

# Πράσινο+Μπλε

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ

ΙΟΥΛΙΟΣ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 2023 | ΤΕΥΧΟΣ 149

Σκέψου... Δράσε και Ζήσε καλύτερα!!!

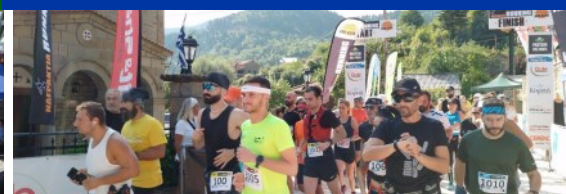


## ΟΡΕΙΝΗ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ

ΤΑΞΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΣΤΑ  
ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ



**13ος Χρόνος** με επιτυχία οι Ποδηλατικοί Αγώνες Ορεινής Ναυπακτίας



**3rd ΝΑΥΡΑΚΤΙΑ RUNNING**  
Αγώνες ορεινού τρεξίματος Ναυπακτίας



## ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΝΑΥΜΑΧΙΑΣ ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ

30. 09. 2023

ΕΝΕΤΙΚΟ ΛΙΜΑΝΙ

WWW.VISITNAΥΡΑΚΤΙΑ.GR



The reenactment of the Naval Battle of Lepanto



Σχεδόν μισό εκατομμύριο άνθρωποι σκοτώθηκαν σε καταστροφές που συνδέονται με ακραία καιρικά φαινόμενα τα τελευταία 20 χρόνια, σύμφωνα με έκθεση που δημοσιεύθηκε και η οποία υπογραμμίζει την απειλή της κλιματικής απορρύθμισης για την ανθρωπότητα...





ΙΟΥΛ - ΑΥΓ 2023  
ΤΕΥΧΟΣ 149

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ

**Πράσινο+Μπλε**

Μη Κερδοσκοπική Οργάνωση  
Πολιτισμού και Περιβάλλοντος

**Ναύπακτος 30 300**  
Αιτωλοακαρνανίας  
Τηλ. +30 26340 25015

Email: [info@prasinomple.gr](mailto:info@prasinomple.gr)

URL: [www.prasinomple.gr](http://www.prasinomple.gr)



Το περιοδικό μας διατίθεται  
**ΔΩΡΕΑΝ**



**Μεγάλος ο αριθμός των επισκεπτών και αγωνιζομένων οι οποίοι τίμησαν με την παρουσία τους, τους 13ους Ποδηλατικούς Αγώνες Ορεινής Ναυπακτίας, στην Άνω Χώρα, στις 26 και 27 Αυγούστου.**

Η Μη κερδοσκοπική περιβαλλοντική οργάνωση Πράσινο+Μπλε, στην προσπάθεια ανάδειξης της φυσικής ομορφιάς της Ορεινής Ναυπακτίας, σε συνδιοργανώσει με τον Δήμο Ναυπακτίας και την Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας, προσκάλεσαν τους φίλους της ποδηλασίας, σε έναν καθιερωμένο και καταξιωμένο αγώνα, σε μια πανέμορφη τοποθεσία.

Στόχος της διοργάνωσης η ανάδειξη της περιοχής της Ορεινής Ναυπακτίας

ως ιδανικός τόπος εναλλακτικού τουρισμού. Ο καιρός καλός, οι θερμοκρασίες εξαιρετικές, βοήθησαν τους αγωνιζόμενους να απολαύσουν υπέροχες ποδηλατικές διαδρομές δρόμου και ορεινής ποδηλασίας και τους επισκέπτες να γνωρίσουν τη φυσική ομορφιά της περιοχής και την φιλοξενία των κατοίκων.

Την Κυριακή το πρωί υλοποιήθηκαν οι αγώνες Ορεινής Ποδηλασίας 40 χιλμ. και 26 χιλμ. καθώς και η κατηγορία ηλεκτρικών ποδηλάτων στα 40 χιλ. Νικητής της γενικής κατάταξης (General) στα 26 χιλ είναι ο Ανδρέοπουλος Νίκος Της Andreoroulos coatsing με χρόνο 01:26:45.03 , στα 40 χιλ. νικητής της γενικής κατάταξης (General) ο Μπαλάφας Ηρακλής από τον ΚΡΟΝΟ ΝΙΚΑΙΑΣ και πρώτος

στα ηλεκτρικά ποδήλατα ο Δάντος Γιώργος από ΑΕ Μυκόνου με χρόνο 01:32:33.53.

Υπέροχες διαδρομές μέσα στο δάσος, με νέα μονοπάτια, ξεπέρασαν τις προσδοκίες των αγωνιζομένων. Το ποδηλατικό διήμερο έκλεισε με τις απονομές των αγώνων ορεινής ποδηλασίας στην κεντρική πλατεία, Η προσπάθεια στηρίχτηκε από εταιρίες χορηγούς: σειρά προϊόντων Αρία προτεϊν & το βούτυρο LURPAK της ARLA Foods, Νέα Οδός διαχειριστής της Ιόνιας οδού, Σκλαβενίτης super markets, Wet Hankies αντιμικροβιακά μαντηλάκια της MEGA, συμπληρώματα διατροφή Up Cycle - fit and share, Advance travel Δυτικής Ελλάδας και Dole κορυφαίες μπανάνες ποιότητας.





# ROAD BIKE

Το Σάββατο 26/08 το απόγευμα υλοποιήθηκε ο αγώνας ποδηλασίας δρόμου στο ασφάλτινο κομμάτι των 35 χιλμ. από Άνω Χώρα, Ελατού, Τερψιθέα, Μακριά Ράχη. Ο μεγάλος νικητής της γενικής κατάταξης (General) είναι ο Λυριντζής Φίλιππος από τον ΣΠΟΚ ΕΥΚΛΗΣ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ με χρόνο 01:29:34.66

Ως διοργάνωση οφείλουμε να ευχαριστήσουμε: Το Δημοτικό Συμβούλιο του Δήμου Ναυπακτίας και τον Δήμο καθώς και την Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας, την Αστυνομική Δνση Αιτωλίας και ιδιαίτερα την Τροχαία Ναυπάκτου, το Δασαρχείο Ναυπακτίας, τον Πυροσβεστικό Σταθμό

Ναυπακτίας, το Κέντρο Υγείας Άνω Χώρας και τους ιατρούς του, τους ξενοδόχους και επιχειρηματίες της περιοχής, την Κοινότητα Άνω Χώρας, την Ομάδα Διάσωση Μεσολογγίου, τους εθελοντές στη γραμματεία, στις υδροδοσίες και τα σημεία ελέγχου και φυσικά τις εταιρίες χορηγούς αγώνων που στήριξαν και ενίσχυσαν οικονομικά την προσπάθειά μας.

Ένα μεγάλο ευχαριστώ ανήκει στους αγωνιζόμενους και επισκέπτες, οι οποίοι μας τίμησαν ιδιαίτερα με την παρουσία τους στο διήμερο των αγώνων και τους περιμένουμε ,

**ανανεώνοντας το ραντεβού μας για 23- 24 Αυγούστου 2024!**

Η προσπάθεια δεν τελειώνει εδώ, συνεχίζεται με επιμονή και υπομονή για καλύτερους κάθε χρόνο αγώνες και με στόχο την ανάδειξη της Ορεινής Ναυπακτίας.

Τα αναλυτικά αποτελέσματα έχουν αναρτηθεί στο επίσημο site αγώνων [www.prasinomple.gr](http://www.prasinomple.gr)

Και στο Facebook [@nafpaktia.mtb](https://www.facebook.com/nafpaktia.mtb) μαζί με πληθώρα φωτογραφιών.





# PROTEIN

CHOCOLATE FLAVOURED

# MILK DRINK

DRINK AFTER  
SPORT

# 25g

of Protein in a bottle  
protein: 5.5g per 100ml

# ΖΗΣΕ ΔΥΝΑΤΑ



**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.



καλωσορίστε το καλό



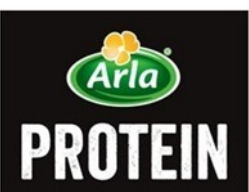
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

γυμνάρι ανθρώπων!

Πράσινο+Μηδές

**3rd RUNNING**  
www.prasinople.gr  
03 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2023

**ΟΡΕΙΝΗ ΝΑΥΠΑΚΤΙΑ ΑΝΘ ΧΩΡΑ**





Με πολλές συμμετοχές, υλοποιήθηκαν οι 3οι αγώνες ορεινού τρεξίματος, semi trail 24km, 13km και 7km, την Κυριακή 03 Σεπτεμβρίου στην Άνω Χώρα Ορεινής Ναυπακτίας.

Συνδιοργανωτές η περιβαλλοντική οργάνωση Πράσινο+Μπλε, ο Δήμος Ναυπακτίας και η Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας, σε μια ακόμα 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 αθλητές του τρεξίματος άνδρες – γυναίκες και έφηβοι απ' όλη την Ελλάδα και ιδιαίτερα από τη Δυτική Ελλάδα, δείχνοντας την εμπιστοσύνη τους στη διοργάνωση αλλά και θέλοντας να γνωρίσουν την περιοχή. Η δράση υποστηρίχθηκε από εταιρίες χορηγούς και προϊόντα: σειρά προϊόντων Arla protein & το βούτυρο LURPAK της ARLA Foods, Νέα Οδός διαχειριστής της Ιόνιας οδού, Σκλαβενίτης super markets, Wet Hankies αντιμικροβιακά μαντηλάκια της MEGA ΑΕ, συμπληρώματα διατροφή Up Cycle - fit and shape stors, Advance travel Δυτικής Ελλάδας και Dole κορυφαίες μπανάνες ποιότητας ενώ συμμετείχαν ενεργά το Κέντρο Υγείας Άνω Χώρας, το Δασαρχείο, η Τροχαία, η Πυροσβεστική Ναυπάκτου, η ομάδα διάσωσης Μεσολογγίου ΕΟΕΔ, καθώς και η τοπική κοινότητα Άνω Χώρας.

Ένα μεγάλο ευχαριστώ ανήκει στους αγωνιζόμενους και επισκέπτες, οι οποίοι μας τίμησαν ιδιαίτερα με την παρουσία τους και τους περιμένουμε και τον επόμενο χρόνο,

Ανανεώνοντας το ραντεβού μας για τις **01 Σεπτεμβρίου το 2024 !!!**



\*Τα αναλυτικά αποτελέσματα έχουν αναρτηθεί στο επίσημο site αγώνων [www.prasinomple.gr](http://www.prasinomple.gr) και στο Facebook [@nafpaktiarunning](https://www.facebook.com/nafpaktiarunning)



# ΜΕΓΑΛΕΙΟ ΦΤΙΑΓΜΕΝΟ ΜΕ ΑΠΛΟΤΗΤΑ



NEO LURPAK® LIGHT ΒΟΥΤΥΡΟ  
ΜΟΝΟ 3 ΦΥΣΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ



# η κλιματική αλλαγή είναι εδώ!

**Ενώ ακόμα το καλοκαίρι δυστυχώς μετράει πολλούς νεκρούς ανθρώπους και τεράστιες καταστροφές από πρωτοφανείς κατακλυσμιαίες βροχοπτώσεις, που ωστόσο είχαν προβλεφθεί από την επιστημονική κοινότητα και ακολούθησαν τις επί πολλές μέρες ανεξέλεγκτες πυρκαγιές στον Έβρο, τη Ρόδο, τη Βοιωτία και σε πολλές άλλες περιοχές σε όλη τη χώρα, ήδη ανακοινώνονται από την κυβέρνηση μεγάλα έργα, πιθανότατα πολλών δισεκατομμυρίων ευρώ δημόσιου χρήματος.**

Στο επίκεντρο όλων των καταστροφών του τελευταίου μήνα βρίσκεται η φύση, της οποίας η διαρκώς επιδεινούμενη κατάσταση έχει ως αποτέλεσμα απώλεια ζωών και βιοποικιλότητας, καθώς και ανυπολόγιστες επιπτώσεις σε υποδομές, περιουσίες και στον ίδιο τον κοινωνικό ιστό των πληγεισών κοινοτήτων. Η Θεσσαλία υποφέρει για άλλη μια φορά από πρωτοφανείς πλημμύρες, λίγες μέρες αφότου ο Έβρος και η Ρόδος κατακλήκαν από ανεξέλεγκτες πυρκαγιές που ο κρατικός μηχανισμός εμφανίστηκε δραματικά ανέτοιμος να αντιμετωπίσει.

Οι πυρκαγιές και οι πλημμύρες συνολικά και σωρευτικά χτυπούν τα οικοσυστήματα, τους ανθρώπους, την οικονομία. Επιχειρώντας να απαντήσει στις καταστροφές, η κυβέρνηση ανακοινώνει βιαστικά παρεμβάσεις που εστιάζουν στην καταστολή και αντιμετώπιση των καταστροφών όταν αυτές ξεσπάσουν, ενώ σε επίπεδο κεντρικής πολιτικής προωθεί τις πλέον καταστροφικές και περιβαλλοντικά οπισθοδρομικές πολιτικές. Έχει μάλιστα ξεκινήσει από

τον Μάιο, με προκλητική αδιαφάνεια, σχεδιασμό για αναβίωση του τραγικά επικίνδυνου και δημαγωγικά παραπληθικού φαραωνικού έργου της εκτροπής του Αχελώου, που αν είχε ολοκληρωθεί θα επιδείνωνε ακόμα περισσότερο την καταστροφή που συντελέστηκε.

Πόσο πιο λάθος μπορεί να κατευθύνεται η χώρα, όταν η επιστημονική κοινότητα εδώ και τουλάχιστον μια δεκαετία προειδοποιεί με βεβαιότητα ότι αυτές οι καταστροφές δεν είναι πλέον φαινόμενα χιλιετίας, αλλά θα γίνουν νέα κανο-

νικότητα εάν δεν αντιμετωπιστούν με έγκαιρο και σωστό σχεδιασμό και με αποτελεσματικές λύσεις που προσφέρουν τα υγιή και ανθεκτικά φυσικά οικοσυστήματα;

Η κλιματική κρίση είναι μια πραγματικότητα που ξεσκεπάζει με τον πιο σκληρό τρόπο τις αδυναμίες της χώρας και την ανετοιμοποίητά μας απέναντι στις επιπτώσεις για τις οποίες μας έχει επανειλημμένα προειδοποιήσει η επιστήμη.



**Το παρόν άρθρο υπογράφουν οι περιβαλλοντικές οργανώσεις:**  
 ANIMA/ ΑΡΧΕΛΩΝ/ Ελληνική Εταιρεία Προστασίας της Φύσης/ Ελληνική Εταιρεία Περιβάλλοντος και Πολιτισμού/ Ελληνική Ορνιθολογική Εταιρεία/ Εταιρεία Προστασίας Πρεσπών/ Καλλιστώ/ Οικολογική Εταιρεία Ανακύκλωσης/ Greenpeace/ MEDASSET/ WWF Ελλάς



**Αντιλαμβανόμενοι πλήρως την ανάγκη για άμεση ανακούφιση των πληγέντων και αποζημίωση για την καταστροφή περιουσιών, προτάσσουμε παράλληλα ως καθοριστική προτεραιότητα των επανασχεδιασμό πολιτικών και μέτρων με στόχο την ενίσχυση της οικολογικής, κοινωνικής και οικονομικής ανθεκτικότητας της χώρας απέναντι στη νέα, διόλου ευόμοια κανονικότητα.**

Αυτό σημαίνει στην πράξη τα εξής:

**1.** Κατά απόλυτη προτεραιότητα σχεδιασμός και υλοποίηση, με βάση τα νέα κλιματικά δεδομένα, έργων αποκατάστασης των υδάτινων συστημάτων (ποτάμια, υγρότοποι, πλημμυρικά πεδία, παρόχθια δάση) και των ζωικής σημασίας ανιπλημμυρικών τους λειτουργιών, όχι μόνο στη Θεσσαλία αλλά σε ολόκληρη τη χώρα.

**2.** Μετατόπιση της έμφασης από την καταστολή στην πρόληψη των δασικών πυρκαγιών μέσα από εθνικό σχεδιασμό για ολοκληρωμένη δασική διαχείριση, με διαφάνεια και δημόσια λογοδοσία, και ισχυρή κοινωνική συμμετοχή.

**3.** Ολοκλήρωση των σχεδίων διαχείρισης λεκανών απορροής και αντιμετώπισης πλημμυρών, με κάλυψη ολόκληρης της χώρας και με ισχυρό προσανατολισμό προς την ανάλυση σεναρίων ακραίων κλιματικών καταστροφών. Πρέπει επιτέλους η χώρα μας να σταματήσει να παραβιάζει τόσο κραυγαλέα το περιβαλλοντικό δίκαιο της ΕΕ!

**4.** Ολοκλήρωση, δίχως καμία άλλη δικαιολογία, του χωροταξικού και πολεοδομικού σχεδιασμού και κατάργηση της

εκτός σχεδίου δόμησης, η οποία αποτελεί εστία μόνο καταστροφών και αποδυναμώνει τις προοπτικές της χώρας για κλιματική θωράκιση και ανθεκτικότητα.

**5.** Άμεση και οριστική παύση κάθε σχεδιασμού για το αναχρονιστικό και καταστροφικό έργο της εκτροπής του Αχελώου, η οποία εάν είχε ολοκληρωθεί με μεγάλη βεβαιότητα θα επιδείνωνε την ήδη δραματική καταστροφή. Οι μεγαλοστομίες και οι τεράστιες παρεμβάσεις κακοποίησης των υδάτινων συστημάτων βρίσκονται πίσω από μεγάλο μέρος των καταστροφών που προκαλούν τα ολοένα εντεινόμενα ακραία φαινόμενα.

**6.** Επιτέλους, συμμόρφωση με τη νομοθεσία της ΕΕ για την προστασία της φύσης, με άμεση ολοκλήρωση και θεσμοθέτηση των προεδρικών διαταγμάτων για όλες τις περιοχές Natura 2000 και των μέτρων διατήρησης και διαχείρισης. Θυμίζουμε τη ντροπιαστική για τη χώρα μας καταδίκη από το Δικαστήριο της ΕΕ, το 2020, λόγω της συνεχιζόμενης από το 2012 παραβίασης από την Ελλάδα της υποχρέωσης καθορισμού των αναγκαίων μέτρων και στόχων διατήρησης για προστατευόμε-

να είδη και οικοτόπους στις περιοχές Natura 2000.

**7.** Για την Ελλάδα, και για κάθε χώρα και κοινωνία που θα αναμετρηθεί με την κλιματική κρίση μέσα στα επόμενα χρόνια, σωτήριος μονόδρομος είναι η μεγάλης κλίμακας αποκατάσταση των φυσικών οικοσυστημάτων που αποτελούν τις αποδεδειγμένα πιο αποτελεσματικές ασπίδες προστασίας των ανθρώπινων κοινωνιών.

**8.** Η ενίσχυση της κοινωνικής αλληλεγγύης και της ενεργοποίησης των τοπικών κοινοτήτων, ο σεβασμός στην ανεξαρτησία και το κύρος των επιστημονικών φορέων, η διαρκής και αποτελεσματική παρακολούθηση των ολοένα και ταχύτερα μεταβαλλόμενων κλιματικών δεδομένων και των κρίσιμων οικολογικών παραμέτρων, και ο σωστός και συμπεριληπτικός σχεδιασμός με βάση τα βέλτιστα διαθέσιμα επιστημονικά δεδομένα είναι θεμέλια αποτελεσματικής αντιμετώπισης της νέας κλιματικής πραγματικότητας.

**Τις προτάσεις υπογράφουν οι περιβαλλοντικές οργανώσεις:** ANIMA/ ΑΡΧΕΛΩΝ/ Ελληνική Εταιρεία Προστασίας της Φύσης/ Ελληνική Εταιρεία Περιβάλλοντος και Πολιτισμού/ Ελληνική Ορνιθολογική Εταιρεία/ Εταιρεία Προστασίας Πρεσπών/ Καλλιτώ/ Οικολογική Εταιρεία Ανακύκλωσης/ Greenpeace/ MEDASSET/ WWF Ελλάς





**UPCYCLE**

**Fit & Shape<sup>®</sup>**

SPORT NUTRITION SUPPLEMENTS





## συνέντευξη από μια μπαταρία

### Ανακύκλωση μπαταριών

Δεν υπάρχει σύγχρονο νοικοκυριό που να μην μας χρησιμοποιεί. Δίνουμε χαρά σε μικρούς και μεγάλους με την ύπαρξή μας. Χωρίς εμάς δε θα μπορούσαν να λειτουργήσουν τα ρολόγια σας, τα τηλεχειριστήριά σας, τα παιχνίδια των παιδιών, τα ραδιοκασετόφωνα, οι φακοί, αλλά και τα ασύρματα και κινητά τηλέφωνα, οι βιντεοκάμερες, οι φωτογραφικές μηχανές, τα ακουστικά βαρηκοΐας. Τα αυτοκίνητα, οι φορητοί υπολογιστές και τα εργαλεία των επαγγελματιών δεν θα είχαν ζωή αν δεν τους δίναμε την ενέργεια και την ισχύ μας.

### Το ένοχο μυστικό!

Αν και είμαστε τόσο χρήσιμες και αποτελεσματικές, είμαστε φτιαγμένες από μέταλλα όπως λίθιο, ψευδάργυρο, άνθρακα, μαγγάνιο, κάδμιο, νικέλιο, υδράργυρο και μόλυβδο, μερικά εκ των οποίων θεωρούνται ιδιαίτερα βλαβερά για την ανθρώπινη υγεία και για το περιβάλλον. Όταν πεθαίνουμε, οι

άνθρωποι μας πετούν στα σκουπίδια. Όμως μαζί με τα εντομοκτόνα, τους λαμπτήρες υδραργύρου, τα ισχυρά απορρυπαντικά, τα φυτοφάρμακα και τα υλικά από αμίαντο, αποτελούμε τα πιο βλαβερά οικιακά απορρίμματα με ανυπολόγιστες συνέπειες για την υγεία και το φυσικό περιβάλλον. Οι κίνδυνοι από την κακή χρήση μας είναι πολλοί. Τα μέταλλα όπως το κάδμιο, ο μόλυβδος και ο υδράργυρος έχουν επιβλαβείς αρνητικές επιδράσεις στην υγεία των ανθρώπων. Προκαλούν νευρολογικές διαταραχές, εγκεφαλοπάθειες, νεφρικές βλάβες, διάφορους τύπους καρκίνου, βλάβες στο καρδιαγγειακό και μυοσκελετικό σύστημα. Γινόμαστε ιδιαίτερα επικίνδυνες αν κάποιος μας καταπιεί, ή αν υπάρξει περίπτωση ανάφλεξης, διαρροής υγρών, ή αν κάποιος προσπαθήσει να μας τρυπήσει. Αν και είμαστε τόσο μικρές, είμαστε ικανές να μολύνουμε τα εδάφη και τα υπόγεια νερά. Χαρακτηριστικά μια μικρή μπαταρία ρολογιού μπορεί να ρυπάνει 1 κυβικό μέτρο χώμα ή 400 κυβικά μέτρα νερό. Σκεφτείτε τι κακό

μπορούμε να προκαλέσουμε, αν αναλογιστούμε ότι μόνο στην Ελλάδα κυκλοφορούν κάθε χρόνο αρκετά εκατομμύρια μπαταριών!

### Υπάρχει ελπίδα;

Παρόλο που προκαλούμε τόσους κινδύνους, η ανακύκλωσή μας είναι όχι μόνο δύσκολη, αλλά και δαπανηρή. Μόνο οι μπαταρίες οχημάτων ανακυκλώνονται γιατί περιέχουν μόλυβδο τον οποίο λιώνουν και επαναχρησιμοποιούν. Μόνη μας ελπίδα είναι το γεγονός ότι τα τελευταία χρόνια γίνεται μια προσπάθεια ανακύκλωσης όλων των μπαταριών. Αν και δεν υπάρχουν εργοστάσια ανακύκλωσης μπαταριών στη χώρα μας, τα 4 εργοστάσια που υπάρχουν στην Ευρώπη συνεργάζονται με το Υπουργείο Περιβάλλοντος και δέχονται τον όγκο των απορριμμάτων μπαταριών. Έτσι αξιοποιούνται όλα τα μέταλλα και χρησιμοποιούνται για να κατασκευαστούν νέες μπαταρίες, εξοικονομώντας ενέργεια και πρώτες ύλες, ενώ ταυτόχρονα μειώνεται ο όγκος απορριμμάτων.



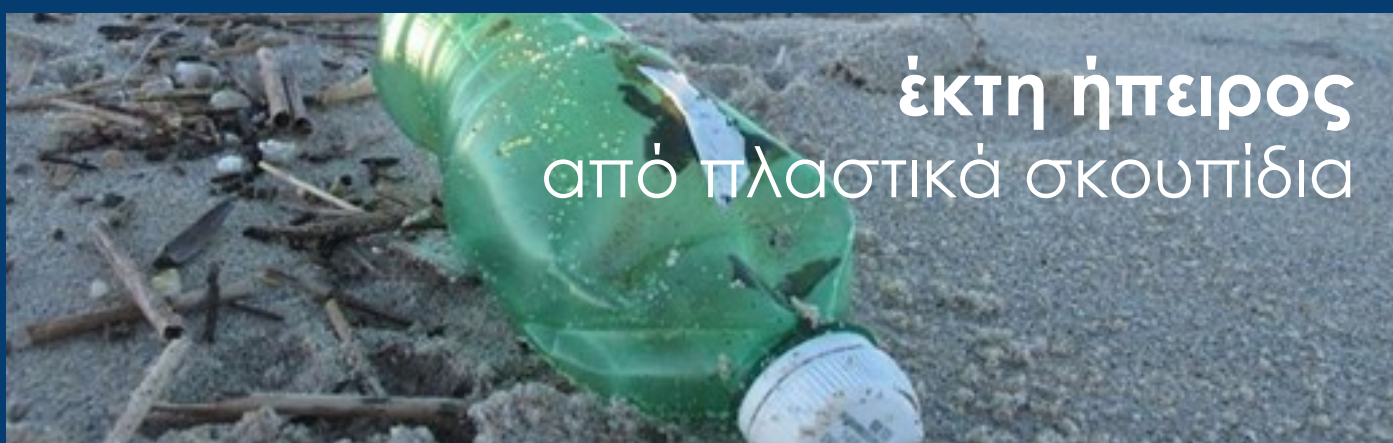


## προσφορά αγάπης από τη ΜΕΓΑ ΑΕ

Μετά από πρωτοβουλία του προϊστάμενου του Δημοτικού Σχολείου Τρίκορφου Ναυπακτίας για δωρεά προϊόντων από τη ΜΕΓΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ Α.Ε, η ελληνική εταιρεία ανταποκρίθηκε άμεσα και απέστειλε για κάθε μαθητή πλήρη σχολικό εξοπλισμό (σχολικές τσάντες, κασετίνες, γόμες, ξυλομπογιές, μαρκαδόρους).

Η ευαισθησία των ανθρώπων της εταιρείας ΜΕΓΑ ΑΕ σε θέματα που αφορούν στην εκπαίδευση αλλά και στη στήριξη της τοπικής κοινωνίας, φάνηκε έμπρακτα, όπως και στα προηγούμενα χρόνια που έστειλε στο σχολείο χειρουργικές μάσκες, αντισηπτικές λοσιόν και αντισηπτικά μαντήλια ΜΕΓΑ, υγρά μαντήλια τουαλέτας, μωρομάντηλα,

υγρά μαντήλια για κρουολόγημα, κρεμοσάπουνα. Οι ευχαριστίες απευθύνονται τόσο στη Διοίκηση, όσο σε όλα τα στελέχη της εταιρείας που μερίμνησαν ώστε ο σχολικός εξοπλισμός για τα παιδιά να φτάσει την ημέρα του Αγιασμού στο σχολείο και να γεμίσει με χαρά τους μικρούς μαθητές.



## έκτη ήπειρος από πλαστικά σκουπίδια

Με τα πλαστικά να βρίσκονται παντού γύρω μας, όπως στο φαγητό, τις ακτές ή ακόμα και στο αίμα μας, η κατάσταση είναι εδώ και χρόνια άκρως ανησυχητική. Στη γενικότερη εικόνα μάλιστα, τα πλαστικά σκουπίδια αυτή τη στιγμή έχουν σχηματίσει μία έκτη ήπειρο κοντά στον Ειρηνικό ωκεανό όσο είναι τρεις φορές η Γαλλία. Μία περιβαλλοντική οργάνωση έχει ως μοναδική αποστολή να καθαρίσει αυτόν τον μεγάλο σκουπίδοτοπο στον Ειρηνικό. Χρησιμοποιώ-

ντας τεράστια δίχτυα που μεταφέρονται με σκάφη, η ομάδα λέει πως έχει συλλέξει πάνω από 200 τόνους πλαστικά από το 2021 μέχρι σήμερα. «Αυτά είναι τα πλαστικά μόνο από την επιφάνεια του ωκεανού και πρόκειται για ένα πολύ μικρό ποσοστό. Περίπου το 1% της ποσότητας στον ωκεανό και συνεπώς μιλάμε για μια πολύ μεγάλη και δύσκολη προσπάθεια. Η σκέψη που έχουμε είναι ότι μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε την τεχνολογία για να βρούμε μία λύση για

αυτή τη συστημική κρίση. Αλλά πρέπει πια να σταματήσουμε αυτόν τον κύκλο και να παράγουμε και να καταναλώνουμε λιγότερα πράγματα» λέει η Μέλανι Μπέργκμαν, βιολόγος θαλάσσιου περιβάλλοντος. Το να μπει τέλος στην παραγωγή πλαστικών είναι ένας φιλόδοξος στόχος που προετοιμάζεται από τον ΟΗΕ ώστε να ενταχθεί σε διεθνή συνθήκη μέχρι το 2025



# kids

## Όταν ο αφρός αλλάξει χρώμα, τα χεράκια είναι καθαρά!

Το νέο **παιδικό εκπαιδευτικό κρεμοσάπουνο ΜΕΓΑ Hygiene KIDS** ήρθε να μετατρέψει «μαγικά» το πλύσιμο των χεριών σε μια διασκεδαστική διαδικασία. Χάρη στην καινοτόμα σύνθεσή του, αλλάζει χρώμα από μπλε σε άσπρο όταν τα χεράκια έχουν πλυθεί σωστά, βοηθώντας τα παιδιά να εντάξουν σωστές πρακτικές υγιεινής στην καθημερινότητά τους από μικρή ηλικία. Με απίθανο άρωμα φρούτων που τα παιδιά σίγουρα θα λατρεύσουν!





**Ο Δήμος Ναυπακτίας τιμά την 452<sup>η</sup> Επέτειο της Ναυμαχίας της Ναυπάκτου (7.10.1571), του ιστορικού γεγονότος που σημάδεψε την ιστορία της Ευρώπης και του κόσμου.**

Πρόκειται για το κορυφαίο πολιτιστικό γεγονός του Δήμου Ναυπακτίας όπου το Ενετικό Λιμάνι της πόλης μετατρέπεται κάθε χρόνο σε ένα μοναδικό σκηνικό συγκεντρώνοντας το ενδιαφέρον εκατοντάδων κατοίκων και επισκεπτών.

Η Ναυμαχία της Ναυπάκτου αποτέλεσε σημαντικότατο σταθμό για την ιστορία. Ο ναύαρχος Γκραβιέ το είπε άλλωστε χαρακτηριστικά: «η τύχη του κόσμου, τρεις φορές εξαρτήθηκε από την έκβαση μιας τεράστιας ναυτικής σύρραξης: στην Σαλαμίνα, στο Άκτιο και τη Ναύπακτο». Ταυτόχρονα, το ιστορικό γεγονός στάθηκε σταθμός και για τη ναυτική τακτική, τη ναυπηγική, τις τέχνες και τα γράμματα. Κορυφαία έργα που φιλοξενούνται σήμερα στα σημαντικώ-

τερα μουσεία και βιβλιοθήκες του κόσμου, όπως του Tiziano, του Tintoretto, του Veronese, του Θεοτοκόπουλου, αλλά και βιοματικές αφηγήσεις του Miguel de Cervantes έχουν σημείο αναφοράς τη Ναυμαχία της Ναυπάκτου. Σημειώνεται ότι, η τελετή Αναπαράστασης της Ναυμαχίας θα λάβει χώρα στις 30 Σεπτεμβρίου 2023, λόγω της διεξαγωγής των αυτοδιοικητικών εκλογών. Δείτε το spot εδώ

<https://www.youtube.com/watch?>







**Στο πλαίσιο του έργου BEST “Addressing joint Agro- and Aqua-Biodiversity pressures Enhancing Sustainable Rural Development”** («Αντιμετώπιση των κοινών πιέσεων στην Αγρο – και Υδρο – Βιοποικιλότητα, Ενίσχυση της Αειφόρου Αγροτικής Ανάπτυξης»), στο οποίο η Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας συμμετέχει ως εταίρος, πραγματοποιήθηκε η Τελική Τεχνική Συνάντηση των Εταίρων του

έργου στην Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας, στην Πάτρα.  
 Η συνάντηση πραγματοποιήθηκε την Παρασκευή, 15 Σεπτεμβρίου 2023 στην Αίθουσα Περιφερειακού Συμβουλίου Δυτικής Ελλάδας. Η Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας είχε την τιμή να φιλοξενήσει στην Τελική Τεχνική Συνάντηση τους εταίρους του έργου από τις Περιφέρειες της Απουλίας, της Ηπείρου και των Ιονίων Νήσων.

Κατά τη διάρκεια του Project Meeting οι εταίροι του έργου παρουσίασαν τις υφιστάμενες δράσεις υποστήριξης των υλοποιημένων ενεργειών, τα εμπόδια, τους στόχους και τις δραστηριότητες.  
 Η συνάντηση έκλεισε με το συντονισμό των επόμενων ενεργειών μέχρι τη λήξη του έργου με τους εταίρους να δεσμεύονται για τις προγραμματισμένες δράσεις.



#noplactic



# Μια ξεχωριστή βραδιά στο Αρχαίο Θέατρο Πλευρώνας



**Μια ξεχωριστή βραδιά έζησαν όσοι βρέθηκαν στο Αρχαίο Θέατρο Πλευρώνας στην Π.Ε. Αιτωλοακαρνανίας, το οποίο ανασυλώθηκε και παραδόθηκε σε επανάχρηση έπειτα από εκτεταμένες αναστηλωτικές εργασίες.**

Ο Περιφερειάρχης Δυτικής Ελλάδας Νεκτάριος Φαρμάκης στο σύντομο χαιρετισμό του πρόσθεσε: «Έπενδύουμε στον πολιτισμό γιατί πιστεύουμε ότι η ανάδειξη της πολιτιστικής κληρονομιάς αποτελεί σημαντικό κεφάλαιο ανάπτυξης του τόπου που μας γέννησε». Καλωσόρισε και ευχαρίστησε την υπουργό Πολιτισμού, Λίνα Μενδώνη που τέλεσε τα εγκαίνια του αρχαίου θεάτρου και την Προϊσταμένη της Εφορείας Αρχαιοτήτων Αιτωλοακαρνανίας, Ολυμπία Βικάτου, η οποία παρουσίασε διεξοδικά τις παρεμβάσεις

που έγιναν στο μνημείο, αλλά και το σύνολο των ανθρώπων που εργάστηκαν και εργάζονται για την ανασύλωση και ανάδειξη των πολιτισμικών μας μνημείων.

«Όλα τα έργα Πολιτισμού αποτελούν πολιτιστικές διαδρομές που ενισχύουν καθοριστικά τη φυσιογνωμία του τόπου, καθώς επίσης την τουριστική βιομηχανία και κατ' επέκταση δημιουργούν σημαντική οικονομική δραστηριότητα» ανέφερε από την πλευρά της η κ. Μενδώνη, που ανταπέδωσε τις ευχαριστίες προς τον Περιφερειάρχη, τονίζοντας: «Έχουμε κάνει πολλά και θα συνεχίσουμε τη συνεργασία τα επόμενα χρόνια, γιατί έχουμε να κάνουμε πολλά περισσότερα».

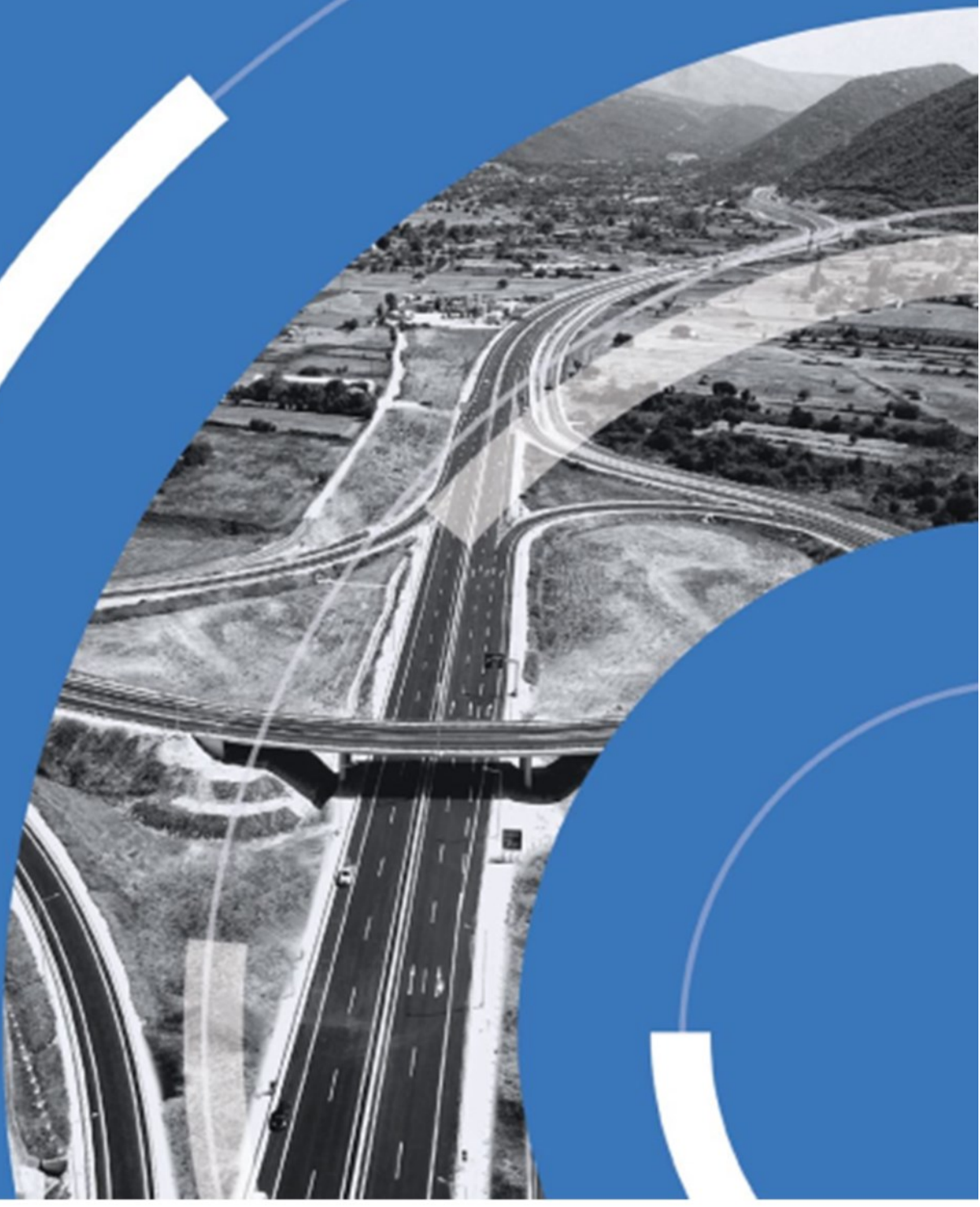
Την τελετή των εγκαίνιων πλαισίωσε η μουσική εκδήλωση «Με ένα κομμάτι φεγγαριού στα χέρια», στην οποία η Φωτεινή Δάρρα, με την μαγευτική φωνή της, υπό το φως του τελευταίου αυγουστιάτικου φεγγαριού, μοιράστηκε με τον κόσμο μεγάλες επιτυχίες του Ελληνικού και διεθνούς ρεπερτορίου.

Για την Περιφερειακή Αρχή η ανάδειξη των μνημείων και σύνδεση των αρχαιοτήτων με το πολιτιστικό γίγνεσθαι είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την τουριστική αξιοποίηση. Την εκδήλωση χαιρέτησαν ακόμη ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Αιτωλίας και Ακαρνανίας, Δαμασκηνός, ο Δήμαρχος Μεσολογγίου Κώστας Λύρος και η Ιωάννα Φαναριώτου Προϊσταμένη της Ειδικής Υπηρεσίας Διαχείρισης Επιχειρησιακού Προγράμματος.



ο καλύτερος  
δυνατός  
συνταξιδιώτης

**Νέα Οδός**





## τα Ζώα συντροφιάς έχουν και Υποχρεώσεις!

Η προσθήκη ενός τετράποδου μέλους στην οικογένεια είναι ένα ευχάριστο γεγονός που μας γεμίζει χαμόγελα. Ωστόσο, ο ερχομός του κατοικίδιου συνοδεύεται από βασικές υποχρεώσεις του ιδιοκτήτη του ζώου συντροφιάς:

1. Να μην εγκαταλείπει το ζώο συντροφιάς του.
2. Να στερώνει το δεσποζόμενο ζώο συντροφιάς του.
3. Να σημάνει και να καταγράψει το ζώο του στο Εθνικό Μητρώο Ζώων Συντροφιάς.
4. Να μεριμνά για τον ετήσιο εμβολιασμό και την κτηνιατρική εξέταση του ζώου.
5. Να τηρεί τους κανόνες ευζωίας του ζώου συντροφιάς, να μεριμνά για την αναγκαία κτηνιατρική περίθαλψη του, την εξασφάλιση άνετου, υγιεινού και κατάλληλου καταλύματος, προσαρμοσμένου στον φυσικό τρόπο διαβίωσης του ζώου.
6. Να εφοδιάζεται με το διαβατήριο του ζώου του, εάν πρόκειται να ταξιδέψει με αυτό στο εξωτερικό.

\*Στη Διεύθυνση Γενικής Αστυνόμευσης του Αρχηγείου Ελληνικής Αστυνομίας λειτουργεί το Τμήμα Προστασίας Ζώων με τηλέφωνο επικοινωνίας 2131520450 και e-mail : [genast@astynomia.gr](mailto:genast@astynomia.gr).

Μπορείτε επίσης να καλείτε στην τηλεφωνική γραμμή 10410 και να διαβάσετε όλες τις υποχρεώσεις κλπ. [ΕΔΩ](#)



[www.prasinomple.gr](http://www.prasinomple.gr)

**ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ**

tel. 26340 25015

e. [info@prasinomple.gr](mailto:info@prasinomple.gr)

Fb [prasinomple.ecomagazine](https://www.facebook.com/prasinomple.ecomagazine)



Το Πιστοποιημένο Πρόγραμμα  
Οργανικής Μπανάνας της Dole  
βρίσκεται στην πρώτη γραμμή της οργανικής  
καλλιέργειας και ικανοποιεί το αίτημα  
των καταναλωτών για ποιοτικά προϊόντα.





# 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 Παναγιάς της Αμπελακιώτισσας και σ' ένα εικόνισμα της Παναγιάς που χάθηκε από τα Αμπελάκια της Θεσσαλίας (το πέταξαν οι Τούρκοι στον Πηγιά) 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 δεξι 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 πετρόχιστα 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-Λίας, 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.



Εγκεκριμένα από τον Ε.Ο.Φ.  
Αρ. Αδείας κυκλοφορίας ΕΟΦ: 100652/06.10.2020

## Ασύγκριτη προστασία

Τα υγρά αντιβακτηριδιακά  
μαντήλια **Wet Hankies  
Antibacterial Extra Safe**  
προσφέρουν αναβαθμισμένη προστασία!

Χάρη στην ενισχυμένη σύνθεσή  
τους με ισχυρό ποσοστό οινόπνευματος  
και επιπλέον αντισηπτικό παράγοντα,  
εξουδετερώνουν το **99,9% των  
βακτηρίων και τους ιούς της γρίπης  
H1N1 και H3N2\***, ενώ είναι τα 1α  
αντιβακτηριδιακά μαντήλια στην  
Ελλάδα που εξασφάλισαν  
επιστημονικά **αποδεδειγμένη δράση  
κατά του κορωνοϊού SARS-CoV-2**  
(βάσει EN14476 – χρόνος επαφής 1').

Δρουν  
αποτελεσματικά  
κατά του  
**ΚΟΡΩΝΟΪΟΥ  
SARS-CoV-2\***



## Antibacterial



Εξουδετερώνουν το

**99,9%**

των βακτηρίων και τους ιούς  
της γρίπης H1N1 και H3N2\*



\*Σύμφωνα με τα Ευρωπαϊκά Πρότυπα EN1276, EN1500, EN1650, EN14476