

# ΠΡΑΣΙΝΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

**1ο Πρότυπο Πειραματικό Γυμνάσιο  
Αθηνών**

- Σχ. Έτος 2011-2012: Τάξη Α
- Σχ. Έτος 2012-2013: Όμιλος Φυσικών  
και Περιβαλλοντικών Επιστημών

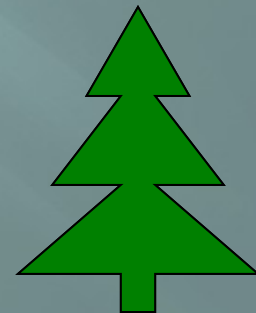
# ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Υιοθετείστε οικολογικές συνήθειες για τα φετεινά Χριστούγεννα. Γιατί είναι μια καλή ευκαιρία να δείξουμε ενδιαφέρον όχι μόνο για τους δικούς μας ανθρώπους αλλά και για το περιβάλλον. Ας αρχίσουμε λοιπόν τις χριστουγεννιάτικες αγορές μας έχοντας στο νου μας πως από εμάς εξαρτάται να παρατείνουμε τη διάρκεια ζωής του σπιτιού μας δηλαδή του πλανήτη μας.



## ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΑ ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ

Αυτές τις γιορτές μπορούμε να κάνουμε πολλά, πολύ πιο σωστά! Για τώρα .... και για πάντα. Ακόμα και αν φέτος δεν ζήσουμε λευκά Χριστούγεννα, αξίζει να προσπαθήσουμε για τα πιο πράσινα και τα πιο ουσιαστικά της ζωής μας.



# ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΔΕΝΤΡΟ: Αληθινό ή ψεύτικο;

- ❖ Προμηθευτείτε ένα αληθινό δέντρο σε γλάστρα. Με τη φροντίδα σας τον υπόλοιπο χρόνο, θα είναι πρόθυμο να λάμψει και πάλι στις επόμενες γιορτές.
- ❖ Κατασκευάστε το δικό σας οικολογικό δέντρο από χοντρό χαρτόνι.
- ❖ Στολίστε με φωτάκια ένα караβάκι, όπως παραδοσιακά συνηθιζόταν



## ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΑ ΛΑΜΠΑΚΙΑ: Χριστούγεννα φωτεινά ή εκτυφλωτικά;

- ❖ Μην το παρακάνετε. Ίσως λίγα και καλά χριστουγεννιάτικα φωτάκια αρκούν.
- ❖ Να σβήνετε τα λαμπάκια όταν λείπετε από το σπίτι ή το βράδυ πριν κοιμηθείτε.
- ❖ Χρησιμοποιείτε λαμπιόνια με χρονοδιακόπτη.
- ❖ Αποφύγετε τα λαμπάκια πυρακτώσεως και «φωτίστε» το δέντρο σας με ηλιακά λαμπάκια τύπου Led.
- ❖ Αναζητήστε κεριά από φυσικά προϊόντα, όπως φυτικές ύλες ή κερί μέλισσας.



# ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΑ ΣΤΟΛΙΔΙΑ:

## Χρώματα κι αρώματα

- ❖ Φτιάξτε τα δικά σας, μοναδικά στολίδια.
- ❖ Χρησιμοποιείτε στολίδια από φυσικά και ανακυκλώσιμα υλικά:
- ❖ Κουκουνάρια, ξύλα κανέλας, αποξηραμένα εσπεριδοειδή, ξύλο, κερί, γυαλί, φυσικό ύφασμα, ακατέργαστο μέταλλο, πηλό, ευχετήριες κάρτες, πολύχρωμες κορδέλες, κουμπιά, χάντρες, κ.ά.

# ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΑ ΔΩΡΑ: Δώρα, κορδέλες, φιόγκοι, .....

- ❖ Προτιμήστε τα «πνευματικά δώρα» από τα «υλικά». Δηλαδή χαρίστε εισιτήρια θεάτρου, κινηματογράφου, συναυλίες, επισκέψεις σε μουσεία, .....
- ❖ Χαρίστε βιβλία με οικολογικό περιεχόμενο, βιβλία συνταγών μαγειρικής για χορτοφάγους, εξοπλισμό για τους κήπους, ντόπιες και βιολογικές ποικιλίες σε σπόρους, οδηγούς πεζοπορίας για την Ελλάδα.
- ❖ Συνοδέψτε τα ηλεκτρονικά παιχνίδια με επαναφορτιζόμενες μπαταρίες, δωρίστε πράσινα προϊόντα όπως λάμπες εξοικονόμησης ενέργειας.
- ❖ Ζητήστε να μην τυλιχτούν επιπλέον τα δώρα σας ή να μην προστεθεί κορδέλα.
- ❖ Εάν επιμένετε να τυλιχτούν τα δώρα σας χρησιμοποιήστε πρωτότυπα υλικά όπως εφημερίδες, περιοδικά, παλιούς χάρτες, παιδικές ζωγραφιές, ύφασμα, υφασμάτινες κορδέλες, .....
- ❖ Ανοίγουμε προσεκτικά ότι δώρο λάβουμε και φυλάμε τις συσκευασίες για να τυλίξουμε τα δικά μας δώρα του χρόνου.
- ❖ Αξιοποιήστε τα «άχρηστα» υλικά και φτιάξτε μαζί τους χειροποίητα δώρα.

# **ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΕΣ ΚΑΡΤΕΣ: Να στείλω κάρτα;**

- ❖ Προτιμήστε κάρτες από ανακυκλωμένο χαρτί
- ❖ Στείλτε τις ευχές σας ηλεκτρονικά μέσω διαδικτύου
- ❖ Φυλάξτε τις κάρτες που θα πάρετε ώστε να τις χρησιμοποιήσετε του χρόνου για να στολίσετε το δέντρο ή να φτιάξετε στολίδια.
- ❖ Κάντε κάτι πιο προσωπικό. Μιλήστε στο τηλέφωνο με τους ανθρώπους που αγαπάτε, αλλά χάνεστε μέσα στην καθημερινότητα.

# ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΟ ΤΡΑΠΕΖΙ & ΠΡΩΤΟΧΡΟΝΙΑΤΙΚΟ ΠΑΡΤΙ

- ❖ Χρησιμοποιήστε αγνά και βιολογικά υλικά.
- ❖ Δημιουργήστε πρωτότυπα πιάτα αξιοποιώντας ότι φαγητό απέμεινε.
- ❖ Αν θα έχουμε καλεσμένους καλύτερα να μην χρησιμοποιήσουμε πλαστικά πιάτα και ποτήρια.
- ❖ Μετά το γιορτινό τραπέζι ας ανακυκλώσουμε τις μπουκάλες και τα τενεκεδάκια που έχουν μαζευτεί, αντί να τα πετάξουμε.
- ❖ Το φαγητό που περισσεύει δεν το πετάμε. Το συντηρούμε στο ψυγείο για να το καταναλώσουμε την επόμενη μέρα, το δίνουμε σε κάποιον άστεγο της γειτονιάς ή το δωρίζουμε σε φιλανθρωπικές οργανώσεις.
- ❖ Μετά τα Χριστούγεννα; Αποτοξίνωση.

# **ΚΙΝΗΘΕΙΤΕ ΕΛΕΥΘΕΡΑ**

- ❖ Προτιμήστε τα Μέσα μαζικής Μεταφοράς, όταν αυτά λειτουργούν και δεν απεργούν.
- ❖ Χαμηλώστε λίγο τους ρυθμούς σας, περπατήστε ή χρησιμοποιήστε το ποδήλατο.
- ❖ Ξεχάστε το αεροπλάνο, γιατί όταν πετά ..... σκορπά διοξείδιο του άνθρακα.
- ❖ Χαρείτε και λίγο το σπίτι σας.

# ΒΑΛΤΕ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟΥΣ ΣΤΟΧΟΥΣ

**Τα Χριστούγεννα σηματοδοτούν μία καινούργια αρχή.**

- ❖ Από το νέο έτος βάλτε στόχο να προστατέψτε το περιβάλλον. Ενημερωθείτε για περιβαλλοντικά ζητήματα και ανακυκλώσετε όσα περισσότερα προϊόντα μπορείτε.**

# Από τους μαθητές

**Σχ. Έτος 2011-12:**

- ▣ Κυρίκου Ιωάννα
- ▣ Μιάχ Ανάννα
- ▣ Παπαδοπούλου Άνθεια
- ▣ Ραντίνη Στέλλα
- ▣ Σπανομίχου Ξένια
- ▣ Τσάκαλος Κων/νος
- ▣ Τσεργά Φωτεινή
- ▣ Τυρλή Κορίνα
- ▣ Τυρλής Φοίβος
- ▣ Χυσένι Αλέξης

**Σχ. Έτος 2012-13:**

**Όμιλος Φυσικών και Περιβαλλοντικών Επιστημών**