

CHILLIN

FREE PRESS LIFESTYLE ISSUE FOR CITIES CHANIA & RETHYMNO

ISSUE: #767

WEEK: 29/03-11/04

chilloutnews.gr

Chillin Free Press

chillinpress

chilloutnews@hotmail.com

S.F.F.C 2023



ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



chillin
EVENTS



It's Official

Chania!

12-13-14 May

ΕΘΝΙΚΟ ΣΤΑΔΙΟ ΧΑΝΙΩΝ

Heraklion!

26-27-28 May

MARINA PARKING

Ag. Nikolaos

2-3-4 June

AIMANI PARKING



29/03/2022

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

ISSUE: #767

WEEK: 29/03-11/04

chilloutnews.gr

Chillin Free Press

chillinpress

chilloutnews@hotmail.com

#EDITOREAL #Όταν το αυτονόητο θεωρείται υπερβολικό!

Αυτό που για πολλούς μπορεί να φαίνεται υπερβολικά πρόωρο σε μια χώρα που όλα λειτουργούν κυριολεκτικά την τελευταία στιγμή, για μας πλέον θεωρείται αυτονόητο. Την προηγούμενη εβδομάδα παρουσιάσαμε το aftermonie του Chania Beach Party, σηματοδοτώντας την επίσημη έναρξη της προβολής του φετινού Beach Party.

Τα πρώτα mail εστάλησαν και τα πρώτα εισιτήρια έχουν ήδη αγοραστεί και αυτό που πρέπει όλοι να κατανοήσουμε είναι ότι σε αντίθεση με τον Έλληνα που λειτουργεί χωρίς ιδιαίτερο προγραμματισμό, υπάρχουν και εκείνοι που φροντίζουν να οργανώσουν τις μέρες των διακοπών τους.

Μπορεί λοιπόν στη πόλη μας να μην συμβαίνουν αρκετά δρώμενα που να αφορούν τη διασκέδαση του επισκέπτη, όμως καλό είναι αυτά να τα επικοινωνούμε έγκαιρα ώστε να αποτελέσουν επιπλέον κίνητρο για τον επισκέπτη. Επίσης καλό θα είναι ο δήμος με κάποιο τρόπο να προβάλλει όσα γίνονται στη πόλη, έστω και αν είναι ιδιωτικές πρωτοβουλίες γιατί ο επισκέπτης αναζητεί επιλογές διασκέδασης και δεν ξέρει που θα τα βρει συγκεντρωμένα. Είναι πολλά τα email αλλά και οι κλήσεις που λαμβάνουμε και δεν αφορούν το beach party αλλά τη διασκέδαση στα Χανιά...απλά το θέτω ως προβληματισμό για όλους όσους μπορεί να αφορά.

Ως τότε εμείς θα συνεχίσουμε να δουλεύουμε ακατάπαυστα για να χαρίσουμε μία ακόμα ξεχωριστή εμπειρία διασκέδασης στον επισκέπτη που θα βρεθεί στο Sapei στις 11 και 12 Αυγούστου! Εσύ θα λείπεις:::



DON'T WATCH



"65"



Ο Adam Driver, "διάβασε" διάστημα, πήρε και μια - μάλλον - κοντή επιταγή και ξαναπαίει "in a galaxy far, far away", αυτή την φορά όμως χωρίς το φωτοσπαθό του, αλλά οπλισμένος με ένα hi-tech πολυβόλο. Και όλα αυτά σε ένα θρίλερ επιβίωσης που σκαρφίστηκαν τα μυαλά των Scott Beck και Bryan Wood, το δίδυμο που μας έφερε το πρώτο "Ήσυχο Μέρος", μια πολύ ωραία σεναριακή ιδέα, που όμως μένει στα χαρτιά, καθώς δεν κερδίζει ποτέ αρκετή δυναμική για να την δούμε να υλοποιείται. Οι Beck και ο Woods αγωνίζονται σκηνοθετικά να κάνουν το εν λόγω ταξίδι τρομακτικό ή ακόμη και συναρπαστικό, αλλά το μόνο που καταφέρνουν είναι να το μετατρέψουν σε μια βαρετή εμπειρία. Αλλά το κύριο ζήτημα εδώ είναι η έλλειψη συναρπαστικών σκηνών με τούς κακοσχεδιασμένους δεινόσαυρους, που δεν φαίνονται σχεδόν καθόλου, ιδιαίτερα στις σκοτεινές νυχτερινές σκηνές της ταινίας, να μην τους αισθανόμαστε ποτέ σαν πραγματική απειλή. Και κόπως έτσι, 65 εκατομμύρια χρόνια από τώρα, οι άνθρωποι θα κοιτάζουν πίσω και θα αναρωτιούνται πώς μια ταινία 90 λεπτών με τον Adam Driver ... αλλά και δεινόσαυρους δεν κατάφερε ποτέ να "απογειωθεί".

ANIMALS PROFILE

Κατοικίδιο ζωάκι την Άνοιξη! #3



5.Για την πρόληψη των τσιμπουριών μπορείτε να παρασκευάσετε μόνοι σας το εξής spray: κόψτε 2 λεμόνια σε 4 τέταρτα και βράστε τα με λίγο νερό. Τοποθετήστε το «ζουμί» σε ένα μπουκαλάκι με στόμιο ειδικό για spray και το φάρμακο είναι έτοιμο! Μπορείτε να ψεκάζετε το ζωάκι σας μια φορά την εβδομάδα κυρίως στο πίσω μέρος του λαιμού του και ΟΧΙ στα μάτια του.

6.Άλλο ένα tip που θα πρέπει να θυμάστε γενικά είναι ότι δεν είναι όλα τα φάρμακα και για τις γάτες και για τα σκυλάκια! Αν θέλετε να αγοράσετε κάποιο αποπαρασιτικό φάρμακο από κάποιο pet shop διαβάστε προσεκτικά την ετικέτα! Και εννοείται πως μια επίσκεψη στον κτηνίατρο είναι το καλύτερο φάρμακο από όλα!

Καλή άνοιξη για εσάς και τα ζωάκια σας!

Γιάννης Βενετιάκης (Ζωοτεχνολόγος)
ΚΥΔΩΝΙΑΣ 85 / ΤΗΛ.2821091862

PETWORLD
CHANIA

#BESTOFFB



#Thanos Di-Vita

Σε γενικές γραμμές με τα χρόνια έχω πείσει τον εαυτό μου να μην αντιδράει σε κάθε βλακεία που ακούει. Τώρα μένει να πείσω και το φρύδι



#Dimitris Garofalis

Τελικά αυτός ο Καραμανλής παραιτήθηκε ή πήρε άδεια να ξεκουραστεί μέχρι τις εκλογές;



#Αμαρυλλίς Αληγιάννη

Από δω κ μπρος θα πάρω τη ζωή μου στα χέρια μου.. Θα κάνω ό,τι γουστάρω Μαμά συμφωνείς;



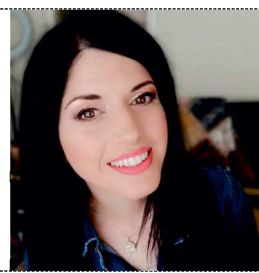
#Manolis Grigorakis

Καλάθι των νονών ρε μαλάκα. Δεν υπάρχει πίστα γελοιότητας που δεν έχει τερματίσει ο Άδωνις Γεωργιάδης, ο πιο γελοίος υπουργός όλων των κυβερνήσεων, όλων των χωρών, όλων των εποχών.



#Sofia Lionaki

Κάποτε έμπαινα σε ένα δωμάτιο και αναρωτιόμουν αν τους αρέσω. Πλέον αναρωτιέμαι αν μου αρέσουν. Έχει τεράστια διαφορά



#Dimitra Skounaki

-Άλλαξε η ώρα και χάσαμε μια ώρα ύπνο.
-Εδώ χάσαμε ολόκληρη ζωή
-Άλλο αυτό



The Holidays Destination
by Top Travel
Personal Travel Agency

Εξωτικές η ευρωπαϊκές, πολυτελείς, ρομαντικές ή περιπετειώδεις, οι διακοπές σας πρέπει να αντικατοπτρίζουν αυτό που είστε.

Από διακοπές με την οικογένεια ή την παρέα, γαμήλια ταξίδια, μέχρι ατομικές εξορμήσεις ή επαγγελματικά ταξίδια, για όλα εφαρμόζουμε μια εξατομικευμένη προσέγγιση για τον προγραμματισμό της ιδανικής απόδρασης.

Σχεδιάζουμε προσεκτικά και φροντίζουμε ολόκληρη την υλικοτεχνική πλευρά ενός ταξιδιού: κρατήσεις πτήσεων, διαμονή, μετακινήσεις και δραστηριότητες για εσάς με στόχο να απολαύσετε στο μέγιστο τις διακοπές σας.

Σας προσφέρουμε αφοσιωμένη ταξιδιωτική υποστήριξη πριν και κατά τη διάρκεια του ταξιδιού. Η ομάδα μας, με αγάπη, πάθος, και επαγγελματισμό, υπόσχεται σε κάθε ταξιδιώτη εμπειρία χωρίς άγχος από την αρχή ως το τέλος του ταξιδιού.

6906698170 / 2821033399
info@toptravelgreece.com
www.toptravelgreece.com

The Holidays Destination

Οδύσσεια
καφέ - μινύρα - νοζό

Κτιστάκη 9 Χανιά
facebook Instagram

sfisera

ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΝΟΙΞΗ ΟΛΟΙ ΟΙ ΔΡΟΜΟΙ ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΤΟ BRAS!

Κάθε εβδομάδα η διασκέδαση στο γνωστό σημείο διασκέδασης στην Επιμενίδου 2 χτυπάει κόκκινο! Τετάρτη όπως και τις προηγούμενες γίνεται η αρχή με "BarStars - Karaoke" βραδιά με τραγούδι και διασκέδαση για όλους και τον Stathis Ioannou on decks, κάθε Παρασκευή η μέρα αυτή ανήκει στους ανεπανάληπτους FreakTones και κάθε Σάββατο ο Μάνος Μαλαξιάνας με τρελά κέφια σας υποδέχεται. Πέμπτη 30/3 το δίδυμο Λευτέρης Ελευθερίου - Αλκιβιάδης Κωνσταντόπουλος ξαναχτυπά, Κυριακή 2/4 η Ρίτα Αντωνοπούλου κι οι Ρεβάνς υπόσχονται να χαρίσουν μια παράσταση που θα είναι για όλους σημείο αναφοράς, Τρίτη 4/4 ο Γιάννης Χίνος συναντιέται με τους Υαλοφόρους και παρουσιάζουν τραγούδια για αγάπες, αγωνίες, προβληματισμούς, Τετάρτη 5/4 η Χριστίνα Γκαγκουτη φουλ μπαίνει στο Bras, Πέμπτη 6/4 ο Μανώλης Φάμελλος και ο Στάθης Δρογώσης συνθέτουν το ιδανικό ντουό live και Κυριακή 9/4 ξανά μαζί σας στην σκηνή του Bras οι Μωζαϊκ / Mossaic μετά από δική σας απαίτηση για ακόμα μια αξέχαστη βραδιά!

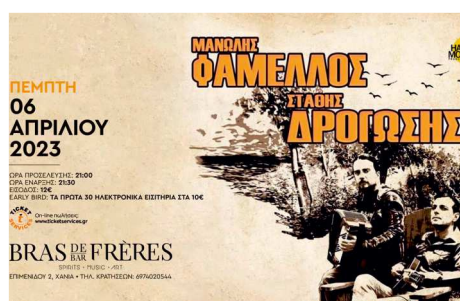
INFO
The Day: Τετ. 29/3 - Κυρ. 9/4
The Time: 21:30
The Place: Bras de Freres bar
Location: Επιμενίδου 2
@ BrasDeFreres



ΝΙΚΟΣ ΜΑΚΡΟΠΟΥΛΟΣ LIVE

Το Ευτυχία Palace μπαίνει σε ρυθμούς Πάσχα και το Σάββατο 08/4 σας υποδέχεται με ένα άκρως γιορτινό live, με ξεχωριστό καλεσμένο αυτού τον τεράστιο λαϊκό καλλιτέχνη, Νίκο Μακρόπουλο με την ορχήστρα του! Σάββατο βράδυ ο αγαπημένος λαϊκός ερμηνευτής θα βρίσκεται στο Ευτυχία Palace και σας περιμένει για να τραγουδήσετε μαζί "Έχω Έρωτα Μαζί Σου" και σίγουρα όποιος βρεθεί εκεί "Θα περνάει καλά" μέχρι το ημέρωμα!

INFO
The Day: Σαβ. 08/4
The place: Ευτυχία Palace
The Time: 24:00
Location: Ραπανιανά Κολυμβηρίου
@ EtyxiaPalace



ΜΑΝΩΛΗΣ ΦΑΜΕΛΛΟΣ - ΣΤΑΘΗΣ ΔΡΟΓΩΣΗΣ LIVE

Ο Μανώλης Φάμελλος και ο Στάθης Δρογώσης ιστορικοί σύμμαχοι από τον περασμένο αιώνα, αλλά και γνωστοί δολοφίνοι του χώρου μας αυτή την άνοιξη περιοδεύοντας θα μοιραστούν και θα μοιράσουν ξανά τραγούδια που φαντάστηκαν, δικά τους μα και ξένα. Η επινόηση του παρελθόντος, η ανακύκλωση των λαθών και η διαρκής διάψευση των μεγάλων προσδοκιών (που ποιος ξέρει γιατί έτρεφαν) δημιουργεί την σεναριακή βάση αυτής της παράστασης. Οι δυο τους συνθέτουν το ιδανικό ντουό και ένα αυτοδύναμο-αυτοδιαχειριζόμενο σχήμα τάπητος από δημιουργούς-εκτελεστές... Όσο για την πράξη εδώ θέλουμε τα πράγματα να είναι απλά. Ο Μανώλης παίζει κιθάρα, μαντολίνο, φυσαρμόνικα και κρυφτό. Ο Στάθης παίζει πιάνο, ακορντεόν και σκάκι. Επίσης βέβαια τραγουδούν άλλοτε συμπληρωματικά κι άλλοτε ανταγωνιστικά μπαίνοντας ο ένας μέσα στην σκιά του άλλου, με το θράσος της συνάφειας..

The Day: Πεν. 06/4
The Time: 21:30
@ BrasDeFreres



4 ΧΡΟΝΙΑ RABONA BIRTHDAY PARTY

Το αγαπημένο αθλητικό στέκι της πόλης κλείνει 4 χρόνια λειτουργίας! Και όχι δεν είναι Πρωταθλητικό αστείο! Μετά από τον περυσινό χαμό, είναι σίγουρο πως και αυτά τα γενέθλια θα τα γιορτάσουμε παρέα! Το Opap Rabona Sports Cafe γίνεται 4 χρονών και το Σάββατο 1 Απριλίου στις 20.00 μας περιμένει με φαγητό, ποτό και γιορτινή διάθεση για να το διασκεδάσουμε. Ο Andreasondecks μαζί με τον Dj Lex θα παίξουν "μπόλα" από την κονσόλα ενώ φαγητό, ποτά και άλλες εκπλήξεις για τους παρευρισκόμενους είναι μερικές μόνο από τις "φάσεις" που δεν πρέπει να χάσετε!

The Day: Σαβ. 01/4
The Place: Opap Rabona Sports Cafe
The Time: 20:00
Location: Λεωφόρο Καζαντζάκη 6
@ opaprabona



THE JAR CAFE: THE SPRING EDITION

Ο Απρίλιος είναι ο μήνας που τα πάντα παίρνουν ζωή ξανά. Ο μήνας που όλοι αρχίζουμε να μπαίνουμε στους ρυθμούς της άνοιξης και να αποζητάμε πιο πολύ την χαλαρή έξοδο. Μέσα σε αυτά που απολαμβάνουμε ακόμα περισσότερο είναι τα brunch breaks στο The Jar. Πατάμε παύση στο χρόνο, δίνουμε ραντεβού στο Πάρκο Ειρήνης και Φιλίας 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 Day: Καθημερινά κοντά σας
The place: The Jar Cafe
Location: Ανδρέα Παπανδρέου 70
@ The_Jar_cafe



ΜΩΖΑΪΚ / MOSSAIC LIVE

Ο Γιάννης Δίσκος, ο Δημήτρης Καζάνης, ο Λάμπρος Κουντουρόγιαννης, ο Θανάσης Τσακίρακας, ο Βύρωνας Τσουράπης και ο Στέλιος Φράγκος, συναντήθηκαν πρώτη φορά όλοι μαζί το 2020 ακολουθώντας το κάλεσμα του έμπειρου "καπετάνιου" και μέντορα Νίκου Πορτοκάλογλου, σχηματίζοντας τη μπάντα της αγαπημένης μουσικής εκπομπής "Μουσικό Κουτί". 3 χρόνια μετά, αποφασίζουν να ενώσουν τις δυνάμεις τους και εκτός εκπομπής και μας συστήνουν ως Μωζαϊκ / Mossaic συνεχίζοντας να κάνουν αυτό που τους έφερε κοντά εξ αρχής, να παίζουν μουσική. Ανατολίτικη με αυθεντική ροκ, hip hop με ρεμπέτικα, indie και pop, λαϊκά και έντεχνα, Βασίλης Παπακωνσταντίνου με Scorpions, Άλκηστις Πρωτοψάλτη με Radiohead και 50Cent με ρεμπέτικο συνδυάζονται μέσα από καλοδουλεμένες ενορχηστρώσεις και τα φωνητικά του Βύρωνα Τσουράπη, του Λάμπρου Κουντουρόγιαννη και του Στέλιου Φραγκού που εκτελούν και χρέη frontman.

The Day: Κυρ. 09/4
The Time: 21:30
@ BrasDeFreres



CHANIA BEACH PARTY

AGIA MARINA, CHANIA

a new era unfolds...
BUY YOUR TICKETS / BOOK A TABLE
www.chaniabeachparty.com

2023
SAPHEL
11 | 12
FRIDAY SATURDAY
AUGUST
19.00 - 01.00
2 days

ΧΑΜΟΣ ΣΤΑ ΕΓΚΑΝΙΑ ΤΟΥ CUPPA COFFEE & MORE

Το βράδυ της Τετάρτης ήταν αφιερωμένο στο Cuppa coffee & more. Το αγαπημένο coffee spot είχε την τιμητική, μιας και γιόρτασε την επίσημη έναρξη λειτουργίας του με ένα πολύ μεγάλο party που ξεκίνησε από νωρίς το απόγευμα. Ο Γιάννης Βεργεράκης και η οικογένειά του υποδέχτηκαν φίλους και γνωστούς σε ένα party που στήθηκε τόσο στον εσωτερικό όσο και στον εξωτερικό χώρο. Το απαραίτητο για την περίπτωση κέρασμα περιλάμβανε ένα πλούσιο μπουφέ με αλμυρές και γλυκές λιχουδιές, όσο οι φίλοι του CUPPA διασκέδαζαν με τις μουσικές του Μιχάλη Μανουσέλη. Τα βεγγαλικά φωτίσαν τον ουρανό και τα χαμόγελα τον φωτογραφικό μας φακό, που κατέγραψε κάθε στιγμή μιας υπέροχης βραδιάς. Εμείς ευχόμαστε στο CUPPA καλές δουλειές και να μας χαρίζει πολλές όμορφες στιγμές για πολλά ακόμα χρόνια!



CUPPA

COFFEE & MORE



"JOIN THE CUPA WORLD"

AKROTIRIOU 92, VLITE, SOUDA

☎ 2821 601804

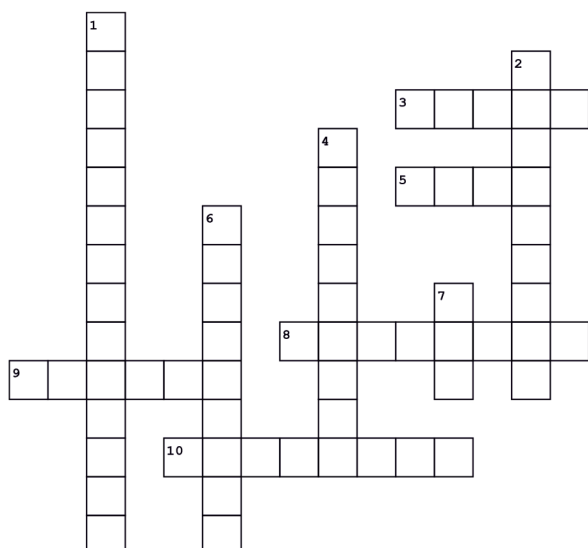


Facebook icon The JAR Pastry

GRIGORIOU E 24, Chania

Instagram icon thejar_pastry

CBP CROSSWORD



Across

3. που θα πραγματοποιηθεί το φετινό party
 5. Πόσα χρόνια πραγματοποιείται
 8. Πιο μήνα πραγματοποιείται το Chania beach party
 9. ποια χρονολογία έγινε το πρώτο party...Δυο χιλιάδες
 10. ποιος βιντεογραφος έχει επιμεληθεί το φετινό aftermovie

Down

1. Που πραγματοποιήθηκε το πρώτο party
 2. ποσα ευρώ κοστίζει η είσοδος για το φετινό party
 4. ποια βοτκα ήταν χορηγος περυσι
 6. ποια επιμελήθηκε το styling του περυσινου Chania Beach Fashion
 7. ποσες μερες διεξάγεται φετος

STREET FOOD FESTIVAL NEWS

ΓΙΑ ΠΡΩΤΗ ΦΟΡΑ ΣΤΟΝ ΑΓΙΟ ΝΙΚΟΛΑΟ



Για πρώτη φορά, το Street Food Festival ταξιδεύει στην άλλη άκρη της Κρήτης για να μοιραστεί την εμπειρία με τους φίλους του νομού Λασιθίου. Μπορεί να χρειάστηκε να περάσουν κάποια χρόνια για να συμβεί, όμως είναι πλέον γεγονός. Ο πανέμορφος Άγιος Νικόλαος θα είναι ο τρίτος προορισμός του φεστιβάλ για τη φετινή χρονιά. Χάρη στη συμβολή, τόσο του Δήμου Αγίου Νικολάου, όσο και του Λιμενικού Ταμείου, το αγαπημένο φεστιβάλ φαγητού θα βρεθεί στο λιμάνι Αγίου Νικολάου στις 2-3-4 Ιουνίου για 3 βράδια με αγαπημένες γεύσεις και ήχους. Οι δηλώσεις συμμετοχών ξεκίνησαν! Όσες επιχειρήσεις επιθυμούν μπορούν να συμμετάσχουν στέλνοντας inbox στη σελίδα του Street Food για να μάθουν περισσότερες πληροφορίες.

ΝΕΑ ΤΟΠΟΘΕΣΙΑ ΣΤΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟ

Επειτα από 3 χρόνια στο Παγκρήτιο Στάδιο Ηρακλείου, το Street Food Festival Heraklion αλλάζει τοποθεσία και μεταφέρεται πιο κοντά στο κέντρο της πόλης. Το Parking Marina, όπου λαμβάνουν χώρα και άλλες διοργανώσεις, επιλέχθηκε για να φιλοξενήσει το φεστιβάλ, που όπως όλα δείχνουν θα φέρει ακόμα πιο κοντά τους μικρούς φίλους του street food. Στόχος του φεστιβάλ είναι να υποδεχτεί ακόμα περισσότερους φίλους, κάνοντας την πρόσβαση πιο εφικτή στο κοινό. Οι πρώτες αντιδράσεις για την επιλογή



του σημείου ήταν πέρα για πέρα θετικές, ενώ οι συμμετοχές έχουν ήδη ξεπεράσει κάθε προσδοκία!

ΜΟΥΣΙΚΕΣ ΣΤΟ STREET FOOD CHANIA

Πολύ μεγάλη είναι η συμμετοχή των μουσικών για ακόμα μία χρονιά στο φεστιβάλ των Χανίων. Καθημερινά ανακοινώνονται όλο και περισσότερες μπάντες και djs που πρόκειται να ντύσουν μουσικά το event. Μάλιστα έχουμε και πρωτοεμφανιζόμενους, μεταξύ των οποίων ο Σταύρος Λαμπρόπουλος, ενώ αναμένεται να ανακοινωθεί και ένας ακόμα πολύ αγαπητός Χανιώτης καλλιτέχνης τις επόμενες μέρες. Το Street Food Festival θα είναι ακόμα μία χρονιά μια εξαιρετικά νόστιμη και διασκεδαστική εμπειρία. Ετοιμαστείτε να υποδεχτείτε το καλοκαίρι με το καλύτερο τρόπο!!!



Foodtruck

Delicassies



28210 27432

Επιμενίδου 9, Χανιά

θα μας
βρείτε
και στη
Wolt

ΒΕΛΕΣΙΩΤΟΥ ΣΤΟ BRAS



7 ΧΡΟΝΙΑ "ΜΕ ΠΙΑZZA" ΜΕ ΜΑΛΑΞΙΑΝΑΚΗ



ΕΥΤΥΧΙΑ PALACE

ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ:
6986 596157
6980545438

ΣΑΒΒΑΤΟ
08
ΑΠΡΙΛΙΟΥ

Μ
ΝΙΚΟΣ
ΜΑΚΡΟΠΟΥΛΟΣ

ΡΑΠΑΝΙΑΝΑ, ΚΟΛΥΜΒΑΡΙΟΥ

ΓΙΑΝΝΗΣ ΑΓΓΕΛΑΚΑΣ ΣΤΟ BRAS



ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΣΤΗ...ΚΟΤΟΡ

Στην σκιά επιβλητικών καταπράσινων βουνών, στην άκρη ενός μαγευτικού κόλπου με τirkουάζ νερά, η μεσαιωνική πόλη του Κότορ είναι το αδιαμφισβήτητο κόσμημα στο στέμμα του Μαυροβουνίου. Είναι ένας μεσαιωνικός λαβύρινθος μουσείων, εκκλησιών, πλατειών και βενετσιάνικων παλατιών. Είναι ένα μέρος όπου το παρελθόν συνυπάρχει με το παρόν.



Ξεκινήστε την περιήγησή σας στο Κότορ περνώντας από τις ιστορικές πύλες και κατευθυνθείτε προς την Παλιά Πόλη. Η περιπλάνηση στα δαιδαλώδη πέτρινα δρομάκια της είναι απόλαυση. Είναι εύκολο να χαθείτε στον λαβύρινθο των δρόμων της. Κάθε λιθόστρωτο δρομάκι οδηγεί σε ένα μικρό εκκλησάκι, μια πλατεία ή ένα μεγάλο παλάτι, αιώνων. Κάθε γωνία που στρίβετε αποκαλύπτει μια ματιά στην ιστορία της πόλης: ο πύργος του Ρολογιού, το συναρπαστικό Ναυτικό Μουσείο, ο εντυπωσιακός Καθεδρικός Ναός του Αγίου Τρύφωνα, τα ιστορικά εκκλησάκια του Αγίου Λουκά, του Αγίου Νικολάου και της Αγίας Μαρίας, όλα τους χτισμένα με υπέροχες πλατείες γύρω τους. Υπάρχουν διάφορα παλάτια διάσπαρτα σε όλη την Παλιά Πόλη του Κότορ που περιμένουν να τα ανακαλύψουν. Το Παλάτι Ντράγκο, με τα γοτθικά παράθυρα του 15ου αιώνα, το Παλάτι Μπιζάντι του 12ου αιώνα, το Παλάτι Πίμα με στοιχεία αναγέννησης και μπαρόκ του 16ου αιώνα κ.α.



Καλύτερη περίοδος για να επισκεφτείτε το Κότορ

Τον Ιούλιο και τον Αύγουστο, το Κότορ και οι Αδριατικές Ακτές βουλιάζουν από κόσμο, κάτι που καθιστά την αρχή και το τέλος του καλοκαιριού την ιδανική περίοδο για να εκτιμήσετε την γοητεία τους με την ψυχιά σας.



Follow fb & insta: The Holidays Destination
THL6906698170/2821033399
Email info@toptravelgreece.com
Web www.toptravelgreece.com

Sorelle
Women's Clothing



Chalidon 92, Chania | 6980551375

 Sorelle Boutique  bouique_sorellechania

01 APRIL
STARTS: 20.00

4 YEARS BIRTHDAY

SATURDAY

Rabona
coffee & sports

LEOF.KAZANTZAKI 6

ΤΙ ΣΕ ΝΟΙΑΖΕΙ;



Μιλούσα τις προάλλες με μία φίλη, η οποία μου εκμυστηρεύτηκε ότι τη συγκίνησε και την επηρέασε πολύ σαν άνθρωπο μία ατάκα που άκουσε πρόσφατα σε μία ταινία: «Είναι δυνατόν να μη νοιάζει τον κόσμο τέτοιο πράγμα;» Δεν έχει καμία σημασία τι ήταν αυτό το πράγμα στην ταινία. Στην αρχή που μου το είπε δεν το πολυκατάλαβα, μετά που το ξανασκέφτηκα όμως προβληματίστηκα κι εγώ. Κολλάει επίσης πολύ με το γεγονός ότι ταυτόχρονα δύο άλλοι φίλοι μου υποφέρουν από κατάθλιψη.

Ξέρετε γιατί δεν έχουμε κι εμείς κατάθλιψη; Επειδή δεν έχουμε χρόνο να συλλογιστούμε πόσο σκατά είναι τα πράγματα, πόσο χάλια δείχνουν ότι θα πάνε στο μέλλον και πόσο κανείς δε νοιάζεται για τίποτα – ούτε για τον ίδιο του τον εαυτό, πόσο δε για τους άλλους. Μας έχει πάρει τόσο πολύ η μπάλα της καθημερινότητας και των καθημερινών αναγκών, ώστε δεν προλαβαίνουμε να συνειδητοποιήσουμε τη μαυρίλα. Ας ξεκινήσουμε από τα δικά μας: δεν τον ένοιαζε τον άλλο που ήπие τον πάτο του ξημερώματα, ανέβηκε στο μηχανάκι του, πέρασε τέσσερις διασταυρώσεις με STOP , και στην έκτη τον πήρε παραμάζωμα ένα αυτοκίνητο που πήγαινε κανονικά και τον έκανε σούπερμαν και ανάπηρο για όλη την υπόλοιπη ζωή του. Δε νοιάζει την κυρία που φέρνει τον 5χρονο συμμαθητή της κόρης μου στο νηπιαγωγείο κάθε μέρα με ηλεκτρικό πατίνι, ξεκράνωτοι και οι δύο. Δε νοιάζει κανέναν που γράφει μηνύματα στο κινητό την ώρα που οδηγεί ποιον θα πάρει ο χάρος. Ούτε κανένα γαμβουλευτό νοιάζει τι θα γίνουν οι άλλοι με τις μαλακίες που υπογράφει για να τα τσεπώσει. Στα παπάρια τους όλοι. Μα αλήθεια τώρα, έτσι θα ζήσουμε αυτό που μας απέμεινε;

Κισσάμου 98 Τ. 282 10 74730 fb.Gas Motorsport Culture www.gasmoto.gr



Κριός: Περισσότερη ενέργεια, αλλά και περισσότερη απειρακσία. Η εβδομάδα αυτή ξεκινά σε έντονους τόνους, καθώς ίσως φέρει ανατροπές, κάνοντάς σε ταυτόχρονα πιο επικοινωνιακό από ποτέ! Είσαι πιο εξωστρεφής στα προσωπικά, και θα πρέπει να μην ενδίδεις σε πρόσκαιρους πειρασμούς, ρισκάροντας να χαλάσουν κάτι ήδη υπάρχον!

Ταύρος: Ανασφάλειες που δεν είχες υπολόγισες. Βρίσκεσαι σε μια κουραστική περίοδο, δεν λείπουν όμως και οι ευκαιρίες. Δεν υπάρχουν σημαντικές εξελίξεις στα προσωπικά και αυτή η περίοδος σου δείχνει όλα εκείνα τα οποία πρέπει να βάλεις σε τάξη και να αποδεσμευτείς από καταστάσεις που δεν σε εξελίσσουν βαθύτερα.

Δίδυμοι: Αλλάζεις στόχους, προσοχή σε οικονομικά ρίσκα. Αλλάζεις ριζικά τον τρόπο με τον οποίο προσπαθείς να υλοποιήσεις τους στόχους σου. Υπάρχουν ευκαιρίες να προσεγγίσεις το πρόσωπο που σε ενδιαφέρει, κρατάς όμως και μια απόλυτη στάση. Είσαι πιο εσωστρεφής και προσπαθείς να αφογκραστείς τις αληθινές σου ανάγκες.

Καρκίνος: Κούραση στην καθημερινότητα με τις υποχρεώσεις. Τώρα βάψεις πολλά πράγματα στη θέση σου, αναθεωρείς ποιο είναι το όραμα της ευτυχίας σου και τι θέλεις από τους άλλους. Παράλληλα ανακαλύπτεις ξανά πτυχές τους εαυτού σου που πίστευες ότι είχες αφήσει στο παρελθόν. Τα φλερτ δεν είναι η πρώτη σου προτεραιότητα.

Λέων: Τα αγαπημένα σου πρόσωπα σε χρειάζονται. Η περίοδος αυτή θα μπορούσε να έχει θετικό πρόσημο για σένα, καθώς ασχολείται με τα δημιουργικά σου σχέδια και βρίσκεις λύσεις σε εμπόδια που συναντάς, ωστόσο πρόσχε τις απρόσμενες αλλαγές. Οι πνευματικοί σου ορίζοντες είναι πιο διευρυνμένοι. Η Αφροδίτη από τον Υδροχόο ξυπνά πάθη.

Παρθένος: Νέα δεδομένα, υπάρχουν όμως πιεστικές καταστάσεις. Τη βδομάδα αυτή είναι προτιμότερο να φανεύεις πιο υπομονετικός με υποθέσεις σου, ενώ γενικότερα είσαι σε μια περίοδο με αρκετή κούραση και μπόλικο τρέξιμο. Τα πράγματα κυλούν σε πιο ευχάριστα πλαίσια καθώς μπορείς να δεις αγαπημένα πρόσωπα και να περάσεις ευχάριστες στιγμές.

Ζυγός: Δύσκολες αποφάσεις για τα προσωπικά. Έχεις αρκετή όρεξη να κάνεις πράγματα αυτό το διάστημα και ακόμη και αν δεν είναι όλα ρόδινα, εσύ πρέπει να εκμεταλλευτείς και την πιο μικρή ευκαιρία που θα έρθει στο δρόμο σου! Παράλληλα ίσως υπάρξει ένταση στο κοντινό περιβάλλον.

Σκορπιός: Δώσε περισσότερη προσοχή στις υποχρεώσεις και την υγεία σου. Μπορείς με περισσότερη άνεση να επικοινωνήσεις τα θέλω και τις ιδέες σου στο κοντινό σου περιβάλλον, όπως επιπλέον και να βρεις τη στήριξη που χρειάζεσαι. Αυτή την περίοδο είσαι επιρρεπής σε βιαστικές κινήσεις. Επίσης έρχεται πιο κοντά στα πρόσωπα της καρδιάς σου.

Τοξότης: Παίρνεις τα πράγματα στα χέρια σου. Η εβδομάδα αυτή είναι σημαντική για σένα, καθώς αυξάνονται κατακόρυφα τα επίπεδα ενέργειας, αν και μπορεί να μη λείψουν οι προκλήσεις. Υπάρχουν φλερτ στον ορίζοντα και οι φίλοι είναι εκείνοι που δρουν θετικά για τα αισθηματικά σου, σε μια περίοδο που είσαι γενικότερα προστατευμένος.

Αιγόκερως: Περίοδος πίεσης στο σπίτι και την οικογένεια. Το κλίμα είναι αγχώδες και εσωστρεφές, ενώ εσύ αποφεύγεις την πολυκοσμία. Ασχολείσαι πιο πολύ με τις υποθέσεις της οικογένειάς σου, ενώ τακτοποιείς και ψικάποιες υποχρεώσεις σου. Μοιάζει αδιάλλακτος στη στάση που κρατάς, είναι προτιμότερο να μπαίνεις και στη θέση των άλλων.

Υδροχόος: Έχεις ευκαιρίες σχετικά με σχέδια σου. Υπάρχουν κάποιες καταστάσεις που θα σε ζορίσουν, γενικότερα όμως αυτή η εβδομάδα έχει έντονο το στοιχείο της παρορμητικότητας. Επίσης, εγκαινιάζεται μια περίοδος με ευχάριστες επαφές, συναντήσεις και ευχάριστα μηνύματα. Στα προσωπικά έχεις δεύτερες ευκαιρίες χάρη στην καλή σου διάθεση.

Ιχθύς: Τα οικονομικά χρειάζονται προσοχή. Προτίμησε μια συγκρατημένη στάση απέναντι στα πράγματα, καθώς οι υπερβολές σε εκθέτουν. Άγχος και κάποιες φοβίες, δε λείπουν και αυτό σε αποσυντονίζει. Η σύννοδος Ερμή-Ποσειδώνα φέρνει αυξημένη λίμπινο, αλλά και εκρήξεις



Ο όρος Διαβήτης αποδίδεται στο Έλληνας γιατρό Αρεταίο τον Καππαδόκη, εξαιτίας του ότι το νερό που έπινε ο άρρωστος διάβαινε αναλλοίωτο στα ούρα. Ο Αρεταίος έζησε τον 2ο αιώνα μ.Χ. και θεωρείται ο τρίτος σπουδαιότερος έλληνας γιατρός της αρχαιότητας, μετά τον Ιπποκράτη και τον Γαληνό.

Μέχρι τα τέλη της δεκαετίας του '90, οι πυρηνικές βόμβες της Β α σ ι λ ι κ ή ς Π ο λ ε μ ι κ ή ς Αεροπορίας του Ηνωμένου Βασιλείου (RAF) μπορούσαν να ενεργοποιηθούν με τη χρήση ενός λουκέτου ποδηλάτου.

Η πρώτη νησίδα ασφαλείας σε δρόμο κατασκευάστηκε με δικά του έξοδα από τον Συνταγματάρχη Pierrepont, έξω από τη λέσχη του στο Λονδίνο. Σκοτώθηκε, στην προσπάθειά του να περάσει τη νησίδα.



#numero

Λιονέλ Μέσι: Έφτασε τα 800 γκολ καριέρας, οι επόμενοι στόχοι του Ο 35χρονος επιθετικός της Παρί Σεν Ζερμέν Λιονέλ Μέσι έγινε ο 2ος παίκτης που φτάνει τα 800 διεθνή γκολ μετά τον Κριστιάνο Ρονάλντο.

Ο απολογισμός του pulga περιλαμβάνει 672 γκολ σε 17 σεζόν με την Μπαρτσελόνα, 29 με την Παρί Σεν Ζερμέν και 99 διεθνή γκολ (2 ες' αυτών στον τελικό του Μουντιάλ).

Έχει επίσης πετύχει περισσότερα γκολ (474) και έχει δώσει περισσότερες ασίστ (192) από οποιονδήποτε παίκτη έχει αγωνιστεί στη La Liga και κατέχει το ρεκόρ για τα περισσότερα γκολ σε μία σεζόν- τα 50 σε 37 παιχνίδια κατά τη διάρκεια της περιόδου 2011-12. Έχει τα περισσότερα κατ-τρικ στη La Liga (36).

Αν συνεχίσει να αγωνίζεται ο Μέσι θα φτάσει τις 900 συμμετοχές σε σύλλογο την επόμενη σεζόν και πιθανότατα θα σκοράρει για 20ή διαδοχική σεζόν στην κορυφαία κατηγορία.

Είναι ήδη ο παίκτης με τις περισσότερες συμμετοχές στην Αργεντινή (172) και απέχει 1 γκολ για να φτάσει τα 100 με τη φανέλα της χώρας του. Ο Γκαμπριέλ Μπατιστούτα είναι δεύτερος στη λίστα.

Μόνο ο Κριστιάνο Ρονάλντο (118) και ο Άλι Νταϊ, ο οποίος σκόραρε 109 φορές για το Ιράν μεταξύ 1993 και 2006, έχουν πετύχει περισσότερα διεθνή γκολ (για τους άνδρες).

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ υγιεινής διατροφής

Πείτε ΝΑΙ στην ντεϊά

Η παραδοσιακή δίαιτα της Σαρακοστής, χάρη στα άφθονα λαχανικά και φρούτα, είναι πλούσια σε βιταμίνες (Α, C, Ε), φυλλικό οξύ, ιννοστοιχεία, αντιοξειδωτικά και φυτικές ίνες. Αντίθετα, είναι «φτωχή» σε κορεσμένα ζωικά λίπη! Η άφθονη κατανάλωση τροφών πλούσιων σε φυτικές ίνες, όπως τα λαχανικά, τα όσπρια, τα δημητριακά και τα φρούτα ευνοεί τη λειτουργία του εντέρου. Η αυξημένη πρόσληψη αντιοξειδωτικών, όπως η βιταμίνη Ε, προστατεύει τον οργανισμό από την επιδραση των βλαβερών ελευθερων ριζών, οι οποίες ευθύνονται για την καταστροφή των κυττάρων. Για να καλύψετε τις ανάγκες σας σε πρωτεΐνη, καταναλώστε όσπρια, τα οποία αν συνδυαστούν σωστά, με δημητριακά (ρυζί, καλαμπόκι, ψωμί), μας δίνουν πρωτεΐνες, ισάξιες του κρέατος. Γαρίδες, καλαμάρια, σουπιές, αστακός και χταπόδι αποτελούν πλούσιες πηγές πρωτεΐνης υψηλής ποιότητας, ψευδογύρου και ιωδίου, ενώ ταυτόχρονα είναι χαμηλά σε λιπαρά (βέβαια, αυτό δεν σημαίνει ότι δεν είναι πλούσια σε χοληστερίνη).



BAR STARS

KARAOKE NIGHTS

WEDNESDAYS

STARTS 7 21:00

HOSTED BY STATHIS IOANNIDOU

#barstarnights

ΚΑΘΕ ΣΑΒΒΑΤΟ

WIN TER SEA SON 23

23

LIVE

ΜΑΝΟΣ ΜΑΛΑΞΙΑΝΑΚΗΣ

FULL BAND

BRAS DE FRÈRES

22:00

EVERY SATURDAY

EVERY WEDNESDAY

ΚΑΘΕ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

WIN TER SEA SON

LIVE

FREAKTONES

BRAS DE FRÈRES

22:00

EVERY FRIDAY

ΜΑΝΩΛΗΣ ΦΑΜΕΛΛΟΣ

ΣΤΑΘΗΣ ΔΡΟΓΩΣΗΣ

ΠΕΜΠΤΗ 06 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2023

BRAS DE FRÈRES

THURSDAY 6.4

BRAS DE FRÈRES

ΕΠΙΜΕΝΙΔΟΥ 2, ΧΑΝΙΑ

RSV. 697 402 0550

FB. BRAS DE FRÈRES

INSTA. BRAS DE FRÈRES

EVERY FRIDAY

ΠΕΜΠΤΗ 30 ΜΑΡΤΙΟΥ 2023

BRAS DE FRÈRES

ΠΙΤΑ ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ

ΚΥΡΙΑΚΗ 2 ΑΠΡΙΛΙΟΥ - ΧΑΝΙΑ

THURSDAY 30.3

ΤΡΙΤΗ 4 ΑΠΡΙΛΙΟΥ

WIN TER SEA SON 23

23

LIVE

ΓΙΑΝΝΗΣ ΧΙΝΟΣ & ΥΑΛΟΦΟΡΟΙ BAND

TUESDAY 4.4

MOSSAIC

ΚΥΡΙΑΚΗ 09 ΑΠΡΙΛΙΟΥ

ΠΡΟΣΕΛΥΤΗΣ 21:00

ΓΕΝΙΚΗ ΕΙΣΟΔΟΣ 13€

SUNDAY 9.4