

EQUALL

equall.gr



Νέοι κύκλοι δράσεων EQUALL

Στην Πειραιώς με το EQUALL μετατρέπουμε την Εταιρική Υπευθυνότητα σε πράξη. Δημιουργούμε τις προϋποθέσεις ώστε κάθε γυναίκα να διεκδικεί ισότιμα τις επιλογές, τις ευκαιρίες και τη θέση που της αξίζει.

Δηλώστε συμμετοχή στις δράσεις μας έως και τις **14 Οκτωβρίου**:

- **Women Founders and Makers**
- **Women Back to Work**
- **Women in Agriculture**

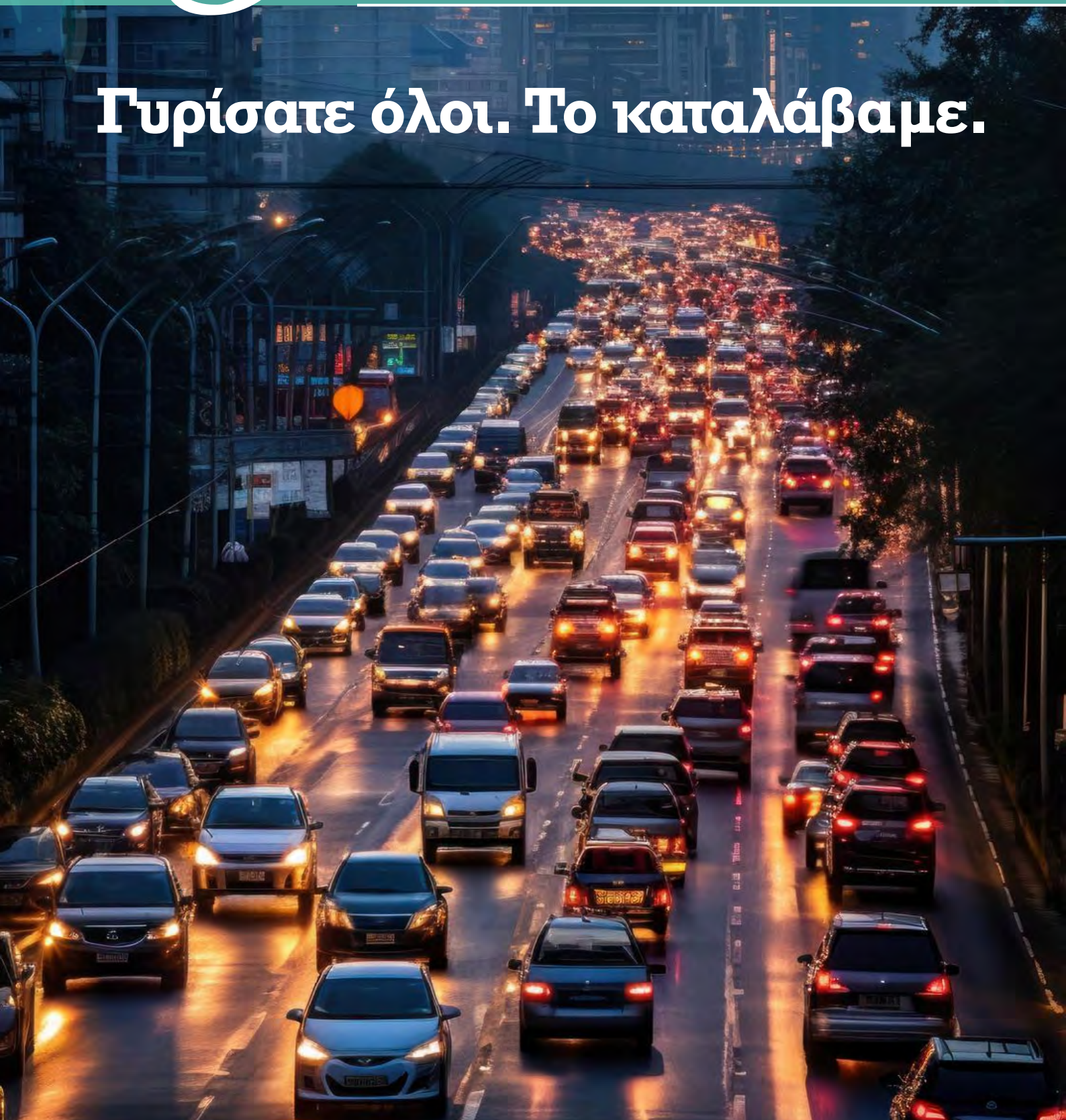
 Piraeus

Μάθετε περισσότερα στο equall.gr

SAY *yes* to the press

YOUR DAILY ONLINE MAGAZINE

Γυρίσατε όλοι. Το καταλάβαμε.





Καλώς ήρθες πάλι στην κανονική ζωή

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Υπάρχει ένα πράγμα που μου αρέσει στον Αύγουστο στην Αθήνα: νομίζω ότι έχω γίνει άλλος άνθρωπος.

Δεν βρίζω στην κίνηση. Δεν αγχώνομαι για το αν θα προλάβω. Βρίσκω να παρκάρω και αρχίζω να πιστεύω ότι τελικά είμαι ψύχραιμη, υπομονετική και γενικά πολύ εξελιγμένη ως προσωπικότητα.

Και μετά έρχεται ο Σεπτέμβριος.

Μπαίνω στο αυτοκίνητο, ανοίγω Google Maps και βλέπω κόκκινο παντού. Εκεί καταλαβαίνω ότι δεν είχα εξελιχθεί καθόλου. Απλώς λείπατε εσείς.

Γυρίσατε γραφεία, άνοιξαν σχολεία, ξεκίνησαν δραστηριότητες και ξαναμπήκαμε όλοι στο μεγάλο καθημερινό παιχνίδι που λέγεται «σε πόση ώρα λες να φτάσω;».

Το αγαπημένο μου, βέβαια, παραμένει το «είναι κοντά».

Τι σημαίνει κοντά; Χιλιομετρικά; Ναι. Χρονικά; Θα γελάσουμε.

Και κάπου ανάμεσα σε ένα κόκκινο φανάρι, ένα διπλοπαρκαρισμένο και κάποιον που θυμήθηκε τελευταία στιγμή ότι θέλει να στρίψει, συνειδητοποιείς ότι αυτό είναι τελικά το πραγματικό back to reality.

Όχι το πρώτο ξυπνητήρι.

Όχι το πρώτο meeting.

Όχι το πρώτο σχολικό κουδούνι.

Η πρώτη φορά που το GPS γράφει «+27 λεπτά λόγω αυξημένης κίνησης».

Εκεί τελείωσε επισήμως το καλοκαίρι.

Tip of the Day: Αν το GPS λέει 25 λεπτά, φύγε σε 40. Μην ψάχνεις λογική. Σεπτέμβριος είναι.



♥ love it

Να φεύγω νωρίς και να φτάνω πριν αρχίσει το χάος. Νέα αγαπημένη πολυτέλεια.

☹ leave it

Το «δύο λεπτά θα κάνω» με αλάρμ. Τα δύο λεπτά σου έχουν ήδη δημιουργήσει ουρά μέχρι το προηγούμενο φανάρι.

✓ we suggest

Βάλε ένα καλό podcast για τη διαδρομή. Αφού θα μείνουμε εδώ, τουλάχιστον ας μάθουμε κάτι.

Ναι, έχω κατοχικό σύνδρομο. Και μου αρέσει.



Έχω πράγματα «για ώρα ανάγκης». Πολλά πράγματα. Χαρτικά, μακαρόνια, απορρυπαντικά, σαμπουάν και φυσικά εκείνο το δεύτερο πακέτο που πήρα επειδή «ποτέ δεν ξέρεις». Και ξέρω. Δεν πρόκειται να κλείσουν αύριο τα supermarket. Ούτε υπάρχει σοβαρός λόγος να έχω τρεις οδοντόκρεμες backup.

Αλλά ανοίγω το ντουλάπι, βλέπω τα πάντα τακτοποιημένα και νιώθω μια ανεξήγητη ασφάλεια. Σαν να μπορώ να αντιμετωπίσω οποιαδήποτε κρίση — αρκεί να λύνεται με χαρτί κουζίνας και μακαρόνια.

Άλλοι κάνουν meditation. Εγώ έχω στοκ. Και ναι, μου αρέσει.

Οι Δανοί πάνε βουνό. Και πολύ καλά κάνουν.



Τελικά Ελλάδα δεν είναι μόνο «ήλιος, θάλασσα και ξαπλώστρα». Το δανέζικο ταξιδιωτικό γραφείο Terræn Tours βάζει από τον Οκτώβριο στο πρόγραμμά του οργανωμένες πεζοπορίες σε Τύμφη και Ζαγόρι, μετά από ταξίδι εξοικείωσης που διοργάνωσαν

ΕΟΤ και Περιφέρεια Ηπείρου. Μικρές ομάδες έως δέκα ατόμων θα περπατούν ανάμεσα σε κορυφές, πέτρινα χωριά και αλπικά τοπία, ανακαλύπτοντας μια Ελλάδα εντελώς διαφορετική από αυτή του καλοκαιρινού postcard.

Και αυτό το αγαπάμε διπλά: γιατί αναδεικνύει υπέροχους προορισμούς και γιατί φέρνει ταξιδιώτες εκτός σεζόν.

Η Ελλάδα έχει τέσσερις εποχές. Επιτέλους αρχίζουμε να τις πουλάμε και τις τέσσερις.

Digital detox για κανονικούς ανθρώπους

Μου αρέσει πολύ αυτή η νέα, πιο λογική εκδοχή του digital detox. Όχι «διαγράψω όλα τα social, κλείνω το κινητό και μετακομίζω σε καλύβα χωρίς Wi-Fi». Απλώς... δεν είμαι online κάθε διαθέσιμο δευτερόλεπτο της ζωής μου.

Μία ώρα χωρίς Instagram. Φαγητό χωρίς το κινητό δίπλα στο πιρούνι. Μια βόλτα χωρίς να τσεκάρω notifications. Και —κρατηθείτε— να περιμένω κάπου πέντε λεπτά χωρίς να ανοίξω μηχανικά το κινητό.

Δεν χρειάζεται να εξαφανιστούμε από τον ψηφιακό κόσμο για να ξεκουραστούμε λίγο από αυτόν. Το κινητό μπορεί να μείνει στη ζωή μας. Απλώς δεν χρειάζεται να ζούμε εμείς μέσα σ' αυτό.



Να βαρεθούν λίγο. Δεν έπαθαν τίποτα.



Μου αρέσει που ξαναπαίρνει στη συζήτηση το smartphone-free time για τα παιδιά. Όχι ως τιμωρία. Ως κανονική ζωή.

Γιατί έχουμε φτάσει στο σημείο που μόλις ακουστεί το «μαμά, βαριέμαι», αισθανόμαστε ότι πρέπει αμέσως να προσφέρουμε entertainment. Κινητό, tablet, YouTube, κάτι. Οτιδήποτε για να μη βαρεθεί το παιδί.

Ε, ας βαρεθεί. Ας κοιτάξει λίγο το ταβάνι. Ας βρει μόνο του παιχνίδια. Ας ζωγραφίσει, ας φτιάξει κάτι, ας γκρινιάξει και πέντε λεπτά. Δεν χρειάζεται κάθε κενό της ημέρας να γεμίζει με μια οθόνη.

Η βαρεμάρα δεν είναι πρόβλημα που πρέπει να λύσουμε. Μερικές φορές είναι ακριβώς αυτό που χρειάζονται.

Γυρίσατε όλοι. Το καταλάβαμε.



Υπάρχει μια πολύ συγκεκριμένη στιγμή κάθε Σεπτέμβριο που καταλαβαίνεις ότι το καλοκαίρι τελείωσε στ' αλήθεια.

Όχι όταν κλείνεις τη βαλίτσα.

Όχι όταν αλλάζει ο καιρός.

Όχι όταν βλέπεις τα πρώτα «back to school».

Όταν μπαίνεις στο αυτοκίνητο και δεν πας πουθενά.

Εκεί λες: ωραία. Γυρίσατε όλοι. Το καταλάβαμε.

Ξανά φανάρια που προλαβαίνεις μόνο στη θεωρία, κόρνες χωρίς προφανή λόγο, διπλοπαρκρισμένα που δημιουργούν δική τους λωρίδα κυκλοφορίας και διαδρομές 20 λεπτών που αποκτούν ξαφνικά διάρκεια μικρού ντοκιμαντέρ.

Και φυσικά, η κλασική ερώτηση:

«Μα καλά, πού πάνε όλοι;»

Παντού.

Και όλοι μαζί.

Η πόλη ξαναπατάει play

Τον Αύγουστο έχεις την ψευδαίσθηση ότι η Αθήνα έγινε ξαφνικά ανθρωπίνη. Παρκάρεις. Κινείσαι. Φτάνεις κάπου χωρίς να έχεις προλάβει να ακούσεις ολόκληρο podcast.

Μετά έρχεται ο Σεπτέμβριος και η πραγματικότητα επιστρέφει χωρίς προειδοποίηση.

Σχολεία, γραφεία, ραντεβού, δραστηριότητες, φροντιστήρια, meeting, delivery, συνεργεία, γονείς, παιδιά, λεωφορεία, ταξί, φορτηγά, μηχανάκια και κάποιος που αποφάσισε να σταματήσει με αλάρμ «για δύο λεπτά».

Τα δύο λεπτά, βέβαια, είναι η πιο αισιόδοξη μονάδα μέτρησης

χρόνου που έχει εφευρεθεί ποτέ.

Ξαφνικά όλοι έχουν κάπου να πάνε και όλοι, κατά έναν μυστηριώδη τρόπο, πρέπει να περάσουν από τον ίδιο ακριβώς δρόμο με εσένα.

Το μποτιλιάρισμα έχει δικό του ψυχολογικό τεστ

Η κίνηση δεν δοκιμάζει μόνο την υπομονή σου. Αποκαλύπτει χαρακτήρα.

Υπάρχει αυτός που κορνάρει μισό δευτερόλεπτο αφού ανάψει πράσινο.

Αυτός που αλλάζει λωρίδα δεκαεπτά φορές για να κερδίσει τελικά ένα αυτοκίνητο.

Αυτός που βλέπει ότι έχει κλείσει ο δρόμος μπροστά, αλλά μπαίνει στη διασταύρωση έτσι κι αλλιώς γιατί προφανώς έχει αποφασίσει ότι, αφού δεν θα περάσει εκείνος, δεν θα περάσει κανείς.

Κι εσύ, που ξεκίνησες τη μέρα σου αισιόδοξα, κάπου στο τρίτο





φανάρι έχεις αρχίσει να κάνεις διαπραγματεύσεις με το σύμπαν.

«Αν ανοίξει τώρα, υπόσχομαι δεν θα ξαναγκρινιάξω.»

Ανοίγει. Γκρινιάζεις στο επόμενο.

Το 20λεπτο που πρέπει να υπολογίζεις για 45

Και κάπως έτσι αλλάζει ξανά όλη η καθημερινότητα. Δεν λες πια «είναι 20 λεπτά δρόμος». Λες: «Είναι 20 λεπτά χωρίς κίνηση.»

Μια φράση τόσο θεωρητική όσο το «θα μπω για πέντε λεπτά στο Instagram».

Πρέπει να φύγεις νωρίτερα. Να υπολογίσεις καθυστέρηση. Να υπολογίσεις τον άλλον



που θα καθυστερήσει επειδή κι εκείνος κόλλησε στην κίνηση. Και τελικά όλοι φτάνουμε παντού αγχωμένοι επειδή προσπαθούμε να χωρέσουμε την ίδια ζωή σε δρόμους που δεν μεγάλωσαν μαζί της.

Και εκεί είναι ίσως το πιο αστείο. Κάθε Σεπτέμβριο ξαφνιαζόμαστε. Σαν να μην έχει ξανασυμβεί.

Σαν να πιστεύαμε ότι φέτος όλοι θα γύριζαν από τις διακοπές και θα αποφάσιζαν να μείνουν σπίτι.

Δεν έγινε.

Γυρίσατε όλοι. Το καταλάβαμε. Και αν χρειάζεσαι επίσημη επιβεβαίωση ότι ξεκίνησε η νέα σεζόν, δεν χρειάζεται ημερολόγιο.

Βγες στις 8:30 στον δρόμο. Και αν είσαι και ριψοκίνδυνος, δοκίμασε την Εθνική... άλλη πίστα!

Περίμενε μέχρι το τέλος. Όχι.

Τα reels που ξεκινούν με «περίμενε μέχρι το τέλος».

Όχι. Πες μου τώρα γιατί πρέπει να μείνω. Γιατί αν χρειάζεσαι 47 δευτερόλεπτα suspense για να μου δείξεις κάτι που χωράει σε μία πρόταση, έχασες.



Το «wait for it» έχει γίνει ο ψηφιακός ξάδερφος του «θα πάθεις σοκ». Και συνήθως, spoiler: δεν παθαίνεις.

Αν έχεις κάτι καλό, δείξ' το. Μην με κρατάς όμηρο του retention.

Supermarket ή escape room;

Τα supermarket που αλλάζουν συνέχεια θέση στα προϊόντα.

Μπήκα να πάρω χαρτί κουζίνας και ξαφνικά βρίσκομαι να περιφέρομαι ανάμεσα σε ράφια με απορρυπαντικά, όσπρια και τροφές

γάτας, ψάχνοντας κάτι που μέχρι χθες ήταν ακριβώς απέναντι.

Καταλαβαίνω το merchandising, τις αλλαγές και τις νέες τοποθετήσεις. Αλλά κάποια στιγμή θέλω και να ψωνίσω χωρίς αποστολή εντοπισμού.

Μπήκα για τρία πράγματα. Δεν ζήτησα escape room με καρότσι.

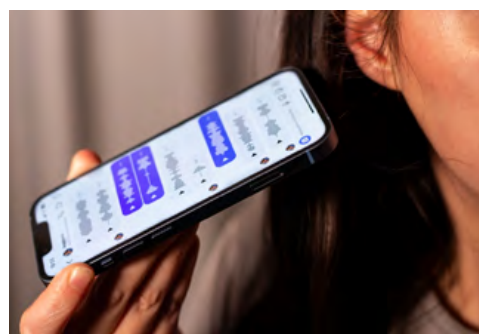


Τέσσερα λεπτά voice message; Γιατί;

Τα voice messages των τεσσάρων και πέντε λεπτών. Πατάω play για να ακούσω μια πληροφορία και ξαφνικά έχω δεσμευτεί σε ολόκληρη ακουστική παραγωγή.

Έχει εισαγωγή, «κάτσε να σου πω από την αρχή», παύσεις, παράλληλες σκέψεις, ένα «πού ήμουν τώρα;» και κάπου στο 3:42 βρίσκεται επιτέλους αυτό που ήθελες να μου πεις. Και το καλύτερο; Δεν μπορώ ούτε να το σκανάρω με το μάτι για να βρω το σημαντικό.

Στείλε μου 30 δευτερόλεπτα. Άντε ένα λεπτό. Από εκεί και πάνω, αν είναι να ακούσω podcast, τουλάχιστον να έχει intro και χορηγό.



Η διάβαση δεν είναι θέση πάρκινγκ

Τα αυτοκίνητα που σταματούν πάνω στη διάβαση πεζών. Και κάπου εκεί ο πεζός, ο γονιός με καρότσι ή κάποιος ηλικιωμένος πρέπει να κάνει μικρό parkour για να περάσει απέναντι.

Δεν είναι «ένα λεπτό μόνο», ούτε «πού να τοβάλω;». Είναι χώρος που υπάρχει ακριβώς για να περνάει κάποιος με ασφάλεια.

Το αυτοκίνητο μπορεί να περιμένει λίγα μέτρα πιο πίσω. Ο πεζός δεν χρειάζεται να βγει στον δρόμο για να σε βολέψει.



Πέντε λεπτά, αλλά σε άλλη διάσταση

Το «θα σε πάρω σε πέντε λεπτά» και μετά εξαφανίζεται για τρεις ώρες.

Και εσύ κάπου ανάμεσα στα 10 και τα 45 λεπτά αρχίζεις να αναρωτιέσαι αν πρέπει να περιμένεις, να προχωρήσεις τη ζωή σου ή να δηλώσεις εξαφάνιση.

Αν δεν μπορείς να πάρεις, πες «θα σε πάρω αργότερα». Είναι απολύτως τίμιο.

Γιατί το πεντάλεπτο που κρατάει μισή μέρα δεν είναι καθυστέρηση. Είναι άλλη ζώνη ώρας.



Ανοιχτά Ζυθοποιεία: Αυτό το ΣΚ πίνουμε την μπύρα... στην πηγή

Αν αγαπάς την μπύρα, το τελευταίο Σαββατοκύριακο του Σεπτεμβρίου έχει προορισμό. Στις 26 & 27 Σεπτεμβρίου, τα «Ανοιχτά Ζυθοποιεία» επιστρέφουν για 7η χρονιά και ζυθοποιίες και μικροζυθοποιίες σε όλη την Ελλάδα ανοίγουν τις πόρτες τους.

Ξεναγήσεις στην παραγωγή και την εμφιάλωση, γνωριμία με τις πρώτες ύλες, κουβέντα με τους ανθρώπους που φτιάχνουν την μπύρα και, φυσικά, γευστικές δοκιμές.

Συμμετέχουν ζυθοποιεία από Αθήνα, Θεσσαλονίκη και Πάτρα μέχρι Τήνο, Μύκονο, Ικαρία, Κρήτη, Εύβοια, Καβάλα, Λάρισα, Βόλο και Σέρρες. Και το καλύτερο; Η είσοδος, οι ξεναγήσεις και οι γευσιγνωσίες είναι δωρεάν, με προεγγραφή ή σειρά προτεραιότητας ανά ζυθοποιείο.

Μια ωραία αφορμή για μικρή εκδρομή. Και για να μάθεις επιτέλους τι υπάρχει πίσω από τον αφρό.

Η κατανάλωση αλκοόλ αφορά αποκλειστικά άτομα άνω των 18 ετών. Πάντα υπεύθυνα.



Μια Τετάρτη με live στο Μοναστηράκι



Το Hard Rock Rising συνεχίζει τις live βραδιές του στο Hard Rock Cafe Athens και την Τετάρτη 16 Σεπτεμβρίου στις 20:00 ανεβαίνουν στη σκηνή οι KiDALEY, Φώτης Ρωμανίδης και The Ruckus Habit, διεκδικώντας την

τελευταία θέση στον Μεγάλο Τελικό.

Ήδη οι Stiletto Strut και οι Case Zero έχουν κερδίσει τους δύο πρώτους προκριματικούς, ενώ στις 23 Σεπτεμβρίου οι τρεις φιναλίστ θα αναμετρηθούν για μια θέση στον Παγκόσμιο Τελικό.

Το ωραίο; Ψηφίζει το ίδιο το κοινό μέσα από QR code στον χώρο. Hard Rock Cafe Athens, Αδριανού 52, Μοναστηράκι. Είσοδος 10€ με κατανάλωση.

Και μεταξύ μας, Τετάρτη βράδυ με τρία live είναι σαφώς καλύτερη ιδέα από το «να κάσουμε σπίτι γιατί αύριο δουλεύουμε».

Η πιο υπέροχη χειρότερη του κόσμου επιστρέφει για 2η χρονιά

Η επιτυχημένη υπαρξιακή κωμωδία της Φωτεινής Αθερίδου, «Η πιο υπέροχη χειρότερη του κόσμου», επιστρέφει από τις 5 Οκτωβρίου στο Θέατρο Ιλίσια - Βολανάκης, κάθε Δευτέρα και Τρίτη.

Η Αγάπη προσπαθεί να επιβιώσει μέσα σε δουλειές που στραβώνουν, σχέσεις που μπερδεύουν, άγχη, εμμονές και ένα μυαλό που δεν σταματά ποτέ. Η Χριστίνα Χειλά-Φαμέλη κρατά τον κεντρικό ρόλο, με τον Μιχάλη Τιτόπουλο και τη Φωτεινή Αθερίδου να αλλάζουν χαρακτήρες με καταγιστικό ρυθμό.

Σε σκηνοθεσία Προμηθέα Αλειφερόπουλου, η παράσταση κινείται στη λογική του stand-up, με άμεσο χιούμορ, γρήγορο ρυθμό και ζωντανή μουσική από τις Σκιαδαρέσες.

We Suggest: Για όσους τα κάνουν όλα λάθος — αλλά με αξιοθαύμαστη συνέπεια. Μια παράσταση που γελάει με όσα μας αγχώνουν πριν προλάβουν να μας καταπιούν.



Safe Nights: Ήρεμες νύχτες για μεγάλα όνειρα

Ένα παιδί μπορεί να έχει σταματήσει την πάνα μέσα στην ημέρα, αλλά να τη χρειάζεται ακόμη τη νύχτα. Και αυτό, ειδικά μετά τα 3 χρόνια, μπορεί να αποτελεί μια φυσιολογική φάση ανάπτυξης που συνήθως υποχωρεί με τον χρόνο.

Τα νέα Safe Nights της ΜΕΓΑ σχεδιάστηκαν ακριβώς γι' αυτές τις νύχτες: απορροφητικά ελαστικά εσώρουχα ενισχυμένης προστασίας, που εφαρμόζουν σαν κανονικό εσώρουχο και βοηθούν το παιδί να κοιμάται άνετα και χωρίς το άγχος των διαρροών.

Διαθέτουν ενισχυμένο απορροφητικό πυρήνα με Dry Matrix Technology, τεχνολογία Odour Control έως 8 ώρες και ελαστική εφαρμογή 360°, ενώ τα απαλά και αθόρυβα υλικά προσφέρουν μεγαλύτερη διακριτικότητα και άνεση.

Και επειδή για ένα παιδί μετράει πολύ και το πώς αισθάνεται, ο σχεδιασμός τους σε ροζ ή μπλε denim αισθητική θυμίζει περισσότερο παιδικό πυτζαμάκι παρά πάνα.

Τα Safe Nights έχουν την έγκριση της Ελληνικής Ουρολογικής Εταιρείας και συνιστώνται από την Ελληνική Εταιρεία Παιδιατρικής Δερματολογίας.

Γιατί πριν από κάθε γεμάτη παιδική μέρα, προηγείται μια καλή νύχτα.



Ένα νέο σχολείο για τα παιδιά της Χαλκίδας

Το 26ο Δημοτικό Σχολείο Χαλκίδας άνοιξε τις πόρτες του για τη νέα σχολική χρονιά, σε έκταση 4.359 τ.μ. που είχε παραχωρήσει δωρεάν στον Δήμο Χαλκιδέων ο Όμιλος ΗΡΑΚΛΗΣ, μέλος της Holcim.

Η νέα σχολική μονάδα εγκαινιάστηκε παρουσία εκπροσώπων της Πολιτείας, της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, της εκπαιδευτικής κοινότητας, γονέων και μαθητών και αποτελεί πλέον έναν σύγχρονο, ασφαλή και λειτουργικό χώρο εκπαίδευσης.

Η παραχώρηση της έκτασης εντάσσεται στη διαχρονική στήριξη του Ομίλου ΗΡΑΚΛΗΣ προς τις τοπικές κοινωνίες και ειδικότερα σε πρωτοβουλίες με επίκεντρο τη νέα γενιά.

Μια δωρεά που σήμερα αποκτά το πιο ουσιαστικό της νόημα: ένα σχολείο γεμάτο παιδιά, γνώση και καθημερινή ζωή.

Πνευμονική Ίνωση: Η έγκαιρη διάγνωση κάνει τη διαφορά

Με αφορμή την Παγκόσμια Εβδομάδα Ιδιοπαθούς Πνευμονικής Ίνωσης, η Ελληνική Πνευμονολογική Εταιρεία παρουσιάζει το iposi.gr, έναν νέο ιστότοπο με επιστημονικά τεκμηριωμένες πληροφορίες για τη νόσο, τη διάγνωση, τις διαθέσιμες θεραπείες και την υποστήριξη ασθενών και οικογενειών.

Με κεντρικό μήνυμα «Κατανοήστε τη νόσο. Πάρτε τον έλεγχο της ζωής σας», η πρωτοβουλία αναδεικνύει τη σημασία της έγκαιρης διάγνωσης και της σωστής ιατρικής παρακολούθησης.

Σήμερα, οι αντι-ινωτικές θεραπείες μπορούν να επιβραδύνουν την εξέλιξη της νόσου, ενώ περισσότερες από 40 κλινικές μελέτες διερευνούν νεότερες θεραπευτικές επιλογές, αρκετές και στην Ελλάδα.

Το βασικό μήνυμα της ΕΠΕ είναι σαφές: αξιολογούμε έγκαιρα τα συμπτώματα και απευθυνόμαστε στον πνευμονολόγο.



Η ISOMAT διευρύνει τις σχεδιαστικές δυνατότητες των ACRYL-DECO με 101 νέες αποχρώσεις

Η ISOMAT ενισχύει τη σειρά διακοσμητικών ακρυλικών επικαλύψεων ACRYL-DECO, παρουσιάζοντας νέα βεντάλια με 101 επιλεγμένες αποχρώσεις, σχεδιασμένες για αρχιτέκτονες, designers, εφαρμοστές και επαγγελματίες του κατασκευαστικού κλάδου.

Οι επικαλύψεις ACRYL-DECO επιτρέπουν τη δημιουργία απόλυτα λείων επιφανειών αλλά και διαφορετικών τεχνοτροπιών, μεταξύ των οποίων και η αισθητική της πατητής τσιμεντοκονίας. Εφαρμόζονται σε δάπεδα, τοίχους και χτιστά έπιπλα, τόσο σε εσωτερικούς όσο και σε εξωτερικούς χώρους.

Η νέα παλέτα περιλαμβάνει φυσικούς και γήινους τόνους, αλλά και πιο έντονες επιλογές, δίνοντας μεγαλύτερη ελευθερία στον σχεδιασμό και τη δυνατότητα προσαρμογής σε διαφορετικά αρχιτεκτονικά ύφη.

Παράλληλα, οι ACRYL-DECO προσφέρουν υψηλή ευκαμψία, αντοχή στην τριβή, υδαταπωθητικότητα και άριστη πρόσφυση, ενώ μπορούν να διαμορφωθούν και σε αντιολισθητική επιφάνεια. Δείτε τη νέα βεντάλια ACRYL DECO και τις 101 αποχρώσεις [εδώ](#).



17 τυχeroί έζησαν τη Formula 1 στη Monza με τη Shell

Μια μοναδική εμπειρία στον κόσμο της Formula 1 έζησαν 17 νικητές του προγράμματος επιβράβευσης Shell GO+, ταξιδεύοντας με τους συνοδούς τους στην Ιταλία για το Grand Prix της Monza.

Από τις 4 έως τις 7 Σεπτεμβρίου βρέθηκαν στον περίφημο «ναό της ταχύτητας», παρακολουθώντας προκριματικά και αγώνες και ζώντας από κοντά την ατμόσφαιρα του motorsport. Το πρόγραμμα περιλάμβανε επίσης αγώνες F2 και Porsche Mobil 1 Supercup, αλλά και αφιέρωμα στον Michael Schumacher, με τον Sebastian Vettel να οδηγεί ένα από τα θρυλικά μονοθέσιά του.

Το ταξίδι πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο των ενεργειών "Spin to Win" και "Count to Win" του Shell GO+, με αφορμή και τη συμπλήρωση 100 χρόνων παρουσίας της Shell στην Ελλάδα.



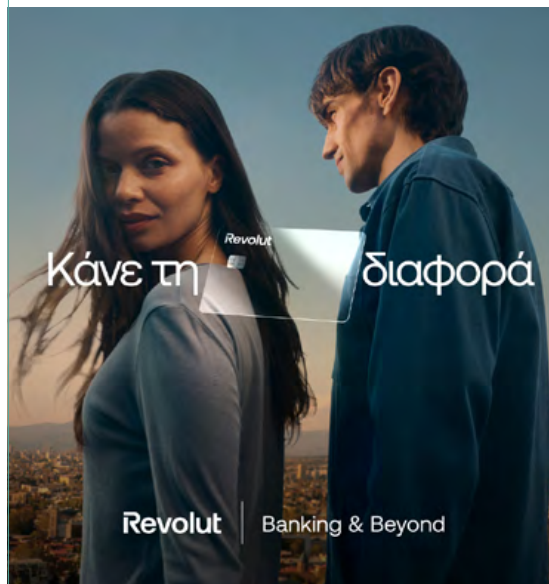
«Build It Better»: Η νέα παγκόσμια καμπάνια της Revolut

Η Revolut παρουσιάζει τη νέα παγκόσμια retail καμπάνια «Build It Better», η οποία θα αναπτυχθεί σταδιακά σε περισσότερες από 10 χώρες, μεταξύ των οποίων και η Ελλάδα.

Με αφετηρία το σύγχρονο οικονομικό άγχος, η καμπάνια επιχειρεί να ανατρέψει το αφήγημα της αβεβαιότητας, προβάλλοντας τη δυνατότητα των καταναλωτών να αποκτούν μεγαλύτερο έλεγχο στη διαχείριση των οικονομικών τους. Το κεντρικό διαφημιστικό σποτ, σε σκηνοθεσία Leigh Powis, αξιοποιεί κινηματογραφική αισθητική τρόμου και έναν σουρεαλιστικό κόσμο που αποτυπώνει την πίεση και τον εγκλωβισμό που προκαλεί το οικονομικό στρες.

Η καμπάνια δημιουργήθηκε σε συνεργασία με την Anomaly και θα προβληθεί σε τηλεόραση, YouTube και Meta.

Το «Build It Better» αποτελεί μέρος της διεθνούς στρατηγικής ανάπτυξης της Revolut, η οποία διαθέτει περισσότερους από 75 εκατ. πελάτες και συνεχίζει την πορεία της προς τους 100 εκατομμύρια χρήστες παγκοσμίως.





In numbers

11

λεπτά

τόσο περίπου χρειάζεται
ένας μέσος άνθρωπος
για να ξαναβρεί πλήρως
τη συγκέντρωσή του
μετά από μια διακοπή
στη δουλειά.

Ήξερες ότι...

Οι ενυδρίδες
κρατούνται από
τα χέρια όταν κοιμούνται,
ώστε να μην
απομακρυνθούν η μία
από την άλλη
με το ρεύμα.

ΜΗΝ ΞΕΧΑΣΕΙΣ!

Να στείλεις εκείνο
το μήνυμα που λες
«θα το στείλω μετά».
Το μετά έχει ήδη αργήσει.

NAME DAY

Ευφημία,
Ευφήμιος,
Μελιτίνα, Μελίνα

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
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


communications