

CHILLIN

FREE PRESS LIFESTYLE ISSUE FOR CITIES CHANIA & RETHYMNO

ISSUE: #743

WEEK: 30/03-14/04

🌐 chilloutnews.gr

📌 Chillin Free Press

📷 chillinpress

✉ chilloutnews@hotmail.com



arena 
SPORTS CAFE & MORE

ΕΓΚΑΙΝΙΑ

3 Απριλίου

ώρα: 17.00

ΚΑΤΩ ΔΑΡΑΤΣΟ, ΧΑΝΙΑ

MUSIC BY
DJ ANTOINE_Z

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ



fb.ΟΠΑΠ arena7 sports cafe-daratso

tel.2821 032010

INVITATION

30/03/2022

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: #743
 WEEK: 30/03-14/04

chilloutnews.gr
 Chillin Free Press
 chillinpress
 chilloutnews@hotmail.com

#EDITO**REAL** #Μη φοβού τους Έλληνες

Το είχαμε γράψει πριν από αρκετούς μήνες ότι ο covid παύει να είναι πρόβλημα και ότι ένα νέο, μεγαλύτερο πρόβλημα θα κληθεί να αντιμετωπίσει η ανθρωπότητα και κατ'επέκταση και η χώρα μας. Η πρωτοφανής ακρίβεια πλέον βρίσκεται στα νοικοκυριά και τις επιχειρήσεις μας και για ακόμα μία φορά οφείλουμε να βρούμε τρόπους να το αντιμετωπίσουμε και αυτό.

Προφανώς και δεν εξαρτάται απόλυτα από μας. Συνηθίζω να λέω ότι η αγορά έχει τη τάση να αυτορυθμίζεται. Δηλαδή αν δεν υπάρξει επάρκεια ενός αγαθού θα βρεθεί κάποιο άλλο αγαθό να το αντικαταστήσει μερικώς. Αν π.χ δεν έχει πλιέλαιο για τηγανιτές πατάτες θα καταφύγουμε σε βραστές ή ψητές με την αιτιολογία ότι είναι και πιο υγιεινές.

Θα μου πεις δεν είναι το ίδιο...τίποτα όμως δεν είναι πια το ίδιο. Επιβιώνει αυτός που ξέρει να ελίσσεται και μιας και όλα αυτά τα χρόνια το μόνο που κάνουμε για να επιβιώσουμε είναι να ελίσσόμαστε, οφείλουμε να το κάνουμε και τώρα.

Ευχή όλων μας είναι να μην πληγεί η τουριστική σεζόν σε μεγάλο βαθμό και να επιβεβαιωθούν οι αισιόδοξες προβλέψεις, να λήξει ο πόλεμος στην Ουκρανία το συντομότερο δυνατό και εμείς τον τρόπο θα το βρούμε να ανταπεξέλθουμε και σε αυτή τη νέα κατάσταση...μη φοβού τους Έλληνες!



DON'T WATCH



Panama



Αναρωτιόμαστε όσοι συμμετείχαν τι ήθελαν να κάνουν στο Panama αλλά αυτό που βγαίνει είναι μια ταινία που αποδεικνύεται ένας διασκεδαστικά ανεκδιήγητος αχταρμάς και όσο περνάει η ώρα κάνει τον θεατή να ξεκαρδιστεί άθελα (:). Όλα πάνε λάθος. Κακές ερμηνείες, ενώ κάθε σκηνή είναι πραγματικά πιο τραγελαφική από την άλλη, κάτι που σε κάνει να θες να δεις την επόμενη. Αποκορύφωμα το αποκαρδιωτικό σενάριο, το οποίο πραγματικά είναι από τα αδιάφορα, προχειρογραμμένα και βιαστικά που έχουμε δει τελευταία, με αμέτρητα κενά, τραγικά άστοχη σκηνοθεσία, αλλά και ανύπαρκτη εξέλιξη για μεγάλο

διάστημα των 94 λεπτών. Αυτό γιατί είναι τόσο κακή που πραγματικά διασκεδάξεις και νομίζεις ότι βλέπεις παρωδία από ταινία των 80s. Το δε μοντάζ από τις πρώτες σκηνές νομίζω ότι είναι για ταινία in production και έχουν ξεκάσει να την φτιάξουν. Ειλικρινά μετά το τέλος της προσπάθειας, τα λόγια είχαν στερέψει, σε μια "τι ακριβώς είδα τώρα" προσπάθεια και το μόνο που κρατήσαμε από ένα συνονθύλευμα είναι πως πρόκειται για μια ταινία τόσο κακή που πραγματικά γίνεται ανυπόφορη από το δεκάλεπτο.

ANIMALS PROFILE

Στείρωση Σκύλου: Η διαδικασία και τα οφέλη! #5



ΠΕΙΔΙΚΟΤΕΡΑ: Η στείρωση ενός σκύλου μειώνει τον μεταβολισμό του και μπορεί να παχύνει. Μην ξεχνάτε όμως πως η παχυσαρκία είναι κυρίως αποτέλεσμα υπερβολικής κατανάλωσης φαγητού και ελλιπούς σωματικής άσκησης! Για αυτό, δε χρειάζεται να ανησυχείτε μήπως ο σκυλάκος σας πάρει κιλάκια, αν ρυθμίσετε κατάλληλα τη διατροφή και την άσκηση του.

Η στείρωση σκύλων πριν την ολοκλήρωση της ανάπτυξης τους προκαλεί προβλήματα.

Ο συγκεκριμένο επεξεργασμένο αφορά κυρίως μεγαλόσωμες φυλές σκύλων. Πράγματι, σε περίπτωση που στερώνονται πριν την ώρα τους, μπορεί να είναι πιο επιρρεπή σε τραυματισμούς στα γόνατα. Για αυτό, είναι σημαντικό να συμβουλευτείτε πάντοτε τον κτηνίατρο σας για να μην αγχώνεστε και αναρωτιέστε "πότε πρέπει να κάνω στείρωση του σκύλου μου". Εκείνος θα λάβει υπόψη του τυχόν παράγοντες υγείας, συμπεριφοράς και διαβίωσης του κατοικίδιου σας πριν αποφασίσει την κατάλληλη στιγμή.

Γιάννης Βενετιάκης (Ζωοτεχνολόγος)
 ΚΥΔΩΝΙΑΣ 85 / ΤΗΛ.2821091862

PETWORLD
 CHANIA

#BESTOFFB



#Bledi Sadrija

Οι γυναίκες δε θέλουν πολλά.. Μόνο την προσοχή σας, λίγη αφοσίωση, λίγη αγάπη, τρυφερότητα, χώρο, τις μπλουζες σας, όλη την κουβέρτα, τους κωδικούς σας και την ψυχή σας..



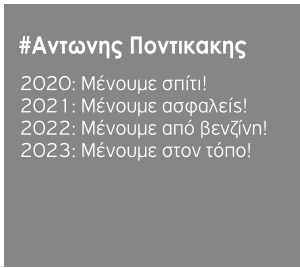
#Manolis Grigorakis

Παιδιά μην ενθουσιάζεστε, ώρα αλλάξαμε, όχι χώρα.



#Antonis Paterakis

Παιδιά μην αγχώνεστε με το ρεύμα και την τιμή της βραζίνης, είναι προσωρινά. Του χρόνου δε θα έχουμε ούτε ρεύμα, ούτε αυτοκίνητα. Ζήστε το σήμερα!



#Αντώνης Ποντικάκης

2020: Μένουμε σπίτι!
 2021: Μένουμε ασφαλείς!
 2022: Μένουμε από βενζίνη!
 2023: Μένουμε στον τόπο!



#Dimitris Garofalis

Σκέφτονται να καταργήσουν τις τηγανιτές πατάτες από το σουβλάκι... Πολλά χρόνια μπροστά ήταν η Οάσις τελικά



#Thanos Di-Vita

Και να σκεφτείτε πως πριν από 10 χρόνια το χειρότερο σενάριο που μπορούσαμε να σκεφτούμε ως έθνος ήταν να μείνουμε εκτός δεκάδας στη γιουροβίζον



ITALIAN FACTORY OUTLET

Το πρώτο Το μόνο Το αυθεντικό

1+1

Σε ΟΛΑ μας τα είδη!

ΣΕ ΟΤΙ ΠΛΗΡΟΣΕΙΣ ΕΧΕΙΣ **προϊόντα ΔΙΚΗΣ ΣΟΥ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΙΣΗΣ ΑΞΙΑΣ** ΕΝΤΕΛΩΣ ΔΩΡΕΑΝ

ΤΑ ΠΑΝΤΑ ΚΑΤΩ ΤΟΥ ΚΟΣΤΟΥΣ

1-31 ΜΑΡΤΙΟΥ
 ΚΛΑΔΙΣΣΟΣ - ΚΟΥΝΟΥΠΙΔΙΑΝΑ

SPECIALTY COFFEE

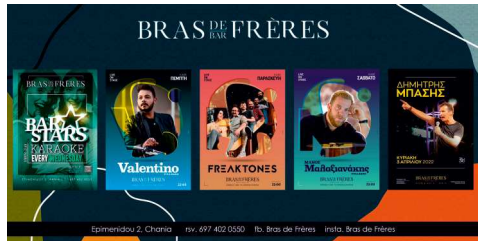
The JAR

BRUNCH & COCKTAILS

LIVE ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ ΣΗΜΑΙΝΕΙ BRAS!

Κάθε εβδομάδα η διασκέδαση στο γνωστό σημείο διασκέδασης στην Επιμενίδου 2 κτυπάει 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 Μαλαξιάνακης με νέο πρόγραμμα και τρελά κέφια σας υποδέχεται, ενώ την Κυριακή το Bras υποδέχεται τρία από τις μεγαλύτερες φωνές του ελληνικού τραγουδιού, τον μοναδικό Δημήτρη Μπάση!

INFO
The Day: Τετ.30/3 -Κυρ.03/4
The Time: 22:00
Location: Επιμενίδου 2
@ Bras de Freres



ΕΓΚΑΙΝΙΑ ΟΠΑΠ ARENA 7 - SPORTS CAFE & MORE

Το ξέρετε, το έχετε αγαπήσει ήδη και τώρα έφτασε η στιγμή να το υποδεχτείτε και επίσημα! Το ΟΠΑΠ Arena 7 – Sports Cafe & More δεν είναι ακόμα ένα sports cafe, είναι αυτό ακριβώς και πολλά περισσότερα, γι αυτό και έχει κερδίσει ήδη φανατικούς φίλους. Την Κυριακή 03/4 στις 17:00 θα πραγματοποιηθούν τα εγκαίνια του αθλητικού hot spot στο κάτω Δαράτσο και θα ήταν ιδιαίτερη τιμή για τους ιδιοκτήτες να τους στηρίξετε με την παρουσία σας! Μουσικές επιλογές από τον DJ Antoine_Z που θα σας κρατήσει συντροφιά έως αργά το βράδυ και αρκετές ακόμα εκπλήξεις σας περιμένουν!

Διοργάνωση: All in Chania Events

The Day: Κυρ.03/4
The Time: 17:00
The Place: Arena 7 – Sports Cafe & More
Location: Κάτω Δαράτσο

@ ΟΠΑΠ arena7 sports



ΒΑΣΙΛΗΣ ΚΑΡΡΑΣ LIVE

Το LIV music stage υποδέχεται τον Απρίλιο και το κάνει κάνοντας κυριολεκτικά πάταγο! Σάββατο 02/4 το εντυπωσιακό live music stage της Ελευθερίου Βενιζέλου 111 βάζει στην κυριολεξία «φωτιά» στην πίστα υποδεχόμενο τον άρχοντα του λαϊκού πενταγράμμου, με την ορχήστρα του! Σάββατο βράδυ ο αξεπέραστος Βασίλης Καρράς ανεβαίνει στην πίστα του LIV και αυτή είναι η απόλυτη λαϊκή βραδιά που δε πρέπει να χάσεις!!! «LIV» this night!

INFO
The Day: Σαβ. 02/4
The Time: 23:30
The Place: LIV Music Stage
Location: Ελ. Βενιζέλου 111
@ stagechania



3 ΧΡΟΝΙΑ RABONA: SPECIAL GUEST ANDREASONDECKS

Το αγαπημένο αθλητικό στέκι της πόλης κλείνει 3 χρόνια λειτουργίας! Κι' όμως δεν είναι Πρωταπριλιάτικο αστείο! Επιτέλους αυτά τα γενέθλια θα τα γιορτάσουμε παρέα! Το Opap Rabona Sports Cafe γίνεται 3 χρονών και τη Παρασκευή 1 Απριλίου στις 20.00 μας περιμένει με φαγητό, ποτό και γιορτινή διάθεση για να το διασκεδάσουμε. Ο Andreasondecks μαζί με τον Dj Lex θα παίξουν "μπάλα" από την κονσόλα ενώ φαγητό, ποτά και άλλες εκπλήξεις για τους παρευρισκόμενους είναι μερικές μόνο από τις "φάσεις" που δεν πρέπει να χάσετε!

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



#XANIA, Η ΠΟΛΗ ΤΩΝ ΤΕΝΧΩΝ: THEATER UPCOMING

Coming soon...

30/3 - 15/4 "Το όνειρο ενός γελοίου" του Φιοντόρ Μ.Ντοστογιέφσκι στο Βενιζέλειο ωδείο Χανίων

3/4 "Δύο γυμνά άσπρα χερί" Μελίνα Μποτέλλν στο θέατρο Μίκης Θεοδωράκης



ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΠΑΣΗΣ LIVE

Ο Δημήτρης Μπάσης, ένας από τους σημαντικότερους λαϊκούς τραγουδιστές της γενιάς του, έρχεται στην σκηνή του Bras de Freres, με αγαπημένα τραγούδια από την προσωπική του δισκογραφία, τραγούδια μεγάλων δημιουργών καθώς και το νέο κομμάτι από τον "Σασμό", ερμηνευμένα πάντα με τον δικό του ξεχωριστό τρόπο. Μια ξεχωριστή αναδρομή από το χτες στο σήμερα, από τα «Χαμπούλια» μέχρι το «Ένα Λεπτό», μια ανατρεπτική συνεργασία με τον Χρήστο Μάστορα που γνώρισε τεράστια επιτυχία. Πιο ανανεωμένος από ποτέ αλλά πάντα με το ήθος και την αυθεντικότητα που τον διακρίνουν σε όλη την μουσική του πορεία, έρχεται για να σας διασκεδάσει και για να σας χαρίσει ανεπανάληπτες μουσικές στιγμές!

INFO
The Day: Κυρ.03/4
The Time: 21:30
The Place: Bras de Freres
@ Bras de Freres

Κτιστάκη 9 Χανιά
facebook Instagram

ΩΠΑ: 20.00
DJ LEX
Λεωφ.Καζαντζάκη 6, Χανιά

ΓΙΑΝΝΙΑΣ & ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΟ LIV



LIV

livmusicstage

ALCATRASH ΣΤΟ BRAS



brasdefreres

Bras de Freres

1550 & ΖΟΥΓΑΝΕΛΗΣ 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: **allin EVENTS** **chillin EVENTS**

Low Rise

εμφανίσεις που θα μας κάνουν να αναθεωρήσουμε

By Katerina Pathiakaki

Πάντα η μόδα κάνει την επανάσταση της από καταστάσεις που συμβαίνουν και επηρεάζουν την ανθρωπότητα, αυτό το είδαμε και στο προηγούμενο τεύχος με την αναφορά στο πράσινο χρώμα.

Ιδιαίτερη εντύπωση μου προκάλεσε το κίνημα από τον οίκο miu miu με τις υπερβολικά κοντές φούστες και crop tops που θυμίζουν 00s και κορίτσια της pop μουσικής όπως η Britney Spears και Christina Aguilera, οι οποίες είχαν αποθεώσει τα tiny pieces που άφηναν ακάλυπτα τα περισσότερα μέρη του σώματος. Άραγε αυτή η όχι και τόσο κολακευτική τάση ήρθε για να μείνει ή είναι μια σύνδεση με τους πολέμους που συμβαίνουν;

Κάνοντας μία αναδρομή στα 40s, συνδεμένα με τον Β΄ Παγκόσμιο και τη μόδα να ακολουθεί το γκριζό κλίμα των ημερών, τους λαιμούς που ανασπώνονται και το μειωμένο μήκος στα ρούχα και όλα αυτά για την εξοικονόμηση υφάσματος. Κατά τη διάρκεια του, οι γυναίκες ενσωματώνονται στο εργατικό δυναμικό και βλέπουμε από την άλλη ότι ο οίκος MiuMiu με ένα show του μας υπενθύμισε ότι είναι ώρα να γυρίσουμε στη δουλειά. Επαναπροσδιόρισε στην Εβδομάδα Μόδας στο Παρίσι το officelook με καλοσιδερωμένα πουκάμισα, πλεκτά πουλόβερ, αυστηρές πιέτες που θυμίζουν στολή ιδιωτικού σχολείου και... χαμηλή μέση!

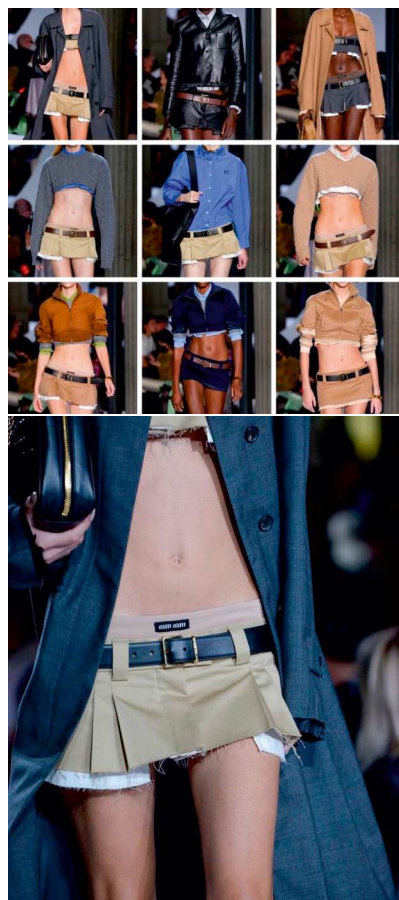
Λέτε λοιπόν η ανερχόμενη μόδα μετά τις αλλαγές του πολέμου να φέρει πάνω της φεμινιστικά κινήματα των 40s που αναφέραμε παραπάνω, των 60s με την νεολαία να επαναστατεί στο κατεστημένο, δείχνοντας περισσότερο δέρμα; Τέλος το τρίτο κύμα φεμινισμού της δεκαετίας των 90s που εκφράστηκε ενδυματολογικά με την κυριαρχία των unisex ρούχων;

Ίσως είναι μία σειρά των απόψεων της Miuccia Prada επικεφαλής σχεδιάστρια της Prada και ιδρύτρια της θυγατρικής της MiuMiu. Όπως της σημασίας του sustainability και του inclusivity, που θα πρέπει να μας απασχολήσει όλους... "που έχει υπογραμμίσει και σε παλιότερη δήλωσή της, καθώς στο τώρα αναφέρει ότι

"Τα ρούχα είναι μέρος της ζωής, όχι το νόημα της ζωής".

Ή ίσως στο μέλλον δούμε low-rise εμφανίσεις που θα μας κάνουν να αναθεωρήσουμε. Όπως και να έχει μέσα στις καταστάσεις που ζούμε να μην ξεχνάτε να χρωματίζεται τις μέρες σας με στυλ.

Παθιακάκη Κατερίνα



MIKRO / SKOPIO

By Stelios Spiridakis

Δεν είναι πικρό αυτό το αντίο!

Μπορεί ο Άρης Σούδας να "αποχαιρέτησε" την Γ' Εθνική, όμως το κέρδος που αποκόμισε η χανιώτικη ομάδα σε αυτή τη μετ' εμποδίων διετή παρουσία της στην κατηγορία είναι αρκετά μεγαλύτερο από την τελική τροπή που πήραν τα πράγματα. Σίγουρα, δεν είναι απλό πράγμα να αγωνίζεσαι σε μια "Εθνική" κατηγορία, με ό,τι η λέξη αυτή συνεπάγεται. Καθώς φεύγεις από τα γνωστά λημέρια των τοπικών πρωταθλημάτων, οι απαιτήσεις γιγαντώνονται, οικονομικές και μη, τα ταξίδια μπαίνουν στο παιχνίδι και γενικότερα το status της μέχρι πρότινος ερασιτεχνικής ομάδας αρχίζει σιγά σιγά να αποτελεί μια ανάμνηση και ένα κίνητρο να πας παρακάτω.

Καλείσαι πλέον να αντιμετωπίσεις πολλές φορές μεγαθήρια του ελληνικού ποδοσφαίρου τα οποία μπορεί να βρέθηκαν στην συγκεκριμένη κατηγορία για τους οποιουσδήποτε λόγους (πχ Πανιώνιος) ή ακόμη και ομάδες που μπορεί να μην φέρουν την ιδιαίτερα "βαριά" φανέλα αλλά οι άνθρωποι που την διοικούν είναι αποφασισμένοι να την φέρουν στα μεγάλα σαλόνια (πχ ΑΟΑΝ). Στο σημείο αυτό έρχεται η ώρα των αποφάσεων. Τι κάνουμε από εδώ και στο εξής; Ανοιγόμαστε στην ευρύτερη αγορά ποδοσφαιριστών-προπονητών-γυμναστών κτλ. με όσους πόρους έχουμε ή εμπιστευόμαστε τα δικά μας παιδιά που μας έφεραν και τους δίνουμε την ευκαιρία να αγωνιστούν σε μεγαλύτερες από τις κατηγορίες που αγωνίζονταν μέχρι πρόσφατα; Και ίσως στο σημείο αυτό, ο Άρης να έκανε τη καλύτερη δυνατή επιλογή. Δεν "ταξίδεψε" σε πελάγη άγνωστα, κράτησε τα δικά του παιδιά, ό,τι έφερε ήταν από τα Χανιά εκπορευόμενο. Έδειξε εμπιστοσύνη στους ντόπιους την ώρα που σχεδόν όλοι οι υπόλοιποι ψάχνονταν ακόμη και εκτός ελλαδικών συνόρων προσθήκες για τα ρόστερ τους. Η προσέγγιση αυτή όχι μόνο έφερε σε πρώτη φάση τον κόσμο στο γήπεδο της Σούδας αλλά τον κράτησε εκεί στη διάρκεια όλου αυτού του ταξιδιού στη Γ' Εθνική. Και όλα αυτά που λέμε και γράφουμε συνέβησαν σε περίοδο πανδημίας, το μέγεθος της επιρροής της οποίας δεν χρειάζεται να αναλυθεί περαιτέρω! Στο τέλος, αυτό που μπορεί κανείς να πει είναι ότι ο Άρης δεν ήταν αρκετά καλός αγωνιστικά ώστε να παραμείνει στην κατηγορία. Και πράγματι μπορεί όντως έτσι να είναι! Πράγματι μπορεί οι ομάδες τις οποίες αντιμετώπισε να ήταν κλάσεις ανώτερες από τον ίδιο. Στο τέλος όμως τι θα ζήταγαν όλοι; Μια παντελώς απρόσωπη και χωρίς χαρακτήρα ομάδα, που θα απαρτιζόταν από ανθρώπους άγνωστους στο χανιώτικο κοινό, που "μισθοφορικά" θα φόραγαν τη φανέλα του συλλόγου και θα εκπροσωπούσαν ένα ολόκληρο νομό στη Γ' Εθνική ή αυτό που τελικά ήταν η ομάδα αυτή; Μια ομάδα που στηρίχτηκε από τη πρώτη κιόλας στιγμή στα δικά της παιδιά, στους δικούς της ανθρώπους που πόνεσαν, "μάτωσαν" τον καιρό αυτό, αλλά που θα εξακολουθήσουν να πονούν και να "ματώνουν" και την επόμενη και την μεθεπόμενη μέρα. Και αυτό είναι το μεγαλύτερο κέρδος που μπορεί να επιτευχθεί για έναν σύλλογο!

ΥΓ. Προσωπικά, μιας και παρακολούθησα από κοντά όλα τα εντός έδρας παιχνίδια του Άρη πέρσι και φέτος θέλω να πω ένα μεγάλο μπράβο για όλη την προσπάθεια, εντός και εκτός γηπέδων, την σχεδόν διετία αυτή και ταυτόχρονα ένα τεράστιο ευχαριστώ για την αποδοχή και αναγνώριση που έλαβα την περίοδο αυτή, που αποτέλεσε τα πρώτα μου δημοσιογραφικά βήματα.

@s_spiridakis

Ραδιοφωνικός παραγωγός Q-Radio 102.7

Κώστας Κανδής... Η επιστροφή!

Μια συνέντευξη στον Ανδρέα Γαρυφαλή

Με αφορμή μια πρόσφατη ανάρτηση όπου και ανακοίνωσε την επιστροφή σου στα καλλιτεχνικά δρώμενα, αδράξαμε την ευκαιρία να μοιραστούμε τα νέα σου, με τους αναγνώστες μας.

Πριν μιλήσουμε για την επιστροφή σου να πούμε ότι όλοι όσοι σε ακολουθούν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης γνωρίζουν ότι είχες ένα πολύ σοβαρό περιστατικό με την υγεία σου. Θα ήθελες να μοιραστείς την εμπειρία που έζησες;

Τον Νοέμβριο που μας πέρασε, έπαθα Διαχωρισμό Κεντρικής Αορτής κοινώς είχα ανεύρυσμα στην καρδιά, δεν το πρόλαβα και έσκασε. Κυριολεκτικά σώθηκα τελευταία στιγμή από θαύμα. Έπαιξε σημαντικό ρόλο η γρήγορη ανταπόκριση του Ιατρικού προσωπικού του ΓΝ Χανίων και στην συνέχεια του Ιατρικού προσωπικού του Νοσοκομείου Ευαγγελισμού στην Αθήνα. Μου έγινε αεροδιακομιδή με ελικόπτερο του ΕΚΑΒ. Στην Αθήνα με παρέλαβε ένας από τους καλύτερους γιατρούς για την περίπτωση μου, ο κύριος Κοκοτσάκης, ο οποίος τυγχάνει να είναι και Χανιώτης. Ήμουν τυχερός που με χειρούργησε αυτός και θα του είμαι μία ζωή ευγνώμων. Μου έγινε εγχείρηση ανοιχτής καρδιάς διάρκειας 7 ωρών. Δόξα τον Θεό, όλα πήγαν κατ' ευχήν παρ' όλες τις δυσσιώπες αρχικές προβλέψεις όλων.

Τι σκεφτόσουν όταν συνέβαινε όλο αυτό;

Όταν το έπαθα, παρόλο τον έντονο πόνο, κατάλαβα ακριβώς τι είχε συμβεί. Επειδή είχα παρακολουθήσει κάποια σχετικά σεμινάρια, προσπαθούσα να μου δώσω τις πρώτες βοήθειες και ξεκίνησα για το νοσοκομείο με τον αδερφό μου. Το μόνο που σκεφτόμουν σε όλη την διαδρομή ήταν η κόρη μου. Ήμουν σχεδόν σίγουρος ότι δεν θα την ξαναδώ γι' αυτό και ζήτησα από τον αδερφό μου να της μεταφέρει κάποιες σκέψεις μου. Του ζήτησα επίσης να μεταφέρει μία «Συγγνώμη» στην μάνα μας η οποία έχει χάσει και τον πατέρα μας από καρδιά όταν ήμουν 13 ετών. Πραγματικά δεν θα ήθελα κανείς να το περάσει και να



νιώσει όλα αυτά τα συναισθήματα που με κατέκλυσαν εκείνες τις δύσκολες στιγμές.

Τι άλλαξε στη ζωή σου μετά απ' αυτό που πέρασες;

Είναι φυσικό στη ζωή μου να έχουν αλλάξει οι προτεραιότητες. Προσπαθώ να μην αγχώνομαι όσο παλιά και βάζω τον Κωνσταντίνο και το παιδί μου πάνω απ' όλα. Το "Την υγεία μας να χούμε και όλα θα γίνουν" τώρα πια έχει αποκτήσει αληθινό νόημα για μένα.

Ο καλλιτέχνης Κωνσταντίνος Κανδής "την είδε αλλιώς" μετά από αυτή τη δοκιμασία;

Όλες οι «Πλευρές» του Κωνσταντίνου την... είδαν αλλιώς. Και ο καλλιτέχνης και ο άνθρωπος. Κωνσταντίνος προσπαθεί να γίνει καλύτερος και να εκμεταλλευτεί με τον καλύτερο και σωστότερο τρόπο την δεύτερη ευκαιρία που του έδωσε η ζωή.

Για πες μας τώρα για την επικείμενη επιστροφή σου. Υπάρχει κάτι ανακοινώσιμο;

Ναι είναι πλέον ανακοινώσιμο και είμαι πολύ χαρούμενος για τα νέα. Από τις 8 Απριλίου θα εμφανίζομαι στο ανανεωμένο LIV με τα φιλαράκια μου και εξαιρετικούς καλλιτέχνες Κώστα Φιωτάκη και Σταύρο Λαμπρόπουλο.

Δισκογραφικά ετοιμάζεις κάτι καινούριο;

Ναι! Είμαι ήδη στο στούντιο και δουλεύουμε ένα πολύ όμορφο κομμάτι όπου θα γίνει και ένα videoclip έκπληξη! Μόνο αυτό μπορώ να πω για την ώρα.

Θα ήθελες να στείλεις ένα μήνυμα στους φίλους σου και τους αναγνώστες μας;

Θα ήθελα να πω κάτι που πρώτη φορά πραγματικά το εννοώ. Ένα μεγάλο «ΣΥΓΓΩΜΗ» σε όσους έχουν περάσει από την ζωή μου και τους έχω πικράνει με οποιοδήποτε τρόπο.

Μόνοι μας ερχόμαστε και μόνοι μας φεύγουμε, δεν παίρνουμε κανέναν και τίποτα μαζί μας. Μόνο την ψυχή μας. Δεν αξίζει να την αναλώνουμε σε κακίες και εγωισμούς. Σημασία έχει να αφήσουμε μια καλή ανάμνηση πίσω μας.

BAOTAO AT STREET FOOD!



Οι αφίξεις στο φετινό Street Food Festival συνεχίζονται με πυρετώδεις ρυθμούς με μία ακόμα παλιά γνώριμη επιχείρηση να καταφθάνει για τρίτη συνεχή χρονιά στο φεστιβάλ των Χανίων. Ο πιο αξιόλογος εκπρόσωπος της Μοντέρνας Ασιατικής κουζίνας καταφθάνει με το πιο ποιοτικό sushi, ενώ όπως όλα δείχνουν φέτος μας ετοιμάζει μερικές ακόμα γευστικές εκπλήξεις...στάση BaoTao λοιπόν...και το ασιατικό street food δε θα λείπει από τις επιλογές σας!

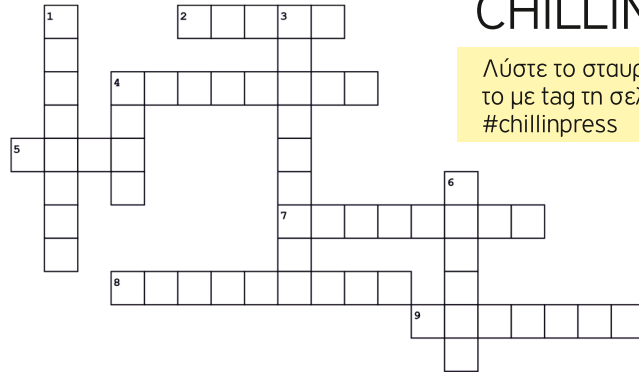
CARTEL WILL BE THERE!



Είναι ένα γνήσιος εκπρόσωπος της street food λογικής και δε θα μπορούσε να λείπει από ένα τέτοιο φεστιβάλ. Το Cartel Street Food μας συστήνει τις δικές του επιλογές street food και μας προσκαλεί σε μία ξεχωριστή γαστρονομική πανδαισία. Μπορεί να μην έχει ανακοινώσει ακόμα τις γεύσεις που πρόκειται να παρουσιάσει στο φεστιβάλ, όμως είμαστε σίγουροι ότι θα μας εκπλήξει πολύ ευχάριστα!!! 13-14-15/5...δε το χάνεις!

CHILLIN CROSSWORD

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



Across

2. Ηχος που κανεις όταν θελεις να κραξεις κάποιον
4. Χανιώτης λαϊκός ερμηνευτής
5. Μέλος σώματος που αποτελεί και μνημείο της πόλης
7. Γνωστό μεζεδοπωλείο στη Σπλάτζια Χανίων
8. κινηματογράφος της πόλης
9. Γνωστο club στη Κίσσαμο

Down

1. Παιζει μουσικές στην Οδύσσεια της Κυριακές
3. Ιστορικο club του Πλατανιά
4. Αγαπημενο στέκι των Αμερικάνων που επισκέπτονται τα Χανιά
6. Εκανε sold out σε λιγότερες από 24 ωρες

ART PHOTO OF THE WEEK



Μια μοναδική απεικόνιση του φάρου του ενετικού λιμανιού των Χανίων, όπως την απθανάτισε σε μία χειμερινή μορφή του ο μοναδικός φωτογράφος Vangelis Varvatsoulakis.

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

Photo by: varvag2

LIV

MUSIC STAGE

ΣΑΒΒΑΤΟ 2 ΑΠΡΙΛΙΟΥ

Βασίλης
KAPPAΣ

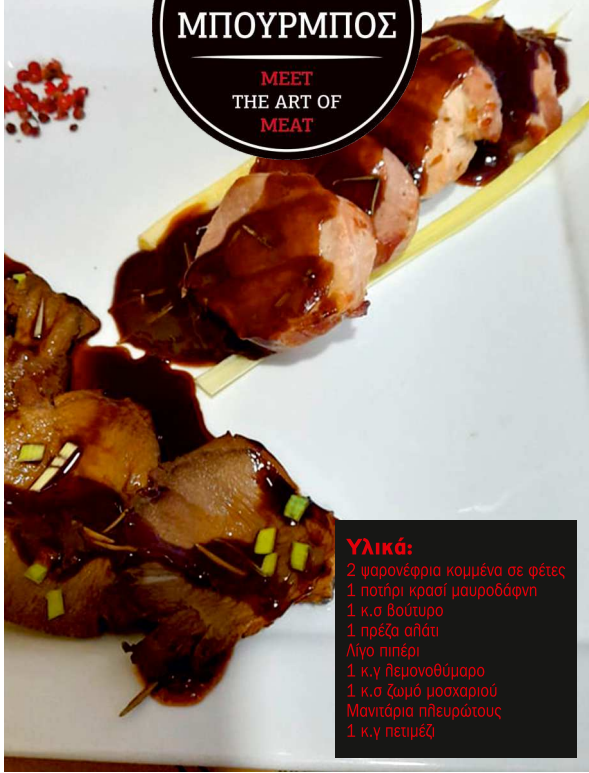
ΕΛ.ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 111, ΧΑΝΙΑ
RES.6945241837



Χοιρινά εσκαλόπ

με σάλτσα μαυροδάφνης και λεμονούμαρο

Από το Chef "Βενεδικό" του κρεπωλείου Μπούρμπος



- Υλικά:**
- 2 ψαρονέφρια κομμένα σε φέτες
 - 1 ποτήρι κρασί μαυροδάφνη
 - 1 κ.σ βούτυρο
 - 1 πρέζα αλάτι
 - Λίγο πιπέρι
 - 1 κ.γ λεμονούμαρο
 - 1 κ.σ ζωμό μοσχαριού
 - Μανιτάρια πηλურώτους
 - 1 κ.γ πετιμέζι

Εκτέλεση:

Βάζω στο τηγάνι το βούτυρο να κάψει και ρίχνω το χοιρινό να σωταριστεί το πολύ 2 λεπτά από κάθε μεριά. Μετά το τοποθετώ σε ένα χαρτί και σουρώνω το βούτυρο σε ένα καθαρό τηγάνι και αλατοπιπερώνω το χοιρινό μου. Επειτα ρίχνω το κρασί, το ζωμό, το θυμάρι και το πετιμέζι, αφήνω για 5 λεπτά να δέσει και ρίχνω μέσα τα χοιρινά κομμάτια. Τα αφήνω για 2 λεπτά να τραβήξουν λίγο. Τα μανιτάρια μας τα ψήνουμε για συνοδευτικό στο φούρνο 2 λεπτά και τα εμπλουτίζουμε με τη σάλτσα μας ή με λίγο ζεστό πετιμέζι. Τοποθετώ και τα εσκαλόπ στο πιάτο και...Καλή σας όρεξη! Το φαγητό συνοδεύεται με ένα γλυκό κρασί μεγάλης οξύτητας.

Διευθ.καταστημάτων

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

ΒΟΥΛΟΥΜΠΑΣΑΚΗΣ: ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΟ ΕΠΟΣ ΤΟΥ 1821

Σφακίων & Βολουδάκηδων, Χανιά

Ένα ξεχωριστό αφιέρωμα στο έπος του 1821 και την εθνική επέτειο κοσμεί μέρος της βιτρίνας του καταστήματος ανδρικών ενδυμάτων Βουλουμπασάκης. Με σεβασμό στην ιστορία μας παρουσιάζονται πίνακες ζωγραφικής, αντίγραφα του Βαβαρού ζωγράφου Καρλ Κρατζαίζεν που χάρις σε αυτόν έχουμε τα πρόσωπα των μεγάλων αγωνιστών. Σε αυτούς τους 2 πίνακες απεικονίζονται η Μαντώ Μαυρογένους και ο οπλαρχηγός Μακρής. Σπαθιά, κομπούρια, κιάλια, φορεσιές και η επέτειος της αρχής της φιλικής εταιρίας από το 1752 έως και το 1810 που αντάλλαξαν οι αργότερα μνημένοι, καθώς και χρώματα της Ελληνικής σημαίας και άλλα πολλά. Γιατί οι άνθρωποι πρώτα απ'όλα είναι η ιστορία τους.



ΤΟ ΑΝΑΝΕΩΜΕΝΟ JAR

Σε δημιουργική φάση βρίσκεται ακόμα μία φορά το The Jar, με τις αλλαγές να περιλαμβάνονται στο μενού που πρόκειται να παρουσιαστεί τις προσεχείς ημέρες. Όπως ενημερωθήκαμε πρόσφατα οι ιθύνοντες του Jar ενισχύουν το μενού με street food γεύσεις που άλλωστε ταιριάζουν τόσο με το χώρο όσο και με τη φιλοσοφία του.

Ετσι οι δοκιμές στη κουζίνα δεν σταματούν και οι ευφάνταστοι συνδυασμοί που θα προκαλέσουν για ακόμα μία φορά το ενδιαφέρον του κοινού αναμένονται με αγωνία τις προσεχείς μέρες! Αντίστοιχα προετοιμάζεται και το cocktail list που θα παρουσιαστεί και αυτό με τη σειρά του από μέρα σε μέρα.

Πάρκο Ειρήνης & Φιλίας, Χανιά

f The Jar_cafe

@ thejar_cafe



BLACK DOG



Δεν υπάρχει περίπτωση να μην έχει χαζέψει κάποιος το μοναδικό Chris Pfeiffer να κάνει τα ασύλληπτα ακροβατικά με τη μοτοσυκλέτα του. Εντυπωσιακά κόλπα που παίζουν με τα όρια της φυσικής, από ένα αμίμητο ταλέντο που πήρε τον πρώτο του τίτλο trial στα 15 του, ενώ εν συνεχεία αφιερώθηκε στο Hard Enduro κερδίζοντας 4 Erzberg Rodeo – έναν από τους σκληρότερους αγώνες του κόσμου. Μετά, για να μη βαριέται, έγινε επαγγελματίας stunt rider, πραγματοποιώντας εμφανίσεις σε τουλάχιστον 94 χώρες, τα τελευταία δέκα χρόνια με μοτοσυκλέτες της BMW. Παντού και με όλους φιλικός και αγαπητός, λάτρευε αυτό που έκανε και το κοινό του.

Ο αγαπητός μας Chris απεβίωσε πριν λίγες μέρες, στα πενήντα ένα του. Όταν πρωτοδιάβασα το νέο πήγε το μυαλό μου σε ατύχημα, αλλά όχι: αυτοκτόνησε μετά από πολύχρονη μάχη με την κατάθλιψη. Όσοι έχετε περάσει ή περνάτε το «μαύρο σκύλο» (μεταφορά της διαταραχής που χρησιμοποιείται από την μυθολογία έως τον Τσόρτσιλ), μπορείτε να κατανοήσετε τα πώς και τα γιατί. Οι υπόλοιποι δεν μπορείτε να το αντιληφθείτε και θα συνεχίσετε να αντιδράτε στους οικείους σας που υποφέρουν με άθλια σχόλια τύπου «έλα μωρέ δεν είναι τίποτα, τα παιδιά στην Αφρική πεινάνε κι εσύ είσαι ακάριτος», «σκέψου θετικά και όλα θα περάσουν», και άλλες τέτοιες πλιθιότητες. Ούτε οι μοτοσυκλέτες, ούτε οι ουσίες, ούτε το σεξ, ούτε οι φίλοι μπορούν να βοηθήσουν. Η κατάθλιψη είναι ένα σημαντικό πρόβλημα που βασανίζει καθημερινά πολύ κόσμο και απαιτεί ιδιαίτερη προσοχή. Υπάρχουν λύσεις και ελπίδα – και αυτές δεν είναι απλώς κούφιας λέξης που διαβάσατε κάπου τυχαία στο ίντερνετ. Η ψυχοθεραπεία βοηθάει κατά κύριο λόγο, με ή χωρίς την αρωγή αντικαταθλιπτικής συνταγογράφησης. Φαχτείτε με δημόσιες και ιδιωτικές δομές ψυχικής βοήθειας και μην το αφήσετε «να περάσει μόνο του». Ρωτήστε σήμερα κιόλας!

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



Γνωρίζατε ότι
www.gerani-softdrinks.gr
Στη Σκωτία, ένα νέο παιχνίδι επινοήθηκε. Ο τίτλος του ήταν «Gentlemen Only, Ladies Forbidden», έτσι η λέξη GOLF εισήχθη στην αγγλική γλώσσα.

Στην αρχαία Αγγλία κανείς δεν μπορούσε να αποκτήσει παιδί, εκτός κι αν είχε τη συγκατάθεση του Βασιλιά. Όποιοι ήθελαν να αποκτήσουν παιδί, έπαιρναν τη συγκατάθεση του Βασιλιά κι έτσι τους δινόταν μια μεταλλική πλάκα που κρεμούσαν στην πόρτα τους όταν έκαναν σεξ. Η πλάκα έγραφε ότι διέπρattαν F.U.C.K., δηλαδή «Fornication Under Consent of the King» (συνουσία υπό την συγκατάθεση του Βασιλιά).

Στη Βαβυλώνα, πριν από 4.000 χρόνια, συνηθιζόταν για τον μήνα μετά τον γάμο ο πατέρας της νέφης να προσφέρει στον γαμπρό ένα υδρόμελι για να πίνει. Το υδρόμελι ήταν μύρα με μέλι κι επειδή το ημερολόγιο τότε βασιζόταν στη σελήνη (moon), ο μήνας αυτός ονομάστηκε honeymoon.



#numero

Ειδική έρευνα της ΕΠΟ για το ερασιτεχνικό ποδόσφαιρο
Η καρδιά του ελληνικού ποδοσφαίρου χτυπάει στις 1.178 ακαδημίες οι οποίες υπάρχουν στον ελλαδικό χώρο όπως παρουσιάζεται από την καταγραφή που έκανε το Ι.Ε.Π – Ε.Π.Ο.

Η ίδια έρευνα επικεντρώνεται και στον κόσμο που παρακολουθεί αγώνες ερασιτεχνικού ποδοσφαίρου αλλά και ματς Ακαδημιών. Στους αγώνες των Ακαδημιών Ποδοσφαίρου ο αριθμός των φιλάθλων ανέρχεται στους 25.813 (δεν έχουν ληφθεί στοιχεία από πέντε (5) Ε.Π.Σ.) την αγωνιστική περίοδο 2018-2019.

Λαμβάνοντας στα υπόψη και τις 2 κατηγορίες παιχνιδιών τόσο των Ερασιτεχνικών Πρωταθλημάτων όσο και των Ακαδημιών Ποδοσφαίρου στα γήπεδα της Ελλάδας διεξάγονται κάθε χρόνο πάνω από 65.032 ποδοσφαιρικές συναντήσεις (χωρίς στοιχεία από πέντε (5) Ε.Π.Σ.).

Με βάση την 1η εικασία η οποία προσδιορίζει ένα πιθανό Μ.Ο. ανά αγώνα είκοσι (20) άτομα ο πιθανό συνολικός αριθμός του θα μπορούσε να ανέρχεται στον αριθμό του 1.300.640 από πλευράς φιλάθλων ενώ με τη 2η εικασία με Μ.Ο. πενήντα (50) άτομα θα μπορούσε να ανέρχεται στον αριθμό των 3.251.600 ατόμων.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ υγιεινής διατροφής

Πείτε ΝΑΙ στην νσιτέια

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 ελευθέρων 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).



ZODIA

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

BRAS DE FRÈRES

