

www.tospitourwmatos.com

Christmas

WISH LIST



📍 Μυλωνογιάννη & Κριάρη (γωνία)

ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΑΠΟ 600 ΑΡΩΜΑΤΑ ΤΥΠΟΥ ΕΠΩΝΥΜΩΝ

BODY LOTION BODY BUTTER BODY SCRUB BODY MIST BODY BATH
BODY OIL AFTERSHAVE SHAMPOO CONDITIONER & MANY MORE

Chillin

23/12/2019

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

Μια ανάσα πριν τις γιορτές και ένα ακόμα Χριστουγεννιάτικο τεύχος είναι εδώ για να σας ενημερώσει για ότι παίζει στη πόλη αυτές τις μέρες αλλά και να καταγράψει φωτογραφικά όσα γίνονται στις μεσημεριανές και βραδινές εξόδους σας. Μιας και αναφέραμε τις μεσημεριανές εξόδους όμως αξίζει να κάνουμε μια αναφορά σε όσα διαδραματίζονται στη πόλη μας τις Παραμονές των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς. Κατ'αρχάς θα πρέπει να διευκρινίσουμε ότι αυτό το γεγονός όπου πραγματικά σε κάθε γωνιά έχει και ένα party δεν είναι ούτε Πανελλαδικό αλλά ούτε και Παγκρήτιο φαινόμενο. Είναι από όσο γνωρίζω ένα καθαρά Χανιώτικο σκηνικό που κάθε χρόνο γίνεται ολοένα και μεγαλύτερο. Κάθε χρόνο όλο και περισσότερα καφέ, minimarket και ότι άλλη επιχείρηση μπορεί κανείς να βάλει στο μυαλό του σπύνει και ένα party. Θα μου πεις και γιατί όχι; Σε καμία περίπτωση δεν λέω ότι δεν κάνουν καλά οι επιχειρήσεις που επιλέγουν να το γιορτάσουν εκείνες τις μέρες. Αυτό που αναφέρω είναι ότι ρισκάρουμε να κάψουμε ένα πολύ όμορφο θεσμό στο βωμό του «να βγάλω κάτι παραπάνω». Παρ'όλα αυτά εγώ θέλω από καρδιάς να ευχηθώ να πάνε όλοι καλά, ο κόσμος να περάσει υπέροχα όπου και αν επιλέξει να διασκεδάσει μα πάνω απ'όλα να φτάσουν στο σπίτι τους ασφαλείς και να μην θρηνήσουμε κανένα θύμα τις φεινές γιορτές στην άσφαλτο. Όσο για μας, θα μας βρείτε στο Just Veronesi τις Παραμονές των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς, όπως και μετά το Santa Run, αλλά θα σας δούμε κιόλας στο μεγάλο μας party στις 27 Δεκεμβρίου στο Theatro city bar με αφορμή τη παρουσίαση της ταινίας του Chania Beach Party. Για όσους δε δούμε... τις θερμότερες ευχές μας για Καλές Γιορτές!



Μη το κάψουμε μόνο...

DON'T WATCH

Είναι απορίας άξιο, το γιατί βγαίνουν -και μαζί ταλαιπωρούν τους θεατές- τέτοιες ταινίες...ακόμα. Και μιλάμε για μια -υποτίθεται- τρομακτική ταινία. Τι τρομακτική δηλαδή, αφού σπηρίζεται σε ένα από τα πιο ανόητα κι εξωπραγματικά σεναριακά ευρήματα της κινηματογραφικής ιστορίας.

Πραγματικά δεν ξέρουμε τι είχε στο μυαλό του ο βιντεοκλιπάρ Justin Dec όταν σχεδίαζε αυτή την ταινία -μάλλον ένα υβρίδιο "ψηφιακού" Ring και Final Destination -, όπου εδώ ο "Χάρος", έχει αντικατασταθεί... απο ένα application! Κάτω του μετρίου οπτικά εφέ και ερμηνείας ανάμεσα σε ατελείωτα κυνηγητά και καταγιογμό από σαχλές απιθανότητες, η φρέσκια Elizabeth Lail έχει πολλές αβάντες για να υποδυθεί πειστικότητα τη φρικαρισμένη πρωταγωνίστρια, χωρίς όμως να μπορεί να διασώσει ουδέν από αυτήν την ολοκληρωτική σινε-καταστροφή. Το πιο ακρέιαστο "θρίλερ" που είδαμε τελευταία... και με διαφορά!

Countdown



Animals profile by PETWORLD

CHANIA

Ποιος ο ρόλος των παιδιών στην εκπαίδευση του σκύλου; #2

Παρομοίως, οι σκύλοι οι οποίοι είχαν βιώσει στο παρελθόν αρνητικές ή σκληρές εμπειρίες με παιδιά, αντιμετωπίζουν τα παιδιά στη συνέχεια της ζωής τους με επιφύλαξη. Επομένως, είναι σημαντικό για τους σκύλους να έχουν όσο το δυνατό πιο πολλές θετικές εμπειρίες με παιδιά και ότι τα παιδιά όπως και οι ενήλικες θα εξασκούνται στην καλή εκπαίδευση και στις πρακτικές διαχειρίσις του ζώου τους. Προκαλεί εντύπωση ότι οι ειδικοί στη συμπεριφορά των σκύλων συχνά εξετάζουν τη συμπεριφορά του ιδιοκτήτη του ζώου προς τα ίδια τα παιδιά του ως πιθανή ένδειξη για το πώς εκείνα, με τη σειρά τους, μεταχειρίζονται το ζώο τους. Έτσι, οι γονείς που έχουν παιδιά με καλούς τρόπους και αυτοπεποίθηση, έχουν πολύ συχνά σκύλους με καλή συμπεριφορά. Αν και δεν υπάρχει ανάλογη επιστημονική μαρτυρία, οι ειδικοί πιστεύουν ότι τα υπερδραστικά παιδιά έχουν αρνητική επίδραση πάνω στους σκύλους μέσα στο σπίτι.



Γιάννης Βενετιάκης (Ζωοτεχνολόγος) | ΚΥΔΩΝΙΑΣ 85 / ΤΗΛ.2821091862

BAOTAO
ASIAN FUSION KITCHEN

OPEN EVERY DAY FROM 18.00
Tel:28210 93334 Kισσάμου 20,Χανιά fb:page:Baotao.Chania

Manolis Maurommatis

well said...
Να αφήνετε τα παιδιά να πιστεύουν ότι υπάρχει Αι Βασιλεύς. Και εσείς πιστεύετε ότι είστε θεογονίμες... as αφήνουμε. Δε σας το χαλάμε

Georgia Anastasiou

well said...
Το θέμα είναι να βρεις που θα καλεστείς για φαί τις γιορτές, όλα τα άλλα λύνονται

Αντώνης Ποντικάκης

well said...
Μου λέει η φίλη πρόσεξε σήμερα είναι Παρασκευή και 13. Ναι, les και τις υπόλοιπες μέρες όλα πάνε ρολοί και σήμερα βρήκε να χαλάσει το σύμπαν.

Mikaela Karamolegkou

well said...
Οι άνθρωποι που εργάζονται στην εξυπηρέτηση πελατών θα έπρεπε να έχουν τη δυνατότητα να μαλώνουν με έναν πελάτη την ημέρα

Georgina Koutsou Koutsou

well said...
-Νοτε κάνεις δίαιτα εε;
-Το κατά δύναμιν. Ξού;
-Το καταπέλασμα

Αντώνης Ποντικάκης

well said...
Μου λέει η φίλη πρόσεξε σήμερα είναι Παρασκευή και 13. Ναι, les και τις υπόλοιπες μέρες όλα πάνε ρολοί και σήμερα βρήκε να χαλάσει το σύμπαν.

www.vrettosantiques.gr Αντίκες Βρεττός

VRETTOS ANTIQUES &

SINCE 1957
NEW STORE
Κισσάμου 131 -133, Χανιά

2821307455 mob.6974354145 vrettosantiques@gmail.com

OIKODOMIN GO

ΑΝΤΙΣΤΕ...
ΜΕΤΑ ΤΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ ΤΗΣ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗΣ ΠΡΟΤΥΠΗΣ...
ΜΕΤΑ ΤΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ ΤΗΣ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗΣ ΠΡΟΤΥΠΗΣ...
ΜΕΤΑ ΤΗ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ ΤΗΣ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗΣ ΠΡΟΤΥΠΗΣ...

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΙΑΤΙΚΕΣ ΓΙΟΡΤΙΝΕΣ ΒΡΑΔΙΕΣ

Με ένα διήμερο γεμάτο live παραδοσιακές βραδιές γιορτάζει το ανανεωμένο Λίμνη Cafe και τα φετινά Χριστούγεννα. Τρίτη 24/12, παραμονή των Χριστουγέννων η γιορτή ξεκινάει από την Λίμνη με τον αγαπημένο Νίκο Γωνιανάκη, ενώ Τρίτη 25/12 η διασκέδαση κορυφώνεται στη Λίμνη με ένα γιορτινό live και καλεσμένο αυτού τον ιδανικό για τέτοιες βραδιές Κώστα Φιωτάκη. Μοναδικές βραδιές με γιορτινή διάθεση, διασκέδαση και όμορφες στιγμές κάνουν και αυτά τα Χριστούγεννα στη Λίμνη αξέχαστα!



Λίμνη Cafe

INFO
The Day: Τρι.24 – Τετ.25/12
The Time: 22:00
Location: Αγυιά

EVENT OF THE WEEK

ΓΙΟΡΤΕΣ ΓΕΜΑΤΕΣ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ

Και τις γιορτές φυσικά η διασκέδαση στο Bras de Freres χτυπάει κόκκινο! Η διασκέδαση ξεκινάει Δευτέρα 23/12 με τους Hidden Sick που γιορτάζουν τα 6 χρόνια τους, Τρίτη 24/12 οι FreakTones σας υποδέχονται Παραμονή Χριστουγέννων σε μια live βραδιά γιορτή, Τετάρτη 25/12 ένα αξέχαστο SO! Amazing Christmas σας περιμένει, Πέμπτη 26/12 οι Sugar Overdose συνεχίζουν σε γιορτινούς ρυθμούς, Παρασκευή 27/12 οι FreakTones βάζουν και πάλι φωτιά στη νύχτα, Σάββατο 28/12 ο Κώστας Φιωτάκης σας υποδέχεται με γιορτινή διάθεση, Κυριακή 29/12 έρχεται η κορύφωση με ξεχωριστό καλεσμένο τον Δημήτρη Καραδήμο και Δευτέρα 30/12 οι Noisy Whisper κλείνουν με τον καλύτερο τρόπο τις γιορτές των Χριστουγέννων στο Bras de Freres!

Bras de Freres

INFO
The Day: Δευ.23/12 - Δευ.30/12
The Time: 22:00
Location: Εμπνείδου 2



LIVE ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

INFO
The Day: Δευ.23/12 - Δευ.30/12
The place: Κονάκι
The time: 22:00
Location: Ακρωτηρίου 165

Το Κονάκι έχει μπει για τα καλά σε γιορτινό κλίμα και υποδέχεται τα Χριστούγεννα με μοναδικές βραδιές! Δευτέρα 23/12 ο εορτασμός ξεκινάει με τους Χάρη & Γιώργη Παντεράκη, Τρίτη 24/12 μια ξεχωριστή Παραμονή Χριστουγέννων σας περιμένει με τον αγαπημένο Γιώργο Φραντζεσκάκη, Τετάρτη 25/12 την ημέρα των Χριστουγέννων ξεφαντώνετε με τον μοναδικό Νίκο Καρκάκη, Παρασκευή 27/12 είναι η σειρά του πάντα ξεχωριστού Στρατή Σκαράκη να σας διασκεδάσει, Σάββατο 28/12 οι Φασουλές Γ. & Καλλέργης Κ. σας χαρίζουν ακόμα ένα δυνατό γλέντι, Κυριακή 29/12 ο Βασίλης Σταυρακάκης παίρνει την σκυτάλη στη διασκέδαση και Δευτέρα 30/12 ο Μιχάλης Μανουσέλης κλείνει με τον καλύτερο τρόπο τις εορταστικές εκδηλώσεις των Χριστουγέννων!



ΓΙΟΡΤΙΝΑ LIVE ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

INFO
The Day: Τρι.24 – Δευ.30/12
The Place: Aktaiou Theory Live Stage
The Time: 22:00
Location: Ακτή Μιαούλη 12

Χριστούγεννα και το Ακταίον σας περιμένει με γιορτινή διάθεση έχοντας ετοιμάσει για εσάς ξεχωριστές εκδηλώσεις με σκοπό την διασκέδαση σας! Τρίτη 24/12 και Τετάρτη 25/12 ο Γιάννης Χριστιανάκης σας υποδέχεται με Χριστουγεννιάτικη διάθεση και σας χαρίζει ένα αξέχαστο διήμερο γεμάτο έντεχνες και όχι μόνο μελωδίες, Παρασκευή 27/12 οι Βασίλης Μαλαξιανάκης και Χρήστος Πατεράκης συνεχίζουν σε γιορτινούς ρυθμούς, Σάββατο 28/12 η Πολύμνια Κοτσώνη σας ταξιδεύει μουσικά σε ένα μαγικό Σαββατόβραδο και Δευτέρα 30/12 οι Βασίλης Μαλαξιανάκης και Χρήστος Πατεράκης κλείνουν την εορταστική περίοδο των Χριστουγέννων με τον καλύτερο τρόπο και σας βάζουν σε κλίμα Πρωτοχρονιάς!



CHRISTMAS EVE AT FIVE STREETS

INFO
The Day: Τρι.24/12
The time: 15:00
The place: FIVE Streets
Location: Μάρκου Μπότσαρη & Αποκορώνου72

Από την ημέρα που άνοιξε έχει γίνει από τα πιο κεντρικά σημεία συνάντησης στην πόλη. Τώρα έφτασε η στιγμή να φορέσει και τα γιορτινά του! Το FIVE Streets cafe - market στην Μάρκου Μπότσαρη & Αποκορώνου72 μπαίνει σε Christmas mood και την Τρίτη 24/12 σας περιμένει από νωρίς το μεσημέρι (15.00) με σκοπό να γιορτάσετε μαζί αυτή την ξεχωριστή μέρα. Φορέστε τη γιορτινή σας διάθεση και στο FIVE Streets σας περιμένουν να διασκεδάσετε παρέα την Παραμονή των Χριστουγέννων με ποτό, φαγητό και dj set από τον Stathi Ioannou on decks! Τέτοιο πάρτι δε το χάνεις!



CHRISTMAS PARTY

INFO
The Day: Τρι.24/12
The place: The Jar Cafe
The Time: 14:00
Location: Ανδρέα Παπανδρέου 70

Και τις γιορτές, το The Jar Cafe σας υποδέχεται με Χριστουγεννιάτικη διάθεση, γιορτινή ατμόσφαιρα και πολλές εκπλήξεις. Ένα μοναδικό party σας περιμένει στο γνωστό σημείο συνάντησης στην Ανδρέα Παπανδρέου 70 με ξεχωριστό καλεσμένο τον Dj Spiro Bobolakis. Τρι.24/12, Παραμονή των Χριστουγέννων από τις 14:00 θα έχετε την ευκαιρία να διασκεδάσετε και να ξεφαντώσετε στο The Jar Cafe με αγαπημένες μουσικές και ατελείωτο κέφι σε ένα άκρως γιορτινό απόγευμα...οκέπτεστε κάτι καλύτερο;;



EAT, DRINK & BE MESSY / SANTA FUN CHRISTMAS PARTY

INFO
The Day: Τρι.24-26/12
The place: Just Veronesi
The Time: 16:00
Location: Χρυσ. Επισκόπου 28

Και φέτος ο αγαπημένος προορισμός διασκέδασης της Χρυσάνθου Επισκόπου 28 σας υποδέχεται με ξεχωριστές μουσικές και ανεβασμένη διάθεση για να σας μεταφέρει στο πιο γιορτινό και το πιο διασκεδαστικό πρόγραμμα των γιορτών!!! Ετοιμαστείτε να διασκεδάσετε, γιατί όλοι οι δρόμοι οδηγούν και φέτος στο μεγαλύτερο Χριστουγεννιάτικο street party της πόλης!!! Η αρχή γίνεται στις 24/12 Παραμονή των Χριστουγέννων με το EAT, DRINK & BE MESSY Christmas party και η συνέχεια γίνεται μια μέρα μετά τα Χριστούγεννα στις 26/12 με το THE SANTA FUN με special guests τους Andreasondecks & Dj Nikos Savvakis που φυσικά έχουν μόνο ένα σκοπό...να σας απογειώσουν!



ΓΙΟΡΤΕΣ ΣΤΑ ΓΟΥΡΟΥΝΑΚΙΑ

INFO
The Day: Τρι.24/12
The place: Ψητοπωλείο Γουρουνάκια
Location: Κουνουπιδιανά

Και φέτος τις γιορτές, τα Γουρουνάκια σας υποδέχονται με Χριστουγεννιάτικη διάθεση, γιορτινή ατμόσφαιρα και πολλές εκπλήξεις. Τρίτη 24/12 μια μοναδική Παραμονή Χριστουγέννων σας περιμένει στο γνωστό ψητοπωλείο στα Κουνουπιδιανά με τις καλύτερες μουσικές επιλογές από Dj, όλες τις αγαπημένες σας γεύσεις και πολύ διασκέδαση! Τα Γουρουνάκια θα βρίσκονται μαζί σας και την ημέρα των Χριστουγέννων για να δώσουν ξεχωριστή γεύση σε αυτή τη γιορτινή μέρα, καθώς και την Παραμονή της πρωτοχρονιάς μέχρι τις 20:00 αλλά και την πρώτη μέρα του νέου έτους σε άκρως γιορτινό κλίμα!

Τα γουρουνάκια

ΠΑΡΑΜΟΝΗ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ 24/12

ΓΕΥΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΣΑΣ ΜΕ ΣΥΝΟΔΕΙΑ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΑΠΟ DJ

25/12 ΑΝΟΙΧΤΑ
31/12 ΑΝΟΙΧΤΑ ΕΩΣ 20.00
01/01 ΑΝΟΙΧΤΑ

ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙΑΝΑ ΑΚΡΩΤΗΡΙΟΥ ΤΗΛ. 2821069550 / 6971629961

5IVE STREETS CAFE • MARKET

CHRISTMAS EVE 5IVE STREETS PARTY

GUEST DJ **STATHIS ΙΟΑΝΝΟΥ**

ΤΡΙΤΗ 24 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ ΠΑΡΑΜΟΝΗ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ ΩΡΑ.15.00

Μ.ΜΠΟΤΣΑΡΗ & ΑΠΟΚΟΡΩΝΟΥ 72

SUGAR OVERDOSE ΣΤΟ ΑΚΤΑΙΟΝ



ΚΟΥΝΑΛΗΣ - ΔΑΦΕΡΜΟΣ ΣΤΟ ΚΟΝΑΚΙ





THURSDAY
24 DEC
FROM 16:00 MM

eat
Drink
AND BE
Merry

//// MERRY CHRISTMAS PARTY ////

DJ AD7 ANDREASONDECKS / **DJ NABO** NIKOS SAVVAKIS

Nikos Lianopoulos


IT IS A MANS WORLD

ΕΘΡΑΣΤΙΚΟ ΩΡΑΡΙΟ 19-20

ΤΡΙΤΗ.17.12 10.00 - 20.00
 ΤΕΤΑΡΤΗ.18.12 10.00 - 20.00
 ΠΕΜΠΤΗ.19.12 10.00 - 20.00
 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ.20.12 10.00 - 20.00
 ΣΑΒΒΑΤΟ.21.12 09.00 - 15.00
 ΚΥΡΙΑΚΗ.22.12 09.00 - 15.00
 ΔΕΥΤΕΡΑ.23.12 10.00 - 18.00
 ΤΡΙΤΗ.24.12 10.00 - 18.00
 ΠΑΡ.ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

ΤΕΤΑΡΤΗ.25.12 ΚΛΕΙΣΤΑ
 ΠΕΜΠΤΗ.26.12 ΚΛΕΙΣΤΑ
 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ.27.12 10.00 - 20.00
 ΣΑΒΒΑΤΟ.28.12 09.00 - 15.00
 ΚΥΡΙΑΚΗ.29.12 09.00 - 15.00
 ΔΕΥΤΕΡΑ.30.12 10.00 - 18.00
 ΤΡΙΤΗ.31.12 09.00 - 15.00
 ΠΑΡ.ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ.01.01 ΚΛΕΙΣΤΑ
 ΠΕΜΠΤΗ.02.01 ΚΛΕΙΣΤΑ
 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ.03.01 10.00 - 20.00
 ΣΑΒΒΑΤΟ.04.01 09.00 - 15.00
 ΚΥΡΙΑΚΗ.05.01 ΚΛΕΙΣΤΑ
 ΔΕΥΤΕΡΑ.06.01 ΚΛΕΙΣΤΑ



Καλές Γιορτές

📍 ΗΡΩΩΝ ΠΟΛΥΤΕΧΝΙΟΥ 43 (ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΡΙΑΝΩΝ, ΧΑΝΙΑ)

📍 Nikos Lianopoulos men's world
🌐 nikos.lianopoulos
📞 PANTEBOY:28210 44190

MOVE ON FOR X-MAS



SPECIALTY COFFEE
The JAR
 BRUNCH & COCKTAILS
CHRISTMAS PARTY

24 / 12 / 2019 - ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 14:00
 DJ: **SPIROS BOBOLAKIS**
 Τηλ. κρατήσεων 6939514175 · 6988290379

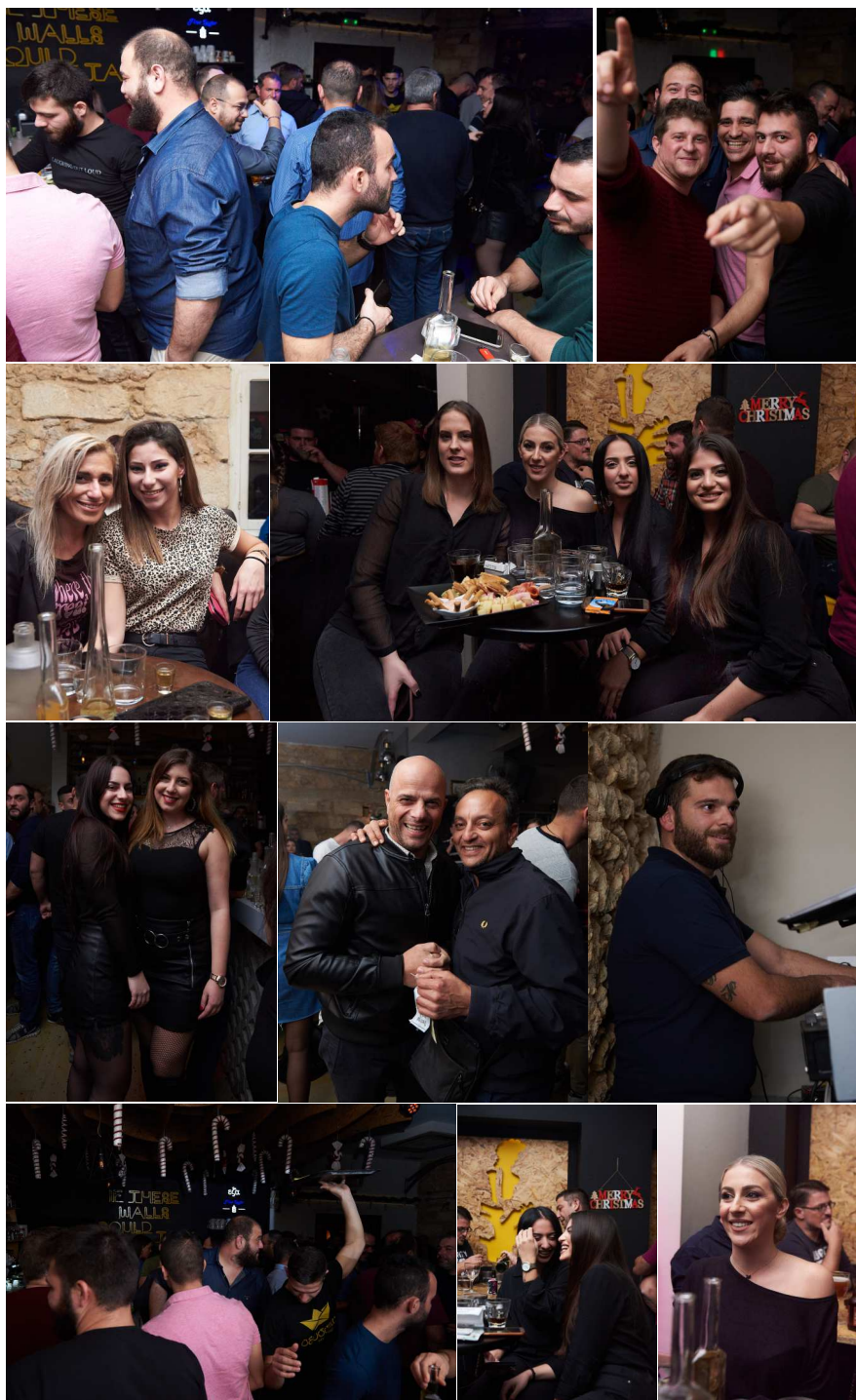


ΝΙΚΟΣ ΓΩΝΙΑΝΑΚΗΣ
 ΤΡΙΤΗ 24.12
 ΗΜΕΡΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

ΚΩΣΤΑΣ ΦΙΩΤΑΚΗΣ
 ΤΕΤΑΡΤΗ 25.12
 ΗΜΕΡΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ

insta.limnicafeagia ΛΙΜΝΗ ΑΓΙΑΣ, ΧΑΝΙΑ ΤΗΛ. 2820 77976 fb.Λίμνη Καφέ · Lake Cafe

80s ΜΕΧΡΙ ΚΑΙ ΣΗΜΕΡΑ ΣΤΗΝ ΟΔΥΣΣΕΙΑ



6α ΓΕΝΕΘΛΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΟΙΚΟ ΤΩΝ ΑΡΩΜΑΤΩΝ



ΓΙΟΡΤΕΣ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ ΣΤΟ ΑΚΤΑΙΟΝ



24/12 ΤΡΙΤΗ
ΠΑΡΑΜΟΝΗ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ
ΓΙΑΝΝΗΣ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑΚΗΣ



28/12 ΣΑΒΒΑΤΟ
ΠΟΛΥΜΝΙΑ ΚΟΤΣΩΝΗ



02/01 ΠΕΜΠΤΗ
COSMONUTS



25/12 ΤΕΤΑΡΤΗ
ΗΜΕΡΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΩΝ
ΓΙΑΝΝΗΣ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑΚΗΣ



30/12 ΔΕΥΤΕΡΑ
ΒΑΣΙΛΗΣ ΜΑΛΑΞΙΑΝΑΚΗΣ
ΧΡΗΣΤΟΣ ΠΑΤΕΡΑΚΗΣ



06/01 ΔΕΥΤΕΡΑ
ΓΙΑΝΝΗΣ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑΚΗΣ



27/12 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
ΒΑΣΙΛΗΣ ΜΑΛΑΞΙΑΝΑΚΗΣ
ΧΡΗΣΤΟΣ ΠΑΤΕΡΑΚΗΣ



31/12
ΠΑΡΑΜΟΝΗ ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΣ
ΓΙΑΝΝΗΣ ΧΡΙΣΤΙΑΝΑΚΗΣ
ΜΕΤΑ ΤΙΣ 1.00

Ακταίων
THEORY LIVE STAGE

BOLLYWOOD NIGHT ΣΤΟ NAMASTE



ΜΑΡΟΥΛΗΣ ΣΤΟ ΚΟΝΑΚΙ



cbp
PRESENTS
THE AFTERMOVIE PARTY
FRIDAY 27 DECEMBER

THE ATRO
CITY COFFEE BAR

LIVE ACTS SPECIAL EFFECTS GUEST DJS CBP MOVIE PREMIER SPONSOR GIFTS FREE CBP TICKETS

chaniabeachparty www.chaniabeachparty.com Chania Beach Party official

DOORS OPEN 21.00PM RSV.6979115513

Stoli

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΟΡΤΩΝ **ΚΟΝΑΚΙ** *Konaki*

20/12 ΚΟΥΝΑΛΗΣ Ι. ΜΙΧ. - ΔΑΦΕΡΜΟΣ Κ.
21/12 ΜΑΡΟΥΛΗΣ ΠΕΤΡΟΣ
22/12 ΣΑΡΙΔΑΚΗΣ ΚΩΣΤΑΣ
23/12 ΠΑΝΤΕΡΜΑΚΗΣ ΧΑΡ. & ΓΙΩΡΓ.
24/12 ΦΡΑΝΤΖΕΣΚΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
25/12 ΚΑΡΚΑΝΗΣ ΝΙΚΟΣ
27/12 ΣΚΑΡΑΚΗΣ ΣΤΡΑΤΗΣ
28/12 ΦΑΣΟΥΛΑΣ Γ. & ΚΑΛΛΕΡΓΗΣ Κ.

ΣΤΑΥΡΑΚΑΚΗΣ ΒΑΣΙΛΗΣ **29/12**
 ΜΑΝΟΥΣΕΛΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ **30/12**
 ΚΟΥΡΑΚΗΣ ΑΝΤ. & ΜΠΟΥΧΛΗΣ ΑΝΑΣΤ. **31/12**
 ΜΑΡΤΣΑΚΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ **01/01**
 ΣΤΡΑΤΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓ. & ΝΙΚ. **03/01**
 ΠΑΤΕΡΑΚΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ **04/01**
 ΜΑΓΓΕΛΑΚΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ **05/01**
 ΒΑΜΒΑΚΑΣ ΣΤΕΛΙΟΣ **06/01**

MANOUSELIS



ΌΧΙ ΣΤΑ ΛΗΓΜΕΝΑ

Μετά από λαϊκή απαίτηση, αναδιοργανώσαμε προηγούμενο άρθρο μας για να λυθεί κάθε απορία. Γεγονός αδιαμφισβήτητο: Όλα τα κράνη του κόσμου, είτε είναι κατασκευασμένα από fiberglass, carbon, dyneema, aramid, πολυκαρμπονικό, θερμοπλαστικό, διαμάντια, γραφένιο ή νανοσωλήνες άνθρακα, λήγουν. Ακούστε γιατί.

Το κέλυφος των κράνων κατασκευάζεται με δύο διαφορετικούς τρόπους: είτε με θερμοπλαστικά (τα πιο οικονομικά πολυκαρμπονικά) είτε με θερμοσκληρυνόμενα πολυμερή υλικά (fiberglass, kevlar, ανθρακόνημα κλπ, τα πιο ακριβά χειροποίητα). Αμφότερα τα υλικά, λίγες ώρες μετά την παρασκευή τους, φτάνουν σε κατάσταση χημικής ισορροπίας, και από εκείνο το σημείο και μετά αρχίζει η αντίστροφη μέτρηση, όσο καλά και αν είναι φυλαγμένα. Ο πολυμερισμός των υλικών δεν σταματά ποτέ, με αποτέλεσμα όλα τα κράνη να λήγουν μετά από κάποιο χρονικό διάστημα, δηλαδή δεν περνούν πλέον τις προδιαγραφές ασφαλείας. Στα πολυκαρμπονικά το κέλυφος λήγει το πολύ στην πενταετία στα κορυφαία κρατάνε πολλά περισσότερα, λέει η ίδια η Shoei. Το σημείο κλειδί είναι το εσωτερικό υλικό EPS, αυτό ανάμεσα στο κέλυφος και την επένδυση που ακουμπάει το κεφάλι σας και μοιάζει με φελιζόλ. Αυτό με τα χρόνια σκληραίνει, χάνει την απορροφητικότητα του, με απόλυτο όριο τα επτά χρόνια κατασκευής του. Αυτό είναι και το απολύτως μέγιστο που συμβουλεύουν οι εταιρείες - για τα fiberglass μιλάμε πάντα. Τα πολυκαρμπονικά το πολύ πέντε χρόνια. Μην τα λυπάσαι και μην τα τσιγκουνεύεσαι σε ό,τι αφορά το κεφάλι σου. Φέρονται του όπως του αξίζει. Αν το θεωρείς πολύτιμο, προστάτεψέ το όσο καλύτερα μπορείς. Αν δεν τα πιστεύεις αυτά δίδι «οι εταιρείες θέλουν μόνο να πουλάνε», φόρα αυτό που είχε μπαμπάς σου στο Γυμνάσιο. Ο,τι σου λέει το κεφάλι σου!

gas ologies

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

ZODIA

Κριός: Ερωτας: Θα γίνει ένα ξεκαθάρισμα παρεξηγήσεων για να είναι, από εδώ και πέρα, πιο ευχάριστη η ζωή σας. Επαγγελματικά: Κάποια πρόσωπα θα σας μιλήσουν, γιατί έχουν αντιληφθεί ότι μπλοκάρετε και κάνετε πράγματα τα οποία δεν θα κάνατε αν είχατε την ψυχραιμία που συνήθως σας χαρακτηρίζει.

Ταύρος: Ερωτας: Η σύσφιξη των σχέσεων με ανθρώπους που αγαπάτε ή το να κερδίσετε καινούργιους φίλους φαίνεται να είναι κάτι σχεδόν βέβαιο αυτή τη βδομάδα. Επαγγελματικά: Όταν γράφετε τις σκέψεις σας είναι πολύ πιο εύκολο να ανασάνετε, να βάλετε τον εαυτό σας σε καλούπια και να μεθοδεύσετε τις ενέργειές

Δίδυμοι: Ερωτας: Θέματα που σχετίζονται με την οικογένεια και τις σχέσεις ξεκαθαρίζουν μόλις συνειδητοποιήσετε ότι είστε τόσο μηπεδμενοι που άλλα θέλατε να πείτε και άλλο μήνυμα πρηνάτε. Επαγγελματικά: Μεγάλες ανακατατάξεις στο πώς ζείτε βελτιώσεις κοινωνικές καθώς και πολλές ευκαιρίες στην καριέρα.

Καρκίνος: Ερωτας: Βρίσκεστε σε σημείο αναθεώρησης. Αυτό έχει περισσότερο σχέση με το εαυτό σας και τις ανάγκες σας παρά με το τρόπο που φλερτάρετε. Επαγγελματικά: Διαφωνίες καθυστερούν τις εισπραξίες σας. Επανεξετάστε τους στόχους σας.

Λέων: Ερωτας: Η ρομαντική ατμόσφαιρα σας επιτρέπει να εκφράσετε τα εσώψυχα σας στον σύντροφό σας. Επαγγελματικά: Θα υπάρξουν πρόσωπα που ενδιαφέρονται για συνεργασίες, κάτι που θα προσφέρει το κεφάλαιο για να κάνετε ένα νέο βήμα.

Παρθένος: Ερωτας: Το πρόβλημα που καλείστε να αντιμετωπίσετε είναι η ανασφάλειά σας. Επαγγελματικά: Ο μόνος τρόπος να βοηθήσετε σε αυτή τη φάση τον εαυτό σας είναι να καταφύγετε στο απλό, οργανωτικό μυαλό του Παρθένου.

Ζυγός: Ερωτας: Είναι καλύτερο να προσκολληθείτε σε μια συναναστροφή που δεν σας εκφράζει παρά να επιλέξετε κάτι που εκπέμπει στην ίδια συχνότητα με σας; Επαγγελματικά: Αν έχετε μία πρόταση να συνεργαστείτε ξανά με πρόσωπα που δουλέψατε στο παρελθόν, καλό θα ήταν να μην οκαλιζετε κάποιες παρεξηγήσεις.

Σκορπιός: Ερωτας: Καλό θα ήταν να μάθουν ότι κάποιες στιγμές δίνουμε πολλά πράγματα και ότι κάποιες στιγμές αφήνουμε χώρο για να αναπνεύσουν και οι άλλοι. Επαγγελματικά: Η προσπάθειά σας να κάνετε υπομονή, δεν σας ταιριάζει.

Τοξότης: Ερωτας: Αντιλαμβάνεστε ότι υπάρχουν πράγματα που σας λείπουν και πράγματα που και τα θέλετε αλλά τα φοβάστε. Επαγγελματικά: Η καλή πρόθεση σας, το ότι έχετε το δικό σας τρόπο να λέτε τα πράγματα, κάνει τους περισσότερους να θέλουν να σας χρησιμοποιήσουν λίγο πολύ σαν δικηγόρους.

Αιγόκερως: Ερωτας: Ο τρόπος που λειτουργείτε θα δώσει έναυσμα για τους υπόλοιπους να μάθουν να αναζητούν το πάθος που, χωρίς αυτό, ούτε ο έρωτας ούτε η αγάπη μπορούν να κορυφωθούν. Επαγγελματικά: Δηλώνετε με τις πράξεις σας ότι θα δεσμευτείτε και θα πιεστείτε από κάποια πλαίσια στη δουλειά σας.

Υδροχόος: Ερωτας: Αν δεν τολμήσετε το άγνωστο και την αλλαγή τώρα, ποτέ θα το κάνετε; Επαγγελματικά: Συναντάτε συνεχώς στενοκέφαλους ανθρώπους. Θα ανεχτείτε αυτούς που θα διαθέτουν τη δύναμη έστω και αν τους βρίσκετε υπερβολικούς.

Ιχθύς: Ερωτας: Δεν είναι εύκολο να κερδίσετε την παρτίδα. Επαγγελματικά: Έχετε το περιθώριο να ταξιδέψετε και να σταματήσετε κάποιες συμφωνίες και προβλήματα.



#numero

Παναθηναϊκός: Γράφει ιστορία ο Καλάθης!

Ο Νίκ Καλάθης ετοιμάζεται να προπεράσει τον Μίλος Τεόντοσιτς στην 5η θέση των καλύτερων πασέρ στην ιστορία της Euroleague.

Συγκεκριμένα, ο Σέρβος γκαρντ μέτρηση 1.126 τελικές πάσες, ενώ το... κοντέρ του Καλάθης «γράφει» ασίστς 1.124 ασίστ και με 41 ματς λιγότερα!

Με τη... φόρα που έχει πάρει αναμένεται να απειλήσει άμεσα και τον... εν ενεργεία Σέρχιο Ροντρίγκεθ που έχει 1.169 (και με 51 ματς περισσότερα).

Ενώ 1.173 στην 3η θέση έχει ο Τομάς Ερτέλ (με 15 ματς περισσότερα), ο οποίος εξακολουθεί να παραμένει στα πίστ λόγω του τραυματισμού.

Μέχρι στιγμής έχει προλάβει και έχει μοιράσει 119 ασίστ σε 13 ματς (9,15 κατά μέσο όρο!!!) και χρειάζεται άλλες 132 για να αφήσει πίσω του και τον Δημήτρη Διαμαντίδη, ο οποίος τερμάτισε την καριέρα του με 1.255 σε 278 παιχνίδια.

Επιπλέον έχει τον καλύτερο μ.ό. στην ιστορία της EuroLeague με 5,73 τελικές πάσες σε κάθε ματς, έναντι 5,56 του Ερτέλ.

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



ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ υγιεινής διατροφής

Μην τρομοκρατηθείτε από τις θερμίδες των γιορτών

Αλήθεια, γιατί να ανησυχείτε για το φαγητό στη διάρκεια αυτών των λίγων ημερών χαλάρωσης; Δεν πρέπει να απογοητεύεστε από τα περιττά κιλά, επειδή μετά τις γιορτές μπορεί να οδηγηθείτε σε ανορθόδοξες δίαιτες, που θα βλάψουν το μεταβολισμό σας. Πριν τις γιορτές: Μειρώστε τα γλυκά και το αλκοόλ, πίνετε αρκετό νερό και τρώτε συχνά και μικρά γεύματα. Κατά τη διάρκεια: «Αφεθείτε τα εορταστικά τριήμερα, αλλά συγκαταστήστε την εβδομάδα μεταξύ των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς». Εάν πάλι είστε διαρκώς καλεσμένοι, μην μένετε νηστικοί. Το μεσημέρι φάτε κάτι ελαφρύ και μία ώρα πριν το δείπνο τσιμπήστε 2-3 κράκερ με λίγο τυρί. Το μυστικό είναι να μην αφήσετε τα 1-2 κιλά που πήρατε στις γιορτές να γίνουν 3-4. Σκεφτείτε ότι με μια ισορροπημένη δίαιτα δύο εβδομάδων μπορείτε να χάσετε αυτά τα δύο κιλά!

Νικολέτα Μπαλαντίνου
Διατροφολόγος - Διαιτολόγος



#8



ΔΕΥΤΕΡΑ 23 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

HIDDEN SICK
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



ΣΑΒΒΑΤΟ 28 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

ΚΩΣΤΑΣ ΦΙΩΤΑΚΗΣ
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



CHRISTMAS EVE SPECIAL!

ΤΡΙΤΗ 24 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

FREAKTONES
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



ΚΥΡΙΑΚΗ 29 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΑΡΑΔΗΜΟΣ
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 3 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2020

FREAKTONES
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



ΤΕΤΑΡΤΗ 25 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

SO! AMAZING XMAS
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



ΔΕΥΤΕΡΑ 30 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

NOISY WHISPER
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



ΣΑΒΒΑΤΟ 4 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2020

ΜΑΝΟΣ ΜΑΛΑΞΙΑΝΑΚΗΣ & THE BAND
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



ΠΕΜΠΤΗ 26 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

SUGAR OVERDOSE
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



NEW YEAR'S EVE SPECIAL!

ΤΡΙΤΗ 31 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

FREAKTONES
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 01.00



ΚΥΡΙΑΚΗ 5 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2020

ΕΝΔΕΛΑΧΕΙΑ
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 27 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2019

FREAKTONES
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



ΤΕΤΑΡΤΗ 1 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2020

YOU ARE THE VOICE! KARAOKE
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00



ΔΕΥΤΕΡΑ 6 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2020

JOSEPHINE
ΩΡΑ ΕΝΑΡΞΗΣ: 22.00