

Γίνε εσύ το αστέρι!!!

Φώτισε τη Γη και τον Άνθρωπο



“Πως να μειώσουμε το Χριστουγεννιάτικο οικολογικό αποτύπωμα”

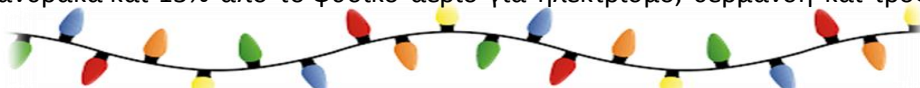
Ελένη Νιάρχου – Νίκος Στεφανόπουλος
Υπεύθυνοι Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Π.Ε. Γ΄ και Δ΄ Αθήνας



Παρακάτω παρουσιάζονται οι τέσσερις σημαντικότεροι τομείς που θα πρέπει να προσέξουμε τα φετινά Χριστούγεννα, ώστε να μειώσουμε το οικολογικό μας αποτύπωμα.

1. Ηλεκτρική ενέργεια

Η παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας έχει σοβαρές περιβαλλοντικές επιπτώσεις. Αυτό συμβαίνει επειδή περίπου το 86% της παγκόσμιας παραγωγής ενέργειας προέρχεται από ορυκτά καύσιμα με 73% από τον άνθρακα και 13% από το φυσικό αέριο για ηλεκτρισμό, θέρμανση και τροφοδοσία οχημάτων.



Τα φωτάκια των Χριστουγέννων δεν είναι το πραγματικό πρόβλημα. Ακόμη και με 2.500 λαμπτήρες LED να φωτίζουν τα Χριστούγεννα το σπίτι σας, πέντε ώρες την ημέρα για 30 ημέρες, θα προσθέσουν περίπου 2% στον ετήσιο λογαριασμό σας. Ο οποίος θα είναι 10 φορές ακριβότερος αν χρησιμοποιούμε λαμπτήρες πυρακτώσεως. Ο μεγαλύτερος ενεργειακός «εχθρός» είναι η θέρμανση και η ψύξη του σπιτιού μας. Περίπου το 40% της οικιακής χρήσης ηλεκτρικής ενέργειας, ανάλογα με το τοπικό κλίμα φυσικά, πηγαίνει στην εσωτερική θερμοκρασία.

2. Διατροφή

Τα τρόφιμα που αγοράζουμε, όταν προέρχονται από μακρινές αποστάσεις, είναι φορτωμένα με σημαντική κατανάλωση καυσίμων για τη μεταφορά τους ([τροφοχλιόμετρα WWF Hellas](#)). Οι περισσότεροι άνθρωποι εξακολουθούν να συνδέουν τις εκπομπές αερίων θερμοκηπίου κυρίως με τις μεταφορές. Ωστόσο, η κτηνοτροφία (κρέας, γάλα κα), παράγει περισσότερα αέρια του θερμοκηπίου από όλα τα μέσα μεταφοράς. Το κρέας, τα πουλερικά και τα γαλακτοκομικά προϊόντα έχουν πολύ μεγαλύτερο οικολογικό αποτύπωμα από άλλα τρόφιμα. Το αποτύπωμα άνθρακα μιας διατροφής κρέατος θεωρείται περίπου διπλάσιο από αυτό του χορτοφαγικού.



Το κρέας και τα γαλακτοκομικά προϊόντα τείνουν να αποτελούν μεγαλύτερο και χειρότερο περιβαλλοντικό πρόβλημα σε σχέση με τη χρήση του νερού και της ενέργειας καθώς ρυπαίνουν τα νερά και το έδαφος. Επομένως, μπορεί το χοιρινό και η γαλοπούλα να αποτελούν παράδοση για την οικογένειά μας τα Χριστούγεννα αλλά τι θα λέγατε, τη φετινή χρονιά, **να περιορίσουμε το κρέας και τα γαλακτοκομικά προϊόντα στο γεύμα των Χριστουγέννων και να εξετάσουμε πόσα τρόφιμα πραγματικά χρειαζόμαστε ώστε να ελαχιστοποιήσουμε την υπερκατανάλωση και τα απόβλητα;**

3. Δώρα

Στην καρδιά αυτής της εορταστικής εποχής βρίσκεται η ανταλλαγή δώρων με τα αγαπημένα μας πρόσωπα, τους φίλους και τους γνωστούς. Οι μυρωδιές, η μουσική και η υποβλητική ατμόσφαιρα της χριστουγεννιάτικης αγοράς αποσκοπούν στο να ενθαρρύνουν τον κόσμο να αγοράσει ένα ακόμη δώρο. Όμως, τα δώρα συχνά «κουβαλούν» ένα τεράστιο οικολογικό αποτύπωμα.

Ως πρώτο βήμα, εξετάστε το ενδεχόμενο να αγοράσετε δώρα που ενσωματώνουν χαμηλή κατανάλωση ενέργειας, νερού και άλλων πόρων και θα διαρκούν για πολύ καιρό. Τα στερεά απόβλητα, συμπεριλαμβανομένων των ηλεκτρονικών αποβλήτων, αποτελούν μείζον περιβαλλοντικό πρόβλημα και το οποίο αυξάνει διαρκώς στα κράτη υψηλού εισοδήματος. Αγοράζοντας μικρότερα προϊόντα με λιγότερη συσκευασία και παρουσιάζοντάς τα χωρίς ή με ανακυκλώσιμη συσκευασία δώρου, βοηθάτε το περιβάλλον.



Ένας πολύ καλός τρόπος για να μειώσουμε το υλικό αποτύπωμά μας είναι τα μη καταναλωτικά, άυλα δώρα με τη μορφή υπηρεσιών, όπως τα ηλεκτρονικά βιβλία, τα μαθήματα μασάζ, τα μαθήματα γιόγκα, τα εισιτήρια κινηματογράφου και οι συμμετοχές στο γυμναστήριο. Ως δώρο, πολλά από αυτά έχουν επιπλέον οφέλη για την υγεία. Ένα άλλο σημαντικό στοιχείο της βελτίωσης της βιωσιμότητας είναι η αγορά δεοντολογικών δώρων που έχουν παραχθεί χωρίς να εκμεταλλεύονται τους εργαζόμενους όσον αφορά τους μισθούς, τις συνθήκες, την ασφάλεια, τα ανθρώπινα δικαιώματα, την παιδική εργασία και την καταστροφή του περιβάλλοντος.

4. Χριστούγεννα με αγάπη και αλληλεγγύη

Αυτά τα Χριστούγεννα, ας σκεφτούμε λίγο περισσότερο πώς μπορούμε να βοηθήσουμε τους συνανθρώπους μας. Ας τα γιορτάσουμε με τις θερμότερες εκδηλώσεις των συναισθημάτων μας και τις γενναιότερες ατομικές και συλλογικές πράξεις που απαιτούν οι καιροί που ζούμε.

Αυτές οι δράσεις μπορεί να μην μειώνουν το οικολογικό μας αποτύπωμα αλλά αυξάνουν τον συναισθηματικό μας πλούτο.

Τα Χριστούγεννα είναι η ιδανική στιγμή να μοιράσουμε αγάπη, στοργή, δώρα και χαρά σε όλους όσους το χρειάζονται, όμως το σημαντικότερο είναι να μην σταματήσουμε εκεί. Οι άνθρωποι γύρω μας, μας χρειάζονται όλο το χρόνο. Δεν έχει σημασία αν είμαστε δίπλα τους μοιράζοντας υλικά αγαθά ή αν απλά θα τους δίνουμε κουράγιο στις δύσκολες στιγμές τους. **Το νέο έτος λοιπόν, ας βάλουμε ως στόχο της ζωής μας, η αλληλεγγύη να μην είναι εποχιακή!**



- **Να μιλήσουμε στους μαθητές μας για τα παιδιά όλου του κόσμου,**
 - να τους μάθουμε να νοιάζονται, να αγαπάνε και να συμβάλλουν στην καλύτερη ζωή όλων,
 - να φροντίζουν με τις πράξεις τους να μην υπάρχουν ανισότητες μέσα και μεταξύ των χωρών, να δείχνουν σεβασμό στο δικαίωμα όλων για επιβίωση και αξιοπρεπή ζωή.
- **Να επανεξετάσουμε τις συμπεριφορές, μας συμπεριλαμβάνοντας τις τρεις διαστάσεις της Αειφορίας – οικονομική, κοινωνική και περιβαλλοντική,**
- **Να εκπαιδευτούμε στη μετάβαση από την ηθική ετερονομία στην ηθική ΑΥΤΟΝΟΜΙΑ**

το χωριό της χαράς



Την ηλεκτρική ενέργεια
δεν σπαταλώ και το
περιβάλλον αγαπώ!!!

Τρώω υγιεινά και
οικολογικά με προϊόντα
ελληνικά!!!



Δίνω δώρα από την καρδιά
και φροντίζω να μην είναι
μόνο καταναλωτικά!!!

Ανοίγω μια μεγάλη
αγκαλιά που όλον τον κόσμο
θα χωρά!!!





Γίνε εσύ το αστέρι!!! Φώτισε τη Γη και τον Άνθρωπο

Δράση ευαισθητοποίησης σχετικά με την κλιματική αλλαγή ως αποτέλεσμα της κατασπατάλησης των φυσικών πόρων από τον άνθρωπο.



Βήματα υλοποίησης

Ευαισθητοποίηση - Αφόρμηση

1. Προβολή videos σε ομάδες μαθητών σχετικά με:
 - τον κίνδυνο που διατρέχει ο πλανήτης από τη σπατάλη ηλεκτρικής ενέργειας και την κατασπατάληση των ενεργειακών πόρων
 - την ανισότητα πρόσβασης των ανθρώπων στα δικαιώματα και αγαθά της υγείας, της τροφής, του νερού, της στέγασης, της παιδείας και της αξιοπρεπούς διαβίωσης.

Ενδεικτικά προτείνονται:

«Further Up Yonder: A Message from ISS to All Humankind», «Τύλη Παιδαγωγικού Υλικού Περιβαλλοντικής εκπαίδευσης»,

«WASTE»: <https://www.youtube.com/watch?v=VaouOWx3Bmo>

Πλούσιες χώρες φτωχοί λαοί: <https://www.youtube.com/watch?v=AJ1iqeuJBY4>

ILO: 170 εκατομμύρια τα παιδιά-εργάτες στον κόσμο:

<https://www.youtube.com/watch?v=bHW-OIjSBU>

2. Παρουσίαση των σημαντικών πορισμάτων στατιστικής μελέτης σχετικής με την υπερκατανάλωση ενέργειας κατά τη διάρκεια της εορταστικής περιόδου στον πλούσιο δυτικό κόσμο, σε σύγκριση με τις φτωχότερες χώρες του πλανήτη.

Ενδεικτικά προτείνεται:

<https://www.iefimerida.gr/news/242409/ta-hristoygenniatika-lampakia-stis-ipa-kaine-perissoteri-energeia-apo-oti-mia-ftohi-hora>

Τροποποίηση στάσης και συμπεριφοράς

1. Συζήτηση για:

- την εκτίμηση και την καταγραφή των παγιωμένων συμπεριφορών κατασπατάλησης και ανισότητας
- τη συνειδητοποίηση της ανάγκης για την τροποποίηση λανθασμένης ή σπάταλης συμπεριφοράς και την υιοθέτηση ενός κώδικα αρχών και αξιών που θα διασφαλίζει συνθήκες αξιοπρεπούς ζωής για κάθε τωρινή και μελλοντική ύπαρξη στον πλανήτη.

2. Κατάθεση προτάσεων για εναλλακτικές συμπεριφορές αειφορίας με αφορμή την περίοδο των Χριστουγέννων

Ενδεικτικά προτείνονται:

- Μείωση της γενικότερης άκριτης κατανάλωσης αγαθών. Λιγότερα φωτάκια γενικά.

- Ηλιακά φωτάκια αντί των ενεργοβόρων ηλεκτρικών για τον εξωτερικό στολισμό, λαμπτήρες LED.
- Σβήσιμο των ηλεκτρικών λαμπτήρων στολισμού μετά τις 10-11 το βράδυ ή όταν λείπουμε από το σπίτι.

3. Μοίρασμα ιδεών για συμπεριφορές που εκφράζουν το ουσιαστικό μήνυμα των Χριστουγέννων απαλλαγμένο από τη σύνδεσή τους με την υπερκατανάλωση αγαθών και προσανατολισμένο προς την αλληλεγγύη και την αγάπη προς όλους.

4. Προγραμματισμός συλλογικών δράσεων αλληλεγγύης με τη συμμετοχή όλης της σχολικής κοινότητας (μαθητές, εκπαιδευτικοί, γονείς) προς φορείς ή ευάλωτες ομάδες της τοπικής ή ευρύτερης κοινωνίας.

Συναισθηματική ενδυνάμωση- Κλείσιμο

Δράση: «Γίνομαι εγώ το αστέρι»

Οι μαθητές και οι εκπαιδευτικοί γράφουν μια ευχή και μια υπόσχεση - δέσμευση για την υλοποίησή της σε χάρτινο αστέρι. Έπειτα σχηματίζουν έναν κύκλο και καλούνται, κρατώντας, το αστέρι τους διαδοχικά να ανακοινώσουν στην ομάδα την ευχή και την υπόσχεσή τους.

Η δράση είναι πιο ελκυστική και ευχάριστη αν συνοδεύεται από απαλή μουσική και φυσικό φωτισμό.

Τέλος με τα αστέρια- ευχές- υποσχέσεις συνθέτουν όλοι μαζί την αφίσα της όλης δράσης.

Θα σας στείλουμε τη δική μας αφίσα!!!!

Με τις ευχές να γίνετε κι εσείς ένα λαμπερό αστέρι καλοσύνης!!!

2^ο Δ.ΣΧ.ΙΛΙΟΥ