

CHILLIN

FREE PRESS LIFESTYLE ISSUE FOR CITIES CHANIA & RETHYMNO

ISSUE: #741

WEEK: 02/03-15/03

🌐 chilloutnews.gr

📌 Chillin Free Press

📷 chillinpress

✉ chilloutnews@hotmail.com

*Κορυφαία σχολή μακιζιάς
στη Κρήτη*



Μαρία Μαρκογιαννάκη
Beauty Trainer

We Make Art - We Build MUAS!

ΛΕΩΦ. ΠΙΤΣΟΥΛΑΚΗ 36, ΚΗΠΟΥΠΟΛΗ, ΗΡΑΚΛΕΙΟ 2810299083, 6982925128

@themakeartacademy @maria_markogiannaki

www.themakeartacademy.gr

02/03/2022

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: #741

WEEK: 02/03-15/03

chilloutnews.gr

Chillin Free Press

chillinpress

chilloutnews@hotmail.com

#EDITOREAL #Miami is "the thing"

Ολοκληρώνοντας αυτή την εμπειρία των τριών μηνών μπορώ με ευκολία να πω ότι το Μαϊάμι δεν είναι το next big thing, αλλά το "the thing". Μέχρι προ κορωνοϊού το Μαϊάμι θεωρούνταν ένας ασυτήρη παραθεριστικός προορισμός. Με 12 μήνες καλοκαίρι, αξιοζήλευτες παραλίες και πιο χαλαρούς ρυθμούς ήταν ο super προορισμός διακοπών. Τα χρόνια του covid όμως πολλά άλλαξαν και ο λόγος ήταν ότι ο κυβερνήτης του επέλεξε την οικονομία πάνω από την ασθένεια. Οι επιχειρήσεις παρέμειναν ανοικτές. Η εστίαση έκλεισε μόλις ένα μήνα και το κράτος παρείχε σημαντικές φοροελαφρύνσεις, σε σχέση με τις υπόλοιπες πολιτείες για όσους επέλεξαν το Μαϊάμι ως έδρα ή μόνιμη κατοικία. Είναι πολλοί αυτοί που έχουν μεταφερθεί από Νέα Υόρκη, Σικάγο και άλλα μέρη, μόνιμα στο Μαϊάμι.

Την ίδια στιγμή οι παροχές για τους μη έχοντες είναι εξίσου σημαντικές, ώστε να μπορεί να βρεθεί εργατικό δυναμικό. Δωρεάν συγκοινωνία. Ένα άρτια εξοπλισμένο convention health center (δημόσιο νοσοκομείο) με εξαιρετικούς γιατρούς παρέχει περίθαλψη με πολύ χαμηλό κόστος, σε όσους δεν έχουν την δυνατότητα να πληρώσουν ασφάλεια υγείας. Διαρκώς γίνονται σημαντικές εκδηλώσεις, που προσελκύουν κόσμο, τόσο από την Αμερική, όσο και από άλλα μέρη του κόσμου, ενώ η μαρίνα του φιλοξενεί χιλιάδες σκάφη. Το Μαϊάμι είναι ένας πολυτελής προορισμός. Η επίδειξη πλούτου και η παρουσία των celebrities διαφόρων χώρων την έχει αναγάγει σε must προορισμό όχι μόνο για διακοπές, αλλά για κατοικία. Θα μπορούσα να γράψω πολλά, αλλά θα κρατηθώ! Την στιγμή που τα γράφω όμως σκέφτομαι γιατί να μου συμβεί στα 45 και όχι στα 25 μου;;;...όμως αμέσως μετά λέω...ευχαριστώ που το έζησα!!!



DON'T WATCH

Gasoline Alley



Από την αρχή δείχνει να είναι τόσο κακή, αλλά η συνέχεια της για μια ακόμα φορά είναι καταστροφική. Από την ώρα που αρχίζει και προχωράει κάπως η ιστορία, όλα πάνε στραβά και υπάρχουν τραγελαφικές καταστάσεις και προσφέρει γέλιο. Το στόρι από ένα σημείο και μετά γίνεται αφόρητα βαρετό και δεν μπορεί να κρατήσει το ενδιαφέρον του θεατή, αλλά αυτό είναι το λιγότερο. Οι ερμηνείες και κυρίως το όλο κλίμα της ταινίας είναι ερασιτεχνικού επιπέδου, ακόμα και για όποιον τόσο κακούς ηθοποιούς. Χαρακτήρες εκνευριστικοί, με τον Willis να είναι εντελώς εκτός τόπου και χρόνου και για μια ακόμα φορά δεν τον βοηθάει γενικά το σενάριο, όπως και με τους υπόλοιπους ηθοποιούς, που δεν αξιοποιούνται

στο ελάχιστο. Για να συνοψίσουμε, το Gasoline Alley είναι μια ταινία για την οποία δεν μπορείς να πεις και πολλά και σίγουρα θα ξεχάσεις ακριβώς μετά το τέλος της και πάνω από όλα φανερώνει το πόσο πρόχειρο είναι το όλο εγχείρημα.



ANIMALS PROFILE

Στείρωση Σκύλου: Η διαδικασία και τα οφέλη! #3



ΠΑΣ δούμε αναλυτικότερα τα οφέλη που θα έχει μακροπρόθεσμα στην υγεία του κατοικίδιου σας

- Ακυρώνει το ενδεχόμενο ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης.
- Μειώνει τον κίνδυνο προστατίτιδας και διευρυσμένου προστάτη.
- Ελαττώνει τις πιθανότητες εμφάνισης ασθενειών, που σχετίζονται με ορμονικές διαταραχές.

- Εξαλείφει τον κίνδυνο καρκίνου των όρχεων, του δεύτερου συχνότερου τύπου σε μη στερημένα σκυλιά.

- Αφαιρεί τις σεξουαλικές παρορμήσεις, οπότε δεν θα δείτε αρσενικούς να παίρνουν στο κυνήγι τη θηλυκιά σκυλίτσα σας ή τον κούταβο σας να κυνηγάει θηλυκές αντίστοιχα.

- Συνήθως, αυτό αρκεί και για την ελάττωση επιθετικών ή προβληματικών συμπεριφορών.

- Μειώνει την πιθανότητα άγχους αποχωρισμού ή απομόνωσης, αφού τώνει την αυτοπεποίθηση του κατοικίδιου.

Γιάννης Βενετάκης (Ζωοτεχνολόγος)
ΚΥΔΩΝΙΑΣ 85 / ΤΗΛ.2821091862

PETWORLD
CHANIA

#BESTOFFB



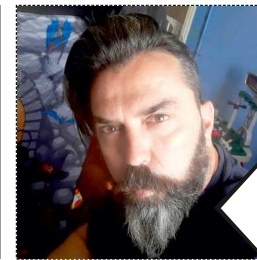
#Bledi Sadrija

Για μια ακόμη φορά η Δύση έδειξε τα δόντια της απέναντι στον πόλεμο που κήρυξε ο Πούτιν. Απέκλεισε τη Ρωσία από τη Πουροβίζιον.



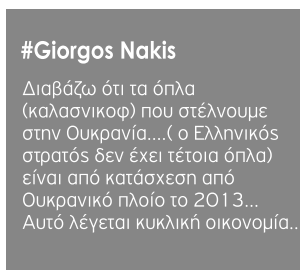
#Manolis Grigorakis

Συνοδεία Χαρδαλιά το υλικό που στέλνει η Ελλάδα στο ουκρανικό μέτωπο. Αυτός από συνήθεια θα κλείσει τα περίπτερα στο Κίεβο



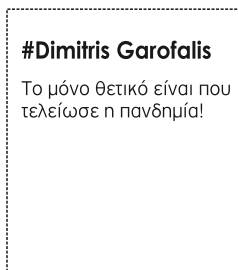
#Antonis Paterakis

Όποιος έχει να πληρώσει το ρεύμα τον καλεί η εφορία να εξηγήσει που τα βρήκε



#Giorgos Nakis

Διαβάζω ότι τα όπλα (καλασνικοφ) που στέλνουμε στην Ουκρανία....(ο Ελληνικός στρατός δεν έχει τέτοια όπλα) είναι από κατάσχεση από Ουκρανικό πλοίο το 2013... Αυτό λέγεται κυκλική οικονομία...



#Dimitris Garofalis

Το μόνο θετικό είναι που τελείωσε η πανδημία!



#Thanos Di-Vita

Τι ανακούφιση όμως για τον άμαχο πληθυσμό της Ουκρανίας που ο πύργος του Άιφελ και τα άλλα ευρωπαϊκά κτήρια βάφτηκαν στα χρώματα της σημαίας τους



Οδύσσεια

καφέ - μπύρα - ποτό

Κτιστάκη 9 Χανιά
facebook Instagram

stifosant

Απολαμβάνουμε να σας φροντίζουμε!

Nikos Lianopoulos
THE MEN'S WORLD

PANTEBOY:28210 44190

ΗΡΩΩΝ ΠΟΛΥΤΕΧΝΙΟΥ 43
(ΕΜΓ. ΚΕΝΤΡΟ ΤΡΙΑΝΩΝ)

Nikos Lianopoulos men's world
@nikos.lianopoulos

ΑΠΟΚΡΙΕΣ ΣΤΟ BRAS!

Το γνωστό σημείο διασκέδασης στην Επιμενίδου 2 μπαίνει σε αποκριάτικο mood και η διασκέδαση χτυπάει κόκκινο! Τετάρτη 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, κάθε Σάββατο ο Μάνος Μαλαξιάνας με τρελά κέφια σας υποδέχεται, ενώ την Κυριακή οι FreakTones επιστρέφουν μεταμφιεσμένοι με καρναβαλική διάθεση και όρεξη για ατελείωτο πάρτι! Και η έκπληξη της εβδομάδας, την Τρίτη 8/3 ημέρα της Γυναίκας ο ερωτικός Γιάννης Χριστιανάκης δίνει χρώμα και φωνή σε αυτή την ξεχωριστή βραδιά!

INFO
The Day: Τετ.02 - Τρι.08/3
The Time: 22:00
Location: Επιμενίδου 2
@ f Bras de Freres



ΖΑΦΕΙΡΗΣ ΜΕΛΑΣ – ΑΛΕΚΟΣ ΖΑΖΟΠΟΥΛΟΣ LIVE

Και αυτή την εβδομάδα Το LIV music stage συνεχίζει δυναμικά και το Σάββατο 05/3 βάζει ξανά «φωτιά» στην πίστα φιλοξενώντας δυο αυθεντικούς εκπροσώπους του καλού λαϊκού τραγουδιού! Σάββατο βράδυ ο Ζαφείρης Μελάς και ο Αλέκος Ζαζόπουλος μοιράζονται τη σκηνή του Liv σε μια βραδιά από αυτές που δε χάνονται! «LIV» this night!

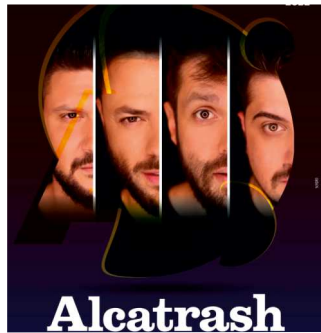
The Day: Σαβ. 05/3
The Time: 23:30
The place: LIV Music Stage
Location: Ελ. Βενιζέλου 111
@ f stagechania



STAVENTO - ΗΒΗ ΑΔΑΜΟΥ LIVE

Με τη διασκέδαση βέβαιη όταν ακούς για Stavento και Ηβη Αδάμου και τις επιτυχίες τους να παίζουν σε κάθε ραδιόφωνο, έρχεται η ευκαιρία να ανταμώσουν και να βάλουν φωτιά στη σκηνή του Liv Music Stage. "Σαν έρθει η μέρα", "Δικό μου", "Να σου τραγουδώ" και το δυναμικό ντουέτο «Για σένα» είναι μόνο μερικά από τα τραγούδια που τους συνδέουν και μας έχουν χαρίσει ατέλειωτες ώρες χορού. Με αυτά στις αποσκευές τους, αλλά και τις πολυάριθμες προσωπικές τους επιτυχίες, έρχονται στο Liv για ένα ξεσηκωτικό party! Ετοιμάσου για ένα party "Για σένα" γεμάτο ανεβασμένη διάθεση & δημιουργικότητα από το ζευγάρι των επιτυχιών Stavento & Ηβη Αδάμου

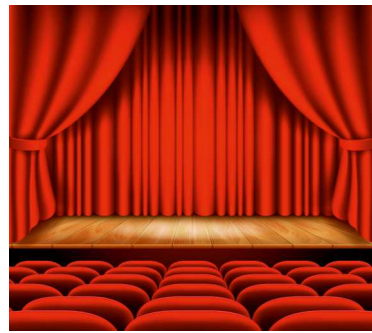
INFO
The Day: Κυρ. 06/3
The Time: 20:00
The place: LIV Music Stage
Location: Ελ. Βενιζέλου 111
@ f stagechania



ALCATRASH LIVE

Οι Alcatrash, αγαπημένη μπάντα και πολύ καλοί φίλοι μας, μετά από την εμφάνιση του Νοεμβρίου έρχονται ξανά για μία μοναδική βραδιά στα Χανιά, την Κυριακή 13 Μαρτίου 2022 στο Bras De Freres. Αφήνουν για λίγο τον Νίκο Μουτσίνα και το "Καλό μεσημεράκι" αλλά και τις live εμφανίσεις τους στο πλευρό της Καίτης Γαρμπή στην Αθήνα, κάνουν μια στάση στην πόλη μας και μας ξεσηκώνουν, όπως μόνο αυτοί ξέρουν σε μια βραδιά πραγματικής γιορτής! Σκέφτεστε κάτι καλύτερο;

INFO
The Day: Κυρ. 13/03
The Time: 22:00
The place: Bras de Freres
Location: Επιμενίδου 2
@ f Bras de Freres



#XANIA, Η ΠΟΛΗ ΤΩΝ ΤΕΝΧΩΝ: THEATER UPCOMING

3 & 4 Μαρτίου στο θέατρο Μίκης Θεοδωράκης η θεατρική παράσταση "Once upon a time"

4 & 5 Μαρτίου στο θέατρο Κυδωνία "Eigengrau"

5 Μαρτίου στο θέατρο Μίκης Θεοδωράκης "Η φάρσα της αποκριάς"

6 Μαρτίου στο θέατρο Μίκης Θεοδωράκης "Το τσίρκο του Ziv Ziv και του φυσίκι"

10 Μαρτίου στο Βενιζέλειο ωδείο η κωμωδία "Χαμένη γενιά"

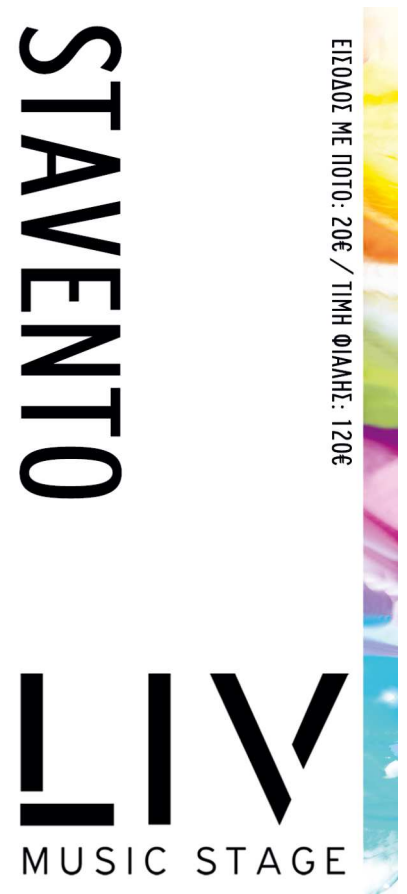
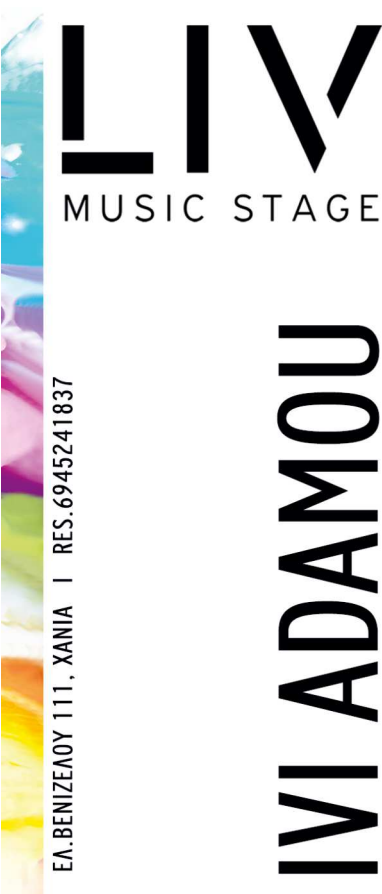
Αλέξανδρος Τσουβέλας "Παρενέργειες" στα Χανιά 27/3 στο megalplace



1550 - ΓΙΑΝΝΗΣ ΖΟΥΓΑΝΕΛΗΣ LIVE

Το αγαπημένο Ροκ συγκρότημα επιστρέφει στο Bras De Freres μαζί με τον σπουδαίο καλλιτέχνη Γιάννη Ζουγανέλη. Οι 15 50 με ανανεωμένο πρόγραμμα, με τη δυναμική τους παρουσία και το μοναδικό επικοινωνιακό τους χάρισμα έρχονται την Κυριακή 20 Μαρτίου στα Χανιά. Τι να πεις για τον Γιάννη Ζουγανέλη... Αμεσότητα, κιούμορ, μια διαρκή επιθυμία για επικοινωνία με τον κόσμο. Και μέσα στις αποσκευές του, εκτός της πρόζας και των πειραγμάτων, τα τραγούδια Ύμνοι, όπως το Φοβάμαι, η Στέλλα, Κλειδάκι για τον παράδεισο που τραγούδησε ο Βασίλης Παπακωνσταντίνου και πολλά άλλα. Το καρέ το συμπληρώνει ένα νέο φρέσκο πρόσωπο η Φανή Μελεμένη που έχει κερδίσει το κοινό των 15 50 με την υπέροχη φωνή, την ευγενική και δυναμική της παρουσία.

INFO
The Day: Κυρ. 20/03
The Time: 22:00
Location: Επιμενίδου 2
@ f Bras de Freres



ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΝΤΑΝΤΑ ΣΤΟ LIV



LIV livmusicstage

ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΣ ΣΤΟ LIV



LIV livmusicstage

ΘΑΝΟΣ ΚΑΛΛΙΡΗΣ AT BRAS



brasdefreres Bras de Freres

2022 ΔΗΛΩΣΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ



**13-14-15 MAY
CHANIA**

street_food_festival_crete



**27-28-29 MAY
RETHYMNO**

Street Food Festival Crete



**2-3-4 SEPT
HERAKLION**

streetfoodfestivalcrete@gmail.com

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ: **all in EVENTS** chillin EVENTS

Color Blocking...

Τι είναι και πως να το πετύχεις (part 2)

By Katerina Pathiakaki

Color blocking είναι η τέχνη συνδυασμού διάφορων χρωμάτων με έντονα χρωματικά. Και ότι έχει αρχή έχει και τέλος έτσι σας είχα αφήσει στην συνέχεια του πως κάνουμε σωστά colorblocking

Ο χρυσός κανόνας για το colorblocking 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 μυστικό colorblocking και ταιριάζει με τους περισσότερους συνδυασμούς. Last but not least και supersos, τα neon συνδυάζονται με neon και τα παστέλ με παστέλ.

Αρχικά δίπλα σας παρουσιάζεται ο χρωματικός κύκλος όπου όλοι γνωρίζουμε τα βασικά χρώματα είναι χρώματα τα οποία είναι γειτονικά πάνω στον χρωματικό κύκλο..σχήμα που χρησιμοποιεί τρία χρώματα τα οποία τοποθετούνται στις κορυφές ενός ισόπλευρου τριγώνουδεν δημιουργεί τόσο μεγάλη αντίθεση και φαίνεται πιο ισορροπημένο και αρμονικό.

Το συμπληρωματικό σχήμα χρησιμοποιεί δύο χρώματα τα οποία βρίσκονται σε αντίθετες θέσεις πάνω στον χρωματικό κύκλο.

Το διαιρεμένο δευτερεύον σχήμα είναι μια διαφοροποίηση του τριαδικού σχήματος. Έχει υψηλό βαθμό αντίθεσης και επιτρέπει την αρμονία.

Το colorblocking, μπορεί να σε βοηθήσει να απογειώσεις τα πιο απλά κομμάτια της γκαρνταρόμπας σου. Extratipφρόντισε τα κομμάτια που επιλέγεις να είναι ποιοτικά γιατί πολλές φορές το colorblockingμπορεί ιδιαίτερα κομμάτια να τα κάνει να μοιάζουν casual. Φυσικά σε κάθε περίπτωση μην το παρακάνεις και χρησιμοποίησε τους παραπάνω κανόνες για να είσαι safe αλλά αν αισθάνεσαι ότι το outfit που έχεις επιλέξει χρειάζεται κάποια πινελιά τόλμησε με τα αξεσουάρ. Ένα ζευγάρι παπούτσια, μία τσάντα, μία ζώνη ή ένα φουλάρι μπορούν να κάνουν τη διαφορά και να αναβαθμίσουν το σύνολό σου εύκολα.

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

#kr
Κατερίνα Παθιακάκη



Τί ξέρετε για την αγαπημένη όλων

TheMakeArtAcademy;

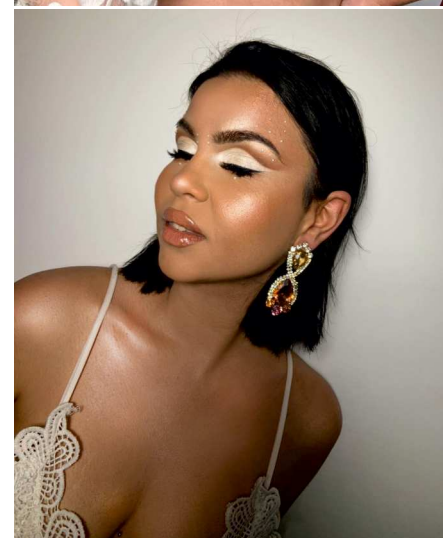
Δεν είναι απλά μια σχολή ομορφιάς! Σκοπός της TheMakeArtAcademy είναι να δώσει ποιότητα στην γνώση, με νέες τεχνικές και τρόπους διδασκαλίας.

Ακολουθεί το αμερικάνικο πρότυπο διδασκαλίας με τμήματα που περιέχουν την ιδανικότερη πρακτική εξάσκηση χρονικά αλλά και τεχνικά, έτσι ώστε ο εκπαιδευόμενος, μετά το πέρας της φοίτησής του, να αισθάνεται έτοιμος για την αγορά.

Όλες οι εκπαιδευτριες της σχολής είναι άρτια εκπαιδευμένες, με ξεκάθαρο στόχο την ανάπτυξη των μαθητευόμενων και παραμένουν πάντα στο πλευρό τους όποτε κι αν χρειαστεί! Αναλαμβάνει δια ζώσης αλλά και online τμήματα, για όσους επιθυμούν να διδαχτούν Μακιγιάζ και άλλους τομείς της ομορφιάς.

Η ιδιοκτήτρια της σχολής, Κα Μαρία Μαρκογιαννάκη, έχει δηλώσει πως σκοπός της είναι να βοηθήσει κάθε σπουδαστή να βγει από την ζώνη άνεσής του, να ξεπεράσει τα όριά του και να κατακτήσει την δική του, προσωπική κορυφή. Άλλωστε το λέει και η ίδια η σχολή με Μοτο:
WeMakeArt – WeBuildMUAS!

Την TheMakeArtAcademy θα την βρείτε στην Λεωφόρο Πιτσουλάκη 36, στην Κηπούπολη, Ηράκλειο Κρήτης.



ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ / ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Τηλέφωνο : 2810 299083 & 6982925128

www.themakeartacademy.gr

@themakeartacademy

ITALIANFACTORYOUTLET
Το πρώτο Το μόνο Το αυθεντικό

“ ΣΕ ΟΤΙ ΠΛΗΡΩΣΕΙΣ ΕΧΕΙΣ **προϊόντα**
ΔΙΚΗΣ ΣΟΥ ΕΠΙΛΟΓΗΣ **ΙΣΗΣ ΑΞΙΑΣ**
ΕΝΤΕΛΩΣ ΔΩΡΕΑΝ ”

1+1

Σε ΟΛΑ μας τα είδη!

ΤΑ ΠΑΝΤΑ ΚΑΤΩ ΤΟΥ ΚΟΣΤΟΥΣ

1-31 ΜΑΡΤΙΟΥ
ΚΛΑΔΙΣΣΟΣ - ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙΑΝΑ

Μικρός στο ματι... Μεγάλος στην πίστα

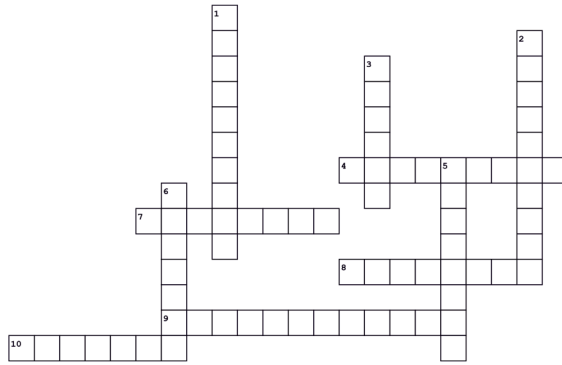


Πως θα σας φαινόταν αν κάποιος σας έλεγε οτι ενα παιδί του νηπιαγωγείου οδηγεί μοτοσυκλέτα κ μάλιστα σε πολυ καλο βαθμό σε σχέση με εναν μεγάλο άνθρωπο. Κάποιοι θα πουν οι γονείς του είναι τρελοί, αλλα αυτο το παιδάκι σήμερα είναι 5 χρονών κ είδη εκει κλείσει εναν χρόνο που κανει motocross, ναι "motocross" καλα διαβάσατε, είναι το άθλημα του, οδηγεί μικρό μηχανάκι μονο σε πιστα με πλήρη εξοπλισμό κ δεν εκει βγει ποτε στο δρόμο ουτε σαν οδηγός ουτε σαν συνοδηγός.

Το όνομα του είναι Νίκος Καράκης είναι υιός του Κώστα Καράκη γνωστός απο τους αγώνες μοτοσυκλέτας, όνειρο του είναι ο μικρός Νικόλας να συμμετάσχει κάποια στιγμή στην παγκόσμια σκηνή του αθλήματος.



CHILLIN CROSSWORD



Across

4. Επιχείρηση εστίασης που έχει πάρει το όνομα της από γνωστό τυρί
7. Κρητικός καλλιτέχνης που έκανε εμφανίσεις πρόσφατα στην Αμερική
8. Ιδιοκτήτης του flashnews.gr
9. Χανιώτισσα κολυμβήτρια με σπουδαίες διακρίσεις
10. Κέντρο εκδηλώσεων στο κέντρο της πόλης

Down

1. Γνωστή Χανιώτισσα ηθοποιός με λαμπρή καριέρα στη τηλεόραση και το θέατρο
2. Αντιδήμαρχος Αθλητισμού Χανίων
3. Παραλία που έχει το ίδιο όνομα και παραδοσιακός χορός
5. Το όνομα του «Χανιώτη» chef που είναι ο νεότερος που έχει πάρει Michelin
6. Γνωστό sports café που πήρε το όνομα του από μία εντυπωσιακή ποδοσφαιρική κίνηση

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

ART PHOTO OF THE WEEK

Photo 1 "Old palace in Sternes"



Photo 2 "Jewel of Chania"



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 εφημερίδας μας, αποτυπώνοντας στιγμές, τοπία και πρόσωπα του νησιού μας.

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

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: Yiannis Tzanakis

LIV
MUSIC STAGE

ΖΑΦΕΙΡΗΣ
ΜΕΛΑΣ

ΑΛΕΚΟΣ
ΖΑΖΟΠΟΥΛΟΣ

ΣΑΒΒΑΤΟ
5.3.22

ΕΙΣΟΔΟΣ ΜΕ ΠΟΤΟ: 20€ / ΤΙΜΗ ΦΙΑΛΗΣ: 120€

ΕΛ.ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 111, ΧΑΝΙΑ | RES.6945241837

Χοιρινό πρασάτο με μανιτάρια

Από το Chef "Βενεδικτό" του κρεπωλείου Μπούρμπος



Υλικά:

- 1κ χοιρινή σπάλα σε μικρά κομμάτια
- 4 τεμ πράσο σε ροδέλες
- 4 τεμ λευκά μανιτάρια σε φέτες
- 1 κρεμμύδι, ξερό ψιλοκομμένο
- ½ ποτήρι κρασί λευκό
- 1 πρέζα πιπέρι
- 1 πρέζα ρίγανη
- 1 κ.γ αλάτι
- ½ κ.γ μπαχάρι
- 2 δαφνόφυλλα

Εκτέλεση:

Ρίχνω σε ένα τσιγάλι το κρεμμύδι, το ελαιόλαδο και το χοιρινό. Το σωτάρω για 10 λεπτά σε δυνατή φωτιά και έπειτα χαμηλώνω, το σκεπάζω και αφήνω μέχρι να τραβήξει όλα τα υγρά, γύρω στη μισή ώρα. Επειτα ρίχνω όλα τα μπαχαρικά και το αλάτι, ανακατεύω και μετά ρίχνω το κρασί, αφήνω για 20 λεπτά με κλειστό καπάκι και έπειτα ρίχνω τα μανιτάρια και το πράσο, σκεπάζω ξανά και αφήνω μέχρι να ψηθεί, περίπου άλλα 15-20 λεπτά. Εάν θέλει υγρά για να τελειώσει το ψήσιμο προσθέτω λίγο κρασί ακόμα. Σερβίρεται ιδανικά με τυροκαυτερή και πατάτες φούρνου. Καλή σας όρεξη!

Διευθ.καταστημάτων

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

ΔΗΜΑΚΗΣ ΣΤΟ LIV



ΜΠΛΕ UNPLUGGED ΣΤΟ BRAS

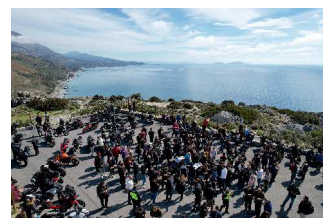


📍 Το Κατσαρολάκι
📍 tokatsarolaki

ΨΗΤΑ | ΜΑΓΕΙΡΕΥΤΑ | ΣΠΙΤΙΚΑ

ΚΙΣΣΑΜΟΥ 190, ΧΑΝΙΑ

GASPIE 2022: SUCCESS STORY!



Πόσο μεγαλειώδης μπορεί να είναι το συναίσθημα του να μοιράζεσαι μία άπιστευτη μέρα και βόλτα με άλλα 400 (ναί, τετρακόσια) άτομα; Εάν δεν ήσασταν εκεί φροντίστε πάση θυσία να τα καταφέρετε στην επόμενη, διότι η GASόπιτά μας φέτος ήταν από αυτές που θα θυμόμαστε για να λέμε στα εγγόνια μας δίπλα από το τζάκι με κάστανα και ζεστό ρακόμελο. Οι μόλις τρεις (!) αναβολές άξιζαν τον κόπο, διότι πιο τέλεια μέρα από πλευράς καιρού δεν θα μπορούσε να γίνει, ακόμα και αν είχαμε μαγικούς διακόπτες για να επιλέξουμε τις συνθήκες. Αυτό που έγινε στο ραντεβού στην εκκίνηση από το λιμάνι της Σούδας το περιμέναμε, αλλά αλλιώς να το φαντάζεσαι και αλλιώς να το βλέπεις μπροστά σου. Η παρουσία όλης αυτής της της λαοθάλασσας από φίλους, πελάτες, φίλους των πελατών, τα κορίτσια τους συνεπιβάτριες, τα κορίτσια αναβάτριες (οι οποίες παρεμπιπτόντως οδηγούσαν καταπληκτικά και κόσμια εν αντιθέσει με κάτι λιγοστούς κάκουρες που αν τους πιάσουμε στα πράσα την επόμενη φορά θα πάρουν τα κουβαδάκια τους και θα πάνε σε άλλη παραλία), ήταν συγκινητική, μας τιμάει ιδιαίτερα και είναι η καλύτερη ανταμοιβή μας στα δεκατέσσερα χρόνια που υπάρχουμε ως GAS Motorsport Culture. Όπως μαρτυράει και το όνομά μας, η μοτοσυκλετιστική κουλτούρα ήταν διάχυτη παντού – από τον πλήρη εξοπλισμό των περισσότερων συμμετεχόντων, μέχρι την ώριμη και ευγενή συμπεριφορά τους (με τις ελάχιστες εξαιρέσεις στα δάχτυλα του ενός χεριού).

Η διαδρομή ήταν, εάν όχι η απολύτως καλύτερη, σίγουρα από τις κορυφαίες μέχρι στιγμής. Μας έδωσε μεγάλη χαρά το γεγονός ότι την ευχαριστήθηκαν όλοι όσοι μας ακολούθησαν, και ακόμα μεγαλύτερη το ότι ελάχιστοι είχαν ξαναπεράσει από εκεί! Μπράβο στα παιδιά που ακολούθησαν με τα παπιά τους και απέδειξαν ότι δεν έχει σημασία το όχημα αλλά η διάθεση. Αυτή η καταπληκτική ομαδική διάθεση είναι αυτή που μας έμεινε φέτος και μας κάνει να ανυπομονούμε να σας ξαναδούμε στην επόμενη!

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



zodia

Κριός: Προετοιμάζοντας το επόμενο βήμα. Υπολογίζεις με όση περισσότερη ακρίβεια μπορείς τις επόμενες κινήσεις σου, και αναζητάς τις βαθύτερες αιτίες πίσω από τον τρόπο που λειτουργείς. Θετικές εξελίξεις στα προσωπικά καθώς μπορείς να προσεγγίσεις το πρόσωπο που σε ενδιαφέρει, ή να κάνεις φλερτ ακόμα και μέσα από... τα social!

Ταύρος: Η νέα εβδομάδα σε καλεί να θέσεις νέους στόχους και μπορείς να τους δεις να υλοποιούνται με τον καλύτερο τρόπο, ενώ σημαντικοί φίλοι σε συμβουλεύουν σωστά. Μέχρι το Σάββατο το κλίμα είναι ιδιαίτερα βοηθητικό για τα αισθηματικά. Από την Κυριακή σκέφτεσαι περισσότερο τις φιλοδοξίες σου και αφήνεις τα αισθηματικά ένα βήμα πίσω.

Δίδυμοι: Μπορείς να βελτιώσεις την εικόνα σου. Αυτή την εβδομάδα έχεις εστίασει περισσότερο σε αυτά που πρέπει να κάνεις. Στο ξεκίνημα της έχεις αρκετές κόντρες, από τα μέσα της εβδομάδας όμως και μετά μπορείς να δεις τις αντιθέσεις να αμβλύνονται και να έρχεστε πιο κοντά με το ταίρι σου. Η Αφροδίτη από την Κυριακή πάντως σε κάνει πιο ερωτικό.

Καρκίνος: Ένα εγχείρημα τώρα ευδοκίμει. Η εβδομάδα είναι θετική για σένα, καθώς έχεις ευκαιρίες και βλέπεις με πιο κατασταλαγμένη ματιά τα πιστεύω και τις θέσεις σου. Ίσως να υπάρχουν διενέξεις με το πρόσωπο που σε ενδιαφέρει, όμως ίσως πρέπει εσύ να αφήσεις στην άκρη τον εγωισμό, να κάνεις το απαραίτητο βήμα και να διορθώσεις όσα εννολούν.

Λέων: Η εβδομάδα αυτή φέρνει στην επιφάνεια κάποιες ανασφάλειές σου, καθώς επίσης και μνήμες από το παρελθόν που είχαν φωλιάσει μέσα σου αλλά για ένα πολύ μεγάλο διάστημα τις είχες απωθήσει επειδή ήταν επίπονες. Τώρα όμως έρχεται η ώρα να δεις τα πράγματα πιο σφαιρικά. Η Νέα Σελήνη την Κυριακή, δείχνει μια δεύτερη ευκαιρία στα αισθηματικά.

Παρθένος: Με το βλέμμα στις διαπροσωπικές σχέσεις σου. Η εβδομάδα αυτή ενδεχομένως να είναι αρκετά κουραστική με την έννοια ότι έρχονται στο προσκήνιο υποχρεώσεις και αυτό επηρεάζει άμεσα τις διαπροσωπικές σου σχέσεις. Γενικότερα όμως οι άλλοι περιμένουν πολλά από εσένα. Κάνεις μια θετική νέα αρχή που έχει τα φώτα να έχει διάρκεια.

Ζυγός: Μια ευχάριστη αλλαγή στην καθημερινότητά σου. Κατά τη διάρκεια της εβδομάδας μπορείς πιο εύκολα να τακτοποιήσεις όλα αυτά που βρίσκονται στη μέση. Τα αισθηματικά είναι επίσης από τους ευνοημένους τομείς χάρη στην είσοδο της Αφροδίτης στον Υδροχόο.

Σκορπιός: Περισσότερα χαμόγελα! Από τις πιο ευνοϊκές εβδομάδες αυτή για σένα, καθώς βρίσκεις διέξοδο και λύσεις σε όσα σε προβληματίζουν. Ασχολείσαι με όσα σου δίνουν χαρά και θυμάσαι να χαμογελάς! Από την Κυριακή υπάρχει θετικότερο κλίμα στα προσωπικά σου αν συγκατοικείς με το ταίρι σου (ή αν υπήρξαν εντάσεις στο σπίτι).

Τοξότης: Το βλέμμα σου αυτή την εβδομάδα είναι στραμμένο στο σπίτι και την οικογένεια, ενώ εσύ είσαι αποφασισμένος να διορθώσεις καταστάσεις που δεν λειτουργούν, είτε αυτό αφορά καταστάσεις, είτε πρόσωπα του οικείου περιβάλλοντος. Απολαμβάνεις στιγμές και μπορείς να κάνεις... ασύστολα φλερτ και γνωριμίες στο εξής!

Αιγόκερως: Οι γύρω σου σε χρειάζονται. Εν μέσω μιας περιόδου αλλαγών, η εβδομάδα αυτή φέρνει ευχάριστα θέματα για σένα και τις υποθέσεις σου, αφού βρίσκεις συμμάχους στις προσπάθειες που καταβάλλεις. Τα αισθηματικά είναι επίσης από τους ευνοημένους τομείς, καθώς επικοινωνείς πιο άνετα με το ταίρι σου, και αυτό σε καταβαίνει.

Υδροχόος: Άκου τις βαθύτερες και ουσιαστικότερες ανάγκες σου. Μετά από μια περίοδο παρασκηνίου και σασισιμότητας, αυξάνονται κατακόρυφα τα επίπεδα ενέργειας και μολονότι μπορεί να μη λείψουν οι προκλήσεις που θα κληθείς να αντιμετωπίσεις, αυτή τη φορά το παιχνίδι είναι στα χέρια σου. Το κλίμα στα προσωπικά είναι πιο θετικό.

Ιχθύς: Μια σημαντική ευκαιρία. Η εβδομάδα κινείται σε πολύ δυναμικό πλαίσιο, δίνοντάς σου μια σημαντική ευκαιρία για μια νέα αρχή, ενώ πλέον τα νέα ξεκινήματα που κάνεις έχουν και το υλικό να προχωρήσουν! Στα προσωπικά σου τα πράγματα κινούνται με βραδύτερους ρυθμούς.



Γνωρίζετε ότι
www.gerani-softdrinks.gr

Ο Τζένγκις Χαν πέθανε κατά τη διάρκεια του σεξ

Το λιοντάρι του λογότυπου της Metro-Goldwyn-Mayer (MGM), σκότωσε τον εκπαιδευτή του την επόμενη ημέρα μετά τα γυρίσματα.

Ο Άλμπερτ Αϊνστάιν δεν θυμόταν ποτέ τον αριθμό του τηλεφώνου του.

Το γραφείο έχει 400 φορές περισσότερα βακτήρια από μια τουαλέτα.

Ο Λεονάρντο ντα Βίντσι ζωγράφιζε τα χείλη της Μόνα Λίζα 12 χρόνια.

«ΟΚ» - η πιο δημοφιλής λέξη στον κόσμο.

Εάν ένας αστακός χάσει το ένα του μάτι, θα αναπτυχθεί καινούργιο!!!



#numero

Τσιμίκας: Πρώτη κούπα με τα Κόκκινα στο Νησί!

Η Λίβερπουλ ήταν η μεγάλη θριαμβεύτρια στον αδιανόητο τελικό του League Cup κόντρα στην Τσέλσι, κατακτώντας το 1ο της τρόπαιο μετά το πρωτάθλημα του 2020. Κι αυτό σήμανε και τον πρώτο τίτλο του Κώστα Τσιμίκια με την φανέλα των Reds!



Ο Έλληνας μπακ μπορεί να μην αγωνίστηκε στον συγκλονιστικό τελικό που κρίθηκε μετά από 120 λεπτά αγώνα και 22 εκτελέσεις πέναλτι, ωστόσο, ήταν ισάξιο μέλος στα... μεθεόρτια των κυπελλούχων, σπκλώνοντας έτσι την πρώτη κούπα της καριέρας του στο Νησί, παρά μάλιστα με τον κολλήτο του, Μο Σαλάχ!

Αυτή δεν είναι η πρώτη φορά, βέβαια, που ένας Έλληνας κατακτά το Λιγκ Καπ στην Αγγλία. Το είχε κάνει πρώτος ο Θεοδωρής Ζαγοράκης το 1999 με τη φανέλα της Λέστερ, ενώ σε γενικότερο επίπεδο τίτλων, ο Σωκράτης Παπασταθόπουλος συμπληρώνει την τριάδα έχοντας κατακτήσει το FA Cup του 2020.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ υγιεινής διατροφής

Πείτε ΝΑΙ στην νηστεία

Η παραδοσιακή δίαιτα της Σαρακοστής, χάρη στα άφθονα λαχανικά και φρούτα, είναι πλούσια σε βιταμίνες (Α, C, E), 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 επίδραση των βλαβερών ελεύθερων 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 (ρύζι, καλαμπόκι, ψωμί), μας δίνουν πρωτεΐνες, ισάξιες του κρέατος. Γαρίδες, καλαμάρια, σουπιές, αστακός και χταπόδι αποτελούν πλούσιες πηγές πρωτεΐνης υψηλής ποιότητας, ψευδαργύρου και ιωδίου, ενώ ταυτόχρονα είναι χαμηλά σε λιπαρά (βέβαια, αυτό δεν σημαίνει ότι δεν είναι πλούσια σε χοληστερίνη).



BRAS DE FRÈRES

"CARNIVAL EDITION"

BRAS DE FRÈRES
BARS STARS
KARAOKE
EVERY WEDNESDAY
ΕΠΙΜΕΝΙΔΟΥ 2, ΚΑΝΙΑ 7 Τ. 697 402 0550

LIVE ON STAGE
RADIO ΠΕΜΠΤΗ
Valentino
BRAS DE FRÈRES
ΚΑΡΝΑΒΑΛ 2022 ΤΕΤΑΡΤΗ 22:00

LIVE ON STAGE
RADIO ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
FREAKTONES
BRAS DE FRÈRES
ΚΑΡΝΑΒΑΛ 2022 ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 22:00

LIVE ON STAGE
RADIO ΣΑΒΒΑΤΟ
ΜΑΝΟΣ Μαφιανάκης
BRAS DE FRÈRES
ΚΑΡΝΑΒΑΛ 2022 ΣΑΒΒΑΤΟ 22:00

our Besties

LIVE ON STAGE
ΚΥΡΙΑΚΗ 06/03 2022
MASQUE LIVE PARTY
FREAKTONES
+DJ Mi Alpha on decks
BRAS DE FRÈRES
ΚΑΡΝΑΒΑΛ 2022 ΚΥΡΙΑΚΗ 21:00

LIVE ON STAGE
ΠΕΜΠΤΗ 8/3 2022
«Ημέρα της Πρωτοβόρας»
Γιάννης Χριστιανόκης
BRAS DE FRÈRES
ΚΑΡΝΑΒΑΛ 2022 ΠΕΜΠΤΗ 21:30

LIVE ON STAGE
ΚΥΡΙΑΚΗ 13/03 2022
Alcatrash
BRAS DE FRÈRES
ΚΑΡΝΑΒΑΛ 2022 ΚΥΡΙΑΚΗ 21:00

BRAS DE FRÈRES
ΚΥΡΙΑΚΗ 20 ΜΑΡΤΙΟΥ 2022
1550
ΚΙΟΥ
ΓΙΑΝΝΗΣ ΖΟΥΓΙΑΝΕΛΗΣ
BRAS DE FRÈRES
ΚΑΡΝΑΒΑΛ 2022 ΚΥΡΙΑΚΗ 21:00

our Specials

Epimenidou 2, Kania | TSV. 697 402 0550 | fb. Bros de Frères | insta. Bros de Frères