



Ο κόσμος γίνεται
πιο καθαρός,
γίνεται... blue.

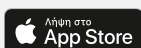


Εδώ και ενάμιση χρόνο, με την ηλεκτροκίνηση,
η ΔΕΗ έχει αλλάξει τον τρόπο που μετακινούμαστε.

Η ΔΕΗ blue αποτελεί το μεγαλύτερο δίκτυο δημόσια
προσβάσιμων φορτιστών πανελλαδικά, **ξεπερνώντας
τα 1.000 σημεία φόρτισης**, με παρουσία σε 45 νομούς.

Οι φορτιστές ΔΕΗ blue χρησιμοποιούν ενέργεια που
προέρχεται αποκλειστικά από ΑΠΕ, συμβάλλοντας
σε έναν κόσμο με ακόμα περισσότερη καθαρή ενέργεια
και σεβασμό στον πλανήτη και στον άνθρωπο.

Κατεβάστε την εφαρμογή ΔΕΗ blue



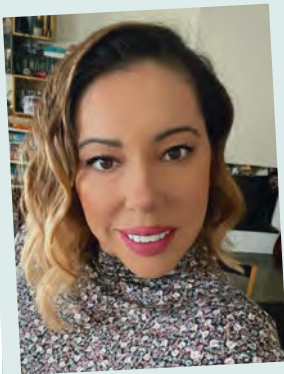
blue

Το μέλλον
φορτίζει
deiblu.com



Η ΕΛΛΑΔΑ ΠΗΡΕ ΤΟ "ΑΣΗΜΕΝΙΟ" ΣΤΑ ΦΩΤΟΒΟΛΤΑΪΚΑ ΠΑΓΚΟΣΜΙΩΣ ΚΑΙ ΣΥΝΕΧΙΖΕΙ...





Φτιάξε καφέ να στα πω...

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Περίοδος εξετάσεων, περίοδος βαθμών και λοιπών αξιολογήσεων για μικρά και μεγάλα παιδιά!

Διάβασα ένα κείμενο στο διαδίκτυο, που έγραψε ο Διευθυντής κάποιου σχολείου, και θα ήθελα να το μοιραστώ μαζί σου:

"Αγαπητοί γονείς,

οι εξετάσεις των παιδιών σας θα ξεκινήσουν σύντομα. Ξέρω ότι είστε όλοι τρομερά αγχωμένοι, προκειμένου το παιδί σας να τα πάει καλά σε αυτές. Σας παρακαλώ όμως θυμηθείτε, ότι ανάμεσα στους μαθητές που θα κάθονται ο ένας δίπλα στον άλλον την ημέρα των εξετάσεων, υπάρχει ένας καλλιτέχνης, ο οποίος δε χρειάζεται να ξέρει άριστα μαθηματικά... Υπάρχει ένας επιχειρηματίας, ο οποίος δε νοιάζεται ιδιαίτερα για τη λογοτεχνία... Υπάρχει ένας μουσικός, του οποίου οι βαθμοί στη χημεία δεν θα έχουν ποτέ καμία σημασία... Υπάρχει ένας αθλητής, του οποίου η σωματική κατάσταση είναι πιο σημαντική από τις γνώσεις του στα Αρχαία...

Αν το παιδί σας φέρει υψηλούς βαθμούς στις εξετάσεις αυτό είναι σπουδαίο! Αν δεν τα καταφέρει, όμως... σας παρακαλώ, μην του στερήσετε την αυτοπεποίθηση και την αξιοπρέπεια του. Πείτε του ότι δεν πειράζει, είναι απλά ένα διαγώνισμα.

Τα παιδιά σας είναι φτιαγμένα για πολύ σπουδαιότερα πράγματα στη ζωή τους από ένα διαγώνισμα!

Πείτε του πως ότι βαθμό και αν φέρει εσείς θα το αγαπάτε και δεν θα το κρίνετε.

Σας παρακαλώ, κάντε το αυτό και αφού το κάνετε, παρακολουθήστε πως το παιδί σας θα κατακτήσει τον κόσμο. Ένα διαγώνισμα ή ένας χαμηλός βαθμός δεν μπορούν να στερήσουν από το παιδί σας τα όνειρα και τα ταλέντα του.

Και σας παρακαλώ μην πιστέψετε ποτέ ότι οι γιατροί και οι μηχανικοί είναι οι μόνοι ευτυχημένοι άνθρωποι στον πλανήτη."

Tip of the Day: Τα παιδιά μαθαίνουν αυτό που θα ζήσουν! Αν ζήσουν με:

κριτική, μαθαίνουν να καταδικάζουν
επιθετικότητα, μαθαίνουν να πολεμούν
σαρκασμό, μαθαίνουν στην ντροπή
ντροπή, μαθαίνουν την ενοχή
ανοχή, μαθαίνουν την υπομονή
ενθάρρυνση, μαθαίνουν την αυτοπεποίθηση
επιδοκιμασία, μαθαίνουν την εκτίμηση
ασφάλεια, μαθαίνουν να έχουν πίστη
αποδοχή, μαθαίνουν να αγαπούν τον εαυτό τους.

Κλαίρη Στυλιάρη
Chief of SayYessers
claire@sayes.gr

Η Ελλάδα πήρε το "ασημένιο" στα φωτοβολταϊκά παγκοσμίως και συνεχίζει...

Φωτοβολταϊκά: Σε αυτόν τον τομέα ως χώρα τα πάμε πάρα πολύ καλά! Τόσο που είμαστε δεύτεροι στον κόσμο - μετά την Ισπανία - στο δυναμικό παραγωγής ρεύματος από φωτοβολταϊκά, σύμφωνα με έκθεση του Διεθνούς Οργανισμού Ενέργειας.

Η πράσινη ενέργεια στο προσκήνιο

Οι επενδύσεις - τόσο σε μονάδες παραγωγής όσο και στα δίκτυα μεταφοράς και διανομής - οδηγούν σε ολοένα και αυξανόμενη διείσδυση της πράσινης ενέργειας στο ενεργειακό μίγμα της χώρας.

Σύμφωνα με την έκθεση του Διεθνούς Οργανισμού, που εξετάζει το δυναμικό παραγωγής των υφιστάμενων φωτοβολταϊκών μονάδων ως προς τη συνολική ζήτηση, η διείσδυση των φωτοβολταϊκών στο τέλος του 2022 ήταν 17,5 % στη χώρα μας και 19,1 % στην Ισπανία. Ο μέσος όρος της ΕΕ ήταν 8,7 % και ο διεθνής μέσος όρος 6,2 %.

Οι "πρωταθλήτριες"

Στην έκθεση αναφέρεται ότι 9 χώρες έχουν σήμερα ποσοστά διείσδυσης πάνω από 10%. Η Ισπανία, η Ελλάδα και η Χιλή ξεπερνούν το 17%! Όπως αναφέρεται χαρακτηριστικά "ενώ η συμφόρηση του δικτύου έχει καταστεί ζήτημα, τα μέτρα πολιτικής, οι τεχνικές λύσεις και η αποθήκευση παρέχουν ήδη εφαρμόσιμες λύσεις για την ενίσχυση της διείσδυσης των φωτοβολταϊκών".





Το φωτοβολταϊκό δέντρο της Θεσσαλονίκης!

Το φωτοβολταϊκό δέντρο που έχει ύψος 2,70μ και βρίσκεται στη Νέα Παραλία της Θεσσαλονίκης, είναι ένα γλυπτό δέντρο, για την κατασκευή του οποίου χρησιμοποιήθηκαν μεταξύ άλλων ανακυκλωμένες συσκευές θέρμανσης καπνού IQOS, δωρεά εταιρίας παραγωγής προϊόντων καπνού στον δήμο Θεσσαλονίκης.

Το αποτέλεσμα το βράδυ είναι εντυπωσιακό καθώς 500 led χαμηλής κατανάλωσης βγάζουν λευκό ψυχρό φως. Ακόμη, μπλε ραβδώσεις απλώνονται στον κορμό και τα κλαδιά του δέντρου μέσα από τις οποίες κυκλοφορεί η ενέργεια από και προς τα φωτιστικά.





Νέο φωτοβολταϊκό στα Τρίκαλα

Ακόμα ένα έργο ΑΠΕ στην Ελλάδα πρόκειται να ολοκληρωθεί, στα Τρίκαλα.

Πρόκειται για φωτοβολταϊκό σταθμό παραγωγής ηλεκτρικής ενέργειας, ισχύος 19,98 MW και βοηθητικών υποστηρικτικών έργων στη θέση "Καλάμι" της Τ.Κ. Μεγάρχης, του Δήμου Τρικκαίων, στην Π.Ε. Τρικάλων της Περιφέρειας Θεσσαλίας.

Ήξερες ότι...

Το 1839 ο Γάλλος φυσικός Edmond Becquerel ανακάλυψε το φωτοβολταϊκό φαινόμενο κατά τη διάρκεια πειραμάτων του με μια ηλεκτρολυτική επαφή κατασκευασμένη από δύο μεταλλικά ηλεκτρόδια. Το πρώτο ηλιακό κελί δημιουργήθηκε στα εργαστήρια της Bell το 1954 από τους Chapin, Fuller και Pearson. Τέσσερα χρόνια αργότερα, το 1958 η τεχνολογία των φωτοβολταϊκών συστημάτων προσαρτάται στον χώρο των διαστημικών εφαρμογών, όταν τοποθετήθηκε ένα αυτόνομο φωτοβολταϊκό σύστημα στον δορυφόρο Vanguard I. Το σύστημα αυτό λειτούργησε με επιτυχία για 8 ολόκληρα χρόνια και ήταν ένα από τα πρώτα φωτοβολταϊκά συστήματα.

 myEnergySolarNet



info

Γίνετε παραγωγός της ενέργειας που καταναλώνετε στο σπίτι σας!

Με τις ολοκληρωμένες λύσεις Φωτοβολταϊκών Συστημάτων ΔΕΗ, μπορείτε να γίνετε παραγωγός της ενέργειας που καταναλώνετε στο σπίτι σας. Με την εγκατάσταση του Φωτοβολταϊκού Συστήματος η ενέργεια που παράγεται συμπληφίζεται με την κατανάλωση του σπιτιού σας, μειώνοντας σημαντικά το κόστος της ηλεκτρικής ενέργειας και τις εκπομπές διοξειδίου του άνθρακα.

Η εξειδικευμένη ομάδα συμβουλευτικής και υποστήριξης θα αναλάβει τη διαχείριση όλης της διαδικασίας από την αρχή μέχρι το τέλος. Δείτε περισσότερα [εδώ](#).

Η TÜV AUSTRIA Hellas απένειμε τα πιστοποιητικά «Pet Stay» στα ξενοδοχεία Stratos Vassilikos, Alexandros & Parthenon του Ομίλου Airotel



Η TÜV AUSTRIA Hellas, ο κορυφαίος Οργανισμός Πιστοποίησης και Επιθεωρήσεων στην Ελλάδα, πιστοποίησε τα ξενοδοχεία Stratos Vassilikos, Alexandros & Parthenon σύμφωνα με τις απαιτήσεις του νέου Σχήματος «Pet Stay». Η απονομή των πιστοποιητικών πραγματοποιήθηκε σε εκδήλωση, στο ξενοδοχείο Stratos Vassilikos, τον Μάιο.

Τα ξενοδοχεία Stratos Vassilikos, Alexandros & Parthenon είναι από τα πρώτα ξενοδοχεία στην Ελλάδα που έλαβαν την πρωτοποριακή πιστοποίηση με την υπογραφή κύρους της TÜV AUSTRIA Hellas και καταδεικνύουν με τον τρόπο αυτό το σεβασμό τους προς τα ζώα αλλά και τη δέσμευσή τους να παρέχουν μια κατάλληλη, ασφαλή, ευχάριστη και άνετη εμπειρία των κατοικίδιων και των «γονέων» τους κατά τη διάρκεια διαμονής τους.

Η βραβευμένη πιστοποίηση «Pet Stay» αποτελεί ένα ολοκληρωμένο Ιδιωτικό Σχήμα Πιστοποίησης και απευθύνεται σε επιχειρήσεις φιλοξενίας, σε κύρια και μη καταλύματα, ανεξάρτητα από το μέγεθος, την πολυπλοκότητα της δομής τους ή την κατηγορία τους. Το καινοτόμο Σχήμα από την TÜV AUSTRIA Hellas, που δημιουργεί με απτό τρόπο προστιθέμενη αξία για τις επιχειρήσεις, ικανοποιεί τις ισχύουσες απαιτήσεις τόσο για την ικανοποίηση των ανθρώπων και των κατοικίδιων τους, όσο και των υπόλοιπων επισκεπτών που δεν θα επηρεάζονται από την παρουσία των ζώων συντροφιάς.

Την απονομή τίμησαν με την παρουσία τους, ο Αλέξανδρος Βασιλικός, CEO Airotel Hotels Group, Πρόεδρος τους Ξενοδοχειακού Επιμελητηρίου Ελλάδας

και Πρόεδρος του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Ξενοδοχίας, Εστίασης και Αναψυχής (HOTREC), ο Ιωάννης Καλλιός, Διευθύνων Σύμβουλος της TÜV AUSTRIA Hellas & Επικεφαλής Service Lines του TÜV AUSTRIA Group, η Μένια Βοεβόδα, Operations Director Airotel Hotels Group, η Κάτια Σέμπογλου, Sales & Marketing Director Airotel Hotels Group, η Βάνα Μάργαρη, HR Director Airotel Hotels Group, ο Στάθης Τσαμπάζης, Purchasing Director Airotel Hotels Group, ο Άρης Σολωμός, Duty Manager Stratos Vassilikos Hotel, ο Θεόδωρος Ευαγγελόπουλος, Duty Manager Alexandros Hotel, ο Γιάννης Χατζηκωνσταντής, Duty Manager Parthenon Hotel, η Άννα Μαγκούτα, Guest Relations Manager Airotel Athens Hotels, η Νόνικα Μπάκα, Διευθύντρια Νομοκανονιστικής Συμμόρφωσης & Επικεφαλής Τμήματος Πιστοποίησης Υπηρεσιών Τουρισμού της TÜV AUSTRIA Hellas, η Βασιλική Κωτσάκη Διευθύντρια Εταιρικής Υπευθυνότητας & Επικοινωνίας της TÜV AUSTRIA Hellas και η Ε. Δέδε Co-Founder της Woof Together.





Ελίνα Δημητριάδου,
Διατροφολόγος

Μπάρες δημητριακών! Ποιες να επιλέγω;

Τα δημητριακά ολικής αλέσεως βρίσκονται στη βάση της Μεσογειακής Πυραμίδας και αποτελούν μια πολύ σημαντική ομάδα τροφίμων.

Τα δημητριακά ολικής άλεσης περιέχουν μία μεγάλη ποικιλία θρεπτικών συστατικών όπως φυτικές ίνες, πρωτεΐνες, βιταμίνες, αντιοξειδωτικά και μέταλλα (σίδηρο, ψευδάργυρο, μαγνήσιο) τα οποία συμβάλλουν στην εύρυθμη λειτουργία του οργανισμού.

Η επαρκή κατανάλωσή τους έχει συσχετιστεί με καλύτερη ρύθμιση του σωματικού βάρους, καθώς η παρουσία των φυτικών ινών συμβάλλει στη μείωση της όρεξης, με αποτέλεσμα τη μειωμένη κατανάλωση φαγητού.

Αξίζει να σημειωθεί ότι η συστηματική κατανάλωση προϊόντων ολικής αλέσεως αποδίδει πολλαπλά οφέλη στην υγεία.

Επιστημονικές μελέτες έχουν αποδείξει ότι μια διατροφή πλούσια σε ολικής άλεσης προϊόντα ενισχύει την άμυνα του οργανισμού ενάντια στην εμφάνιση διαφόρων παθήσεων.





**Πιο συγκεκριμένα
τα δημητριακά
ολικής άλεσης
φαίνεται να έχουν
τα εξής οφέλη:**

- Ρύθμιση των επιπέδων σακχάρου στο αίμα
- Μείωση της «κακής» χοληστερόλης (LDL)
- Καλύτερη λειτουργία του πεπτικού συστήματος
- Καλύτερη λειτουργία του εντέρου
- Μείωση του κινδύνου εμφάνισης καρκίνου του παχέος εντέρου
- Καλύτερο έλεγχο του σωματικού βάρους

Στην κατηγορία των δημητριακών ανήκουν και οι μπάρες, οι οποίες χρησιμοποιούνται από πλήθος ατόμων, είτε ως πρωινό γεύμα, είτε ως ενδιάμεσο μικρόγευμα.





Επίλεξε εκείνες που θα αποτελούνται από σιτάρι και βρώμη ολικής άλεσης, καθώς οι φυτικές τους ίνες σε συνδυασμό με τις βιταμίνες Β που περιέχουν, συμμετέχουν στην απελευθέρωση ενέργειας μέσω της τροφής.

Δώσε ένα “boost” στον οργανισμό σου, αποφεύγοντας σνακ που είναι πλούσια σε κορεσμένο λίπος, ζάχαρη και αλάτι! Οι μπάρες δημητριακών ολικής άλεσης είναι χορταστικές, χωρίς να υστερούν σε γεύση.

Μπορούν να αποτελέσουν την κύρια πηγή ενέργειας στη διατροφή σου. Συγκεκριμένα, καταναλώνοντας μια μπάρα δημητριακών ως ενδιάμεσο γεύμα θα έχεις ενέργεια για τουλάχιστον 2-3 ώρες.

Οι Μπάρες στο μικροσκόπιο!

Στο εμπόριο υπάρχει μια τεράστια γκάμα από μπάρες δημητριακών διαφόρων γεύσεων αλλά και διαφορετικής διατροφικής σύστασης. Αν ανήκεις σε εκείνους που η ποικιλία τους μπερδεύει και διχάζεσαι ανάμεσα στο ποια μπάρα να επιλέξεις, η λύση βρίσκεται στη διατροφική ετικέτα!

Προτίμησε μπάρες δημητριακών με χαμηλή περιεκτικότητα σε σάκχαρα, κορεσμένα λιπαρά αλλά και με χαμηλό θερμιδικό περιεχόμενο (ανά τεμάχιο ~24γρ τα σάκχαρα να κυμαίνονται από 5-20γρ και οι θερμίδες να μην ξεπερνούν τις 100).

Η περιεκτικότητα τους σε βιταμίνες, μέταλλα, ιχνοστοιχεία και σε φαινολικές ενώσεις όπως σίδηρο, ασβέστιο, φώσφορο, καθώς και σε βιταμίνες του συμπλέγματος Β, θα ενισχύσουν το νευρικό σου σύστημα, με αποτέλεσμα καλύτερη συγκέντρωση, μνήμη και πνευματική διαύγεια.

Για εσένα που αγαπάς τη γλυκιά γεύση αλλά δε θες να επιβαρυνθείς με πολλές θερμίδες, μπορείς να επιλέξεις ανάμεσα σε εκείνες με γεύση σοκολάτα και μπανάνα ή φράουλα και Cranberries ή βερίκοκο και ροδάκινο.

Διάβασε λοιπόν προσεκτικά τη διατροφική τους ετικέτα και δώσε στον οργανισμό σου τον ιδανικό συνδυασμό θρεπτικών συστατικών με τη χαμηλότερη θερμιδική πρόσληψη, απολαμβάνοντας τη γεύση που σου ταιριάζει.





Οι ασίγαστες φωνές των Τζένη Καρέζη, Θόδωρου Αγγελόπουλου και Ευτυχίας Παπαγιαννοπούλου στη νέα ταινία της μπύρας ΜΑΜΟΣ

Μέσα από τη νέα καμπάνια που κυκλοφορεί στον αέρα, η μπύρα ΜΑΜΟΣ, είναι η πρώτη μπύρα που μιλά για όλες τις «ασίγαστες φωνές» που έχουμε μέσα μας, πριν κάνουμε το πρώτο βήμα. Αντλώντας έμπνευση από την πραγματική ιστορία του Πέτρου Μάμου, μας προτρέπει όταν μία σκέψη γεννηθεί στον νου και «ζυμώνεται» μέσα μας, να το τολμήσουμε με πάθος.

Στο νέο τηλεοπτικό σποτ ακούγονται οι φωνές της Τζένης Καρέζη, του Θόδωρου Αγγελόπουλου και της Ευτυχίας Παπαγιαννοπούλου, που έρχονται να επιβεβαιώσουν πως όταν τολμάς, ο δρόμος μπροστά σου είναι ανοιχτός και όλα είναι πιθανά. Η μπύρα ΜΑΜΟΣ αποτρέπει φόρο τιμής σ' αυτούς τους σπουδαίους Έλληνες καλλιτέχνες που άφησαν το στίγμα τους, μ' ένα έργο που σήμερα δεν θα είχαμε αν δεν είχαν κάνει και εκείνοι το πρώτο βήμα. Όπως άλλωστε και ο Πέτρος Μάμος.

Η ιστορία της μπύρας ΜΑΜΟΣ ξεκίνησε όταν ο ιδρυτής της, Πέτρος Μάμος, αψήφησε όλες εκείνες τις φωνές που έλεγαν «όχι». Εμπιστεύτηκε μόνο αυτές που έλεγαν «προχώρα» και ακολούθησε το πάθος του σ' ένα ταξίδι μακρινό, δύσκολο αλλά και γενναϊόδωρο, για να γίνει ο πρώτος Έλληνας διπλωματούχος Ζυθοποιός. Ένα ταξίδι που σήμερα απολαμβάνουμε παγωμένο στο ποτήρι μας.

Για όλους τους ανθρώπους του χθες, του σήμερα αλλά και του αύριο, η μπύρα ΜΑΜΟΣ έρχεται να μας ενώσει και μας προσκαλεί να πιούμε εις υγείαν των φωνών που σε κάθε αρχή μας λένε να τολμήσουμε και να ακολουθήσουμε τα όνειρά μας. Δείτε τη νέα ταινία [εδώ](#).

Έρθε η νέα συλλογή ΤΣΑΚΙΡΙΣ ΜΑΛΛΑΣ ΜΕΝ!



Η νέα συλλογή υποδημάτων ΤΣΑΚΙΡΙΣ ΜΑΛΛΑΣ ΜΕΝ άνοιξη/καλοκαίρι 2023 έρχεται να ανανεώσει τις αντρικές γκαρνταρόμπες και να δώσει έναν αέρα στιλ στις καλοκαιρινές εμφανίσεις των ανδρών που αγαπούν τη μόδα. Η συλλογή χαρακτηρίζεται από κομψά σχέδια σε γήινους τόνους όπως το καφέ και το χακί αλλά και χρώματα που φωνάζουν καλοκαίρι όπως το λευκό και το navy blue.

Το απόλυτο must της σεζόν, τα sneakers προσφέρουν άνεση χωρίς να στερήσουν τη μοντέρνα πινελιά. Για όσους θέλουν ένα μοντέρνο twist στις formal εμφανίσεις τους, η νέα συλλογή ΤΣΑΚΙΡΙΣ ΜΑΛΛΑΣ ΜΕΝ δίνει όλες εκείνες τις εναλλακτικές που θα τους λύσουν τα χέρια. Από effortless chic loafers σε ταμπά, navy blue και emerald green μέχρι τα all time classic dressy shoes σε γήινες αποχρώσεις και minimal αισθητική.



Φτιάχνουμε Cheese Balls!

Cheese Day την Κυριακή και θα φτιάξουμε το απόλυτο ορεκτικό: τυροπαλάκια! Δεν χρειάζονται προετοιμασία και γίνονται σε 5 μόλις λεπτά!

Θα χρειαστούμε:

- 2 κούπες γιαούρτι
- 2 αβγά
- 1 1/2 κούπα αλεύρι που φουσκώνει μόνο του
- 1 κούπα τυρί φέτα και
- ελαιόλαδο για το τηγάνισμα

Πώς γίνεται:

- Ανακατεύουμε όλα τα υλικά σε ένα μπολ.
- Σε ένα βαθύ τηγάνι ζεσταίνουμε αρκετό ελαιόλαδο.
- Με ένα λαδωμένο κουτάλι παίρνουμε κουταλιές από το μείγμα και τις ρίχνουμε στο καντό λάδι.
- Τηγανίζουμε μέχρι να πάρουν χρυσαφί χρώμα και τα βγάζουμε τοποθετώντας τα σε χαρτί κουζίνας (για να απορροφήσει το πολύ λάδι).
- Σερβίρουμε τα τυροπαλάκια ζεστά και συνοδεύουμε με σος γιαουρτιού, μαρμελάδα ντομάτας, κέτσαπ ή όποιο άλλο ντιπ μας αρέσει.

TIPS

- Απογειώνουμε τη γεύση προσθέτοντας στο μίγμα φρέσκο, ψιλοκομμένο μαϊντανό.
- Ταιριάζουν τέλεια και με φρεσκοστυμμένο χυμό λεμονιού.





Η Trikalinos προχώρησε σε δωρεά τεχνολογικού εξοπλισμού στο Μειονοτικό Δημοτικό Σχολείο Αγριάνης

Η εταιρία Trikalinos συμμετέχει στην Πανελλαδική Δράση Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης της πρωτοβουλίας ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ, με τελικούς αποδέκτες μαθητές σε σχολεία όλης της χώρας.

Ειδικότερα, η Trikalinos προσέφερε τεχνολογικό εξοπλισμό στο Μειονοτικό Δημοτικό Σχολείο Αγριάνης-Σουφλίου, με στόχο τη συνεισφορά στην καθημερινή εκπαιδευτική διαδικασία. Η επιλογή του Σχολείου έγινε στρατηγικά, καθώς δόθηκε προτεραιότητα σε απομακρυσμένα σχολεία της χώρας για την προσφορά εξοπλισμού.

Στην ευχαριστήρια επιστολή του Σχολείου προς της εταιρία αναφέρεται: «Ο Σύλλογος Διδασκόντων και οι μαθητές του Μειονοτικού Δημοτικού Σχολείου Αγριάνης, ευχαριστούμε θερμά την εταιρία Trikalinos, Μέλος της πρωτοβουλίας ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ, για τη δωρεά του εξοπλισμού στο σχολείο μας. Υπήρχε μεγάλη ανάγκη του εν λόγω εξοπλισμού, καθώς δεν διαθέτουν όλες οι αίθουσες του σχολείου μας ολοκληρωμένο εξοπλισμό.

Ο εξοπλισμός χρησιμοποιείται καθημερινά από τους εκπαιδευτικούς και τους μαθητές στο μάθημα, κάνοντάς το πιο ενδιαφέρον, διαδραστικό, εκπαιδευτικό και διασκεδαστικό».

Μέσω της συγκεκριμένης δράσης Εταιρικής Κοινωνικής Ευθύνης, η Trikalinos υπογραμμίζει την ανάγκη στήριξης στη νέα γενιά και προσφέρει μέσα από ένα ευρύ πλέγμα ενεργειών πολύτιμα εφόδια για τη μετέπειτα επαγγελματική πορεία τους.



Summer 2023: Τα top trends στο χρώμα των μαλλιών

Το καλοκαίρι είναι πα εδώ και ένας αέρας ανανέωσης φύσηξε στα μαλλιά μας! Πάμε να δούμε τα trends της σεζόν που ξεχωρίσαμε!

Αν είσαι φαν του ξανθού οι επιλογές είναι πολύ "δυνατές"!

Το "λινό" ξανθό

Ψυχροί, ταουπέ και μπεζ υποτόνοι συνθέτουν ένα πολύ κομψό αποτέλεσμα! Οι ψυχρές και οι θερμές αποχρώσεις δίνουν διάσταση και ευελιξία. Στα πολύ θετικά του ότι δεν απαιτεί συχνό φρεσκάρισμα.

Το "ζωντανό" ξανθό

Αφήνουμε στην άκρη τις σταχτί αποχρώσεις και δίνουμε ένταση στο χρώμα του καλοκαιριού. Ανοίξτε λίγο το ξανθό σας και αφήστε τις ανταύγειες να ξεπροβάλλουν για ένα ανέμελο και ανάλαφρο αποτέλεσμα.





Σκούρο ξανθό που φλερτάρει με το καστανό

Μια ωραία επιλογή είναι το φυσικό σκούρο ξανθό που συναντά το ανοιχτό καστανό. Δίνει φυσικότητα και όγκο και ταιριάζει σε πολλές αποχρώσεις δέρματος.



Cherry Coke

Καστανό μεν αλλά με κάτι από σκούρο κόκκινο που κάνει τη διαφορά! Τα μαλλιά φαίνονται πλούσια και έχουν κάτι... μοιραίο! Σκούρες μπορντώ ανταύγειες σε φυσικό σκούρο καστανό μαλλί μπορούν επίσης να δώσουν αυτό το "κάτι" στο χρώμα των μαλλιών σας.



Καστανό roux

Μια ωραία αλλαγή για τα σκούρα μαλλιά είναι το καστανό balayage με κόκκινους τόνους. Διακριτικά... φλογερό, κεντρίζει τα βλέμματα και είναι μια ενδιαφέρουσα αλλαγή.

"Ο Ραφτάκος των λέξεων" του Αντώνη Παπαθεοδούλου στο Αισθητικό Δάσος Υμηττού

Κάποτε σε μια μικρή πόλη που έμοιαζε ακόμα με χωριό ζούσε ένας ράφτης μοναδικός. Μοναδικός όχι μόνο επειδή δεν υπήρχε άλλος ράφτης στην πόλη μα επειδή ο ράφτης αυτός έφτιαχνε τα ρούχα του με λέξεις! Διάλεγε προσεκτικά τις λέξεις του για κάθε έναν κάτοικο ξεχωριστά κι έτσι φορώντας τα ρούχα του περνούσαν τους χειμώνες τους ζεστοί και τα καλοκαίρια πάντα δροσεροί. Ο καιρός όμως πέρασε, η πόλη μεγάλωσε κι οι κάτοικοι έγιναν βιαστικοί και ξεχασιάρηδες και ξέχασαν τον Ραφτάκο. Κι έπεσε ένας χειμώνας τόσο βαρύς που κανένα από τα καινούρια τους ρούχα δεν μπορούσε να τους ζεστάνει. Τότε θυμήθηκαν τον Ραφτάκο τους που τόσο ωραία έπλεκε τις λέξεις και ξαναζεστάθηκαν. Γιατί οι λέξεις είναι αυτές που ζεσταίνουν, δροσιζουν και παρηγορούν τελικά κάθε καρδιά.

Παίζουν οι: Νίκος Αξιώτης, Δημήτρης Γιαννής, Έλσα Λουμπαρδιά. Για παιδιά από 4+

10 Ιουνίου 18:45, 24 Ιουνίου 18:45, 1 Ιουλίου 19:00, 2 Ιουλίου 19:00, 22 Ιουλίου 19:00, 23 Ιουλίου 19:00.



Food for Thought

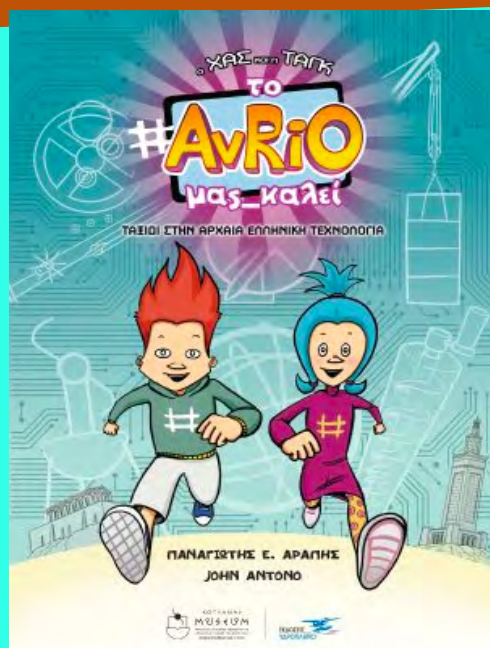
kids' edition

Ο Χας και η Ταγκ: Το ΑνRiO μας καλεί Ταξίδι στην αρχαία ελληνική τεχνολογία

Το ΑνRiO μας καλεί σε ένα συναρπαστικό ταξίδι στον χρόνο για να γνωρίσουμε σπουδαίους αρχαίους Έλληνες εφευρέτες και τις μοναδικές εφευρέσεις τους. Μαζί με τον Χας και την Ταγκ, θα ταξιδέψουμε στο χτες, για να δημιουργήσουμε... το #αύριο!

«Ο Χας και η Ταγκ: Το ΑνRiO μας καλεί – Ταξίδι στην αρχαία ελληνική τεχνολογία», του συγγραφέα Παναγιώτη Ε. Αράπη σε εικονογράφηση του John Antono είναι το ολοκαίνουριο κόμικ από τις Εκδόσεις Υδροπλάνο σε συνεργασία με το Μουσείο Κοτσανά Αρχαίας Ελληνικής Τεχνολογίας.

Την επιστημονική επιμέλεια του βιβλίου έχει κάνει ο κ. Κώστας Κοτσανάς, εμπνευστής και ιδρυτής των ομώνυμων Μουσείων Αρχαίας Ελληνικής Τεχνολογίας, ο οποίος έχει αφιερώσει τη ζωή του στην έρευνα και την μελέτη του αρχαίου ελληνικού πολιτισμού και ειδικότερα στο πεδίο της αρχαίας ελληνικής τεχνολογίας. Όλα τα σκίτσα και οι περιγραφές των αρχαίων ελληνικών εφευρέσεων που παρουσιάζονται στο βιβλίο βασίστηκαν στα πρωτότυπα σχέδια, φωτογραφίες και κείμενα εκθεμάτων του Μουσείου Κοτσανά Αρχαίας Ελληνικής Τεχνολογίας.



quote of the day

"LIFE IS A BEAUTIFUL RIDE."

Γιορτάζουν!

2/6
Μαρίνος, Νικηφόρος, Νικηφορία
3/6
Ιερία, Ιέρα, Υπατία
4/6
Μάρθα
5/6
Δωροθέα, Δωρόθεος, Πλούταρχος,
Κύνθια, Απόλλωνας, Νικανδρία,
Νίκη, Νικάνδρος, Σεληνιάς,
Σεληνιάδα, Τριάδα, Κορίνος, Κορίνα



tip of the day

Four wheels
move the body,
Two wheels
move the soul.



2 Ιουνίου

- > Διεθνής Ημέρα Ιερόδουλων
- > International Volkswagen Bus Day
- > National Donut Day

3 Ιουνίου

- > Παγκόσμια Ημέρα Ποδηλάτου

4 Ιουνίου

- > Διεθνής Ημέρα κατά της Επιθετικότητας εναντίον των Παιδιών
- > National Cheese Day

5 Ιουνίου

- > Παγκόσμια Ημέρα Περιβάλλοντος
- > Διεθνής Ημέρα για την καταπολέμηση της Παράνομης, μη Καταγελλόμενης και μη Ρυθμιζόμενης Αλιείας
- > Παγκόσμια Ημέρα κατά του Ειδισμού