



ΝΗΣΟΣ EASY IPA

Μια ανάλαφρη Session IPA με ήπια πικράδα και έντονο αρωματικό προφίλ. Με χρυσαφένιο χρώμα και αρώματα άγριων βοτάνων, λεμονιού, καρπουζιού και νυχτολούλουδου, προσφέρει μια δροσερή και ισορροπημένη εμπειρία.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΗΝΟ ΣΕ ΟΛΟ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ

SAY *yes* to the press

YOUR DAILY ONLINE MAGAZINE

Απομακρυσμένα χωριά.
Μακάρι να ζούσα εδώ.
Ή μήπως όχι;

Ησυχία

Απλότητα

Φύση

Χρόνος

Αλήθεια





Το «δεν έχω όρεξη» δεν σημαίνει πάντα τεμπελιά!

Καλημέρα **SayYesser!**

Ας μιλήσουμε λίγο για εκείνες τις μέρες που κοιτάς γύρω σου, ξέρεις ακριβώς τι έχεις να κάνεις και παρ'

όλα αυτά... δεν έχεις όρεξη για τίποτα.

Και τότε ξεκινά το γνωστό έργο.

«Τι έπαθα σήμερα;»

«Γιατί δεν μπορώ να συγκεντρωθώ;»

«Μήπως τεμπέλιασα;»

«Μήπως έχω γίνει χάλια;»

Ναι, γιατί προφανώς αν δεν τρέχουμε σαν να μας κυνηγούν, κάτι πάει στραβά. Μόνο που δεν πάει πάντα κάτι στραβά. Μερικές φορές δεν είσαι τεμπέλης. Είσαι απλώς γεμάτος. Γεμάτος πληροφορία. Μηνύματα. Emails. Ειδοποιήσεις. Εκκρεμότητες. Λίστες. Μικρές αποφάσεις που δεν φαίνονται σημαντικές αλλά μαζεύονται από το πρωί μέχρι το βράδυ.

Να απαντήσω τώρα ή μετά; Να κλείσω αυτό ή εκείνο; Να πάρω αυτό; Να θυμηθώ εκείνο; Να κανονίσω το άλλο; Και, φυσικά, κάπου ανάμεσα σε όλα αυτά να θυμηθώ και τι πήγα να κάνω πριν ανοίξω το κινητό μου.

Το σώμα μπορεί να κάθεται σε μια καρέκλα, αλλά το μυαλό έχει ήδη κάνει μαραθώνιο. Και υπάρχει μια στιγμή που απλώς λέει: δεν παίρνω άλλη πληροφορία. Το περίεργο είναι ότι αυτή την κούραση δυσκολευόμαστε να τη σεβαστούμε.

Αν έχεις δουλέψει δέκα ώρες όρθιος, θεωρείται λογικό να είσαι κουρασμένος. Αν όμως πέρασες δέκα ώρες σκεπτόμενος, οργανώνοντας, αποφασίζοντας, απαντώντας και προσπαθώντας να κρατήσεις δεκαπέντε πράγματα ταυτόχρονα στον αέρα, μετά αναρωτιέσαι γιατί στις επτά το απόγευμα δεν έχεις καμία διάθεση να κάνεις «κάτι δημιουργικό».

Ε, γιατί δεν είσαι εφαρμογή που χρειάζεται update. Είσαι άνθρωπος. Και ίσως κάποιες μέρες αυτό που χρειάζεται δεν είναι να πιέσεις περισσότερο τον εαυτό σου για να «πάρει μπρος». Ίσως χρειάζεται να του αφαιρέσεις κάτι.

Ένα email μπορεί να περιμένει. Μια απόφαση μπορεί να πάει για αύριο. Ένα μήνυμα δεν χρειάζεται απάντηση μέσα σε τρία λεπτά.

Και, ναι, μπορείς να κάτσεις μισή ώρα χωρίς να κάνεις τίποτα χρήσιμο και να συνεχίσει κανονικά να γυρίζει η Γη.

Tip of the Day: Το «δεν έχω όρεξη» δεν σημαίνει πάντα «βαριέμαι». Μερικές φορές σημαίνει απλώς: «Τέρμα για σήμερα.»

Και ίσως, αντί να θυμώσεις με τον εαυτό σου, να αξίζει να τον ακούσεις...



♥ love it

Όσα μας τράβηξαν την προσοχή, μας έφτιαξαν τη διάθεση ή αξίζουν λίγο περισσότερο χώρο και χρόνο στην καθημερινότητά μας.

☹ leave it

Όσα δεν θέλουμε να συνηθίσουμε, να δικαιολογήσουμε ή να κουβαλήσουμε μαζί μας στη νέα σεζόν. Δεν είναι η σελίδα της γκρίνιας. Είναι η σελίδα που κοιτάζει όσα μας χάλασαν τη διάθεση ή μας έκαναν να πούμε «φτάνει κάπου». Από σοβαρά γεγονότα μέχρι μικρές καθημερινές υπερβολές που έχουν παραγίνει.

✓ we suggest

Μικρές και μεγάλες ανακαλύψεις που αξίζει να πάρουν χώρο στις μέρες μας. Όσα ξεχωρίσαμε, όχι γιατί πρέπει, αλλά γιατί μας συγκίνησαν, μας διευκόλυναν ή έδωσαν νόημα στις στιγμές μας. Τα δοκιμάσαμε, τα αγαπήσαμε και σας τα προτείνουμε.

Η αξεπέραστη μυρωδιά της μωρουδιάς

Δεν υπάρχει, πραγματικά, πιο ωραία μυρωδιά στον κόσμο από τη μωρουδιά! Εκείνη η μυρωδιά στο κεφαλάκι ενός μωρού που σε κάνει να θέλεις να το μυρίζεις συνέχεια — και ναι, ξέρω ότι ακούγομαι λίγο περίεργη, αλλά όσοι έχουν κρατήσει μωρό

καταλαβαίνουν ακριβώς τι εννοώ. Δεν ξέρω αν είναι το γάλα, το δερματάκι τους ή κάτι μαγικό που εξαφανίζεται όσο μεγαλώνουν. Ξέρω μόνο ότι κάθε φορά που πιάνω μωρό, η πρώτη μου κίνηση είναι μία: μύτη πίσω στο σβεργάκι και βαθιά εισπνοή.

Αξεπέραστο!



Ένα λεωφορείο γεμάτο βιβλία στη Συρία

Ένα πολύχρωμο λεωφορείο ταξιδεύει σε καταυλισμούς και απομακρυσμένες περιοχές της Συρίας, κουβαλώντας βιβλία, μπογιές, εργαστήρια δημιουργίας και ακόμη και κουκλοθέατρο για παιδιά που μεγάλωσαν μέσα στον πόλεμο. Και σκέφτομαι πόσο δεδομένα θεωρούμε εμείς ένα βιβλίο, μια βιβλιοθήκη, μια απλή ώρα ζωγραφικής. Εκεί, για κάποια παιδιά, μπορεί να είναι η πρώτη τους φορά. Ένα λεωφορείο δεν μπορεί να διορθώσει όσα συνέβησαν. Μπορεί όμως, έστω για λίγες ώρες, να τους θυμίσει πώς είναι να είσαι απλώς παιδί.



Επιτέλους, καλά νέα από τον Αμαζόνιο

Αυτό θέλω να το κρατήσουμε. Τα νεότερα επίσημα στοιχεία δείχνουν ότι οι ειδοποιήσεις αποψίλωσης στον Αμαζόνιο μειώθηκαν κατά 36% μέσα σε έναν χρόνο, φτάνοντας στο χαμηλότερο επίπεδο από τότε που ξεκίνησε η συγκεκριμένη καταγραφή, το 2016. Και ακόμα καλύτερα; Το αποτέλεσμα είναι 55,6% χαμηλότερο από τον μέσο όρο της τελευταίας δεκαετίας. Δεν σημαίνει ότι λύθηκε το πρόβλημα — μακάρι. Σημαίνει όμως ότι όταν υπάρχει συστηματικός έλεγχος και παρακολούθηση, κάτι μπορεί πράγματι να αλλάξει. Και αυτό, ναι, είναι λόγος να χαμογελάσουμε.



Τα στυλό Alfa Roller της SKAG

Χωρίς να είναι διαφήμιση, λατρεύω να γράφω με τα συγκεκριμένα στυλό, που κοστίζουν μόλις 30 λεπτά! Θα μου πεις «γιατί;». Ναι, έλα ντε! Θα στο εξηγήσω όσο πιο απλά μπορώ: είναι σαν να γλιστράει το στυλό πάνω στο χαρτί με τη σταθερότητα ενός κανονικού στυλό, αλλά με την έντονη γραφή που έχει ένα μαρκαδοράκι — χωρίς να είναι μαρκαδοράκι κιόλας. Τώρα, ό,τι κατάλαβες, κατάλαβες! Μία δοκιμή θα σε πείσει.



Μια πολύ καλή είδηση για την πνευμονική εμβολή

Αυτό ναι, το αγαπώ! Στο χθεσινό συνέδριο της Ευρωπαϊκής Καρδιολογικής Εταιρείας στο Μόναχο παρουσιάστηκαν ιδιαίτερα ενθαρρυντικά αποτελέσματα για μια μέθοδο αντιμετώπισης της πνευμονικής εμβολής μέσω καθετήρα. Στη μελέτη PRAGUE-26, οι σοβαρές επιπλοκές μέσα στις πρώτες επτά ημέρες μειώθηκαν εντυπωσιακά σε σχέση με τη συμβατική θεραπεία, χωρίς συνολική αύξηση των αιμορραγιών. Δεν μιλάμε ακόμη για νέα καθιερωμένη θεραπεία, αλλά για ένα πολύ σημαντικό βήμα που μπορεί να επηρεάσει τις επόμενες ευρωπαϊκές οδηγίες. Και τέτοιες ειδήσεις, τις θέλουμε!

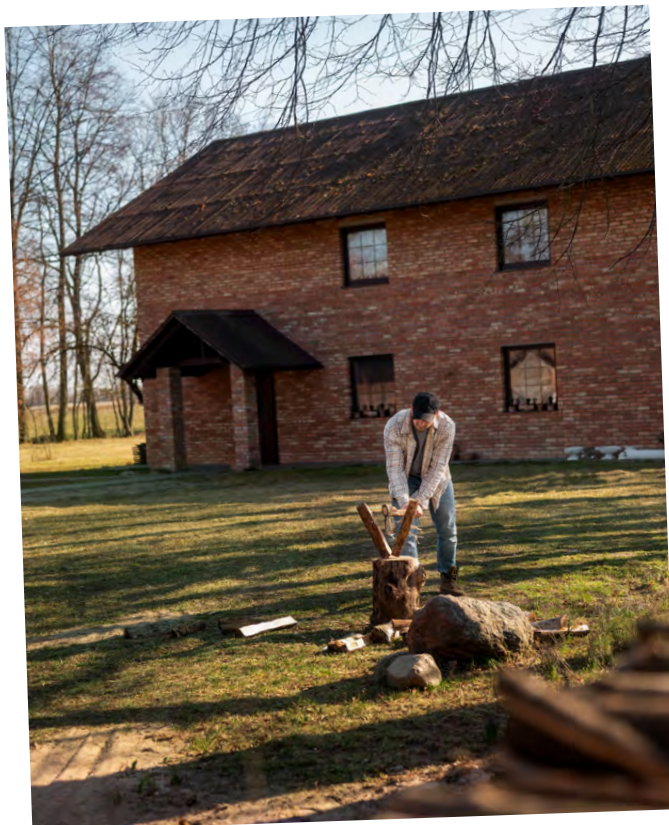




Απομακρυσμένα χωριά. Μακάρι να ζούσα εδώ. Ή μήπως όχι;

Κάθε καλοκαίρι ερωτευόμαστε τα μικρά χωριά, τις πλατείες, τα ταβερνάκια και τη ζωή που μοιάζει να κυλά πιο αργά. Θέλουμε στ' αλήθεια να αλλάξουμε τόπο ή απλώς μας λείπει ένας διαφορετικός τρόπος να ζούμε;

Κάθε φορά που βρίσκομαι σε ένα μικρό χωριό, μου συμβαίνει περίπου το ίδιο. Βλέπω την πλατεία με τα λιγοστά τραπεζάκια, το καφενείο όπου όλοι γνωρίζονται, το μικρό παντοπωλείο, μια ταβέρνα κάτω από τα πλατάνια και κάπου ένα μαγαζάκι με μέλι, βότανα και γλυκά του κουταλιού. Και πριν καλά καλά τελειώσω τον πρώτο καφέ, έχω ήδη σκεφτεί: «Μακάρι να ζούσα εδώ».



Δεν νομίζω ότι είμαι η μόνη. Εμείς οι άνθρωποι της πόλης έχουμε μια ιδιαίτερη αδυναμία σε αυτή τη ζωή.

Μας αρέσει που οι αποστάσεις είναι μικρές, που οι άνθρωποι λένε καλημέρα, που το βράδυ υπάρχει ησυχία και που για να φας καλά δεν χρειάζεται να έχεις κάνει κράτηση πριν από τρεις εβδομάδες.

Για λίγες ημέρες, όλα μοιάζουν πιο ανθρώπινα. Και η δική μας καθημερινότητα, με την κίνηση, τα deadlines, τα κινητά και το μόνιμο «τρέχω», ξαφνικά μοιάζει εντελώς παράλογη.



Το χωριό του Αυγούστου δεν είναι το χωριό του Φεβρουαρίου

Υπάρχει, βέβαια, μια μικρή λεπτομέρεια: εγώ βλέπω αυτό το χωριό ενώ είμαι σε διακοπές. Δεν ξυπνάω Δευτέρα πρωί για δουλειά, δεν πρέπει να πάω τα παιδιά κάπου, δεν ψάχνω για γιατρό, δεν περιμένω courier ούτε αναρωτιέμαι τι θα κάνω όταν έρθει ο χειμώνας και οι μισοί άνθρωποι φύγουν.

Η ταβέρνα που μου φαίνεται υπέροχη τον Αύγουστο μπορεί να είναι κλειστή τον Ιανουάριο. Η απόσταση από την πόλη που σήμερα μοιάζει «τόσο ωραία, απομονωμένη» μπορεί κάποια στιγμή να γίνει ταλαιπωρία. Και η ησυχία που λατρεύω για πέντε ημέρες ίσως, αν ήταν η μόνιμη καθημερινότητά μου, να μου φαινόταν εντελώς διαφορετική.

Αρα ίσως δεν έχω ερωτευτεί τόσο τον τόπο. Ίσως έχω ερωτευτεί τον τρόπο που ζω όταν βρίσκομαι εκεί.

Μήπως τελικά μας λείπει ο ρυθμός;

Στο χωριό περπατάω περισσότερο. Κάθομαι περισσότερο στο τραπέζι. Δεν κοιτάζω συνεχώς την ώρα. Μπαίνω σε ένα μικρό μαγαζί και πιάνω κουβέντα. Δεν θεωρώ ότι κάθε λεπτό της ημέρας πρέπει να είναι «χρήσιμο». Αν ο καφές κρατήσει μία ώρα παραπάνω, δεν έγινε τίποτα. Αν δεν δω ένα mail, επίσης.

Και ίσως αυτό ακριβώς είναι που μας συνεπαίρνει κάθε καλοκαίρι. Όχι η ιδέα ότι ξαφνικά θέλουμε όλοι να εγκαταλείψουμε την πόλη και να ανοίξουμε ξενώνα στο Ζαγόρι. Αλλά η ανακάλυψη ότι μπορούμε να υπάρχουμε και λίγο διαφορετικά.

Λίγο χωριό μέσα στην πόλη

Το καλό είναι ότι δεν χρειάζεται να μετακομίσουμε για να κρατήσουμε κάτι από αυτή τη ζωή. Μπορούμε να περπατήσουμε περισσότερο στη γειτονιά μας. Να γνωρίσουμε τον άνθρωπο από το μικρό μαγαζί της γωνίας. Να καθίσουμε για φαγητό χωρίς το κινητό πάνω στο τραπέζι. Να αφήσουμε ένα απόγευμα χωρίς πρόγραμμα. Να σταματήσουμε να αντιμετωπίζουμε κάθε κενό στην ημέρα σαν χώρο που πρέπει οπωσδήποτε να γεμίσει.

Μπορεί απλώς να θέλω, όταν επιστρέψω στην πόλη, να μη γυρίσω ακριβώς στον ίδιο τρόπο ζωής που με έκανε να λαχταρήσω να φύγω από αυτήν.

Μπορεί τελικά να μη θέλω να ζήσω σε εκείνο το μικρό χωριό. Ή μήπως όχι;



Ο γκουρού των οικονομικών με χρέος 1,2 δισ.

Ο Robert Kiyosaki, ο άνθρωπος πίσω από το Πλούσιος Μπαμπάς, Φτωχός Μπαμπάς, δηλώνει ότι χρωστά 1,2 δισεκατομμύρια δολάρια. Και όχι μόνο δεν πανικοβάλλεται, αλλά λέει ότι το κάνει... επίτηδες! Για εκείνον, πρόκειται για «καλό χρέος»: δανεισμό που χρηματοδοτεί ακίνητα και επενδύσεις που του αποφέρουν εισόδημα. Οικονομικό κραχ λοιπόν δεν υπάρχει — τουλάχιστον με τα σημερινά δεδομένα. Αλλά συγγνώμη Robert, μπορεί να έχεις ολόκληρη θεωρία από πίσω. Εγώ και μόνο που διάβασα «1,2 δισ. χρέος» ένιωσα μια μικρή ταχυκαρδία.



Ο σκύλος δεν είναι διακόσμηση μπαλκονιού



Μια δικαστική απόφαση που υποχρέωσε ιδιοκτήτες να απομακρύνουν σκύλο που παρέμενε για ώρες καθημερινά στο μπαλκόνι μου θύμισε κάτι που κανονικά δεν θα έπρεπε καν να χρειάζεται υπενθύμιση: τα ζώα συντροφιάς δεν είναι για να «παρκάρονται» έξω.

Ο σκύλος χρειάζεται βόλτα, επαφή, φροντίδα και ζωή μέσα στην οικογένεια. Όχι ένα μπουλ νερό και μια θέση δίπλα στην απλώστρα.

Ο χρόνος που τρώω στο σκρολάρισμα

Ανοίγω Instagram «για δύο λεπτά» και ξαφνικά έχει περάσει μισή ώρα. Έχω δει τι φόρεσε μια άγνωστη, πού πήγε διακοπές κάποιος που δεν θυμάμαι καν γιατί ακολουθώ και πέντε βίντεο με πράγματα

που σε δέκα λεπτά δεν θα θυμάμαι. Και το χειρότερο; Εκείνη τη μισή ώρα θα μπορούσα να έχω κάνει κυριολεκτικά οτιδήποτε άλλο. Δεν λέω να κόψω τα social — μην τρελαθούμε κιόλας. Αλλά αυτό το ατελείωτο, χωρίς λόγο σκρολάρισμα πρέπει κάπως να το μαζέψω. Γιατί τελικά δεν ξεκουράζει. Απλώς μου τρώει χρόνο.

Insidious 6: τρόμαξα περισσότερο με το πόσο προβλέψιμο ήταν

Πήγα να δω το Insidious 6 περιμένοντας εκείνο το ωραίο σφίξιμο στο στομάχι που θέλεις από μια horror ταινία. Τελικά, το βρήκα μάλλον αδιάφορο και, κυρίως, υπερβολικά προβλέψιμο. Οι στιγμές που υποτίθεται ότι θα σε ξαφνιασουν έρχονται σχεδόν με προειδοποίηση, η ένταση δεν χτίζεται όσο θα ήθελα και κάπου στη μέση είχα ήδη αρχίσει να μαντεύω τι θα συμβεί μετά. Δεν λέω ότι δεν βλέπεται. Απλώς, για σειρά που κάποτε ήξερε πολύ καλά πώς να σε κάνει να κοιτάς πίσω σου φεύγοντας από το σινεμά, περίμενα πολύ περισσότερα.



Οι άνθρωποι-τιμοκατάλογος

«Πόσο το πήρες;» Η ερώτηση πέφτει πριν προλάβεις να πεις αν σου αρέσει. Παπούτσι, τσάντα, διακοπές, σπιτί — όλα περνούν από πρόχειρη αποτίμηση, λες και απέναντί σου κάθεται ορκωτός λογιστής. Και αν η τιμή είναι χαμηλή, μπράβο για την ευκαιρία. Αν είναι υψηλή, ξεκινά η εξέταση: «Καλά, τόσα έδωσες;». Μπορούμε απλώς να πούμε «ωραίο είναι» και να συνεχίσουμε τη ζωή μας. Δεν κάνει έλεγχο η εφορία.

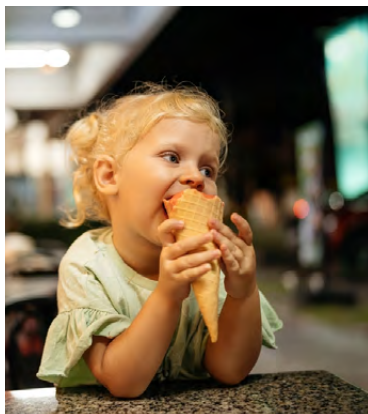


Είδα το «Κάτι Πολύ Κακό Θα Γίνει» — και κόλλησα

Το έβαλα στο Netflix σχεδόν από περιέργεια και τελικά είδα το ένα επεισόδιο μετά το άλλο. Το «Κάτι Πολύ Κακό Θα Γίνει» έχει αυτό το ωραίο, αργό σασπένς που σε κάνει από την αρχή να νιώθεις ότι κάτι δεν πάει καθόλου καλά — απλώς δεν ξέρεις τι. Μια νύφη, ένας γάμος που πλησιάζει και ένα προαίσθημα που δυναμώνει συνεχώς. Αν σου αρέσουν τα σκοτεινά μυστήρια με ατμόσφαιρα, βάλε τη στη λίστα σου.



Βγάλε τα παιδιά βραδινή βόλτα καθημερινή



Χωρίς πρόγραμμα, χωρίς ιδιαίτερο λόγο. Είναι 9 το βράδυ; Βάλτε παπούτσια και βγείτε για ένα παγωτό, μια μικρή βόλτα ή απλώς λίγη ακόμα καλοκαιρινή αλητεία πριν επιστρέψουν τα ξυπνητήρια και τα ωράρια. Δεν χρειάζεται κάθε ωραία στιγμή να έχει οργανωθεί από πριν. Μερικές φορές, ένα παγωτό Τετάρτη βράδυ γίνεται η ανάμνηση που μένει.

Χειροποίητες ανακαλύψεις στην καρδιά της Αθήνας

Από 4 έως 9 Σεπτεμβρίου, το By Hand Festival επιστρέφει στην Πλατεία Συντάγματος και τη μετατρέπει σε μια μεγάλη υπαίθρια αγορά αφιερωμένη στη σύγχρονη χειροποίητη δημιουργία. Δεκάδες ανεξάρτητοι δημιουργοί και μικρά brands παρουσιάζουν κοσμήματα, κεραμικά, κεριά, φυσικά καλλυντικά, πλεκτά, prints, έργα τέχνης και ιδιαίτερα αντικείμενα για το σπίτι.

Μου αρέσει γιατί δεν είναι απλώς άλλη μία βόλτα για shopping· γνωρίζεις τους ανθρώπους πίσω από όσα αγοράζεις και στηρίζεις μικρές δημιουργικές επιχειρήσεις.

Πλατεία Συντάγματος, 4-9 Σεπτεμβρίου, Ελεύθερη είσοδος



Μπιρίμπα τα απογεύματα

Τώρα που τα απογεύματα αρχίζουν σιγά σιγά να δροσίζουν, η μπιρίμπα είναι από τις πιο ωραίες αφορμές για να κλείσεις λίγο τις θρόνες, να φτιάξεις καφέ και να βρεθείς με φίλους γύρω από ένα τραπέζι. Έχει γέλιο, πείραγμα, λίγη στρατηγική και εκείνο το «άλλη μία παρτίδα και φύγαμε» που ποτέ δεν είναι μόνο μία. Και αν δεν έχεις έτοιμη παρέα ή παρτενέρ; Υπάρχουν λέσχες και ομάδες μπιρίμπας στην Αθήνα, οπότε όλο και κάποιος θα βρεθεί να συμπληρώσετε την τετράδα. Και για του λόγου το αληθές, η Women's International Club of Athens έχει δικό της Biriba Circle, με συναντήσεις ανά δύο εβδομάδες, Τετάρτη στις 15:00. Υπεύθυνη είναι η Erika Akrίνου, η επίσημη γλώσσα είναι τα αγγλικά και η ετήσια συνδρομή κοστίζει 90€. Πληροφορίες στο wicexecutiveboard@gmail.com ή στο [Biriba Circle](#).



Το Basil Bar by Pesto Barilla επιστρέφει με άρωμα Ιταλίας

Το Basil Bar by Pesto Barilla επιστρέφει τον Σεπτέμβριο με φρέσκο βασιλικό, αυθεντικές ιταλικές γεύσεις και ένα pop-up concept που συνδυάζει γεύση, άρωμα και εμπειρία. Από 5 έως 13 Σεπτεμβρίου θα βρίσκεται στη ΔΕΘ και στις 19-20 Σεπτεμβρίου στο Green Weekend του ΚΠΙΣΝ.

Οι επισκέπτες θα δοκιμάσουν pasta και pinsa με Pesto Barilla alla Genovese, θα γνωρίσουν όλη τη σειρά, αλλά και τη νέα πρόταση με φρέσκο βασιλικό και Mozzarella di Bufala Campana DOP.

ΔΕΘ: 5-13/9 | ΚΠΙΣΝ: 19-20/9



Back to School στο Designer Outlet Athens

Ο Σεπτέμβριος στο Designer Outlet Athens συνδυάζει shopping και οικογενειακή διασκέδαση. Από 4 έως 7 Σεπτεμβρίου, τα Nerf Game Days προσκαλούν παιδιά άνω των 5 ετών σε παιχνίδια δράσης στον κήπο, ενώ από 12 έως 27 Σεπτεμβρίου, κάθε Σαββατοκύριακο, το Back to Play φέρνει αγαπημένα παιχνίδια όπως Jenga, σκάκι, τρίλιζα και ποδοσφαιράκι σε εντυπωσιακές giga size διαστάσεις.

Παράλληλα, τα designer brands του εκπαιδευτικού χωριού προσφέρουν επιλογές για σχολείο, γραφείο και τη νέα σεζόν.

Το Designer Outlet Athens παραμένει ανοιχτό και τις Κυριακές, 11:00-20:00, έως το τέλος Οκτωβρίου.



Η Lidl συνεργάζεται με το PAW Patrol για πιο συνειδητές παιδικές επιλογές



Η Lidl ξεκινά στην Ελλάδα και σε 29 ακόμη χώρες νέα συνεργασία με το PAW Patrol, χρησιμοποιώντας τους αγαπημένους χαρακτήρες

αποκλειστικά σε προϊόντα ιδιωτικής ετικέτας που πληρούν τα διατροφικά κριτήρια του ΠΟΥ και τις πρόσθετες απαιτήσεις της εταιρείας.

Η καμπάνια περιλαμβάνει 10 τρόφιμα, καθώς και φρέσκα φρούτα και λαχανικά, με στόχο να ενθαρρύνει παιδιά και γονείς σε πιο συνειδητές επιλογές. Η ενέργεια ξεκινά στις 17 Αυγούστου 2026 και θα διαρκέσει πέντε εβδομάδες, στο πλαίσιο της στρατηγικής της Lidl για τη «Συνειδητή Διατροφή».



Back to School & Back to Work με την τεχνολογία της TCL

Με την επιστροφή σε σχολείο και δουλειά, η TCL προτείνει ένα οικοσύστημα συσκευών σχεδιασμένο για οργάνωση, μάθηση και επικοινωνία. Το TCL MOVETIME MT48 βοηθά γονείς και παιδιά να παραμένουν συνδεδεμένοι, ενώ το TCL TAB A1 Plus NXTPAPER υποστηρίζει ανάγνωση, σημειώσεις και μελέτη με πιο άνετη εμπειρία θέασης.

Τη σειρά συμπληρώνουν το TCL NXTPAPER 70 Pro για καθημερινή παραγωγικότητα και επικοινωνία και τα TCL CrystalClip για podcasts, audiobooks και εκπαιδευτικό περιεχόμενο εν κινήσει.



Η Kinsen στηρίζει την Αθηναϊκή Ζυθοποιία στις βιώσιμες αστικές διανομές

Η Kinsen υποστηρίζει την Αθηναϊκή Ζυθοποιία στην ένταξη ενός νέου ηλεκτρικού φορτηγού DAF XB 19 τόνων στον στόλο της, μέσω λύσης μακροχρόνιας μίσθωσης. Το όχημα παραδόθηκε στις εγκαταστάσεις της εταιρείας στη Σίνδο και θα εξυπηρετεί κυρίως αστικές διανομές, προσφέροντας αθόρυβη λειτουργία και μηδενικές εκπομπές ρύπων από την εξάτμιση.

Το DAF XB διαθέτει ηλεκτροκινητήρα 190 kW, μπαταρίες 282 kWh και αυτονομία έως 320 χιλιόμετρα, ενισχύοντας την προσπάθεια για πιο βιώσιμες και σύγχρονες επαγγελματικές μεταφορές.



Το Pepper έκανε το Back to School πιο... ρομποτικό



Η ΜΕΓΑ, σε συνεργασία με τη ΜΑΣΟΥΤΗΣ και την ORTEM HELLAS, έφερε το ανθρωποειδές κοινωνικό ρομπότ Pepper στο GRAND ΜΑΣΟΥΤΗΣ Καλαμαριάς, στο πλαίσιο της δράσης «Back to School». Για δύο ημέρες, μικροί και μεγάλοι συμμετείχαν σε διαδραστικά quiz και παιχνίδια γύρω από την επιστροφή στο σχολείο και την προσωπική υγιεινή.

Η ενέργεια αποτέλεσε μια από τις πρώτες οργανωμένες εφαρμογές κοινωνικής ρομποτικής σε ελληνικό supermarket, δείχνοντας πώς η τεχνολογία μπορεί να μετατρέψει μια προωθητική δράση σε πραγματική εμπειρία για τον καταναλωτή.





SAY **yes** press

ΔΩΡΕΑΝ
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟ
ΨΗΦΙΑΚΟ
NEWSLETTER

ΓΙΑ ΝΑ ΜΑΣ ΛΑΜΒΑΝΕΙΣ ΔΩΡΕΑΝ ΣΤΟ MAIL ΣΟΥ ΚΑΘΕ ΠΡΩΙ, ΠΑΤΑ [ΕΔΩ](#)



Chief of SayYessers: Claire Styliara
Editor in Chief: Βένια Αντωνίου
Commercial Director: Ματίνα Βελάνη
Creative Direction: C·Design
Operation & Marketing Manager: Χρύσα Γώτα
Τεχνική Υποστήριξη: ● BlackDot Web Services

Ιδιοκτησία: Κλειώ Στυλιάρη & ΣΙΑ Ε.Ε. - Say Yes Communications
Σκουζέ 14, 18536 Πειραιάς, ΑΦΜ: 801923795, ΔΟΥ: ΚΕ.ΦΟ.ΔΕ ΑΤΤΙΚΗΣ
Νόμιμος Εκπρόσωπος: Κλειώ Στυλιάρη
Τηλ.: 213.0990585, **e-mail:** media@sayes.gr

 Αριθμός Πιστοποίησης Μ.Η.Τ. 252127

www.sayyestothepress.gr


sayes
communications