Πράσινο+Μπλε

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

ΙΟΥΛΙΟΣ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 2021 I ΤΕΥΧΟΣ 130

Σκέψου... Δράσε και Ζήσε καλύτερα!!!

11οι Ποδηλατικοί αγώνες ορεινής Ναυπακτίας

σελ.04

ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ RUNNING

σελ.10

BABY BALANCE BIKE

σελ.13

SAVE THE DATE
20 & 21 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2022
OPEN ROAD & MTB RACES
ΟΡΕΙΝΗ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ
ΑΝΩ ΧΩΡΑ
ΟΔΗΛΑΤΙΚΟΙ ΑΓΩΝΕΣ
ΟΡΕΙΝΗΣ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ
Πράσινο+Μπλε
PROTEIN ΖΗΣΕ ΔΥΝΑΤΑ
ΝέαΟδός
Όλυμπος
ΤΑΧΙΝΙ
ΖΑΓΟΡΙ
ΣΚΛΑΒΕΝΙΤΗΣ
europ assistance
PROTEIN
ΝέαΟδός
Όλυμπος
Κορυφαίοι Χαλβάδες
ΣΚΛΑΒΕΝΙΤΗΣ
τόσο φτηνά όσο πουθενά
ΖΑΓΟΡΙ
europ assistance
you live we care
LURPAK
wet hankies
Dole
evlogia
ΑΛΗΘΙΝΗ ΓΕΥΣΗ ΕΛΛΑΔΑΣ
UPCYCLE
fit&shape
avance
RENT A CAR

(130)

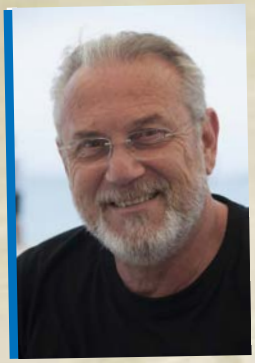
ΙΟΥΛΙΟΣ-ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 2021

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ
Πράσινο+Μπλε
Μη κερδοσκοπική Οργάνωση
Πολιτισμού & Περιβάλλοντος

Μεναίχμου 1-3 Ψανή
30 300 Ναύπακτος
Τηλ: 26340 25015
fax: 26340 25015

email: info@prasinomple.gr
www.prasinomple.gr

Σχεδιασμός εντύπου: artfx



ευχαριστούμε!

Επί έντεκα συνεχή χρόνια με συνέπεια, αλλά πάνω απ' όλα με σεβασμό στους επισκέπτες, προσπαθούμε να διευρύνουμε την τουριστική περίοδο και φυσικά να τονώσουμε οικονομικά την τοπική αγορά, υλοποιώντας τους ποδηλατικούς αγώνες Ορεινής Ναυπακτίας στην Άνω Χώρα.

Αυτή τη χρονιά, εντείναμε τη προσπάθειά μας προσκαλώντας δρομείς ορεινού τρεξίματος να γνωρίσουν τη περιοχή, μέσα από αγώνα.

Έτσι κερδίσαμε ένα μεγάλο «στοίχημα».

Να μεγιστοποιήσουμε τη προσέλευση επισκεπτών στη περιοχή σε δύο Σαββατοκύριακα και παράλληλα να υλοποιήσουμε και από τους πιο ασφαλείς αγώνες του καλοκαιριού, εφαρμόζοντας ένα καλά σχεδιασμένο υγειονομικό πρωτόκολλο.

Με την κάλυψη προκαθορισμένου αριθμού συμμετοχών ανά αγώνα, όπως καθοριζόταν και με τη άψογη συνεργασία αγωνιζομένων και επισκεπτών, καταφέραμε να υλοποιήσουμε από τους πιο ασφαλείς αγώνες.

Ευχαριστούμε θερμά φορείς, χορηγούς, εθελοντές και συνεργάτες που στήριξαν την προσπάθεια, μα ποιό πολύ ευχαριστούμε τους αγωνιζόμενους και επισκέπτες που μας τίμησαν με την παρουσία τους.

Ανανεώνουμε τα ραντεβού μας για το 2022.

Να είστε καλά,
Τάσος Ξύδης
Υπεύθυνος Έκδοσης

Το περιοδικό μας διατίθεται ΔΩΡΕΑΝ

11ος χρόνος ποδηλατικοί αγώνες

Υλοποιήθηκαν με ιδιαίτερη έμφαση στην ασφάλεια, οι 11οι Ποδηλατικοί αγώνες ορεινής Ναυπακτίας, στην Άνω Χώρα το Σαββατοκύριακο 21 και 22 Αυγούστου.

Οι αγώνες θεσμός μετά από μια δεκαετία, με φίλους αθλητές και λάτρεις της ποδηλασίας, συγκέντρωσε και αυτή τη χρονιά αγωνιζόμενους και επισκέπτες απ' όλη την Ελλάδα. Με την κάλυψη του προκαθορισμένου αριθμού συμμετοχών ανά αγώνα, όπως καθοριζόταν από τον ΕΟΔΥ και με τη άψογη συνεργασία αγωνιζομένων και επισκεπτών υλοποιήθηκαν ασφαλείς αγώνες. Ποδηλάτες , συνοδοί και επισκέπτες φιλοξενήθηκαν με επιτυχία, έζησαν στον ποδηλατικό παλμό ενός μεγάλου αγώνα και απόλαυσαν την φυσική ομορφιά της ορεινής Ναυπακτίας. Αναμεσά τους, κορυφαίοι παγκόσμιοι και πανελλήνιοι πρωταθλητές - τριες και αθλητές της Ελληνικής ποδηλασίας, όπως οι Περικλής Ηλίας, ο Λουκάς Καταπόδης, ο Γιώργος Δάντος,η Αλεξάνδρα Αδάμ και πολλοί άλλοι.

Το Σάββατο 21/08, μετά από καταρρακτώδη βροχή που έγινε αφορμή για αρκετές απουσίες, στις 18:00 υλοποιήθηκε ο αγώνας δρόμου 35 χλμ.

Μια υπέροχη διαδρομή από την Ελατού, Τερψιθέα, Λιμνίστα, Μακριά Ράχη και με τερματισμό στον Άγιο Ιωάννη. Η τροχαία Ναυπάκτου της Αστυνομικής Δνσης του Νομού Αιτωλοακαρνανίας, διασφάλισε όλη τη διαδρομή με τη συνεχή παρουσία περιπολικού και μοτοσικλετιστών. Συνδιοργανωτές η περιβαλλοντική οργάνωση "Πράσινο+ Μπλε", ο Δήμος Ναυπακτίας και η Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας, με την έγκριση της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας. Ακολούθησαν το ίδιο βράδυ στις 20:00 στη κεντρική πλατεία της Άνω Χώρας, οι απονομές των 6 πρώτων νικητών από τις 5 ηλικιακές κατηγορίες του αγώνα κούρσας. Βραβεύσεις έκαναν ο Αντιδήμαρχος Δήμου Ναυπακτίας και υπεύθυνος για το Δημοτικό διαμέρισμα Αποδοτίας Παπαϊωαννίδης Γιάννης κ.α. επίσημοι.

Την Κυριακή 22/08, στις 10:00, με μικρή χρονική διαφορά λόγω πρωτοκόλλου ασφαλείας, πήραν σημαίες εκκίνησης οι δύο αγώνες ορεινής ποδηλασίας 40 χλμ. (μεγάλη διαδρομή) και 25 χλμ. (μικρή διαδρομή).

Το μεγάλο παρών έδωσε ο Παγκόσμιος και επι σειρά ετών Πανελλήνιος πρωταθλητής mtb marathon & cross country mtb Ηλίας Περικλής, ο οποίος εκπροσώπησε και τη χώρα μας στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Τόκιο, η πρωταθλήτρια Ελλάδας Αλεξάνδρα Αδάμ κ.α. επώνυμοι αθλητές της ορεινής ποδηλασίας.

Οι αγώνες υποστηρίχτηκαν από εταιρίες χορηγούς και προϊόντα Arla Protein & LURPAK βούτυρο της ARLA Foods Hellas SA, Όλυμπος χαλβάς & TAXINI της Παπαγιάννης ΑΕΒΕ, Νέα Οδός ΑΕ διαχειριστή της Ιόνιας οδού, Σκλαβενίτης ΑΕΕ super markets, Wet Hankies αντιμικροβιακά μαντηλάκια της MEGA ΑΕ, Up Cycle - fit and shape συμπληρώματα διατροφής, Eulokika φυσικές μαρμελάδες Europ Assistance ειδική στη προστασία και ασφάλεια, Avance Travel & rent car Δυτικής Ελλάδας, DEPEND Sports marketing Services και μπανάνες της εταιρίας DOLE.

Η διοργάνωση τίμησε βραβεύοντας τον μεγάλο αθλητή μας Περικλή Ηλία, από τα χέρια της γενικής Διευθύντριας της ARLA FOODS ΕΛΛΑΣ κας Κοτρώτσου Άντζελας, ενώ τις βραβεύσεις των νικητών Mountain bike των 26 και 40 χιλιομέτρων , έκαναν μέσα από συγκεκριμένη ασφαλή διαδικασία απονομών, ο Αντιπεριφερειάρχης έργων και υποδομών της Περιφέρειας Δυτικής Ελλάδας Μαυρομάτης Θανάσης ο αντιδήμαρχος Δήμου Ναυπακτίας Παπαϊωαννίδης Γιάννης, και ο πρόεδρος της Τοπικής Κοινότητας Ρέππας Θανάσης κ.α. Στη δράση συμμετέχουν ενεργά το Κέντρο Υγείας Άνω Χώρας, το Δασαρχείο, η Τροχαία ,η Πυροσβεστική Ναυπάκτου, η ομάδα διάσωσης Μεσολογγίου ΕΟΕΔ, καθώς και η τοπική κοινότητα και ο πολιτιστικός σύλλογος Άνω Χώρας, τους οποίους και ευχαριστούμε θερμά.

Συνδιοργανωτές ο Δήμος Ναυπακτίας, η Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας, και η περιβαλλοντική οργάνωση "Πράσινο+ Μπλε", με την έγκριση της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ποδηλασίας.

Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για 20 & 21 Αυγούστου το 2022 !!!

Έως τότε… προσέχουμε μένοντας όλοι ασφαλείς!

ΖΗΣΕ ΔΥΝΑΤΑ

ΧΑΜΗΛΑ ΛΙΠΑΡΑ
25γρ. ΠΡΩΤΕΪΝΗ

Ζήσε δυνατά με καθημερινό σύμμαχο το Arla PROTEIN!

Το Arla PROTEIN είναι ένα θρεπτικό ρόφημα γάλακτος από φυσικά συστατικά και υπέροχη γεύση σοκολάτας. Έχει χαμηλά λιπαρά και κυκλοφορεί σε 2 τύπους. Χαμηλά Λιπαρά και Χαμηλά Λιπαρά με 50% λιγότερη ζάχαρη. Ιδανικό για την αύξηση και διατήρηση της μυϊκής μάζας, το Arla PROTEIN ενισχύει την προσπάθειά σας για μια ισορροπημένη διατροφή και άριστη φυσική κατάσταση.

Arla
καλωσορίστε το καλό

Ανταποδοτική ανακύκλωση, με σίτιση αδέσποτων ζώων!

Με στόχο την ευαισθητοποίηση όλων σε θέματα ανακύκλωσης και φιλοζωίας, ο Σύνδεσμος Διαχείρισης Στερεών Αποβλήτων 1ης Γεωγραφικής Ενότητας Ν. Αιτωλοακαρνανίας σε συνεργασία με τον Δήμο Ναυπακτίας έθεσαν πιλοτικά σε λειτουργία το έξυπνο σύστημα Συσκευής Συλλογής Φιαλών Ανακύκλωσης και Σίτισης Αδέσποτων ζώων.

Μια συσκευή, η οποία λειτουργεί με φωτοβολταϊκό πάνελ, όπου ο δημότης με κάθε ρίψη ανακυκλώσιμης φιάλης στην ειδική οπή, αποδεσμεύει αυτόματα ποσότητα ζωοτροφής και νερού που συγκεντρώνεται σε ειδικές λεκάνες, οι οποίες είναι ανοικτές για την εύκολη πρόσβαση των αδέσποτων ζώων στο κάτω μέρος. «Οι συγκεκριμένες συσκευές ακολουθούν τη λογική της ανταποδοτικής ανακύκλωσης συνδυάζοντας τη συλλογή ανακυκλώσιμων φιαλών με τη σίτιση των αδέσποτων ζώων. Στόχος είναι η αφύπνιση και η ευαισθητοποίηση όλων μας σε θέματα ανακύκλωσης και φιλοζωΐας. Να πω στο σημείο αυτό ότι οι δράσεις του Συνδέσμου θα συνεχιστούν, καθότι επιθυμία μας είναι, σε συνεργασία με τον Δήμο Ναυπακτίας, να λαμβάνουμε πρωτοβουλίες με περιβαλλοντικό και κοινωνικό αποτύπωμα» σημειώνει ο Πρόεδρος του Συνδέσμου Διαχείρισης Στερεών Αποβλήτων 1ης Γεωγραφικής Ενότητας Ν. Αιτωλοακαρνανίας κ. Ντίνος Ζορμπάς. Τα σημεία στη πόλη της Ναυπάκτου είναι δύο (2) προς το παρών στη Πλατεία Ησιόδου και στις Πηγές Νόβα.

Οι συσκευές δέχονται καπάκια από πλαστικά μπουκάλια νερού-αναψυκτικού / Κουτάκια χαρτιού αναψυκτικών-χυμών / Γυάλινα μπουκάλια και κουτάκια αλουμινίου.

Με μεγάλη επιτυχία και συμμετοχές που ξεπέρασαν τις προσδοκίες της διοργάνωσης, υλοποιήθηκαν οι 1οι αγώνες ορεινού τρεξίματος, semi trail 24km και 13km, την Κυριακή 29 Αυγούστου στην Άνω Χώρα Ορεινής Ναυπακτίας.

Συνδιοργανωτές ο Δήμος Ναυπακτίας, η Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας και η περιβαλλοντική οργάνωση Πράσινο +Μπλέ, σε μια προσπάθεια ανάδειξης και προβολής της Ναυπακτίας, δίνοντας έμφαση στην ασφάλεια των αγωνιζομένων και των επισκεπτών. Τους αγώνες τίμησαν με τη συμμετοχή και τη παρουσία τους κορυφαίοι πρωταθλητές και αθλητές όπως ο Αλέξανδρος Παπαμιχαήλ που εκπροσώπησε τη χώρα μας πρόσφατα στο Τόκιο στο Βάδην, η Αγγελική Μακρή, ο Κωνσταντίνος Αλέξανδρος Ντεντόπουλος καθώς και άλλοι μεγάλοι αθλητές του τρεξίματος όπως οι Ροδόπουλος Νίκος, Μανιώ-της Γιώργος, Παναγιωτόπουλος Πανα-γιώτης και Αρκουμάνη Θεοφάνης.

Τις βραβεύσεις των νικητών, στους αγώνες semi trail 24km και 13km, έκαναν μέσα από συγκεκριμένη ασφαλή διαδικασία απονομών, ο αντιδήμαρχος Δήμου Ναυπακτίας και υπεύθυνος για το Δημοτικό διαμέρισμα Αποδοτίας Παπαϊωαννίδης Γιάννης, ο πρόεδρος της Τοπικής Κοινότητας Άνω Χώρας Ρέππας Θανάσης κ.α.

Η δράση υποστηρίχτηκε από εταιρίες χορηγούς και προϊόντα: Arla Protein & LURPAK βούτυρο της ARLA Foods Hellas SA, Όλυμπος χαλβάς & TAXINI της Παπαγιάννης ΑΕΒΕ, Νέα Οδός ΑΕ διαχειριστή της Ιόνιας οδού, Σκλαβενίτης ΑΕΕ super markets, Wet Hankies αντιμικροβιακά μαντηλάκια της MEGA AE, Up Cycle - fit and shape συμπληρώματα διατροφής, Europ Assistance ειδική στη προστασία και ασφάλεια, Advance Travel Δυτικής Ελλάδας, φυσικά προϊόντα EVLOGIA αληθινή γεύση Ελλάδας, μπανάνες Dole και DEPEND Sports marketing Services, ενώ συμμετέχουν ενεργά το Κέντρο Υγείας Άνω Χώρας, το Δασαρχείο, η Τροχαία, η Πυροσβεστική Ναυπάκτου, η ομάδα διάσωσης Μεσολογγίου ΕΟΕΔ, καθώς και η τοπική κοινότητα και ο πολιτιστικός σύλλογος Άνω Χώρας Ανανεώνουμε το ραντεβού μας για 28 Αυγούστου το 2022 !!! Έως τότε… προσέχουμε μένοντας όλοι ασφαλείς!

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ
χώρα ανθρώπων!

Πράσινο+Μπλε

ΔΗΜΟΣ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ
MUNICIPALITY OF NAFPAKTIA

NAFPAKTIA RUNNING

ΟΡΕΙΝΗ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ
ΑΝΩ ΧΩΡΑ

2022
28 ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ

SAVE THE DATE

Arla PROTEIN
ΝέαΟδός
Όλυμπος
ΣΚΛΑΒΕΝΙΤΗΣ
ΖΑΓΟΡΙ
europ assistance
LURPAK
wet hankies
Dole
evlegia
UFCYCLE
alamo RENT A CAR

Ένας ξεχωριστός ποδηλατικός "αγώνας" υλοποιήθηκε με μεγάλη επιτυχία, δεδομένων των συνθηκών,από τον Δήμο Ναυπακτίας και τη περιβαλλοντική οργάνωση "Πράσινο Μπλε", στο Πάρκο Κυκλοφοριακής Αγωγής στη παραλία Ψανή, στη πόλη της Ναυπάκτου.

Πρόκειται για ένα διασκεδαστικό ποδηλατικό "αγώνα" με ποδήλατα ισορροπίας χωρίς πετάλι, που έφερε σε επαφή τα πάνω από 60 αγόρια και κορίτσια 3 έως 5 ετών με το ποδήλατο και τον αθλητισμό, ενώ παράλληλα ενθουσίασε τους γονείς! Ποδήλατα ισορροπίας, κράνη και προστατευτικά, δόθηκαν από τη διοργάνωση ενώ όλα τα παιδιά βραβεύτηκαν με μετάλλια, μικρά δωράκια και αναμνηστικό t shirt. Το νερό ΖΑΓΟΡΑΚΙ διέθεσε δωρεάν τα νερά φροντίζοντας την ενυδάτωση των μικρών "αθλητών", ενώ μπανάνες Dole μοιράστηκαν δωρεάν δίνοντας ενέργεια στους μικρούς μας φίλους. Ο Παιδότοπος - Λουνα Παρκ PLAYLAND στη παραλία Ψανή στη Ναύπακτο, προσέφερε δωρεάν σε όλα τα παιδιά που συμμετείχαν, μια βόλτα στο Καρουσέλ ή στο τραινάκι, ενώ το κατάστημα Παπαδόπουλος Bikes Ναυπάκτου, κλήρωσε ένα παιδικό ποδήλατο fast junior 18" μαζί με ένα παιδικό κράνος.

Οι "αγώνες" διεξήχθησαν ανά μια ώρα χρόνου εκκίνησης με περιορισμένο αριθμό παιδιών, ξεκινώντας από τις 09.00 το πρωί, για λόγους ασφαλείας λόγω covid, καθώς και για να αποφεύγεται η πολύωρη αναμονή και η κούραση των μικρών παιδιών.

Τηρώντας πρωτόκολλο ασφαλείας λόγω πανδημίας, για την είσοδο στο χώρο απαιτείτο από τους συνοδούς κηδεμόνες των παιδιών και τους θεατές, αποδεικτικό εμβολιασμού ή αρνητικό rapid test 48 ωρών, ή αποδεικτικό νόσησης. Η συμμετοχή ήταν ΔΩΡΕΑΝ!

Ζαγοράκι ΖΑΓΟΡΙ φυσικό μεταλλικό νερό
playland for happy kids...
Dole
IDEAL BIKES
ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ Ι. ΧΡΗΣΤΟΣ
ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ

ΖΑΓΟΡΙ®

φυσικό μεταλλικό νερό

Είναι GREEN.
Είναι ΑΕΙΦΟΡΟ.

Το ΖΑΓΟΡΙ Go Green είναι το πρώτο εμφιαλωμένο νερό στην Ελλάδα σε φιάλες που περιέχουν 30% ανακυκλωμένο πλαστικό (r-PET).

GO GREEN

www.zagoriwater.gr

fiftyeggz.gr

7 tips για όμορφη επιστροφή στο σχολείο!

Ο Σεπτέμβριος για τους μαθητές είναι η αρχή μιας νέας χρονιάς. Για κάποιους είναι άλλη μια νέα σχολική χρονιά, για κάποιους άλλους μια περίοδος που σηματοδοτεί νέα ξεκινήματα και συνοδεύεται από άγχος, αγωνία, ίσως και φόβο για το άγνωστο.

Πώς μπορούμε να βοηθήσουμε τα παιδιά, αλλά και τον εαυτό μας ως γονείς, ώστε να μπουμε πιο ομαλά σε αυτήν τη σχολική ρουτίνα μετά από ένα ξέφρενο καλοκαίρι;

Ύπνος:

Ξεκινήστε να βάζετε τα παιδιά για ύπνο νωρίτερα από την ώρα που πήγαιναν όλο το καλοκαίρι. Πολύ βοηθητικό επίσης είναι να ξεκινήσετε πάλι μια νυχτερινή ρουτίνα. Για παράδειγμα, μετά το βραδινό φαγητό, να πλύνουν τα δόντια τους, να κάνουν ένα ντους πριν από τον ύπνο ή να διαβάσουν ένα βιβλίο.

Ρούχα:

Φτιάχνουμε τις ντουλάπες των παιδιών και οργανώνουμε τα ρούχα τους. Βοηθάει πολύ το ταίριασμα ρούχων σε σετ καθώς μας γλιτώνει πρωινό χρόνο.

Πρωινό Ξύπνημα:

Φτιάξτε μια νέα πρωινή ρουτίνα που θα κάνει τα παιδιά να ξυπνούν χαρούμενα και χωρίς γκρίνια. Βάλτε χαμηλόφωνα κάποιο αγαπημένο τους τραγούδι ή φτιάξτε το αγαπημένο τους πρωινό. Η αγορά επίσης ενός χαρούμενου και παιχνιδιάρικου ξυπνητηριού θα φανεί σίγουρα χρήσιμη.

Χώρος Διαβάσματος:

Μαζί με τα παιδιά μπορούμε να οργανώσουμε το χώρο διαβάσματος, πετώντας ή αρχειοθετώντας γραφική ύλη και αντικείμενα, δίνοντας έτσι χώρο στα νέα υλικά. Ένα έξτρα ράφι, μια νέα καρέκλα γραφείου ή ένα φωτιστικό μπορεί να δώσει νέα πνοή και περισσότερη διάθεση στο παιδί να παραμείνει στο χώρο αυτό.

Σχολικό Kit:

Κάτι που βοηθά τα παιδιά να νιώθουν ασφάλεια είναι η τοποθέτηση ορισμένων ειδών πρώτης ανάγκης στην τσάντα τους.

Κολατσιό:

Για παράδειγμα ένα πακέτο χαρτομάντηλα, αντιμικροβιακά μαντηλάκια, μερικά τσιρότα, ίσως κάποια κοκαλάκια και τσιμπιδάκια ακόμα και χρήματα «έκτακτης ανάγκης» θα μπορούσαν να βοηθήσουν την αυτοπεποίθηση του παιδιού.
Ένα υγιεινό και θρεπτικό κολατσιό θα δώσει στο παιδί την κατάλληλη ενέργεια που χρειάζεται και δεν θα επιβαρύνει την υγεία του. Φτιάξτε μια λίστα και ακολουθήστε την.

Οφθαλμίατρος:

Ένα ραντεβού με τον οφθαλμίατρο κάθε αρχή μιας σχολικής χρονιάς κρίνεται απαραίτητη καθώς θα προληφθούν δυσκολίες που μπορεί να αντιμετωπίσει το παιδί με τα μάτια του. Παράλληλα θα δοθεί χρόνος και στο παιδί και στο γονιό να συνηθίσουν και να προσαρμοστούν στα νέα δεδομένα όπως πχ. στη χρήση γυαλιών.

Καλή σχολική χρονιά…

Σας καλούμε όλους

Κοινωνικές δομές • Καταστήματα • Φορείς • Κάθε πολίτη χωριστά

Να στηρίξουμε την προσπάθεια γιατί μόνο με την συμμετοχή όλων θα έρθει το αποτέλεσμα που είναι

περιβάλλον & άνθρωπος

Σας καλούμε όλους να μάθουμε στα παιδιά μας την οικολογική συνείδηση αλλά ακόμα περισσότερο την

κοινωνική προσφορά & αλληλεγγύη

Μαζί θα δωρίσουμε αναπηρικά αμαξίδια ή οποιοδήποτε είδος για άτομα με κινητικές δυσκολίες.

Απλά και μόνο...

πετώντας ένα καπάκι

Βρες τους ειδικούς κάδους

σε 20 σημεία σε Άνω Χώρα, Δάφνη, Γαλατάς, Αντίρριο, Μαμουλάδα, Λυγιά και Ναύπακτο

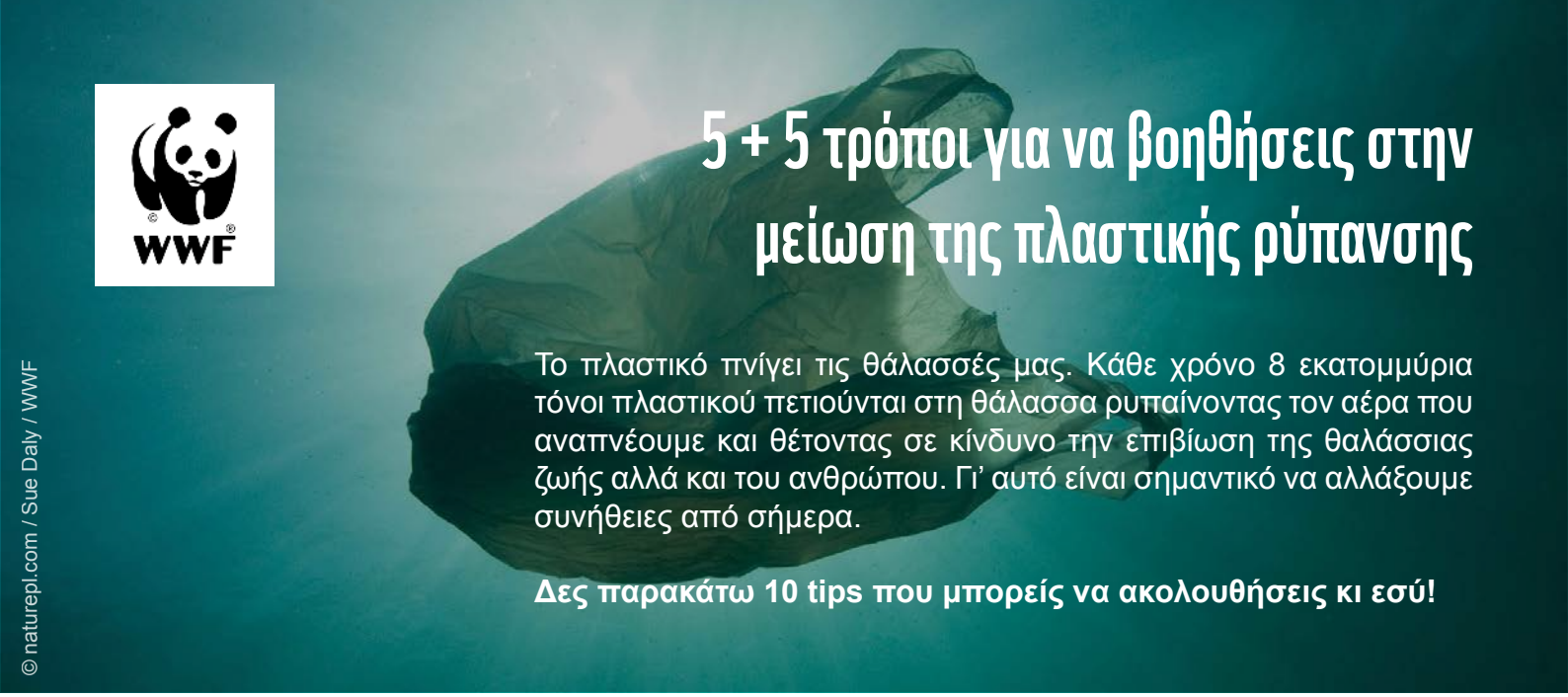
Γίνε μέρος της προσφοράς!

ΔΗΜΟΣ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑΣ
MUNICIPALITY OF NAFPAKTIA

Όλοι μαζί ρολάρουμε...

Με το σύνθημα «Όλοι μαζί ρολάρουμε για καλό σκοπό», τοποθετήθηκαν στη Ναυπακτία, από τον Σύνδεσμο Διαχείρισης Στερεών Αποβλήτων 1ης Γεωγραφικής Ενότητας Νομού Αιτωλοακαρνανίας και από τον Δήμο Ναυπακτίας οι «συσκευές» συλλογής πλαστικών καπακιών.

Πρόκειται για πιλοτική δράση με τις «συσκευές» να τοποθετούνται σε σχολεία και κεντρικά σημεία της πόλης, αλλά και σε τοπικά διαμερίσματα του Δήμου.
Στόχος του προγράμματος είναι η συλλογή πλαστικών καπακιών τα οποία στη συνέχεια θα οδηγούνται προς ανακύκλωση, με αντάλλαγμα για τον Δήμο χρηματικό ποσό που θα διατίθεται σε κοινωνικές δομές κλπ. Το έσοδο θα χρησιμοποιείται αποκλειστικά είτε για την αγορά αναπηρικών αμαξίδιων είτε για οποιοδήποτε σχετικό είδος μπορεί να προσφερθεί σε άτομα με αναπηρία. Σε συνεργασία με τις κοινωνικές δομές του Δήμου Ναυπακτίας, τα είδη θα καταλήγουν σε ανθρώπους που αντιμετωπίζουν οικονομικές δυσκολίες. Στην παρουσίαση που έκανε ο πρόεδρος του Συνδέσμου Ντίνος Ζορμπάς, ήταν παρόντες ο Δήμαρχος Ναυπακτίας Βασίλης Γκίζας, οι αντιδήμαρχοι Σωκράτης Παπαβασιλείου και Ντίνος Τσουκαλάς, ο δημοτικός σύμβουλος του Δήμου Δωρίδος Ανδρέας Ευσταθίου καθώς και η πρόεδρος της Δημοτικής κοινότητας Ναυπάκτου Μυρτώ Κιμινουλάκη. Οι «συσκευές » είναι μεταλλικές, σε διάφορα σχέδια όπως καρδιά, πεταλούδα, μπάλα, κούπα και καράβι. Φτιαχτήκαν με αυτά τα ιδιαίτερα σχήματα ώστε να έχουν ακόμη μεγαλύτερη απήχηση για την υλοποίηση του σκοπού της δημιουργίας τους. Σε αυτές τοποθετούμε προς ανακύκλωση πλαστικά καπάκια από μπουκάλια νερού-αναψυκτικού, γάλατα-χυμούς, απορρυπαντικά κλπ. Συνολικά έχουν τοποθετηθεί 20 συσκευές σε πλατείες της Ναυπάκτου, Ανω Χώρας, Αντιρρίου, Χάλκειας, Λυγιά και Μαμουλάδας, καθώς και σε σχολεία, παραλίες και γήπεδο Ναυπάκτου.



© naturepl.com / Sue Daly / WWF

5 + 5 τρόποι για να βοηθήσεις στην μείωση της πλαστικής ρύπανσης

Το πλαστικό πνίγει τις θάλασσές μας. Κάθε χρόνο 8 εκατομμύρια τόνοι πλαστικού πετιούνται στη θάλασσα ρυπαίνοντας τον αέρα που αναπνέουμε και θέτοντας σε κίνδυνο την επιβίωση της θαλάσσιας ζωής αλλά και του ανθρώπου. Γι' αυτό είναι σημαντικό να αλλάξουμε συνήθειες από σήμερα.

Δες παρακάτω 10 tips που μπορείς να ακολουθήσεις κι εσύ!

Μείωσε τη χρήση πλαστικών μπουκαλιών. Είναι από τα πιο κοινά σκουπίδια που καταλήγουν στη θάλασσα. Έχε πάντα μαζί σου ένα επαναχρησιμοποιήσιμο μπουκάλι.

Χρησιμοποίησε πάνινες σακούλες για τις αγορές σου.

Πες όχι στο πλαστικό καλαμάκι. Χρειάζονται ως και 200 χρόνια για να αποσυντεθούν.

Δοκίμασε σαμπουάν σε μορφή μπάρας και όχι υγρό.

Αγόρασε γάλα και χυμό σε γυάλινα μπουκάλια τα οποία είναι επαναχρησιμοποιήσιμα.

Όταν αγοράζεις καφέ για έξω, έχε μαζί σου το δικό σου επαναχρησιμοποιούμενο δοχείο.

Πες όχι στα πλαστικά μαχαιροπίρουνα.

Περιόρισε τη χρήση πλαστικής μεμβράνης. Ανακυκλώνεται πολύ δύσκολα. Χρησιμοποίησε επαναχρησιμοποιημένα δοχεία.

Να πετάς αποκλειστικά στον κάδο ανακύκλωσης όσα πλαστικά δεν μπορείς να αποφύγεις και να ανακυκλώνεις σωστά ώστε να μην επιμολύνεται ο κάδος. Δες εδώ τι ανακυκλώνεται στον κάδο ανακύκλωσης.

Αν καπνίζεις και δεν μπορείς να το κόψεις – που θα ήταν το ιδανικό για την υγεία σου και το περιβάλλον - να έχεις πάντα μαζί σου ένα φορητό τασάκι. Οι γόπες περιέχουν πλαστικό επίχρισμα και κάνουν τουλάχιστον 50 χρόνια να αποσυντεθούν.

Πολλοί από εμάς ήδη προσπαθούμε: κάνουμε ανακύκλωση, αποφεύγουμε τις πλαστικές συσκευασίες και δεν χρησιμοποιούμε πλαστικά προϊόντα μιας χρήσης. Όμως κανένα άτομο, κοινότητα, οργάνωση ή κυβέρνηση δεν μπορεί να αντιμετωπίσει αυτό το πρόβλημα μόνη της. Η Ελλάδα είναι ο 8ος μεγαλύτερος παραγωγός πλαστικών προϊόντων στην περιοχή της Μεσογείου, αλλά εξακολουθεί κυρίως να θάβει τα πλαστικά απορρίμματα. 11.500 τόνοι διέρρευσαν στις ελληνικές θάλασσες το 2016 και το 67% κατέληξε πίσω στις ακτές μέσα ένα χρόνο. Τα μισά από το σύνολο του πλαστικού παράχθηκε τα τελευταία 15 χρόνια και το όραμα του WWF είναι να αντιμετωπίσει το πρόβλημα στη ρίζα του. Απαιτούνται φιλόδοξες πολιτικές για την αντιμετώπιση της πλαστικής ρύπανσης. Χρειαζόμαστε τη βοήθεια σου για να σταματήσουμε μαζί την απειλή των πλαστικών.

Υποστήριξε το έργο μας
https://support.wwf.gr/support-wwf/donate/

Εκφράστε την αποψή σας, την καταγγελία σας...

Οι ΟΙΚΟαπόψεις ειναι η γραμμή επικοινωνίας του Πράσινο+Μπλε με εσάς.
Η φωνή σας δυναμώνει και οι ΟΙΚΟαπόψεις δυναμώνουν μαζί σας.
Μην διστάζετε να μας στέλνετε αυτά που σας απασχολούν, τους προβληματισμούς σας και τις προτάσεις σας,για να τα μοιραζόμαστε όλα μαζί.

Αυτές οι σελίδες είναι η δική σας φωνή, το δικό σας βήμα.

Περίπου 4,8 - 12,7 εκατομμύρια τόνοι πλαστικού καταλήγουν κάθε χρόνο στους ωκεανούς μας, ενώ στη Μεσόγειο επιπλέουν 1.455 τόνοι πλαστικού.

Στην Ελλάδα από τους 180.000 - 300.000 τόνους πλαστικής συσκευασίας που παράγονται ετησίως, μόνο ένα μικρό ποσοστό ανακυκλώνεται. Το υπόλοιπο καταλήγει στις χωματερές, τις πόλεις και τις θάλασσές μας. Καθημερινά στη χώρα μας σερβίρονται κατά μέσο όρο 1.000.000 πλαστικά ποτήρια μόνο για καφέ. Το πλαστικό σκοτώνει θαλάσσια ζώα, επιδρά αρνητικά στα θαλάσσια οικοσυστήματα και εισέρχεται στην τροφική αλυσίδα, ενώ πιθανότατα καταλήγει και στο πιάτο μας.

Greenpeace Ελλάδα

«Ο άνθρωπος είναι οι επιλογές του»

Ζαν Πωλ Σαρτρ

Η χαρά της προσφοράς, η ανακούφιση στα μάτια των ανθρώπων που δέχονται τη βοήθεια, τα χαμόγελα που σχηματίζονται στα ταλαιπωρημένα πρόσωπα, είναι η δύναμη να συνεχίσουν κάποιοι άνθρωποι να προσφέρουν. Η Αλληλεγγύη είναι η γνησιότερη μορφή του υπαρκτού Ανθρωπισμού, καθώς αποτελεί την απόδειξη της υλικής, ψυχικής και πνευματικής ενότητας, συνεργασίας και συμπαράστασης μεταξύ των ανθρώπων, πέρα από φυλετικές, θρησκευτικές, οικονομικές, πολιτικές ή άλλες διαφορές. Ο Ανθρωπισμός είναι το ιδεώδες που προβάλλει και υποστηρίζει την μοναδική και ιδιαίτερη αξία του ανθρώπου, του κάθε ανθρώπου, ανεξαιρέτως.

WEB SITE

www.prasinomple.gr

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ

Εκφράστε κάθε σας αγωνία, απορία, καταγγελία, ιδέα ή δράση στα...

Τηλ/fax: 26430 25016
email: info@prasinomp e.gr
facebook group: Prasinomple Eco Magazine

ΑΜΠΕΛΑΚΙΩΤΙΣΣΑ

«Η ιερή κιβωτός της Ναυπακτίας»

Ένα από τα αρχαιότερα χωριά της Ορεινής Ναυπακτίας, χτισμένη σε ύψος 1.000 μέτρων, απέχει 68 χιλιόμετρα από τη Ναύπακτο. Απέναντι της υψώνονται οι ορεινοί όγκοι της Τσεκούρας και της Παναγιάς, ένα σύμπλεγμα πολυδαίδαλο με τραχείς βράχους και δασωμένες ρεματιές, ένα τοπίο πραγματικά υποβλητικό.

Το παλιό της όνομα «Κοζίτσα» σήμαινε στα σλάβικα γιδότοπος. Το νέο της όνομα το οφείλει στη Μονή της Παναγίας της Αμπελακιώτισσας και σ' ένα εικόνισμα της Παναγίας που χάθηκε από τα Αμπελάκια της Θεσσαλίας (το πέταξαν οι Τούρκοι στον Πηνειό) και βρέθηκε σαν από θαύμα εκεί στις 15/8/1455 κρεμασμένο στα κλαδιά της βελανιδιάς που βρίσκεται πίσω από το ιερό του ναού. Άλλα κειμήλια είναι ο Επιτάφιος του 1753 από Πολίτισσα κεντήστρα και το δεξί χέρι του Αγίου Πολυκάρπου που έχει όμως κλαπεί. Οι κάτοικοί του τον χειμώνα είναι λιγοστοί, όμως το καλοκαίρι παρατηρείται θεαματική αύξηση του πληθυσμού. Στην πλούσια βλάστηση γύρω και μέσα στο χωριό, όσοι γνωρίζουν, θα βρουν πολλά από τα μοναδικά βότανα της φύσης, ρίγανη, χαμομήλι, τσάι, αγριομάραθο και αρκετά άλλα. Ο οικισμός ολοένα και εμπλουτίζεται από παλιά πετρόχτιστα πού ξαναζούν και χαρίζουν εικόνες και μνήμες από τα παλιά. Ο Κότσαλος, το πανέμορφο ποταμάκι με τη φιδίσια διαδρομή του διασχίζει το άγριο φαράγγι του Κάκαβου και τη μικρή κοιλάδα του. Πάνω από την Αμπελακιώτισσα, μέσα σε λόφους της Ν.Α. ελατόφυτης πλαγιάς της κορυφογραμμής Αϊ-Λιας, βρίσκεται η ιερά μονή Κοίμησης της Θεοτόκου. Υπάρχει επίσης το μοναστήρι του Αγίου Νικολάου που χαρακτηρίζεται από τα θαυμάσια ξύλινα γλυπτά που στολίζουν τους τοίχους του. Η Αμπελακιώτισσα έχει χαρακτηριστεί ως «ιερά κιβωτός της Ναυπακτίας» λόγω των πλούσιων και σπάνιων εκκλησιαστικών της θησαυρών.

Όλυμπος
Από το 1949

Νέα πλήρης γκάμα προϊόντων ατομικής προστασίας

ΜΕΓΑ

Η ΜΕΓΑ παρουσιάζει μία πλήρη γκάμα προϊόντων ατομικής προστασίας, υψηλής ποιότητας και ελληνικής παραγωγής.

Νέα σειρά αντισηπτικών προϊόντων με 70% ΑΙΘΥΛΙΚΗ ΑΛΚΟΟΛΗ

Αντισηπτική λοσιόν και Μαντήλια χεριών με 70% ΑΙΘΥΛΙΚΗ ΑΛΚΟΟΛΗ & επιπλέον αντισηπτικό παράγοντα. Εγκεκριμένα από τον Ε.Ο.Φ.

Προσφέρουν άμεση καθαριότητα και αποδεδειγμένη αντισηπτική προστασία.

- **Αντισηπτική λοσιόν 100ml** σε πρακτική συσκευασία με spray.
- **Αντισηπτική λοσιόν 500ml** σε συσκευασία με αντλία.
- **Υγρά αντισηπτικά μαντήλια** 10τεμ. σε ατομική συσκευασία.

Δρουν αποτελεσματικά κατά των βακτηρίων και των ιών της γρίπης H1N1 και H3N2. Με αποδεδειγμένη δράση και κατά του κορωνοϊού SARS-CoV-2*. Περιέχουν γλυκερίνη.

*Χρόνος επαφής 1' βάσει EN14476

Ελεγμένη δράση βάσει Ευρωπαϊκών Προτύπων EN1276, EN1500, EN1650, EN14476

ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΕΣ ΜΑΣΚΕΣ

Την γκάμα προϊόντων ατομικής προστασίας, συμπληρώνουν οι χειρουργικές μάσκες εξαιρετικά υψηλής προστασίας ΜΕΓΑ.

- Διαθέτουν **3 στρώματα προστασίας.**
- Εξασφαλίζουν εξαιρετικά υψηλή, πιστοποιημένη προστασία **BFE≥98%** σύμφωνα με τα Ευρωπαϊκά πρότυπα **(EN14683).**
- Άνετες στην αναπνοή.
- Με μοναδικά απαλά **υφασμάτινα πλαϊνά.**
- Δερματολογικά ελεγμένες σε ευαίσθητα δέρματα.
- Οι μόνες διαθέσιμες σε **3 μεγέθη (S – M – L).**
- Με πιστοποίηση **Oeko-Tex® Standard 100,** για απουσία βλαβερών ουσιών.
- Παράγονται ανέπαφα στην Ελλάδα.
- Με άδεια από τον Ε.Ο.Φ.

OEKO-TEX® CONFIDENCE IN TEXTILES STANDARD 100 VN020 171237 OETI Tested for harmful substances. www.oeko-tex.com/standard100

Φιλτράρισμα BFE≥ 98% (βάσει EN 14683)

Η εταιρεία ΜΕΓΑ έχει ελεγχθεί και αδειοδοτηθεί από τον Ε.Ο.Φ. τόσο για παραγωγή βιοκτόνων, όσο και για παραγωγή ιατροτεχνολογικών προϊόντων.

ΜΕΓΑ Ελληνική καινοτομία