

Πράσινο+Μπλε

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2024 | ΤΕΥΧΟΣ 153

Σκέψου... Δράσε και Ζήσε καλύτερα!!!

Saved the planet
with the power of
ΜΠΡΙΑΜ
#Eat4Change



“ΟΙΚΟθέατρο” ΑΝΟΙΓΕΙ Η ΑΥΛΑΙΑ

σελ. 04



ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΕΣ ΑΠΟΚΡΙΕΣ

σελ. 07



2023
η χειρότερη χρονιά για το κλίμα

σελ. 22

Αυλαία στις 25 Φεβρουαρίου!

13 ΟΙΚΟ *δέατρο*
ΧΡΟΝΙΑ
Είσοδος ελεύθερη

Θεατρικές παραστάσεις
για το Περιβάλλον...

Δημοτικών Σχολείων Ναυπακτίας

Πράσινο+Μπλε

Μη Κερδοσκοπική Οργάνωση Πολιτισμού & Περιβάλλοντος



ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ:

Δήμος Ναυπακτίας



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΔΥΤΙΚΗΣ
ΕΛΛΑΔΑΣ
Σεράφη Αντιθέεις

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ:





ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2024
ΤΕΥΧΟΣ 153

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ:

Πράσινο+Μπλε ΑΜΚΕ

Μη Κερδοσκοπική Οργάνωση
Πολιτισμού και Περιβάλλοντος

Ναύπακτος ΤΚ 30 300

Τηλ. +30 26340 25015

Email: info@prasinomple.gr

URL: www.prasinomple.gr



Ο πλανήτης δεν ήταν ποτέ τόσο ζεστός όσο το 2023!



Το περιοδικό μας διατίθεται
ΔΩΡΕΑΝ



13 χρόνια "ΟΙΚΟθέατρο"

Η Ναύπακτος είναι έτοιμη να υποδεχθεί το «ΟΙΚΟθέατρο 2024», που ανοίγει αυλαία για 13^η Χρονιά. Θεατρικές παραστάσεις για το περιβάλλον, από τα Δημοτικά Σχολεία της πόλης.

σχολείων και ΚΔΑΠ του Δήμου Ναυπακτίας, με δωρεάν είσοδο για το κοινό. Μια δράση στην οποία όλα αυτά τα χρόνια, έχουν συμμετάσχει περισσότεροι από 2.500 μαθητές, έχουν παρακολουθήσει

περισσότεροι από 17.000 θεατές και η οποία έχει βραβευτεί επανειλημμένα για την προσφορά της από φορείς όπως TEDx, ecosity κ.α.

Πέρασαν 13 χρόνια από τη στιγμή που ξεκίνησε να υλοποιείται η δράση ΟΙΚΟθέατρο. Μια δράση που προήλθε από τη προσπάθεια του φορέα «Πράσινο Μπλε» να βρει διαδραστικούς τρόπους για να ενημερώσει και να ευαισθητοποιήσει τους μικρούς μαθητές των Δημοτικών σχολείων Ναυπακτίας σε θέματα οικολογίας και περιβάλλοντος. Με την βοήθεια των θεατρολόγων τους, εκπαιδευτικοί και μαθητές, μετατρέπουν οικολογικά παραμύθια σε θεατρικές παραστάσεις, τις οποίες και ανεβάζουν στην Παπαχαράλαμπειο θεατρική αίθουσα της Ναυπάκτου ξεκινώντας από την **Κυριακή 25 Φεβρουαρίου στις 18:00** με ελεύθερη είσοδο για το κοινό. Είναι μια συνδιοργάνωση της περιβαλλοντικής Οργάνωσης «Πράσινο+Μπλε» με τον [Δήμο Ναυπακτίας](#) και την [Περιφέρειας Δυτικής Ελλάδας](#) Τμήμα Πολιτισμού που έχει ως σκοπό την εμπλοκή και ευαισθητοποίηση των μικρών μαθητών, εκπαιδευτικών αλλά και των γονέων σε μια εκπαιδευτική και βιωματική ενέργεια με θέμα την Οικολογία, το Περιβάλλον, τη διατροφή κ.α. μέσα από το θέατρο. Χορηγοί - υποστηρικτές της δράσης επισειρά ετών είναι το προϊόν βούτυρο [LURPAK](#) της εταιρίας Arla, η 1η ΓΕΝ Αιτωλοακαρνανίας, και η αλυσίδα [SM ΣΚΑΒΕΝΙΤΗΣ](#). Έως και τις 10 Μαρτίου, θα παρουσιάζονται κάθε Κυριακή από δύο θεατρικές παραστάσεις Δημοτικών



13

ΟΙΚΟ *δέατρο*
ΧΡΟΝΙΑ



ΣΥΝΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ:

Πράσινο+Μηλε
Μη Κερδοσκοπική Οργάνωση Πολιτισμού & Περιβάλλοντος



Δήμος Ναυπακτίας



ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ
ΔΥΤΙΚΗΣ
ΕΛΛΑΔΑΣ
ζεμάτη ανηίδεως

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ:




ΣΚΛΑΒΕΝΙΤΗΣ



ΚΟΜΠΟΣΤΟΠΟΙΗΣΗ



**Το 35% των
οικιακών
απορριμμάτων
μπορούν να
κομποστοποιηθούν**



από εμάς εξαρτάται...

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΣΤΕΡΕΩΝ ΑΠΟΒΛΗΤΩΝ 1^η ΓΕΝ ΑΙΤΩΛ/ΝΙΑΣ



Δημιουργικές ΑΠΟΚΡΙΕΣ από τα χεράκια σας...

Οι Απόκριες είναι η περίοδος διασκέδασης και χαράς και για μικρούς και για μεγάλους. Ας είναι το ίδιο διασκεδαστική και η προετοιμασία τους χωρίς περιττά έξοδα και με οικολογική προσέγγιση.

Συχνά, αποκριατικές στολές, μάσκες, γιρλάντες και κομφετί μπορεί να κοστίσουν μια μικρή περιουσία, τη στιγμή που θα μπορούσες να τα φτιάξεις μόνος σου με λίγη φαντασία και πολύ διάθεση. Με αυτό τον τρόπο, οι Απόκριες θα γίνουν μία από τις πιο δημιουργικές εποχές του χρόνου και από τις πιο ευχάριστες αναμνήσεις.

Η στολή...

Φέτος λοιπόν ξέχνα τις κοινότητες επιλογές και βάλε τη φαντασία σου να δουλέψει. Τι καλύτερο από το να δημιουργήσεις μια στολή εμπνευσμένη με πράγματα από τα οποία τα

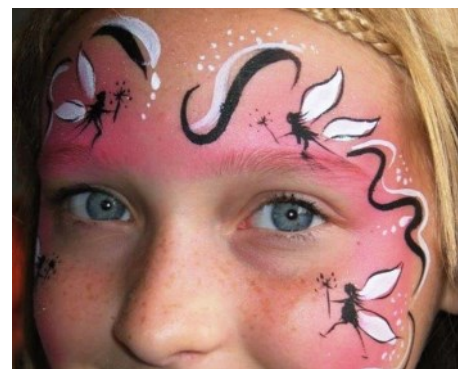


ΔΥΤΗΣ

περισσότερα βρίσκονται ήδη μέσα στην ντουλάπα σου και την αποθήκη σου. Εμπνεύσου δημιουργίες που όχι μόνο θα τραβήξουν τα βλέμματα, αλλά θα μπορέσεις να τις επαναχρησιμοποιήσεις και τον επόμενο χρόνο. Αυτό άλλωστε δεν είναι το πιο ισχυρό χαρτί της χειροποίητης δημιουργίας; Έχει την

προσωπική σφραγίδα σου, μένει για καιρό και γλιτώνει την τσέπη σου από τα έξοδα.

Το μακιγιάζ...



Όσο για το μακιγιάζ μπορείς κι εκεί να κάνεις θαύματα! Αν «πιάνει» λίγο το χέρι σου, μπορείς να μεταμορφωθείς μέσα σε λίγο χρόνο με υλικά που βρίσκονται στο συρτάρι σου. Πάρε ιδέες για μακιγιάζ και χτενίσματα από διάφορα sites και είναι σίγουρο ότι θα το ευχαριστηθείς και θα εντυπωσιάσεις.





Η μάσκα...

Οι μάσκες μπορούν να γίνουν εύκολα με λίγη φαντασία και υλικά που βρίσκονται στην κουζίνα. Πλαστικά πιάτα μιας χρήσης μπορούν να ζωγραφιστούν με χρώματα και σχέδια και να μετατραπούν σε αγαπημένους ήρωες των παιδιών. Ωστόσο, μπορείς να «παρασυρθείς» και να μην περιοριστείς μόνο στη ζωγραφική αλλά να κολλήσεις χρωματιστές κορδέλες, χαρτοπετσέτες σε λωρίδες, φύλλα από εφημερίδες και περιοδικά δημιουργώντας έτσι μία μοναδική και ευφάνταστη μάσκα.

Το πάρτι...

Αν είσαι από αυτούς που αρέσκονται σε πάρτι κατ' οίκον για φίλους, κάνε ένα αποκριάτικο πάρτι που θα αφήσει εποχή. Η

διακόσμηση μπορεί είναι το πλέον εύκολο αφού με ελάχιστα χρήματα θα δημιουργήσεις τις δικές σου γιρλάντες οι οποίες θα δημιουργήσουν μια άκρως



αποκριάτικη ατμόσφαιρα για να υποδεχτείς τους καλεσμένους σου. Χρησιμοποίησε χαρτί ψαλίδι και κόλλα, φτιάξε γιρλάντες, χωνάκια για να προσφέρεις ξηρούς καρπούς, φούσκωσε μπαλόνια, διακόσμησε ποτήρια και ότι άλλο έξυπνο και δημιουργικό μπορείς να σκεφτείς.

Αν πάλι δεν μπορείς να αποφύγεις την αγορά μιας στολής, φύλαξε την με προσοχή. Όταν πάψει να σου κάνει, μπορείς να τη χαρίσεις σε συγγενείς ή φίλους. Επαναχρησιμοποίηση λοιπόν στην πράξη.



ΝΑΥΠΑΚΤΟΣ

ΛΕΡΑΝΤΟ

ARCHERY
TEAM



ΚΛΕΙΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ
2ο ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ

3
groups

από 5 ετών & άνω

10:00 έως 11:00

11:00 έως 12:00

12:00 έως 13:00

ΔΙΑΛΕΞΤΕ ΤΗΝ ΩΡΑ ΠΟΥ ΣΑΣ ΒΟΛΕΥΕΙ

**ΚΑΘΕ
ΚΥΡΙΑΚΗ**

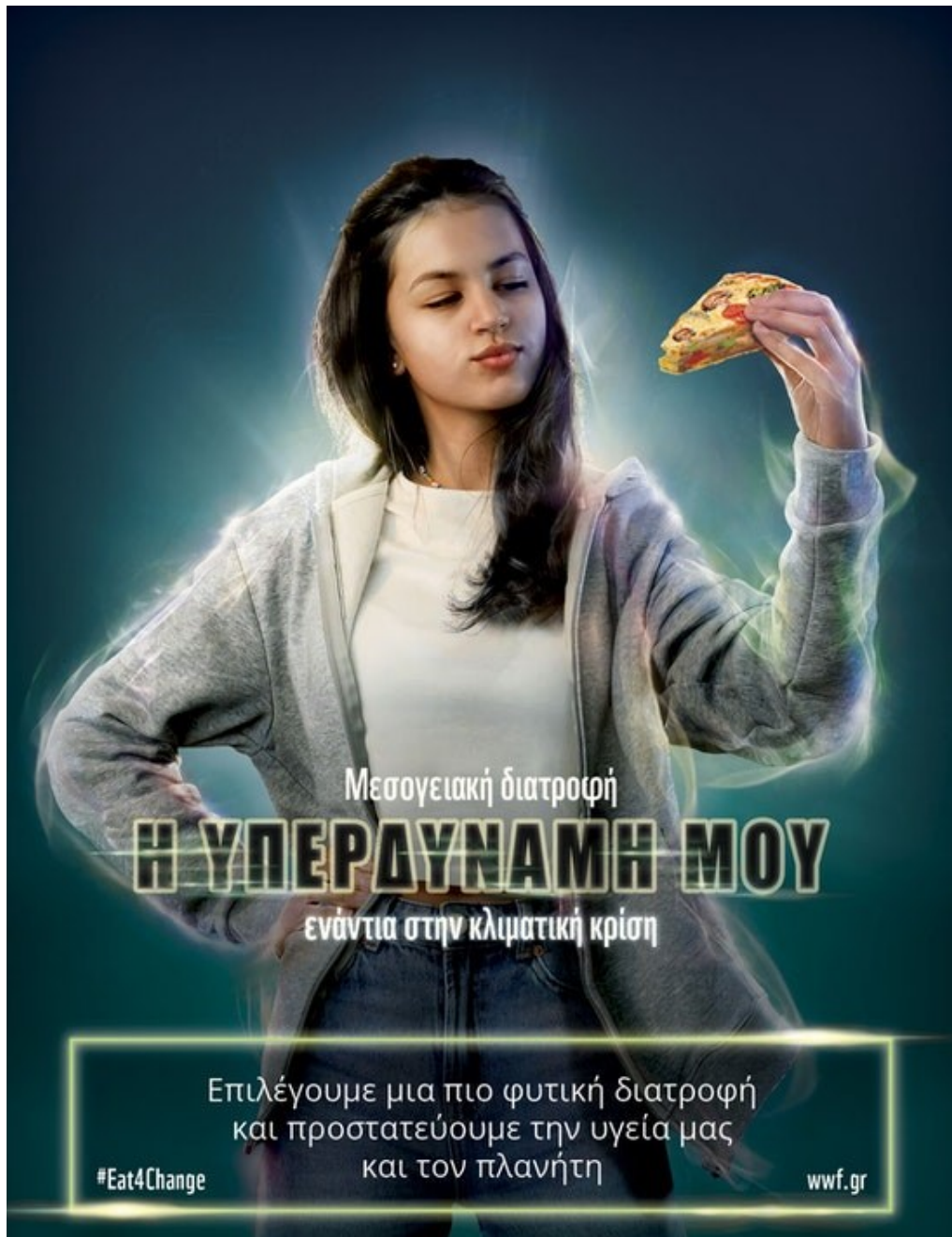
2024

Πράσινο+Μπλε

ΜΗ ΚΕΡΔΟΣΚΟΠΙΚΗ ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ



Ο τρόπος που παράγουμε και καταναλώνουμε το φαγητό μας σήμερα έχει τεράστιο αντίκτυπο στον πλανήτη, αφού αποτελεί την πρωταρχική αιτία για την απώλεια βιοποικιλότητας και ευθύνεται περίπου για το 1/3 των συνολικών εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου παγκοσμίως. Επιπλέον, τα τελευταία 50 χρόνια, η τροφή μας ευθύνεται για το 80% της παγκόσμιας αποψίλωσης των δασών, με παρθένα δάση να καταστρέφονται και να μετατρέπονται σε γεωργικές εκτάσεις, κυρίως για την κτηνοτροφία (βοσκοτόπια, παραγωγή ζωοτροφής). Και οι περιβαλλοντικές επιπτώσεις δε σταματούν εκεί αφού τα εντατικά συστήματα κτηνοτροφίας, όπου παράγονται τεράστιες ποσότητες ζωικών προϊόντων, χρειάζονται μεγάλο όγκο νερού, το οποίο επιστρέφει στη φύση μεταφέροντας κατάλοιπα φαρμάκων και άλλα παθογόνα μέταλλα. Στην Ελλάδα ακολουθούμε μια διατροφή με υψηλό περιβαλλοντικό αποτύπωμα, καταναλώνοντας για παράδειγμα 1 με 2 μερίδες κόκκινο κρέας την ημέρα, όταν δεν θα έπρεπε να ξεπερνάμε τις 1 - 2 την εβδομάδα, γεγονός που εκτοξεύει τις εκπομπές διοξειδίου του άνθρακα και συμβάλλει στην απώλεια βιοποικιλότητας. Ωστόσο, ακολουθώντας μια διατροφή φιλική για τον πλανήτη, θα βοηθούσαμε στη μείωση: 1) κατά τουλάχιστον 30% των παγκόσμιων εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα, που σχετίζονται με την τροφή 2) της απώλειας της άγριας ζωής κατά 46% 3) της χρήσης γης για καλλιέργεια κατά 41% και 4) των πρόωρων θανάτων κατά 20%



Μεσογειακή διατροφή
Η ΥΠΕΡΔΥΝΑΜΗ ΜΟΥ
ενάντια στην κλιματική κρίση

Επιλέγουμε μια πιο φυτική διατροφή
και προστατεύουμε την υγεία μας
και τον πλανήτη

#Eat4Change wwf.gr



Save the planet
with the power of
ΣΠΑΝΑΚΙ
#Eat4Change

Chef Γιώργος Τσούλης

Μεσογειακή διατροφή, η υπερδύναμή μας ενάντια στην κλιματική κρίση!

Στόχος του διεθνούς προγράμματος #Eat4Change είναι η ευαισθητοποίηση και κινητοποίηση των καταναλωτών προς μια βιώσιμη διατροφή και η προαγωγή υπεύθυνων μεθόδων παραγωγής τροφής. Αλλάζοντας διατροφικές συνήθειες προς το καλύτερο και επιλέγοντας υγιεινές τροφές, που παράγονται με σεβασμό στο περιβάλλον, βοηθάμε στην αντιμετώπιση της κλιματικής κρίσης και της απώλειας βιοποικιλότητας, ενώ εξασφαλίζουμε τροφή για περισσότερους ανθρώπους. Η τροφή μας είναι η υπερδύναμή μας αφού, ακολουθώντας μια πιο φυτική διατροφή δεν προστατεύουμε μόνο την υγεία μας, αλλά και την υγεία του πλανήτη! Διατροφή «φιλική για τον πλανήτη» σημαίνει:

- Υγιεινές τροφές που παράγονται με σεβασμό στο περιβάλλον
- Περισσότερες φυτικές πρωτεΐνες αντί για ζωικές
- Ποικιλία στις γεύσεις - όχι στην υπερκα-

τανάλωση οποιουδήποτε φαγητού. Για εμάς εδώ στην Ελλάδα η λύση βρίσκεται σε κάτι πολύ γνώριμο! Η Μεσογειακή διατροφή που ακολουθούσαν οι παλαιότερες γενιές επανέρχεται στην επικαιρότητα για να μας βοηθήσει να θωρακίσουμε την υγεία μας και τον πλανήτη. Τοπικά και εποχικά είδη, περισσότερα φρούτα, λαχανικά και δημητριακά ολικής άλεσης, λιγότερο κρέας, ζάχαρη, έλαια και λίπη είναι μόνο μερικά από τα μυστικά της μεσογειακής διατροφής που θα μας βοηθήσουν να θυμηθούμε να τρεφόμαστε σωστά. Μάλιστα αν υιοθετήσουμε ένα διατροφικό πρότυπο που περιλαμβάνει 52 τρόφιμα, κυρίως φυτικής προέλευσης, αλλά και περιφερική πρόσληψη γαλακτοκομικών προϊόντων, ψαριών και μικρή πρόσληψη κόκκινου κρέατος, μπορούμε να καλύψουμε επαρκώς τις διατροφικές μας απαιτήσεις με ρεαλιστικές ποσότητες τροφίμων και ποικιλία, επιτυγχάνοντας παράλληλα μείωση των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα κατά 36%!

Η Πυραμίδα Μεσογειακής Διατροφής περιλαμβάνει στη βάση της τα τρόφιμα που θα πρέπει να καταναλώνονται καθημερινώς και σε επαρκείς ποσότητες, όπως τα δημητριακά, τα φρούτα και τα λαχανικά καθώς και τα όσπρια και ανεβαίνοντας προς την κορυφή τα φαγητά που θα πρέπει να καταναλώνονται σε μικρότερες ποσότητες, όπως το κρέας. Μάλιστα η Πυραμίδα Μεσογειακής Διατροφής σχετίζεται άμεσα και με το περιβαλλοντικό αποτύπωμα της τροφής μας όπως μπορείτε να δείτε εδώ.

Ο σεφ [Γιώργος Τσούλης](#) υποστηρίζει το πρόγραμμα Eat4Change ως επίσημος πρεσβευτής του WWF σε θέματα βιώσιμης διατροφής.

Δημιούργησε επτά πεντανόστιμες και βιώσιμες συνταγές δείχνοντας πως η προστασία του περιβάλλοντος περνάει και μέσα από το δικό μας πιάτο!

[ΚΑΤΕΒΑΣΕ ΤΙΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ](#)

Οι σαλάτες λατρεύουν Το Μετόχι.



**Το Μετόχι.
Στη γεύση το' χει.**

Γνήσιο λευκό και κόκκινο ξίδι
για το φαγητό.
Με υπέροχη, δυνατή γεύση.

7°

www.tometoxi.com

ΖΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΕΤΟΙΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ!

Αλκοόλ και οδήγηση δεν πάνε μαζί

Με αφορμή την έναρξη της Καρναβαλικής Περιόδου θα υλοποιηθεί για δεύτερη φορά φέτος η εκστρατεία ενημέρωσης με θέμα «ΖΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΕΤΟΙΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ! Αλκοόλ και οδήγηση δεν πάνε μαζί» προωθώντας τηλεοπτικό σποτ, ραδιοφωνικό σποτ, εκστρατεία στα κοινωνικά δίκτυα καθώς και δημιουργία αφίσας που θα τοποθετηθεί σε κεντρικά σημεία πόλεων της ΠΔΕ.

«Δυστυχώς σύμφωνα με στοιχεία της ΕΛ.ΑΣ., το έτος 2022 στη ΓΕ.Π.Α.Δ. ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ σημειώθηκε ο 2ος μεγαλύτερος αριθμός θανατηφόρων τροχαίων ατυχημάτων (57), ενώ στο Εθνικό Στρατηγικό Σχέδιο Οδικής Ασφάλειας Ελλάδα 2020-2023 η ΠΔΕ εμφανίζεται με τη 2η χειρότερη επίδοση σε θανάτους ηλικιωμένων & πεζών, την 3η χειρότερη επίδοση σε θανάτους με μηχανοκίνητα δίκυκλα και με ένα όχημα, την 4η χειρότερη επίδοση συνολικά σε νεκρούς σε οδικά ατυχήματα ανά 100.000 κατοίκων και την 5η χειρότερη επίδοση σε θανάτους νέων.

Η οδική ασφάλεια και η πρόληψη τροχαίων ατυχημάτων αποτελούν θέματα μείζονος σημασίας για την Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας. Για το λόγο αυτό, με αίσθημα ευθύνης θεωρούμε επιβεβλημένο να συνεχίσουμε και φέτος τη συνεργασία με το Ινστιτούτο, υλοποιώντας όσα περισσότερα προγράμματα οδικής ασφάλειας μπορούμε» υπογραμμίζει ο Αναπληρωτής Περιφερειάρχης Δυτικής Ελλάδας Χαράλαμπος Μπονάνος.



#drivesafely



STOP THE
VIOLENCE
DON'T DRINK
AND DRIVE.



Πράσινο Τείχος...

ενάντια στη κλιματική αλλαγή

Τουλάχιστον 20 αφρικανικά κράτη προσπαθούν να δώσουν σε παγκόσμιο το επίπεδο το μήνυμα της μάχης ενάντια στην κλιματική αλλαγή, σχεδιάζοντας τη δημιουργία ενός «πράσινου τείχους» με μήκος 6.000 χιλιόμετρα από την Ερυθρά θάλασσα ως τον Ατλαντικό ωκεανό.

Το έργο για τη φύτευση δέντρων, το οποίο έχει ονομαστεί «Μεγάλο πράσινο τείχος της Αφρικής», εκτείνεται σε περίπου 6.000 χιλιόμετρα εδάφους, στο νότιο άκρο της ερήμου Σαχέλ, η οποία και αποτελεί μία στεπική λωρίδα γης νότια της ερήμου. Το έργο Great Green Wall ξεκίνησε από 11 χώρες το 2007 και αναμένεται να ολοκληρωθεί το 2030, ωστόσο από τα πρώτα χρόνια δημιουργίας του, άρχισε να αποδίδει καρπούς. Μεταξύ άλλων διασχίζει εκτάσεις από την Ερυθραία, την Αιθιοπία και το Σουδάν ως και την ακτή του Ατλαντικού και κράτη όπως η Νιγηρία, ο Νίγηρας, η Σενεγάλη και η Μαυριτανία.

Ήδη έχουν φυτευτεί περισσότερα από 30 εκατομμύρια δέντρα και εννέα ακόμη χώρες έχουν αναλάβει να φυτέψουν σε ολόκληρο το πλάτος της ηπείρου, ανθεκτικά στην ξηρασία, δέντρα ακακίας, ενώ σε περίπτωση που ολοκληρωθεί το φαραωνικό έργο τα δέντρα που θα έχουν φυτευτεί μπορεί και να ξεπεράσουν τα 200 εκατομμύρια.

Αν και το τείχος έχει φτιαχτεί κατά ποσοστό 15%, ωστόσο, η ύπαρξή του έχει επηρεάσει δραματικά τις συμμετέ-

χουσες χώρες. Πιο αναλυτικά, πάνω από 12 εκατομμύρια στρέμματα (5 εκατομμύρια εκτάρια) υποβαθμισμένων εκτάσεων έχουν αποκατασταθεί στη Νιγηρία λόγω της αντιστροφής του μικροκλίματος της περιοχής, ενώ σχεδόν 30 εκατομμύρια στρέμματα δένδρων ανθεκτικών στην ξηρασία έχουν φυτευτεί στη Σενεγάλη. Αντίστοιχη έκταση 37 εκατομμυρίων στρεμμάτων γης έχει αποκατασταθεί στην Αιθιοπία, ενώ παρόμοιες είναι οι αλλαγές και σε όσα κράτη έχουν συμφωνήσει στη δημιουργία του «Πράσινου Τείχους». Το νέο περιβαλλοντικό τοπίο περιλαμβάνει επίσης, πολλά υπόγεια πηγάδια υδάτων, γεμισμένα με πόσιμο νερό, αγροτικές περιοχές που καλλιεργούν πρόσθετα είδη διατροφής και νέες θέσεις εργασίας και εισοδήματα για τους κατοίκους των χωριών, χάρη στην ανά-

γκη συντήρησης των δέντρων. Η συνέχιση της ανάπτυξης του τοίχου υποστηρίζεται, επί του παρόντος, από κυβερνήσεις διαφόρων κρατών και ομάδες διατήρησης από όλο τον κόσμο και μόλις ολοκληρωθεί το τείχος, θα είναι η μεγαλύτερη ζωτική δομή στον πλανήτη, τριπλάσια του μεγέθους του Μεγάλου Κοραλλιογενή Υφάλου στην Ωκεανία, ο οποίος θεωρείται και το πιο «πλούσιο» οικοσύστημα των ωκεανών. «Υπάρχουν πολλά παγκόσμια θαύματα, αλλά το Μεγάλο Πράσινο Τείχος θα είναι μοναδικό και ο καθένας μπορεί να αποτελεί μέρος της ιστορίας του», δήλωσε ο Δρ Dlamini Zuma, πρόεδρος της Επιτροπής της Αφρικανικής Ένωσης. «Μαζί, μπορούμε να αλλάξουμε το μέλλον των αφρικανικών κοινοτήτων στο Σαχέλ». πηγή: gazzetta.gr





Η φύση δεν παράγει απορρίμματα!

Στα φυσικά οικοσυστήματα αυτό που θεωρείται απόβλητο από ένα οργανισμό, αποτελεί χρήσιμη πρώτη ύλη για κάποιον άλλο και έτσι, τίποτα δεν χάνεται και συνεχίζεται αρμονικά ο αέναος κύκλος της ζωής.

Αν η φύση δεν έκανε ανακύκλωση και παρήγαγε σκουπίδια όπως παράγει ο άνθρωπος, δε θα υπήρχε σήμερα ζωή στον πλανήτη. Εάν καταλάβουμε ότι τα σκουπίδια δεν είναι άχρηστα υλικά, αλλά χρήσιμες πρώτες ύλες για τις κατάλληλες βιομηχανίες, τότε θα συνειδητοποιήσουμε πόσο λάθος είναι η κατάληξη αυτών των υλικών στις χωματερές, με τεράστιο περιβαλλοντικό αλλά και οικονομικό κόστος. Κάθε προϊόν που αγοράζουμε παράγεται με τη χρήση ενέργειας και κάθε επιπλέον κιλοβατώρα επιβαρύνει την ατμόσφαιρα με ένα κιλό διοξειδίου του άνθρακα.

Η παραγωγή προϊόντων από ανακυκλωμένο υλικό απαιτεί λιγότερη ενέργεια από ότι η παραγωγή τους από πρώτες ύλες.

Συνεπώς, ένα από τα πολλαπλά οφέλη της ανακύκλωσης είναι ότι εξοικονομεί ενέργεια. Η ενέργεια που μπορεί να εξοικονομηθεί με την ανακύκλωση των υλικών συσκευασίας και χαρτιού αντιστοιχεί στην ενέργεια που καταναλώνει μια πόλη πέντε (5) εκατομμυρίων κατοίκων σε τέσσερις μήνες.



Αν

όλοι οι κάτοικοι της Ελλάδας ανακυκλώνουμε τα αλουμινένια κουτάκια που αγοράζουμε (κουτάκια αναψυκτικών, μπίρας, κλπ.) οι ελληνικές εκπομπές διοξειδίου του άνθρακα θα μειώνονταν κατά 250 χιλιάδες τόνους ετησίως.

Αν ανακυκλώνουμε όλα τα υλικά συσκευασίας και χαρτιού θα αποφεύγονταν η έκλυση 3,84 εκατομμυρίων τόνων διοξειδίου του άνθρακα στην ατμόσφαιρα;

Για κάθε τόνο απορριμμάτων που αποτρέπουμε από τις χωματερές και ανακυκλώνεται ή κομποστοποιείται, αποφεύγεται η έκλυση 260 έως 470 κιλών ισοδύναμου διοξειδίου του άνθρακα στην ατμόσφαιρα.

Στη χώρα μας όμως γίνεται σε χαμηλά ποσοστά και διεξάγεται περιοριστικά (χαρτί 20%, γυαλί 20%, αλουμίνιο 30%), σε αντίθεση με άλλες χώρες που έχουν πετύχει μεγάλη μείωση των απορριμμάτων τους (Γερμανία, Αυστρία κλπ).

Η ανακύκλωση 1 κιλού αλουμινίου μπορεί να εξοικονομήσει μέχρι 8 κιλά βωξίτη, 4 κιλά χημικών και 14 κιλοβατώρες ηλεκτρικής ενέργειας. Οτιδήποτε είναι φτιαγμένο από αλουμίνιο μπορεί να ανακυκλωθεί.

Ένας τόνος ανακυκλωμένου χαρτιού σώζει 15-17 δένδρα, και εξοικονομεί και την ενέργεια που παίρνουμε από ένα βαρέλι πετρέλαιο. Κάθε μεγάλη πόλη παράγει καθημερινά πολλούς τόνους χαρτιού που μπορούν να ανακυκλωθούν, προς το παρόν όμως ένα μικρό μέρος από αυτό ανακυκλώνεται.

Εκτιμάται ότι κάθε χρόνο καταλήγουν στις ελληνικές χωματερές 100.000 τόνοι γυαλί, για την κατασκευή του οποίου έχουν δαπανηθεί 110.000 τόνοι πρώτες ύλες.

Κάθε χρόνο στην Ελλάδα καταλήγουν περίπου 30.000 τόνοι πλαστικό στους ΧΥΤΑ ή ανεξέλεγκτα στο περιβάλλον, από τις σακούλες των σουπερ-μάρκετ. Για να φτιαχτούν αυτές οι πλαστικές σακούλες που χρησιμοποιούνται χρειάζονται 27.000 τόνοι πλαστικό.

Υπολογίζεται ότι κάθε χρόνο παράγονται περισσότεροι από 20 εκατομμύρια τόνοι ηλεκτρονικών αποβλήτων σε ολόκληρο τον κόσμο, όγκος που αντιστοιχεί στο 4% των συνολικών απορριμμάτων. Το ίδιο μέγεθος για την Ελλάδα ξεπερνά τις 200 χιλιάδες τόνους.

Ο ρυθμός παραγωγής ηλεκτρονικών απορριμμάτων αυξάνεται γοργά, χρόνο με το χρόνο, ξεπερνώντας το 3%. Το γεγονός αυτό, σε συνάρτηση και με τους κινδύνους που εγκυμονεί για το περιβάλλον η ανεξέλεγκτη απόρριψή τους, καταδεικνύουν την τεράστια σημασία του συγκεκριμένου ζητήματος.



YOU CAN HELP.

STOP

GLOBAL WARMING





Δρόμοι από πλαστικά μπουκάλια!

Οι περισσότεροι άνθρωποι σήμερα αναγνωρίζουν το πρόβλημα της ρύπανσης από πλαστικά αναζητώντας τρόπους για να την πολεμήσουν.

Με τη μείωση της χρήσης πλαστικής σακούλας ή την αντικατάσταση των πλαστικών καλαμακίων, πολίτες και κυβερνήσεις προσπαθούν να καταπολεμήσουν την ολοένα αυξανόμενη ποσότητα αποβλήτων που παράγουμε. Τα πλαστικά απόβλητα χρειάζονται χιλιάδες χρόνια για να διασπαστούν, αλλά ένας από τους ανθρώπους που

έχει ένα ενεργό ρόλο σε αυτόν τον αγώνα είναι ο Τόμπι Μακάρντεϊ, ένας μηχανικός που φαίνεται να έχει βρει την τέλεια χρήση για τα πλαστικά απόβλητα. Σε ένα ταξίδι του στην Ινδία παρατήρησε ότι οι ντόπιοι λιώνουν πλαστικά απόβλητα για να γεμίσουν λακκούβες στους δρόμους κι αυτό στάθηκε αφορμή για να ξεκινήσει την επιχείρησή του. Η συγκεκριμένη εταιρία αξιοποιεί πλαστικά, κυρίως μπουκάλια, που προέρχονται από εμπορική ή οικιακή χρήση συμπιέζοντάς και μετατρέπο-

ντάς τα σε μικρά κομμάτια τα οποία δεν ξεπερνούν τα 5 χιλιοστά. Στη συνέχεια οι μικροί κόκκοι πλαστικού αναμειγνύονται μαζί ώστε να γίνουν μια μάζα. Η κανονική άσφαλτος είναι κατασκευασμένη ως επί το πλείστον από πίσσα και πέτρα. Ωστόσο, η τεχνολογία που έχει αναπτύξει ο Τόμπι Μακάρντεϊ αντικαθιστά ένα κομμάτι της ασφάλτου, το οποίο, με τη σειρά του, μειώνει τη χρήση ορυκτών καυσίμων και άρα περιορίζει τη ρύπανση του περιβάλλοντος.



Η γη λιώνει...
Μπορούμε να σώσουμε τον πλανήτη μας!
σκέψου πράσινα ;-)





παιδιά και κλιματική αλλαγή!

Περισσότερα από 27 εκατομμύρια παιδιά σε 12 χώρες, από τις πιο ευπαθείς στην κλιματική αλλαγή, βίωσαν οξεία επισιτιστική ανασφάλεια, λόγω των ακραίων καιρικών φαινομένων, σύμφωνα με τη μη κυβερνητική οργάνωση Save the Children.

Ο αριθμός αυτός είναι αυξημένος κατά 135% σε σύγκριση με το 2021. Συνολικά 57 εκατομμύρια άνθρωποι, με τους μισούς από αυτούς να είναι παιδιά, βρέθηκαν σε κατάσταση επισιτιστικής ανασφάλειας πέρσι σε αυτές τις 12 χώρες, λόγω της ξηρασίας, των πλημμυρών και άλλων ακραίων μετεωρολογικών φαινομένων, με βάση τα στοιχεία του Ολοκληρωμένου Πλαισίου Καταγραφής της Επισιτιστικής Ανασφάλειας (IPC), μιας πρωτοβουλίας του ΟΗΕ και

πολλών μη κυβερνητικών οργανώσεων και διεθνών ινστιτούτων στόχος της οποίας είναι να διαπιστώνει τη σοβαρότητα της κατάστασης σε διάφορες περιοχές του κόσμου. Τα μισά από τα 27 εκατομμύρια παιδιά που βίωσαν επισιτιστική ανασφάλεια προέρχονται από την Αιθιοπία και τη Σομαλία, σύμφωνα με τη Save the Children. «Όσο τα καιρικά φαινόμενα που συνδέονται με την κλιματική αλλαγή θα γίνονται πιο συχνά και ακραία, θα βλέπουμε ολοένα και πιο σοβαρές συνέπειες για τη ζωή των παιδιών», προειδοποίησε η γενική διευθύντρια της οργάνωσης, Ίνγκερ Άσινγκ. Η φιλανθρωπική οργάνωση κάλεσε την COP28 να λάβει μέτρα για την κλιματική αλλαγή αλλά και για τις άλλες αιτίες της επισιτιστικής ανασφάλειας, ζητώντας

για παράδειγμα να αποτραπούν οι ένοπλες συγκρούσεις και να ενισχυθούν τα συστήματα υγείας. Στη Σομαλία οι πρόσφατες καταρρακτώδεις βροχές και οι πλημμύρες εκτόπισαν 650.000 ανθρώπους και οι μισοί από αυτούς ήταν παιδιά. Στο Πακιστάν περισσότερα από 2 εκατομμύρια παιδιά υποσιτίζονται ακόμη, μετά τις πλημμύρες του 2022. Σε παγκόσμιο επίπεδο η Save the Children υπολογίζει ότι ένα στα τρία παιδιά (774 εκατομμύρια) ζει σε συνθήκες φτώχειας και εκτίθεται σε ακραία καιρικά φαινόμενα. Σε μια πρόσφατη έκθεσή αναφέρεται ότι φέτος 17,6 εκατομμύρια παιδιά θα βρεθούν αντιμέτωπα με συνθήκες λιμού από τη στιγμή της γέννησής τους.

Πηγή ΑΠΕ-ΜΠΕ



ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ

tel. 26340 25015 -16

e. info@prasinomple.gr

Fb prasinomple.ecomagazine

www.prasinomple.gr





2023

η χειρότερη χρονιά για το κλίμα

Η Γη βιώνει την μεγαλύτερη επιβάρυνση περιβαλλοντικής μόλυνσης και τα πιο έντονα φαινόμενα της κλιματικής αλλαγής των τελευταίων δεκαετιών. Το 2023 έχει σπάσει κάθε αρνητικό σχετικό ρεκόρ.

Ο πλανήτης, ο οποίος ποτέ δεν ήταν τόσο ζεστός όσο κατά το 2023, ουδέποτε είχε καταναλώσει τόσο άνθρακα: η παγκόσμια ζήτηση έφθασε φέτος τους 8,53 δισ. τόνους, ένα ιστορικό ρεκόρ, ανακοίνωσε σήμερα ο Διεθνής Οργανισμός Ενέργειας (ΔΟΕ, IEA). Ενώ το ευρωπαϊκό παρατηρητήριο Copernicus ανακοίνωσε στις αρχές Νοεμβρίου την εκτίμηση ότι είναι «σχεδόν βέβαιο» πως οι μέσες θερμοκρασίες στον πλανήτη θα ξεπεράσουν φέτος το ετήσιο ρεκόρ που είχε καταγραφεί το 2016, ο ΔΟΕ ανακοίνωσε πως οι τόννοι άνθρακα που καταναλώθηκαν φέτος στον κόσμο θα ξεπεράσουν το προηγούμενο ρεκόρ, που χρονολογείται από το 2022. Η καύση άνθρακα για την παραγωγή ενέργειας ή τη βιομηχανία εκλύει στην ατμόσφαιρα μεγάλη ποσότητα του διοξειδίου του άνθρακα (CO₂) που ευθύνεται για την άνοδο της θερμοκρασίας στον πλανήτη. Η μεγαλύτερη όρεξη για άνθρακα διαπιστώνεται στην Ασία: σύμφωνα με τον ΔΟΕ, η κατανάλωση άνθρακα στην Κίνα έκανε φέτος ένα άλμα 220 εκατομμυρίων τόνων (+4,9%) σε σχέση με το 2022, αυτή της Ινδίας αυξήθηκε κατά 98 εκατ. τόνους (+8%) και αυτή της Ινδονησίας κατά 23 εκατομμύρια τόνους (+11%).

Αντίθετα η κατανάλωση σημείωσε μεγάλη επιβράδυνση στην Ευρώπη (μείωση κατά 107 εκατ. τόνους, -23%) και στις Ηνωμένες Πολιτείες (μείωση κατά 95 εκα-

τομμύρια τόνους, -21%), κυρίως εξαιτίας της μετατροπής σταθμών παραγωγής ηλεκτρικής ενέργειας, οι οποίοι εγκαταλείπουν σταδιακά τον άνθρακα για να σώσουν το κλίμα, και της εξασθένησης της βιομηχανικής δραστηριότητας. Ο ΔΟΕ ομολογεί τη δυσκολία του να κάνει προβλέψεις για τη Ρωσία, τέταρτο παγκόσμιο καταναλωτή άνθρακα, εξαιτίας του πολέμου στην Ουκρανία. Οι προβλέψεις για την Ουκρανία είναι επίσης «αβέβαιες», αναφέρει ο Οργανισμός. «Από το 2024», η παγκόσμια κατανάλωση οφείλει να αρχίσει μια τάση προς τη μείωση, εκτιμά πάντως ο ΔΟΕ στις προβλέψεις του που δημοσιοποιούνται τη μεθεπόμενη της ολοκλήρωσης της 28ης διεθνούς διάσκεψης του ΟΗΕ για το κλίμα στο Ντουμπάι, η οποία ζήτησε να εγκαταλειφθούν σταδιακά τα ορυκτά καύσιμα, στα οποία ανήκει ο άνθρακας, ώστε να καταπολεμηθεί η άνοδος της θερμοκρασίας. «Κορύφωση» της κατανάλωσης άνθρακα το 2023. Ο ΔΟΕ υπολογίζει κυρίως σε μια πολύ σημαντική αύξηση των ανανεώσιμων πηγών (αιολικών, ηλιακών) στον πλανήτη για να «ωθηθεί προς μια καθοδική πορεία η παγκόσμια κατανάλωση άνθρακα». Η κατανάλωση «άνθρακα αναμένεται να φθάσει στην κορύφωσή της το 2023», εκτιμά ο Οργανισμός. Πέρα από τη χρήση άνθρακα για την τροφοδοσία των σταθμών παραγωγής ηλεκτρικής ενέργειας, η κατανάλωση του καυσίμου αυτού δεν αναμένεται να μειωθεί στις βιομηχανικές χρήσεις του, όπως στις τσιμεντοβιομηχανίες. Παράδοξο στην περίπτωση της Ινδονησίας είναι το γεγονός ότι η εξόρυξη και η διύλιση νικελίου, που βρίσκεται σε πλήρη άνθηση για να τροφοδοτήσει τις

αγορές των μπαταριών αυτοκινήτων της ενεργειακής μετάβασης, ευνοεί εντέλει την κατανάλωση άνθρακα στις διαδικασίες εξόρυξης. Η Κίνα παραμένει ωστόσο μακράν ο μεγαλύτερος παίκτης στη σκακιέρα του άνθρακα, καθώς μόνη της ευθύνεται για περισσότερο από το μισό (54%) της παγκόσμιας κατανάλωσης. «Πάνω από το 60%» του άνθρακα που χρησιμοποιείται στην Κίνα χρησιμεύει για την παραγωγή ηλεκτρικού και η χώρα συνεχίζει να κατασκευάζει σταθμούς που λειτουργούν με άνθρακα (νέα προγράμματα 52 GW εγκρίθηκαν το 2023). Όμως ο ΔΟΕ περιμένει πως θα υπάρξει μια στροφή το 2023, αν η χώρα δεν υποστεί πάρα πολλά κύματα ψύχους (ή καυσώνων) που επηρεάζουν τη χρήση των σταθμών.

Σύμφωνα με τον ΔΟΕ, η κινεζική κατανάλωση άνθρακα για την παραγωγή ηλεκτρικού αναμένεται να μειωθεί κατά 175 εκατομμύρια τόνους την περίοδο 2024-26, στους 2,8 δισεκατομμύρια τόνους. Έτσι η Ινδία είναι αυτή που θα γίνει «κινητήρας» της πίεσης προς τα πάνω της παγκόσμιας ζήτησης άνθρακα μέχρι το 2026, υπογραμμίζει ο Οργανισμός. Στην Ευρωπαϊκή Ένωση, ο πολλαπλασιασμός των ανανεώσιμων πηγών ενέργειας ευνοεί τη μείωση της χρήσης άνθρακα. Στη Γερμανία, οι σταθμοί παραγωγής ενέργειας από λιγνίτη και από άνθρακα αναμένεται να μειωθούν σημαντικά μέχρι το 2025, στο μέτρο της ανάπτυξης αιολικών ή ηλιακών σταθμών παραγωγής ενέργειας, οι οποίοι δεν εκπέμπουν σχεδόν καθόλου διοξείδιο του άνθρακα.

Naftemporiki.gr με πληροφορίες από ΑΠΕ-ΜΠΕ

ΜΕΓΑΛΕΙΟ ΦΤΙΑΓΜΕΝΟ ΜΕ ΑΠΛΟΤΗΤΑ



NEO LURPAK® LIGHT ΒΟΥΤΥΡΟ
ΜΟΝΟ 3 ΦΥΣΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

ΖΗΣΕ ΔΥΝΑΤΑ



PROTEIN

CHOCOLATE FLAVOURED

MILK DRINK

DRINK AFTER
SPORT

25^g

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



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