



www.ecb.cz

Tisková zpráva EkoCentra Brno ze dne 18.12. 2011

Novinka v oblíbené edici Dobrá rada: Domácí lázně

Název Domácí lázně nese již 14. svazek kapesní edice námětů pro ekologicky šetrný životní styl, kterou vydává EkoCentrum Brno.

Šetrněji k životnímu prostředí a našemu zdraví se můžeme chovat prakticky při každé činnosti, stačí jen mít inspiraci a zamyslet se nad svými návyky. To platí i pro oblast osobní hygieny a také odpočinku a relaxace.

„Pod pojmem lázně si představí většina z nás kolonádu s léčivými prameny, hudbu, oplatky, koupele, masáže nebo jen klid a příjemné procházky. Tento svazek naší edice ale představuje tak zvané domácí lázně, což není jen vana plná vody. Je to zážitek - mozaika složená ze spousty drobností, relaxace v bezpečí domova, která může mít mnoho podob,“ přibližuje téma ekoporadkyně a autorka tohoto svazku Gabriela Zavadilová.

Tento díl edice Dobrá rada přináší inspiraci, jak za minimální cenu účinně relaxovat v domácím prostředí. Napoví, jak se zorientovat v nabídce kosmetických výrobků, jak využít přírodních surovin k přípravě domácích bylinných koupelí, krémů či vůní bez zbytečné chemie. Přináší i praktické tipy, jak mít pod kontrolou svou spotřebu a vědět, co odchází s vodou, kterou vypouštíme z naší domácnosti.

Ekologicky šetrné je nejen pečovat o své zdraví (máme ho jen jedno, musí nám vydržet celý život), ale také o naši planetu (máme ji jen jednu, musí vydržet pro příští generace).

Edice Dobrá rada vychází díky finanční podpoře Ministerstva životního prostředí. Další zajímavé informace doplňující text brožur jsou vždy aktuálně umístěny na stránkách www.ecb.cz. Zde mohou zájemci například hlasovat o nejoblíbenějším svazku edice nebo se v diskuzním fóru podělit s ostatními o svoje zkušenosti a postřehy.

Brožury jsou zdarma k dispozici návštěvníkům ekoporadny EkoCentra Brno na Ponávce 2. Část nákladu je umístěna ve stojácích v brněnských prodejnách zdravé výživy, informačních centrech neziskových organizací a kavárnách.

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**