιρεί, προσθέτει, μετατρέπει το νόημα, αλλά κι εμάς τους ίδιους.
Το TEDxChania φέτος γίνεται για 'σένα. Οτιδήποτε σε καθορίζει, θα επηρεάσει την ερμηνεία που θα δώσεις σε καθετί που θα δεις και θα αισθανθείς. Το TEDxChania φέτος γίνεται προσωπικό. Σου κλείνει το μάτι. Σου κάνει νόημα.
Στις 23 Νοεμβρίου στο Πνευματικό Κέντρο Χανίων. Π ρ ο π λ η σ η ε ι σ ι τ η ρ ί ο ν : <https://goto.tedxchania.com/2019>
Πληροφορίες για το event: <https://tedxchania.com/>



BACHATA & KIZOMBA ΣΤΟ ΑΚΤΑΙΟΝ



ΠΕΡΟΥΛΑΚΙΑ ΣΤΙΣ ΚΟΝΤΥΛΙΕΣ



ΚΟΝΤΥΛΙΕΣ κρητικό κέντρο



ΝΙΚΟΣ ΖΩΙΑΔΑΚΗΣ
Κυριακή **24** Νοεμβρίου

ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ 14.00

ΚΥΔΩΝΙΑΣ 90 | ΤΗΛ ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ 6944645851





ΚΟΝΤΥΛΙΕΣ
κρητικό κέντρο

Κυδωνίας 90, Χανιά
ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ: 6944645851

ΣΑΒΒΑΤΟ 23 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ 22:00

ΜΑΝΩΛΑΡΑΚΗΣ
ΝΔΡΕΑΣ

Λέων Σαββάνης, Λεωνίδας Κίλλης, Σπυριδωνίδης Μίχαλης
Μανώλης - Ραυβούλης, Καλλιόπη Μάρκο, Σπύρος - Φωτεινή, Βασιλική Βασιλική, Μιχάλης Τσίλκας





ΚΟΝΤΥΛΙΕΣ
κρητικό κέντρο

ΒΑΣΙΛΗΣ
ΣΤΑΥΡΑΚΑΚΗΣ

Παρασκευή **22** Νοεμβρίου
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ 22:00

Φωνητό Πιλό Μουσική

ΚΥΔΩΝΙΑΣ 90 | ΤΗΛ ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ 6944645851

ΜΠΟΥΧΛΗΣ - ΚΟΥΡΑΚΗΣ ΣΤΟ ΚΟΝΑΚΙ



FREAKTONES ΣΤΟ BRAS DE FRERES



ΠΑΡΑΜΟΝΗ ΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΑΣ
ΤΕΤΑΡΤΗ
20 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ
ΕΝΑΡΞΗ 22:00

ΚΟΝΑΚΙ
Γιάννης Β. Γιάννης
ΠΑΝΤΕΡΜΑΚΗΣ
Ηλίας Διγενάκης - Δημήτρης Τσούρτος
ΑΚΡΟΤΗΡΙΟΥ 165, ΧΑΝΙΑ | ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ: 698 307 7210

ΝΙΚΟΣ
ΚΑΡΚΑΝΗΣ
Τομμάκης Σαββάνης - Νίκος Παπαδόπουλος Σαβάνης - Μανώλης Παπαδόπουλος Σαββάνης - Νικόλαος Σαββάνης
22 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ
ΕΝΑΡΞΗ 22:00

ΚΟΝΑΚΙ
ΑΚΡΟΤΗΡΙΟΥ 165, ΧΑΝΙΑ | ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ: 698 307 7210

ΑΝΤΩΝΗΣ
ΜΑΡΤΣΑΚΗΣ
Μπαρμπαρής Νίκος (Μπαρμπαρής) - Κιζιούδης Κωνσταντίνος (Μπαρμπαρής) - Παπαδόπουλος Αλέξανδρος (Μπαρμπαρής)
ΣΑΒΒΑΤΟ
23 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ
ΕΝΑΡΞΗ 22:00

ΚΟΝΑΚΙ
ΑΚΡΟΤΗΡΙΟΥ 165, ΧΑΝΙΑ
ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ: 698 307 7210

Dress with the

BEST
•boutique

WE ARE OPEN

BOLLYWOOD NIGHT AT NAMASTE

Μια ξεχωριστή BOLLYWOOD βραδιά διοργανώθηκε το Σάββατο 16 Νοεμβρίου στο Namaste Indian Restaurant με την υποστήριξη της σχολής Art Zone. Οι φίλοι της Ινδικής κουζίνας είχαν τη δυνατότητα να γευτούν ποικίλες γεύσεις από το μπουφέ του Namaste και να παρακολουθήσουν Live Indian Dance από την χοροδιδάσκαλο της Art Zone, Κωνσταντίνα Μαρινάκη. Η ανταπόκριση του κόσμου ήταν πολύ μεγάλη και για το λόγο αυτό το event θα επαναληφθεί το Σάββατο 23 Νοεμβρίου. Η τιμή ανά άτομο με μπουφέ είναι 18 ευρώ. Μια ξεχωριστή εμπειρία που αξίζει να γευτείς, στην οδό Κισσάμου 186.



2002 GR ΣΤΟ BRAS



ΚΟΥΜΠΕΣ
παράδοση στη γεύση

Νέα εμφάνιση, νέος χώρος, νέες γεύσεις!



Α. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ & Α. ΠΑΝΑΓΟΥΛΗ, ΚΟΥΜΠΕΣ - ΧΑΝΙΑ • FACEBOOK: ΨΗΣΤΑΡΙΑ ΚΟΥΜΠΕΣ - ΚΟΥΒΕΣ GRILL HOUSE

www.italmarket.gr

ITALIANFACTORYOUTLET

NEW ARRIVALS
FALL COLLECTION

MISS SIXTY	TOM FORD	FRANKLINMARSHALL	GF FERRE	VERSACE	EMPORIO ARMANI
pierre cardin	Calvin Klein	DSQUARED²	BVLGARI	HUGO BOSS	LEGEAL
BONAVITA JEANS	MOSCANEVA	PUMA	adidas	TODS	new balance
REPLAY	FENDI	GUESS	FURLA	Roma Cardin	NIKE
Salvatore Ferragamo	Kappa	ENORGIE		DIESEL	AT.P.CO

KLADISSOS. CHANIA tel.+30 2821 087347 Italian Factory Outlet italianfactoryoutlet

HOT



Η εθνική ποδοσφαίρου που ύστερα από μεγάλες παλινωδίες καταφέρνει με νέο προπονητή και πλήρη ανανέωση να παίζει ελκυστικό ποδόσφαιρο συνδυάζοντας θέαμα και ουσία. Μακάρι να συνεχίσουν!



Η πορεία του Σύριζα στο Πολυτεχνείο. Πέρυσι έστηναν οδοφράγματα με κλούβες των ΜΑΤ στην Ηρώδου Αττικού και φέτος παρελάζουν περιχαρείς. Μμμ...όχι και τόσο εύστοχη κίνηση θα λέγαμε...



υκταιον
THEORY LIVE STAGE
ΚΑΘΕ ΔΕΥΤΕΡΑ
ΩΡΑ: 22.00
ΒΑΣΙΛΗΣ ΜΑΛΛΑΞΙΑΝΑΚΗΣ
ΧΡΗΣΤΟΣ ΠΑΤΕΡΑΚΗΣ

υκταιον
THEORY LIVE STAGE
ΚΑΘΕ ΤΕΤΑΡΤΗ
ΔΩΡΕΑΝ ΜΑΘΗΜΑ
22.30 - 23.10
Bachata & Kizomba Nights
Dance Academy

Ο Στέφανος Τσιτσιπάς αναμφίβολα είναι ότι πιο HOT έχει η χώρα μας αυτή τη στιγμή. Με μια τεράστια επιτυχία δίκαια θεωρείται το παρόν και το μέλλον του παγκόσμιου τένις. Πλέον το θέμα είναι η διάρκεια στις επιτυχίες.



Ο Πιτίνος είναι και πάλι HOT, δείχνοντας έμπρακτα την ευγνωμοσύνη του για την αγάπη που εισέπραξε στη χώρα μας. Η ανάληψη της Εθνικής μπάσκει γεννά ελπίδες για μεγάλα πράγματα.

NOT



Ο Αργύρης Πεδουλάκης τελειώνει άδοξα και τη τρίτη του θητεία στο Παναθηναϊκό. Η ήττα και ο αποκλεισμός στο Κύπελλο Ελλάδος ήταν το κερασάκι στη τούρτα, σε μια χρονιά που δεν έχει ξεκινήσει ιδανικά για τους πράσινους.

ΘΑ ΓΙΝΕΙ ΤΟ SANTA RUN 2019



Για μια ακόμη χρονιά τα Χανιά θα “κοκκινίσουν” και το 9ο Santa Run θα πραγματοποιηθεί στους δρόμους και τα σοκάκια της πόλης. Αυτό ανακοίνωσε μεταξύ άλλων ο Δήμαρχος Χανίων, Παναγιώτης Σημανδράκης, κατά τη διάρκεια της κοινής συνέντευξης Τύπου, με τους συμμετέχοντες και τα σωματεία που ωφελούνται από τη διοργάνωση. Ο Δήμαρχος Χανίων δήλωσε, ότι ο μεγαλύτερος και αγαπημένος εθελοντικός θεσμός της πόλης μας, το Santa Run θα πραγματοποιηθεί κανονικά για 9η συνεχόμενη χρονιά στις 26 Δεκεμβρίου 2019, ενώ καλούνται όλοι όσοι θέλουν να βοηθήσουν να το κάνουν.

ΦΩΤΟ: HANIA NEWS

FITNESS MEAL

Ποιος είπε ότι αν είσαι fit δεν θα βρεις κάτι να καλύψει τις ανάγκες σου στη ψυποταρία Κουμπές. Επέλεξε ένα φιλέτο κοτόπουλο σχάρας και συνόδευσέ το ιδανικά με ρύζι και σαλάτα. Αλλωστε η ψυποταρία Κουμπές φροντίζει για όλους!



Ο ΟΙΚΟΣ ΤΩΝ ΑΡΩΜΑΤΩΝ ΕΡΧΕΤΑΙ



Πολλοί το γνωρίζετε ως “το Σπίτι του Αρώματος” όμως με την ολοκληρωτική του ανακαίνιση και τη δημιουργία του νέου χώρου, το Σπίτι του Αρώματος μετονομάζεται σε «Οίκος των Αρωμάτων». Οι εργασίες έχουν ξεκινήσει και οι προετοιμασίες για την παρουσίαση του νέου “ΟΙΚΟΥ” αναμένεται να ολοκληρωθούν στα τέλη Νοεμβρίου. Παράλληλα με τη ραγδαία ανάπτυξη του e-shop, ο Οίκος των Αρωμάτων εδραιώνει την παρουσία του στη πόλη μας, καθώς και τις προοπτικές ανάπτυξης του που αποκτούν μια επιπλέον δυναμική.

JACK & JONES AT “BEST”

Ενα από τα πιο σημαντικά ονόματα στο χώρο της ανδρικής μόδας, με εκατοντάδες σημεία πώλησης παγκοσμίως επιτέλους βρήκε στέγη και στα Χανιά. Το γνωστό label που έκανε την εμφάνισή του για πρώτη φορά το 1990 είναι πασίγνωστο στο εξωτερικό και την Ελλάδα. Πλέον θα βρείτε την συλλογή του στο κατάστημα BEST BOUTIQUE στην οδό Σκαλίδη 66. Εσύ ακόμα να το ανακαλύψεις;;

JACK & JONES

υκταιον THEORY LIVE STAGE

υκταιον
THEORY LIVE STAGE
Giannis Christianakis
ΚΑΘΕ ΣΑΒΒΑΤΟ

AKTI MIAOULI 12, KOUM KAPI II RSV.2821008003

karaoke & the band
stickernolz live & karaoke με full band

υκταιον
THEORY LIVE STAGE
ΚΑΘΕ ΠΕΜΠΤΗ

AKTI MIAC

υκταιον
THEORY LIVE STAGE

CHANGE HOUSE
band

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 22.11
TIME 22.30

AKTI MIAOULI 12, KOUM KAPI II RSV.2821008003

FIND OUT MORE:

Aktaion Theory Cafe Bar @ aktaion_theorycafebar

AKTI MIAOULI 12, KOUM KAPI RSV.2821008003



ΖΩΗ ΠΑΤΙΝΙ

Μόλις επιστρέψαμε από ταξίδι αναψυχής και ολίγον επαγγελματικό στην όμορφη Θεσσαλονίκη, και ομολογώ ότι με εντυπωσίασαν δύο πράγματα. Το πρώτο είναι ότι όλοι οι μοτοσυκλετιστές που είδα την εβδομάδα αυτή (και είδα πάρα πολλούς) φορούσαν κράνη. Δεν ξέρω εάν είναι κάποια προσωρινή αστυνομική επιδρομή στους ανεγκέφαλους (ελπίζω να μην είναι προσωρινή) ή αλλαγή νοοτροπίας. Σημασία για μας έχει ο στόχος: κανείς ξεκράνωσης ποτέ ξανά. Το άλλο πράγμα που με εντυπωσίασε, ίσως διότι στα Χανιά δεν έχει έρθει ακόμα, είναι ο χαμός που γίνεται με τα ηλεκτρικά scooter-πατινία. Η Θεσσαλονίκη ήταν η πρώτη πόλη στην Μεσόγειο που τα έφερε και τα νοικιάζει η πολυεθνική Lime. Πανέξυπνη ιδέα: Κατεβάζεις την εφαρμογή, βλέπεις στο κινητό πού κοντά σου έχει διαθέσιμο, το ενεργοποιείς από την εφαρμογή, πας όπου θες, το παρκάρεις όπου θες, το κλειδώνεις με το κινητό πάλι και φεύγεις. Αυτοί τα μαζεύουν και τα φορτίζουν κάθε βράδυ. Το κόστος είναι ένα ευρώ με το ξεκλείδωμα και 0,15 λεπτά για κάθε λεπτό διαδρομής. Δεν μπορείτε να φανταστείτε πόσα είδαμε να κυκλοφορούν. Πόσοι φορούσαν κράνος; Ελάχιστοι. Πόσα κεφάλια γνωστών μας έχουν σπάσει από πτώση με ηλεκτρικό σκούτερ; Πολλά. Ο κόσμος νομίζει ότι είναι ακίνδυνα επειδή δεν μπορούν να πιάσουν υψηλή τελική αλλά αν μάθουν ότι το χτύπημα με το κεφάλι από σκύψιμο για τάπερ σε ένα ξεχασμένο ανοιχτό ντουλάπι κουζίνας είναι με 2,16 χιλιόμετρα την ώρα, ίσως συνειδητοποιήσουν τι θα γίνει με την δεκαπλάσια ταχύτητα. Η εταιρεία παροτρύνει τους χρήστες να υπακούν τους τοπικούς νόμους – πάλι η βοήθεια της τροχαίας θα χρειαστεί για να μην ανοίξουν κεφάλια!



Στην αρχαία Ελλάδα ο άνθρωπος χρησιμοποιούταν, μεταξύ άλλων, για το στεφάνωμα των νικητών και με το αιθέριο έλαιό του αλείφονταν οι αθλητές γιατί το θεωρούσαν μαλακτικό και τονωτικό των μυών.

Θύμα της μεγαλύτερης επίθεσης λόγιγκα στην ιστορία υπήρξε ο Τάρλι Όσμπορν. Δέχτηκε συνολικά 435.000.098 «χτυπήματα» ως τις 13 Ιουνίου 1922 και πέθανε 11 μήνες αργότερα.

Κατά τη συντήρηση του Ηρώδειου το 2006, οι αρχαιολόγοι αφαίρεσαν 27 κιλά τσιχλές, που ήταν κολλημένες στα μαρμάρια καθίσματα των διαζωμάτων, ακόμη και στις σειρές των επισήμων!

Τουλάχιστον άλλοι 9.000.000 άνθρωποι έχουν γενέθλια την ίδια μέρα με εσένα.

#8



#numero

Τσιταπιάς: Ο 4ος τίτλος για τον Έλληνα πρωταθλητή!
Ο Έλληνας τενίστας έφτασε στους 4 τίτλους στο Tour και τους έχει κατακτήσει όλους στην Ευρώπη.

Η αρχή έγινε το 2018 στη Στοκχόλμη και το 2019 κέρδισε άλλα 2 ATP 250 στη Μασσαλία και στο Εστορίλ.

Έγινε ο 1ος Έλληνας που κέρδισε το ATP Finals.

Παράλληλα είναι ο 2ος μικρότερος σε ηλικία μετά από το 2001 που κερδίζει το τρόπαιο!

Επίσης είναι πλέον ο 7ος παίκτης στην ιστορία του ATP Finals που κερδίζει τον τίτλο στην 1η του παρουσία.

Ο Έλληνας τενίστας με την κατάκτηση του τίτλου στο ATP Finals θα πάρει ως αμοιβή 2,656,000 δολάρια!

Στην 3η του χρονιά στο Tour κατάφερε να ξεπεράσει σε νίκες σε 1 σεζόν τον Ναδάλ και τον Φέντερερ.

Ναι, αυτό έγινε το 2019. Ο Στέφανος τελείωσε τη σεζόν με 54 νίκες και οι 2 τεράστιοι τενίστες ολοκλήρωσαν στις 53.



EL VENIZELOU 1 - CHANIA TEL: 698 584 4885
fb.Jay Jay's Steakhouse Burgerhouse

gas ologies

fb.Gas Motorsport Culture
www.gasmoto.gr
Κισσάμου 98 Τ. 28210 74730

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ υγιεινής διατροφής

Φοβού την... ζάχαρη

Η ζάχαρη έχει κυρίαρχο ρόλο στην διατροφή μας τα τελευταία χρόνια. Σχεδόν όλα τα συσκευασμένα τρόφιμα περιέχουν ζάχαρη ή άλλες γλυκαντικές ουσίες. Ωστόσο, έρευνες δείχνουν ότι είναι αρκετά επιβλαβές για τον οργανισμό μας. Είναι δεδομένο ότι ευνοεί την παχυσαρκία και τον διαβήτη. Προκαλεί αρθρίτιδα, άσθμα και τροφικές αλλεργίες, όπως επίσης και πονοκεφάλους, συμπεριλαμβανομένων της ημικρανίας και βέβαια διατροφική κατάθλιψη. Μπορεί να προκαλέσει ορμονικές διαταραχές όπως αυξημένα οιστρογόνα στους άντρες και μείωση της ανάπτυξης των ορμονών. Ακόμη, έχει βρεθεί πως μπορεί να μειώσει την ποσότητα της βιταμίνης Ε στο αίμα, καθώς και την ικανότητα των ενζύμων να λειτουργήσουν. Πείτε ΝΑΙ στη φυσική και θεραπευτική γλύκα των φρούτων, φρέσκων και ξερών και του μελιού. Και μην ξεχνάτε, το μέτρο σε όλα είναι ο χρυσός κανόνας..



ΜΠΑΛΑΝΤΙΝΟΣ®
SINCE 1928



zodia

Κριός: Έρωτας: Η οικογένειά σας χρειάζεται περισσότερη αφοσίωση. Διψάτε για ζεστασιά και καλοπέραση αλλα φιλότιμες προσπάθειες δεν κάνετε. Επαγγελματικά: Έχετε αποφασίσει να διαχειριστείτε τα οικονομικά σας με μεγαλύτερη σύνεση και ήδη οι καρποί της προσπάθειάς σας, είναι στο στάδιο της καρποφόρησης.

Ταύρος: Έρωτας: Έχετε απόλυτη ανάγκη από την τρυφερότητα και την σιγουριά μιας ουσιαστικής σχέσης. Επαγγελματικά: Έχετε βρεθεί αναμεμιγμένοι στα προβλήματα που κυριαρχούν στον χώρο εργασίας σας. Ξεκαθαρίστε τη θέση σας τώρα.

Δίδυμοι: Έρωτας: Με δυσκολία θα βρείτε την έξοδο στα περίεργα μονοπάτια που έχει ακολουθήσει η ζωή σας. Επαγγελματικά: Αγνοήστε την γκρίνια των συνεργατών σας και κάντε ότι δεν καταλαβαίνετε. Όσο και να προσπαθείτε δεν καταφέρντε να φέρετε στα νερά πρόσωπα και τους πράγματα.

Καρκίνος: Έρωτας: Η αναζήτηση κάποιων φλερτ είναι κάτι που θα μπορούσε να δώσει τη χαριστική βολή σ' ό,τι ήδη έχετε κτίσει. Επαγγελματικά: Προσέξτε τις κινήσεις, όσον αφορά τις συμφωνίες που πρόκειται να συνάψετε και αφορούν θέματα οικονομικών δοσοληπιών με την εφορία και τους προμηθευτές.

Λέων: Έρωτας: Πρέπει να προσέχετε και να μην αφήνετε τρίτους να επεμβαίνουν στα προσωπικά σας, γιατί μπορεί να υπάρξουν αρνητικές συνέπειες. Επαγγελματικά: Η καριέρα απαιτεί ισορροπία ανάμεσα στο θετικό και αρνητικό τρόπο επικοινωνίας.

Παρθένος: Έρωτας: Οι δεσμευμένοι παραδεχτείτε ότι δεν τα πάτε καλά με όλους και ειδικά τον σύντροφό σας. Επαγγελματικά: Παρά την καλή διάθεσή σας αναζητάτε ισορροπίες δυνάμεων, κινήσεων και επίλυση νομικών θεμάτων που έχουν συσσωρευτεί.

Ζυγός: Έρωτας: Αν νιώθετε ότι βρίσκεστε σε ενδιάμεση κατάσταση συναισθηματικά θυμηθείτε τον δικό σας ρόλο στην αστάθεια των σχέσεών σας. Επαγγελματικά: Αυτό τον καιρό φαίνεται να τερματίζεται και να φορτώνετε τις ευθύνες σε άλλους.

Σκορπιός: Έρωτας: Να συζητήσετε τα προβλήματά σας με τον σύντροφο σας, έτσι ώστε να μη δημιουργηθούν συγκρούσεις. Επαγγελματικά: Δημιουργήστε ένα κλίμα εμπιστοσύνης και ασφάλειας με τους συνεργάτες σας. Η ανάκαμψη των οικονομικών σας γίνεται σιγά-σιγά πραγματικότητα.

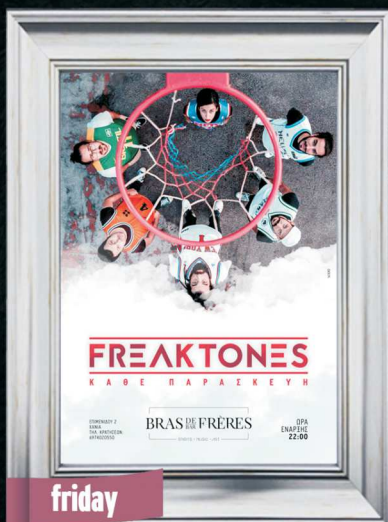
Τοξότης: Έρωτας: Η ανάγκη σας για ανεξαρτησία σας έχει παίξει πολλή παιχνίδια. Σας αποτρέπει από το να δοθείτε και από την άλλη το μετανιώνετε. Επαγγελματικά: Οι πιέσεις και οι κοινωνικές υποχρεώσεις εξαντλούν την καλή σας θέληση. Καλό θα ήταν να βρείτε και άλλες πηγές εισοδημάτων.

Αιγόκερως: Έρωτας: Αν είστε αδέσμευτοι ανοίξτε τα μάτια σας. Έχετε απόλυτη ανάγκη από έναν άνθρωπο, που θα σταθεί στο πλάι σας και θα σας στηρίξει. Επαγγελματικά: Σας δίνεται η ευκαιρία να κερδίσετε χρήματα από μέρη που δεν είχατε πριν.

Υδροχόος: Έρωτας: Η υπομονή σας έχει φθάσει σε έσχατο σημείο και η διάθεσή σας μουντή. Επαγγελματικά: Προχωρήστε σε ξεκαθαρίσματα με την εφορία, τράπεζες και συνεργάτες. Θα κερδίσετε περισσότερα αν είστε πιο συγκαταβατικοί.

Ιχθύς: Έρωτας: Μην γίνει στόχος σας να προσελκύσετε την προσοχή των άλλων γιατί «μόνο προσφέροντας αγάπη εισπράττουμε αγάπη». Επαγγελματικά: Έχετε πολύ περισσότερα προσόντα και αξίζετε περισσότερα. Στα κοινωνικά, δώστε προσοχή για να μη βρεθείτε προ εκπλήξεων.

BRAS DE FRÈRES “THIS WEEK”



Epimenidou 2, Chania
rsv. 697 402 0550
fb. Bras de Frères
insta. Bras de Frères