

f Ya Yeeros & grill

@ ya_yeeros_grill

ΕΠΕΞΤΡΕΨΕ!



#yayeerosandgrill #neadiefthinsi #idiapoiotita #perissoteresgefseis

νέα διεύθυνση

Μάρκου Μπότσαρη 7-9

Chillin

27/11/2019

ΕΚΔΟΣΗ:

REAL ADVERTISING

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ:

ΑΝΤΡΕΑΣ ΓΑΡΥΦΑΛΗΣ

ΚΕΙΜΕΝΑ / ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ:

ΑΝΤΩΝΗΣ ΞΑΝΘΟΥΔΑΚΗΣ

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ ΧΑΝΙΑ

ΒΑΣΙΛΗΣ ΚΑΛΙΟΝΤΖΑΚΗΣ

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

REAL ADV.

ΠΡΩΤΟΠΑΠΑΔΑΚΗ 10, ΠΑΣΑΚΑΚΙ

ΧΑΝΙΑ 73135

T.28210 44127

KIN.6979115513

FB group:Chillin Free Press

website:www.chilloutnews.gr

email:chilloutnews@hotmail.com

ΓΙΑ ΤΥΧΟΝ ΑΛΛΑΓΕΣ ΗΜΕΡΑΣ Ή ΩΡΑΣ, ΟΠΩΣ ΕΠΙΣΗΣ ΚΑΙ
ΓΙΑ ΑΚΥΡΩΣΕΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ Ή ΑΛΛΩΝ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΩΝ ΔΡΟΜΩΝ
ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΕΝΤΥΠΟ ΔΕΝ ΦΕΡΟΜΕ ΚΑΜΙΑ ΕΥΘΥΝΗ.

#editoreal

Καταλαβαίνω και σέβομαι όλους όσους καπνίζουν. Δεν είναι απλά μια συνήθεια. Για πολλούς είναι μια εξάρτηση, όμως δεν παύει να είναι βλαβερή όχι μόνο για τους ίδιους αλλά και τους γύρω τους. Από τη στιγμή λοιπόν που είναι βλαβερή για το διπλανό σου που δεν έχει επιλέξει να καπνίζει επιτρέψτε μου να πω ότι καιρός είναι να εφαρμοστεί ο νόμος...και πολύ αργήσαμε. Δεν είναι μαγκιά να αναγκάζεις τον ιδιοκτήτη οποιασδήποτε επιχείρησης να έρχεται να σου ζητήσει να βγεις έξω να καπνίσεις. Δεν είσαι εσύ αυτός που θα καθορίσει αν αυτός θα δεχτεί πρόστιμο ή θα αναγκαστεί να κλείσει το μαγαζί του γιατί θα του έχει γίνει ανάκληση αδείας επειδή εσύ και μερικοί ακόμα το παίξατε μάγκες στη πλάτη του. Καθόλου μαγκιά δεν έχει η συγκεκριμένη συμπεριφορά. Μάγκα δε σε είδα όμως να πηγαίνεις διακοπές στο εξωτερικό και να καπνίζεις όπου γουστάρεις. Εκεί είσαι αρνάκι. Εξω στο ψοφόκρυστο καπνίζεις και ούτε τη γόπα δε μπορείς να πιάσεις. Εδώ γιατί όχι; Αρκετά λοιπόν μάγκα...σεβάσου το χώρο, τους νόμους και τους γύρω σου και βγες για λίγο έξω. Μου λένε ότι τα καφέ και τα clubs θα πάθουν μεγάλη ζημιά αν εφαρμοστεί ο νόμος. Μπορεί...αλλά μόνο για πολύ μικρό χρονικό διάστημα. Έπειτα θα είναι η καθημερινότητα μας. Θα είναι απλά η συνήθεια μας και όλα θα επανέλθουν στην αρχική τους κατάσταση. Είμαστε οι τελευταίοι που υιοθέτησαν το αυτονόητο...επιτέλους ας το κάνουμε. Για καλό μας είναι!

Μαγκιά δεν είναι...



DON'T WATCH

Running With The Devil

Από την αρχή δείχνει να είναι τόσο κακή, αλλά η συνέχεια της είναι καταστροφική. Από την ώρα που αρχίζει και προχωράει κάπως η ιστορία, όλα πάνε στραβά και υπάρχουν τραγελαφικές καταστάσεις.

Το στόρι από ένα σημείο και μετά γίνεται αφόρητα βαρετό και δεν μπορεί να κρατήσει το ενδιαφέρον του θεατή. Οι ερμηνείες και κυρίως το όλο κλίμα της ταινίας είναι ερασιτεχνικού επιπέδου.

Χαρακτήρες εκνευριστικοί, με τον Nicolas Cage να είναι εντελώς εκτός τόπου και χρόνου και για μια ακόμα φορά δεν τον βοηθάει γενικά το σενάριο, όπως και με τους υπόλοιπους ηθοποιούς, που δεν αξιοποιούνται στο ελάχιστο.

Για να συνοψίσουμε, είναι μια ταινία για την οποία δεν μπορείς να πεις και πολλά και σίγουρα θα ξεχάσεις ακριβώς μετά το τέλος της και πάνω από όλα φανερώνει την "τεμπελιά" των συντελεστών της.



Animals profile by PETWORLD

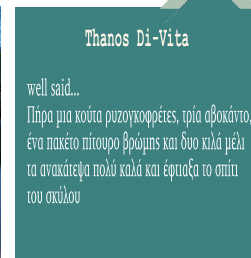
CHANIA

Πως να σταματήσουμε το σκύλο μας να τραβάει το λουρί του #1

Τίποτα άλλο δε σας στερεί την απόλαυση που αισθάνεστε όταν βγάζετε το σκύλο σας βόλτα από το να σας σέρνει σε όλο το δρόμο και μετά να έχετε και το πονεμένο σας χέρι να σας το υπενθυμίζει!

Γιατί λοιπόν ο σκύλος μας σέρνει από τη μία κολώνα στην άλλη; Ένας σκύλος τραβάει το αφεντικό του γιατί θέλει να προχωρήσει μπροστά να δει τί ενδιαφέρον υπάρχει εκεί. Και αν το καλοσκεφτείτε, απλά το γεγονός ότι εμείς προχωράμε μπροστά όταν μας τραβάει, ενισχύει στο μυαλό του την αξία του τραβήγματος. Γι' αυτό, καλά καταλάβατε! Δικό μας τελικά είναι το φταίξιμο! Στο παρελθόν, πολλοί άνθρωποι κατέφευγαν στις choke chains (αλυσίδες που με το τράβηγμα προκαλούσαν πνιγμό στο σκύλο) ως μέσο αποθάρρυνσης του από το να μας τραβάει. Εκτός όμως από το προφανές γεγονός ότι η όλη εμπειρία είναι πολύ δυσάρεστη για το σκύλο, τέτοιες μέθοδοι έχουν πια αντικατασταθεί από άλλες θετικές και ανταποδοτικές τεχνικές.

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



LUXURY WEDDINGS

SPECIAL EVENTS

PRIVATE PARTIES



(my bio)...

25 χρόνια dj
στα καλύτερα clubs της Κρήτης

Αστείρευτη ενέργεια

στη κονσόλα που όμοια δεν έχεις δει

Διοργανωτής
των μεγαλύτερων events της πόλης

Αθηνινός Διασκεδαστής

όλων των ηλικιών και εθνικότητων

ANDREAS GARIFALIS

Protopapadaki 10, Pasakaki, Chania

+30 2821044127 / mob.+306979115513



Οδυσσεια
καφέ · μινύρα · ποζό

Κτιστάκη 9 Χανιά
facebook Instagram

stifnati

Η ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ ΣΤΟ ΑΚΤΑΙΟΝ ΔΕ ΣΤΑΜΑΤΑ!

Κάθε εβδομάδα το Ακταίον σας υποδέχεται με μοναδικές προτάσεις διασκέδασης. Δευτέρα ο Βασίλης Μαλαξιανάκης & ο Χρήστος Πατεράκης σας υποδέχονται σε ένα καινούριο μουσικό project, με στόχο να σας γυρίσουν σε γνωστές ελληνικές μελωδίες, εκτελεσμένες με το δικό τους στυλ και ύφος, Τετάρτη το Εν Χωρώ Dance Academy σας περιμένει όλους για να χορέψετε σε ρυθμούς Bachata & Kizomba! Δωρεάν Μάθημα Bachata πριν το πάρτι!! 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 ανεπανάληπτους Babel Trio! Και Σάββατο υποδέχεται τον Γιάννη Χριστιανάκη για ξεχωριστά βράδια γεμάτα έντεχνες-ροκ μελωδίες και αγαπημένες μουσικές!



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



EVENT OF THE WEEK

ΔΑΚΗΣ / ΜΠΙΓΑΛΗΣ LIVE
Τα 2 κορυφαία ονόματα της ποπ σκηνής των 80s και 90s στην Ελλάδα, το περιβόητο «80s-90s Party» επιστρέφει! Αυτή η απίθανη παρέα, που σπέρνει τη χαρά την τρέλα και την ανεμελιά και σαρώνει τα πάντα στο πέρασμα της, έρχεται στα Χανιά την Κυριακή 1 Δεκεμβρίου διαλύοντας κάθε φθινοπωρινή μελαγχολία και φτιάχνοντας μας τη διάθεση με λατρεμένα ανεπανάληπτα τραγούδια παιδικών εφηβικών φοιτητικών χρόνων και χορευτική PARTY διάθεση μέχρι το πρωί...Δάκης και Μπίγαλης live στο Bras!!!

Bras de Frères
INFO
The Day: Κυρ.01/12
The Time: 22:00
Location: Επιμενίδου 2



BRAS DE FRERES ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ
INFO
The Day: Τετ.27/11-Κυρ.01/12
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 27/11 γίνεται η αρχή με την karaoke βραδιά "You are The Voice", Πέμπτη 28/11 Δημήτρης Σταρόβας + 1550 band+ Kalena live και τα λόγια είναι περιττά, Παρασκευή 29/11 η house Band του Bras de Freres τα τελευταία χρόνια, Freaktones, που ξεσηκώνει κάθε είδους κοινού σας περιμένει, ενώ Σάββατο 30/11 υποδέχεται τους μοναδικούς Sugar Overdose για μια πολύ δυνατή βραδιά. Και Κυρ. 01/12 το Bras κάνει το απόλυτο entrance στον χειμώνα με τα 2 κορυφαία ονόματα της ποπ σκηνής των 80s και 90s στην Ελλάδα, Δάκης και Μπίγαλης live!!!



ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΣΤΑΡΟΒΑΣ + 1550 LIVE
INFO
The Day: Περ.28/11
The place: Bras de Freres
The Time: 22:00
Location: Επιμενίδου 2

Δημήτρης Σταρόβας + 1550 band+ Kalena. Τα λόγια είναι περιττά! Δημήτρης Σταρόβας: Ηθοποιός, Τραγουδιστής, Κιθαρίστας και πολλά άλλα. Γεννήθηκε στη Θεσσαλονίκη. Έχει συμμετάσχει ως guest star σε διάφορες τηλεοπτικές σειρές και διακρίνεται για το χιούμορ του. Επίσης, στο παρελθόν παρουσίαζε μαζί με τον Στάθη Παναγιωτόπουλο την εκπομπή μαγειρικής "Νηοτικό αρκούδι" στη NET. Είναι από τα βασικά μέλη της μουσικοκωμικής μπάντας "Άγαμοι Θύται" μαζί με τους Ιεροκλή Μιχαηλίδη και Θεοδωρή Αθερίδη. 1550: Από το 1998 που δημιουργήθηκαν μέχρι και σήμερα, οι 1550 χαράσσουν τη δική τους πορεία μέσα στο τοπίο της Ελληνικής Ροκ σκηνής. Συνολικά έχουν στο ενεργητικό τους πάνω από 2.000 εμφανίσεις και συναυλίες. Έχουν συνεργασίες με μεγάλα ονόματα του χώρου, όπως ο Βασίλης Παπακωνσταντίνου, η Έλενα Παπαρίζου, οι Νίκος Ζιώγαλας, Λάκης Παπαδόπουλος κ.α. Live! Live! Live! την Πέμπτη 28/11 στο Bras De Freres!



BABEL TRIO BAND LIVE
INFO
The Day: Παρ.29/11
The Place: Ακταίον
The Time: 22:30

Το Babel Trio αποτελείται από τρία μέλη, τον Δημήτρη Σιδηρή (ηλεκτρικό λαούτο), τον Γιώργο Ζαμπάκα γνωστό και ως Τρικαλέρο (ντραμς) και τον Μιχάλη Αυλωνίτη (ηλεκτρικό μπάσο).Ο Δημήτρης, με ρίζες από την Κρήτη, ο Τρικαλέρο από την Θεσσαλία και ο Μιχάλης από τα Ιόνια Νησιά, ασχολήθηκαν με τη μουσική από πολύ νωρίς, με επιρροές από παραδοσιακή, κλασσική, tzaaz, στόουνερ ροκ και μέταλ μουσική. Μεγαλώνοντας σε μικρά χωριά από τα πρώτα χρόνια βίωσαν μεγάλες παραδοσιακές μουσικές συναυλίες και φεστιβάλ που περιελάμβαναν και μεγάλους κυκλικούς χορούς. Όλες αυτές τις επιρροές από το παραδοσιακό τους υπόβαθρο, τις έβαλαν μέσα σ' ένα βαρύ ροκ μπλέντερ , πρόσθεσαν την προσωπική τους ηλεκτρική πιναλιά και δημιούργησαν ένα μοναδικά αναμειγμένο ήχο, ο οποίος μοιάζει με τον κλασικό Κρητικό λυράρη Σκορδάλο ο οποίος έχει δαιμονιστεί από τους Melvins. Παρασκευή 29/11 ένα ακόμα μοναδικό live στο Ακταίον!



ΝΙΚΟΣ ΠΟΝΤΙΚΑΚΗΣ / ΗΛΙΑΣ ΧΟΡΕΥΤΑΚΗΣ
INFO
The Day: Παρ.29-Σαβ.30/11
The Time: 22:00
The place: Κοντυλιές
Location: Κυδωνίας 90

Με ακόμα δυο ξεχωριστές live παραδοσιακές βραδιές αποχαιρετά το Κοντυλιές Κρητικό Κέντρο τον τελευταίο μήνα του φθινοπώρου, και σας περιμένει να διασκεδάσετε παρέα! Παρασκευή 29/11 ο ξεχωριστός Νίκος Ποντικάκης σας περιμένει παρέα με το συγκρότημά του για να σας διασκεδάσουν όπως μόνο εκείνοι ξέρουν, ενώ Σάββατο 30/11 τη σκυτάλη στη διασκέδαση παίρνει ο μοναδικός Ηλίας Χορευτάκης για να σας προσφέρει ένα αξέχαστο παραδοσιακό Σαββατόβραδο γεμάτο κέφι και διασκέδαση, από αυτά που σας έχει συνηθίσει!



ΜΑΝΩΛΗΣ ΚΟΝΤΑΡΟΣ / ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΜΠΟΥΛΤΑΔΑΚΗΣ
INFO
The Day: Παρ.29-Σαβ.30/11
The place: Κονάκι
The Time: 22:00

Το Κονάκι κάνει δυναμική είσοδο στον χειμώνα και αποχαιρετά τον Νοέμβριο με ένα διήμερο με ξεχωριστές εκδηλώσεις που θα σας χαρίσουν όμορφες στιγμές! Παρασκευή 29/11 η διασκέδαση ξεκινάει με καλεσμένο τον μοναδικό Μανώλη Κονταρό και το συγκρότημά του, και συνεχίζει το Σάββατο 30/11 όπου το Κονάκι υποδέχεται τον Δεκέμβριο παρέα με τον Παναγιώτη Μπουλταδάκη και το συγκρότημά του, οι οποίοι υπόσχονται να σας χαρίσουν ακόμα μια αξέχαστη βραδιά διασκεδάοντας σας με τον δικό τους μοναδικό τρόπο. Ο χειμώνας ξεκινά ιδανικά στο αγαπημένο σας παραδοσιακό στέκι.

SINNERS

RELOADED

EVERY TUESDAY

ICE

Nikos Lianopoulos

IT IS A MANS WORLD

HAIRSTYLING

ΜΕ ΚΛΕΙΣΤΑ ΜΑΤΙΑ

(ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΡΙΑΝΟΝ, ΧΑΝΙΑ)

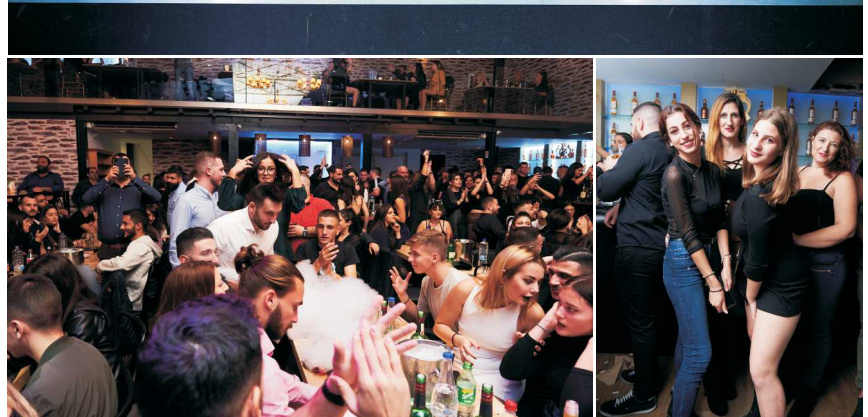
ΗΡΩΩΝ ΠΟΛΥΤΕΧΝΙΟΥ 43

ΤΗΛ.ΠΑΝΤΕΟΥ: 28210 44190

ΖΩΙΔΑΚΗΣ ΣΤΙΣ ΚΟΝΤΥΛΙΕΣ



ΜΑΝΩΛΑΡΑΚΗΣ ΣΤΙΣ ΚΟΝΤΥΛΙΕΣ



www.vrettosantiques.gr

Αντίκες Βρεττός



SINCE 1957

NEW STORE

Κισσάμου 131 -133, Χανιά

2821307455 mob.6974354145

vrettosantiques@gmail.com



ΚΟΝΤΥΛΙΕΣ
κρητικό κέντρο

ΝΙΚΟΣ
ΠΟΝΤΙΚΑΚΗΣ

Παρασκευή 29 Νοεμβρίου
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ 22:00



φαγητό



ποτό



μουσική

ΚΥΑΘΗΝΙΑΣ 90 | ΤΗΛ ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ 694645301



ΚΟΝΤΥΛΙΕΣ
κρητικό κέντρο

ΗΛΙΑΣ
ΧΟΡΕΥΤΑΚΗΣ

Σάββατο 30 Νοεμβρίου
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ 22:00



φαγητό



ποτό



μουσική

ΚΥΑΘΗΝΙΑΣ 90 | ΤΗΛ ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ 694645301

ΚΑΡΚΑΝΗΣ ΣΤΟ ΚΟΝΑΚΙ



ΘΗΒΑΙΟΣ ΣΤΟ BRAS DE FRERES



The **JAR**
• COFFEE & SPIRITS •

Andrea Papandreou 70, Chania



ΑΚΡΩΤΗΡΙΟΥ 165, ΧΑΝΙΑ | ΤΗΛ. ΚΡΑΤ.: 698 3077 210



ΜΑΝΩΛΗΣ
ΚΟΝΤΑΡΟΣ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
29 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ
ΕΝΑΡΞΗ 22:00

ΑΚΡΩΤΗΡΙΟΥ 165, ΧΑΝΙΑ
ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ: 698 307 7210



ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
ΜΠΟΥΛΤΑΔΑΚΗΣ

ΣΑΒΒΑΤΟ **30 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ**
ΕΝΑΡΞΗ 22:00

ΑΚΡΩΤΗΡΙΟΥ 165, ΧΑΝΙΑ
ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ: 698 307 7210

BOLLYWOOD NIGHT AT NAMASTE

Μια ακόμα ξεχωριστή BOLLYWOOD βραδιά διοργανώθηκε το Σάββατο 23 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 για ακόμα μία φορά πολύ μεγάλη. Αναμένουμε με ανυπομονησία την επόμενη νύχτα με άρωμα “Bollywood”.



CHANGE HOUSE AT AKTAION

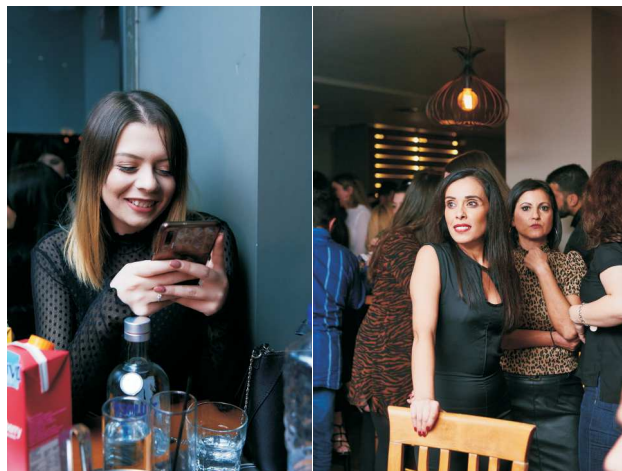


FIND OUT MORE:

 Aktaion Theory Cafe Bar aktaion_theorycafebar

AKTI MIAOULI 12, KOUM KAPI RSV.2821008003

ΜΑΡΤΣΑΣ ΣΤΟ ΚΟΝΑΚΙ



ΜΑΛΑΞΙΑΝΑΚΗΣ ΣΤΟ ΒΡΑΣ



THE JAR SOUPS!

Ο χειμερινός καιρός έφερε και τις πρώτες αφίξεις στο νέο μενού του Jar. Αν είσαι λάτρης της σούπας δεν θα μπορέσεις να αντισταθείς στη “βελουτέ σούπα γλυκοκολοκύθας” που κάνει πάταγο από τις πρώτες κιόλας κρύες μέρες της σεζόν. Απόλαυσε την με θέα στο Πάρκο ειρήνης και φιλίας και θα μας θυμηθείς!



Ο ΙΤΑΛΟΣ ΞΑΝΑΧΤΥΠΑ



Ήταν ο πρώτος που έφερε το Black Friday στα Χανιά και είναι ο πρώτος που για ακόμα μία φορά καινοτομεί σοκάροντας την αγορά! Από τη Πέμπτη 27 έως και το Σάββατο 30/11 το Italian Factory Outlet σου δίνει τη δυνατότητα να αγοράσεις ότι θέλεις και να πάρεις ότι άλλο επιλέξεις στην αντίστοιχη τιμή “εντελώς δωρεάν”!!! ΤΑ ΠΑΝΤΑ 1+1 λοιπόν και μάλλον έχεις πετύχει το καλύτερο δυνατό deal!!! Πρόλαβε πριν εξαντληθούν!!!

ΕΜΕΙΣ ΠΟΥ ΠΡΩΤΟΙ ΦΕΡΑΜΕ
ΤΟ **BLACK FRIDAY** ΣΤΑ ΧΑΝΙΑ
ΚΑΝΟΥΜΕ ΠΑΛΙ ΤΗ ΔΙΑΦΟΡΑ!



ITALIANFACTORYOUTLET

1+1 ΣΤΑ ΠΑΝΤΑ!

**ΠΛΗΡΩΝΕΙΣ ΕΝΑ
ΠΑΙΡΝΕΙΣ ΑΛΛΟ ΕΝΑ ΙΣΗΣ ΑΞΙΑΣ
ΔΙΚΗΣ ΣΟΥ ΕΠΙΛΟΓΗΣ
ΕΝΤΕΛΩΣ ΔΩΡΕΑΝ**

ΚΛΑΔΙΣΣΟΣ / ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙΑΝΑ

**ΠΕΜΠΤΗ - ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ & ΣΑΒΒΑΤΟ
27-28-29 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ**



ΛΑΘΟΣ ΝΟΥΜΕΡΟ

Ζαχαρώνεις βδομάδες και μήνες τις ονειρεμένες μπότες σου, κάνεις έρευνα αγοράς, διαβάζεις γνώμες και απόψεις από όλο τον κόσμο, τα σκας χοντρά, τις αγοράζεις, ήρθε και η πρώτη βόλτα, φτου να μη σε ματιάσουν – ίδιες με του Vinalez είναι! Μόνο που, να πάρει η ευχή να πάρει, έπρεπε να τις είχες πάρει μισό νούμερο μεγαλύτερες γιατί βρίσκει λίγο το δάχτυλο μπροστά (ειδικά με τα νύχια άκοφτα). Ή, επίσης, παρατηρήστε το καλοκαίρι σε πόσα κορίτσια που φορούν σανδάλια ή σαγιονάρες περισεύουν τα μισά δάχτυλα από μπροστά και η μισή φτέρνα από πίσω. Έχουμε παρατηρήσει ότι τα μεγαλύτερα λάθη γίνονται σε ό,τι αφορά την υπόδηση, τα οποία είναι και τα σοβαρότερα, αν θυμηθείτε (!) ότι τα πόδια στηρίζουν όλο το βάρος σας.

Ξέρετε γιατί γίνονται τα λάθη; Διότι όταν τα προβάρετε στο κατάστημα φοράτε μόνο το ένα παπούτσι. Και τι σημασία έχει αυτό, αφού είναι ίδια τα πόδια; Αμ δεν είναι: τα πόδια, όπως τα χέρια, τα αυτιά και ...κάτι άλλα, έχουν διαφορετικές διαστάσεις. Σε κάποιους οι διαφορές είναι πολύ μικρές σε κάποιους άλλους όμως μπορεί να υπάρχει και ένα νούμερο διαφορά. Ασφαλώς δεν μπορείτε να πάρετε μία αριστερή μπότα 43 και μία δεξιά 44, αλλά ξεκάθαρα θα πάρετε τις μεγαλύτερες και όχι τις μικρότερες. Αν τύχει να βάλετε το «μικρό» σας πόδι μόνο, θα καταλήξετε στις μικρότερες και θα έχετε κάνει τραγικό λάθος για άλλη μία φορά.

Μη νομίζετε ότι είναι κάτι εύκολο, όλοι ανεξαιρέτως την έχουμε πατήσει ανά καιρούς. Δώστε τεράστια προσοχή στην εύρεση σωστών εφαρμογών και μεγέθους, η άνεση για χρόνια θα σας ανταμείψει!



Πάνω από 2.500 αριστερόχειρες σκοτώνονται κατά τη διάρκεια ενός έτους από τη χρήση προϊόντων για δεξιόχειρες!

Για την κατασκευή του Empire State Building χρειάστηκαν πάνω από 10.000.000 τούβλα!

Η ηλεκτρική καρέκλα ανακαλύφθηκε από έναν οδοντίατρο!

Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι κοιμόντουσαν με πέτρινα μαξιλάρια!

Ο Τόμας Έντισον, ο εφευρέτης της ηλεκτρικής λάμπας, φοβόταν το σκοτάδι!

Ο Mel Blanc (η φωνή του Μπαγκς Μπάνι) ήταν αλλεργικός στα καρότα.

Οι Εσκιμώοι είναι ο μοναδικός λαός που δεν παίζει τυχερά παιχνίδια.



#numero

Ο Λούκα Ντόντσιτς, θα αφήσει εποχή!

Ο Λούκα Ντόντσιτς πέτυχε 41 πόντους στους Ρόκετς και σημείωσε για 4ο σερί ματς πάνω από 30 πόντους.

Το παιδί θάυμα του Ντάλας είχε σε 34' double double με 41 πόντους, 10 ασίστ και 6 ριμπάουντ!

Ετσι, έγινε ο 2ος νεότερος παίκτης στο NBA που πετυχαίνει κάτι τέτοιο. Ο 1ος είναι ο Κέβιν Ντουνάντ.

Μάλιστα, είναι ο 1ος παίκτης στην ιστορία των Μάβερικς με 30+ πόντους και 10+ ασίστ σε 4 σερί ματς!

Επίσης, είναι ο 1ος μετά τον Όσκαρ Ρόμπερτσον (1961-62), που έχει κατά μέσο όρο 30+ πόντους, 10+ ριμπάουντ και 9+ ασίστ στα πρώτα 16 παιχνίδια.



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



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 επιβλαβείς για τον οργανισμό μας. Είναι δεδομένο ότι ευνοεί την παχυσαρκία και τον διαβήτη. Προκαλεί αρθρίτιδα, άσθμα και τροφικές αλλεργίες, όπως επίσης και πονοκεφάλους, συμπεριλαμβανομένης 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..



zodia

Κριός: Έρωτας: Από πλευράς έρωτα όλα βαίνουν καλώς. Στην κοινωνική ζωή υπάρχουν διάφορα φλερτ και οι λίγοι και εκλεκτοί για φίλοι στέκουν στο πλευρό σας. Επαγγελματικά: Ο κίνδυνος της υπερβολής και της κακής οργάνωσης δεν είναι δυσδιάκριτος. Περιορίστε τις κινήσεις σας για να ελέγξετε τις εξελίξεις.

Ταύρος: Έρωτας: Ευτυχώς που η εβδομάδα σας φέρνει την αγάπη, την ανανέωση, τη λάμψη και απογειώνει τη γοητεία σας. Επαγγελματικά: Το διαβατήριό σας για συγκέντρωση χρημάτων και κεφαλαίων είναι η εβδομάδα αυτή, που σας στηρίζει και ανοίγει τις προοπτικές σας.

Δίδυμοι: Έρωτας: Η εβδομάδα φέρνει νέα δεδομένα που θα μπορούσαν να προκαλέσουν θερμά επεισόδια, τα οποία ενδεχομένως να έχετε προκαλέσει και μόνοι σας. Επαγγελματικά: Τα ανοίγματα θα φέρουν γενικά έναν αέρα ανανέωσης και διάφορα «τυχερά» επαγγελματικά και κοινωνικά.

Καρκίνος: Έρωτας: Κάποιοι άνθρωποι μπορεί να σας αγαπούν αληθώς μερικές φορές δεν συγχωρούν τον τρόπο που ξεκόβετε και τους θυμάστε όταν τους έχετε ανάγκη. Επαγγελματικά: Πρακτικοί, όπως πάντα, αφού βλέπετε ότι δεν μπορείτε να επηρεάσετε τη ροή των εξελίξεων, ποντάρτε στα σίγουρα, στην ασφάλεια και στη σταθερότητα.

Λέων: Έρωτας: Συναισθηματικά θέματα επιλύονται με διάλογο αν έχετε ακόμα την ψυχραιμία. Επαγγελματικά: Οι παρεξηγήσεις έχουν παραμεγαλώσει γιατί είναι συσχετισμένες με τις πρόσφατες ανακατατάξεις που πιέζουν την οικονομική σιγουριά σας.

Παρθένος: Έρωτας: Είστε έτοιμοι για καινούρια μεγαλεία. Η ζωή σας γίνεται λίγο καλύτερη. Επαγγελματικά: Η ζωή είναι πιο πολυήλικη απ' ό,τι θα την περιμένετε και βάζει σε σκέψεις το μυαλό σας γύρω από τα επαγγελματικά σας ανοίγματα.

Ζυγός: Έρωτας: Το πρώτο τηλεσίγαφο που δίνετε λέει ότι ή θα γίνουν τα πράγματα με τον τρόπο που θέλετε εσείς. Επαγγελματικά: Τα πισώπλητα χτυπήματα σας τσακίζουν. Όχι γιατί κάνατε κάτι αληθώς γιατί δεν εξυπηρετείτε τα συμφέροντά τους.

Σκορπιός: Έρωτας: Κάντε απολογισμό του τι κάνατε εσείς πριν ζητήσετε τα ρέστα. Γιατί εκεί θα βρεθείτε πολύ στριμωγμένοι. Επαγγελματικά: Έχετε πάρει απόφαση ότι δεν μπορείτε να περιμένετε αιώνια τις προσφορές της τύχης. Με λίγα λόγια κουνήστε τα νήματα αν θέλετε να κηλίσετε κάποια συμφωνία.

Τοξότης: Έρωτας: Είναι η ώρα να μπουν κάποια πράγματα στη θέση τους και να χτίσετε γερά θεμέλια για την ευτυχία σας. Επαγγελματικά: Δουλείες πολλής και αρκετή κούραση. Αλλά οι διάφορες καταστάσεις εξελίσσονται θετικότερα.

Αιγόκερως: Έρωτας: Δώστε τηλεσίγαφο στην οικογένεια, γιατί κάποιοι θα τολμήσουν να αμφισβητήσουν την καλοσύνη που διαθέτετε. Επαγγελματικά: Πρέπει να πάρετε τα νηπία στα χέρια σας ακόμα κι αν κάποιες στιγμές οι καταστάσεις εκτροχιαστούν.

Υδροχόος: Έρωτας: Καλείστε να βρείτε τι σας ολοκληρώνει πρώτα απ' όλα και μετά οφείλετε να ανταποκριθείτε στις ανάγκες της οικογένειάς σας. Επαγγελματικά: Οποιαδήποτε παρατυπία θα μπορούσε να μεγαλώσει πολύ τα προβλήματά σας.

Ιχθύς: Έρωτας: Παρεξηγήσεις απειλούν την ευτυχία και την ισορροπία σας και επηρεάζουν τη συναισθηματική σας ζωή. Επαγγελματικά: Τα μελλοντικά σας σχέδια θα πάρουν τη δική τους πορεία για να φέρουν τα αποτελέσματα που θέλετε.

BRAS DE FRÈRES "THIS WEEK"



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