

09/10 - 15/10/2019

# Chillin

FREE PRESS  
CHANIA  
RETHYMNO

#697

www.chilloutnews.gr



ITALIANFACTORYOUTLET

# BLACK WEEK

IS FINALLY HERE

# -50%

ΕΚΠΤΩΣΗ  
ΣΤΗΝ ΕΚΠΤΩΣΗ!  
ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΕΙΔΗ

ΑΠΟ ΔΕΥΤΕΡ 7 ΟΚΤ.

ΓΙΑ ΜΙΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ!

Η εβδομάδα που όλοι περιμέναμε!!!

www.italmarket.gr

ΚΛΑΔΙΣΣΟΣ / ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙΑΝΑ

Italian Factory Outlet

Δε μπορούμε να εθελουφλούμε και δε μπορούμε να μην ανησυχούμε ιδιαίτερα με όσα γίνονται καθημερινά μεταξύ Τουρκίας – Κύπρου και Ελλάδας. Οι τουρκικές προκλήσεις είναι σε καθημερινή βάση και είναι χωρίς κανένα διαταγμό σε όλα τα επίπεδα. Προφανώς και μιλάμε για τεράστια συμφέροντα μιας και μια ενεργειακά ανεξάρτητη χώρα έχει μια τεράστια πηγή πλούτου και αυτό το γνωρίζουν όλοι. Το γεγονός ότι έχει επιβεβαιωθεί ο πλούτος που υπάρχει στα έγκατα της ελληνοκυπριακής ΑΟΖ ανησυχεί ιδιαίτερα τους Τούρκους. Σίγουρα και η Τουρκία που ταλανίζεται από οικονομικά προβλήματα, θα ήθελε να βάλει το χέρι της σε ένα μερίδιο της πίτας, όμως εδώ πραγματικά απέχουμε πολύ λίγο από ένα θερμό επεισόδιο που μπορεί να τα νικάει όλα στον αέρα. Οι συνέπειες θα είναι ολέθριες και όπως όλα δείχνουν θα πρέπει να είμαστε έτοιμοι για την πιθανότητα μιας αρνητικής εξέλιξης ή αλλιώς ενός «ατυχήματος». Οι ένοπλες δυνάμεις είναι σε επιφυλακή και σε διαρκή ετοιμότητα. Για την ώρα οι χειρισμοί είναι διπλωματικοί και όλοι ευχόμαστε να παραμείνουν σε επίπεδο διπλωματίας. Η στήριξη της Αμερικής και η επίσκεψη του υπουργού Εξωτερικών της Αμερικής στη χώρα μας ήταν μια σημαντική παράμετρος, όμως οι τούρκοι έχουν δείξει και στο παρελθόν με τη στάση τους ότι δεν χαμπαριάζουν από τέτοια. Προφανώς ευχή όλων μας είναι να καταλαγιάσει όλη αυτή η έκρυθμη κατάσταση και να αποφευχθούν τα χειρότερα όμως κάτι μου λέει ότι έχουμε να δούμε πολλά ακόμα σενάρια αυτής της υπόθεσης.



## DON'T WATCH

The Haunting Of Sharon Tate

Από τα πρώτα λεπτά καταλαβαίνεις με τι έχεις να κάνεις, αλλά αυτό δεν θα μπορούσε να αποτελέσει θέμα, εφ' όσον η ταινία και είχε να προσφέρει κάτι, αλλά και να μπορούσε να διασκεδάσει τον θεατή. Αντί να πάει σε μια απεικόνιση των γεγονότων με σεβασμό αλλά και όσο το δυνατόν περισσότερο ρεαλισμό, είναι γεμάτη από βαρειές και τραγελαφικές σκηνές.

Για μια ακόμα φορά έχουμε μια ταινία που σίγουρα δεν προσφέρει απολύτως τίποτα στο είδος, πέρα από επαναλαμβανόμενες σκηνές, ανούσιες, χωρίς ρυθμό, που προσφέρουν πιο πολύ γέλιο παρά κάτι ουσιαστικό. Ειλικρινά δεν υπάρχουν πολλά λόγια να περιγράψουν αυτό που είδαμε σε μια ταινία που μπορεί να ξεκίνησε σχετικά υποφερτά, αλλά όσο προχωράει, βλέπουμε με διαφορά μια από τις χειρότερες ταινίες των τελευταίων χρόνων.



## Animals profile by PETWORLD

—CHANIA

Η σημασία της αντιπαρασιτικής προστασίας #3

Αυτό που πρέπει να γνωρίζουν οι ιδιοκτήτες είναι πως η αποπαρασίτωση του σκύλου και της γάτας πρέπει να γίνεται σε όλη τη διάρκεια της ζωής τους και η χορήγηση της αγωγής σε τακτά χρονικά διαστήματα. Η συχνότητα της μπορεί να ποικίλλει ανάλογα με την ηλικία, τον τρόπο ζωής και το περιβάλλον διαβίωσης του ζώου. Πιο συγκεκριμένα, στα κουτάβια ο πρώτος αποπαρασιτισμός ξεκινά από τη 10η ημέρα της ζωής τους και επαναλαμβάνεται κάθε 10 μέρες έως και την ηλικία των 2 μηνών. Από εκεί και έπειτα η επανάληψη της αποπαρασιτικής αγωγής θα πρέπει να γίνεται κάθε 2-3 μήνες σύμφωνα με τις συμβουλές του κτηνιάτρου που παρακολουθεί το κατοικίδιο σας. Τα αντιπαρασιτικά φάρμακα διατίθενται σε διάφορες μορφές, όπως σε μορφή πάστας, σιροπιού, χαπιού αλλά και αμπούλας που χορηγείται επιδερμικά και όχι από το στόμα.



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



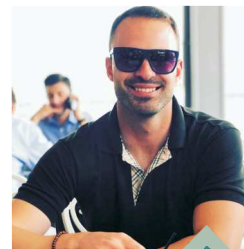
Dimitris Garofalis

well said...  
Έχω κοιμηθεί μετά από τσακωμό με τα μάτια ανοικτά να νομίζει ότι σκέφτεται!



Theocharis Arkalakis

well said...  
Κορίτσια ωραία η μόδα με το παχύ φρύδι αλλά εθάρχευ ήταν μόνο ένας



Bledi Sadrija

well said...  
Μου χάρισαν ένα αντιστρέψ μπαλάκι. Θα το πετάξω σε όποιον με εκνευρίσει πρώτος!



Sofia Lionaki

well said...  
Όταν σπικάνεσαι το πρωί για δουλειά βρογιάς, κουτούλας, ζορίζεσαι, αν είναι να σπικαθείς το πρωί για ταξίδι, βγαίνεις από το σπίτι με καλαματιανό



Vasso Tzilivaki

well said...  
Η πιο συχνή ερώτηση που κάνω στον εαυτό μου είναι: Να μιλήσω ή θέλω την πουχία μου;



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

Protapapadaki 10, Pasakaki, Chania

+30 2821044127 / mob.+306979115513

## Dj & Live Music by Stelios



www.djstelios.gr  
mob.6976486648

## ΒΑΣΙΛΗΣ ΜΑΛΑΞΙΑΝΑΚΗΣ - ΧΡΗΣΤΟΣ ΠΑΤΕΡΑΚΗΣ LIVE

Το Σαββάτο 12/10 γίνεται η αρχή στο πλήρως ανανεωμένο Ακταίον με τον αγαπημένο Γιάννη Χριστιανάκη να κάνει το opening night της σεζόν και μια μέρα μετά Κυριακή 13/10 έρχεται και η ανάλογη συνέχεια! Βασίλης Μαλαξιάνακας και Χρήστος Πατεράκης των Μαρσούσας υποδέχονται στο πρώτο Κυριακάτικο live της σεζόν σε ένα καινούριο μουσικό project, με στόχο να σας γυρίσουν σε γνωστές ελληνικές μελωδίες, εκτελεσμένες με το δικό τους στυλ και ύφος. Φέρτε όλη σας την ενέργεια και το κέφι σας, γιατί θα τα χρειαστείτε.



**Ακταίον Theory Live Stage**  
INFO  
The Day: Κυρ.13/10  
The Time: 22:30  
Location: Ακτή Μιαούλη 12

## EVENT OF THE WEEK

OPENING NIGHT - ΓΙΑΝΝΗΣ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑΚΗΣ LIVE

Το Ακταίον είναι έτοιμο πλέον, φόρεσε τα χειμερινά του και όπως όλα δείχνουν η φετινή θα είναι η χρονιά του, μιας και ο χώρος επεκτάθηκε, διαχωρίζοντας με αυτό τον τρόπο το live από αυτόν του καφέ, η αυλή είναι έτοιμη να φιλοξενήσει πολύ περισσότερο κόσμο, ενώ το αγαπημένο στέκι όσων αγάγιασαν τις live βραδιές θα έχουν ακόμα μεγαλύτερη άνεση μιας και ο εσωτερικός χώρος έχει διαμορφωθεί διαφορετικά. Όλοι αναμένουν με αγωνία το ξεκίνημα, ενώ η επέκταση του χώρου θα επιτρέψει την παρουσία ακόμα μεγαλύτερων σχημάτων πέρα από τα σύνορα της Κρήτης. Σαββάτο 12/10 γίνεται η αρχή με τον αγαπημένο Γιάννη Χριστιανάκη να κάνει το opening night της σεζόν!

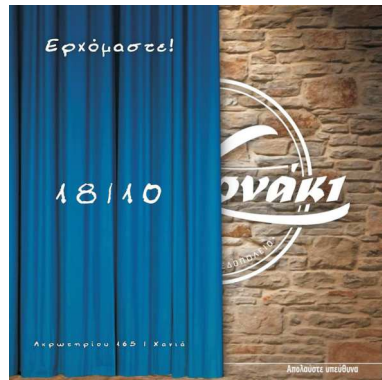


**Ακταίον Theory Live Stage**  
INFO  
The Day: Σαβ.12/10  
The Time: 22:30  
Location: Ακτή Μιαούλη 12



**OPENING NIGHT - WINTER 2020**  
INFO  
The Day: Παρ. 11/10  
The place: Apion City Bar  
The Time: 22:30  
Location: Τζαυακάκη 70

Την Παρασκευή 11 Οκτωβρίου όλοι οι δρόμοι οδηγούν στο Apion City Bar σε μία ξεχωριστή βραδιά Opening που θα τα έχει όλα! Πλήρως ανακαινισμένο με την ποιότητα που το χαρακτηρίζει αλλά και το καλύτερο χαμόγελο σας υποδέχεται από τις 22.00 με πολλές εκπλήξεις! Ποτά, cocktails, χορός, κέφι αλλά και η καλύτερη μουσική της πόλης θα κάνουν ακόμα ένα χειμώνα στο αγαπημένο κατηφοράκι μοναδικό!



**ΕΝΑΡΞΗ ΧΕΙΜΕΡΙΝΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ - ΑΝΤΡΕΑΣ ΜΑΝΩΛΑΡΑΚΗΣ LIVE**  
INFO  
The Day: Παρ. 18/10  
The place: Κονάκι Μουσικό Μεζεδοπωλείο  
The Time: 22:00  
Location: Ακρωτηρίου 117

Στο Κονάκι Μουσικό Μεζεδοπωλείο οι τελευταίες ετοιμασίες ολοκληρώνονται και σύντομα θα είναι έτοιμο να σας υποδεχτεί για την νέα σεζόν, όπως ακριβώς σας άφησε την προηγούμενη, με live βραδιές γεμάτες κέφι και διασκέδαση. Παρασκευή 18/10 το Κονάκι ξεκινάει δυναμικά τη σεζόν με τον αγαπημένο Αντρέα Μανωλαράκη και το συγκρότημά του να κάνουν την έναρξη ακόμα πιο ξεχωριστή και σας περιμένει να γνωρίσετε από κοντά το ανανεωμένο στέκι που θα αγαπήσετε και φέτος το χειμώνα!



**OPENING SEASON WITH FREAKTONES / ΜΠΑΕ LIVE UNPLUGGED**  
INFO  
The Day: Πέμ. 17/10-Κυρ.20/10  
The place: Bras de Freres  
The Time: 22:00  
Location: Επιμενίδου 2

Μετά την απαραίτητη καλοκαιρινή ξεκούραση, το Bras de Freres επιστρέφει ανανεωμένο για 4η σεζόν την Πέμπτη 17/10 με τους γνώριμους Freaktones να κάνουν την καλύτερη και την Κυριακή 20/10 έρχεται το πρώτο μεγάλο live για αυτόν το χειμώνα και καλεσμένους αυτού τους ΜΠΑΕ! Το συγκρότημα των ΜΠΑΕ δεν χρειάζεται συστάσεις! Διαχρονικά τραγούδια, ιδιαίτερος ήχος, με την απόλυτη front woman Τζώρτζια να μας συνεπαίρνει με την φωνή και ερμηνεία της σε κάθε συναυλία! Η πορεία των ΜΠΑΕ συνεχίζει ακάθεκτη και εκρηκτική! Επτά albums και ένα διπλό best off έχουν καθιερώσει τους ΜΠΑΕ ως ένα από τα μακροβιότερα και πιο αγαπημένα συγκροτήματα της ελληνικής μουσικής σκηνής. Το 2014 παρουσιάζουν για πρώτη φορά την unplugged εκδοχή των τραγουδιών "Φοβάμαι", "Νιώθω Ενοχές", "Πάνω Φωτιά", "Τον Ίδιο Τον Θεό", "Δεν Θέλω", "Μια Φορά κι Έναν Καιρό", "Κόκκινο Φιλί", "Εσύ Δεν Ζεις Πουθενά".. και πολλών άλλων που έχουν αγαπηθεί ιδιαίτερα από το μουσικόφιλο κοινό. Ετοιμαστείτε να απολαύσετε ζωντανά τους ΜΠΑΕ σε μια ιδιαίτερη unplugged συναυλία.



**ΔΙΑΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ ΚΑΙ ΦΕΤΟΣ**  
INFO  
The Day: Σύντομα κοντά σας  
The place: Οδύσσεια Cafe  
Location: Κτιστάκη 9

Το πιο διαχρονικό χειμερινό cafe στην πόλη, αυτό που εδώ και χρόνια έχει ταυτίσει το όνομα του με την έννοια «αγαπημένο στέκι», ετοιμάζεται και σύντομα θα επιστρέψει κοντά σας πλήρως ανανεωμένο για ακόμα έναν χειμώνα! Η Οδύσσεια αναμένεται φέτος καλύτερη από ποτέ, με στόχο να γεμίσει ζεστασιά τις καθημερινές σας μέρες... και νύχτες φυσικά. Η Οδύσσεια για ακόμα μια σεζόν θα είναι παρών και σας περιμένει για να ζήσετε άλλον έναν χειμώνα γεμάτο με ξεχωριστές στιγμές.

**Γυροτεχνείο**  
ART OF GRILL  
ΜΟΥΣΟΥΡΩΝ 2, ΧΑΝΙΑ  
ΤΗΛ.2821059692

**Nikos Lianopoulos**  
IT IS A MANS WORLD  
HAIRSTYLING  
**ΜΕ ΚΛΕΙΣΤΑ ΜΑΤΙΑ**  
ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΡΙΑΝΟΝ, ΧΑΝΙΑ | ΗΡΩΩΝ ΠΟΛΥΤΕΧΝΙΟΥ 43 | ΤΗΛ.ΠΑΝΤΕΒΟΥ: 28210 44190

# ΗΡΘΕ Η ΩΡΑ ΓΙΑ ΤΟ ΝΕΟ ΑΚΤΑΙΟΝ

Το νέο Ακταίον εισβάλλει δυναμικά στη ζωή μας το φετινό χειμώνα, ανανεωμένο και ποητικά υποσχόμενο. Αφού επεκτάθηκε και μεγάλωσε την αυλή του, κατάφερε να διαχωρίσει, αηλιά και να μεγαλώσει το χώρο όπου θα γίνονται οι live εμφανίσεις των καλλιτεχνών. Το αισθητικό αποτέλεσμα είναι πέρα για πέρα εντυπωσιακό, μιας και πλέον μιλάμε για μια live σκηνή, ικανή να φιλοξενήσει ακόμα περισσότερο κόσμο, αηλιά και μεγαλύτερα σχήματα. Όσο για τον εξωτερικό χώρο, οι απαραίτητες παρεμβάσεις επιτρέπουν να απολαύσετε το καφέ ή το snack σας με πανοραμική θέα και άνεση από νωρίς το πρωί ως αργά το βράδυ! Μην παραλείψετε να ζητήσετε βόφλα...τα σπάει!!! Το Aktaion Theory Cafe bar λειτουργεί καθημερινά, ενώ το Aktaion Theory Live Stage κάνει επίσημη έναρξη το Σάββατο 12/10 με το Γιάννη Χριστιανάκη live. Ένα μαγαζί – δύο χώροι – μία ολοκληρωμένη απόλαυση!



f Aktaion Theory cafe bar @ aktaion.theorycafebar

## Ακταίον

THEORY LIVE STAGE

### Opening Night

Giannis Christianakis

**ΣΑΒ**  
**12.10**  
22.30

ΑΚΤΙ ΜΙΑΟΥΛΙ 12, ΚΟΥΜ ΚΑΠΙ || RSV.2821008003

## Ακταίον

THEORY LIVE STAGE

### ΚΥΡΙΑΚΗ 13.10

ΩΡΑ: 22.30

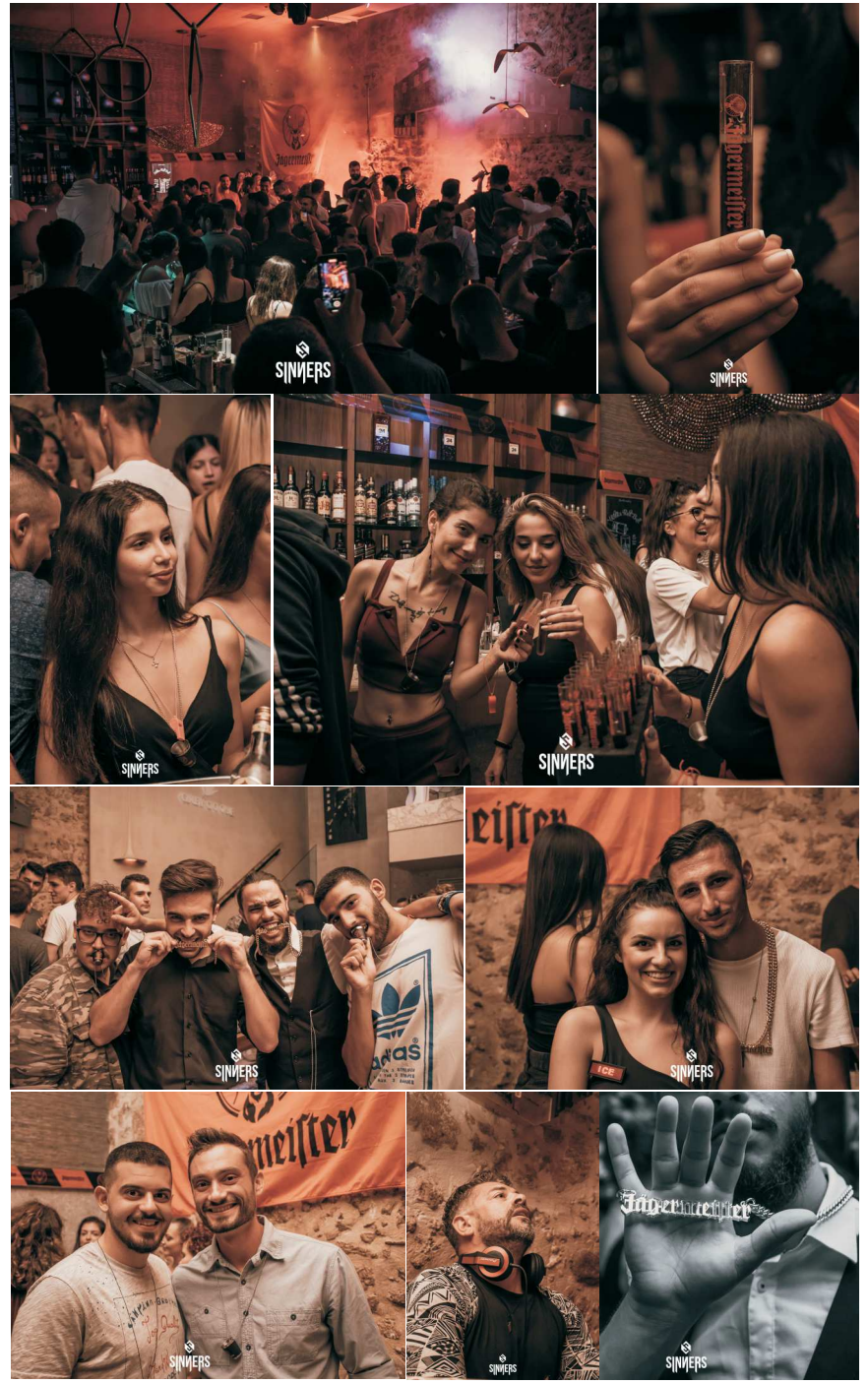
ΒΑΣΙΛΗΣ ΜΑΛΑΞΙΑΝΑΚΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ ΠΑΤΕΡΑΚΗΣ

ΑΚΤΙ ΜΙΑΟΥΛΙ 12, ΚΟΥΜ ΚΑΠΙ || RSV.2821008003

# ΔΡΑΜΟΥΝΤΑΝΗΣ ΣΤΟ ΚΑΦΕ ΛΙΜΝΗ



# SINNERS ALONG WITH JAGERMEISTER



ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ/ΨΗΤΟΠΩΛΕΙΟ  
 ΒΑΜΒΑΚΟΠΟΥΛΟ - ΧΑΝΙΑ  
 28210 88881 - 99188  
 6987329949

γύρος ορεκτικά  
 μαγειρευτά  
 σουβλά  
 burgers  
 τυλιχτά

εξάρα  
 delivery  
 take away  
 eat in

γλυκά  
 snacks  
 εκδηλώσεις  
 καφές  
 live βραδιές

παιδικά party  
 δέα  
 φαγητό  
 ποτό  
 βάφλες

ΛΙΜΝΗ ΑΓΙΑΣ- ΧΑΝΙΑ  
 2821 077976  
 fb.Ποιλικώρος Λίμνη Καφέ - Lake Cafe

SINNERS Party

**SINNERS**

**HALLOWEEN EDITION**

**ICE**

COMING SOON

RETHYMNO, CRETE

ANDREASONDECKS + RESIDENTS

# HOT



## ΧΟΑΚΙΝ ΦΟΙΝΙΞ

Ο Χοακίν Φοϊνιξ είναι αναμφίβολα πιο hot από ποτέ και όπως όλα δείχνουν έχει πάρει το οσκαρ ανδρικού στη τσέπη του με την πολυαναμενόμενη ταινία Joker. Οι κριτικές είναι διθυραμβικές τόσο για τη ταινία όσο και για την ερμηνεία του.

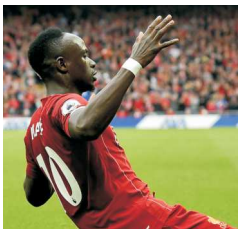
## ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΣΤΕΦΑΝΙΔΗ

Η Κατερίνα Στεφανίδη έλαβε μία ακόμα σημαντική διάκριση μιας και εξελέγη στην επιτροπή αθλητών της IAAF. Η παγκόσμια πρωταθλήτρια του επικοντώ είναι αναμφίβολα το καμάρι του Ελληνικού Στίβου και μια από τις μεγαλύτερες αθλήτριες της Ελλάδας.



## ΛΙΒΕΡΠΟΥΛ

Μετά και το νέο στραβοπάτημα της Μάντσεστερ Σίτι η Λίβερπουλ απολαμβάνει τη μοναξιά της κορυφής αίτητη από πολύ νωρίς στο φεινό πρωτάθλημα Αγγλίας, έχοντας εξασφαλίσει διαφορά 8 πόντων από τη Σίτι. Όλα δείχνουν πως φέτος θα είναι η χρονιά της.



## ΟΦΗ

Ο ΟΦΗ διαγράφει μια εκπληκτική πορεία στο πρωτάθλημα της Super League, αποτέλεσμα της υγείας και του επαγγελματισμού που επικρατεί στο σωματείο, έπειτα από την έλευση του νέου προέδρου και την στελέχωση του με ένα ικανό επιτελείο με όραμα. Ένα μπορώ να πω...ακόμα δεν έχετε δει τίποτα!



# NOT

## VAR

Το VAR στην Ελλάδα μόνο καλές εντυπώσεις δεν έχει αφήσει και δυστυχώς όπως μάθαμε έφθασε στη χώρα μας με ελλείψεις, είτε λόγω budget είτε για άλλους λόγους. Δυστυχώς η λανθασμένη του χρήση στοίχισε τους τρεις βαθμούς στο Παναθηναϊκό και κλονίστηκε βαθύτατα η αξιοπιστία του.



## ΤΟΥΡΚΟΙ

Οι Τούρκοι συνεχίζουν να προκαλούν και να δημιουργούν προβλήματα σε όλα τα μέτωπα, προκαλώντας διαρκώς με τη στάση τους. Οι γεωτρήσεις που ετοιμάζονται να κάνουν αναμφίβολα αποτελούν τη σταγόνα που θα ξεχειλίσει το ποτήρι και φοβάμαι πως πολύ σύντομα θα έχουμε αρνητικές εξελίξεις.

## ΠΟΥΝΑΙΤΕΝΤ & ΤΟΤΕΝΑΜ

Γιουνάιτεντ και Τότεναμ συνεχίζουν την κατρακύλα σε Αγγλία και Ευρώπη και όπως όλα δείχνουν πολύ σύντομα θα έχουμε εξελίξεις και στις δύο ομάδες. Το σίγουρο είναι πως στην Ελλάδα θα είχαν ήδη απομακρυνθεί και οι δύο προπονητές. Αυτά φυσικά μόνο στην Ελλάδα γίνονται.



## BAD WEATHER

Οι τόσο ακραίες μεταβολές του καιρού προμηνύουν ένα πολύ δύσκολο χειμώνα και πολύ φοβάμαι ότι για ακόμα μία φορά δεν είμαστε έτοιμοι να υποδεχτούμε ένα ακόμα τέτοιο χειμώνα όπως το περυσινό. Ας ελπίσουμε τουλάχιστο να μη θρηνήσουμε θύματα.



# CITY NEWS

## FRANTZESKA OFFER



Με μια νέα προσφορά υποδέχτηκε τον Οκτώβριο το cafe Frantzeska στη Γογονή. Απόλαυσε το καφέ, το νερό και το σάντουιτς σου μόνο με 3,50 ευρώ. Η προσφορά ισχύει έως τις 12/10, οπότε προλάβετε να έχετε ένα πλήρες και ολοκληρωμένο πρωινό με το φθηνότερο δυνατό κόστος.

## BLACK WEEK-OUR WEEK

Η είδηση της εβδομάδας δεν θα μπορούσε να είναι άλλη από την έλευση του Black Week στο Italian Factory Outlet. Έχει αποτελέσει άλλωστε την αγαπημένη εβδομάδα αγορών για όλους τους καταναλωτές τα τελευταία τρία χρόνια που κάθε χρόνο σπεύδουν για να αγοράσουν όλα τα αγαπημένα τους brands με έκπτωση στην ήδη υπάρχουσα έκπτωση. Φέτος θα ισχύσει στο κατάστημα του Κλαδισσού αλλά και στο κατάστημα των Κουνουπιδιανών για τη καλύτερη εξυπηρέτηση και των πελατών του Ακρωτηρίου. Βρείτε τρελές προσφορές σε αθλητικά, casual αλλά και formal outfits που θα λατρεύετε. Το Black Week θα ισχύσει έως τη Κυριακή γι' αυτό προλάβετε!




**Frantzeska café**

Βάφλα με σοκολάτα, μπανάνα, σιρόπι & τριμμένο μπισκότο  
4,50€

Αναγ. Γογονή 80  
Τηλ. 28210 95033  
fb. Frantzeska Market - cafe  
insta. frantzeska\_cafe

ΔΙΑΝΟΜΗ ΔΕΥΤ - ΣΑΒ 07.00 - 15.00

ΜΕ ΚΑΘΕ ΚΑΦΕ ΔΩΡΟ ΤΟ ΝΕΡΟ

ΚΑΦΕΣ ΜΟΝΟ 1,50€

ΠΑΡΑΔΙΔΟΥΜΕ & ΨΙΛΙΚΑ - ΤΣΙΓΑΡΑ



**ΚΟΥΜΠΕΣ**  
παράδοση στη γεύση

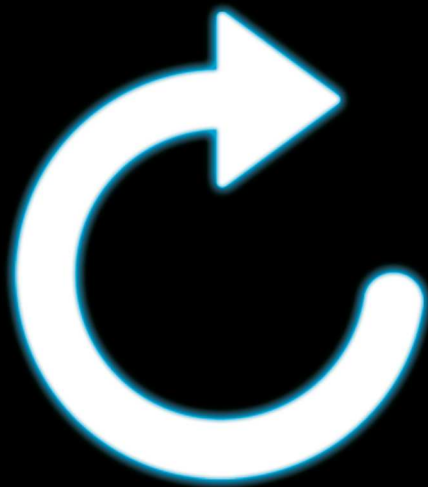
Νέα εμφάνιση, νέος χώρος, νέες γεύσεις!

DELIVERY

28210  
76955  
76956  
93577

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

# SINNERS



## RELOAD

## EVERY TUESDAY

# ICE

RETHYMNO, CRETE

**ADV**  
ANDREASONDECKS  
+ RESIDENTS



## ΙΔΕΟΨΥΧΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ

Πραγματική ιστορία #3.465: σκάει στο μαγαζί τύπος και παρκάρει την σουπερ ντιούπερ μηχανάρα του απ' έξω πρώτη μούρη. Ψώνισε ό,τι ψώνισε και μετά καζέψαμε το εργαλείο του (το δίτροχο): το "υπεράριστη κατάσταση" δεν λείπει τίποτα. Εκτός του ότι ήταν διακοσμημένο με ό,τι χρυσό και ανθρακονημάτινο αξεσουάρ κυκλοφορεί στην πιάτσα, αστραφτοκοπούσε πιο πολύ κι από τη μέρα που το συναρμολόγησαν στο εργοστάσιο.

"Μπράβο ρε φίλε," του είπα, "στην πένα το έχεις, το πλένεις συχνά ε;" Γυάλισε το μάτι του: "ΟΧΙ," μου λέει, "δεν την έχω πλύνει ΠΟΤΕ." "Μα αφού δεν έχει ίχνος σκόνης ούτε κάτω από τα φτερά, ούτε καν στο μοχλικό..." Ανέβασε πίεση: "Τη μοτοσυκλέτα μου δεν την έχει ακουμπήσει ΠΟΤΕ σταγόνα νερού." "Μα πώς... κι αν σε πιάσει βροχή στο δρόμο;" Εκεί με αποτειώθηκε: "ΒΡΟΧΗΝΗ;; ΠΑΣ ΚΑΛΑ ΡΕ;; Μία φορά ήρθα στην πόλη από το χωριό και στον γυρισμό, αφού είδα κάτι μαύρα σύννεφα μακριά, πήρα τηλέφωνο τον αντιπρόσωπο στο σπίτι, μου άνοιξε να την φυλάξω στο μαγαζί του και επέστρεψα με το λεωφορείο." (!)

Δεν λέω, να τα προσέχουμε τα πράγματά μας, αρκεί να μη μας γίνονται έμμονες ιδέες διότι θα καταντήσουμε ψυχωτικοί και θα παίρνουμε τα πρεμιστικά με τους κουβάδες. Σαν κάτι γιαγιάδες που έβγαζαν τον διάφανο μουσαμά από τις πολυθρόνες του σαλονιού μόνο όταν είχαν επισκέψεις, δύο φορές το χρόνο. Να τα ευχαριστούσατε και να μην υποφέρατε όταν δεν είναι πάντα στην απόλυτη εντέλεια. Αφήστε και κανένα κόκκο σκόνης ή ίχνος γρατζουνιάς για το μάτι. Και τότε ξέρετε κάτι; Θα χαλάνε λιγότερο και θα τα απολαμβάνετε περισσότερο!

**Κριός:** Έρωτας: Με την καρδιά σας λαβωμένη, τη ψυχή σας κουρασμένη και το θυμό να σας μετατρέπει σε ηφαίστειο, καταπίνετε την σταγόνα που κάνει το ποτήρι να ξεχειλίσει. Επαγγελματικά: Λόγω ευελιξίας πετυχαίνετε. Σοκαρισμένοι βλέπετε ότι όχι μόνο σας κοροϊδεύουν αλλά ζητούν και τα ρέστα.

**Ταύρος:** Έρωτας: Στον γάμο σας οι σχέσεις σας ζητούν χαρά, εξόδους, κοινωνική ζωή και καλή παρέα για να παρασυρθείτε και να ανανεώσετε τη σχέση και την επικοινωνία σας. Επαγγελματικά: Είναι ανήκουστο να μην ξέρετε πού βρίσκεστε, ποιои σας στηρίζουν και αν οι ελπίδες και τα όνειρά σας θα ματαιωθούν.

**Δίδυμοι:** Έρωτας: Για να μην είστε μοναχικές καρδιές, βγείτε έξω, ταξιδέψτε και γοητευτείτε από ένα ευχάριστο φίλερ. Επαγγελματικά: Σας σοκάρει ο συμπερνοτολογισμός που σας περιβάλλει, τα διαπλεκόμενα συμφέροντα.

**Καρκίνος:** Έρωτας: Οι αποφάσεις που παίρνετε δηλώνουν ότι θέλετε να χτίσετε σε πιο γερά θεμέλια. Επαγγελματικά: Λόγω κακής συνεννόησης θα υπάρξουν καθυστερήσεις και κακές εκτιμήσεις.

**Λέων:** Έρωτας: Είναι καιρός να φλερτάρετε τον άνθρωπό σας με ρομαντική διάθεση. Αυτό θα βοηθήσει στο να εκτονωθεί η ένταση που πλήττει τις σχέσεις σας ερωτικά και επικοινωνιακά. Επαγγελματικά: Οι συνεχείς υποχρεώσεις σας εξαντλούν τα αποθέματα ενέργειάς δημιουργώντας σας μια αίσθηση φθοράς.

**Παρθένος:** Έρωτας: Η εβδομάδα σας παροτρύνει να εκφράσετε όλα τα συναισθήματά σας με αισθησιασμό και πάθος. Επαγγελματικά: Θα είναι πολύ ευκολότερο για σας να τρέξετε και να ρυθμίσετε τις όποιες οικονομικές εκκρεμότητες, αν είστε ευέλικτοι στη δουλειά και υπομονετικοί με την οικογένεια.

**Ζυγός:** Έρωτας: Η εβδομάδα σας μετατρέπει σε πιο ερωτικό άτομο προς μεγάλη έκπληξη και ευχαρίστηση του συντρόφου σας. Επαγγελματικά: Ξαφνιάζετε τον εαυτό σας τοημώντας να εμπλακείτε σε μία καινούρια συνεργασία ή ανανέωση.

**Σκορπιός:** Έρωτας: Εάν αναζητήσετε από κοινού με το ταίρι σας ερωτικές διαδρομές έχει καλώς. Αν όχι, έστω και αν η αγάπη υπάρχει, η απόσταση μεγαλώνει. Επαγγελματικά: Το διάστημα αυτό βελτιώνει την διάθεσή σας αλλά μόνο επιφανειακά.

**Τοξότης:** Έρωτας: Οδηγείτε τον σύντροφό σας σε νευρικό κλονισμό και τον εαυτό σας σε αδιέξοδα με φυσικό επακόλουθο την κριτική, τη γκρίνια και τις πικρόχολες κουβέντες. Επαγγελματικά: Κάποιες δύσκολες καταστάσεις, αντιπαράθεσεις και η έλλειψη διπλωματικότητας σας δημιουργούν προβλήματα.

**Αιγόκερως:** Έρωτας: Η ψυχή σας ένα καζάνι ξέχειλο από παθιασμένα αισθήματα που ψάχνουν αφορμή για να ξεχυθούν. Επαγγελματικά: Όσο και αν δεν θέλετε να το παραδεχτείτε, η στρατηγική που επιλέξατε οδηγεί συνεργασίες στον γκρεμό.

**Υδροχόος:** Έρωτας: Αυτό που έχει αλλιάξει είναι ο τρόπος που προσεγγίζετε τις καταστάσεις. Επαγγελματικά: Αυτό στο οποίο δυσκολεύεστε είναι η ισορροπία ανάμεσα στο θετικό και αρνητικό τρόπο επικοινωνίας με τους συνεργάτες σας.

**Ιχθύς:** Έρωτας: Είστε προικισμένοι με διαισθητικότητα, φαντασία και καλή θέληση και αυτά αρκούν για να κάνουν ένα θαύμα. Επαγγελματικά: Τα σύννεφα στον ορίζοντα έρχονται σε μια στιγμή, όπου μόλις έχετε πετύχει μίαν ενδιαφέρουσα συμφωνία που ανοίγει νέους δρόμους για την καριέρα σας.



Οι Εσκιμώοι χρησιμοποιούν ψυγεία για να προστατεύσουν το φαγητό τους από το ψύχος.

Οι φρούλες ανήκουν στην οικογένεια των ρόδων και όχι των μούρων.

Τα πρόβατα που θάβονται από χιονοστιβάδες, μπορούν να επιζήσουν μέχρι και 2 εβδομάδες.

Τα αντισυλληπτικά χάπια που παίρνουν οι γυναίκες κάνουν και για τους θηλυκούς γορίλες.

Τα μυρμήγκια δεν κοιμούνται ποτέ.

Μόνο δύο θηλυκά θηλαστικά έχουν παρθενικό υμένα: οι άνθρωποι και τα αλόγα.

Τα πάντα ζυγίζουν 1% λιγότερο στον ισημερινό.

# #8



## #numero

Ο Καρμέλο και οι κορυφαίοι Free Agents! #2

8) Τζόνναθον Σίμονς (Small Forward/Shooting Guard, 30 ετών)

Στατιστικά περσινής σεζόν: 6.5 πόντοι, 2.3 ριμπάουντ, 2.3 ασίστ

Στους Μάτζικ είχε 6.9 πόντους τη σεζόν που πέρασε, ενώ στους Σίφερς μέτρησε 5.5 πόντους μέσο όρο.

Καλύτερη του χρονιά είναι το 2017-18, εκεί όπου έβαζε 13.9 πόντους με τη φανέλα του Ορλάντο.

Στη Φιλαδέλφεια έφτιαξε πολύ το τρίποντο του, καθώς σούταρε με το εντυπωσιακό 42%.

7) Ντέβιν Χάρνις (36 ετών, Point Guard)

Στατιστικά περσινής σεζόν: 6.3 πόντοι, 1.8 ασίστ

Είναι ένας γρήγορος γκαρντ, ο οποίος μετρά 10.8 πόντους μέσο όρο. Στους Νετς τη σεζόν 2008-09, είχε 21.3 πόντους ανά ματς. Πέρυσι πάτησε παρκέ για 70 ματς με τη φανέλα των Μάβερικς και είχε 6.3 πόντους. Έχει 1-2 καλά χρόνια στο NBA.



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

## ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ υγιεινής διατροφής

Σταφύλι το θαυματουργό!

Ένα τσαμπί σταφύλια, αποτελεί ένα από τα πιο θρεπτικά και εύγεστα σνακ, με εξαιρετικά οφέλη για την υγεία μας. Συγκεκριμένα είναι πλούσιο σε βιταμίνη Α, βιταμίνη C, καθώς και σε βιταμίνες του συμπλέγματος Β και συγχρόνως είναι πλούσιο σε μεταλλικά στοιχεία όπως ασβέστιο (Ca), φώσφορο (P), κάλιο (K), και σίδηρο (Fe). Το αξιοσημείωτο είναι ότι από τα 16 στοιχεία που είναι απαραίτητα στον ανθρώπινο οργανισμό, τα 12 πιο βασικά περιέχονται στα σταφύλια. Επίσης λόγω του καλίου που περιέχει σε μεγάλες ποσότητες αυξάνει τη διούρηση και καταπολεμά την κατακράτηση των υγρών. Θεωρείται η κυριότερη τροφή αποτοξίνωσης. Στις αντιοξειδωτικές ουσίες του σταφυλιού περιλαμβάνεται επίσης και η βιταμίνη C. Τέλος, βοηθάει σε καταστάσεις ύπαρξης δυσπεψίας, δυσκοιλιότητας και αιμορροϊδων.

Νικολέτα Μπαλαντίνου  
Διατροφολόγος - Διαιτολόγος



**ΜΠΑΛΑΝΤΙΝΟΣ®**  
SINCE 1928



# 宝 淘

## BAOTAO

ASIAN FUSION KITCHEN

OPEN EVERY DAY FROM 18.00

📍 Kissamou 20, Chania

📍 BaoTao Chania

📍 bao\_tao\_chania

☎ Tel.28210 93334

