

CHILLIN

FREE PRESS LIFESTYLE ISSUE FOR CITIES CHANIA & RETHYMNO

ISSUE: #740

WEEK: 16/02-01/03

🌐 chilloutnews.gr

📍 Chillin Free Press

📷 [chillinpress](#)

✉ chilloutnews@hotmail.com

📷 [livmusicstage](#) 📍 LIV

LIV

MUSIC STAGE

ΣΑΒΒΑΤΟ
19.2

ΕΙΣΟΔΟΣ ΜΕ ΠΟΤΟ: 20€ / ΤΙΜΗ ΦΙΑΛΗΣ: 120€
ΕΛ.ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 111, ΧΑΝΙΑ | RES.6945241837

ΜΑΚΗΣ ΔΗΜΑΚΗΣ

16/02/2022

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 ΔΡΟΜΕΝΩΝ ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΕΝΤΥΠΟ ΔΕΝ ΦΕΡΟΜΕ ΚΑΜΙΑ ΕΥΘΥΝΗ.

ISSUE: #740

WEEK: 16/02-01/03

chilloutnews.gr

Chillin Free Press

chillinpress

chilloutnews@hotmail.com

#EDITOREAL #Το μεγάλο debate των ημερών!

Το μεγάλο debate έχει ήδη ξεκινήσει και όλοι αναρωτιούνται ποιος φταίει και δε βρίσκεται προσωπικό να εργαστεί στους χώρους εστίασης και το τουρισμό.

Αρχικά να θέσουμε κάποια βασικά ερωτήματα...

1. Πληρώνουν καλά τα ξενοδοχεία και τα εστιατόρια το προσωπικό που εργάζεται; 2. Μήπως οι απαιτήσεις είναι πολλές και οι συνθήκες δεν είναι ιδανικές για να εργαστεί κάποιος; 3. Γιατί αποφεύγουν να εργαστούν στα ξενοδοχεία; Μήπως το γεγονός ότι δεν είναι εργασία για όλο το χρόνο, να λειτουργεί ως ανασταλτικός παράγοντας; 4. Μήπως βολέψτηκε ο κόσμος στο να παίρνει λεφτά και να κάθεται, και τώρα δε του πάει καλά να εργαστεί για ένα μισθό κοντά σε αυτά που έπαιρνε για να κάθεται σπίτι;

Αυτά και πολλά ερωτήματα τίθενται στο τραπέζι της συζήτησης το τελευταίο καιρό. Εγώ θα έλεγα ότι η αλήθεια βρίσκεται κάπου στη μέση. Οι συνθήκες δεν είναι και οι πιο ιδανικές και σίγουρα δεν πληρώνει η δουλειά στη κουζίνα, όπως θα έπρεπε. Επίσης πολλοί είναι αυτοί που αναζητούν την ασφάλεια μιας δουλειάς που δεν θα είναι εποχική. Ο τουρισμός δοκιμάστηκε αρκετά τα δύο τελευταία χρόνια και δεν αποτελεί το ασφαλές περιβάλλον του παρελθόντος. Όμως οφείλουμε να πούμε ότι πολλοί είναι αυτοί που βολέψτηκαν στο καναπέ τους τόσο καιρό και τώρα που όρεξη για δουλειά. Άρα λοιπόν η αλήθεια είναι κάπου στη μέση. Οι επιχειρήσεις οφείλουν να επανεξετάσουν την μισθολογική πολιτική τους και τις συνθήκες εργασίας. Οι υπόλοιποι ως ξεβολευτούμε και ως δουλεύουμε, γιατί με την ακρίβεια που υπάρχει δε θα μας φτάνουν δύο δουλειές να καλύψουμε τα έξοδα.



DON'T WATCH

Diana: The Musical



Οι προθέσεις για την ταινία είναι σίγουρα να δώσουν μια διαφορετική ματιά στην ιστορία μέσα από το κλασικό μιούζικαλ περνώντας όλα τα στοιχεία του στην οθόνη, άσχετα αν τελικά αυτό δεν γίνεται ποτέ. Και όχι μόνο αυτό αλλά μοιάζει και με κακή παρωδία του.

Με την ανακοίνωση των υποψηφιοτήτων στα Χρυσά Βατόμουρα, υπήρχε μια περιέργεια για την συγκεκριμένη ταινία που τις... σάρωσε όλες. Η παραγωγή πραγματικά είναι αποτρόπαια, οι ηθοποιοί είναι ανεκδιήγητοι με προφορές που καταντούν κευκευριστικές, την ώρα που όλα στην ταινία γίνονται με την ίδια... συνταγή και χωρίς κάποια έμπνευση, είτε στα τραγούδια, είτε στις υπόλοιπες σκηνές, ακόμα και... προσβάλλοντας την Diana και τα υπόλοιπα πρόσωπα.

Το Diana: The Musical σε γενικές γραμμές είναι στην καλύτερη ένα πολύ κακό μιούζικαλ, το οποίο καταλήγει σε μια περίεργη εμπειρία για τον θεατή, ο οποίος δυστυχώς θα εύχεται να μην την είχε ζήσει, μιας και τα λόγια στερεύουν.



ANIMALS PROFILE

Στείρωση Σκύλου: Η διαδικασία και τα οφέλη! #2



Τι είναι ακριβώς ο ευνουχισμός; Ευρέως γνωστός και ως στείρωση, ο ευνουχισμός αναφέρεται στη χειρουργική διαδικασία αφαίρεσης των αναπαραγωγικών γεννητικών οργάνων ενός αρσενικού ή θηλυκού σκύλου.

Στην πρώτη περίπτωση, αφαιρούνται χειρουργικά οι δύο όρχεις του ζωντανού, ενώ στην δεύτερη οι ωοθήκες ή και η μήτρα. Και στις δύο περιπτώσεις, πρωταρχικός σκοπός είναι η αποφυγή μίας ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης του σκύλου μας.

Γιατί να στείρωσω το σκύλο μου;

Σε γενικές γραμμές, η στείρωση είναι το καλύτερο πράγμα που μπορείτε να κάνετε για να προστατίσετε την υγεία του σκύλου σας. Ούτως ή άλλως, η ικανότητα του να εκτελεί τα καθήκοντα του σε επίπεδο καθημερινότητας δεν πρόκειται να αλλάξει.

Γιάννης Βενετιάκης (Ζωοτεχνολόγος)
ΚΥΔΩΝΙΑΣ 85 / ΤΗΛ.2821091862

PETWORLD
CHANIA

#BESTOFFB



#Bledi Sadrija

Είναι ωραίο να είσαι single. Πεινάς; Παραγγέλνεις μια πίτσα. Θες να βγεις; Βγαίνεις. Θες να κάνεις σεξ; Παραγγέλνεις μια πίτσα.



#Manolis Grigorakis

Σάρωσε σε τηλεθέαση ο Άγιος Πάισιος, το είχε προβλέψει άλλωστε.



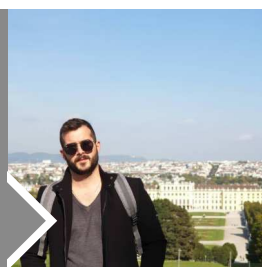
#Antonis Paterakis

Με τη ΔΕΗ έχουμε γίνει συντάριοι, όσα βγάξω μισά μισά



#Alexandros Terezakis

Σήμερα να μου στέλντε καρδούλες χρειάζομαι αγάπη.. Μου ήρθε η ΔΕΗ



#Vaggelis Christodoulou

-Άντε αγόρι μου. Εσύ πότε θα ντυθείς γαμπρός;
-Υπομονή βρε μάνα. Σε λίγες εβδομάδες έρχονται οι Απόκριες.



#Thanos Di-Vita

Όταν ξεκινάτε δίαιτά θέλετε και εσείς να δείτε αποτελέσματα στο πρώτο μισόωρο ή είστε τίποτα φυσιολογικοί;



Κυκλοφορούν!

ΚΑΘΕ ΕΒΔΟΜΑΔΑ Η ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ «ΧΤΥΠΑΕΙ» ΚΟΚΚΙΝΟ!

Κάθε εβδομάδα η διασκέδαση στο γνωστό σημείο διασκέδασης στην Επιμενίδου 2 χτυπάει κόκκινο! Μοναδικές live βραδιές κάνουν τα βράδια σας ξεχωριστά! 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 Πέμπτη τα σπάμε λαϊκά με τον Valentino full Band, κάθε Παρασκευή η μέρα αυτή ανήκει στους ανεπανάληπτους FreakTones τν House band του Bras, κάθε Σάββατο ο Μάνος Μαλαξινάκης με νέο πρόγραμμα και τρελά κέφια σας υποδέχεται, ενώ από την επόμενη Κυριακή επιστρέφει και ο Σταύρος Λαμπρόπουλος, μία από τις καλύτερες φωνές της Κρήτης, με mainstream, non stop επιτυχίες!!

INFO
The Day: Τετ. 16 - Σαβ. 19/2
The Time: 22:00
Location: Επιμενίδου 2
@ Bras de Freres



ΜΑΚΗΣ ΔΗΜΑΚΗΣ LIVE

Το εντυπωσιακό LIVE MUSIC STAGE της Ελευθερίου Βενιζέλου 111 συνεχίζει να κάνει πράξη την υπόσχεσή του να φιλοξενήσει μερικά από τα μεγαλύτερα ονόματα της Ελληνικής μουσικής σκηνής και αυτή την εβδομάδα προκαλεί πανικό. Το LIV music stage το Σάββατο 19/2 υποδέχεται τον τεράστιο λαϊκό ερμηνευτή Μάκη Δημάκη, με την ορχήστρα του! Η λαϊκή διασκέδαση στα καλύτερά της! Time to "LIV" the other side of nightlife

The Day: Σαβ. 19/2
The Time: 23:30
The place: LIV Music Stage
Location: Ελ. Βενιζέλου 111
@ stagechania



Κ.ΜΑΡΤΑΚΗΣ/Γ.ΚΡΗΤΙΚΟΣ/ANNY LIVE

Και αυτή την εβδομάδα Το LIV music stage συνεχίζει δυναμικά και την Παρασκευή 18/2 βάζει ξανά «φωτιά» στην πίστα με τρεις ξεχωριστούς καλεσμένους! Παρασκευή βράδυ το Liv υποδέχεται τον αγαπημένο ερμηνευτή Κώστα Μαρτάκη μαζί με τον Γιάννη Κρητικό. Μαζί τους θα βρίσκεται και η γοητευτική ερμηνεύτρια Άννυ, για να σας χαρίσουν μια αξέχαστη live βραδιά από αυτές που μόνο το Liv μπορεί!

INFO
The Day: Παρ. 18/2
The Time: 23:30
The place: LIV Music Stage
Location: Ελ. Βενιζέλου 111
@ stagechania



ΔΙΑΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ ΜΕΡΑ - ΝΥΧΤΑ

Το πιο διαχρονικό χειμερινό cafe στην πόλη, που εδώ και χρόνια έχει ταυτίσει το όνομα του με την έννοια «αγαπημένο στέκι», επέστρεψε δυναμικά και ανανεωμένο, φέρσε τα καλύτερα του και σας περιμένει καθημερινά, με στόχο να γεμίσει ζεστασιά τις καθημερινές σας μέρες... αλλά και νύχτες φυσικά, με τον Dj να αναλαμβάνει από την κονσόλα και η διασκέδαση να απογειώνεται. Όπως καταλάβατε, η Οδύσσεια για ακόμα μια σεζόν είναι παρών και σας περιμένει για να ζήσετε άλλον έναν χειμώνα γεμάτο με ξεχωριστές στιγμές και διασκέδαση, όπως σας έχει μάθει τόσα χρόνια.

INFO
The Day: Καθημερινά κοντά σας
The place: Οδύσσεια Cafe
Location: Κτιστάκη 9
@ Οδύσσεια Cafe



#XANIA, Η ΠΟΛΗ ΤΩΝ ΤΕΝΧΩΝ: THEATER UPCOMING

Coming soon...
"Eigengrau" της Πενέλοπι Σκίνερ 18/19/20/25/26/27 Φεβρουαρίου στο θέατρο κυδωνια

Θεατρική παράσταση "Τα 8 θανάσιμα αμαρτήματα" 26&27/2 στο βενιζελιο ωδειο χανιω

Stand up comedy "Από την άλλη" Κώστας Μαλιάτσος στα Χανιά 27/2 στο mega place

Μαύρη κωμωδία "once upon a time" τελευταία εβδομάδα των αποκριών στο youCa theater

Αλέξανδρος Τσουβέλας "Παρενέργειες" στα Χανιά 27/3 στο mega place



RnD BURGERS: ΠΡΟΣΛΑΜΒΑΝΕΙ!

Η ομάδα του RnD Burgers μεγαλώνει, τα σχέδια πάνε και έρχονται, τα συνεργεία προετοιμάζονται πυρετωδώς. Το μυριζόμαστε ότι κάτι νέο έρχεται σιγά σιγά... Και γι' αυτό το λόγο για το αγαπημένο food spot της Αγίας Μαρίας ήρθε η ώρα να εντάξει κόσμο!

Το RnD Burgers αναζητά:

- Α μάγειρες με προϋπηρεσία
- Ψήστες με προϋπηρεσία
- Α σερβιτόρους
- Βοηθούς σερβιτόρου

Αν θέλεις να είσαι και εσύ στο νέο trend στην Αγία Μαρίνα, στείλε τώρα!

Πληροφορίες και βιογραφικό:
Τηλ. 6946583034
Email: Georgia.kazalaki@gmail.com

@ RnD Burgers

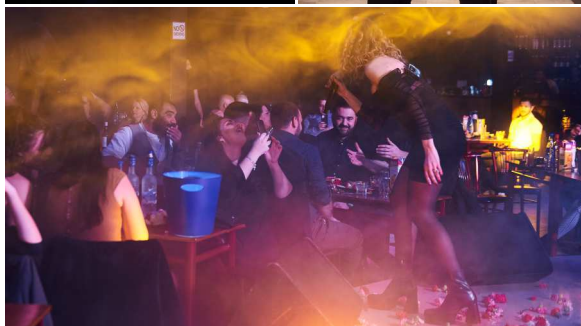


ΝΥΧΤΕΣ ΣΤΗΝ ΟΔΥΣΣΕΙΑ



Οδύσσεια καφέ // Odysseia cafe odusseia_ktistaki

ΚΕΛΛΥ ΚΕΛΕΚΙΔΟΥ ΣΤΟ LIV



LIV livmusicstage

FREAKTONES AT BRAS



brasdefreres Bras de Freres

2022 ΔΗΛΩΣΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ



STREET FOOD FESTIVAL CHANIA
EST. 2019

13-14-15 MAY
CHANIA

street_food_festival_crete



STREET FOOD FESTIVAL RETHYMNO
EST. 2019

27-28-29 MAY
RETHYMNO

Street Food Festival Crete



STREET FOOD FESTIVAL HERAKLION
EST. 2019

2-3-4 SEPT
HERAKLION

streetfoodfestivalcrete@gmail.com

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ: **chillin** EVENTS

Color Blocking...

Τι είναι και πως να το πετύχεις

By Katerina Pathiakaki

Color blocking είναι η τέχνη συνδυασμού διάφορων χρωμάτων με έντονα χρωματικά contrast σε ένα look, προσδίδοντας στυλ. Έχει τις ρίζες του στη δεκαετία του '60, όταν ο Yves Saint Laurent παρουσίασε το θρυλικό Mondrian dress, εμπνευσμένο από τα έργα του Ολλανδού ζωγράφου.

Σκέψου την εμφάνισή σου σαν ένα πίνακα ζωγραφικής, χρησιμοποιώντας τους κανόνες του χρωματικού κύκλου! Αναγνωρίζω ότι ο συνδυασμός χρωμάτων δεν είναι πάντα εύκολη υπόθεση και αρκετές γυναίκες διστάζουν να τολμήσουν, είτε από φόβο στον συνδυασμό έχοντας την αίσθηση ότι μοιάζουν με ουράνιο τόξο, είτε λόγω της εκκεντρικότητας του. Για να κάνετε μία αρχή ξεκινήστε από τα αξεσουάρ φωτίζοντας έτσι το σύνολο σας. Εξίσου safe συνδυασμός και μία καλή αρχή, είναι η ένωση μαύρου με ανοιχτά χρώματα και μεταλλικές αποχρώσεις, όπως και πολύχρωμες μπλούζες με jeans και χρωματιστά παπούτσια.

Όμως μην ξεχνάτε, όπως σας έχω αναφέρει και παλιότερα, η χρήση χρωμάτων σε μία μουντή ημέρα, μπορεί σίγουρα να σας φτιάξει την διάθεση.

Μην μου ανησυχείτε!!! Υπάρχουν κάποιοι κανόνες που θα σας κάνουν το colorblocking παιχνιδάκι!

Ποιοι είναι αυτοί????

Να συνδυάζεται χρώματα που ταιριάζουν με την επιδερμίδα, τον τόνο του χρώματος σας και τα μαλλιά σας. Ο χρυσός κανόνας για το color blocking είναι ότι χρησιμοποιούμε μέχρι και 3 χρώματα, η χρήση περισσότερων δημιουργεί παραφωνία και ίσως να έχει αντίθετο αποτέλεσμα. Ξεκίνα με το ρόζ που αποτελεί το χρώμα κλειδί μπαλαντέρ, είναι must στο colorblocking και ταιριάζει με τους περισσότερους συνδυασμούς. Last but not least και supersos, τα neon συνδυάζονται με neon και τα παστέλ με πάστελ.

Σε επόμενη έκδοση θα αναλύσουμε το χρωματικό κύκλο του οποίου όλοι γνωρίζουμε ότι τα βασικά χρώματα είναι το κόκκινο, το κίτρινο και το μπλε και μετά ακολουθούν τα παράγωγά τους που είναι το πράσινο, το μοβ και το πορτοκαλί.

Εως την επόμενη φορά να χρωματίζεται τις μέρες σας με στυλ!

#kr

Κατερίνα Παθιακάκη



MIKRO/SKOPIO

Όνοματεπώνυμο: Άντιμ Μπαϊρόβιτς, ιδιότητα: γκολτζής!

By Stelios Spiridakis



Το λέγαμε, το ξαναλέγαμε και το ξαναλέγαμε, μέχρι που βαρεθήκαμε οι ίδιοι τους εαυτούς μας. Το πράγμα εδώ και χρόνιαμίλαγε από μόνο του. Τα Χανιά χρειάζονταν έναν γκολτζή! Έναν άνθρωπο που να μετουσιώνει τις φάσεις σε γκολ. Τόσο απλά, τόσο παραγωγικά. Να που τελικά ο άνθρωπος αυτός βρέθηκε! Ο 26χρονος Σουηδός (βοσνιακής καταγωγής) που ήρθε στα Χανιά το καλοκαίρι, μετά βαιών και κλάδων, κατάφερε σε πολύ μικρό χρονικό διάστημα να κερδίσει το χειροκρότημα των Χανιωτών -και όχι μόνο- αλλά και να "βουλώσει" τα στόματα των επικριτών του.

Σε 17 συμμετοχές με την φανέλα των Χανίων, μετρά ήδη 11 γκολ και βρίσκεται στην κορυφή του πίνακα των σκόρερ του νοτίου ομίλου της Superleague 2, παρέα με ένα πρώην "Χανιώτη", τον Γιάννη Λουκίνα (αγωνίζεται στην Καλαμάτα). Την τελευταία φορά που τα Χανιά διέθταν έναν τόσο παραγωγικό ποδοσφαιριστή ήταν τη χρονιά 2018/2019 όταν ο Αλέξανδρος Αρναρέλλης είχε πετύχει και αυτός 11 τέρματα, σε μια όμως ολόκληρη χρονιά!

Ο Μπαϊρόβιτς ήρθε το καλοκαίρι του 2021 στα Χανιά από την Ρουμανική Σέπσι, ομάδα που αγωνίζεται στην πρώτη κατηγορία, έναντι περίπου 200 χιλ. Ευρώ. Η Σέπσι βέβαια τον είχε αποκτήσει από τον Παναθηναϊκό το προηγούμενο καλοκαίρι, με τη φανέλα

του οποίου κατέγραψε συνολικά 29 συμμετοχές και σκόραρε 8 γκολ τη σεζόν 2019/2020, γεγονός που φανερώνει ότι είχε ήδη αποκτήσει επαφή με τα ελληνικά γήπεδα.

Η αρωγή του στο ενεργητικό της ΠΑΕ Χανιά είναι αδιαμφισβήτη, καθιστώντας την μέχρι στιγμής μια από τις πιο παραγωγικές ομάδες στο νότιο όμιλο της κατηγορίας με 26 γκολ σε 17 αγώνες, την ώρα που μόνο ο πρωτοπόρος Λεβαδειακός έχει σκοράρει περισσότερες φορές (28).

Γενικά, όπως αποδεικνύεται πρόκειται για έναν τύπο ποδοσφαιριστή που τα Χανιά έψαξαν τα προηγούμενα χρόνια στα πρόσωπα άλλων, πιο "περπατημένων" ποδοσφαιριστών, αλλά τον βρήκαν τελικά στο πρόσωπο του 26χρονου Σουηδού.

Αυτή τη στιγμή, δείχνει να πηγαίνει με "σπασμένα φρένα", σκοράροντας "κατά ριπές" τον τελευταίο καιρό, κάτι το οποίο οι άνθρωποι των Χανίων θα εύχονται να συνεχιστεί μέχρι το τέλος της χρονιάς.



Η πραγματική πρόκληση, βέβαια, θα ξεκινήσει το προσεχές καλοκαίρι, καθώς αναμφίβολα θα υπάρξουν πολλοί "μνηστήρες" που θα κινητοποιηθούν ώστε να τον κάνουν δικό τους...

Μέχρι τότε όμως...

@s_spiridakis

Ραδιοφωνικός παραγωγός Q-Radio 102.7

LIV

MUSIC STAGE

ΚΩΣΤΑΣ ΜΑΡΤΑΚΗΣ
ΜΑΖΙ ΤΟΥ: ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΡΗΤΙΚΟΣ & ANNY

ΠΑΡ. 18.2
ΕΙΣΟΔΟΣ ΜΕ ΠΟΤΟ: 20€ / ΤΙΜΗ ΦΙΑΛΗΣ: 120€

@livmusicstage

ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 111, ΧΑΝΙΑ | RES. 6945241837

ART PHOTO OF THE WEEK



Photo 1 "Noisy silence"

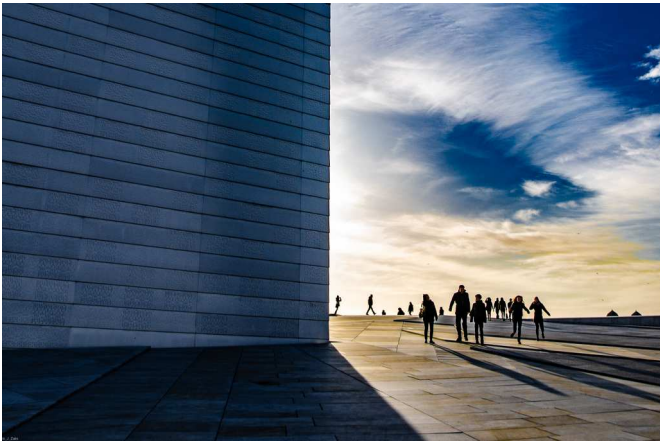


Photo 2 "Which side are you on?"

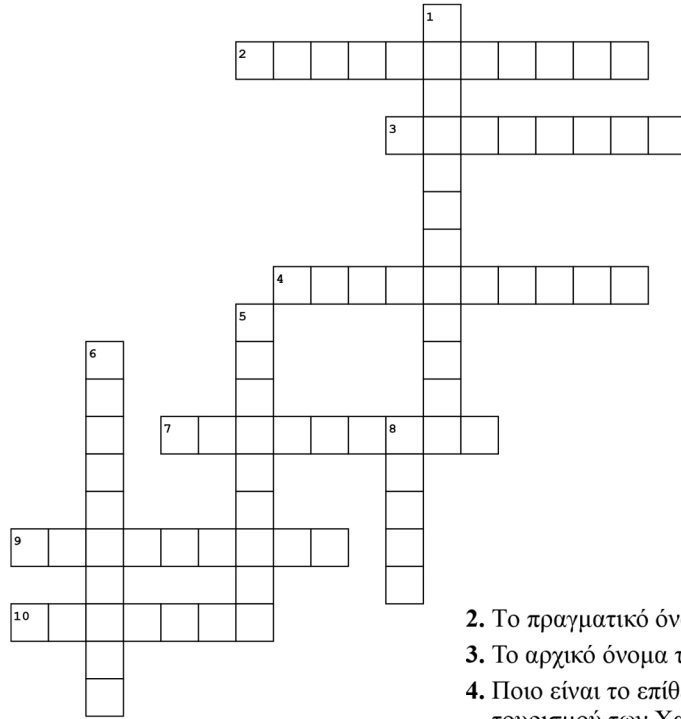
Ζητήσαμε την συμμετοχή επαγγελματιών και ερασιτεχνών φωτογράφων του νησιού για να τους δώσουμε τη δυνατότητα να εκφράσουν τη δημιουργικότητα και τη φαντασία τους μέσα από την εφημερίδα μας, αποτυπώνοντας στιγμές, τοπία και πρόσωπα του νησιού μας.

Σε αυτό το τεύχος έχουμε τη χαρά να φιλοξενούμε τη λήψη του φωτογράφου #zaks__photography

Θα χαρούμε να φιλοξενήσουμε και τα δικά σας ξεχωριστά φωτογραφικά κλικ. Αν θέλετε να δείτε και τη δική σας φώτο σε κάποιο από τα επόμενα τεύχη μας, στείλτε μας τη φώτο σας σε καλή ανάλυση, στο: chilloutnews@hotmail.com

Photo by: zaks__photography

CHILLIN CROSSWORD



Across

2. Το πραγματικό όνομα του D&V DeeJay
3. Το αρχικό όνομα του τραγουδιστή των freaktones
4. Ποιο είναι το επίθετο του νέου αντιδημάρχου τουρισμού των Χανίων
7. Γνωστός Χανιώτης σεφ που κάνει καριέρα στο εξωτερικό
9. Προπονητής του Αρη Σούδας
10. Διαχρονικό καφέ στη Πλατεία δικαστηρίων.

Down

1. Ιδιοκτήτρια του Οικου των Αρωμάτων
5. Ιδιοκτήτης του Senso club
6. Ποιος είναι ο πρώτος σκόρερ του ΑΟΧ τη φετινή σεζόν;
8. Ιστορικό αθλητικό σωματείο με διακρίσεις στο στίβο

Λύστε το σταυρόλεξο μας και κοινοποιήστε το με tag τη σελίδα μας στο instagram #chillinpress



Σφακίων και Βολουδάκηνων, Χανιά | 2821 402753 | Ανδρικά Ενδύματα

ΒΟΥΛΟΜΠΑΣΑΚΗΣ

Χοιρινό με γλυκόξινη σάλτσα μανιτάρια και λιαστή ντομάτα

Από το Chef "Βενεδικτό" του κρεπωλείου Μπούρμπος



Υλικά:

- 1κ χοιρινή σπάλα σε μπουκίτσες
- ½ ποτήρι λευκό κρασί
- 1 σφηνάκι κονιάκ
- 150γρ λιαστή ντομάτα
- 250γρ μανιτάρια κονσέρβα ή 4 Champions
- 1 ξερό κρεμμύδι αλεσμένο
- Λίγο ελαιόλαδο
- 1 πρέζα αλάτι
- 1 πρέζα πιπέρι
- 1κγ καστανή ζάχαρη
- 2κ.σ κέτσαπ
- 1 κ.γ σόγια σως

Εκτέλεση:

Βάζω σε μια κατσαρόλα σωτέ το κρεμμύδι και το χοιρινό και σοτάρω σε μέτρια φωτιά για 20 λεπτά. Έπειτα χαμηλώνω τη φωτιά και ρίχνω μέσα το λευκό κρασί, το κονιάκ και τα μπαχαρικά. Αφήνω για 20 λεπτά ακόμα και μέσα προσθέτω τα μανιτάρια και την λιαστή ντομάτα, σκεπάζω ξανά και 15 λεπτά πριν το χοιρινό μας είναι έτοιμο ανακατεύω σε μια μπασίνα την κέτσαπ, τη ζάχαρη και τη σόγια και τα προσθέτω στο χοιρινό. Αφήνω μέχρι να δέσει η σάλτσα και είναι έτοιμο. Σερβίρετε με ψητά λαχανικά ή και άγριο ρύζι. Καλή σας όρεξη μας. Ψήνουμε στους 160ο για 35 λεπτά περίπου.
Καλή σας όρεξη!

Διευθ.καταστημάτων

Αναπαύσεως 35, Χανιά / Λ.Καραμανλή 87, Χανιά
fb & insta. Κρεπωλεία Μπούρμπος meet the art of meat

BRAS DE FRERES

ΜΑΛΑΞΙΑΝΑΚΗΣ LIVE ΣΤΟ BRAS!



ΧΡΗΣΤΟΣ ΜΕΝΙΔΙΑΤΗΣ

LIV MUSIC STAGE



στη σωστή ταβέρνα
δε ρωτάνε πόσοι είστε
αλλά για πόσους τρώτε

GARAGE DAYS!



Στην εποχή που ζούμε, ό,τι δίνεις παίρνεις λένε. Ό,τι λάμπει δεν είναι χρυσός, δεν λαμβάνεις τίποτα χωρίς αντάλλαγμα και τέτοια. Ευτυχώς μερικές φορές αυτά δεν ισχύουν και χάρη σε μερικές/ούς οραματιστές μερακλήδες, παίρνεις πολλά χωρίς να χρειάζεται να δώσεις τίποτα. Όπως στην εκδήλωση Garage Days #4, στην οποία βρεθήκαμε το σαββατοκύριακο που μας πέρασε. Τι γίνεται εκεί όμως και το αναμένουμε κάθε χρόνο με ανυπομονησία:

Πολλά ενδιαφέροντα, διδακτικά και άκρως διασκεδαστικά πράγματα. Ο οργανωτής του, ο Γιάννης Αλεξανδράκης από τα Κόκκινα Φεγγάρια, κάθε χρόνο το εμπλουτίζει με νέες ιδέες. Καταρχάς έχει βρει τον ιδανικό χώρο – μια αποθήκη ξυλείας (!), η οποία είναι τόσο περιποιημένη, ώστε θα μπορούσε κάλλιστα να φιλοξενεί ανεκτίμητα έργα τέχνης! Φέτος οι επισκέπτες χαζέψαμε ιστορικές αστυνομικές μοτοσυκλές σε υπεράσφαγη κατάσταση, καθώς και οχήματα/αντικείμενα που είχαν χρησιμοποιηθεί στον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο. Οι λεπτομέρειες της παρουσιάσής τους θα έκαναν πολλά μουσεία να ντραπούν, όπως τα ξύλινα κουβούκλια για τις στρατιωτικές μοτοσυκλές και τους ασύρματους, ή τα χαλίκια κάτω από το αμερικανικό φορτηγό. Οκ, φοβερά όλα αυτά, όμως αυτό που με μαγνιτίζει περισσότερο είναι οι πολύ ενδιαφέρουσες ομιλίες από εξπέρ ομιλητές. Άλλες χρονιές είχε κατέβει ο Θανάσης Χούντρας για να μας πει τα μυστικά της ασφαλούς οδήγησης, φέτος είχε περιγραφές εκπληκτικών ταξιδιωτικών: τον Γιώργο Λιοντάκη στο Ιεράπετρα-Ισλανδία και τον Κωνσταντίνο Μπυσάκη στο Δρόμο της Ειρήνης – Αρχαία Ολυμπία-Χιροσίμα. Είχε και τεχνικά σεμινάρια όμως, ιστορικά, αλλά και σύγχρονου αστικού κυκλοφοριακού από τον χειριστή των «έξυπνων» φαναριών της πόλης μας. Δε βαριέσαι με τίποτα! Το κυριότερο όμως ότι με αφορμή τα Garage Days συναντήσαμε εκατοντάδες θεόμουρλοι που έχουμε το ίδιο μεράκι, πίνουμε καφέ, τσάι, γλυκίσματα, σαβουρώνουμε εκλεκτούς μεζέδες υπό το soundtrack (τι άλλο;) κλασικής ροκ μουσικής και περνάμε ένα καταπληκτικό, δημιουργικό σαββατοκύριακο. Γιάννη ευχαριστούμε πολύ, και εις άλλα με υγεία!

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



Τζορτζ Μπους και ο Hugh Hefner (Playboy) είναι ξαδέλφια.

Η ηλεκτρική καρέκλα επινοήθηκε από έναν οδοντίατρο.

Ο Winston Churchill γεννήθηκε στις γυναικείες τουαλέτες μιας pub.

Το 97% των αμερικανικών χαρτονομισμάτων έχουν ίχνη κοκαΐνης.

Ο Τσάρλι Τσάπλιν (ο αυθεντικός) βγήκε τρίτος σε έναν διαγωνισμό σωσιών του Τσάρλι Τσάπλιν.

Είναι πολύ δύσκολο να πνιγεί κάποιος στη Νεκρά Θάλασσα καθώς περιέχει 24% αλάτι, το οποίο κάνει το νερό πολύ βαρύ και το κολύμπι άπιστευτη εμπειρία.



#numero

Αθλητικότητα: Τα σήκωσε όλα με την Τσέλι

Η Τσέλι επικράτησε στην παράταση με 2-1 της αξιόμαχης Παλμέρας και για 1η φορά ανέβηκε στην κορυφή του κόσμου.

Ένα τρόπαιο που δεν είχε καταφέρει να το κατακτήσει ποτέ, καθώς τη μοναδική φορά που έφτασε στον τελικό ήταν το 2012 όταν και πττήθηκε από την Κορίνθιας (2012).

Μάλιστα, ο συγκεκριμένος τίτλος ήταν από αυτούς που κινήθηκε και για προσωπικούς λόγους ο Θέσαρ Αθλητικού, καθώς γνώριζε πως είχε την ευκαιρία να γίνει ο μοναδικός ποδοσφαιριστής στην ιστορία του συλλόγου που θα έχει κατακτήσει όλους τους τίτλους.

Τελικά, ο Ισπανός είδε την ομάδα του να επικρατεί της Παλμέρας και με αυτόν τον τρόπο έφτασε τα 7 τρόπαια με την Τσέλι. Σχεδόν 1 κύπελλο, για κάθε χρόνο παραμονής του στο «Στάμφορντ Μπριτζ».

Κανένας άλλος ποδοσφαιριστής των «μπλε» δεν είχε κερδίσει 7 διαφορετικούς τίτλους με τη φανέλα των «μπλε». Συγκεκριμένα μετράει Premier League, FA Cup, Carabao Cup, Champions League, Europa League, UEFA Super Cup και τώρα Παγκόσμιο Κύπελλο συλλόγων. Ότι τίτλο μπορούσε να κατακτήσει με τους Λονδρέζους, ο 32χρονος Ισπανός στόπερ το έβαλε στην τροπαιοθήκη του.

gaeologies

ZODIA

Κριός: Κάνοντας το επόμενο βήμα. Μπορείς να δεις προσπάθειες που μέχρι τώρα δεν έδιναν το επιθυμητό αποτέλεσμα, να προχωρούν και μάλιστα με τον καλύτερο τρόπο, ενώ εσύ υλοποιείς στόχους και πορεύεσαι με σύμμαχο την ισχυρή θέλησή σου. Το κλίμα στα προσωπικά είναι θετικό, αφού η Σελήνη δίνει ώθηση στις σχέσεις που είχαν μείνει στάσιμες.

Ταύρος: Θέτοντας νέους στόχους. Κάποιες ανασφάλειές σου που σε κρατούν πίσω και δεν σε αφήνουν να δράσεις. Παράλληλα, είσαι ιδιαίτερα δημιουργικός, έρχεται κοντά στα αγαπημένα σου πρόσωπα και ξεκλέβεις χρόνο για διασκέδαση, ψυχαγωγία και ευχάριστες στιγμές. Βρίσκεσαι σε ένα διάστημα εξωστρέφειας στα προσωπικά, πάθους και έντασης.

Δίδυμοι: Η κοινωνική ζωή στο προσκήνιο. Παθαίzaσαι με τις ιδέες που επικοινωνείς στο κοντινό σου περιβάλλον ενώ κορυφώνεις τις προσπάθειές σου για μια συμφωνία. Παράλληλα, η κοινωνική σου ζωή, αλλά και η εικόνα που βγάζεις γίνεται πλέον για σένα η πρώτη σου προτεραιότητα. Τα αισθηματικά σου ευνοούνται με σημαντικές ευκαιρίες.

Καρκίνος: Περισσότερη εξωστρέφεια. Ωθείσαι σε νέους ορίζοντες, πιο αισιόδοξους, ενώ αλλάζεις προς το καλύτερο την κοσμοθεωρία σου. Περιορίσε όμως την παρορμητικότητά σου. Συνεχίζεις να έχεις ευκαιρίες για τα ζητήματα καρδιάς. Η εβδομάδα όμως φέρνει περισσότερες κοινωνικές επαφές και εστιάζεις σε ελλείψεις, πρόσεξε όμως τις εντάσεις.

Λέων: Βάζεις πρώτο τον εαυτό σου. Κορυφώνονται όσα βιώνεις αυτό το διάστημα. Έτσι, δεν αποκλείεται να διεκδικήσεις τον χώρο που σου αναλογεί στις σχέσεις. Επίσης, από την Παρασκευή ωθείσαι σε ενδοσκόπηση και εξέταση των βαθύτερων θέλω σου. Είσαι πιο συγκρατημένος στην έκφραση των αισθημάτων σου.

Παρθένος: Η καθημερινότητα σε τάξη. Τακτοποιούνται όλα τα πρακτικά ζητήματα που είναι σε εκκρεμότητα. Έντονο άγχος για κάποιες καταστάσεις, ενώ είναι πιθανό να επωμιστείς ευθύνης τρίτων. Υπάρχει εύνοια και ευκαιρίες για να προσεγγίσεις το πρόσωπο που σε ενδιαφέρει, καθώς τα δεδομένα στον τομέα των ερωτικών σου υπόσχονται... πάθος!

Ζυγός: Επικεντρώνεσαι στην καθημερινότητά σου και τα δημιουργικά σου σχέδια. Οι στόχοι που έχεις θέσει σε απασχολούν πιο έντονα. Από το ξεκίνημα της εβδομάδας οι φίλοι είναι στο πλευρό σου και σε στηρίζουν, ενώ ανοίγεται ένα νέο, ελπιδοφόρο κεφάλαιο για τα ζητήματα καρδιάς.

Σκορπιός: Πες τα πράγματα με το όνομά τους! Έρχεται πιο κοντά στους οικείους σου, είσαι όμως πιο αφορημένος στις καθημερινές σου ασχολίες. Βγάζεις προς τα έξω τον πιο δημιουργικό εαυτό σου. Φλερτ, ερωτισμός, αλλά και γνωριμιές για τους ελεύθερους, ευκαιρίες για ευχάριστες στιγμές και «απόδραση» από την καθημερινότητα.

Τοξότης: Με το βλέμμα στο μέλλον. Κορύφωση σε νομικά, διαδικαστικά θέματα, ή σε κινήσεις που κάνεις για εγχειρήματα που έχεις στα σκαριά. Η τύχη σε προστατεύει από τις κακοτοπιές μέχρι τη μισιά της εβδομάδας, ενώ ανεβάνει το ερωτικό θερμόμετρο. Γενικότερα πάντως, αναζητάς περισσότερη σταθερότητα στις διαπροσωπικές σου σχέσεις.

Αιγόκερως: Τα οικονομικά στο μικροσκόπιο. Γίνονται αλλαγές στην καθημερινότητά σου, αρκεί σαφώς να διδάχτηκες από τα λάθη που έγιναν στο παρελθόν. Επίσης, ξεκινάει για σένα μια πιο εξωστρεφή περίοδο που κάνει επαφές, νέες γνωριμιές, ενώ οι πολλές κοντινές διαδρομές και εξορμήσεις είναι πλέον συχνότερο φαινόμενο.

Υδροχόος: Λύσε τα θέματα στις σχέσεις! Αποκαλύπτεται το παρασκήνιο που υπήρχε το προηγούμενο διάστημα, ενώ η εβδομάδα φέρνει περισσότερη οξυγόνο και ευελιξία. Έπειτα κορύφωση σε καταστάσεις που υπάρχουν στις διαπροσωπικές σου σχέσεις.

Ιχθύς: Κλείσε τις εκκρεμότητές σου! Θα πρέπει να προσέχεις για να μην δίνεις λαβές για δυσμενή σχόλια. Από την Παρασκευή εγκαινιάζεται η περίοδος των γενεθλίων σου και έρχεται στο επίκεντρο των εξελίξεων, καθώς μέχρι τώρα προετοιμάζεις πολύ σημαντικά βήματα, τα οποία τώρα φέρνεις στο φως. Έχεις ανάγκη από πράξεις και όχι αερολογίες.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ

υγιεινής διατροφής

Μανταρίνι, ένας μικρός θησαυρός!

Το μυστικό της δύναμης των μανταρινιών βρίσκεται στη βιταμίνη Α και ειδικά σε κάποια συστατικά της, τα καροτενοειδή, τα οποία, έχουν πολλές ευεργετικές ιδιότητες για τον οργανισμό. Το μανταρίνι παρέχει μέχρι 80% των ημερήσιων απαιτήσεων βιταμίνης C για το σώμα και σε συνδυασμό με τη β-καροτίνη κάνει τις ιδιότητες του μανταρινιού πιο αποτελεσματικές. Είναι ισχυρά αντιοξειδωτικά, τα οποία έχουν πολλούς βασικούς ρόλους, όπως η σύνθεση του κολλαγόνου, επιούλωση πληγών, αντικαρκινική δραστηριότητα, ενώ βοηθάει επίσης στην πρόληψη αρθρίτιδας και σε επιπτώσεις κρυώματος, πυρετού κ.λπ. Το μανταρίνι βοηθά επίσης να παραμείνει σε επιθυμητά επίπεδα η χοληστερόλη στο σώμα. Προστατεύει από καρδιοπάθειες, εγκεφαλικά και διαβήτη. Είναι φυσικό ηρεμιστικό, πλούσιο σε φυτικές ίνες και χαμηλό σε θερμίδες. Η επιλογή του λοιπόν βοηθά στην απώλεια βάρους και την καλή υγεία στο στομάχι, αφού μασώντας τρόφιμα πλούσια σε φυτικές ίνες οδηγούμαστε σε αίσθημα κορεσμού.



BRAS DE FRÈRES

BRAS DE FRÈRES
SPIRITS • MUSIC • ART

BAR STARS
KARAOKE
EVERY WEDNESDAY

HOSTED BY: STATHIS IOANNOU

ΕΠΙΜΕΝΙΔΟΥ 2 ΧΑΝΙΑ / Τ. 697 402 0550

LIVE ON STAGE

ΚΑΘΕ ΠΕΜΠΤΗ

Valentino
FULL BAND

BRAS DE FRÈRES

ΕΠΙΜΕΝΙΔΟΥ 2, ΧΑΝΙΑ • ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΗ: 6974020544

ΩΡΑ ΕΝΑΡΤΗΣΗΣ 22:00

LIVE ON STAGE

ΚΑΘΕ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

FREAKTONES

BRAS DE FRÈRES

ΕΠΙΜΕΝΙΔΟΥ 2, ΧΑΝΙΑ • ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΗ: 6974020544

ΩΡΑ ΕΝΑΡΤΗΣΗΣ 22:00

LIVE ON STAGE

ΚΑΘΕ ΣΑΒΒΑΤΟ

MANOΞ Μαλαξιάνακης
FULL BAND

BRAS DE FRÈRES

ΕΠΙΜΕΝΙΔΟΥ 2, ΧΑΝΙΑ • ΤΗΛ. ΚΡΑΤΗΣΗ: 6974020544

ΩΡΑ ΕΝΑΡΤΗΣΗΣ 22:00