

CHILLIN

FREE PRESS LIFESTYLE ISSUE FOR CITIES CHANIA & RETHYMNO

ISSUE: #731
WEEK: 22/09-06/10
chilloutnews.gr
[Chillin Free Press](#)
[chillinpress](#)
chilloutnews@hotmail.com



ETTORE BOTRINI

Ένα έργο τέχνης έχει τη μοναδική σφραγίδα του καλλιτέχνη.
Ένα έργο γεύσης έχει το γευστικό αποτύπωμα του σεφ.

Η μεσογειακή κουζίνα με τη δημιουργική σφραγίδα του πολυβραβευμένου σεφ Έκτορα Μποτρίνι στην πιο προσιτή και elegant στιγμή της.



22/09/2021

ΕΚΔΟΣΗ:

REAL ADVERTISING

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ:

ΑΝΤΡΕΑΣ ΓΑΡΥΦΑΛΗΣ

ΚΕΙΜΕΝΑ / ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ:

ΑΝΤΩΝΗΣ ΞΑΝΘΟΥΔΑΚΗΣ

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ ΧΑΝΙΑ

ΒΑΣΙΛΗΣ ΚΑΛΙΟΝΤΖΑΚΗΣ

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

REAL ADV.

ΣΚΟΥΛΑ 75, ΠΑΧΙΑΝΑ

ΧΑΝΙΑ 73135

T.28210 44127

KIN.6979115513

ΓΙΑ ΤΥΧΟΝ ΑΛΛΑΓΕΣ ΗΜΕΡΑΣ Η ΔΡΑΣΗ, ΟΠΟΣ ΕΠΙΣΗΣ ΚΑΙ
ΓΙΑ ΑΚΥΡΩΣΕΙΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ Η ΑΛΛΩΝ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΩΝ ΔΡΟΜΕΝΩΝ
ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΕΝΤΥΠΟ ΔΕΝ ΦΕΡΟΜΕ ΚΑΜΙΑ ΕΥΘΥΝΗ.

ISSUE: #731
WEEK: 22/09-06/10

chilloutnews.gr
Chillin Free Press
chillinpress
chilloutnews@hotmail.com

#BESTOFF



#Dimitris Garofalas

Δεν υπάρχει πιο κοινωνικός
άνθρωπος από καπνιστή που δεν
έχει αναπτήρα



#Antonis Paterakis

Έτσι όπως ανεβαίνουν παντού οι
τιμές θα αναγκαστούμε να
κλειστούμε καραντίνα από μόνο
μας



#Γιώργος Χατζησταυράκης

Με τον covid πας να δώσεις
χειραψία, ο άλλος κάνει τη γροθιά,
εσύ το γυρνάς σε γροθιά, αυτός
σε χειραψία και καταλήγεις να
πάιξεις πέτρα, ψαλίδι, χαρτί.

#Άμαρυλλης Αληγιάννη
Από τα είδη πρώτης ανάγκης το
μόνο πράγμα που δε θα αυξηθεί
είναι ο μισθός



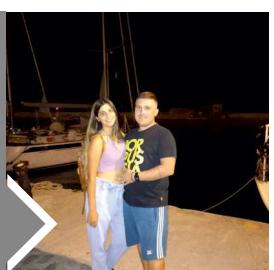
#Thanos Di-Vita

Πολύ στεναχωριέμαι που οι
επιχειρηματίες δε βρίσκουν
άτομα με πτυχίο, μεταπτυχιακό
και 3 ένεντες γλώσσες να
δουλέψουν για 500 €, 12ώρο,
χωρίς ένσομα



#Georgina Koutsou Koutsou

Υπολόγισα τα έξοδα του
Σεπτεμβρίου και μάλλον έχω
φάει και τα λεφτά του Νοεμβρίου



the ART of coffee
coffee & goods

DELIVERED BY
theartofcoffee72

28210 74959

Το Κατσαρολάκι

ΤΟ ΚΑΤΣΑΡΟΛΑΚΙ
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΜΑΓΕΙΡΕΙΟ
ΑΙΓΑΙΟ ΤΟ 2018

KAΘΗΜΕΡΙΝΑ (ΕΚΤΟΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ) 11.00 - 19.00

ΚΙΣΣΑΜΟΥ 190, ΧΑΝΙΑ

#EDITOREAL #Καλό Φθινόπωρο σε όλους!

Με ανυπομονοσία και μία μικρή αισιοδοξία υποδεχόμαστε το φετινό Φθινόπωρο, μιας και το καλοκαίρι κύλισε καλύτερα από ότι είχαμε αρχικά υπολογίσει. Πλησιάζοντας στο τέλος Σεπτεμβρίου, η τουριστική κίνηση παραμένει αρκετά υψηλή, ενώ το προηγούμενο δύμηνο αφήνει βάσιμες ελπίδες ότι οι σεζόν που ακολουθούν θα παρουσιάσουν πολύ υψηλούς δείκτες ανάπτυξης στο τουριστικό κλάδο. Αν είχαμε αποφύγει και το mini lockdown του Αυγούστου θα μιλάγαμε για μία πολύ δυνατή σεζόν, τόσο για την εστίαση, όσο και για τη διασκέδαση, που έχει πληγεί πιο πολύ από όλους τους υπόλοιπους κλάδους.

Τώρα φυσικά ο στόχος δεν είναι άλλος από το να καταφέρουμε να βγάλουμε το κειμώνα χωρίς απρόσωπα, να μάθουμε να ζούμε και να συνυπάρχουμε με το covid, χωρίς να χρειαστεί να κλειστούμε και πάλι στα σπίτια μας και να πάρουμε τις ζωές μας πίσω. Αυτά που τόσο στερηθήκαμε τους δύο προηγούμενους κειμώνες, κλεισμένοι στα σπίτια μας, να ευχηθούμε να μην τα ξαναζήσουμε.

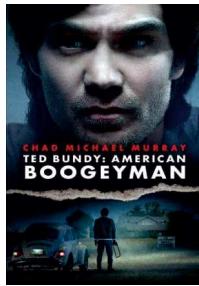
Εμείς θα είμαστε εδώ, κάθε 15 μέρες να σας μεταφέρουμε την ευχάριστη πλευρά της ζωής και καθημερινά μέσα από το chilloutnews.gr για να σας ενημερώνουμε για όσα συμβαίνουν στο νησί.

Καλό Φθινόπωρο σε όλους!



DON'T WATCH

Ted Bundy: American Boogeyman



Για την ταινία Ted Bundy: American Boogeyman πραγματικά δεν έρουμε τι να πρωτοπούμε. Δεν είναι μόνο ότι πρόκειται για μια πάρα πολύ κακή ταινία, αλλά το γεγονός πως δεν έχει τίποτα να προσφέρει, ούτε ως guilty pleasure.

Και πάλι χωρίς αρχή, μέσον και τέλος, άλλα πράγματα... βεβλώνει τις μνήμες και ας χρησιμοποιείσει οπτικό υλικό από πραγματικά γεγονότα, το οποίο φαίνεται πως είναι απλά για να γεμίσει τον χρόνο και τίποτα παραπάνω.

Δεν έρουμε αν ο Daniel Farrands θέλει να γίνει ο... Tommy Wiseau των ταινιών βασισμένες σε αληθινή ιστορία, ωστόσο το διο εγχειρήματα που έκανε είναι πραγματικά αποκαρδιωτικά σε μια ακόμα ενοχλητική, κακοφτιαγμένη και χωρίς κανένα νόημα ταινία.

Προσποθούμε να προσπαθήσουμε να περιγράψουμε όσο το δυνατόν με λιγότερο... θυμό για αυτά που είδαμε σε μια ταινία που ξενιάζεται κατευθείαν μετά την θέση της και πραγματικά αν την επιλέξετε, αυτό είναι το καλύτερο που μπορείτε να κάνετε. Απλά να την αφήσετε να πάει στο... καλό.



ANIMALS PROFILE

Τι είναι η Εκπαίδευση με το Κλίκερ #2



Ποια είναι τα πλεονεκτήματα της χρήσης του κλίκερ:

Το κλίκερ είναι, συγκριτικά με τον προφορικό λόγο, μια γρηγορότερη και πιο ασφαλής μέθοδος μετάδοσης στο σκύλο μας του μνημάτων ότι η συμπεριφορά του είναι σωστή. Οι σκύλοι αγαπάνε αυτού του είδους την εκπαίδευση καθώς είναι εντελώς θετική και βασίζεται στην ανταμοιβή.

Με το πέρασμα του χρόνου θα δείτε ότι ο σκύλος σας θα πειραματίζεται, μετά θα πειριμένει να ακούσει το κλίκ, θα πειραματίζεται έσανά, μέχρι να το ξανακούσει. Οι σκύλοι απολαμβάνουν αυτή την τεχνική εκπαίδευσης καθώς είναι πολύ ενδιαφέρουσα γι' αυτούς και ενθαρρύνει τη συνεργασία ανθρώπου-σκύλου χωρίς άγκος, γι' αυτό δύλωσε επιλέγεται συνάντηση να χρησιμοποιηθεί στην εκπαίδευση κακοποιημένων σκύλων που βρίσκονται σε καταφύγια.

PETWORLD
CHANIA

#BESTOFF

the ART of coffee
coffee & goods

DELIVERED BY
theartofcoffee72

28210 74959

Το Κατσαρολάκι

ΤΟ ΚΑΤΣΑΡΟΛΑΚΙ
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΜΑΓΕΙΡΕΙΟ
ΑΙΓΑΙΟ ΤΟ 2018

KAΘΗΜΕΡΙΝΑ (ΕΚΤΟΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ) 11.00 - 19.00

ΚΙΣΣΑΜΟΥ 190, ΧΑΝΙΑ

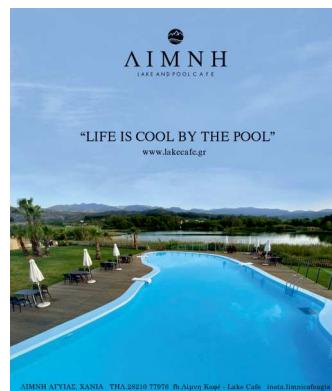
LIFE IS COOL BY THE POOL KAI TO ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟ

Η θερμοκρασία δεν λέει να πέσει και η πισίνα του καφέ Λίμνη αποτελεί την ιδανική πρόκληση για όσους θέλουν μια χαλαρή βόλτα μακριά από τις παραλίες. Η τροπική δύση με τα φοινικόδεντρα είναι ο απόλυτος καλοκαιρινός προορισμός. Βάλε μαγιό, παράγγειλε κοκτέιλ και ετοιμάσου για ατελείωτες βουτιές. Το καλοκαίρι μπορεί να έδωσε τη θέση του στο φθινόπωρο αλλά η ζέστη επιμένει και ο Πολυχώρος Λίμνη παραμένει ο ιδανικός προορισμός για διέξοδο από αυτήν!

INFO

The day: Καθημερινά κοντά σας
The place: Λίμνη Καφέ

Πολυχώρος Λίμνη Καφέ – Lake Cafe



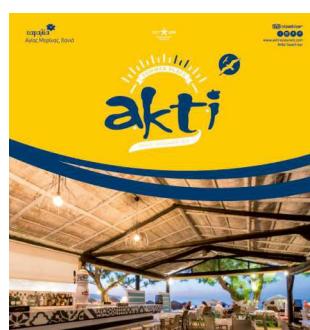
10 YEARS ITALIAN FACTORY OUTLET: GRAND FINALE!

Ta Italian Factory Outlet συμπληρώνουν φέτος 10 χρόνια παρουσίας στην χανιώτικη αγορά. Γιορτάζουν λοιπόν και γιορτάζουν μαζί με το καταναλωτικό κοινό για λίγες μόνο ακόμα μέρες, πριν τη μεγάλη, σχεδόν ολοκληρωτική αλλαγή του Οκτωβρίου, η οποία και αυτή θα αποτελέσει την μεγάλη έκπληξη της χανιώτικης αγοράς, όπως τότε με την εμφάνισή του.

Για λίγες ακόμα μέρες λοιπόν πουλάνε όλα τους τα αποθέματα από Ιταλία και Ελλάδα στο κόστος και κάτω αυτού. Το μεγαλύτερο bazaar που έχει ζήσει η αγορά των Χανίων εσσεί. Δεκάδες χιλιάδες κωδικοί, σε τιμές ανεπανάληπτες για όλη την οικογένεια, για όλες τις εποχές, για όλες τις στιγμές... αθλητικές, επίσημες, καθημερινές... Και όλα αυτά... λόγω τιμής...

INFO

The day: Καθημερινά κοντά σας
The Place: Italian Factory Outlet
Location: Κλαδισός, Κουνουπιδιάνα, Πλατανιάς
 Italian Factory Outlet



ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΟΝ ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟ

Μπορεί η καλοκαιρινή σεζόν να εφτασε στο τέλος της, το αγαπημένο Beach Restaurant Bar της Αγίας Μαρίνας όμως συνεχίζει να είναι κοντά σας. Ανανεωμένο, φρέσκο και καλύτερο από ποτέ, και το Σεπτέμβριο η Ακτή είναι εδώ με σκοπό να σας προσφέρει τον ιδανικό προορισμό. Στην Ακτή τα πάντα κινούνται ακόμα σε καλοκαιρινούς ρυθμούς διασκέδασης και, είτε πρόκειται για φαγητό, είτε για καφέ και ποτό, έρετε που θα τα απολαύσετε!

INFO

The day: Καθημερινά κοντά σας
The Place: Akti Beach Restaurant Bar
Location: Αγία Μαρίνα
 Akti Beach Restaraunt Bar

PRIVATE BOAT PARKING: ΠΟΣΟ ΑΓΑΠΑΣ ΤΟ ΣΚΑΦΟΣ ΣΟΥ;

Καθώς απολαμβάνετε τα τελευταία μπάνια για φέτος και εξερευνείτε τις γαλάζιες θάλασσες του υποιού ίσως θα πρέπει να αρχίσετε να σκέψεστε και τη φροντίδα του σκάφους σας, όταν θα έρθει η ώρα να το προστατεύστε καλύτερα τους χειμερινούς μήνες, πόσο μάλλον με όλα τα ακραία καιρικά φαινόμενα που βιώνουμε το τελευταίο καρό.

Στο Private Boat Parking Karampinaki σας καλωσορίζουν για γνωριμία και ξενάγηση στο ΜΟΝΑΔΙΚΟ ΣΚΕΠΑΣΤΟ parking σκαφών στην Κρήτη με στέγαστρο ύψους 9 μέτρων σε κλειστό χώρο 5 στρεμμάτων με καταγραφικό και 12 κάμερες για την καλύτερη ασφάλεια του σκάφους σας.

Προγραμματίστε μία ξενάγηση στα τηλέφωνα 28210 70238 & 6977599923 και φροντίστε για την προστασία του σκάφους σας.



The day: Καθημερινά κοντά σας
The place: Private boat parking Karampinaki
Location: Πάροδος Αγ. Βασιλείου 11, Πασακάκι

Parking Σκαφών και Οχημάτων



CITY PLAZA PROJECT CLOSING NIGHT

Τελευταία βδομάδα για το καλοκαιρινό project του Bras de Freres που λατρέψατε και φέτος. Τελευταία εβδομάδα για Cocktails on the go και socializing. Τετάρτη το εξωτερικό bar θα ανοίξει για το τελευταίο πενθήμερο για φέτος το καλοκαίρι, και την Κυριακή 26.09.2021 σας αποχαιρετάνε με ένα closing party, με πολλά cocktail σφράγια για κέρασμα σε όλους..

To Σάββατο 25.09.2021 το Bras de Freres θα βρίσκεται μαζί σας και στο Θέατρο της Ανατολικής Τάφρου, πού θα απολαύσετε πάρεα τον Αλέξανδρο Τσουβέλα σε μια ξεκαρδιστική παράσταση. Έπειτα το ραντεβού σας με το αγαπημένο σας στέκι ανανεώνεται για τα τέλη του Οκτωβρίου στον χειμερινό του χώρο, με πολύ καλή διάθεση και θετική ενέργεια!

INFO
The Day: Τετ.22-Kup.26/9
The Time: 21:00
Location: Επιμερίδου 2
 BrasDeFreres

'ΕΝΑΡΞΗ ΧΕΙΜΕΡΙΝΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ

Στο Κονάκι Μουσικό Μεζεδοπωλείο οι τελευταίες ετοιμασίες ολοκληρώνονται και πάρα τους δύσκολους καιρούς, σύντομα θα είναι έτοιμο να σας υποδεχτεί για την νέα σεζόν, όπως ακριβώς σας άφοσε την προηγούμενη, με βραδιές γεμάτες κέφι και διασκέδαση και φυσικά τηρώντας όλα τα μέτρα προστασίας. Σάββατο 25/9 το Κονάκι έκιναίται δυναμικά τη σεζόν με καλεσμένο το μουσικό Νίκο Ζωϊδάκη και σας περιμένει να γνωρίσετε από κοντά το ανανεωμένο στέκι που θα αγαπήσετε και φέτος το χειμώνα!

*Κατά την είσοδο σας στο κατάστημα θα πρέπει να παρουσιάσετε πιστοποιητικό εμβολιασμού ή νύσσης

INFO
The day: Σάβ. 25/9
The place: Κονάκι Μουσικό Μεζεδοπωλείο
Location: Ακρωτήριο 117
 Κονάκι Μουσικό Μεζεδοπωλείο

Πόσο αγαπάς το σκάφος σου;

• ΦΥΛΑΞΗ (12 ΚΑΜΕΡΕΣ & ΚΑΤΑΓΡΑΦΙΚΟ)

• ΣΚΕΠΑΣΤΟ PARKING 9M

• ΦΥΛΑΣΣΟΜΕΝΟΣ ΧΩΡΟΣ 5 ΣΤΡΕΜΜΑΤΩΝ



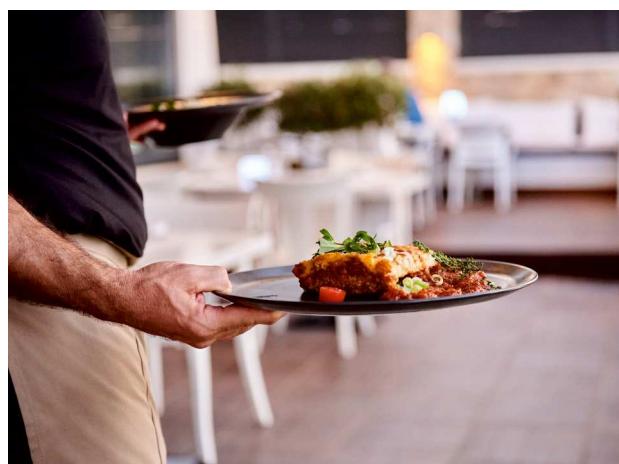
THEODOSI ΕΦΑΓΕΣ; THEODOSI RESTAURANT



Ο Σεπτέμβριος είναι παραδοσιακά ένας από τους πιο καλούς μήνες στο Theodosi Restaurant, μιας και οι locals αλλά και οι regulars απολαμβάνουν το γεύματους σε διαφορετικούς ρυθμούς.

Με θέα το μοναδικό πλιοβασίλεμα και με τη θερμοκρασία να είναι ιδανική για να απολαύσετε τη βεράντα στο Theodosi, δεν έχεις παρά να επιλέξεις από τη λίστα των signature dishes για να δοκιμάσεις συνταγές εμπνευσμένες από τη Κρητική γαστρονομία, στην πιο μοντέρνα και εξελιγμένη εκδοχή τους.

Επέλεξε το συνοδευτικό κρασί σου και αφέσου στην περιποίηση που σου αξίζει.



[theodosi_restaurant](#)

Theodosi Restaurant, Chania Crete

NEW ENTRY

Νέα άφιξη στον Οίκο των Αρωμάτων



Μια εθιστική εμπειρία για όσους και όσες "κυνηγούν" τον ήλιο. Απολαύστε την ελευθερία που χαρίζει η λατρεία του ήλιου, σε ένα μέρος όπου ο χρόνος παραμένει ακίντος. Μια μυθική ανατροπή του σώματος και του νου, σαν ένα όνειρο στην καρδιά του καλοκαιριού.

Μια εθιστική εμπειρία για όσους και όσες "κυνηγούν" τον ήλιο. Απολαύστε την ελευθερία που χαρίζει η λατρεία του ήλιου, σε ένα μέρος όπου ο χρόνος παραμένει ακίντος. Μια μυθική ανατροπή του σώματος και του νου, σαν ένα όνειρο στην καρδιά του καλοκαιριού.

Σε ένα ψυχοσωματικό ταξίδι μιας ελεύθερης αγάπης, το SUNDAZED απελευθερώνει λαμπερές νότες κορυφής από μανταρίνι και λεμόνι Καλιφόρνιας και μια έντονη καρδιά από νερόλι και αραβικό γιασεμί. Σαν ένα ζαχαρωτό, ένας καταρράκτης white musk εγκέσει άρωμα εσπεριδοειδών αφήνοντας μια γλυκιά στην επιδερμίδα. Η νοσταλγία και η διαφυγή αγκαλιάζονται για να διοχετεύσουν τη ζεστασιά ενός ατέλειωτου καλοκαιριού...

Νότες κορυφής: Μανταρίνι οραζάκαι λεμόνι Καλιφόρνιας
Μεσαίες νότες: νερόλι και γιασεμί σαρπακ
Νότες βάσης: μαλλί της γριάς και λευκός μόσχος
Κάντε το δικό σας σήμερα σε τύπου άρωμα Eau de Parfum PLUS ή σε προϊόν περιποίησης σώματος και νιώστε την απόλυτη αρωματική πολυτέλεια!

Μυλωνογιάννη και Κριάρη γωνία, Χανιά
[www.tospititouarwmatos.com](#)

[O Οίκος Των Αρωμάτων](#)
[ooikostonarwmatwn](#)

ΘΑ ΣΕ ΓΛΥΚΑΝΟΥΝ!

RND BURGERS!!!

#dikasethnepeina



To RnD Burgers σε χορτάινει και σε γλυκαίνει με μια πολύ δυνατή προσφορά για το Σεπτέμβριο! Αν έχεις χτυπήσει κόκκινο με όλα τα προϊόντα των #RnD_burgers μην ανουσχείσ...ήρθε η ώρα να γλυκαθείς!

Αγόρασε τώρα,
2 κρέπες Νουκρέμα - μπισκότο ή
2 κρέπες Νουκρέμα - OREO
Μόνο με 5€

Θα το βρείτε:
<https://www.e-food.gr/delivery/chania/r-and-d-burger-bar>

Ωράριο λειτουργίας: Καθημερινά 12.00 - 24.00
#dikasethnepeina

Agia Marina, Chania

[RnD Burgers & Brunch](#)
[rndburgers](#)

τύπου

Sundazed
by Byredo

Perfume of
the week

#unisex

Κύριες Συγχορδίες:

κιτρώδες
γλυκό⁺
λευκό λουλουδάτο
καραμέλα
φρέσκο

Μυλωνογιάννη & Κριάρη(γωνία)

Αρωματωπήσεις "Το σπίτι του αρώματος"

[tospititouarwmatos.com](#)

2821 503736 || mob.6936605080

[tospititouarwmatoschania](#)

Αρωματωπήσεις "Το σπίτι του αρώματος"



theodosi
RESTAURANT



[tospititouarwmatos.com](#)

2821 503736 || mob.6936605080

[tospititouarwmatoschania](#)

Αρωματωπήσεις "Το σπίτι του αρώματος"

[theodosi_restaurant](#)

Theodosi Restaurant, Chania Crete

[www.theodosirestaurant.com](#)

Paparigopoulos, chania

ALMYVITA



Εχει γίνει αγαπημένος προορισμός τόσο των ξένων που επισκέπτονται το νησί, όσο και των locals που αναζητούν μια ποιοτική γαστρονομική έξοδο. Το αγαπημένο luxury seafood restaurant με την υπογραφή του γνωστού σε όλους chef Bodrini, συνεχίζει να μονοπωλεί τις προτιμήσεις των φίλων της γαστρονομίας και το Σεπτέμβριο.

Αν και σεις επιθυμείτε να γευτείτε ένα πραγματικό τελετουργικό υψηλών προδιαγραφών, με έμφαση στην καλύτερη δυνατή περιποίηση σας, τότε αξίζει να κάνετε τη κράτηση σας στο AlmyVita. Δεν είναι τυχαίο άλλωστε ότι στην πλειοψηφία τους οι θετικές κριτικές εστιάζουν τόσο στις γεύσεις, όσο και στην περιποίηση.

Στόχος όλων στο AlmyVita είναι να νιώσεις ξεχωριστός...και το καταφέρουν με το παραπάνω!



Almyrida, Chania
RSV.28250 33903

AlmyVita
 almyvita

WE ARE
HIRING

Ζητούνται άτομα για να μοιράσουν διαφημιστικά φυλλάδια πόρτα πόρτα, για άμεση απασχόληση.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

- 6979115513
- 6948117115

Real
advertising

THE JAR

FALL EDITION



Ο Σεπτέμβριος είναι ο μήνας προσαρμογής. Ο μήνας που όλοι επιστρέφουμε στις καθημερινές μας συνήθειες, μαζεύομαστε εντός πόλεως και απολαμβάνουμε τους νέους ρυθμούς της καθημερινότητας μας.

Μέσα σε αυτά που απολαμβάνουμε ακόμα περισσότερο είναι τα brunch breaks στο The Jar.

Πατάμε πιάση στο χρόνο, δίνουμε ραντεβού στο Πάρκο Ειρήνης και Φίλιας και απολαμβάνουμε ποιοτικό καφέ και ένα νοστιμότατο brunch. Το The Jar είναι και φέτος ο αγαπημένος μας προορισμός και η ιδανική μικρή απόδραση στη πόλη....δε συμφωνείτε;

The Jar cafe
 thejar_cafe

OKEANOS FISH MARKET

NEW MENU!!!

Δυναμική είσοδο στο Φθινόπωρο πραγματοποιεί το Okeanos Fish Market, ανανεώνοντας σημαντικά το μενού του. Πέρα από τα αγαπημένα σας "στανταράκια" που θα βρίσκονται καθημερινά στο μενού, το Okeanos Fish Market θα προτείνει νέα πιάτα με θαλασσινά και ψάρια που θα λατρέψετε.

Οσο για τους healthy eaters έρχεται μια σπουδαία συνεργασία που θα αγαπήσουν όλοι όσοι επιλέγουν να γνωρίζουν θερμίδες, γραμμάρια και ιδανικούς συνδυασμούς για ένα πλήρες γεύμα.

Η είδηση είναι αποκλειστική και τις προσεχείς ημέρες θα ακολουθήσουν και οι σχετικές ανακοινώσεις από τη σελίδα του Okeanos FishMarket.



Okeanos Fish Market

Okeanos fish market
 okeanosfishmarket

WE ARE HIRING

Ζητούνται άτομα για να μοιράσουν διαφημιστικά φυλλάδια πόρτα πόρτα, για άμεση απασχόληση.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

- 6979115513
- 6948117115

Real
advertising

CLUB HOUSE SANDWICH

#dikasethnpeina

R&D BURGERS & BRUNCH

ΚΑΦΕ ΤΡΙΤΗ ΕΙΜΑΣΤΕ ΚΛΕΙΣΤΑ 12:00-00:30

efood

28210 60048

Fast Rabbit

ΠΡΟΣΟΧΗ! ΤΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΑΚΡΩΣ ΕΘΙΣΤΙΚΑ

ΤΟ ΠΙΟ ΝΟΣΤΙΜΟ ΤΑΞΙΔΙ ΣΤΗ ΚΡΗΤΗ ΚΑΙ ΤΗ ΚΥΠΡΟ!

Οι διαφοριστικές All in Events & Chillin Events, κατάφεραν το ακατόρθωτο, μιας και ολοκλήρωσαν με τεράστια επιτυχία όχι ένα, αλλά 3 φεστιβάλ στο νησί, τη στιγμή που σε όλη την Ευρώπη ακυρωνόταν όλα τα μεγάλα φεστιβάλ. Και σα να μην έφτανε αυτό, ένωσαν τις δυνάμεις τους με την AXES Business για να πραγματοποιήσουν το πρώτο Street Food Festival Cyprus, με τεράστια επιτυχία.

Η προσέλευση στα φετινά φεστιβάλ ξεπέρασε κάθε προσδοκία. Παρά τις απαγορεύσεις και τους περιορισμούς λόγο covid, οι διοργανωτές τόλμησαν, ρίσκαραν και δικαιώθηκαν για την επιλογή τους. Άλλωστε η ανάγκη του κόσμου να διασκεδάσει τρώγοντας, να μοιραστεί στιγμές με γνωστούς και φίλους και να απολαύσει ένα φεστιβάλ ήταν παραπάνω από εμφανής.

Με τη στήριξη του Ελληνικού Οργανισμού Τουρισμού, των φορέων του τουρισμού, του Δήμου Γερμασόγειας στη Κύπρο, και την εμπιστοσύνη δεκάδων επιχειρήσεων εστίασης το εγχείρημα ήταν πέρα για πέρα επιτυχές με χιλιάδες φίλους του φαγητού να συρρέουν από κάθε γωνιά των δύο νησιών για να μοιραστούν την εμπειρία του Street Food Festival.

Οι διοργανωτές θα ήθελαν να ευχαριστήσουν τους χορηγούς των φεστιβάλ, τους χορηγούς επικοινωνίας, τις επιχειρήσεις που συμμετείχαν, όσους εργάστηκαν για τα φεστιβάλ, τους μουσικούς, αλλά και τους χιλιάδες φίλους που έδειξαν την αγάπη τους στο φαγητό του δρόμου.

Επόμενο ραντεβού το 2022, με πολλές εκπλήξεις, νέους προορισμούς, αλλά και νέες γεύσεις, σε ένα ακόμα πιο "fun to eat" festival!



Χοιρινό με πατάτες, αρακά και καπνιστό απάκι

Από το Chef "Βενεδίκτο" του κρεοπωλείου Μπουρμπούς



Υλικά

1 κιλό χοιρινό σπάλα
3 ντομάτες τριμένες
1 κ.σ νταματοπότο
1/2 kg αρακά
4 πατάτες φρέσκιες κομμένες
καρέ
1 πρέζα αράχι
1 πρέζα πιπέρι

1 κομμάτι λουκία
1 ποτηριά θευκό κρασί¹
1/2 ποτήρι ελαιόλαδο
1 έσρο κρεμμύδι ψιτοκομμένο

Εκτέλεση:

Βάζω σε κατσαρόλα το ελαιόλαδο, το κρεμμύδι, το κρέας για 10 λεπτά.

Επειτα χαμηλώνω και σκεπάζω μέχρι να πιει όλα τα υγρά. Ρίχνω τα μπαχαρικά μας και το κρασί, τον αρακά και τις πατάτες και αφήνω για μισή ώρα και ρίχνω το απάκι την λουζία, τον πολτό ντομάτας και τις ντομάτες.

Αφήνω μέχρι να ψυθεί. Αν θέλετε σωτάρετε το απάκι και το ρίχνετε μόνο του στο τέλος.

Διευθ.καταστημάτων

Αναπάυσεως 35, Χανιά / Λ.Καραμανή 87, Χανιά
fb & insta. Κρεοπωλεία Μπουρμπούς meet the art of meat

NIKOS LIANOPoulos

STUDENT LOYALTY CARD

Όπως σας είχαμε ενημερώσει και στο προηγούμενο τεύχος, το ανδρικό κομμωτήριο Nikos Lianopoulos ετοιμάζει πολλές ξεχωριστές ενέργειες για το Φθινόπωρο, μια εκ'των οποίων ανακοινώθηκε τη προηγούμενη εβδομάδα και αφορά τους φοιτητές που επιστρέφουν ξανά στην πόλη για να σπουδάσουν στο ΤΕΙ και το Πολυτεχνείο.

Το γνωστό κομμωτήριο παρέχει μια νέα loyalty card σε όσους διαθέτουν φοιτητικό πάσο. Με τη χρήση αυτής οι φοιτητές απολαμβάνουν δωρεάν την διεπίσκεψη τους στο κομμωτήριο.

Σε μια εποχή όπου οι οικονομικές συνθήκες για τους φοιτητές δεν είναι ιδανικές, μια τέτοια προσφορά αποτελεί ένα σημαντικό κίνητρο για όσους θέλουν να απολαμβάνουν υψηλές υπηρεσίες περιποίησης, σε προσιτό κόστος.



Είσαι φοιτητής;

Απέκτησε ΔΩΡΕΑΝ την

loyalty card

Με την επιδειξη φοιτητικού πίσου

Σε κάθε 5 επισκέψεις σας

κάνουμε ΔΩΡΟ την 6η

BAO TAO

ΤΟ ΝΕΟ ΦΥΛΛΑΔΙΟ ΕΙΝΑΙ ΕΔΩ!

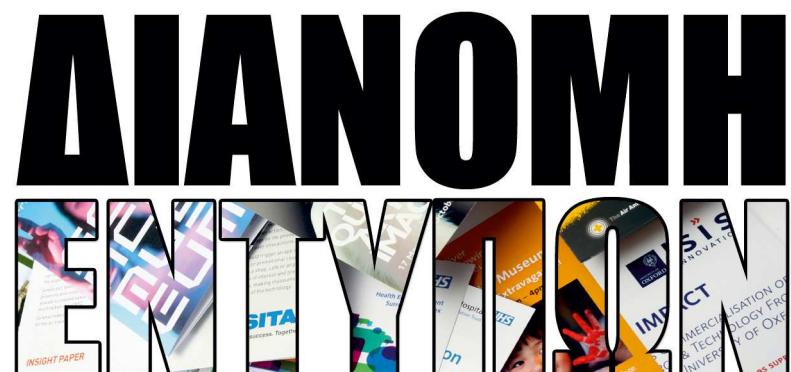
Το BaoTao υποδέχεται το Φθινόπωρο με ολοκαίνουριο είντυπο που περιλαμβάνει όλες τις νέες γεύσεις του μενού, τα best seller Bao Buns, αλλά και νέες προτάσεις sushi που επιβάλλεται να δοκιμάσεις.

Τις προσεχείς ημέρες θα ξεκινήσει η διανομή του νέου εντύπου και θα έχετε την ευκαιρία να παραγγείλετε στο σπίτι τις νέες προτάσεις delivery.

Ακόμα καλύτερα, επισκεφθείτε το BaoTao και απολαύστε το ταξίδι στην Ασία, όπως σας πρέπει. Για να αποφύγετε απρόοπτα, σας συστήνουμε να κάνετε την κράτηση σας πριν επισκεφθείτε το χώρο.



ΑΠΟ ΤΟ 2002 ΜΕΧΡΙ ΣΗΜΕΡΑ



ΤΡΟΠΟΙ ΔΙΑΝΟΜΗΣ

ΣΧΟΛΕΙΑ

ΧΕΡΙ - ΧΕΡΙ
(ΦΑΝΑΡΙΑ / ΚΕΝΤΡΟ)

ΠΟΡΤΑ ΠΟΡΤΑ
(ΚΑΤΟΙΚΙΕΣ)

ΚΑΦΕ - ΕΜΠΟΡΙΚΑ

ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΑ ΣΗΜΕΙΑ
(ΙΑΤΡΕΙΑ / ΓΡΑΦΕΙΑ)

ΠΡΩΤΟΠΑΠΑΔΑΚΗ 10.ΠΑΣΑΚΑΚΙ

+30 28210 44127

Real Advertising

Real advertising
company ... επειδή η ιδέα δεν αρκεί

Πάρε το 100



Υπάρχουν πολλά επαγγέλματα που δεν θα μπορούσαμε να κάνουμε, στην κορυφή της λίστας όμως μάλλον θα βάζαμε (μαζί με τους γιατρούς, τους ιδιοκτήτες τσίρου και τους τραπεζικούς υπάλληλους) τους ασφαλιστικούς πράκτορες. Ήρθε ο Χροντάρας σήμερα για να δει για κράνος και μέσα σε δέκα λεπτά πρέπει να χτύπησε πάνω από είκοσι φορές το τηλέφωνό του. Τα δύο ήταν για ατυχήματα πελατών του, για τα οποία έπρεπε να τρέξει να πάει να φροντίσει. «Γιατί πάρινουν εσένα και όχι το αρμόδιο τμήμα φροντίδας ατυχήματων της ασφαλιστικής τους;» «Μα γιατί αν δεν πάω θα τους φάνε λάχανο!»

Έχει απόλυτο δίκιο. Εξαιτίας της αδρεναλίνης και των έντονων συναισθημάτων τη στιγμή ακριβώς μετά το αύχημα, και οι δύο πλευρές δεν έρουν τι ακριβώς τους γίνεται. Συνήθως αυτός που προκάλεσε το ατύχημα κλαίει και οδύρεται μετανιωμένος. «Μη στεναχωρίσαις παλικάρι μου, καινούργιο θα στο κάνω. Να οι κάρτες μου, το τάδε μαγαζί να πάεινες μέρες.

Ουαὶ καὶ αλιμόνιο σας εάν δεν καλέσετε την τροχαία για να καταγράψει το γεγονός και να ελέγξει διάφορα πράγματα, όπως για παράδειγμα το επίπεδο αλκοόλ στο αίμα του. Μας έλεγε ο Χρόστος διάφορες καταπληκτικές ιστορίες, όπως αυτή του ανασφάλιστου «συκωταριανού» ενός παιδιού, που από την επόμενη μέρα δεν απαντούσε το κινητό για να μην πληρώσει τα εκατό ευρώ της ζημιάς. Μην πιστεύετε κορόιδα για να κάνετε τους καλούς, πάντα να καλείτε τροχαία για να είστε καλύμμενοι.

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

gasologies

ZODia

Κρίος: Μπορείς να επικοινωνήσεις τις ιδέες σου στους άλλους με άνεση. Πρόσεξε όμως ένα θέμα που σχετίζεται με το σπίτι ή την οικογένεια. Από την Πέμπτη υπάρχει ένα πιο πλεκτισμένο κλίμα σε σχέσεις και συνεργασίες, και στο εξής οι άλλοι θα έχουν περισσότερες απαιτήσεις από εσένα. Παρασκευή έρχεται πιο κοντά στα αγαπημένα πρόσωπα, αλλά και στο άτομο που σε ενδιαφέρει.

Ταύρος: Η εβδομάδα αυτή σε καλεί περισσότερο να βρεις τις ισορροπίες μέσα σου. Επίσης, ασχολείσαι πιο εντατικά με τα ζητήματα που σχετίζονται με το σπίτι και την οικογένεια. Την Πέμπτη καλείσαι να στηρίξεις ένα πρόσωπο που κοντινό σου περιβάλλοντος που σε χρειάζεται, παράλληλα όμως ανεβαίνει η θερμοκρασία στην κρεβατοκάμαρα!

Δίδυμοι: Μπορείς στον ορίζοντα της εβδομάδας αυτής να καταφέρεις πολλά, αρκεί να θυμάσαι πως καλείσαι να βοηθήσεις πρόσωπα που θα σε χρειαστούν. Ενδεχομένως να έρθει πίεσο σε αγαπημένα σου πρόσωπα και σε ύστι θα κληθείς να τα στηρίξεις περισσότερο, πέρα από σαρκικά πάθη!

Καρκίνος: Στο ξεκίνημα της εβδομάδας προετοιμάζεις τις κινήσεις σου, προσπιάθησε όμως, κατά τη διάρκεια της να τακτοποιήσεις όσες περισσότερες υποχρέωσεις μπορείς. Είσαι σε μια περίοδο που τα προσωπικά σου είναι σημαντικά προτεραιότητα, παρόλα αυτά θα πρέπει να φανεί στη περισσότερο διαλλακτικός καθώς οι καταστάσεις μεγεθύνονται στο κεφάλι σου. Επίσης, η εβδομάδα είναι εξαιρετική για ζητήματα καρδιάς!

Λέων: Ο Αρης περνά σε μια πιο φιλική θέση για το ζώδιο σου και σε βγάζει από τη στασιμότητα της προηγούμενης περιόδου, καθώς έχεις περισσότερη κινητότητα και όρεξη για δράση, πρόσεξε όμως όσα λες, τις συσκευές επικοινωνίας και τις μετακινήσεις σου! Πέμπτη με Σάββατο είσαι στο επίκεντρο των εξελίξεων και κάνεις τη φωνή σου να ακουστεί.

Παπαθένος: Η εβδομάδα σε βοηθά να δρομολογήσεις τις κινήσεις σου και να βρεις υποστήριξη σε τομείς που νιώθεις ότι τη χρειάζεσαι, κυρίως από την Τετάρτη και μετά. Μολονότι η ερωτική σου διάθεση είναι αυημένη, πρόσεξε τις κινήσεις σου γιατί παρασύρεσαι σε λάθο.

Ζυγός: Αυτή η εβδομάδα είναι ιδιαίτερα σημαντική για σένα, καθώς μετά από μια περίοδο παρασκινίου και στασιμότητας, αυξάνονται κατακόρυφα τα επίπεδα ενέργειας και μολονότι μπορεί να μη λείψουν οι προκλήσεις αυτή τη φορά το παιχνίδι είναι στα χέρια σου. Τα προσωπικά δεν είναι η πρώτη σου προτεραιότητα, αν και η λίμπιντο είναι αυξημένη.

Σκορπίος: Την Τετάρτη μπορείς να ακολουθήσεις τη διαίσθησή σου, σε αντίθεση με την Πέμπτη που φέρνει μπελάδες αν ανήκεις σε εκείνους που είναι μπερδεμένοι σε αδιέξοδες καταστάσεις. Ανάστα ονείρου στα αισθηματικά με σημαντικές ευκαιρίες.

Τοξότης: Η εβδομάδα αυτή έχει πολλές δυνατότητες, ευνοείσαι σε νομικά, διαδικαστικά, επαφές με εξωτερικό ή ζητήματα σπουδών και γενικότερα η ψυχολογία σου είναι πιο ανεβασμένη. Εξεις περισσότερες ευκαιρίες από τις οποίες επωφελείσαι στα προσωπικά, είσαι όμως σε μια περίοδο στα αισθηματικά που ευνοείς ούσους ήδη έχουν βρει το ταίρι τους.

Αιγάκερως: Έχεις έρθει πιο κοντά στα πρόσωπα που κοντινό σου περιβάλλοντας και τη τύχη δεν σε εγκαταλείπει, θα πρέπει όμως να είσαι πιο εργατικός ως προς τα δημιουργικά σου σχέδια, αν θες να τα δεις να υλοποιούνται. Το βλέμμα σου είναι στραμμένο στις κοινωνικές επαφές, ενώ γενικότερα το κλίμα στα προσωπικά είναι ιδιαίτερα ευνοϊκό.

Υδροχόος: Η εβδομάδα αυτή φέρνει αρκετές επαφές, μετακινήσεις, συμφωνίες, ενώ γενικότερα είσαι σε μια περίοδο που έχεις όρεξη να κυνηγήσεις τους στόχους σου και περισσότερη αισιοδοξία. Οι ευκαιρίες για να προσεγγίσεις το πρόσωπο που σε ενδιαφέρει αυξάνονται.

Ιχθύς: Μια βοηθητική εβδομάδα στο σύνολό της, αρκεί να μην εμπλακείς σε παρασκινιακές ενέργειες. Από την Τετάρτη ασχολείσαι περισσότερο με τα αγαπημένα σου πρόσωπα, αν και έχεις κάποια ερωτηματικά. Η γκρίνια δε λέιπει με το ταίρι σου, αλλά είσαι σε μια πιο αισιόδοξη φάση στα προσωπικά σου, με περισσότερες αιφρομές για χαμόγελα, γνωριμίες και φλερτ.



#numero

Ο «Σοφός» Ντούσαν Ιβικοβίτς δεν είναι πια εδώ

Ο Ιβικοβίτς θεωρούσε την Ελλάδα δεύτερη πατρίδα του και είχε βοηθήσει απέπειρα το ελληνικό μπάσκετ. Είχε καθίσει στον πάγκο του Άρη (1980-1982), του ΠΑΟΚ (1991-1993), του Πανιωνίου (1994-1996), της ΑΕΚ (1999-2001) και του Ολυμπιακού (1996-1999 και 2010-2012).

Οι «ερυθρόλευκοι» ήταν η μοναδική ομάδα που καθοδήγησε 2 φορές και φυσικά την οδήγησε στην κατάκτηση 2 τροπαίων Euroleague (1997, 2012). Στο πλούσιο βιογραφικό του είχε επίσης 3 πρωταθλήματα Ελλάδας και 4 Κύπελλα.

Τα κατορθώματα σου σε συλλογικό επίπεδο επιστεγάστηκαν το 2017 όταν η Euroleague των ανακήρυξε με κάθε επισημότητα σε θρύλο της διοργάνωσης.

Με την εθνική ομάδα της πρώην Γιουγκοσλαβίας είχε κατακτήσει το ασημένιο μετάλλιο στους Ολυμπιακούς Αγώνες της Σεούλ (1988), το χρυσό μετάλλιο στο Παγκόσμιο Κύπελλο της Αργεντινής 1990), καθώς επίσης και χρυσό μετάλλιο στα Eurobasket το 1989 και το 1991.

Αργότερα και μετά την ανεξαρτητοποίηση των κρατών πανηγύρισε με την εθνική Σερβίας το χρυσό στο Eurobasket του 1995 και το ασημένιο σε αυτό της Πολωνίας το 2009.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ διατροφής

Ποιο είναι το καταθίπηπο πρωινό για σένα;

Το πρωινό είναι το σημαντικότερο γεύμα της ημέρας. Ενεργοποιεί τον μεταβολισμό, μας δίνει ενέργεια, δίνει τροφή στον εγκέφαλο! Όσο σημαντική είναι η υιοθέτηση συστηματικής κατανάλωσης πρωινού, άλλο τόσο σημαντικό είναι να βρείτε το πρωινό που σας ταιριάζει και σας συρταίνει. Αυγά: Αν θέλετε να καταναλώνετε λιγότερες θερμίδες, αλλά και να αισθανθείτε λιγότερη πεινασμένοι όλη την ημέρα, έκινηστε την ημέρα σας με αυγά. Κριθαρένια παξιμάδια με ανθότυρο: Επιλέξτε κριθαρένια προϊόντα διότι είναι πλούσια σε φυτικές ίνες και σε συνδυασμό με τον ανθότυρο έχετε ένα ελαφρύ, ολοκληρωμένο πρωινό που θα σας κρατήσει κορτάτους για αρκετή ώρα. Παραδοσιακό γιασούρι με δημητριακά βρώμικα και μέλι: Μισό δοχείο φυσικού γιασούριου παρέκει στον οργανισμό περίπου 137mg ασθεστίου ή 14% της συνιστώμενης ημερήσιας πρόσληψης. Η βρώμη έχει ωρίζει για τη μεγάλη περιεκτικότητά της σε βιταμίνες του συμπλέγματος B, μεταλλικά στοιχεία, ινσοστοιχεία και φυτικές ίνες, με γνωστές ευεργετικές επιδράσεις στον ανθρώπινο οργανισμό.

Νικολέτα Μπαλαντίνου
Διατροφολόγος - Διαιτολόγος



GRAND FINALE

“ΓΙΑ ΛΙΓΕΣ ΑΚΟΜΑ ΜΕΡΕΣ”

ΟΛΑ ΜΑΣ ΤΑ ΑΠΟΘΕΜΑΤΑ
ΑΠΟ ΙΤΑΛΙΑ ΚΑΙ ΕΛΛΑΔΑ
ΣΕ ΠΡΩΤΟΦΑΝΕΙΣ ΤΙΜΕΣ

ΠΟΡΤΑΖΟΥΜΕ ΜΑΖΙ ΣΑΣ ΠΡΙΝ ΤΗ ΜΕΓΑΛΗ ΑΛΛΑΓΗ

@ Italian Factory Outlet +30 28210 87347 / 49641

KLADISSOS II KOUNOUPIDIANA