



Better
Living

Lidl House Athens

**Εδώ, η σχέση μας με τον καταναλωτή δεν σταματά στο
ράφι, αλλά συνεχίζει ως μία διαρκής βιωματική εμπειρία.**

670 τ.μ. βιωματικής εκπαίδευσης και γαστρονομίας
σας περιμένουν.

Μάθε περισσότερα



SAY *yes* to the **press**

YOUR DAILY ONLINE MAGAZINE

**Nude yoga: ναι, είναι ακριβώς
αυτό που νομίζεις**





Η άχρηστη κουβέντα που τελικά χρειαζόμαστε

Καλημέρα **SayYesser!!!**

Παρασκευούλα σήμερα και οι περισσότεροι κινούμαστε ήδη λίγο πιο χαλαρά. Πιο αργές κινήσεις, περισσότερες κουβεντούλες, εκείνα τα πέντε λεπτά που δεν κάνεις κάτι ιδιαίτερα «χρήσιμο» και όμως περνάνε μια χαρά.

Ένα «τι κάνεις;» στην είσοδο. Μια κουβέντα με τον άνθρωπο δίπλα σου στην ουρά. Ένα τηλεφώνημα που ξεκίνησε για ένα πράγμα και κατέληξε να κρατήσει είκοσι λεπτά. Μια συζήτηση στο αυτοκίνητο, στο σχολείο των παιδιών, στο σούπερ μάρκετ, έξω από ένα μαγαζί.

Ε, λοιπόν, μπορεί να μην είναι τόσο χαμένος χρόνος όσο νομίζουμε.

Η μικρή, καθημερινή κουβέντα με τους ανθρώπους γύρω μας φαίνεται ότι έχει μεγαλύτερη αξία απ' όση της δίνουμε. Δεν χρειάζεται να μιλήσεις για τα βαθύτερα τραύματά σου δίπλα στη μηχανή του καφέ. Αρκεί καμιά φορά αυτό το δίλεπτο «τι κάνεις;»

που δεν λέγεται από ευγένεια και περιμένει πραγματικά απάντηση.

Γιατί έχουμε αρχίσει να αντιμετωπίζουμε κάθε λεπτό της ημέρας σαν να πρέπει να είναι χρήσιμο. Να δουλεύουμε, να απαντάμε, να προλαβαίνουμε, να τελειώνουμε.

Και η κουβεντούλα; Χασομέρι. Μόνο που πολλές φορές αυτή ακριβώς είναι που κάνει μια δύσκολη μέρα λίγο πιο ανθρώπινη.

Δεν θα σωθεί η παραγωγικότητά σου επειδή δεν είπες στον διπλανό σου «ωραίο το καινούργιο σου κούρεμα». Μπορεί όμως να φτιάξει λίγο η μέρα και των δυο σας.

Tip of the Day: Μη βιάζεσαι πάντα να τελειώσεις την κουβέντα. Μερικές φορές αυτό το "χαζολόγημα" ήταν το διάλειμμα που χρειαζόσουν.



♥ love it

Τον συνάδελφο που περνάει και λέει «πάμε για καφέ;».

☹ leave it

Το «δεν έχω χρόνο» ενώ σκρολάρεις ήδη είκοσι λεπτά. Ποιον κοροϊδεύουμε;

✓ we suggest

Σήμερα ρώτα κάποιον «τι κάνεις;» και περίμενε την απάντηση.

Λίγη χαζομάρα, παρακαλώ



Περίεργα κοσμήματα, charms που κρέμονται από παντού, αντικείμενα που δεν εξυπηρετούν απολύτως τίποτα, χρώματα που δεν «ταιριάζουν» και μικρές λεπτομέρειες που υπάρχουν απλώς επειδή μας φτιάχνουν τη διάθεση.

To whimsy επιστρέφει

δυνατά και, ειλικρινά, το είχαμε ανάγκη. Μετά από χρόνια όπου όλα έπρεπε να είναι minimal, σωστά, χρήσιμα και προσεκτικά επιλεγμένα, ξαναθυμόμαστε ότι δεν χρειάζεται κάθε τι στη ζωή μας να έχει σκοπό.

Μερικά πράγματα μπορούν απλώς να είναι χαζά, όμορφα και να μας κάνουν να χαμογελάμε.

Η επιστροφή των πραγμάτων που θέλεις να αγγίξεις



Ανάγλυφα υφάσματα, ακατέργαστο ξύλο, κεραμικά, βαριά αντικείμενα, επιφάνειες που δεν είναι τέλειες και ούτε προσπαθούν να γίνουν.

To tactile design επιστρέφει δυνατά και, μεταξύ μας, το

καταλαβαίνουμε απόλυτα. Μετά από τόσες ώρες μπροστά σε λείες, κρύες οθόνες, θέλουμε ξανά πράγματα που έχουν υφή, βάρος, θερμοκρασία. Πράγματα που δεν αρκεί να τα κοιτάξεις: θες να απλώσεις το χέρι.

Ίσως τελικά η νέα πολυτέλεια να μην είναι κάτι πιο γυαλιστερό. Να είναι κάτι που το νιώθεις πριν καν το αγοράσεις.

Αν με έβγαλες ωραία, στείλ' τη μου

Υπάρχουν άνθρωποι που σε βγάζουν φωτογραφία, σου λένε «τέλεια βγήκες» και μετά... εξαφανίζονται μαζί με το αποδεικτικό στοιχείο.

Όχι. Αν με έβγαλες ωραία, θέλω τη φωτογραφία τώρα. Όχι σε έξι μήνες. Όχι όταν τη δω τυχαία ενώ ψάχνεις κάτι άλλο στο κινητό σου. Όχι αφού έχει αλλάξει εποχή, μαλλί και ψυχολογία.

Η σωστή διαδικασία είναι απλή: σε έβγαλα ωραία → στη στέλνω.

Χωρίς υπενθύμιση. Χωρίς αίτηση. Χωρίς «στείλ' τη μου όταν μπορέσεις».

Δεν είναι εξυπηρέτηση. Είναι κοινωνικό συμβόλαιο.



Επιτέλους, σπίτια που δεν μοιάζουν με Airbnb



Ένα βιβλίο ανοιχτό στον καναπέ. Μια κούπα ξεχασμένη στον πάγκο. Ένα ριχτάρι πεταμένο όπως έτυχε και όχι διπλωμένο λες και περιμένουμε φωτογράφιση.

Μετά από χρόνια με μπεζ σαλόνια, άδειες επιφάνειες και σπίτια τόσο τέλεια που φοβάσαι να καθίσεις, το design ξαναβάζει μέσα ζωή.

Υφές, χειροποίητα αντικείμενα, μικρές ατέλειες, προσωπικά πράγματα και δωμάτια που δείχνουν ότι κάποιος πραγματικά μένει εκεί.

Γιατί ωραίο σπίτι δεν είναι αυτό που μοιάζει έτοιμο για check-in.

Είναι αυτό που καταλαβαίνεις αμέσως ποιος ζει μέσα.

Nude yoga: ναι, είναι ακριβώς αυτό που νομίζεις



Πόσο μακριά πρέπει να πάμε για να νιώσουμε άνετα με το σώμα μας;

Το διάβασα και, προφανώς, σταμάτησα.

Nude yoga. Ναι. Γιόγκα γυμνός.

Και η πρώτη μου σκέψη δεν ήταν ούτε «πόσο απελευθερωτικό» ούτε «πού δηλώνω συμμετοχή».

Ήταν η πολύ πιο πρακτική: πού ακριβώς κοιτάς;

Μετά όμως άρχισα να το ψάχνω και κατάλαβα ότι πίσω από το εύκολο αστείο υπάρχει ένα αρκετά ενδιαφέρον θέμα.

Καταρχάς, δεν πρόκειται για κάποια καινούργια εφεύρεση της βιομηχανίας ευεξίας.

Η πρακτική της γιόγκα χωρίς ρούχα έχει ιστορικές ρίζες και σήμερα επανέρχεται στη συζήτηση ως ένας διαφορετικός τρόπος προσέγγισης του σώματος.

Το δύσκολο δεν είναι να βγάλεις τα ρούχα

Η βασική ιδέα είναι ότι, όταν φύγουν τα ρούχα, μένει ένα σώμα χωρίς το «σωστό» κολάν, χωρίς το μπλουζάκι που κρύβει την κοιλιά, χωρίς το «αυτό με κολακεύει περισσότερο».

Και εκεί αρχίζει το πραγματικό δύσκολο κομμάτι. Να σταματήσεις να βλέπεις το σώμα σου σαν κάτι που πρέπει μονίμως να διορθώνεις.



Γιατί έχουμε εκπαιδευτεί να το κοιτάμε. Να το συγκρίνουμε. Να εντοπίζουμε πρώτα εκείνο που δεν μας αρέσει. Ακόμη και όταν γυμναζόμαστε «για εμάς», κάπου υπάρχει ένας καθρέφτης, μια φωτογραφία, μια ζυγαριά ή κάποιος δίπλα μας που θεωρούμε ότι τα κάνει όλα καλύτερα.

Η έρευνα γύρω από τη γιόγκα γενικότερα έχει βρει συσχετίσεις με καλύτερη εικόνα σώματος και μεγαλύτερη εκτίμησή του, αν και οι ίδιοι οι ερευνητές επισημαίνουν ότι τα δεδομένα δεν είναι όλα υψηλής ποιότητας και χρειάζεται περισσότερη μελέτη. Υπάρχουν επίσης πειραματικά δεδομένα που δείχνουν ότι η κοινωνική γυμνότητα, σε συγκεκριμένο και ασφαλές πλαίσιο, μπορεί να μειώσει το άγχος για το πώς φαίνεται το σώμα μας.

Όχι, αυτό δεν σημαίνει ότι η λύση στα θέματα αυτοπεποίθησης είναι να βγάλουμε όλοι τα ρούχα μας Τετάρτη απόγευμα.

Πρέπει να τα δοκιμάσουμε όλα;

Εδώ είναι που εμένα αρχίζει να με χάνει λίγο όλη αυτή η ιστορία.

Γιατί τα τελευταία χρόνια έχουμε

περάσει από το «φρόντισε τον εαυτό σου» στο «πρέπει συνέχεια να ξεπερνάς τον εαυτό σου».

Κάνε κάτι που σε φοβίζει. Βγες από

τη ζώνη άνεσής σου. Δοκίμασε το καινούργιο. Απελευθερώσου. Αγάπησε το σώμα σου.

Όλα σωστά. Αλλά μήπως μπορούμε και απλώς... να μη θέλουμε;

Μπορώ να αποδέχομαι το σώμα μου και ταυτόχρονα να προτιμώ να κάνω γιόγκα με το κολάν μου.

Μπορώ να είμαι συμφιλωμένη με τον εαυτό μου χωρίς να αποδείξω σε κανέναν πόσο άνετα νιώθω γυμνή μπροστά σε αγνώστους.

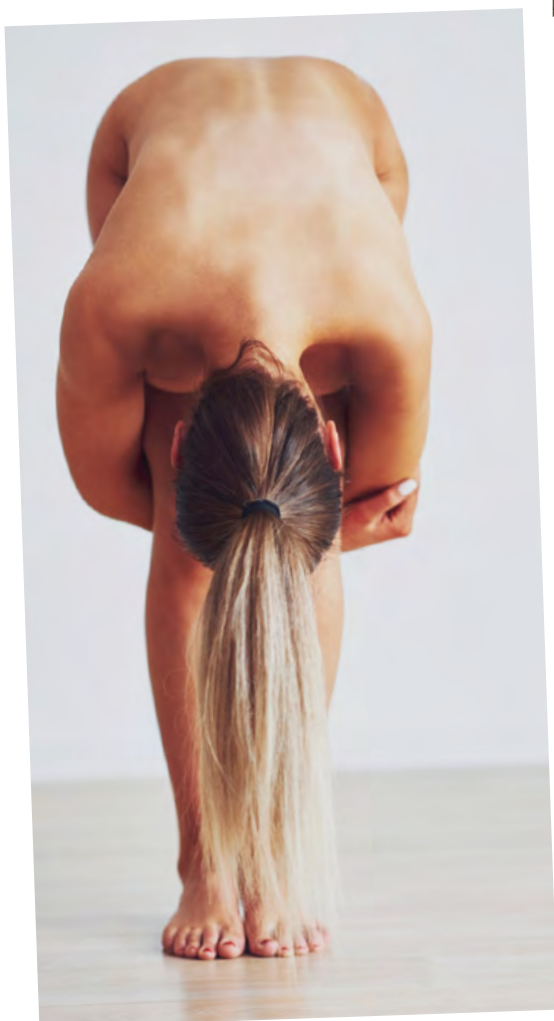
Και ίσως αυτή να είναι τελικά η πραγματική αποδοχή: όχι να φτάσεις στο σημείο όπου δεν ντρέπεσαι για τίποτα, αλλά στο σημείο όπου δεν αισθάνεσαι ότι πρέπει να αποδείξεις τίποτα.

Οπότε, nude yoga; Ναι, είναι ακριβώς αυτό που νομίζεις.

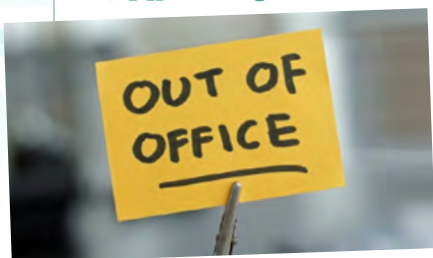
Και αν σε κάνει να νιώθεις ελεύθερος, υπέροχα. Αν πάλι μόνο στη σκέψη ψάχνεις ήδη πετοστά να τυλιχτείς, επίσης υπέροχα.

Το μόνο δύσκολο pose;

Να θυμάσαι πού να κοιτάς ή μάλλον πού να μην κοιτάς...



Αν δεν σου έχω στείλει mail, δεν χρειάζεται να ξέρω ότι λείπεις



Το mail «σήμερα θα λείπω από το γραφείο». Και όχι μία φορά. Επτά-οκτώ φορές μέσα στον μήνα. Χαίρομαι που έχεις πρόγραμμα, αλλά γιατί πρέπει να το ξέρω προκαταβολικά; Αν σου στείλω κάτι και λείπεις, βάλε auto-reply. Θα ενημερωθώ

ακριβώς τη στιγμή που η απουσία σου με αφορά. Δεν χρειάζομαι εβδομαδιαίο δελτίο παρουσιών. Σε λίγο θα λαμβάνουμε και «12:30 κατεβαίνω για καφέ, επανέρχομαι».

Βάλε δύο γραμμές στο invite. Να ξέρουμε γιατί ερχόμαστε.



«Catch up». Αύριο, 11:30. Τριάντα λεπτά. Τέσσερα άτομα. Καμία άλλη πληροφορία. Catch up για τι; Project; Πελάτη; Κάτι που πήγε στραβά και δεν το ξέρω ακόμη; Μέχρι να έρθει η ώρα, έχω προλάβει να φτιάξω

δεκαεπτά σενάρια. Γράψε απλώς «να δούμε το Χ και να αποφασίσουμε το Ψ». Θα έρθω προετοιμασμένος και δεν θα ψάχνω από το προηγούμενο βράδυ τι έκανα.

Θέλω να παραγγείλω πατάτες, όχι να μπω σε website

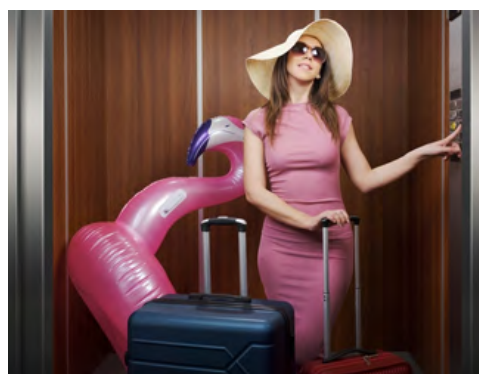


Το QR menu χωρίς κανένα κανονικό menu. Τέσσερις άνθρωποι σε ένα τραπέζι, τέσσερα κινητά στα χέρια. Ο ένας έχει 3% μπαταρία, ο άλλος δεν πιάνει σήμα, στον τρίτο δεν ανοίγει το link και ο τέταρτος ψάχνει τα κυρίως ανάμεσα σε pop-ups.

Ναι στο QR. Αλλά άφησε και δύο χάρτινα menu για όποιον θέλει απλώς να ξεφυλλίσει, να διαλέξει και να συνεχίσει την κουβέντα. Θέλω πατάτες. Όχι να αποδεχτώ cookies.

Για να μπεις, πρέπει πρώτα να μας αφήσεις να βγούμε. Απλά μαθηματικά είναι.

Ακούγεται το «ντιν» και παίρνεις θέση ακριβώς μπροστά στην πόρτα του ασανσέρ. Ανοίγει και ξαφνικά κοιταζόμαστε σαν να μην περίμενε κανείς ότι μπορεί να υπάρχουν άνθρωποι μέσα. Μετά αρχίζει η χορογραφία: εμείς δεξιά, εσύ δεξιά. Εμείς αριστερά, εσύ αριστερά. Μισό βήμα πίσω ή στο πλάι. Τόσο χρειάζεται. Πρώτα βγαίνουμε, μετά μπαίνεις. Μαθηματικά Δημοτικού.



Η κυλιόμενη δεν έχει φρένο. Εσύ έχεις.

Κατέβηκες από την κυλιόμενη. Μην σταματήσεις ακριβώς εκεί για να κοιτάξεις κινητό, να βρεις πού είναι το Zara ή να αποφασίσεις πού θέλεις να πας. Γιατί πίσω σου συνεχίζουν να έρχονται άνθρωποι και η κυλιόμενη δεν διαθέτει αισθητήρα υπαρξιακής αναζήτησης.

Πήγαινε δύο βήματα μπροστά. Μετά μπορείς να κάνεις όση περισυλλογή θέλεις.



Όταν ο ήλιος πυροδοτεί τα αυτοάνοσα



Για ορισμένους ανθρώπους με αυτοάνοσα ρευματικά νοσήματα, η έκθεση στον ήλιο μπορεί να προκαλέσει κάτι περισσότερο από ένα έγκαυμα. Η υπερώδης ακτινοβολία ενδέχεται να ενεργοποιήσει φλεγμονώδεις αντιδράσεις, με εξανθήματα, έντονη κόπωση και πόνους

στις αρθρώσεις, ιδιαίτερα σε ασθενείς με Συστηματικό Ερυθηματώδη Λύκο. Αντηλιακό υψηλής προστασίας, καπέλο, κατάλληλα ρούχα και αποφυγή της έντονης μεσημεριανής ακτινοβολίας είναι απαραίτητα.

Μάθετε περισσότερα από τη Dr Ελένη Κορμηνού [εδώ](#).

Θέατρο ARROYO: Η Blanche επιστρέφει μετά το τέλος

Τι συμβαίνει στη Blanche DuBois όταν τελειώνει το «Λεωφορείο ο Πόθος»; Αυτό είναι το σημείο εκκίνησης του “BLANCHE after”, της νέας παράστασης που σκηνοθετεί ο Σταύρος Λίτινας στη νέα σκηνή του θεάτρου ARROYO.

Η Blanche μένει μόνη με τις αναμνήσεις, τις απώλειες και όσα δεν κατάφερε να αφήσει πίσω, σε μια παράσταση όπου το κείμενο συναντά τη μουσική και το πραγματικό μπλέκεται με το φανταστικό.

Τον ρόλο ερμηνεύει η ηθοποιός και τραγουδίστρια Δανάη Κατσαμένη.

Πρεμιέρα 24 Οκτωβρίου | Σάββατο 21:00, Κυριακή 20:00 | έως 10 Ιανουαρίου 2027

Για όσους αγαπούν τις ιστορίες που δεν τελειώνουν μαζί με την τελευταία σκηνή.



Piraeus Taste Festival

Το Σαββατοκύριακο θέλει βόλτα, παρέα και καλό φαγητό. Και ο Πειραιάς τα έχει βάλει όλα στο ίδιο πρόγραμμα.

Το 5ο Piraeus Taste Festival – Sea Food & More ολοκληρώνεται αυτό το Σαββατοκύριακο και έχει απλώσει τραπέζια, κατσαρόλες, οθόνες και μουσικές σε διαφορετικά σημεία της πόλης.

Την Παρασκευή 25 Σεπτεμβρίου, η Πλατεία Κοραή συνδυάζει φαγητό και σινεμά: στις 19:30 ο chef Ιάκωβος Απέργης μαγειρεύει ζωντανά και στις 20:30 ακολουθεί προβολή του «Julie & Julia». Την ίδια ώρα, στον Όρμο Αφροδίτης στην Πειραική, η παραδοσιακή Γιορτή του Σπάρου προσφέρει δωρεάν ψάρι και μεζέδες, μαζί με νησιώτικο γλέντι.

Το Σάββατο 26 Σεπτεμβρίου, από τις 11:00 έως τις 14:00, οι Γεύσεις του Κόσμου φέρνουν στην Πλατεία Κοραή Ελλάδα, ΗΠΑ, Κίνα, Βιετνάμ, Παναμά και Αρμενία μέσα από φαγητό, μουσική και παραδόσεις. Το βράδυ η ίδια πλατεία περνά στα παιδιά, με live cooking από τον chef Κωνσταντίνο Μουζάκη και προβολή του «Coco». Και στο Νέο Φάληρο, η Γιορτή της Ταικουιδιάς στήνει ρακοκάζανα, κρητικές γεύσεις και μεγάλο γλέντι με τον Μανώλη Κονταρό.

Την Κυριακή 27 Σεπτεμβρίου, σειρά έχουν οι μικροί μάγειρες. Το Kids Cooking Party στην Πλατεία Κοραή έχει μαγειρική, Food Survivor, messy play, δημιουργικά εργαστήρια και δράσεις γύρω από τη σωστή παιδική διατροφή, από τις 11:00 έως τις 14:30.

Και για όσους θέλουν απλώς τη βόλτα τους, στο Πασαλιμάνι λειτουργεί καθημερινά το Piraeus Taste Fair, από τις 10:00 έως τις 22:00, με παραγωγούς, ελληνικά προϊόντα, delicatessen, gourmet επιλογές και superfoods. Η έκθεση συνεχίζεται μάλιστα έως τις 4 Οκτωβρίου.

Η συμμετοχή στις δράσεις του φεστιβάλ είναι δωρεάν.



Stoiximan & Σύμπλευση: 10 χρόνια δίπλα στα ακριτικά νησιά

Δέκα χρόνια κοινής πορείας στα ακριτικά νησιά συμπληρώνουν η Stoiximan και η Σύμπλευση (+πλευση), με τη συνεργασία τους να αποτυπώνεται σε ένα ντοκιμαντέρ που προβλήθηκε αποκλειστικά στο Cine Φιλοθέη. Η ταινία ακολουθεί τον φετινό Διάπλου και καταγράφει τις επισκέψεις στα νησιά, τις δράσεις και, κυρίως, τις συναντήσεις με τους ανθρώπους τους. Στην αποστολή συμμετείχαν οι CSR ambassadors της Stoiximan Δημήτρης Διαμαντίδης, Ντέμης Νικολαΐδης και Γιώργος Λέντζας, γνωρίζοντας από κοντά την καθημερινότητα και τις δυσκολίες που δημιουργεί η γεωγραφική απομόνωση.

Από το 2016, η Stoiximan στηρίζει δράσεις της Σύμπλευσης σε αθλητισμό και εκπαίδευση, με έργα υποδομής σε Σίκινο, Άγιο Ευστράτιο, Κάσο, Λειψούς και Φούρνους, αλλά και εκπαιδευτικό και τεχνολογικό εξοπλισμό σε μικρά νησιά.

Στον φετινό 12ο Διάπλου, περισσότεροι από 100 εθελοντές με 11 σκάφη ταξίδεψαν στο Αιγαίο.

Γιατί στα ακριτικά νησιά το «είμαστε δίπλα σας» αποκτά αξία μόνο όταν σημαίνει «επιστρέφουμε».



ΠΣΑΠΠ: Η Πλατεία Συντάγματος έγινε ένα μεγάλο γήπεδο ποδοσφαίρου



Με αφορμή τα 50 χρόνια του, ο ΠΣΑΠΠ μετέτρεψε την Πλατεία Συντάγματος σε ένα ανοιχτό γήπεδο για όλους, στο πλαίσιο του Football Unity Festival.

Παιδιά, οικογένειες, ποδοσφαιριστές, ποδοσφαιρίστριες και μεγάλες μορφές του ελληνικού ποδοσφαίρου συναντήθη-

καν σε τουρνουά, masterclasses και διαδραστικές δράσεις, κάνοντας πράξη το μήνυμα «Το Παιχνίδι που μας ενώνει».

Ξεχωριστές στιγμές αποτέλεσαν το τουρνουά ΠΣΑΠΠ Women και οι αγώνες των ΠΣΑΠΠ All Stars, με παίκτες όπως οι Γιώργος Καραγκούνης, Άγγελος Χαριστέας, Αντώνης Νικοπολίδης και Τζιοβάνι. Παράλληλα, σε επετειακή εκδήλωση στο NJV Athens Plaza τιμήθηκαν άνθρωποι που συνέβαλαν στην 50χρονη ιστορία του Συνδέσμου, ενώ μέρος των εσόδων της διοργάνωσης θα διατεθεί για την ενίσχυση των δράσεων του ΟΠΑΝΔΑ.

MISKO PROTEIN: Στον παλμό του επετειακού Ioannina Lake Run

Η MISKO PROTEIN έδωσε δυναμικό «παρών» στο επετειακό Ioannina Lake Run, που γιόρτασε 20 χρόνια παρουσίας από τις 18 έως τις 20 Σεπτεμβρίου, με περισσότερους από 7.000 δρομείς και χιλιάδες επισκέπτες.

Στην Πλατεία Μαβίλη πραγματοποιήθηκαν δύο MISKO PROTEIN Pasta Parties, όπου προσφέρθηκαν περισσότερες από 5.000 μερίδες ζυμαρικών σε δρομείς και κοινό.

Στη διοργάνωση συμμετείχε και η MISKO Running Team. Ο Αντώνης Τσαπατάκης έτρεξε στον Παραλίμνιο Δρόμο 1.000 μ. για ΑμεΑ, ενώ η Ματίνα Νούλα ήταν η πρώτη γυναίκα που τερμάτισε στα 10 χλμ., με χρόνο 00:35:17. Στους αγώνες συμμετείχαν επίσης η Ραφαέλα Ψαρρού και ο Γιώργος Καράβας.

Η MISKO PROTEIN συνέδεσε τη γεύση με την κίνηση, την ισορροπημένη διατροφή και τη χαρά της συμμετοχής.



Mattel: ο Τόμας το Τρενάκι επιστρέφει ανανεωμένος με νέες ιστορίες και παιχνίδια



Η Mattel παρουσιάζει την ανανεωμένη σειρά «Τόμας το Τρενάκι: Ιστορίες από τον Σιδηρόδρομο», ανοίγοντας ένα νέο κεφάλαιο για τον αγαπημένο ήρωα που συντροφεύει γενιές παιδιών εδώ και σχεδόν 80 χρόνια.

Το νέο 30λεπτο επεισόδιο «Πραγματικά Χρήσιμες Μηχανές», με ελληνική αφήγηση, είναι ήδη διαθέσιμο στο YouTube και αργότερα μέσα στη χρονιά θα κάνει πρεμιέρα και στο Netflix. Η ολοκληρωμένη νέα σειρά αναμένεται στις αρχές του 2027.

Παράλληλα, κυκλοφόρησε και ανανεωμένη σειρά παιχνιδιών με το σύστημα Easy Connect, που επιτρέπει στα παιδιά προσχολικής ηλικίας να συνδέουν εύκολα τα τρένα μέσω μαγνητικών μηχανισμών. Οι νέες ιστορίες διατηρούν στο επίκεντρο τις αξίες της φιλίας, της συνεργασίας και της αλληλοβοήθειας, με ανανεωμένο σχεδιασμό για τη νέα γενιά.

Mars: νέο Adoption Hub για πιο υπεύθυνες υιοθεσίες κατοικίδιων

Η Mars λανσάρει τη νέα online πλατφόρμα Adoption Hub, με στόχο να προσφέρει πρακτική και επιστημονικά τεκμηριωμένη καθοδήγηση σε όσους σκέφτονται να υιοθετήσουν κατοικίδιο.

Νέα παγκόσμια έρευνα της εταιρείας, σε περισσότερα από 26.000 άτομα σε 14 χώρες, δείχνει ότι σχεδόν ένας στους τρεις υποψήφιους κηδεμόνες διστάζει λόγω αβεβαιότητας γύρω από το ιατρικό ιστορικό, τη συμπεριφορά και τη συμβατότητα του ζώου με το νοικοκυριό.

Μέσα από το Adoption Hub, οι ενδιαφερόμενοι αποκτούν πρόσβαση σε συμβουλές ειδικών, εργαλεία προετοιμασίας και υποστήριξη πριν και μετά την υιοθεσία.

Παράλληλα, το Mars Global Adoption Weekend 2026 επεκτείνεται σε περισσότερες από 30 χώρες, μεταξύ των οποίων και η Ελλάδα, ενισχύοντας τη σύνδεση περισσότερων κατοικίδιων με νέα σπίτια.

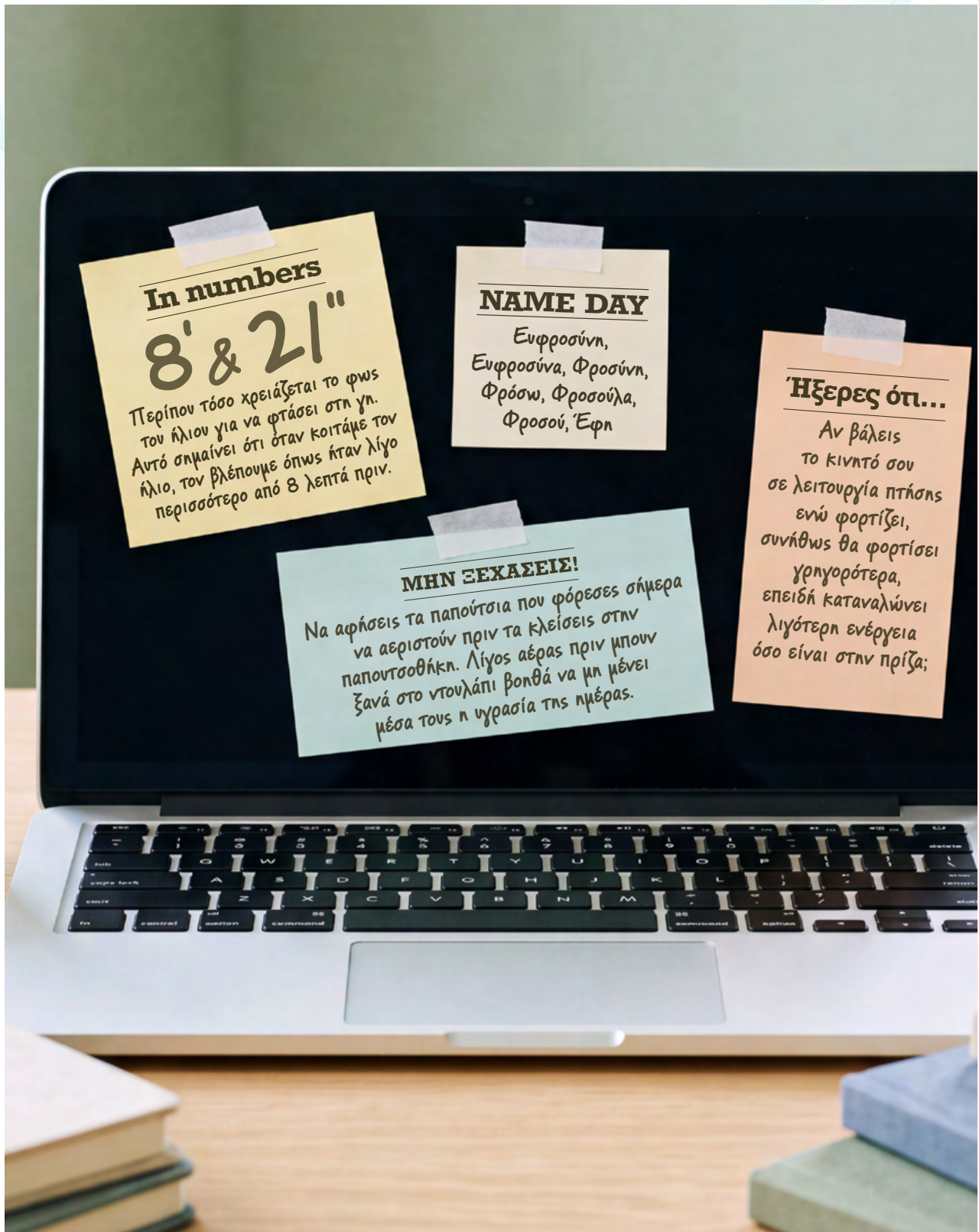


Starbucks x Snoopy: το φθινόπωρο μόλις έγινε πιο χαριτωμένο



Η Starbucks ξανασυναντά τα Peanuts και φέρνει τον Snoopy, τον Woodstock και την παρέα τους σε μια limited-edition φθινοπωρινή συλλογή που κυκλοφορεί και στην Ελλάδα. Η αφορμή είναι η 60ή επέτειος του "It's the Great Pumpkin, Charlie Brown" και το αποτέλεσμα έχει ακριβώς όση νοσταλγία χρειάζεται: ποτήρια, θερμός, κούπες και αξεσουάρ με Snoopy, Woodstock και φθινοπωρινές λεπτομέρειες. Ξεχωρίζουμε το Snoopy Glass Cold Cup με τον Woodstock πάνω στο καλαμάκι και, βασικά, όλη την ιδέα ότι ένα καθημερινό coffee cup μπορεί να μας φτιάξει λίγο παραπάνω τη διάθεση.

Γιατί ναι, μεγαλώσαμε. Αλλά Snoopy δεν ξεπεράσαμε. Η συλλογή κυκλοφορεί ήδη και στην Ελλάδα, σε επιλεγμένα καταστήματα Starbucks και μέχρι εξαντλήσεως των αποθεμάτων.



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