



www.ecb.cz

Tisková zpráva EkoCentra Brno ze dne 17. října 2011

Oblíbená kapesní edice nabízí nyní tipy pro nápadité a šetrné vaření

V těchto dnech přichází EkoCentrum Brno s 13. svazkem úspěšné edice Dobrá rada, která přináší konkrétní tipy, rady a náměty pro ekologicky šetrnější a zdravější životní styl.

Nejnovější díl edice přináší inspiraci pro ozdravení a zpestření našeho jídelníčku a současně i jednoduché tipy, jak se chovat šetrněji k životnímu prostředí při nákupech, výběru potravin a v neposlední řadě při minimalizaci domácích odpadů a jejich šetrné likvidaci.

Autorkou této užitečné a inspirativní příručky je propagátorka dobré a zdravé kuchyně a lektorka zdravého vaření Gabriela Kolčavová.

Kromě publikace připravilo EkoCentrum Brno pro zájemce také dílny v Brně na Ponávce 2, jejichž účastníci budou mít pod vedením Gábiny Kolčavové skvělou příležitost společně připravit a ochutnat dobré jídlo a získat spoustu dalších informací a receptů.

Publikace Nápadité a šetrné vaření přináší i zajímavé recepty a informace o méně známých potravinách, ze kterých se dají vykouzlit velmi chutná a zdravá jídla. Autorka je také výtvarnice a výborná fotografka, takže nepodceňuje ani estetickou složku naší stravy – dobré jídlo má být nejen zdravé, ale i pěkné na pohled. Vedle tištěných brožurek najdou čtenáři řadu dalších užitečných informací na adrese www.ecb.cz/dobra_rada. Stránky www.ecb.cz nabízejí i další prostor: můžete zde klást otázky zkušeným ekoporadcům nebo sdílet s ostatními svoje zkušenosti v diskuzním fóru.

Edice Dobrá rada vychází už druhým rokem díky finanční podpoře Ministerstva životního prostředí. „Těší nás mimořádný zájem o edici a jsme rádi, že ji můžeme i letos nabízet příznivcům zdarma. Zájemci o Dobrou radu se nám hlásí z celé republiky, těší nás i zájem médií, zejména České televize a televize BTV, kde se nám daří velmi početnému diváckému publiku nabízet inspiraci pro každodenní ekologicky šetrnější životní styl. V edici Dobrá rada navazujeme vědomě na dlouhou tradici a mimořádnou oblibu nejrůznějších praktických příruček pro domácnost. Přidanou hodnotou v naší edici je to, že nezůstává jen úzce pojatým souborem rad, receptů, technických zlepšováků či námětů jak ušetřit peníze. To vše samozřejmě také, ale navíc vždy uvádíme naše rady do souvislosti se šetrným životním stylem, tedy péčí o naše zdraví a životní prostředí“, připomněl hlavní myšlenku oblíbené edice redaktor Zbyněk Zavadil.

V současné době vzniká v redakci edice další svazek, který se pod názvem Domácí lázně zaměří na to, jak v podmínkách běžné domácnosti šetrně a příjemně relaxovat s využitím bylin a dalších přírodních prostředků, které mají blahodárný vliv na naše zdraví.

Kde lze Dobrou radu získat? Brožury jsou zdarma k dispozici návštěvníkům ekoporadny EkoCentra Brno, zákazníkům obchůdku a knihkupectví v Brně na Ponávce 2. Část nákladu je umístěna ve stojácích v brněnských prodejnách zdravé výživy, kavárnách a informačních centrech neziskových organizací.

EkoCentrum Brno je občanské sdružení, které funguje nepřetržitě od roku 1990. Zaměřuje se především na podporu ekologicky šetrného životního stylu. Provozuje stálé informační centrum s knihovnou, ekologickou poradnou a knihkupectvím v Brně na Ponávce. Ke stěžejním aktivitám patří také výukové a volnočasové programy pro děti a vzdělávací program pro dospělé. Od roku 1996 realizuje sdružení projekt Stezky zdraví Brno – Lelekovice. Více informací na www.ecb.cz.

Kontakt: **EkoCentrum Brno, Ponávka 2, 602 00 Brno, tel./fax 545 246 403, ecb@ecb.cz, www.ecb.cz**