



DEARGREECE

FAMILY RECIPES SINCE 1930



Sweet rolls

οικογενειακές συνταγές

Δυο οικογενειακές παραδόσεις. Ένας κόσμος γεμάτος γεύση!

Η Dear Greece και η Sweet Rolls ενώνουν τις δυνάμεις τους δημιουργώντας μια ολοκληρωμένη πρόταση ποιοτικών μπισκότων και αρτοσκευασμάτων για όλη την οικογένεια.

Από το 1930, η Dear Greece δημιουργεί προϊόντα με σεβασμό στην ελληνική παράδοση, επιλεγμένες πρώτες ύλες και οικογενειακές συνταγές που περνούν από γενιά σε γενιά.

Σήμερα, η οικογένεια μεγαλώνει και υποδέχεται τη Sweet Rolls, γεμίζοντας με ακόμη περισσότερη νοστιμιά τον κόσμο του ποιοτικού snack.

Παραδοσιακά μπισκότα με κρητικό εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο, γεμιστά μπισκότα, ατομικά snacks, κριτσίνια, τσουρέκια και χειροποίητες μπάρες, συνθέτουν μια μοναδική γκάμα προϊόντων για κάθε στιγμή της ημέρας!

Απολαυστικά & νόστιμα μπισκότα

με κρητικό εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο

φτιαγμένα με μεράκι, με παραδοσιακές συνταγές

Sweet Cups



www.sweetrolls.gr

www.deargreece.gr

SAY *yes* to the **press**

YOUR DAILY ONLINE MAGAZINE

Με ρωτάς όντως τη γνώμη μου
ή απλώς περιμένεις
να συμφωνήσω;





Αν δεν θέλεις την αλήθεια, καλύτερα μη με ρωτήσεις!

Καλημέρα **SayYesser** και καλή εβδομάδα!!!

Θέλω να κάνω μια δήλωση από την αρχή, για να μην έχουμε παρεξηγήσεις.

Είμαι ο χειρότερος άνθρωπος στον οποίο μπορείς να απευθυνθείς αν θέλεις να ακούσεις αυτό που σε βολεύει. Αν με ρωτήσεις τη γνώμη μου, θα σου την πω. Όχι εκείνη που περιμένεις να ακούσεις. Όχι εκείνη που θα σε κάνει να φύγεις ευχαριστημένος. Τη δική μου. Την πραγματική.

Και πίστεψέ με, αυτό δεν με έχει κάνει πάντα τον πιο δημοφιλή άνθρωπο του δωματίου! Γιατί υπάρχουν άνθρωποι που σου λένε «θέλω να μου πεις ειλικρινά τι πιστεύεις» και μόλις τους απαντήσεις, παγώνουν!

«Δεν περίμενα να το ακούσω αυτό από εσένα».

Συγγνώμη, αλλά τότε γιατί με ρώτησες;

Έχω καταλάβει ότι πολλές φορές οι άνθρωποι δεν θέλουν τη γνώμη σου. Θέλουν να ακούσουν τη δική τους γνώμη από το δικό σου στόμα!

Ε, λοιπόν, εγώ δεν το έχω αυτό το ταλέντο. Δεν μπορώ να σου πω ότι κάτι είναι υπέροχο όταν δεν το πιστεύω. Ούτε να συμφωνήσω απλώς για να μη χαλάσουμε τις καρδιές μας.

Όχι επειδή θεωρώ ότι έχω πάντα δίκιο. Αλλά επειδή σου χρωστάω ειλικρίνεια από τη στιγμή που μου τη ζήτησες. Και φυσικά, άλλο ειλικρίνεια και άλλο αγένεια. Μπορούμε να διαφωνούμε χωρίς να πληγώνουμε.

Στο σημερινό κεντρικό θέμα μιλάμε γι' αυτήν ακριβώς την παρεξήγηση.

Αν χρειάζεσαι ενθάρρυνση, πες μου το. Αν θέλεις απλώς να σε ακούσω, εδώ είμαι. Αν όμως θέλεις τη γνώμη μου, μη μου ζητήσεις μετά τα ρέστα επειδή δεν σου άρεσε η απάντησή!

Tip of the Day: Πριν ζητήσεις μια γνώμη, σκέψου αν θέλεις πραγματικά ειλικρίνεια ή απλώς ενθάρρυνση.



♥ love it

Αγαπώ τους ανθρώπους που μου λένε την αλήθεια, ακόμη κι όταν δεν με βολεύει!

☹ leave it

Τις ερωτήσεις που ζητούν ειλικρινή γνώμη, αλλά δέχονται μόνο μία απάντηση: «Έχεις δίκιο!»

✓ we suggest

Την επόμενη φορά που κάποιος διαφωνήσει μαζί σου, άκουσέ τον πριν απαντήσεις.

Το σινεμά που σέβεται την ώρα έναρξης



Αν έχω κλείσει εισιτήριο για τις 20:30, περιμένω να δω την ταινία στις 20:30. Όχι να ξεκινήσω μια υποχρεωτική ξενάγηση στον κόσμο της διαφήμισης!

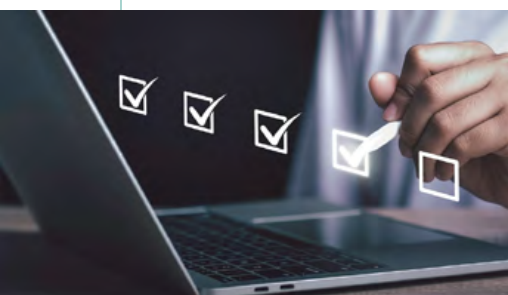
Καταλαβαίνω ότι

υπάρχουν τρέιλερ, διαφημίσεις και εμπορικές συμφωνίες. Αυτό που εκτιμώ, όμως, είναι οι κινηματογράφοι που ενημερώνουν ξεκάθαρα για την πραγματική ώρα έναρξης της ταινίας.

Έτσι μπορώ να προγραμματίσω τη βραδιά μου χωρίς εκπλήξεις και χωρίς να αναρωτιέμαι αν έχω μπει σε αίθουσα κινηματογράφου ή σε διαφημιστικό διάλειμμα της τηλεόρασης.

Γιατί αγαπώ το σινεμά. Αλλά όταν πληρώνω για δύο ώρες ταινία, προτιμώ οι πρώτοι πρωταγωνιστές που θα δω να είναι αυτοί της ταινίας!

Οι εκδηλώσεις που δεν σε βάζουν να παίζεις το κυνήγι του χαμένου email



Λατρεύω τους διοργανωτές που μου στέλνουν ένα μήνυμα με ΟΛΕΣ τις πληροφορίες! Πού γίνεται η εκδήλωση, τι ώρα αρχίζει, από ποια είσοδο μπαίνω, πού μπορώ να παρκάρω και αν χρειάζομαι εισιτήριο. Όλα συγκεντρωμένα!

Χωρίς να ψάχνω τέσσερα διαφορετικά email, τρεις προσκλήσεις και ένα μήνυμα στο Instagram για να καταλάβω που πρέπει να πάω. Γιατί η καλή οργάνωση φαίνεται πριν καν ξεκινήσει μια εκδήλωση. Και ειλικρινά, θέλω να πάω σε μια παρουσίαση. Όχι να λύσω το μυστήριο του χαμένου θησαυρού!

Οι βιβλιοθήκες που δανείζουν και επιτραπέζια παιχνίδια

Μου αρέσει πολύ η ιδέα μιας βιβλιοθήκης που δεν σταματά στα βιβλία!

Σε βιβλιοθήκες του εξωτερικού υπάρχουν προγράμματα δανεισμού επιτραπέζιων παιχνιδιών, εκπαιδευτικών υλικών, ακόμη και μικρών εργαλείων.

Σκέφτομαι πόσο ωραίο θα ήταν να μπορούσα να δανειστώ ένα επιτραπέζιο για το Σαββατοκύριακο, να το δοκιμάσω με την παρέα μου και να το επιστρέψω τη Δευτέρα. Χωρίς να χρειαστεί να αγοράσω κάτι που μπορεί να παίξω μόνο μία φορά.

Είναι μια διαφορετική λογική: δεν χρειάζεται να μου ανήκουν τα πάντα για να μπορώ να τα απολαμβάνω.

Και τελικά, μια βιβλιοθήκη μπορεί να είναι πολλά περισσότερα από έναν χώρο γεμάτο ράφια. Μπορεί να γίνει το σημείο όπου μοιραζόμαστε ιδέες, εμπειρίες και πράγματα.

Αυτό θα ήθελα πολύ να το βλέπω συχνότερα και στην Ελλάδα!



Το ανθοπωλείο που σου μαθαίνει να κρατάς τα λουλούδια ζωντανά



Μου αρέσουν τα ανθοπωλεία που δεν μου δίνουν απλώς μια όμορφη ανθοδέσμη, αλλά και δυο μικρές συμβουλές για να τη χαρώ περισσότερο. Να κόψω λίγο τα κοτσάνια, να αλλάζω τακτικά το νερό, να μην αφήνω τα λουλούδια στον ήλιο. Απλά πράγματα, που όμως κάνουν τη διαφορά.

Δεν χρειάζομαι σεμινάριο ανθοκομίας ούτε να γίνω ειδικός στα τριαντάφυλλα. Θέλω μόνο να ξέρω πώς θα παραμείνουν όμορφα για περισσότερες ημέρες. Γιατί όταν αγοράζω λουλούδια, δεν αγοράζω μόνο μια ανθοδέσμη. Αγοράζω και λίγη ομορφιά για την καθημερινότητά μου. Και θέλω να κρατήσει!



Με ρωτάς όντως τη γνώμη μου ή απλώς περιμένεις να συμφωνήσω;

Υπάρχουν άνθρωποι που ζητούν την ειλικρινή σου άποψη, αρκεί να συμπίπτει απολύτως με τη δική τους. Και κάπου εκεί ξεκινά μια από τις πιο παράξενες παρεξηγήσεις της ανθρώπινης επικοινωνίας.

«Θέλω να μου πεις ειλικρινά τι πιστεύεις».

Πολύ ωραία. Να σου πω.

«Ναι, αλλά πρόσεξε, θέλω την αλήθεια».

Εντάξει, κατάλαβα.

«Μη μου πεις αυτό που θέλω να ακούσω».

Μάλιστα!

Και κάπου εκεί κάνεις το τεράστιο λάθος να απαντήσεις πραγματικά.

Γιατί ξαφνικά η ατμόσφαιρα αλλάζει. Το χαμόγελο εξαφανίζεται.

Το βλέμμα γίνεται λίγο πιο παγωμένο και ακολουθεί η αθάνατη φράση:

«Δεν περίμενα να το ακούσω αυτό από εσένα».

Συγγνώμη, να ρωτήσω κάτι; Τη γνώμη μου ήθελες ή είχες οργανώσει μια μικρή προσωπική τελετή επιβεβαίωσης;

**Πες μου τη γνώμη σου.
Αρκεί να είναι η δική μου!**

Το βλέπουμε παντού.

Μια φίλη σε ρωτά αν έκανε καλά που παραιτήθηκε. Ένας συνάδελφος θέλει να μάθει πώς σου φαίνεται η ιδέα του. Κάποιος ζητά τη γνώμη σου για μια απόφαση που έχει ήδη

πάρει. Κι εσύ προσπαθείς να απαντήσεις με ειλικρίνεια, ευγένεια και λίγη λογική.

Μόνο που ανακαλύπτεις ότι δεν συμμετέχεις σε συζήτηση. Συμμετέχεις σε εξέταση πολλαπλής επιλογής, όπου υπάρχει μία σωστή απάντηση και δεν σου την έχουν δείξει!

Αν συμφωνήσεις, είσαι υποστηρικτικός. Αν διαφωνήσεις, είσαι αρνητικός. Αν επισημάνεις ένα πρόβλημα, δεν χαίρεσαι με τη χαρά του άλλου.

Και αν τολμήσεις να πεις «εγώ θα το έκανα διαφορετικά», ετοιμάσου να εξηγήσεις τότε ακριβώς αποφάσεις να γίνεις εχθρός της ανθρωπότητας.

Λίγη υπερβολή; Ίσως. Αλλά καταλαβαίνομαστε.



Η ειλικρίνεια είναι υπέροχη. Μέχρι να μη μας βολεύει!

Μας αρέσει να πιστεύουμε ότι εκτιμούμε την αλήθεια. Λέμε ότι θέλουμε ανθρώπους που δεν μας χαϊδεύουν τα αυτιά, που μας μιλούν ανοιχτά και που δεν φοβούνται να διαφωνήσουν.

Στην πράξη, όμως, δεν είναι πάντοτε εύκολο. Γιατί όταν κάποιος διαφωνεί μαζί μας, δεν αμφισβητεί απαραίτητα μόνο μια απόφασή μας. Μερικές φορές αισθανόμαστε ότι αμφισβητεί την κρίση μας, την αξία μας ή ακόμη και το ποιοι είμαστε.

Και κάπως έτσι, μια απλή διαφορετική άποψη μετατρέπεται σε προσωπική υπόθεση. Αντί να ακούσουμε τι μας λέει ο άλλος, αρχίζουμε να αναζητούμε τον τρόπο να του αποδείξουμε ότι κάνει λάθος. Πολύ κουραστικό όλο αυτό. Και για τις δύο πλευρές.

Μήπως, τελικά, δεν θέλουμε συμβουλή αλλά παρέα στην απόφασή μας;

Εδώ υπάρχει και μια άλλη πλευρά που αξίζει να αναγνωρίσουμε.

Μερικές φορές δεν ζητάμε πραγματικά γνώμη. Ζητάμε ενθάρρυνση.

Έχουμε πάρει μια δύσκολη απόφαση, φοβόμαστε, αμφιβάλλουμε και θέλουμε έναν άνθρωπο να μας πει «προχώρα, είμαι μαζί σου».

Και ξέρεις κάτι; Είναι απολύτως θεμιτό. Αρκεί να το λέμε!

«Δεν θέλω συμβουλή αυτή τη στιγμή. Θέλω λίγο κουράγιο».

Τι υπέροχα ξεκάθαρη κουβέντα!

Ο άλλος ξέρει τι χρειάζεσαι και δεν αναγκάζεται να παίξει τον ρόλο του συμβούλου, του δικαστή και του εμψυχωτή ταυτόχρονα.

Το πρόβλημα ξεκινά όταν ζητάμε αντικειμενική κρίση, αλλά τιμωρούμε συναισθηματικά οποιονδήποτε δεν μας δίνει την επιβεβαίωση που περιμέναμε.

Οι άνθρωποι που διαφωνούν μαζί μας δεν είναι απαραίτητα απέναντί μας

Μια καλή σχέση δεν μετριέται από το πόσες φορές δύο άνθρωποι λένε «συμφωνώ».

Μετριέται και από το αν μπορούν να πουν «διαφωνώ» χωρίς να χαλάσει ο κόσμος. Να συζητήσουν, να ακούσουν, να σκεφτούν. Ίσως να

αλλάξουν γνώμη, ίσως και όχι.

Δεν χρειάζεται κάθε διαφορετική άποψη να έχει νικητή και ηττημένο.

Ούτε, φυσικά, η ειλικρίνεια να γίνεται δικαιολογία για αγένεια. Μπορείς να πεις κάτι δύσκολο με σεβασμό. Μπορείς επίσης να αναγνωρίσεις ότι δεν γνωρίζεις αρκετά για να κρίνεις.

Η ουσιαστική επικοινωνία δεν απαιτεί απόλυτη συμφωνία. Απαιτεί χώρο και για τον άλλον.

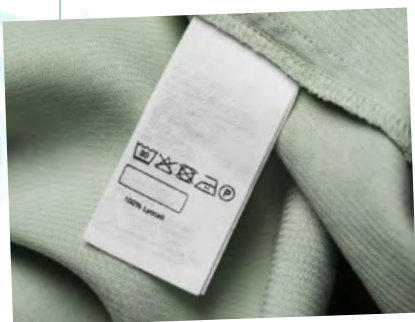
Και προσωπικά, όσο περνούν τα χρόνια, εκτιμώ περισσότερο τους ανθρώπους που μπορούν να ακούσουν κάτι διαφορετικό χωρίς να το αντιμετωπίσουν ως προσβολή.

Εκείνους που θα πουν «δεν το είχα σκεφτεί έτσι». Που δεν χρειάζονται διαρκώς χειροκρότημα. Που ξέρουν ότι μια διαφωνία δεν ακυρώνει μια σχέση.

Την επόμενη φορά, λοιπόν, που θα ρωτήσεις κάποιον «εσύ τι πιστεύεις;», κάνε πρώτα μια μικρή ερώτηση στον εαυτό σου: Θέλω πραγματικά να μάθω; Ή έχω ήδη αποφασίσει τι πρέπει να ακούσω;

Γιατί, αν έχεις έτοιμη την απάντηση, μη με ρωτάς τη γνώμη μου. Στείλε μου απλώς το κείμενο να σουβάλω ένα «συμφωνώ» από κάτω!

Οι ετικέτες των ρούχων



Αγοράζω ένα υπέροχο μπλουζάκι και το τελευταίο που θέλω είναι να περάσω την ημέρα μου ξύνοντας τον αυχένα μου! Αγαπώ τις εταιρείες που τυπώνουν τις οδηγίες πλυσίματος απευθείας πάνω στο ύφασμα ή βάζουν πραγματικά μαλακές ετικέτες. Γιατί τι να το κάνω το τέλειο σχέδιο αν κάθε πέντε λεπτά αισθάνομαι ότι

κάποιος με τσιμπάει στην πλάτη; Και το χειρότερο; Όταν την κόβω, αφήνει μια γωνίτσα που γρατζουνάει ακόμη περισσότερο! Πραγματικά, ποιος τις σχεδιάζει; Ο εχθρός μου;

Τα 150 γραμμάρια τυρί που έγιναν 158 και προκάλεσαν κρίση



Ζητάς 150 γραμμάρια τυρί. Ο υπάλληλος κόβει, ζυγίζει και η ζυγαριά γράφει 158. Και ξαφνικά, το βλέμμα σου παγώνει! Λες και τα οκτώ γραμμάρια παραπάνω θα τινάξουν τον οικογενειακό προϋπολογισμό στον

αέρα. Αρχίζουν οι παρατηρήσεις, τα ξεφυσήματα και το στραβοκοίταγμα, ενώ ο άνθρωπος προσπαθεί να αφαιρέσει μία φέτα χωρίς να χρειαστεί χειρουργική επέμβαση ακριβείας. Λίγη κατανόηση δεν βλάπτει. Αν θέλεις ακριβώς 150 γραμμάρια, πες το ευγενικά. Δεν χρειάζεται να κάνουμε τον υπάλληλο να απολογείται για μια μπουκιά γραβιέρα!

Το ηλεκτρικό πατίνι που παρκάρει όπου βρει



Περπατάς στο πεζοδρόμιο και ξαφνικά βρίσκεις μπροστά σου ένα ηλεκτρικό πατίνι. Όχι στην άκρη, αλλά ακριβώς στη μέση! Για να συνεχίσεις, πρέπει να κάνεις ελιγμούς, να

κατέβεις στον δρόμο ή να μετακινήσεις κάτι που δεν είναι δικό σου. Και σκέφτομαι πόσο δυσκολότερο γίνεται αυτό για έναν άνθρωπο με αναπηρικό αμαξίδιο ή έναν γονιό με καρότσι. Η μικροκινητικότητα είναι χρήσιμη, αλλά ο δημόσιος χώρος ανήκει σε όλους. Το ότι ολοκλήρωσε τη δική σου διαδρομή δεν σημαίνει ότι μπορείς να μπλοκάρεις τη διαδρομή των υπολοίπων!

Η παρουσίαση που έχει περισσότερες λέξεις από εγκυκλοπαίδεια

Ανοίγει η πρώτη διαφάνεια. Επτά παράγραφοι! Η δεύτερη έχει άλλες εννέα. Στην τρίτη, ο ομιλητής αρχίζει να διαβάζει δυνατά όσα βλέπω ήδη στην οθόνη! Και αναρωτιέμαι: γιατί δεν μας στείλατε απλώς το κείμενο να το διαβάσουμε στο σπίτι μας; Μια παρουσίαση υποτίθεται ότι κάνει τις πληροφορίες πιο κατανοητές, όχι ότι δοκιμάζει την αντοχή των ματιών μου!



Η τσάντα που έχει δικό της κάθισμα στο γεμάτο λεωφορείο

Μπαίνω σε ένα ασφυκτικά γεμάτο λεωφορείο. Όρθιοι παντού, αλλά σε ένα διπλό κάθισμα κάθετα ένας άνθρωπος και δίπλα του... η τσάντα του! Εκείνη ταξιδεύει αναπαυτικά, ενώ εγώ προσπαθώ να ισορροπήσω σε κάθε φρενάρισμα. Καταλαβαίνω ότι μπορεί να έχει πολύτιμα πράγματα μέσα, αλλά μήπως να την πάρεις αγκαλιά; Γιατί, εκτός αν η τσάντα σου έχει βγάλει εισιτήριο, πληρώνει ΕΦΚΑ και επιστρέφει εξαντλημένη από τη δουλειά, δεν βλέπω κανέναν λόγο να κάθεσαι ενώ οι υπόλοιποι στεκόμαστε όρθιοι!



«Ο μαγικός Μπαχ»: Μια διαφορετική μουσική βραδιά στο Μέγαρο



Αν θέλεις να ξεφύγεις από τους συνηθισμένους ήχους της καθημερινότητας, δώσε μια ευκαιρία στον Μπαχ! Την Τρίτη 27 Οκτωβρίου, η σπουδαία

βιολονίστα Elizabeth Blumenstock συναντά την Καμεράτα Ορχήστρα των Φίλων της Μουσικής, σε μια συναυλία με όργανα εποχής και έργα του μεγάλου συνθέτη. Μια μουσική εμπειρία που δεν χρειάζεται να είσαι ειδικός για να την απολαύσεις. Αρκεί να αφήσεις για λίγο το κινητό στην άκρη και να ακούσεις.

Μέγαρο Μουσικής Αθηνών, 20:30.

Δώσε δεύτερη ευκαιρία σε κάτι που έχεις ξεχάσει



Μια λάμπα που θέλει λαμπτήρα, ένα μικρό έπιπλο που χρειάζεται επισκευή ή ένα διακοσμητικό που έχει καταλήξει σε μια ντουλάπα. Διάλεξε ένα αντικείμενο που έχεις παρατήσει και ασχολήσου μαζί του. Καθάρισέ το, επισκεύασέ το ή βρες του μια καινούργια θέση. Μερικές φορές η καλύτερη ανανέωση του σπιτιού δεν χρειάζεται ούτε επίσκεψη σε κατάστημα ούτε πιστωτική κάρτα!

Φτιάξε ένα άλμπουμ από ένα ταξίδι που δεν θέλεις να ξεχάσεις



Μην προσπαθήσεις να οργανώσεις όλες τις φωτογραφίες του κινητού σου. Θα χρειαστείς δεύτερη ζωή! Διάλεξε μόνο ένα ταξίδι που αγάπησες και κράτησε τις 20 αγαπημένες σου

φωτογραφίες σε ένα ξεχωριστό άλμπουμ. Όχι μόνο τα αξιοθέατα. Εκείνον τον καφέ, το αστείο στιγμιότυπο, τον δρόμο που χάθηκε. Γιατί οι καλύτερες αναμνήσεις δεν είναι πάντα οι πιο φωτογενείς. Είναι εκείνες που σε κάνουν να χαμογελάς κάθε φορά που τις ξαναβλέπεις!

«Το Μαγαζάκι του Τρόμου»:

**Το πιο επικίνδυνο φυτό της
Αθήνας ανέβηκε στη σκηνή**

Ένα παράξενο φυτό, ένας ντροπαλός ανθοπώλης και μια συμφωνία που ξεφεύγει επικίνδυνα από τον έλεγχο! Το αγαπημένο μιούζικαλ «Το Μαγαζάκι του Τρόμου» επέστρεψε στο ανακαινισμένο Θέατρο Αλέκος Αλεξανδράκης, σε σκηνοθεσία Θέμιδας Μαρσέλλου. Με τους Θανάση Τσαλταμπάση, DEMY, Ίαν Στράτη και Αντώνη Λουδάρο, ζωντανή ορχήστρα, μαύρο χιούμορ και υπέροχα τραγούδια, είναι μια εξαιρετική αφορμή για θεατρική έξοδο. Και μια υπενθύμιση ότι ορισμένα φυτά καλύτερα να μην τα ποτίζεις!

Κυψέλης 54, Αθήνα.

Επόμενη παράσταση 28/10, στις 19:30



Δοκίμασε μια ολόκληρη μέρα χωρίς να αγοράσεις τίποτα

Όχι από ανάγκη. Από περιέργεια! Για μία ημέρα, μην παραγγέλνεις κάτι επειδή βαριέσαι, μην αγοράσεις κάτι επειδή είναι σε προσφορά και μην προσθέσεις άλλο ένα αντικείμενο στο καλάθι σου. Το βράδυ σκέψου πόσα πράγματα ήθελες πραγματικά και πόσα απλώς εμφανίστηκαν μπροστά σου. Μπορεί να ανακαλύψεις ότι τελικά δεν σου έλειψε απολύτως τίποτα!



ΕΥΔΑΠ: Η «Μεγάλη Μπλε Αποστολή» ξεκίνησε!

Τα παιδιά αναλαμβάνουν να σώσουν το νερό

Μπορούν οι μικροί μαθητές να γίνουν οι μεγαλύτεροι σύμμαχοι του νερού; Η ΕΥΔΑΠ πιστεύει πως ναι και καλεί τα Δημοτικά Σχολεία όλης της Ελλάδας να συμμετάσχουν στη «Μεγάλη Μπλε Αποστολή: Τα παιδιά σώζουν το νερό»!

Ο πανελλήνιος μαθητικός διαγωνισμός απευθύνεται σε παιδιά Δ', Ε' και ΣΤ' Δημοτικού, τα οποία, μέσα από έρευνα, δημιουργικές δραστηριότητες και ομαδική εργασία, θα αναζητήσουν τρόπους εξοικονόμησης και προστασίας του πολύτιμου αυτού αγαθού.

Η πρωτοβουλία πραγματοποιείται σε συνεργασία με τα Υπουργεία Παιδείας και Περιβάλλοντος, δίνοντας στους μαθητές την ευκαιρία να μεταφέρουν όσα μαθαίνουν από τη σχολική τάξη στην οικογένεια και τη γειτονιά τους.

Οι δηλώσεις συμμετοχής ξεκίνησαν στις 23 Οκτωβρίου, και ολοκληρώνονται στις 11 Δεκεμβρίου. Τα σχολεία μπορούν να εγγραφούν και να βρουν το απαραίτητο εκπαιδευτικό υλικό στην επίσημη πλατφόρμα της δράσης.

Μερικές φορές οι μεγαλύτερες αλλαγές ξεκινούν από τα πιο μικρά χέρια! Μάθετε περισσότερα και εγγράψτε το σχολείο σας [ΕΔΩ](#).



Wolt και ΑΕΓΕΑΝ: Τώρα κερδίζεις μίλια ακόμα και όταν παραγγέλνεις φαγητό

Η Wolt και η ΑΕΓΕΑΝ ενώνουν τις δυνάμεις τους και μετατρέπουν τις

καθημερινές παραγγελίες σε ταξιδιωτικά προνόμια! Μέσα από τη νέα συνεργασία τους, τα μέλη του προγράμματος Miles+Bonus στην Ελλάδα και την Κύπρο αποκτούν δωρεάν συνδρομή Wolt+ για έως και οκτώ μήνες, ενώ συλλέγουν μίλια εξαργύρωσης με τις αγορές τους.

Συγκεκριμένα, τα μέλη Blue, Silver, Gold και Platinum δικαιούνται 3 μήνες δωρεάν Wolt+, ενώ τα μέλη του genAIRation ΑΕΓΕΑΝ απολαμβάνουν 8 μήνες δωρεάν συνδρομή. Παράλληλα, οι δικαιούχοι συνδρομητές συγκεντρώνουν 1 μίλι για κάθε 1€ που ξοδεύουν σε ολοκληρωμένες παραγγελίες.

Η ενεργοποίηση γίνεται μέσα από την εφαρμογή της Wolt, στην ενότητα «Κάρτες επιβράβευσης», με τη σύνδεση της κάρτας Miles+Bonus. Το Wolt+ προσφέρει, μεταξύ άλλων, μηδενικά έξοδα παράδοσης από επιλεγμένα εστιατόρια και καταστήματα.

Με λίγα λόγια; Το επόμενο ταξίδι σου μπορεί να ξεκινήσει από μια παραγγελία φαγητού στον καναπέ!

Hard Rock Cafe Athens: Halloween με караόκε, μουσική και καλό σκοπό

Το Halloween πλησιάζει και το Hard Rock Cafe Athens ετοιμάζει μια βραδιά γεμάτη μουσική, τραγούδι και διασκέδαση, με μια ιδιαίτερη φιλανθρωπική διάσταση!

Την Παρασκευή 30 Οκτωβρίου, από τις 21:00, το «Halloween Karaoke Night» προσκαλεί τους φίλους του Halloween να ανέβουν στη σκηνή, να τραγουδήσουν τις αγαπημένες τους επιτυχίες και να απολαύσουν μια διαφορετική βραδιά στο κέντρο της Αθήνας.

Η εκδήλωση έχει και κοινωνικό χαρακτήρα, καθώς μέρος των εσόδων από τα εισιτήρια θα διατεθεί στον Σύλλογο ΙΩΝΑΣ, που στηρίζει την αποκατάσταση και τη συμμετοχή ατόμων με αναπηρία στον αθλητισμό.

Η είσοδος κοστίζει 12 ευρώ και περιλαμβάνει μία μπύρα, ένα ποτήρι κρασί ή ένα αναψυκτικό της επιλογής των επισκεπτών.

Οι κρατήσεις πραγματοποιούνται τηλεφωνικά στο 210 3245170 ή ηλεκτρονικά μέσω OpenTable.

Μια καλή αφορμή να φορέσεις την πιο τρομακτική σου στολή, να ξεπεράσεις τον φόβο του μικροφώνου και να διασκεδάσεις για καλό σκοπό!



My market: Τι πρέπει να τρώνε τα παιδιά; Οι ειδικοί απαντούν στις απορίες των γονιών!



Τι κάνουμε όταν ένα παιδί αρνείται να δοκιμάσει καινούργιες τροφές; Ποιο είναι το ιδανικό σχολικό κολατσιό; Και τι χρειάζεται να τρώει πριν και μετά την άσκηση;

Τα My market δίνουν απαντήσεις σε καθημερινά ερωτήματα των γονιών

μέσα από τη νέα σειρά vidcasts «Μαθαίνουμε Διατροφή», με τη συμμετοχή ειδικών της διατροφής και της υγείας.

Με συντονίστρια τη δημοσιογράφο Βελίκα Καραβάλτσιου, οι συζητήσεις καλύπτουν θέματα όπως η παιδική παχυσαρκία, οι διατροφικές συνήθειες της οικογένειας, η ισορροπημένη διατροφή, η μαγειρική και η ενυδάτωση.

Στη σειρά συμμετέχουν, μεταξύ άλλων, οι διατροφολόγοι Δημήτρης Γρηγοράκης και Άννα Παπαγεωργίου, η παιδίατρος Εβελίνα Κούτρα και ο σεφ Πέτρος Συρίγος.

Τα τρία πρώτα επεισόδια είναι ήδη διαθέσιμα στο κανάλι των My market στο YouTube, ενώ τα επόμενα θα κυκλοφορήσουν στις 29 Οκτωβρίου και 12 Νοεμβρίου.

Η πρωτοβουλία εντάσσεται στο πρόγραμμα εταιρικής υπευθυνότητας «Μαζί, για κάθε οικογένεια», με σχεδιασμό και υλοποίηση από τη Danezis Stories.

Η Πρέσβης του Ισραήλ, Πινιάτ Γιανάι, τίμησε Έλληνες πυροσβέστες και φιλοξένησε παιδιά με αναπηρία



Πινιάτ Γιανάι, Πρέσβης του Ισραήλ στην Ελλάδα - Αναστάσιος Παπάς, Αντιστράτηγος Πυροσβεστικού Σώματος - Dedy Simhi, Ταξίαρχος Διοικητής Πυροσβεστικού Σώματος του Ισραήλ.

Με δύο ξεχωριστές εκδηλώσεις στην πρεσβευτική κατοικία, η Πρέσβης του Ισραήλ στην Ελλάδα, Πινιάτ Γιανάι, συνέδεσε την εβραϊκή γιορτή του Σουκότ με δράσεις κοινωνικής προσφοράς και αναγνώρισης.

Στη συμβολική «Σκηνή Φιλίας Ισραήλ-Ελλάδας», παιδιά με αναπηρία και οι οικογένειές

τους συμμετείχαν σε δημιουργικές δραστηριότητες, παιχνίδια και εκπλήξεις, με τη στήριξη κοινωνικών φορέων και χορηγών.

Σε ξεχωριστή εκδήλωση, η Πρέσβης τίμησε το Ελληνικό Πυροσβεστικό Σώμα, απονέμοντας τιμητική διάκριση στους εκπροσώπους του και αποτιόντας φόρο τιμής στους πυροσβέστες που έχασαν τη ζωή τους εν ώρα καθήκοντος.

Στις πρωτοβουλίες συνέβαλαν, μεταξύ άλλων, ο Όμιλος Φάις μέσω της Harley-Davidson και η Disney μέσω της Top Trends S.A., ενώ συμμετείχαν κοινωνικές οργανώσεις και εκπρόσωποι του αθλητισμού.

ΔΕΗ × WE4ALL: 500 δέντρα και 250 μαθητές δίνουν νέα ζωή στη Βόρεια Εύβοια!

Για τρίτη συνεχή χρονιά, η ΔΕΗ και η WE4ALL ενώνουν τις δυνάμεις τους για την αναγέννηση της Βόρειας Εύβοιας, μέσα από το πρόγραμμα «Sustainability Seeds», που συνδυάζει την περιβαλλοντική αποκατάσταση με τη στήριξη της τοπικής κοινωνίας.

Στο πλαίσιο της πρωτοβουλίας, προσφέρθηκαν 500 καρποφόρα δέντρα σε αγρότες που επλήγησαν από τις καταστροφικές πυρκαγιές του 2021, συμβάλλοντας στην αποκατάσταση της αγροτικής παραγωγής και στην προστασία του εδάφους.

Παράλληλα, πραγματοποιήθηκαν 10 βιωματικές εκπαιδευτικές δράσεις σε σχολεία, με τη συμμετοχή περισσότερων από 250 μαθητών. Τα παιδιά γνώρισαν τις αρχές της βιώσιμης ανάπτυξης και έμαθαν πώς μπορούν να συμβάλουν στην προστασία του περιβάλλοντος.

Μια πρωτοβουλία που επενδύει τόσο στη γη όσο και στη νέα γενιά, υπενθυμίζοντας ότι η αναγέννηση ενός τόπου χρειάζεται φροντίδα, συνεργασία και συνέπεια.





SAY **yes** press

ΔΩΡΕΑΝ
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟ
ΨΗΦΙΑΚΟ
NEWSLETTER

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



Chief of SayYessers: Claire Styliara

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