



Γυμνάσιο
Κρεμαστής
Ρόδου

Το τεύχος που κρατάτε στα χέρια σας γεννήθηκε από πολλές συζητήσεις, ιδέες, διαφωνίες, γέλια, μηνύματα και... αρκετό χρόνο. Μαθητές και μαθήτριες του Γυμνασίου από διαφορετικές τάξεις συνεργάστηκαν, αντάλλαξαν σκέψεις και δούλεψαν με ενθουσιασμό, χωρίς να υπολογίσουν αποστάσεις (γιατί στο σχολείο μας υπάρχουν μαθητές/τριες από γειτονικά χωριά) ή ώρες, για να φτάσουμε όλοι μαζί σε αυτό το αποτέλεσμα. Κάθε άρθρο, κάθε εικόνα και κάθε σελίδα είναι προϊόν συλλογικής προσπάθειας και πραγματικής συμμετοχής.

χρώματα

Επιλέξαμε να οργανώσουμε το περιοδικό σε ενότητες με διαφορετικά χρώματα – μωβ, γκρι, μπλε, πράσινο και πορτοκαλί – ώστε κάθε θεματική της ενεργού πολιτειότητας να έχει τη δική της ταυτότητα. Άλλες σελίδες μιλούν για το σχολείο και τη δημοκρατική συμμετοχή, άλλες για την κοινωνία, το περιβάλλον, τη βιωσιμότητα, την αειφορία, την ψηφιακή πολιτειότητα, την προσφορά και την καθημερινή δράση. Τα χρώματα δεν είναι απλώς αισθητική επιλογή· είναι τρόπος να δείξουμε ότι η ενεργός πολιτειότητα έχει πολλές μορφές και εκφάνσεις.

Πχρονι
πολίτες

Ιδιαίτερη πρόκληση – και ταυτόχρονα η πιο όμορφη στιγμή αυτής της διαδρομής – ήταν η συζήτηση γύρω από την έννοια του «ενεργού πολίτη» με παιδιά μόλις 11 ετών. Τι σημαίνει να συμμετέχεις; Πότε δεν μένεις απλός θεατής; Πώς οι μικρές πράξεις της καθημερινότητας μπορούν να έχουν αξία; Μέσα από ερωτήσεις, παραδείγματα, άρθρα, κόμικς, έρευνες και δημιουργικές ιδέες, οι μαθητές δεν έμαθαν απλώς έναν όρο· τον έκαναν δικό τους.

στάση ζωής

Το περιοδικό αυτό δεν φιλοδοξεί να δώσει έτοιμες απαντήσεις. Θέλει να ανοίξει κουβέντες, να προβληματίσει, να εμπνεύσει και να δείξει ότι η ενεργός πολιτειότητα δεν είναι κάτι μακρινό ή «για μεγάλους», αλλά μια στάση ζωής που ξεκινά από το σχολείο και φτάνει στην κοινωνία.

το υλικό μας

Το οπτικό υλικό και τα γραφιστικά στοιχεία έγιναν από τους μαθητές/τριες, με τη βοήθεια εφαρμογών ΤΝ, στο πλαίσιο της δημιουργικής και υπεύθυνης χρήσης ψηφιακών εργαλείων.

Πώς καταλαβαίνει την ενεργό πολιτειότητα μια έφηβη

Βασιλάκου Καλλιόπη

Γιακουμάρου Αναστασία

τάξη Γ

Τη λέξη «ενεργός πολίτης» την άκουσα για πρώτη φορά στο σχολείο, στο μάθημα των εργαστηρίων δεξιοτήτων, όταν μιλούσαμε για τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις μας. Στην αρχή μου φάνηκε περίεργη, διότι δεν την είχα ξανακούσει ποτέ από τους γύρω μου ή γενικότερα από τους συνομηλικούς μου. Αργότερα, μαθαίνοντας για αυτό το θέμα κατάλαβα πως σχετίζεται κυρίως με εμάς τους εφήβους και την καθημερινότητά μας.

Για εμένα, όμως, τι σημαίνει η ενεργός πολιτειότητα; Σημαίνει να κάνεις μικρές ή μεγάλες πράξεις οι οποίες δεν μένουν αδιάφορες στην κοινωνία και έχουν ως στόχο να βοηθήσουν τον άνθρωπο, όπως για παράδειγμα ο εθελοντισμός. Πιο συγκεκριμένα, περιβαλλοντικές δράσεις, παροχή βοήθειας σε ευπαθείς ομάδες, οργάνωση συσσιτίων ή ακόμα και κάτι πιο απλό, όπως να μοιραστείς το φαγητό σου με κάποιον άλλον.

Η ενεργός πολιτειότητα συναντάται και στο σχολικό περιβάλλον. Στο σχολείο γινόμαστε ενεργοί πολίτες χωρίς να το καταλαβαίνουμε, καθώς κάνουμε πράξεις σε καθημερινή βάση τις οποίες θεωρούμε αυτονόητες. Από το να βοηθάς κάποιον συμμαθητή σου σε μια εργασία ή στην κατανόηση ενός μαθήματος, μέχρι και το πιο απλό, που είναι να τηρείς τους κανόνες του σχολείου και να φροντίζεις τον χώρο και ταυτόχρονα να σέβεσαι τους γύρω σου.

Η ενεργή πολιτειότητα στα σχολεία το 2026 προωθεί τη δημοκρατική συμμετοχή μέσω μαθητικών κοινοτήτων, εθελοντισμού και εργαστηρίων δεξιοτήτων. Στόχος είναι η διαμόρφωση κριτικά σκεπτόμενων πολιτών με κοινωνική υπευθυνότητα και προσφορά στα κοινά.



Κάτι που με βοήθησε εμένα προσωπικά να καταλάβω πως αυτές οι πράξεις είναι που με κάνουν ενεργό πολίτη στο σχολείο, ήταν η στιγμή που είδα μια συμμαθήτριά μου να δυσκολεύεται στην κατανόηση του μαθήματος των μαθηματικών και χωρίς να μου ζητήσει η ίδια την βοήθεια μου, της την πρόσφερα απλόχερα. Το σημαντικό είναι να μην περιμένουμε από τον άλλον να μας ζητήσει την βοήθεια, αλλά να την προσφέρουμε από μόνοι μας.

Παρόλα αυτά, ενεργοί πολίτες είμαστε και στις δραστηριότητες που κάνουμε έξω απ' το σχολείο. Στο σπίτι βοηθώντας την μητέρα μας να μαγειρέψει, να στρώσει το τραπέζι, να καθαρίσει το σπίτι. Βοηθώντας επίσης τον πατέρα μας σε οποιαδήποτε δουλειά κι αν χρειαστεί να κάνει. Ακόμα κι αν δεν έχουμε τις απαραίτητες γνώσεις, μπορούμε να βοηθήσουμε έστω και λίγο. Ακόμη και στην γειτονιά μας ένα χαμόγελο στους περαστικούς, η προστασία του περιβάλλοντος, η απόρριψη των σκουπιδιών στους κάδους απορριμμάτων, μας κάνουν ενεργούς πολίτες.

Πέρα από τους ενήλικες, όμως, υπεύθυνα για τον κόσμο γύρω τους είναι και τα παιδιά. Τα παιδιά είναι το μέλλον και γι'αυτό πρέπει να φροντίσουμε να μεγαλώσουν με τέτοιο τρόπο ώστε να μπορούν να παίρνουν σωστές αποφάσεις, αρχίζοντας από τα πιο απλά πράγματα. Για παράδειγμα να νοιάζονται για τους φίλους, τους συμμαθητές, και τους συνανθρώπους τους χωρίς να κοιτάζουν το προσωπικό τους συμφέρον. Ακόμη να δημιουργήσουν στο μέλλον μια κοινωνία που θα φροντίζει για το καλό όλων των μελών της. Τελικά, όλα αυτά είναι εφικτά μέσα από μικρές πράξεις που μπορούν να μας κάνουν όλους καλύτερους.



Η έννοια του ενεργού πολίτη έχει ιστορική πορεία που ξεκινά από την αρχαία Αθήνα, περνά από τον Διαφωτισμό και καταλήγει στη σημερινή κοινωνία. Κεντρικός άξονας η στάση του ανθρώπου απέναντι στα κοινά και η ευθύνη του απέναντι στο σύνολο.

Στην αρχαία Αθήνα, η έννοια του πολίτη ήταν διαφορετική από αυτή του "ιδιώτη". Ο πολίτης δεν ήταν απλώς κάποιος που ζούσε στην πόλη ή είχε πολιτικά δικαιώματα, αλλά εκείνος που είχε καθήκον να συμμετέχει ενεργά στα κοινά και να ενδιαφέρεται για τη λειτουργία της πόλης. Αντίθετα, ο **ιδιώτης** θεωρούνταν κάποιος που έμενε αμέτοχος, αδιαφορώντας για τα ζητήματα της κοινότητας. Η διάκριση αυτή δείχνει ότι η ενεργός πολιτειότητα συνδεόταν με την ευθύνη και τη συμμετοχή και ότι η απουσία αυτής της συμμετοχής θεωρούνταν κοινωνική και ηθική ανεπάρκεια.

Μία από τις πιο χαρακτηριστικές μορφές της ενεργού πολιτειότητας ήταν η συμμετοχή στην Εκκλησία του Δήμου, όπου οι πολίτες συζητούσαν και αποφάσιζαν για σημαντικά ζητήματα, για νόμους, οικονομικά θέματα, πόλεμο ή κατανομή καθηκόντων. Με την υποχρεωτική συμμετοχή οι πολίτες ασκούσαν τα δικαιώματά τους και αναλάμβαναν ευθύνη για το κοινό καλό. Παράλληλα, οι Αθηναίοι πολίτες ως μέλη δικαστικών σωμάτων, έδειχναν υπευθυνότητα και φροντίδα για τη δικαιοσύνη στην κοινωνία τους. Γίνεται φανερό ότι η συμμετοχή στα κοινά δεν είναι απλώς δικαίωμα, αλλά καθήκον, και ότι η αδιαφορία, όπως συνέβαινε στους ιδιώτες, αφήνει τον πολίτη έξω από την κοινωνική και πολιτική ζωή. Επομένως, ο «ιδιώτης» στην αρχαία Αθήνα είναι το αρνητικό πρότυπο του πολίτη, εκείνος που απομακρύνεται από την πόλη και το κοινό καλό.



Η μετάβαση στη νεότερη εποχή και στον Διαφωτισμό αποτελεί ουσιαστική μετατόπιση στον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβανόμαστε τον πολίτη. Η σκέψη των Διαφωτιστών του 17ου και 18ου αιώνα ήταν φιλοσοφική και πολιτική και βασικός στόχος ήταν να προωθήσει τη λογική, τη γνώση και την ελευθερία της σκέψης αντί για την τυφλή πίστη στην απόλυτη εξουσία. Κεντρική θέση κατέχει η ιδέα του κοινωνικού συμβολαίου, όπου ο Ζαν-Ζακ Ρουσσώ πρότεινε ότι οι άνθρωποι συνδέονται μέσα στην κοινωνία με ένα συμβόλαιο, αποδέχονται κανόνες και υποχρεώσεις για το κοινό καλό διασφαλίζοντας τα δικαιώματά τους. Θεωρούσαν, λοιπόν, ότι οι άνθρωποι ζουν μέσα στην κοινωνία όχι μόνο για τον εαυτό τους, αλλά για να συνεργάζονται και πλέον η ενεργός πολιτειότητα γίνεται συνειδητή επιλογή: ο πολίτης συμμετέχει και φροντίζει για τη σωστή λειτουργία της κοινωνίας. Παράλληλα, οι πολίτες έχουν φυσικά δικαιώματα, όπως η ελευθερία, η ισότητα και η ασφάλεια, τα οποία δεν πρέπει να παραβιάζονται, ενώ ο Μοντεσκιέ προχωρά στη διάκριση των εξουσιών, για να αποφεύγεται η κατάχρηση και να προστατεύεται η ελευθερία. Συνοψίζοντας τη σκέψη των Διαφωτιστών, ο άνθρωπος μπορεί να σκέφτεται, να κρίνει και να οργανώνει τη ζωή του δίκαια, χωρίς να βασίζεται σε αυθεντίες. Η σκέψη αυτή οδήγησε στη Γαλλική Επανάσταση, όπου η ενεργός πολιτειότητα συνδέεται με τη διεκδίκηση δικαιωμάτων και την υπευθυνότητα απέναντι στην κοινωνία. Έτσι, από τον πολίτη της αρχαιότητας, που είχε κυρίως καθήκον συμμετοχής, περνάμε στον πολίτη που διεκδικεί, ελέγχει την εξουσία και συμμετέχει συνειδητά στη διαμόρφωση της κοινωνίας.

Στη σημερινή κοινωνία ενεργός πολίτης δε σημαίνει απλά ότι ανήκω σε μια χώρα ή έχω απλώς μια ταυτότητα. Σημαίνει ότι είμαι μέλος μιας κοινωνίας και δεν σκέφτομαι μόνο τον εαυτό μου, αλλά και τους άλλους, είναι η μετάβαση από το **"εγώ" στο "εμείς"**. Ο ενεργός πολίτης ενδιαφέρεται για όλα όσα συμβαίνουν γύρω του, συμμετέχει στα κοινά, εκφράζει τη γνώμη του, ψηφίζει και προσπαθεί να βοηθήσει στη λύση προβλημάτων. Ταυτόχρονα, γνωρίζει τα δικαιώματά του και τα διεκδικεί με το σωστό τρόπο, σεβόμενος τα δικαιώματα των άλλων και παίρνοντας θέση σε όσα συμβαίνουν.

Η σημερινή ενεργός πολιτειότητα εκδηλώνεται μέσα από απλές καταστάσεις της καθημερινότητας. Στο σχολείο, ο μαθητής που βλέπει ότι κάποιος συμμαθητής του νιώθει μοναξιά ή είναι θύμα bullying, αντί να μένει αμέτοχος, τον προσκαλεί να παίξουν μαζί, τον βοηθά στις εργασίες και μιλά στους καθηγητές για να

βρεθεί λύση. Στην οικογένεια, ο ενεργός πολίτης φροντίζει τα υπόλοιπα μέλη και συμμετέχει στις δουλειές χωρίς να περιμένει να τον παρακαλέσουν. Στη γειτονιά ή την κοινότητα, συμμετέχει σε δράσεις για την καθαριότητα και για την προστασία του περιβάλλοντος. Όλα αυτά δείχνουν ότι ο ενεργός πολίτης δεν μένει απλός θεατής, αλλά **παίρνει πρωτοβουλίες** και συμβάλλει στην κοινωνία γύρω του, ακόμα και με μικρές καθημερινές πράξεις». Τελικά, ενεργός πολίτης είναι όποιος ξεπερνά την αδιαφορία και συμβάλλει στη διαμόρφωση μιας καλύτερης κοινωνίας, γεγονός που συνδέει άμεσα τον σημερινό παθητικό πολίτη με τον αρχαίο «ιδιώτη».

Η δημοκρατία... στο πρώτο θρανίο- Η ενεργός πολιτειότητα ξεκινά από το σχολείο

Δανάη Μαγαλιού, τάξη Γ

Η δημοκρατία αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους θεσμούς της κοινωνίας. Κάθε πολίτης την εφαρμόζει στην καθημερινή του ζωή, καθώς λαμβάνει αποφάσεις που επηρεάζουν τόσο τον ίδιο όσο και το κοινωνικό σύνολο. Γιατί, όμως, είναι τόσο απαραίτητη η δημοκρατία στη ζωή μας και τι μας προσφέρει; Ας εξετάσουμε ορισμένες δεξιότητες που καλλιεργούνται μέσω της άσκησης της σε καθημερινή βάση.

→ Κριτική σκέψη: Μέσα από προσωπικές εμπειρίες μαθαίνουμε να αναλύουμε πληροφορίες, να ξεχωρίζουμε τις τεκμηριωμένες απόψεις από την προπαγάνδα και να αιτιολογούμε τα επιχειρήματά μας.

→ Αποτελεσματική επικοινωνία: Μαθαίνουμε να στηρίζουμε σωστά τη θέση μας σε μία συζήτηση, να ακούμε προσεκτικά τον συνομιλητή μας, καθώς και να αντιμετωπίζουμε έξυπνα μια διαφωνία.

→ Ομαδικό πνεύμα: Δουλεύοντας ομαδικά για έναν κοινό σκοπό καλλιεργούμε τη συνεργασία και την αίσθηση του "εμείς".

→ Ενσυναίσθηση και αποδοχή: Μαθαίνουμε να σεβόμαστε τη διαφορετικότητα και να δείχνουμε αλληλεγγύη προς τους συνανθρώπους μας.

Ωστόσο, παρά την απόκτηση αυτών των κοινωνικών δεξιοτήτων, ένα μεγάλο ποσοστό ανθρώπων μένει μόνο στα λόγια και παραμελεί την πράξη. Για να θεωρηθεί κάποιος ενεργός πολίτης, οφείλει να συμμετέχει σε κοινωνικές δράσεις, να υπερασπίζεται τις απόψεις του, αλλά και να αποδέχεται διαφορετικές γνώμες. Το κυριότερο, όμως, είναι να δρα με τη θέλησή του.

Πώς, λοιπόν, μπορούμε εμείς οι μαθητές να γίνουμε ενεργοί πολίτες και να μάθουμε πως λειτουργεί η δημοκρατία; Για τον λόγο αυτό, στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση εφαρμόζονται οι μαθητικές εκλογές και τα μαθητικά συμβούλια, καθώς η ενεργός πολιτειότητα ξεκινά από το σχολείο.

Οι μαθητικές εκλογές, είναι μια διαδικασία προσομείωσης με τις εκλογές των ενηλίκων, κατά την οποία όλοι οι μαθητές, ψηφίζουν για την ανάδειξη εκπροσώπων, όπως το πενταμελές συμβούλιο του τμήματος και το δεκαπενταμελές συμβούλιο που εκπροσωπεί ολόκληρο το σχολείο. Μέσω των μαθητικών συμβουλίων οι μαθητές συζητούν και αναλύουν ζητήματα και προβλήματα της σχολικής ζωής και επιδιώκουν την εξεύρεση λύσεων, καταθέτοντας προτάσεις και αιτήματα στη διεύθυνση του σχολείου.

Φυσικά, κάθε δημοκρατική διαδικασία βασίζεται σε συγκεκριμένους κανόνες. Τα μέλη των συμβουλίων οφείλουν να τους τηρούν, να σέβονται τις απόψεις των άλλων, να αναλαμβάνουν ευθύνες και να αποδέχονται τις συνέπειες των αποφάσεών τους. Η συμμετοχή αυτή προσφέρει στους μαθητές πολύτιμες εμπειρίες, αναπτύσσει τον τρόπο σκέψης τους και κυρίως τους χαρίζει την αίσθηση του "ανήκειν". Οι εμπειρίες αυτές θα τους βοηθήσουν στο μέλλον να ενταχθούν ομαλά στην κοινωνία και να διαμορφώσουν τον ρόλο τους ως ενεργοί πολίτες, έχοντας μάθει τους βασικούς κανόνες μέσα από την μικρογραφία της κοινωνίας, που δεν είναι άλλη από το σχολείο.

Συμπερασματικά, καθοριστική σε αυτή τη διαδικασία της κοινωνικής ενεργοποίησης είναι η συμβολή της εκπαίδευσης, η οποία διαμορφώνει σκεπτόμενους και υπεύθυνους πολίτες ικανούς να συμβάλουν στη βελτίωση της κοινωνίας.



Μουσέλλη Μαρία, τάξη Β

Μαθητικό συμβούλιο:
συμμετέχουμε ή απλώς χάνουμε μάθημα;



Κάθε χρόνο οι μαθητές περιμένουν με ανυπομονησία τις μαθητικές εκλογές που γίνονται στο σχολείο, συνήθως τον Οκτώβριο. Ανυπομονούν να δουν τα ψηφοδέλτια και να μάθουν ποιοι θα είναι υποψήφιοι στα 5μελή και 15μελή συμβούλια, καθώς και ποιοι θα εκλεγούν αντιπρόσωποι. Παρ' όλα αυτά, κάποιιοι αναρωτιούνται: **«Μήπως γίνεται το συμβούλιο απλώς για να χάσουμε μάθημα ή μπορεί να βοηθήσει πραγματικά το σχολείο;»**.

Το μαθητικό συμβούλιο, μετά την εκλογή του, λειτουργεί καθ' όλη τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς. Πραγματοποιούνται συναντήσεις κατά τη διάρκεια των μαθημάτων, όπου συζητούνται θέματα που αφορούν το σχολείο. Συχνά όμως δεν ξέρουμε τι να προτείνουμε ή δεν μας έρχονται ιδέες. Υπάρχουν και φορές που βαριόμαστε τις συνεδριάσεις. Για παράδειγμα κάποιιοι μαθητές λένε: «πάμε στο συμβούλιο για να πούμε δυο κουβέντες και να τελειώσει εκεί».

Ένα μαθητικό συμβούλιο, όμως, μπορεί να κάνει πολλά για να βελτιώσει τη ζωή στο σχολείο. Μπορεί, για παράδειγμα, να φροντίζει για την καθαριότητα, να επιλύει προβλήματα στην αυλή ή να ζητήσει να τοποθετηθούν παγκάκια για να κάθονται τα παιδιά στα διαλείμματα σε συνεργασία με τη διεύθυνση του σχολείου και τον σύλλογο γονέων και κηδεμόνων. Επίσης, μπορεί να βοηθήσει στις σχέσεις μεταξύ μαθητών, όταν υπάρχουν καυγάδες, ώστε με την συζήτηση να βρίσκονται λύσεις και να σταματούν οι διαφωνίες. Επιπλέον, το συμβούλιο μπορεί να προτείνει λύσεις για διάφορα ζητήματα του σχολείου, να προτείνει να γίνονται πιο συχνά εκδρομές εντός και εκτός πόλης και να οργανώνει δράσεις, φιλανθρωπικές ή περιβαλλοντικές, όπως η οργάνωση ενός προγράμματος ανακύκλωσης.



Η συμμετοχή μας στο μαθητικό συμβούλιο έχει ιδιαίτερη σημασία, διότι μας βοηθάει να μαθαίνουμε να μιλάμε και να ακούμε τους άλλους, να συνεργαζόμαστε και να κατανοούμε την έννοια της δημοκρατίας. **Το μαθητικό συμβούλιο συνδέεται άμεσα με τον ενεργό πολίτη, επειδή συμμετέχουμε, αναλαμβάνουμε ευθύνες και σεβόμαστε τις απόψεις και τις αποφάσεις των άλλων.**

Θα ήταν χρήσιμο να πηγαίνουμε προετοιμασμένοι οργανώνοντας τις ιδέες μας σε ένα power point ή έστω σε ένα χειρόγραφο σχεδιάγραμμα. Είναι σημαντικό να ακούμε τους συμμαθητές μας και να μη φοβόμαστε να εκφράσουμε τις απόψεις μας.

Το μαθητικό συμβούλιο μπορεί να μείνει ανενεργό ή να γίνει κινητήριος δύναμη αλλαγής, αν εμείς αναλάβουμε δράση. Η ενεργός πολιτεότητα ξεκινάει από το σχολείο και από κάθε μαθητή ξεχωριστά.»

Κάθε πρόταση έχει σημασία και μπορεί να αλλάξει την εικόνα του σχολείου προς το καλύτερο.

«Αν δεν μιλήσουμε ΕΜΕΙΣ, θα αποφασίσουν ΑΛΛΟΙ.»

Στο 15μελές
κανένας δε δίνει
σημασία και όλοι
δείχνουν να
βαριούνται...





Ρωτήσαμε: τι σημαίνει να συμμετέχεις;

Μαθητές απαντούν με τον δικό τους τρόπο

Συμμετοχή=δραστηριοποίηση=
ενεργός πολίτης



Τι σημαίνει η λέξη «συμμετοχή»;

Τη λέξη «συμμετοχή» την ακούμε συχνά, αλλά δεν είναι πάντα ξεκάθαρο τι σημαίνει. Γι' αυτό αποφασίσαμε να ρωτήσουμε παιδιά της ηλικίας μας, για να δούμε πώς καταλαβαίνουμε εμείς τη συμμετοχή. Η ερώτηση που κάναμε ήταν: «Τι σημαίνει για σένα να συμμετέχεις;».

Δεν θέλαμε σωστές ή λάθος απαντήσεις, αλλά απλές γνώμες.

Οι απαντήσεις που πήραμε ήταν όλες διαφορετικές και αυτό μας έκανε εντύπωση. Κάποιοι είπαν ότι συμμετοχή είναι **να λες τη γνώμη σου χωρίς να φοβάσαι**. Άλλοι είπαν ότι είναι **να βοηθάς όταν βλέπεις κάποιον που το χρειάζεται**. Μου άρεσε και μια απάντηση που έλεγε ότι **συμμετέχεις όταν δεν περιμένεις πάντα από τους άλλους, αλλά κάνεις κι εσύ κάτι**.

Από όλα αυτά καταλάβαμε ότι η συμμετοχή δεν είναι μόνο κάτι μεγάλο ή επίσημο. Μπορεί να είναι κάτι **απλό**, όπως να προτείνεις μια ιδέα στην ομάδα σου ή να συνεργαστείς με τους άλλους. **Όταν όλοι συμμετέχουν, τα πράγματα συνήθως γίνονται καλύτερα**. Τελικά, δεν υπάρχει μία σωστή απάντηση στο τι σημαίνει να συμμετέχεις. Για τον καθένα μπορεί να είναι κάτι διαφορετικό. Όμως σίγουρα, όταν συμμετέχουμε, δείχνουμε ότι μας νοιάζει και ότι θέλουμε να είμαστε μέρος αυτού που γίνεται γύρω μας

Η συμμετοχή αφορά τον **τρόπο που φερόμαστε στους άλλους στην καθημερινότητά μας**.

Συμμετοχή είναι να εκφράζουμε τις απόψεις μας, να συνεργαζόμαστε με τους γύρω μας και να παίρνουμε ενεργό μέρος σε ό,τι συμβαίνει στο σχολείο, στην οικογένεια ή στην κοινωνία. Είναι να βοηθάμε, όταν βλέπουμε ότι κάποιος έχει ανάγκη, χωρίς να περιμένουμε πάντα από τους άλλους να κάνουν το πρώτο βήμα.

Η συμμετοχή είναι βασικό στοιχείο του ενεργού πολίτη. Ένας ενεργός πολίτης δεν μένει αδιάφορος, αλλά ενδιαφέρεται για όσα συμβαίνουν γύρω του. Συμμετέχει σε συζητήσεις, σέβεται τις διαφορετικές απόψεις. **Ο ενεργός μαθητής συνεργάζεται στην τάξη, φροντίζει για τον σχολικό περιβάλλοντα χώρο ή υποστηρίζει τους συμμαθητές του**.

Τελικά η λέξη συμμετοχή σημαίνει πώς **δραστηριοποιούμαστε** με τη θέληση μας για να προσφέρουμε και να βοηθήσουμε τους άλλους και με αυτόν τον τρόπο να νιώσουμε ικανοποίηση και χαρά.

Όταν συμμετέχουμε, δεν βοηθάμε μόνο τους άλλους, αλλά και τον εαυτό μας. Νιώθουμε πιο χρήσιμοι, πιο δυνατοί και πιο υπεύθυνοι. Μαθαίνουμε να παίρνουμε πρωτοβουλίες και να πιστεύουμε στις δυνατότητές μας. Τελικά, η συμμετοχή είναι μια στάση ζωής. **Μέσα από τη συμμετοχή νιώθουμε ότι ανήκουμε σε μια ομάδα και ότι οι πράξεις μας έχουν αξία**. Έτσι γινόμαστε όχι μόνο καλύτεροι μαθητές, αλλά και ενεργοί και υπεύθυνοι πολίτες.

Για μένα συμμετοχή είναι ζωή για εί' εσας
συμμετέχεις και εσ' σχολείο και γύρω σου
έχεις ουσία που θέλεις!!

Για εμένα να συμμετέχω σημαίνει να βοηθάω

Να βοηθάω κόσμο που το χρειάζεται και χωρίς να πάρω αντίδραση.

στην Ενεργό

Πολιτειότητα

Η ΓΝΩΜΗ ΣΟΥ

ΜΕΤΡΑΕΙ

Θαλασούλη Ανθή-
Κουφού Αρετή-
Μακρίδου Κωνσταντίνα,
τάξη Α

Περιβάλλον: από τη γνώση στη δράση

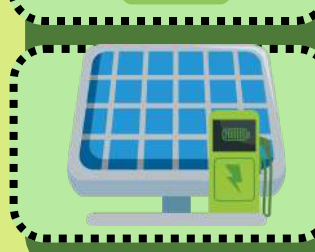
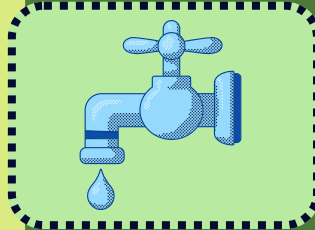
Μικρές επιλογές, μεγάλη ευθύνη για τον πλανήτη

Γεωργία Τσάππη, τάξη Β

Περιβάλλον είναι ο αέρας που αναπνέουμε, το νερό που πίνουμε, τα δάση που απολαμβάνουμε, η χλωρίδα και η πανίδα που συναντάμε στην καθημερινή μας ζωή. Ωστόσο, με την πάροδο του χρόνου το περιβάλλον αλλοιώνεται και αντιμετωπίζει όλο και σοβαρότερα προβλήματα. Για τον λόγο αυτό χρειάζεται τη φροντίδα αλλά και τη βοήθεια όλων μας.

Σεβασμός στο περιβάλλον σημαίνει να το προστατεύουμε και να το φροντίζουμε. Πρώτα απ' όλα, δεν σπαταλάμε άσκοπα νερό και ρεύμα, δεν πετάμε σκουπίδια στον δρόμο ή στη φύση και προσπαθούμε να ζούμε με υπευθυνότητα και σεβασμό στον πλανήτη. **Η οικολογική συνείδηση δεν είναι πολυτέλεια, αλλά τρόπος ζωής που ο καθένας μας μπορεί εύκολα να εφαρμόσει.** Όλοι μας μπορούμε να βοηθήσουμε με μικρές, απλές πράξεις, ανεξάρτητα από την ηλικία μας.

Ιδιαίτερη σημασία έχουν οι μικρές πράξεις, οι οποίες όταν επαναλαμβάνονται από πολλούς, μπορούν να φέρουν μεγάλα αποτελέσματα. Για παράδειγμα, η ανακύκλωση στο σπίτι και στη γειτονιά, η επαναχρησιμοποίηση αντικειμένων και η προσεκτική κατανάλωση αγαθών μειώνουν τα σκουπίδια και προστατεύουν τους φυσικούς πόρους, βοηθώντας τον πλανήτη να παραμείνει υγιής. Έτσι, ακόμα και οι μικρές καθημερινές πράξεις μπορούν να βοηθήσουν στην προστασία και διάσωση του πλανήτη. Αναμφισβήτητο, όταν συνεργαζόμαστε όλοι μαζί, μπορούμε να πετύχουμε περισσότερα.



Συλλογικές δράσεις, όπως οι καθαρισμοί παραλιών ή πάρκων, οι δεντροφυτεύσεις και οι τοπικές περιβαλλοντικές πρωτοβουλίες, δείχνουν πως το περιβάλλον ανήκει σε όλους. Η ομαδική συνεργασία φανερώνει την υπευθυνότητα και το ενδιαφέρον για το περιβάλλον, αλλά και την αγάπη και τον σεβασμό μας για αυτό.

Ωστόσο, δεν αρκεί μόνο η γνώση. Χρειάζεται και η πράξη. Πολλοί από εμάς γνωρίζουμε τι πρέπει να κάνουμε για να προστατεύσουμε το περιβάλλον, αλλά δεν το εφαρμόζουμε στην καθημερινότητα μας. **Η γνώση αποκτά αξία, μόνο όταν γίνεται πράξη από όλους μας.** Κάθε μας επιλογή παίζει σημαντικό ρόλο, καθώς όλοι έχουμε ευθύνη για τη διατήρηση του περιβάλλοντος και για τις επόμενες γενιές.

Πρέπει να κατανοήσουμε πως το περιβάλλον στο οποίο θα ζήσουμε στο μέλλον εξαρτάται από τις αποφάσεις που παίρνουμε σήμερα. Οι πράξεις μας δεν επηρεάζουν μόνο εμάς, αλλά και τις επόμενες γενιές. Έτσι, εάν αρχίσουμε να φροντίζουμε τον πλανήτη από τώρα, θα μπορέσουμε να ζήσουμε ένα καλύτερο αύριο.

Συνοψίζοντας, το περιβάλλον χρειάζεται τη βοήθεια μας περισσότερο από ποτέ. Κάθε μικρή ή μεγάλη πράξη έχει αξία, όταν δρούμε κατάλληλα και με υπευθυνότητα. Έτσι, κάθε αλλαγή για την βελτίωση του πλανήτη ξεκινά από εμάς τους ίδιους.





Ο πλανήτης μας είναι άμεσα συνδεδεμένος με τη ζωή μας και αποτελεί το σπίτι όλων μας. Ο αέρας που αναπνέουμε, το νερό που πίνουμε, τα δέντρα, τα ζώα, τα πάρκα, αλλά και οι δρόμοι και τα κτίρια της γειτονιάς μας, όπου ζούμε και κινούμαστε, μας επηρεάζουν κάθε μέρα. Πολλές φορές τα θεωρούμε δεδομένα και δεν σκεφτόμαστε πόσο απαραίτητα είναι. Όταν όμως το περιβάλλον υποβαθμίζεται, τότε επηρεάζεται και η ποιότητα της ζωής μας. Γι' αυτό είναι σημαντικό να καταλάβουμε ότι ακόμα και οι πιο μικρές συνήθειες μπορούν να επιφέρουν μεγάλες αλλαγές.

Καθημερινή συνήθεια είναι κάτι που κάνουμε σχεδόν αυτόματα, χωρίς να το σκεφτόμαστε. Για παράδειγμα, μπορεί να αφήνουμε τα φώτα ανοιχτά, να πετάμε σκουπίδια χωρίς προσοχή ή να αγοράζουμε αγαθά που δεν χρειαζόμαστε πραγματικά. Αυτές οι συνήθειες, όταν επαναλαμβάνονται συνεχώς από πολλούς ανθρώπους, βλάπτουν το περιβάλλον. Το θετικό, όμως, είναι ότι οι συνήθειες μπορούν να αλλάξουν με λίγη προσπάθεια και υπευθυνότητα.

Στο σπίτι υπάρχουν απλοί τρόποι για να βοηθήσουμε το περιβάλλον. Η **εξοικονόμηση ρεύματος** είναι πολύ σημαντική, όπως και η **εξοικονόμηση νερού** είναι απαραίτητη, καθώς το νερό δεν είναι ανεξάντλητο. Ακόμα, πρέπει να σεβόμαστε το φαγητό, παίρνοντας μόνο όσο μπορούμε να φάμε, ώστε να μην πετιέται. Με αυτές τις κινήσεις προστατεύουμε το περιβάλλον και ταυτόχρονα βοηθάμε και την οικογένειά μας.

Το ίδιο πρέπει να κάνουμε και έξω από το σπίτι. Στο σχολείο και στη γειτονιά οφείλουμε να δείχνουμε υπευθυνότητα και σεβασμό. Προσέχουμε τους χώρους που μοιραζόμαστε με τους συμμαθητές και τους γείτονές μας, όπως τις αυλές, τα πάρκα και τους δρόμους. Όταν σεβόμαστε τον χώρο γύρω μου, δείχνω ότι σεβόμαι και τους ανθρώπους που ζουν σε αυτόν. Έτσι δημιουργείται ένα πιο ευχάριστο και καθαρό περιβάλλον για όλους.

Επιπλέον, είναι σημαντικό να **καταναλώνουμε με σκέψη και υπευθυνότητα**. Με αυτόν τον τρόπο μειώνονται τα σκουπίδια και εξοικονομούνται φυσικοί πόροι. Λιγότερες άσκοπες αγορές σημαίνουν λιγότερη επιβάρυνση για το περιβάλλον.

Όταν προσπαθούμε μόνοι μας, σίγουρα βοηθάμε.

Κάθε μικρή κίνηση μετράει και έχει αξία. Δεν χρειάζεται να αλλάξουμε τα πάντα από τη μια μέρα στην άλλη. Αρκεί να ξεκινήσουμε με μικρές αλλαγές στην καθημερινότητά μας. Αν ο καθένας μας κάνει το δικό του μικρό βήμα, όλοι μαζί μπορούμε να προστατεύσουμε το περιβάλλον. Ο πλανήτης μας χρειάζεται σήμερα, όχι αύριο.

Η αφίσα για τον Ένεργό Πολίτη και την Αειφορία είναι δημιουργία του περιοδικού και αποτέλεσε μέρος της ενημέρωσης της κοινότητας για τη Βιωσιμότητα του Μαζικού Τουρισμού

Τι Σημαίνει «Ένεργός Πολίτης»;



Υπεύθυνη Κατανάλωση

Επιλέγει τοπικά προϊόντα και αποφεύγει τα πλαστικά μιας χρήσης.



Μείωση, Επαναχρησιμοποίηση, Ανακύκλωση

Εφαρμόζει τις αρχές της κυκλικής οικονομίας για λιγότερα απορρίμματα.



Εξοικονόμηση Πόρων

Χρησιμοποιεί ορθολογικά νερό, ενέργεια και προτιμά ήπιες μετακινήσεις.



Κοινωνική Συμμετοχή

Συμμετέχει σε εθελοντικές δράσεις και τοπικές διαβουλεύσεις.

Πώς Συνδέεται με την Αειφορία;



Άσκει Πολιτική Πίεση

Απαιτεί «πράσινες» πολιτικές από κυβερνήσεις και επιχειρήσεις.

Εκπαιδεύει τις Νέες Γενιές

Μεταδίδει αξίες σεβασμού προς το περιβάλλον.



«Ο ενεργός πολίτης δεν περιμένει την αλλαγή· είναι η αλλαγή»

Ήταν Τετάρτη και όπως κάθε μέρα, ξύπνησα στις 6:30 για να ετοιμαστώ για το σχολείο γνωρίζοντας πως με περίμενε άλλη μια συνηθισμένη και βαρετή ημέρα. Μόλις έφτασα στη τάξη, τίποτα δεν μου φάνηκε διαφορετικό. Οι περισσότεροι συμμαθητές μου ήταν αφοσιωμένοι σε μια οθόνη κινητού, αδιαφορώντας για το μάθημα. Η μέρα κυλούσε μονότονα και πληκτικά. Εκείνη τη στιγμή άρχισα να συμφωνώ με τους ενήλικες που μιλούν συνεχώς για τη κακή επιρροή του διαδικτύου και της τεχνολογίας στη ζωή μας. Ένωθα πως, αν περνούσαμε πιο δημιουργικά τον χρόνο μας, θα νιώθαμε περισσότερη χαρά.

«Η γενιά μας πλέον τα θεωρεί όλα cringe.»

Όταν τελείωσε το σχολείο, ένιωθα κουρασμένη όχι από τα μαθήματα αλλά από την μίζερη εικόνα της τάξης μου. Καθώς περπατούσα προς το σπίτι, μου ήρθε μια ιδέα. Αφού ο μόνος τρόπος επικοινωνίας ήταν τα κινητά, θα μπορούσα να φτιάξω μια ομαδική στο Instagram με όλη την τάξη.

Σκοπός μου ήταν να αρχίσουμε να μιλάμε, να γίνουμε φίλοι και ίσως να κανονίσουμε κάποια έξοδο ή δραστηριότητα. Δυστυχώς, η προσπάθεια μου δεν πέτυχε. Λίγοι απάντησαν και όταν πρότεινα να βρεθούμε όλοι μαζί, οι περισσότεροι βρήκαν μια φθηνή δικαιολογία.

Ένωθα απογοητευμένη και μόνη, μέχρι που μια συμμαθήτριά μου, η Ηλιάνα, μου έστειλε μήνυμα και μου πρότεινε να βγούμε οι δυο μας. Όταν συναντηθήκαμε στο σπίτι της, στην αρχή επικρατούσε αμηχανία. Μετά από λίγο, όμως, της εξομολογήθηκα πως ένιωθα.



Μαρία: θέλω να σου πω κάτι που με απασχολεί. Έχω παρατηρήσει ότι

όλοι είμαστε κολλημένοι στα κινητά και δεν ξέρουμε πως να περνάμε δημιουργικά χωρίς αυτά.

Ηλιάνα: Χαίρομαι πολύ που το λες. Ένωθα ακριβώς το ίδιο, απλώς δεν τολμούσα να το εκφράσω. Θέλω να σε βοηθήσω ώστε μαζί να βρούμε την λύση σε αυτό το πρόβλημα!

Συμφωνήσαμε να δοκιμάσουμε κάτι έξυπνο και δημιουργικό, γιατί οι συμμαθητές μας σίγουρα θα μας κορόιδευαν.

Περάσαμε πολύ ωραία στο σπίτι της Ηλιάνας. Επιτέλους είχα μια φίλη να με καταλαβαίνει. Την επόμενη μέρα στο σχολείο, κατά τη διάρκεια του διαλείμματος, παρατηρήσαμε τον πίνακα ανακοινώσεων. Εκεί είδαμε μια ξεχασμένη αφίσα για το καταφύγιο ζώων που κινδύνευε να κλείσει.



Μαρία: Ηλιάνα κοίτα! Το καταφύγιο θα κλείσει, γιατί λείπουν εθελοντές για τα αδέσποτα και χρήματα για τροφές και φάρμακα. Αυτό είναι! Σίγουρα θα θέλουν να βοηθήσουν.

Ηλιάνα: Είναι καλή ιδέα, αλλά πώς θα τους το παρουσιάσουμε χωρίς να μας αγνοήσουν; Αν φτιάχναμε κάτι δημιουργικό; Λες να τους τραβούσε το ενδιαφέρον;

Μαρία: Ναι! Σίγουρα το διαφορετικό θα τους τραβήξει το ενδιαφέρον και έχω ήδη σκεφτεί κάτι..

Το απόγευμα στρωθήκαμε στη δουλειά. Φτιάξαμε αφίσες με ζωάκια που ζητούσαν βοήθεια και γράψαμε το μήνυμα : 'Αν δεν νοιαστούμε εμείς, ποιος θα το κάνει;

Την επόμενη μέρα αφήσαμε τις αφίσες στα θρανία πριν χτυπήσει το κουδούνι. Οι συμμαθητές μας τις κοιτούσαν με περιέργεια.



Νίκος: Είμαστε 15 Χρονών! τι πιστεύετε ότι μπορούμε να κάνουμε;

Μαρία: Αν έχουμε θέληση και συνεργαστούμε, μπορούμε να κάνουμε πολλά! Ας μιλήσουμε στο 15μελές.

Και έτσι έγινε, το 15μελές πραγματοποίησε το συμβούλιο. Προς έκπληξη όλων, οι περισσότεροι συμφώνησαν. Από ανώριμα παιδιά του internet μετατραπήκαμε σε ώριμους ενήλικες. Η διευθύντρια προσφέρθηκε να μας δώσει την αίθουσα του εργαστηρίου για να δουλέψουμε.

Αποφασίσαμε να διοργανώσουμε ένα μπαζάρ για να συγκεντρώσουμε χρήματα, πουλώντας κατασκευές που θα φτιάχναμε εμείς οι ίδιοι ή αγαθά που θα πρόσφεραν διάφοροι χορηγοί από την τοπική κοινωνία.



Ο Ηλίας, το ήσυχο παιδί, που σπάνια άκουγες την φωνή του, τραγούδησε ένα κομμάτι που σίγουρα θα τραβούσε το ενδιαφέρον του κόσμου και μας άφησε έκπληκτους! Η Δανάη και η Εβελίνα με το καταπληκτικό ταλέντο τους στη ζωγραφική δημιούργησαν πίνακες με ζωάκια αλλά και φιγούρες από πηλό.



Όλοι πρόσθεσαν την δική τους πινελιά και μαζί καταφέραμε να δημιουργήσουμε ένα επιτυχημένο έργο.

Η μεγάλη μέρα έφτασε. Ήμασταν αγχωμένοι αλλά και ενθουσιασμένοι. Η εκδήλωση θα άρχιζε από στιγμή σε στιγμή. Την εκδήλωση άνοιξε η ομάδα του χορού με μια εκπληκτική χορογραφία σε συνδυασμό με την αγγελική φωνή του Ηλία που άγγιξε την ψυχή του κόσμου. Ο κόσμος ήρθε, χειροκρότησε και συμμετείχε ενεργά. Οι γονείς ήταν συγκινημένοι και οι καθηγητές περήφανοι. Γρήγορα ξεπουλήσαμε!

Όταν ανέβηκα στη σκηνή για να μιλήσω, με κυρίευσε άγχος αλλά και περηφάνεια.

Λόγος Μαρίας: “Αγαπητοί εκπαιδευτικοί, γονείς και συμμαθητές. Μαζευτήκαμε σήμερα εδώ για να βοηθήσουμε στη διάσωση του καταφυγίου ζώων, η «Ελπίδα». Με τη βοήθεια σας συγκεντρώσαμε ένα μεγάλο χρηματικό ποσό. Παράλληλα περάσαμε όμορφα δημιουργώντας αξέχαστες αναμνήσεις και εμπειρίες. Σας ευχαριστούμε για την προθυμία και το ενδιαφέρον σας!”

Έτσι η βραδιά έλαβε τέλος με επιτυχία. Όλοι ήταν εξαντλημένοι αλλά πιο χαρούμενοι από ποτέ.

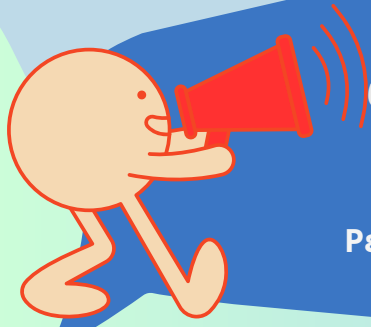
Την επόμενη μέρα επισκεφθήκαμε το καταφύγιο και παραδώσαμε τα χρήματα. Οι υπεύθυνοι ήταν συγκινημένοι με τη δράση ενεργού πολίτη που υλοποίησε το σχολείο μας. Καταλάβαμε πόσο σημαντικό είναι να συμμετέχουμε και να αναλαμβάνουμε πρωτοβουλίες για κοινωνικά θέματα.

Επιστρέφοντας στα θρανία το κλίμα είχε αλλάξει.

Ήμασταν πιο δεμένοι, πιο χαρούμενοι και με περισσότερη αυτοπεποίθηση. Καταλάβαμε πως **ο ενεργός πολίτης δεν έχει ηλικία. Το μόνο που χρειάζεται είναι να έχει αποφασιστικότητα, τόλμη και πίστη στον εαυτό του.**

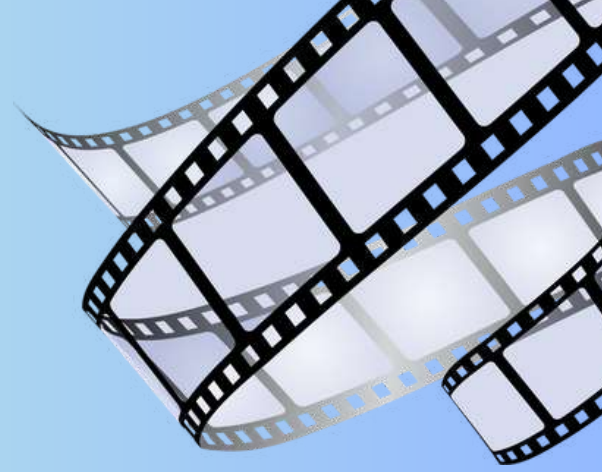
«Όλα είναι πιθανά όταν η ελπίδα μένει ζωντανή!»





Η “αλληλεγγύη ως αντίδοτο στη φτώχεια”

Ρεπορτάζ Χωρίς Σύνορα,
Στέλιος Κούλογλου



Η “Αλληλεγγύη ως αντίδοτο στη φτώχεια” είναι ο τίτλος στο Ρεπορτάζ Χωρίς Σύνορα, με τον Στέλιο Κούλογλου που προβλήθηκε στη NET και εμείς το είδαμε στο YouTube. Ο φακός της εκπομπής γνωρίζει τους ανθρώπους που αναπτύσσουν την οικονομία της αλληλεγγύης, για να καταπολεμήσουν την κρίση αλλά και για να ξαναβρούν τις χαμένες αξίες της κοινωνίας μας.

Το ντοκιμαντέρ «Αλληλεγγύη ως αντίδοτο στη φτώχεια» μου έκανε μεγάλη εντύπωση, γιατί δείχνει ότι ακόμα και σε δύσκολες εποχές οι άνθρωποι μπορούν να βοηθήσουν ο ένας τον άλλον και να αλλάξουν την κοινωνία. Η υπόθεσή του βασίζεται σε ένα ταξίδι σε διάφορα μέρη της Ελλάδας αλλά και στο εξωτερικό, όπου γνωρίζουμε ομάδες πολιτών που δεν περιμένουν τα πάντα από το κράτος, αλλά παίρνουν πρωτοβουλίες μόνοι τους.

Στο ντοκιμαντέρ βλέπουμε εθελοντές στο Πελίτι, στη Δράμα, που προστατεύουν τους παραδοσιακούς σπόρους, γιατί πιστεύουν ότι η τροφή είναι πολύ σημαντική για την ελευθερία των ανθρώπων. Μαθαίνουμε για το «Χάρισε Το», όπου οι άνθρωποι χαρίζουν αντικείμενα αντί να τα πετάνε, αλλά και για το «κίνημα της πατάτας», όπου οι πολίτες αγοράζουν προϊόντα κατευθείαν από τους παραγωγούς, χωρίς μεσάζοντες. Επίσης βλέπουμε ομάδες στη Θεσσαλονίκη, στον Βόλο και στο Ρέθυμνο που οργανώνουν ανταλλαγές, κοινωνικά ιατρεία, δωρεάν μαθήματα και ακόμα και τράπεζες χρόνου. Στο τέλος, το ντοκιμαντέρ μας ταξιδεύει στην Ισπανία και στη Γερμανία, όπου συναντάμε ανθρώπους που ζουν με πολύ διαφορετικό τρόπο, ακόμα και χωρίς χρήματα.

Κατά τη γνώμη μου, το ντοκιμαντέρ συνδέεται άμεσα με την έννοια του ενεργού πολίτη. Ενεργός πολίτης δεν είναι αυτός που απλώς παραπονιέται ή περιμένει λύσεις, αλλά αυτός που συμμετέχει, συνεργάζεται και προσπαθεί να βελτιώσει τη ζωή γύρω του. Όλοι οι άνθρωποι που παρουσιάζονται στην ταινία είναι ενεργοί πολίτες, γιατί βλέπουν ένα πρόβλημα, όπως η φτώχεια, η ανεργία ή η έλλειψη πρόσβασης σε υπηρεσίες, και αποφασίζουν να δράσουν.

Μου άρεσε ιδιαίτερα το μήνυμα ότι φτωχός δεν είναι μόνο όποιος δεν έχει χρήματα, αλλά όποιος δεν μπορεί να προσφέρει τίποτα στην κοινωνία. Το ντοκιμαντέρ δείχνει ότι ο καθένας έχει κάτι να δώσει, είτε είναι χρόνος, γνώση, φροντίδα ή απλά διάθεση για συνεργασία. Πιστεύω ότι μας βοηθά να καταλάβουμε πως, ακόμα και εμείς οι μαθητές, μπορούμε να γίνουμε ενεργοί πολίτες, αν συμμετέχουμε σε δράσεις αλληλεγγύης και δεν μένουμε αδιάφοροι απέναντι στα προβλήματα των άλλων.

**Τσιτσιμοίρης Γιάννης
και Ψαρράς Νίκος**

τάξη Γ

Εθελοντισμός: όταν δίνεις, κερδίζεις



Ο εθελοντισμός είναι μια πράξη καλοσύνης και βοήθειας προς τους άλλους ανθρώπους γύρω μας, δηλαδή η αλληλεγγύη και η προσφορά με ανιδιοτέλεια, χωρίς να περιμένει κανείς χρήματα ή κάποιο υλικό δώρο. Ας θυμόμαστε ότι ο εθελοντισμός δεν γίνεται από υποχρέωση, αλλά είναι επιλογή κάθε ανθρώπου. Παρ' όλα αυτά, αρκετοί νέοι πιστεύουν πως ο εθελοντισμός είναι χάσιμο χρόνου, γιατί δεν υπάρχει άμεση ανταμοιβή ή κέρδος. Είναι όμως σωστή αυτή η ιδέα ή μήπως ο εθελοντισμός δίνει περισσότερα απ' όσα φαίνονται με την πρώτη ματιά;

Η αλήθεια είναι πως σήμερα το πρόγραμμα των εφήβων είναι πολύ γεμάτο. Έτσι πολλοί πιστεύουν ότι ο εθελοντισμός δεν χωράει στον ελεύθερο χρόνο τους και, επειδή δεν υπάρχει κάποια διάκριση ή χρηματικό όφελος, τον βλέπουν σαν χάσιμο χρόνου. Μερικοί ακόμη νομίζουν ότι ο εθελοντισμός είναι μόνο για μεγαλύτερους ανθρώπους ή σκέφτονται απαισιόδοξα ότι η μικρή βοήθεια τους δεν μπορεί να αλλάξει τίποτα. Αυτή όμως η σκέψη είναι λάθος. Οι έφηβοι συχνά κοιτούν μόνο την προσπάθεια που χρειάζεται και όχι το καλό αποτέλεσμα της πράξης τους. Συχνά δεν μπορούν να καταλάβουν τα πνευματικά και ψυχικά οφέλη του εθελοντισμού είτε γιατί αυτά φαίνονται μετά από καιρό είτε γιατί σκέφτονται μόνο το άμεσο αποτέλεσμα. Ωστόσο, ακόμη και μια μικρή πράξη μπορεί να είναι πολύ σημαντική και σίγουρα καλύτερη από την πλήρη αδιαφορία των ανθρώπων γύρω μας.

Ο εθελοντισμός χαρίζει σημαντικά οφέλη τόσο στον ίδιο τον άνθρωπο όσο και στην κοινωνία.

Μέσα από παρόμοιες δράσεις οι άνθρωποι μαθαίνουν νέες και χρήσιμες ικανότητες δεξιοτήτες.

Γνωρίζουν ανθρώπους που έχουν παρόμοιες αξίες και όνειρα και μαθαίνουν να συνεργάζονται αλλά και να ζουν μαζί τους αρμονικά.

Παράλληλα αποκτούν πολλές εμπειρίες και γνώσεις που μπορούν αργότερα να τους φανούν χρήσιμες στη ζωή και στο μέλλον χτίζοντας σιγά σιγά αυτοπεποίθηση.

Ένα ακόμη πολύ σημαντικό όφελος είναι η χαρά και η αυτοπεποίθηση που νιώθει κάποιος όταν συμμετέχει σε εθελοντικές δράσεις γιατί αισθάνεται πως βοηθά πραγματικά έναν καλό σκοπό.

Ταυτόχρονα ωφελείται και η κοινωνία γιατί με τον εθελοντισμό

καλύπτονται αληθινές ανάγκες δυναμώνει η αλληλεγγύη μεταξύ των ανθρώπων και η ενότητα της κοινωνίας.

Η κοινωνία γίνεται πιο ζεστή όταν πολλοί άνθρωποι ενώνουν δυνάμεις βοηθώντας αδύναμες ομάδες ή στηρίζοντας θύματα φυσικών καταστροφών μαζί.

Υπάρχουν διάφορες μορφές εθελοντικών δράσεων που μπορεί να συμμετέχει κάποιος.

Περιβαλλοντικές δράσεις όπως καθαρισμοί πάρκων δεντροφυτεύσεις προστασία υγροτόπων.

Κοινωνικές δράσεις όπως συλλογή τροφίμων βοήθεια σε πυρόπληκτους σεισμόπληκτους και στήριξη άστεγων ανθρώπων.

Μάρτιν Λούθερ Κινγκ:

«Ο καθένας μπορεί να γίνει σπουδαίος, γιατί ο καθένας μπορεί να προσφέρει. Δεν χρειάζεται πτυχίο πανεπιστημίου για να υπηρετήσεις... Χρειάζεται μόνο μια καρδιά γεμάτη χάρη και μια ψυχή που γεννιέται από αγάπη».

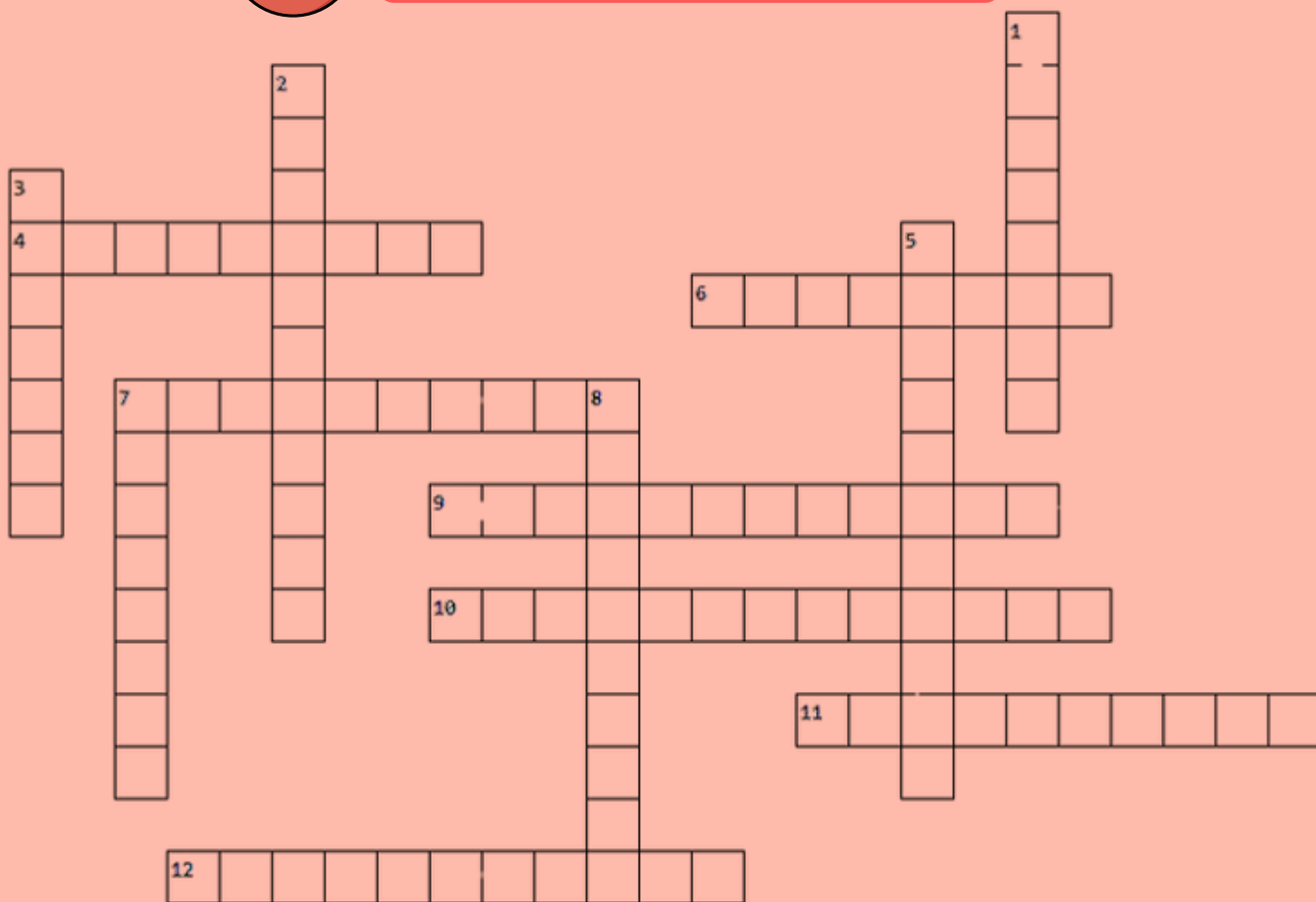
Επίσης φιλοζωικές δράσεις όπως φιλοξενία αδέσποτων ζώων, δράσεις υιοθεσίας και εθελοντισμός σε καταφύγια. Η αλήθεια όμως είναι πως δεν ταιριάζουν όλες οι εθελοντικές δράσεις σε όλους. Ο καθένας πρέπει να βρίσκει εκείνη που ταιριάζει στην καρδιά του. Υπάρχουν δράσεις που ταιριάζουν πιο πολύ στους νέους ενώ άλλες απευθύνονται σε ανθρώπους μεγαλύτερης ηλικίας σήμερα.

Τελικά, ο εθελοντισμός δεν είναι απλώς μια πράξη βοήθειας. Είναι ένας τρόπος να δείξουμε την

ανθρωπιά μας και να κάνουμε τον κόσμο λίγο καλύτερο. Όταν προσφέρουμε χρόνο και αγάπη στους άλλους, δεν βοηθάμε μόνο εκείνους αλλά και τον ίδιο μας τον εαυτό, γιατί νιώθουμε χαρά, περηφάνια και ελπίδα. Ακόμη και μια μικρή πράξη μπορεί να αλλάξει τη ζωή κάποιου ανθρώπου. Γι' αυτό αξίζει όλοι μας, και ιδιαίτερα οι νέοι, να δοκιμάσουμε να γίνουμε εθελοντές και να αποδείξουμε ότι η καλοσύνη και η αλληλεγγύη μπορούν πραγματικά να κάνουν τη διαφορά στον κόσμο.



ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ

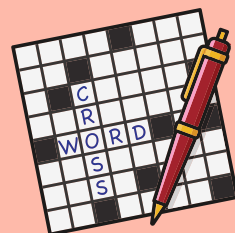


ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

1. η αναγνώριση της αξίας των άλλων, των απόψεών τους και των νόμων
2. η προθυμία ενός ατόμου να λαμβάνει αποφάσεις και να ξεκινά δράσεις από δική του πρόθεση
3. η αρχή σύμφωνα με την οποία όλοι οι πολίτες έχουν τα ίδια δικαιώματα και ευκαιρίες
5. η κάλυψη των σημερινών αναγκών χωρίς να κινδυνεύει η δυνατότητα των μελλοντικών γενεών να καλύψουν τις δικές τους
7. η ανταλλαγή απόψεων με σκοπό την κατανόηση και την επίλυση προβλημάτων
8. η αμοιβαία υποστήριξη μεταξύ των μελών μιας κοινωνίας
9. η προσφορά υπηρεσιών για το κοινωνικό σύνολο χωρίς οικονομικό αντάλλαγμα.
10. η δράση που γίνεται από μια ομάδα ανθρώπων που λειτουργούν ως σύνολο.
11. Η έντονη και οργανωμένη δράση για την επίτευξη κοινωνικών ή πολιτικών αλλαγών.
12. η γνώση των γεγονότων που είναι απαραίτητη για τη λήψη σωστών αποφάσεων.

ΚΑΘΕΤΑ

4. η ουσιαστική εμπλοκή του ατόμου στις διαδικασίες λήψης αποφάσεων για τα κοινά.
6. η νομική δυνατότητα που έχει ο πολίτης να πράττει ή να απαιτεί κάτι
7. το πολίτευμα όπου η εξουσία πηγάζει από τον λαό και απαιτεί τη συμμετοχή του.
9. η προσφορά υπηρεσιών για το κοινωνικό σύνολο χωρίς οικονομικό αντάλλαγμα.



Μπέλμπα Άιλα και Λυκογιάννη Ηρώ,



Τάξη Β

Περπατώντας στους δρόμους της πόλης μας, βλέπουμε συχνά μικρές γούνινες φιγούρες να ψάχνουν απεγνωσμένα για τροφή. Οι αδέσποτες γάτες είναι πολλές και αντιμετωπίζουν καθημερινά σοβαρούς κινδύνους: αυτοκίνητα, δηλητηριάσεις και, φυσικά, την πείνα και τη δίψα. Μικρές έρευνες μπορούν να αποτελέσουν ουσιαστικές πράξεις βοήθειας. Βγαίνοντας από το σχολείο χτες, είδαμε τρεις μικρές γατούλες να ψάχνουν για φαγητό, μόνες και φοβισμένες, σε ένα παρτέρι με κάδους σκουπιδιών.



Για να καταλάβουμε την πραγματικά ογκώδη σημασία του προβλήματος, πρέπει πρώτα να την καταγράψουμε. Με τη βοήθεια των φωτογραφιών, μπορούμε να δείξουμε πόσο συχνά και πού τις βλέπουμε, καθώς και τους κινδύνους που καθημερινά αντιμετωπίζουν. Αυτές οι φωτογραφίες δεν είναι απλά εικόνες, αλλά αληθινά παραδείγματα για την καθημερινότητα των αδέσποτων.

Οι γάτες πεινάνε και, συχνά, το μόνο που βρίσκουν είναι σκουπίδια. Η έρευνα δείχνει ότι τα αδέσποτα δεν δέχονται καθόλου φροντίδα και ότι η έλλειψη ενδιαφέροντος είναι πολύ συνηθισμένο φαινόμενο στις μέρες μας. Παρόλα αυτά, υπάρχει και μια ελπιδοφόρα πλευρά, γιατί ακόμη και οι πιο μικρές, απλές και υποστηρικτικές κινήσεις μπορούν πραγματικά να κάνουν τη διαφορά στη ζωή τους. Το μόνο που μπορούμε να κάνουμε είναι να παρατηρούμε πιο προσεκτικά, να καταγράφουμε με ευαισθησία και να προτείνουμε ουσιαστικές και εφαρμόσιμες λύσεις.

Για να βοηθήσουμε, δεν χρειαζόμαστε απαραίτητα χρήματα.

Μικρές ουρές, μεγάλες ανάγκες: γατούλες στην πόλη μας

Μπορούμε πολύ εύκολα να φτιάξουμε ταΐστρες και ποτίστρες με πράγματα που έχουμε: κουτιά από γάλα, μικρά ξύλινα κιβώτια ή πλαστικά μπουκάλια.

Το σημαντικότερο είναι να είναι ασφαλή για χρήση, καθαρά και προσβάσιμα στις γάτες. Μπορούμε να τα τοποθετήσουμε κάτω από δέντρα, σε πάρκα και γενικά σε σκιερά μέρη, μακριά από τον κίνδυνο αυτοκινήτων.

Όταν δείχνουμε αλληλεγγύη, μαθαίνουμε από μικρή ηλικία να είμαστε υπεύθυνοι και σωστοί, ενεργοί πολίτες. Η συμμετοχή κάνει τη γειτονιά μας πιο ζωντανή και πιο ανθρώπινη. Η ενεργός συμμετοχή φέρνει πάντα καλύτερα αποτελέσματα από την απλή παρατήρηση.

Εμείς, καθώς και κάποιοι φίλοι μας, φτιάξαμε ταΐστρες από καθημερινά υλικά και τις τοποθετήσαμε στο διπλανό πάρκο. Την επόμενη μέρα, οι γάτες ήταν εκεί και μας περίμεναν.



Δεν χρειάζονται μεγάλα σχέδια ή πολλά λεφτά. Αυτό που χρειάζεται είναι διάθεση, φαντασία και λίγη ακόμη φροντίδα.



Το **Μπορούμε** είναι μη κερδοσκοπική οργάνωση με σκοπό τη μείωση της σπατάλης τροφίμων και την αύξηση της επισιτιστικής στήριξης σε όλη την Ελλάδα. Πουπρωθεί την αλληλεγγύη, την υπευθυνότητα και την αξιοποίηση κάθε μερίδας φαγητού που διαφορετικά θα κατέληγε στα σκουπίδια. Το σχολικό μας περιοδικό ζήτησε **συνέντευξη από το συνιδρυτή της οργάνωσης, κ. Αλέξανδρο Θεοδωρίδη**, ο οποίος μας μετέφερε το όραμα και το έργο του «Μπορούμε» με λόγια που αξίζει να ακουστούν.

Πώς γεννήθηκε η ιδέα για το «Μπορούμε» και ποιο ήταν το αρχικό όραμα;

Η ιδέα προέκυψε το 2011 από την παρατήρηση της μεγάλης ποσότητας τροφίμων που πετιούνται και της αυξανόμενης ανάγκης για επισιτιστική στήριξη λόγω της κρίσης. Στόχος ήταν να δημιουργηθεί ένα μοντέλο διάσωσης και προσφοράς φρέσκων τροφίμων –ένα καινοτόμο σύστημα που χρησιμοποιείται μέχρι σήμερα.

Ποιο βασικό πρόβλημα επιδιώκετε να αντιμετωπίσετε;

Αρχικά το πρόβλημα ήταν η έλλειψη πρακτικών λύσεων για μείωση της σπατάλης τροφίμων και η άγνοια γύρω από το θέμα. Στη συνέχεια οι κύριες προκλήσεις έγιναν η εξασφάλιση πόρων για τη χρηματοδότηση των δράσεων μας και η άμεση ανταπόκριση σε νέα ζητήματα που προέκυπταν από την επέκταση νέων προγραμμάτων (π.χ. το Μπορούμε στο Σχολείο).

Πώς λειτουργεί το πρόγραμμα «Διάσωση & Προσφορά Τροφίμων» και ποιος μπορεί να συμμετάσχει;

Ο κάθε δωρητής δηλώνει τι, πως, πότε και πού θέλει να προσφέρει· η ομάδα βρίσκει το κατάλληλο κοινωφελές φορέα και συντονίζει την παραλαβή. Από 12 τυρόπιτες το 2011, το πρόγραμμα έχει σώσει και προσφέρει πάνω από 105 εκατομμύρια μερίδες τροφίμων από 3.000 δωρητές προς 650 φορείς σε όλη την Ελλάδα.

Τι είναι το «Μπορούμε στο Σχολείο» και πώς επηρεάζει τους μαθητές;

Εκπαιδευτικό πρόγραμμα στο οποίο από το 2014 έχουν συμμετάσχει περισσότεροι από 60.000 μαθητές. Μέσω συζήτησης και δραστηριοτήτων ευαισθητοποιεί και δημιουργεί «food saving heroes» που αλλάζουν συμπεριφορές στο σπίτι και στο σχολείο.

Πώς επηρεάζει η εκπαίδευση τη στάση της κοινωνίας;

Οι μαθητές είναι οι πιο αποτελεσματικοί πρεσβευτές για τη μείωση της σπατάλης τροφίμων: αλλάζουν συμπεριφορές στο περιβάλλον τους άμεσα και συμβάλλουν σε ευρύτερες κοινωνικές αλλαγές.

Ποια είναι η μεγαλύτερη πρόκληση στη μείωση της σπατάλης στην Ελλάδα;

Η έλλειψη ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης μεγάλου μέρους του πληθυσμού –παρά τα προβλήματα στο νομικό πλαίσιο και τα οικονομικά κίνητρα.

Υπάρχουν δυσκολίες στη διάθεση των διασωζόμενων τροφίμων; Πώς τις ξεπερνάτε;

Ναι –γραφειοκρατικά, πρακτικά, απρογραμμάτιστα και έκτακτα γεγονότα (π.χ. κακοκαιρία, πανδημία). Αντιμετωπίζονται με προετοιμασία, ψυχραιμία και διαρκή υπενθύμιση του σκοπού για βοήθεια σε συνανθρώπους και περιβάλλον.

Πώς αντιδρούν οι μαθητές μετά τη συμμετοχή; Αλλάζουν συνήθειες;

Οι αντιδράσεις τους μας δίνουν δύναμη –πολλοί αλλάζουν πραγματικά τη συμπεριφορά τους και επηρεάζουν οικογένεια, φίλους και σχολεία, μειώνοντας τη σπατάλη τοπικά.

Πώς βλέπετε το μέλλον της σπατάλης τροφίμων στην Ελλάδα; Υπάρχουν βελτιώσεις;

Υπάρχει σημαντική βελτίωση από το 2011, αλλά δεν έχουμε φτάσει ακόμη στο επιθυμητό επίπεδο· απαιτείται ακόμα πολύ δουλειά και συλλογική συμμετοχή.

Τι μπορεί να κάνει ο καθένας στην καθημερινότητά του;

Πολλά: αλλαγή καθημερινών συνηθειών, ενημέρωση άλλων, πίεση σε επιχειρήσεις και φορείς – δεδομένου ότι πάνω από 50% της σπατάλης προέρχεται από νοικοκυριά, οι ατομικές δράσεις έχουν μεγάλο αντίκτυπο.

Υπάρχουν σχέδια για νέες δράσεις;

Ναι –νέα προγράμματα όπως «Μπορούμε στην Κουζίνα», που έχει στόχο να προσφέρει μαγειρικές δεξιότητες για food saving και ένα ψηφιακό εργαλείο για τη διάσωση από το χωράφι. Τέλος, επιθυμούμε ακόμα περισσότερο να ισχυροποιήσουμε την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της κοινής γνώμης στο θέμα της σπατάλης τροφίμων, πάντα με τελικό στόχο να μην έχει κανένας ανάγκη την ύπαρξη του «Μπορούμε».

Αν ήμασταν όλοι ίδιοι... θα ήταν

Ας φανταστούμε ότι όλοι εμείς που ζούμε στον πλανήτη Γη, φορούσαμε τα ίδια ρούχα, είχαμε τον ίδιο τρόπο σκέψης και ασχολούμασταν καθημερινά με τις ίδιες δραστηριότητες. Τα σχολεία θα ήταν όλα ίδια μεταξύ τους, οι συζητήσεις θα επαναλαμβάνονταν κάθε μέρα. Στην αρχή όλο αυτό ίσως να φαινόταν εύκολο και διασκεδαστικό, όμως με την πάροδο του χρόνου ο κόσμος θα γινόταν βαρετός και μονότονος. Ευτυχώς, ο κόσμος μας δεν είναι καθόλου έτσι. Είναι γεμάτος διαφορές που του χαρίζουν χρώμα, έμπνευση, αγάπη και ζωντάνια.

Τη διαφορετικότητα την συναντάμε παντού: στα χόμπι, στα κρυφά ή στα φανερά ταλέντα μας και στα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά μας. Υπάρχουν άνθρωποι που μιλούν και άλλοι που προτιμούν να ακούν.

Κάποιοι είναι ήρεμοι και χαλαροί, ενώ κάποιοι άλλοι είναι εκφραστικοί και υπερκινητικοί. Η διαφορετικότητα δεν φαίνεται πάντα από την εξωτερική εμφάνιση. Μερικές φορές κρύβεται μέσα μας, στον τρόπο που σκεφτόμαστε, αντιδρούμε και αισθανόμαστε.

Μέσα από τις διαφορές μας μαθαίνουμε και εξελισσόμαστε τόσο εμείς όσο και οι άλλοι γύρω μας. Όταν συναναστρεφόμαστε άτομα που σκέφτονται διαφορετικά από εμάς, βλέπουμε τα πράγματα από μία άλλη οπτική γωνία και διευρύνουμε τους ορίζοντές μας. Σε μία παρέα, για παράδειγμα, ο καθένας έχει το δικό του δυνατό στοιχείο, κάτι που τον καθιστά αυτόματα ξεχωριστό. Κάποιος οργανώνει, κάποιος βοηθάει σε ό,τι του ζητηθεί και κάποιος άλλος προτείνει ιδέες για το τι μπορούν να κάνουν όλοι. Έτσι, η παρέα αλληλοσυμπληρώνεται και γίνεται πιο δυνατή με αποτέλεσμα να πετυχαίνει τους στόχους της.

Το ίδιο ισχύει στο παιχνίδι, στις φιλίες και στη συνεργασία στο σχολείο ή στον χώρο της δουλειάς. Όταν αποδεχόμαστε τον άλλον όπως είναι και τον σεβόμαστε η συνεργασία γίνεται πιο εύκολη και πιο αποτελεσματική.



Χριστίνα Ορφανού, τάξη Γ

Μια σχολική εργασία, για παράδειγμα, πετυχαίνει μόνο με σωστή συνεργασία καθώς ο καθένας αναλαμβάνει τον ρόλο που του ταιριάζει. Η αποδοχή δεν σημαίνει ότι συμφωνούμε πάντα, αλλά ότι προσπαθούμε να συνυπάρχουμε με κατανόηση και σεβασμό.

Ένας άνθρωπος σε οποιαδήποτε ηλικία κι αν βρίσκεται, μπορεί να αποδεχτεί την διαφορετικότητα καλλιεργώντας την υπομονή, τον σεβασμό και την κατανόηση. Δεν χρειάζεται να ήμαστε ίδιοι για να ταιριάζουμε με τους άλλους. Αντίθετα, οι διαφορές μας μας βοηθούν να δούμε πέρα από τον εαυτό μας και να γίνουμε καλύτεροι άνθρωποι.



Το να είσαι διαφορετικός είναι καλό. Σημαίνει ότι είσαι αρκετά γενναίος για να είσαι ο εαυτός σου.

Αποδοχή σημαίνει όχι μόνο να δεχόμαστε τους άλλους, αλλά και τον ίδιο μας τον εαυτό. Όταν ο άνθρωπος δεν φοβάται να εκφραστεί και νιώθει "ελεύθερος" αποκαλύπτει ποιος πραγματικά είναι, φανερώνει δηλαδή τον χαρακτήρα του και τα

συναίσθημά του. Ένα παιδί που τολμάει να αποκαλύψει τα ενδιαφέροντά του αποκτά αυτοπεποίθηση και νιώθει πιο δυνατό.

Ενεργός πολίτης σημαίνει να σεβόμαστε τη διαφορετικότητα, να συνεργαζόμαστε, και να συμμετέχουμε. Όταν υπάρχει χώρος για ελεύθερη έκφραση, ακούγονται απόψεις και ιδέες που βοηθούν την κοινωνία να προχωρήσει. Ένας κόσμος γεμάτος χρώμα είναι ένας κόσμος όπου όλοι έχουν θέση και το δικαίωμα να εκφράζουν ελεύθερα την γνώμη τους, ανεξάρτητα από τη διαφορετικότητά τους.

Τελικά, αν ήμασταν όλοι ίδιοι, ο κόσμος θα ήταν βαρετός. Ευτυχώς, οι διαφορές μας είναι μοναδικές και μας κάνουν πιο δυνατούς, πιο δημιουργικούς και πιο αληθινούς.

«ΑΥΡΙΟ ΓΡΑΦΩ ΧΗΜΕΙΑ... ΑΛΛΑ ΣΗΜΕΡΑ ΚΑΙΓΕΤΑΙ Ο ΠΛΑΝΗΤΗΣ»

Σήμερα πραγματικά κουράστηκα φουλ, έχω και πονοκέφαλο.

Γιατί όμως τόσο?

Ε, κάθε χρόνο τέτοια εποχή μας βομβαρδίζουν με ερωτήσεις και πληροφορίες για αυτό το περιβάλλον.

Τι θες να κάνουν, αφού είναι μέσα στην ύλη?

Αφού και οι ίδιοι το καταλαβαίνουν πως όσες φορές και να το πουν, τίποτα δεν γίνεται...Χμμμ

Τι αναστενάζεις πάλι?

Μήπως θα 'πρεπε τελικά να τηρούμε αυτά που λένε; Γιατί, έτσι όπως το πάμε, θα διαβάζουμε παρέα με τις πλαστικές σακούλες σε καμιά χωματερή μετά από όλα αυτά τα σκουπίδια που πετάμε κάτω.

Ασε που τώρα θυμήθηκα και τον τίτλο της παρουσίασης που έλεγε "ο πλανήτης μας ζητά απεγνωσμένα βοήθεια" και βουρκώνω για δεύτερη φορά.

Κάθε μέρα, όσο και αν δεν του δίνω σημασία με τόσα πράγματα που έχω στο μυαλό μου για το σχολείο, βλέπω όλο και περισσότερους ανθρώπους να πετάνε τα σκουπίδια τους οπουδήποτε αλλού εκτός από έναν κάδο. Και άπαξ και τους πεις κάτι, σου λένε έχω "ελεύθερη βούληση και μπορώ να κάνω ό,τι θέλω."



Οχι, συγγνώμη που θα στο χαλάσω. Δεν μπορείς να κάνεις ό,τι θες.

Οντως, έχεις δίκιο. Είναι πολύ λυπητερό που κάποιοι δεν μπορούν ακόμα να αναλάβουν τους ευθύνες τους. Τέλος πάντων τώρα πρέπει να τα αφήσω αυτά. Πρέπει να συγκεντρωθώ, γιατί αύριο γράφω διαγώνισμα χημείας και αυτός ο καθηγητής δεν χαρίζει τίποτα.

Πουφ πουφ! Τι μυρίζει έτσι;

Πωωωωω, πάλι ψάχνεις δικαιολογία για να μη διαβάσεις!

Οχι, απλά με αφορμή αυτή τη μυρωδιά θυμήθηκα πόσο κακό είναι να μένεις κοντά στο εργοστάσιο της ΔΕΗ. Δεν αντέχεται πια η μυρωδιά και στην τελική εκτός από το περιβάλλον θα αρρωστήσουμε και εμείς από αυτό. Ξεφύγαμε όμως λίγο ε και έχω να διαβάσω.

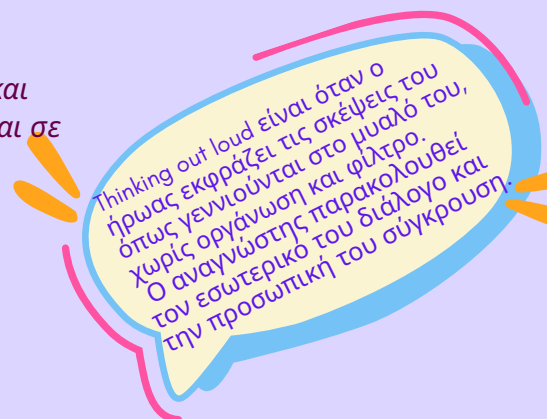
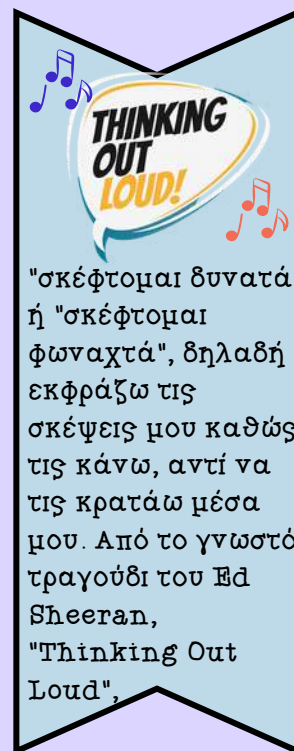
Ουφ, τελείωσα επιτέλους! Κάτσε να μπω στο τικ τοκ.

Ναι, ναι, αδιάφορο, άλλο ένα αποτυχημένο trend, όπα τι λέει εδώ, 30 χελώνες πεθαίνουν καθημερινά από πλαστικές σακούλες!

Ελα ρε, τα καημένα!

Καλά! Δε λυπούνται τίποτα! ούτε αυτά τα αθώα πλασματάκια! Τι κάθεται και διαβάζεις χημείες και τύπους τόση ώρα! Αυτά είναι τα σημαντικά. Τι γίνεται σε αυτόν τον περίεργο κόσμο.

Τελικά, έχεις δίκιο. Πρέπει να ασχοληθούμε λίγο και με το πλανήτη μας, γιατί υποτίθεται πως το μέλλον είναι στα χέρια μας.





Ενσυναίσθηση: soft skill ή superpower;

Σοφία Καρανικόλα, τάξη Γ

Φαντάσου να συζητάς με έναν φίλο ή μια φίλη σου για κάτι που σε απασχολεί. Το ίδιο να κάνει και εκείνος ή εκείνη, να σου λέει δηλαδή πώς νιώθει, τι τον ή την προβληματίζει, όμως κανείς να μη δίνει σημασία στα λόγια του άλλου. Ο καθένας να σκέφτεται μόνο τον εαυτό του. Αυτός είναι ένας κόσμος χωρίς ενσυναίσθηση.

Ενσυναίσθηση είναι να μπορείς να μπαίνεις στη θέση του άλλου και να κατανοείς τα συναισθήματα που βιώνει. Αυτό δε σημαίνει απαραίτητα να συμφωνείς με το πώς εκείνος νιώθει, απλά να προσπαθείς να τον καταλάβεις. Το να μπαίνεις στα παπούτσια του άλλου δεν είναι μια απλή δεξιότητα, δεν είναι ένα soft skill. Αντίθετα στις μέρες μας μοιάζει με υπερδύναμη.



Η ενσυναίσθηση βοηθά στη διατήρηση των καλών σχέσεων μεταξύ των ανθρώπων και αποτρέπει τις παρεξηγήσεις. Πόσες φορές θυμώσαμε με έναν φίλο ή μια φίλη μας, επειδή μας μίλησε άσχημα. Σκεφτήκαμε μήπως ότι η συμπεριφορά του μπορεί να οφείλεται σε κάτι που τον απασχολεί ή του συνέβη;

Επιπρόσθετα, στο σχολείο η ενσυναίσθηση είναι απαραίτητη για τη συνεργασία και την εκπόνηση μιας ομαδικής εργασίας. Όταν δουλεύουμε σε ομάδες, οφείλουμε να ακούμε τις γνώμες των άλλων, να επιτρέπουμε σε όλους να εκφραστούν και να μην αποκλείουμε τις ιδέες κανενός.

Επομένως, την ενσυναίσθηση μπορούμε να τη χρησιμοποιήσουμε σαν υπερδύναμη. Ένας άνθρωπος ο οποίος μπορεί να μπει στη θέση του άλλου και να νιώσει ό,τι νιώθει κι εκείνος, δεν θα τον κοροϊδέψει για τα χαρακτηριστικά του, τις αδυναμίες του, την ενδυμασία του. Δεν θα κάνει ποτέ Bullying. Αντίθετα, θα έχει το θάρρος και τη δύναμη να τον υποστηρίξει.

Στην εποχή μας που τα Social Media αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής μας, χρειαζόμαστε την ενσυναίσθηση ακόμα περισσότερο. Συχνά γράφουμε σχόλια στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης που μπορούν να πληγώσουν τον άλλο, χωρίς να σκεφτόμαστε πώς νιώθει αυτός που βρίσκεται πίσω από την οθόνη. Συμπερασματικά η ενσυναίσθηση είναι μια δεξιότητα που αν την καλλιεργήσουμε μπορεί να γίνει η υπερδύναμη που θα αλλάξει την τάξη, το σχολείο αλλά και τον κόσμο όλο. Προσωπικά θεωρώ ότι, αν σταματήσουμε να σκεφτόμαστε μόνο τον εαυτό μας και θελήσουμε να ακούσουμε και να καταλάβουμε τον διπλανό μας, θα μπορέσουμε να γίνουμε όλοι υπερήρωες!

Τι είναι τα Soft Skills (Ήπιες Δεξιότητες);
Είναι οι «ανθρώπινες» ικανότητες που μας βοηθούν να επικοινωνούμε, να συνεργαζόμαστε και να λύνουμε προβλήματα στην καθημερινή μας ζωή.

Στον 21ο αιώνα, είναι πιο σημαντικές από ποτέ:
• Ενσυναίσθηση • Δημιουργικότητα • Ηγεσία και Συνεργασία • Συναισθηματική Ανθεκτικότητα

Η δική σου φωνή είναι η δική μου ασπίδα:

Η γεωμετρία της συλλογικής ασφάλειας

Αναστασία
Καμτσικλή,
τάξη Γ

Μια καθημερινή ημέρα στο σχολείο και ενώ όλα κυλούν ομαλά και φυσιολογικά για τους περισσότερους, για ένα παιδί δεν μπορούμε να πούμε το ίδιο. Για μία ακόμα μέρα γίνεται στόχος των ειρωνικών σχολίων στο σχολείο ή δέχεται προσβολές στα social media. Το πιο βασικό στοιχείο, όμως, σε αυτήν την υπόθεση είναι πώς τα άτομα τα οποία βρίσκονται τριγύρω και παρακολουθούν το περιστατικό, επιλέγουν να μη μιλήσουν. Με τη στάση τους ενθαρρύνουν τον θύτη και έτσι η αδικία κορυφώνεται. Η σιωπή τελικά μπορεί να οδηγήσει τα πράγματα στο χειρότερο, ενώ το κλίμα φόβου που απλώνεται μας αγγίζει όλους.

Με το να υπερασπιζόμαστε τον συνάνθρωπο, τον φίλο, τον συμμαθητή μας ή ακόμα και κάποιον τον οποίο δεν γνωρίζουμε, όχι απλά του προσφέρουμε συμπόνια, αλλά δημιουργούμε και μία αλυσιδωτή αντίδραση. Το μόνο που χρειάζεται είναι η φωνή έστω και ενός ατόμου, ώστε να βρουν τη δύναμη και το θάρρος να μιλήσουν και οι υπόλοιποι. Επομένως, η «δύναμη» του θύτη μειώνεται και το θύμα παύει να νιώθει μόνο. Μια μικρή πράξη από τον καθένα μας, στηρίζοντας το παιδί που χρειάζεται βοήθεια ακόμα και αν δεν μας το ζητά, μπορεί να διαλύσει ολόκληρο το σκηνικό της αδικίας και να αποκαλύψει πώς η σιωπή δεν είναι μονόδρομος.

Παράλληλα, η φωνή και η ευθύνη μας στον ψηφιακό κόσμο είναι εξίσου πολύ σημαντικές. Το να σκρολάρουμε αδιάφορα στο διαδίκτυο μπροστά από ένα τέτοιο περιστατικό έχει και τις αντίστοιχες συνέπειες όχι μόνο για το θύμα και τον θύτη, αλλά και για τους υπόλοιπους χρήστες που παρακολουθούν και ενθαρρύνονται να μιμηθούν προσβλητικές συμπεριφορές, πιστεύοντας ότι στο διαδίκτυο δεν υπάρχουν όρια. Έτσι, με ένα σχόλιο υπεράσπισης ή μια δημόσια αντίδραση υπενθυμίζουμε σε όλους πώς τα λόγια και οι προσβολές έχουν συνέπειες.



Επιπλέον, έχει αποδειχθεί ότι συχνά φοβόμαστε να μιλήσουμε σε τέτοια περιστατικά, καθώς πιστεύουμε ότι είμαστε μόνοι. Στην πραγματικότητα, όμως, οι αλλαγές ξεκινούν από εκείνους που έχουν το θάρρος και τολμούν να χρησιμοποιήσουν την φωνή τους τη σωστή στιγμή. Το να νοιαζόμαστε για το καλό των συνανθρώπων μας δεν είναι πολυτέλεια, αλλά ανάγκη.

Αναγνωρίζοντας πρώτα τις ανάγκες του εαυτού μας, μπορούμε στη συνέχεια να αναγνωρίσουμε και στους άλλους την ίδια αξία, δημιουργώντας μια προστατευμένη κοινωνία για όλα τα μέλη της. Συμπερασματικά, η φωνή μας είναι η ασπίδα με την οποία δεν προστατεύουμε μόνο τον εαυτό μας, αλλά και όποιον την έχει ανάγκη. Έτσι χτίζουμε όλοι μαζί μια ασφαλή και δίκαιη κοινωνία, γιατί όπως η σιωπή δυναμώνει τον φόβο, έτσι και η φωνή μας τον αποδυναμώνει. Δεν πρέπει να πληγωθεί κανείς για να αποφασίσει να μιλήσει. **Ας γίνουμε όλοι «ασπίδα» σήμερα, γιατί μόνο έτσι προστατεύονται όλοι, όταν υπερασπιζόμαστε ο ένας τον άλλον χωρίς φόβο, αδιαφορία ή σιωπή.**

Το είδα στο ίντερνετ... άρα είναι αλήθεια; Οι σκέψεις ενός ενεργού πολίτη πριν πατήσει "share"

Βασίλης
Σταυριανός, τάξη Β

Λένε πως η πληροφορία είναι δύναμη. Τι γίνεται όμως όταν η πληροφορία που φτάνει σε εμάς είναι ψεύτικη; Στην εποχή των social media, οι ειδήσεις ταξιδεύουν με απίστευτη ταχύτητα και συχνά τις διαβάζουμε βιαστικά χωρίς να το πολυσκεφτούμε. Το να ξέρεις πολλά δεν σε κάνει απαραίτητα έξυπνο. Το πραγματικό κλειδί είναι να ξέρεις πότε πρέπει να αμφιβάλλεις και να σκέφτεσαι κριτικά. Για να μην πέσουμε θύματα παραπληροφόρησης, πριν πατήσουμε το κουμπί της κοινοποίησης, καλό είναι να κάνουμε στον εαυτό μας πέντε απλές αλλά πολύ σημαντικές ερωτήσεις.

1 «Ποιος γράφει αυτό που διαβάζω;»
Πριν πιστέψεις οτιδήποτε, κοίταξε ποιος είναι ο συντάκτης της είδησης. Υπάρχει όνομα και επώνυμο ή το κείμενο βασίζεται απλώς σε φήμες; Επίσης, παρατήρησε το site στο οποίο δημοσιεύεται. Είναι κάποιο γνωστό και αξιόπιστο μέσο ή ένα περίεργο site με όνομα που δεν έχεις ξαναδεί ποτέ; Ένας σωστός και υπεύθυνος πολίτης δεν πιστεύει εύκολα ό,τι διαβάζει, αν πρώτα δεν ελέγξει την αξιοπιστία της πηγής.

2 «Πού είναι οι αποδείξεις;»
Οι αληθινές ειδήσεις στηρίζονται σε αποδείξεις και όχι μόνο σε λόγια. Ψάξε για συγκεκριμένα στοιχεία, όπως αριθμούς, ημερομηνίες, δηλώσεις ειδικών ή αναφορές σε επίσημες πηγές. Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται και στις φωτογραφίες ή στα βίντεο. Μια εικόνα μπορεί να παραπλανήσει εξίσου εύκολα με τις λέξεις, ειδικά αν έχει βγει από το αρχικό της πλαίσιο ή αν δεν γνωρίζουμε την προέλευσή της. Σήμερα υπάρχουν εργαλεία που μπορούν να αλλάξουν μία εικόνα τόσο καλά, που δύσκολα ξεχωρίζεις το αληθινό από το ψεύτικο.

3 «Το λένε και οι άλλοι ή είναι μόνο εδώ;»
Αν μια είδηση εμφανίζεται μόνο σε ένα σημείο στο διαδίκτυο, τότε κάτι πιθανόν δεν πάει καλά. Κάνε μια γρήγορη αναζήτηση και έλεγξε αν και άλλα σοβαρά και έγκυρα μέσα ενημέρωσης αναφέρουν το ίδιο θέμα. Η διασταύρωση των πληροφοριών είναι βασικό στοιχείο της υπεύθυνης ενημέρωσης. Ο ενεργός πολίτης δεν αρκείται σε μία μόνο πηγή.

5 «Γιατί θέλουν να νιώσω έτσι;»
Τα fake news συνήθως έχουν έναν σκοπό: να επηρεάσουν τα συναισθήματά μας και όχι τη λογική μας. Αν μια είδηση σου προκαλεί υπερβολικό θυμό, φόβο ή αγανάκτηση, σταμάτα και σκέψου. Μήπως προσπαθούν να σε κάνουν να αντιδράσεις βιαστικά, χωρίς να σκεφτείς ψύχραιμα; Η λογική σκέψη είναι το καλύτερο όπλο απέναντι στην παραπληροφόρηση.



4 «Τι θα συμβεί αν το μοιραστώ;»
Πριν πατήσεις share, σκέψου τις συνέπειες. Αν η είδηση είναι ψεύτικη, μπορεί άθελά σου να παραπλανήσεις τους φίλους σου, να πληγώσεις ανθρώπους ή να προκαλέσεις φόβο και πανικό. Πολλές φορές, η σιωπή είναι προτιμότερη από τη διάδοση ενός ψέματος. Δεν χρειάζεται να κοινοποιούμε τα πάντα.

👉 **Ο ενεργός πολίτης δεν κοινοποιεί βιαστικά** 👈

Η δύναμη του hashtag

Πώς ένα μικρό σύμβολο μπορεί να αλλάξει τη γειτονιά, το σχολείο και τον πλανήτη;

#καθαρισμός_στο_χωριό

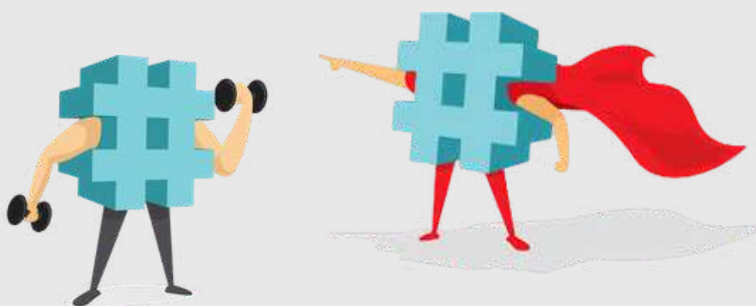
Το hashtag είναι ένα μικρό σύμβολο [#] που χρησιμοποιούμε στα social media πριν από μια λέξη ή φράση. Η λέξη hashtag προέρχεται από τις λέξεις hash, που είναι το σύμβολο # και tag, που σημαίνει ετικέτα. Με αυτόν τον τρόπο, μια λέξη ή μια ιδέα ομαδοποιείται με άλλες παρόμοιες. Με ένα hashtag, λοιπόν, μπορούμε να δείξουμε τι μας ενδιαφέρει και να συνδεθούμε με ανθρώπους που έχουν τις ίδιες ανησυχίες. Έτσι, ένα τόσο απλό σύμβολο έχει τη δύναμη να μεταφέρει μηνύματα ενώνοντας ανθρώπους και δίνοντας φωνή σε ιδέες που ταξιδεύουν σε ολόκληρο τον κόσμο.

Παρόλο που είναι μικρό, το hashtag έχει τη δύναμη να επηρεάσει πολλούς ανθρώπους και να αλλάξει τον κόσμο. Μέσα από αυτό μπορούμε να δούμε καλές πράξεις που πραγματοποιούν άλλοι άνθρωποι, να εμπνευστούμε και να παρακινήθουμε να δράσουμε κι εμείς. Με τον τρόπο αυτό, μια μικρή πράξη μπορεί να εξαπλωθεί και να οδηγήσει περισσότερους ανθρώπους σε πράξεις που ωφελούν το κοινό καλό.

Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι ένα σχολείο όπου μια ομάδα μαθητών καθάρισε την τάξη της. Οι μαθητές αυτοί φωτογράφησαν τη δράση τους και τη μοιράστηκαν στα social media με το hashtag #CleanSchool. Η πρωτοβουλία αυτή ενέπνευσε και άλλους μαθητές, με αποτέλεσμα να συμμετάσχουν περισσότερες τάξεις και το σχολείο να γίνει πιο καθαρό. Όταν μια καλή πράξη γίνεται ορατή, μπορεί εύκολα να παρακινήσει κι άλλους.

#ανακύκλωση_στο_σχολείο

Το ίδιο συνέβη και με δράσεις ανακύκλωσης. Μαθητές δημοσίευσαν φωτογραφίες και βίντεο από καθαρά κουτιά ανακύκλωσης, ενημερώνοντας και ευαισθητοποιώντας τους συμμαθητές τους και ενθαρρύνοντάς τους να συμμετάσχουν. Το αποτέλεσμα ήταν περισσότεροι μαθητές να ενδιαφερθούν και να μάθουν πώς μπορούν να ανακυκλώνουν σωστά. Επίσης, ομάδες μαθητών δημιούργησαν ταΐστρες για αδέσποτα ζώα και μοιράστηκαν τη δράση τους με το hashtag #FeedTheCats,



Γιώργος_Καμμάς_τάξη Γ

εμπνέοντας περισσότερους να βοηθήσουν με τα αδέσποτα ζώα της γειτονιάς τους. Έτσι, μικρές ενέργειες μπορούν να αποκτήσουν μεγαλύτερη αξία όταν μοιράζονται σωστά.

Δεν χρειάζεται να είναι κανείς διάσημος ή influencer για να ξεκινήσει μια τέτοια προσπάθεια. Αρκεί να παρατηρήσει τι χρειάζεται βελτίωση γύρω του και να οργανώσει μια απλή δράση, όπως ο καθαρισμός μιας παραλίας ή ενός δρόμου. Στη συνέχεια, μπορεί να φωτογραφίσει τη δράση και να τη μοιραστεί με το κατάλληλο hashtag, ώστε η προσπάθεια αυτή να γίνει γνωστή και να παρακινήσει κι άλλους να συμμετάσχουν.

#παραλία_SOS



Τελικά, ένα μικρό σύμβολο μπορεί να ενώσει χιλιάδες ανθρώπους και να οδηγήσει σε μεγάλες αλλαγές. Η συμμετοχή μας, ακόμη και με απλές πράξεις, μπορεί να κάνει τη διαφορά στο σχολείο, στη γειτονιά και στον πλανήτη. Το hashtag αποδεικνύει ότι όλοι μπορούμε να γίνουμε ενεργοί πολίτες και να κάνουμε τον κόσμο καλύτερο, ακόμη και με μια μικρή ιδέα.

Το hashtag ή ελληνιστί τρίλιζα προέκυψε γύρω στον 14ο αιώνα. Πριν χρησιμοποιηθεί στα τηλέφωνα και στο Twitter, το hashtag προήλθε από τα γράμματα "lb", τη λατινική σύντμηση της λέξης "round".