



climatechampions
local learning communities

A close-up photograph of two hands, one from the left and one from the right, gently touching the rough bark of a tree trunk. The hands are positioned as if they are about to hold or are just releasing the tree. The background is a soft-focus green, suggesting a forest setting. On the left side of the image, there are several wavy orange lines that appear to be part of a graphic design element.

ΓΙΝΕ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΗΣ ΤΟΥ ΚΛΙΜΑΤΟΣ
3^{ος} Στόχος του ΟΗΕ: Υγεία & Ευημερία



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Καλώς ήλθατε!

Η παρουσίαση ανήκει στην ομώνυμη σειρά των *Πρωταθλητών του Κλίματος* και αφορά τον τρίτο στόχο Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ σχετικά με την *Υγεία και Ευημερία*.

Τα θέματα της παρουσίασης είναι συνοπτικά τα ακόλουθα:

- 3ος Στόχος: Υγεία και Ευημερία
- Η διασφάλιση της υγείας και η προώθηση της ευημερίας σε όλες τις ηλικίες είναι καθοριστική για τη βιώσιμη ανάπτυξη
- Πώς μπορούμε να προάγουμε την καλή υγεία σε επίπεδο κοινότητας

TABLE OF CONTENTS

- 01** Ας συλλογιστούμε το σημερινό επίπεδο υγείας και ευημερίας μας
- 02** Κλιματική αλλαγή και υγεία
- 03** Κλιματική αλλαγή και ευημερία
- 04** Παρακινήστε την κοινότητά σας να ασχοληθεί με τον τρίτο στόχο του ΟΗΕ
- 05** Επίλογος :)

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein 2021-1-IE01-KA220-ADU-000033706



A close-up profile of a woman's face as she blows a dandelion seed head. The background is a bright, sunlit outdoor setting with blurred greenery. The image is partially framed by orange wavy lines on the left side. The overall composition is clean and modern, with a blue geometric overlay on the right.

01

Ας συλλογιστούμε το σημερινό
επίπεδο υγείας και ευημερίας μας

Υγεία και Ευημερία (Τρίτος Στόχος)

Ο Τρίτος Στόχος του Προγράμματος Βιώσιμης Ανάπτυξης αφορά τη διασφάλιση μίας ζωής με υγεία, την προαγωγή της ευημερίας σε όλες τις ηλικίες και τη θέσπιση δεικτών παρακολούθησης της συντελούμενης προόδου. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μόνον μέσω δράσης σε τοπικό επίπεδο. Η υγεία και η ευημερία μας επηρεάζονται από το περιβάλλον στο οποίο ζούμε.

ΑΣ ΣΚΕΦΤΟΥΜΕ ΤΟΥΣ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΑΡΙΘΜΟΥΣ. Κάποιες από τις βασικές προκλήσεις που αντιμετωπίζει η Ευρώπη είναι οι εξής:

Έως το 2030, 2 στους 3 ανθρώπους όλου του κόσμου θα ζουν σε αστικές περιοχές (πηγή: ΟΗΕ)

Το 2020, 96,5 εκατ. άνθρωποι στην ΕΕ ήταν φτωχοί ή κοινωνικά αποκλεισμένοι (το 21,9% του πληθυσμού)

Το 23% των θανάτων παγκοσμίως οφείλονται στη ρύπανση και περιβαλλοντικούς παράγοντες (πηγή: ΟΗΕ)

Η αύξηση θνητότητας στην ΕΕ το 2020 ήταν +11,9% από ότι τα έτη 2016-2019. Το 2021 ήταν στο +14,3% (πηγή: Eurostat)

Άνω του 90% του παγκόσμιου πληθυσμού εκτίθεται σε χειρότερα επίπεδα ποιότητας αέρα από τις συστάσεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ).

Δημοσκόπηση για την υγεία των Ευρωπαίων πολιτών δείχνει ότι λίγοι παραπάνω από τους μισούς είναι υπέρβαροι.

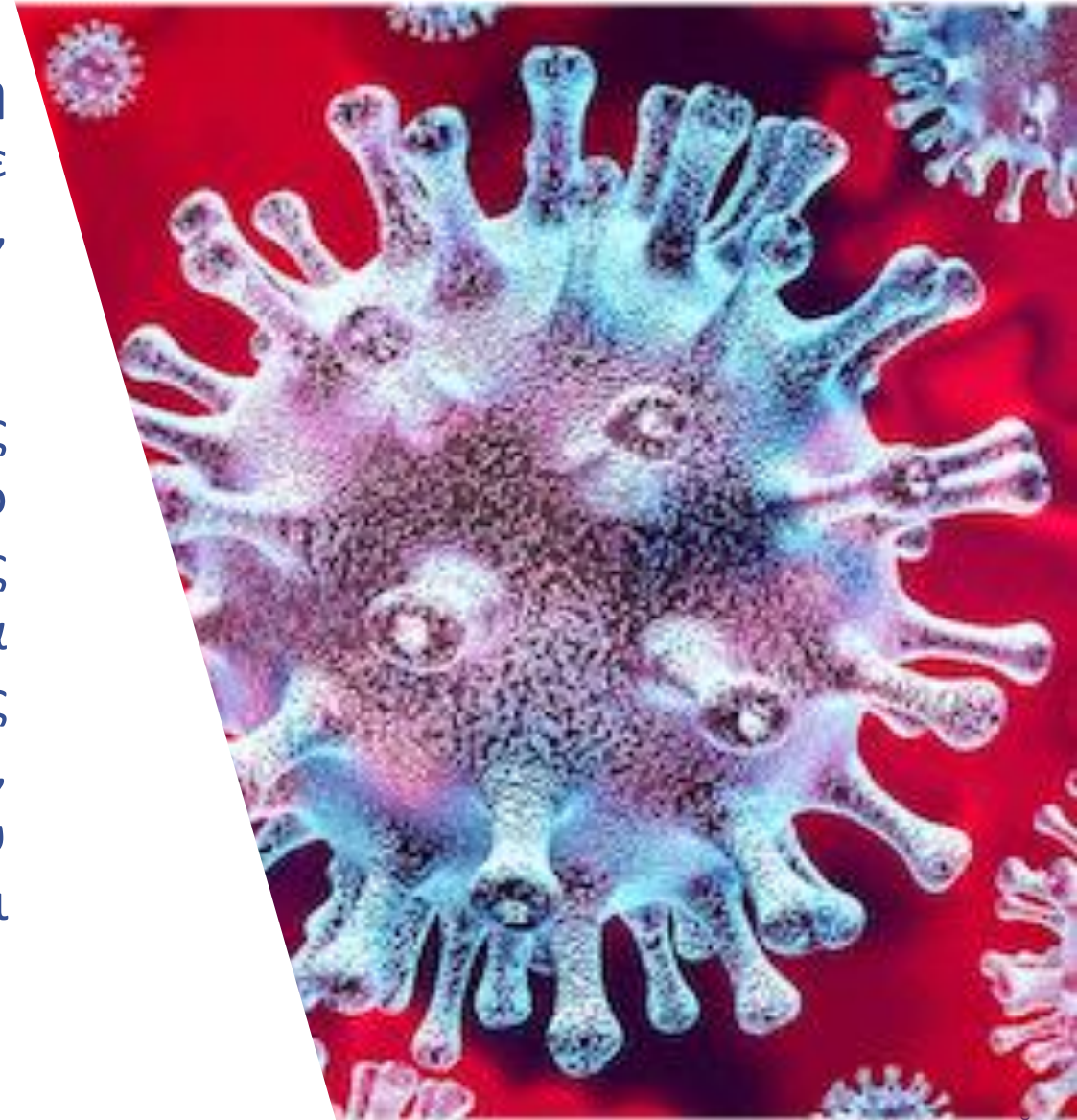
...ΚΑΙ ΜΕΤΑ ΗΡΘΕ Ο ΚΟΡΩΝΟΪΟΣ. 

Υγεία και Ευημερία (Τρίτος Στόχος)

Σε χαλεπούς καιρούς όπου βασιλεύει η ανασφάλεια και ο φόβος, βασιζόμαστε στους γύρω μας για αλληλεγγύη, στήριξη, καθοδήγηση, πληροφόρηση και συμπόνια.

Από το 2020 και μετά, η έννοια της κοινότητας έχει γίνει πιο σημαντική από ποτέ και οι ζωντανές, δυναμικές τοπικές κοινωνίες καθίστανται μία αναγκαιότητα για όλους μας. Όταν κλειστήκαμε σπίτια μας στο πρώτο λοκντάουν την άνοιξη του '20, συνέβησαν θεμελιώδεις αλλαγές που μετέβαλαν δραστικά τον τρόπο ζωής και εργασίας μας.

Ας δούμε κάποιες από αυτές...



Μερικοί τρόποι που ο κορωνοϊός επηρέασε τις ζωές μας και την αίσθηση της ευεξίας μας

- Τα υποχρεωτικά λοκντάουν επικέντρωσαν την καθημερινότητά μας στη γειτονιά, αντί για την περιφέρεια, τη χώρα ή το εξωτερικό (αν και ο επακόλουθος πόλεμος στην Ουκρανία επανέφερε στο προσκήνιο τα διεθνή γεγονότα).
- Αλλάξαμε τους τρόπους επικοινωνίας (*απομακρυσμένη*), παρουσιαστικού (*χρήση μάσκας*) και χαιρετισμού (*κατάργηση χειραψίας*)
- Έγινε μεγάλη στροφή στη διαδικτυακή ζωή, από τον τρόπο εργασίας και την κοινωνικοποίηση ως και τη γυμναστική
- Αυξήθηκε η εργασία και η εκμάθηση στο σπίτι
- Διατυπώθηκαν ανησυχίες σχετικά με τη βιωσιμότητα των μικρών επιχειρήσεων, την οικονομία και τα εθνικά συστήματα υγείας
- Αυξήθηκε το πνεύμα της συλλογικότητας (φροντίδα ηλικιωμένων και ευάλωτων ατόμων) και η ανταπόκριση της κοινότητας στην παροχή βοήθειας
- Αυξήθηκε η ανάγκη για ουσιαστική επικοινωνία, προκειμένου να καταπολεμηθεί η μοναξιά και η απομόνωση
- Αυξήθηκαν τα ενδιαφέροντα για μια ζωή με αυτάρκεια, μέσω της καλλιέργειας λαχανικών, της κηπουρικής και της μαγειρικής



Ο κορωνοϊός αλλάζει την κοινωνία μας

... και απειλεί παραδόσεις και συνήθειες δεκαετιών. Θα συνεχίσει να μας επηρεάζει για χρόνια παρελθούσης της κρίσης. Ωστόσο, υπήρξαν και θετικές επιδράσεις:

Η εκτίμηση της υγείας και της γυμναστικής

Εκτιμήσαμε περισσότερο την υγεία, την άθληση, τη γυμναστική, την υγιεινή και τα αποτελεσματικά συστήματα υγείας. Πολλοί από εμάς περάσαμε κρίσεις άγχους και αντιληφθήκαμε την αναγκαιότητα της ενδυνάμωσης της ψυχικής μας υγείας.

Αναθεώρηση των αξιών, ενδιαφερόντων και προτεραιοτήτων μας

Η κρίση μάς ανάγκασε να αναθεωρήσουμε τι έχει πραγματική αξία στις ζωές μας. Επαναφέραμε το επίκεντρο της προσοχής μας στην επιβίωση, την υγεία, την οικογένεια και την ασφάλεια, συνειδητοποιώντας την ευαλωτότητα και τη θνητότητά μας.

Η εκτίμηση της φύσης και του περιβάλλοντος

Ο εγκλεισμός στα σπίτια μάς έκανε να λαχταρούμε τις βόλτες, τη γυμναστική, τα πάρκα και το φυσικό περιβάλλον.

Ολόκληρο το άρθρο για τα θετικά της πανδημίας εδώ: [\(1\) 18 Positive things to come out of the Coronavirus Pandemic | LinkedIn](#)

02

ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ



ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

Κλιματική αλλαγή: η μεγαλύτερη απειλή για την υγεία που αντιμετωπίζει η ανθρωπότητα σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας [Climate change and health \(who.int\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health)

Η κλιματική αλλαγή επηρεάζει ήδη τη ζωή μας με αμέτρητους τρόπους, από την απώλεια ζώων λόγω ακραίων καιρικών φαινομένων – καύσωνες, θύελλες, πλημμύρες – την απώλεια καλλιεργειών, αύξηση στις σχετιζόμενες με την τροφή και το νερό ασθένειες και προβλήματα ψυχικής υγείας.

Η κρίση λόγω αλλαγής κλίματος απειλεί τα τελευταία πενήντα χρόνια προόδου στην ανάπτυξη, την υγεία και τη μείωση της φτώχειας, όπως και την διεύρυνση των ανισοτήτων στην υγεία μεταξύ διαφόρων κοινωνικών στρωμάτων.

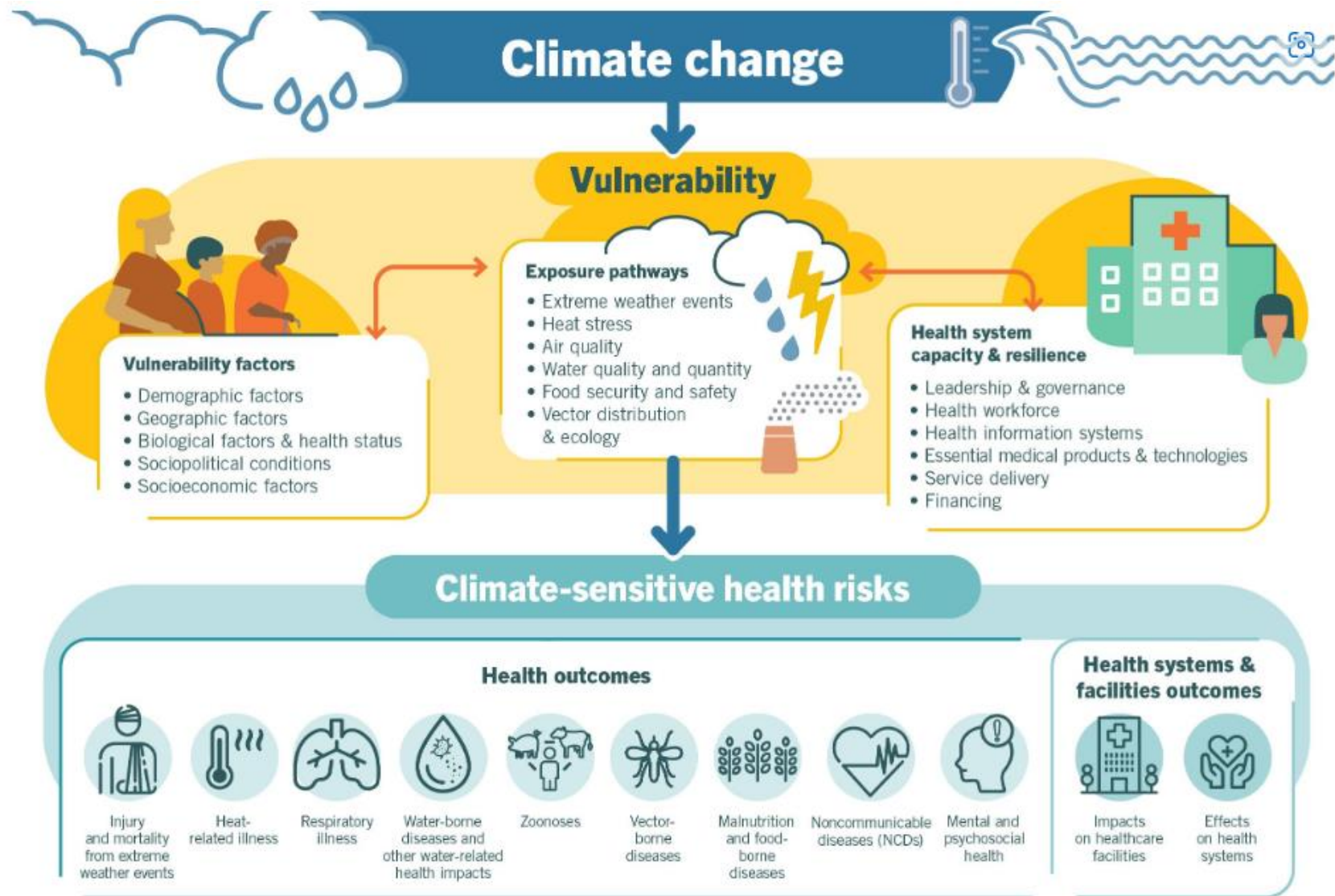


ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ – Τα στοιχεία-κλειδιά (του Π.Ο.Υ.)

- Οι άνθρωποι που η υγεία τους επηρεάζεται περισσότερο από την κλιματική κρίση είναι εκείνοι που ευθύνονται λιγότερο για αυτήν, αλλά και που έχουν τα λιγότερα μέσα για να προστατέψουν τους ίδιους και τις οικογένειές τους από τις συνέπειές της: οι φτωχοί και οι ευάλωτοι.
- Στο διάστημα μεταξύ 2030-2050, η κλιματική αλλαγή υπολογίζεται να αφαιρέσει περίπου 250.000 επιπλέον ζωές το χρόνο από κακή διατροφή, ελονοσία, διάρροια και θερμική εξάντληση. Περιοχές με κακά συστήματα υγείας θα είναι και οι πιο αδύναμες να ανταπεξέλθουν, χωρίς την απαραίτητη στήριξη και βοήθεια.
- Η μείωση των εκπομπών των αερίων του θερμοκηπίου μέσω καλύτερων επιλογών στη μετακίνηση, τη διατροφή και τη χρήση ενέργειας συνεισφέρει στη βελτίωση της υγείας, ειδικά μέσω της μείωσης της ατμοσφαιρικής ρύπανσης.

Επιπλέον, η κλιματική αλλαγή υποσκάπτει πολλές από τις βάσεις για καλή γενική υγεία του πληθυσμού, μέσω αύξησης της ανεργίας, μείωσης της ισότητας και της πρόσβασης σε νοσοκομεία και κοινωνικές δομές. Τους υγειονομικούς κινδύνους λόγω κλιματικής κρίσης τούς υφίστανται περισσότερο οι ευπαθείς ομάδες όπως γυναίκες, παιδιά, εθνικές μειονότητες, μετανάστες, ηλικιωμένοι και άτομα με προβλήματα υγείας.

ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ



Εικόνα που συνοψίζει τη συσχέτιση μεταξύ παθήσεων που σχετίζονται με την κλιματική αλλαγή και τους παράγοντες που τις προκαλούν. Η κλιματική αλλαγή έχει τόσο άμεσες όσο και έμμεσες επιπτώσεις στην υγεία και καθορίζεται στενά από περιβαλλοντικές, κοινωνικές και υγειονομικές συνιστώσες.

ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

Κατεβάστε την έκθεση του Π.Ο.Υ. για να μάθετε περισσότερα εδώ



Click link

[fast-facts-on-climate-and-health.pdf](https://www.who.int/publications/m/item/fast-facts-on-climate-and-health)
([who.int](https://www.who.int))

CLIMATE ACTION 

FAST FACTS



On climate and health

1. Climate change is the single biggest health threat facing humanity. The impacts are already harming health through air pollution, disease, extreme weather events, forced displacement, food insecurity and pressures on mental health. Every year, environmental factors take the lives of around 13 million people.
2. Meeting the goals of the Paris Agreement could save about a million lives a year worldwide by 2050 through reductions in air pollution alone. Avoiding the worst climate impacts could help prevent 250,000 additional climate-related deaths per year from 2030 to 2050, mainly from malnutrition, malaria, diarrhoea and heat stress.
3. The value of health gains from reducing carbon emissions would be approximately double the global cost of implementing carbon mitigation measures.
4. Over 90 per cent of people breathe unhealthy levels of air pollution, largely resulting from burning fossil fuels driving climate change. In 2018, air pollution from fossil fuels caused \$2.9 trillion in health and economic costs, about \$8 billion a day.
5. Transportation produces around 20 per cent of global carbon emissions. Alternatives like walking and cycling are not only green but also offer major health benefits, such as reducing the risk of many chronic health conditions and improving mental health.
6. Systems to produce, package and distribute food generate a third of greenhouse gas emissions. More sustainable production would mitigate climate impacts and support more nutritious diets that could prevent close to 11 million premature deaths a year.
7. Health systems are the main line of defence for populations faced with emerging health threats, including from climate change. To protect health and avoid widening health inequities, countries must build climate-resilient health systems.
8. The majority of countries identify health as a priority sector vulnerable to climate change. But a huge finance gap remains. Less than 2 per cent of multilateral climate finance goes to health projects.
9. Healthy societies rely on well-functioning ecosystems to provide clean air, fresh water, medicines and food security. These help to limit disease and stabilize the climate. But biodiversity loss is happening at an unprecedented rate, impacting human health worldwide and increasing the risk of emerging infectious diseases.

Sources: [WHO](#) (1), [WHO](#) (2-5), [United Nations](#) (6), [WHO](#) (6, 9), [WHO](#) (7), [WHO](#) (8).



Οι υγιείς κοινότητες βασίζονται σε...

...υγιή και λειτουργικά οικοσυστήματα. Αυτά παρέχουν καθαρό αέρα, καθαρό νερό, φάρμακα και επάρκεια τροφίμων. Αντιμετωπίζουν τις ασθένειες και ρυθμίζουν το κλίμα. Όμως η απώλεια της βιοποικιλότητας συμβαίνει με ταχύτατους ρυθμούς, επηρεάζοντας την υγεία σε όλα τα μήκη και πλάτη της Γης, σύμφωνα με έκθεση που συνέταξαν από κοινού το Συμβούλιο Βιοποικιλότητας και ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας. --> state of knowledge report

Πώς σχετίζεται η βιοποικιλότητα με την ανθρώπινη υγεία;

Οι άνθρωποι εξαρτώνται από τη βιοποικιλότητα στην καθημερινότητά τους με τρόπους όχι πάντα εμφανείς. Η ανθρώπινη υγεία βασίζεται εξ ολοκλήρου σε προϊόντα και υπηρεσίες που παρέχουν τα οικοσυστήματα (καθαρό νερό, τροφή και πηγές καυσίμων) που αποτελούν προϋπόθεση για καλή υγεία και για παραγωγική διαβίωση.

Η απώλεια της βιοποικιλότητας επιφέρει άμεσες συνέπειες στην ανθρώπινη υγεία, εφόσον οι παροχές της δεν επαρκούν για να καλύψουν τις ανθρώπινες ανάγκες. Εμμέσως, οι αλλαγές στα οικοσυστήματα είναι υπεύθυνες για την απώλεια εισοδημάτων, τη μετανάστευση και ακόμη και ενδεχόμενες συρράξεις.

Οι υγιείς κοινότητες βασίζονται στη βιοποικιλότητα

Η ποικιλία ειδών μικροοργανισμών, ζώων και φυτών (=βιοποικιλότητα) έχει ευρεία πλεονεκτήματα για τους κλάδους της Βιολογίας, της Ιατρικής και της Φαρμακευτικής. Σημαντικές ιατρικές ανακαλύψεις έχουν προκύψει από τη μελέτη της παγκόσμιας βιοποικιλότητας. Η απώλειά της μπορεί να διακινδυνέψει την ανακάλυψη νέων θεραπειών για πολλές ασθένειες και προβλήματα υγείας.

Η βιοποικιλότητα και η υγεία απειλούνται

Από υγειονομικής απόψεως, υπάρχει μεγάλη ανησυχία για τις συνέπειες στην ανθρώπινη υγεία από τη μείωση της βιοποικιλότητας. Η εξαφάνιση ειδών επηρεάζει τη λειτουργία των οικοσυστημάτων, με συνέπεια την πιθανή απώλεια ζωογόνων αγαθών και υπηρεσιών. Χάνοντας μέρος της βιοποικιλότητας χάνουμε επίσης μέρος των χημικών ενώσεων της φύσης και των γονιδίων, πολλά από τα οποία έχουν ήδη ευεργετήσει την υγεία της ανθρωπότητας πολλαπλώς.

Περισσότερα για το θέμα στην έκθεση του Π.Ο.Υ.:



Click link

[Microsoft Word - FINAL - Health and Biodiversity key messages.docx \(who.int\)](#)



Ας μιλήσουμε για τη

ΦΥΣΗ



Γίνε πρωταθλητής του κλίματος!

Η παραμονή στη φύση μειώνει τα επίπεδα κορτιζόλης, της ορμόνης του στρες και επιβραδύνει τον καρδιακό μας ρυθμό, καταπολεμά την δυσθυμία και το άγχος, ανεβάζει τη διάθεσή μας, αυξάνει την έμφυτη ανάγκη διαλογισμού και κάποιες χημικές ουσίες των δέντρων καταπραΰνουν το νευρικό μας σύστημα. Οι άνθρωποι που ζουν κοντά στη φύση δεν έχουν τυχαία μεγαλύτερο προσδόκιμο ζωής...

Η φύση λειτουργεί ως ασπίδα ενάντια στο στρες, τα παιδιά της υπαίθρου ανταποκρίνονται καλύτερα σε αγχωτικές καταστάσεις σε σχέση με τα παιδιά της πόλης, και η ευεργετική επίδραση της φύσης έχει παίξει το ρόλο της και κατά τη διάρκεια της καραντίνας.

Source: [Covid-19 and our relationship with nature \(theecologist.org\)](https://theecologist.org)

ΔΕΙΤΕ

Αφιερώστε λίγο χρόνο στην ομιλία του Ιρλανδού προέδρου Μάικλ Χίγκινς στο Συνέδριο για τη Βιοποικιλότητα στο Κάστρο του Δουβλίνου τον Μάιο του 2019, για μια ευρύτερη κατανόηση των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν οι σημερινές κοινωνίες και κοινότητες.

<https://www.youtube.com/watch?v=3yS1tkxFpNM>





Η φύση είναι η μεγαλύτερη πηγή υγείας και ευεξίας μας

Η σχέση μας με τη φύση αποδείχθηκε μία από τις καλύτερες πηγές αντοχής και ικανοποίησης κατά τη διάρκεια των **λοκντάουν**. Πολλοί από μας εκτιμήσαμε την παρηγορητική και αναζωογονητική επίδραση της φύσης κατά τη διάρκεια του εγκλεισμού. Σε αντίθεση με τις βίαιες αλλαγές και τη νέα πραγματικότητα, η φύση παρέμεινε ανέγγιχτη και αξιόπιστη.

Οποιαδήποτε στρατηγική για τη βελτίωση της ευεξίας θα έπρεπε να έχει ως επίκεντρο τη φύση: όσον αφορά είτε την οικονομία, είτε την υγεία, την εκπαίδευση και τις μετακινήσεις.

Η φύση είναι από τα λίγα μέρη που «επισκευάζουν» την ψυχή των επισκεπτών.

Αποφάσεις που μπορούμε να πάρουμε σε επίπεδο κοινότητας: Προώθηση υγιεινών και αειφόρων συστημάτων διατροφής

Γιατί;

Ασθένειες που οφείλονται είτε σε ελλιπή διατροφή, είτε σε κακή διατροφή υψηλή σε θερμίδες, αποτελούν σήμερα την κυριότερη αιτία μειωμένης υγείας παγκοσμίως. Η λανθασμένη διατροφή αυξάνει επίσης τον κίνδυνο εμφάνισης άλλων παθήσεων, όπως η παχυσαρκία και ο διαβήτης, που είναι σοβαροί παράγοντες ασθένειας και θνησιμότητας. Η γεωργία παράγει περίπου το $\frac{1}{4}$ όλων των αερίων του θερμοκηπίου. Η στροφή σε δίαιτες πιο υγιεινές, θρεπτικές και βιώσιμες είναι μια αναγκαιότητα.

Πώς;

Οι κοινότητες μπορούν να αναλάβουν δράση με ποικίλους τρόπους: Έχετε σκεφτεί την ίδρυση κοινοτικού λαχανόκηπου; Πρόκειται για συνεργατικά πρότζεκτ σε δημόσιους ανοιχτούς χώρους, όπου οι συμμετέχοντες φροντίζουν από κοινού τα καλλιεργούμενα φρούτα και λαχανικά. Οι λαχανόκηποι διατηρούν επίσης τους φροντιστές τους σε φόρμα, ενώ προάγουν και την ψυχική υγεία.

Γίνε πρωταθλητής του κλίματος! Προώθηση υγιεινών και αειφόρων συστημάτων διατροφής

Οι κοινοτικοί λαχανόκηποι δεν λύνουν εν μέρει το πρόβλημα της διατροφικής ανασφάλειας απλά, αλλά παρέχουν κι άλλα πλεονεκτήματα στους συμμετέχοντες:

- Κατανάλωση φρέσκων και υγιεινών φρούτων και λαχανικών
- Φυσική δραστηριότητα και απόκτηση εμπειρίας στην καλλιέργεια της γης
- Ανοιχτούς καταπράσινους χώρους
- Μεταμόρφωση κοινοτήτων σε βιομηχανικές περιοχές
- Αλλαγή χρήσης και εξωραϊσμός των δημόσιων πάρκων
- Δημιουργία «πράσινων» στεγών
- Μείωση της βίας του δρόμου σε υποβαθμισμένες γειτονιές, μέσω σύσφιξης των κοινωνικών σχέσεων

Ανάλαβε δράση! Απαραίτητο ανάγνωσμα:

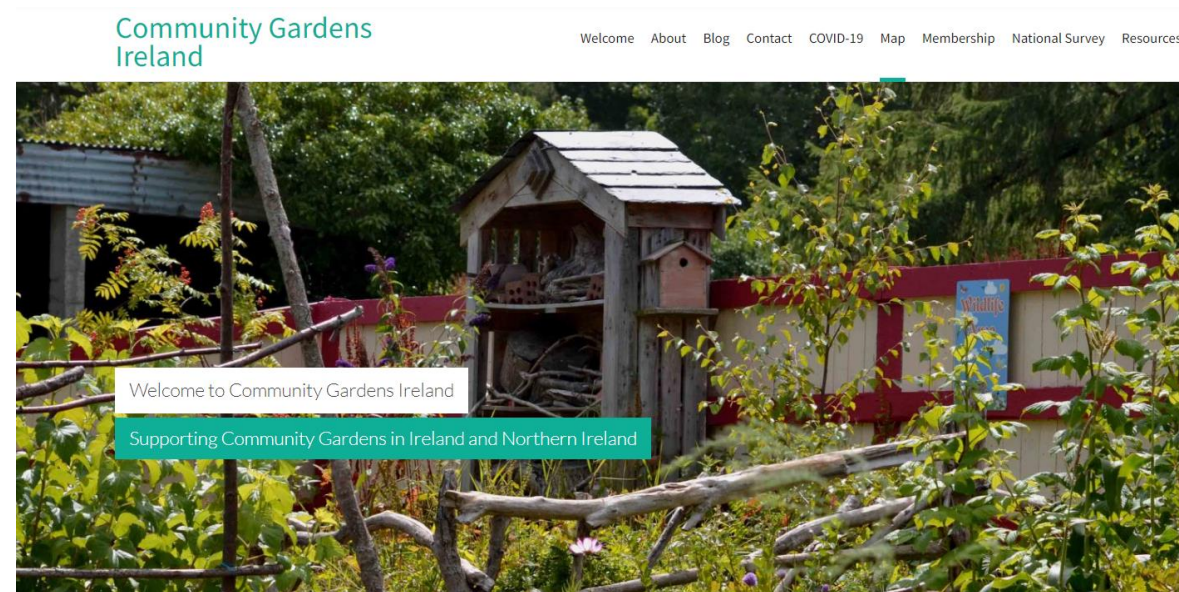
Πώς να δημιουργήσετε έναν κοινοτικό λαχανόκηπο σε 7 βήματα

[How to Start a Community Vegetable Garden - Food Gardening Network \(mequoda.com\)](https://mequoda.com)

[Starting a Community Garden \(growveg.co.uk\)](https://growveg.co.uk)



Μελέτη περίπτωσης: Ιρλανδία, Κοινοτικοί Κήποι «Ένωσε τη δύναμή σου!» (cgireland.org)

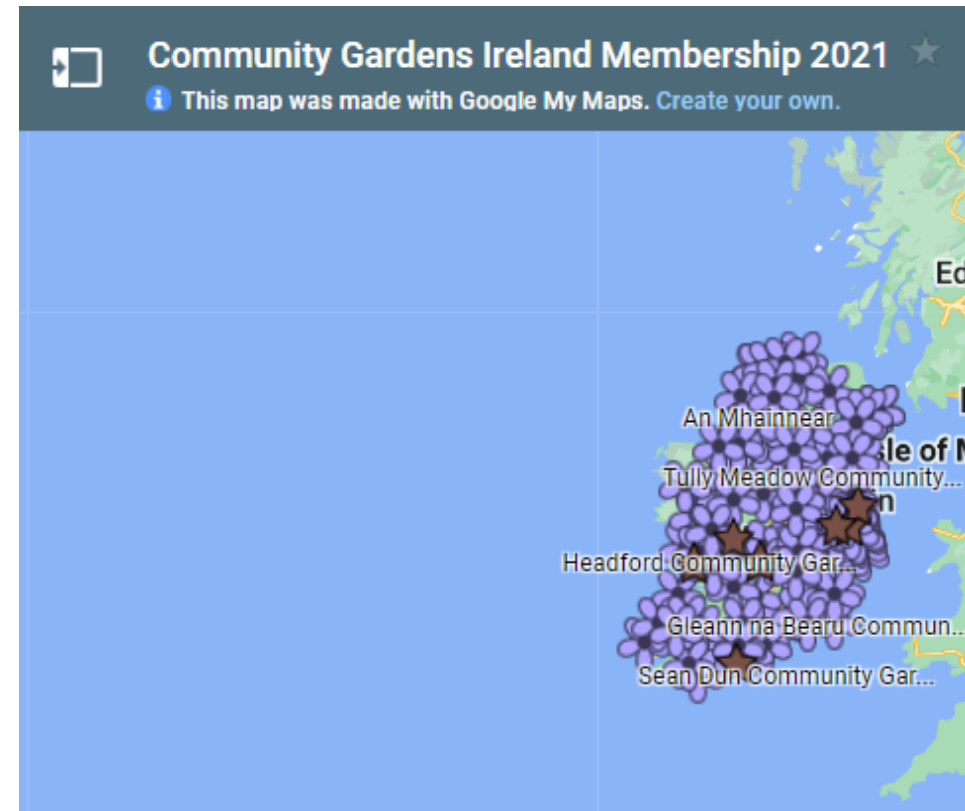


Στόχος του οργανισμού είναι η **στήριξη και προώθηση των κοινοτικών λαχανόκηπων στην Ιρλανδία και τη βόρεια Ιρλανδία**, οι οποίοι επεκτείνονται σε όλη τη χώρα. Θέλουν να δώσουν την ευκαιρία σε όλες τις κοινότητες να έχουν πρόσβαση σε έναν λαχανόκηπο, ώστε να παράγουν τα δικά τους τρόφιμα.
#LetsGetGrowing

Το πρότζεκτ Κοινοτικοί Κήποι στην Ιρλανδία ([Facebook Group](#), [Facebook page](#) and [twitter stream](#)) φέρνει σε επαφή τους φροντιστές των λαχανόκηπων μέσω διαδικτυακής πλατφόρμας ανταλλαγής ιδεών και εμπειριών. Ο κάθε ένας μοιράζεται τη δική του ιστορία στην ιστοσελίδα (blog).

Το πρότζεκτ CG Ireland λειτουργεί από εθελοντές και αποτελεί σήμερα ανοιχτή πηγή δεδομένων για κάθε κηπουρό και πάσα ενδιαφερόμενο παγκοσμίως.

Δείτε τον λεπτομερή χάρτη κοινοτικών λαχανόκηπων στην Ιρλανδία [Community Gardens in Ireland - We're Looking for You \(cgireland.org\)](#)



Μελέτη περίπτωσης: Ο κοινοτικός λαχανόκηπος Λασπονήσι, Ιρλανδία

<https://mudisland.ie/>



Home The Garden Join Us Market Events & Workshops News & Resources Support Us Contact Us Q



Το Λασπονήσι (Mud Island) είναι ένας κοινοτικός κήπος στο βορειοανατολικό Δουβλίνο. Η περιοχή χρησίμευε κάποτε ως παράνομη χωματερή, απορροφώντας χιλιάδες ευρώ από τα δημοτικά κονδύλια για τον ετήσιο καθαρισμό της. Μετά από μία εκστρατεία των κατοίκων που διήρκησε δύο χρόνια, ο χώρος παραχωρήθηκε το 2011 από το Δήμο στους δημότες, οι οποίοι τον μετέτρεψαν σε μπαχτσέ, ανοιχτό σε όλους τους ενδιαφερόμενους συμπολίτες. Δημιουργήθηκε επίσης ένας άνετος χώρος τραπεζοκαθισμάτων, ιδανικός για τη φύτευση σπόρων, τη μεταφύτευση, την ετικετοποίηση και την πληροφόρηση σχετικά με τις νέες τάσεις της κηπουρικής.



Μελέτη περίπτωσης: Ο κοινοτικός λαχανόκηπος Λασπονήσι, Ιρλανδία

Τα παραγόμενα τρόφιμα στο Λασπονήσι μοιράζονται στους συμμετέχοντες. Δεν υπάρχουν κριτήρια φυλετικά, θρησκευτικά και άλλα, παρά μόνον εντοπιότητας. Τα μέλη πληρώνουν ετήσια συνδρομή 10 λίρες (5 λίρες για τους ανέργους). Ο λαχανόκηπος εκλέγει διαχειριστική επιτροπή κάθε χρόνο και υπάρχει καταστατικό με κανόνες λειτουργίας και συμπεριφοράς. Η έκταση του λαχανόκηπου ήταν αρχικά 330m², ενώ το 2014 το δημοτικό συμβούλιο επέκτεινε την παραχώρηση ώστε η έκταση να καλύπτει σήμερα 612 m².

Το Λασπονήσι έχει λάβει δάνεια για τη συνέχιση της λειτουργίας του από το Ταμείο Community Growers, το Ταμείο Croke Park Community, το δημοτικό συμβούλιο του Δουβλίνου, την εταιρία επενδύσεων IFSC Inner City Trust και το εταιρικό σχήμα Local Agenda 21 Environmental Partnership, παράλληλα με δράσεις συγκέντρωσης χρημάτων από τη βάση. Έχει λάβει επανειλημμένως τοπικά βραβεία καλύτερου κοινοτικού κήπου και περιβαλλοντικής πρωτοβουλίας.

Ο Κοινοτικός Κήπος Λασπονήσι αποτελεί επίσης χώρο συνάντησης και ευεξίας για τους κατοίκους της περιοχής. Παραδίδονται μαθήματα κηπουρικής και κομποστοποίησης. Το επισκέπτονται σχολεία και διαθέτει πέτρινο φούρνο και ψησταριά. Όλες οι εκδηλώσεις είναι ανοιχτές στο κοινό.

Γίνε πρωταθλητής του κλίματος! Δημιουργία υγιεινών και ζωντανών πόλεων

Περισσότεροι από τους μισούς κατοίκους του πλανήτη ζουν σήμερα στις πόλεις και ευθύνονται για άνω του 60% της οικονομικής δραστηριότητας, αλλά και των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου.

Καθώς οι περισσότερες πόλεις εμφανίζουν μεγάλη πυκνότητα πληθυσμού και οι δρόμοι τους είναι συνήθως μποτιλιαρισμένοι, πολλές μετακινήσεις είναι προτιμότερες με τα Μέσα Μαζικής Μεταφοράς, τα πόδια ή το ποδήλατο. Η μη χρήση ΙΧ μειώνει επίσης την ατμοσφαιρική ρύπανση και τα αυτοκινητιστικά δυστυχήματα και αυξάνει τη σωματική δραστηριότητα, προλαμβάνοντας 3.000.000 θανάτους παγκοσμίως από την καθιστική ζωή.

Πολλές από τις κυριότερες πόλεις του πλανήτη όπως το Μιλάνο, το Παρίσι και το Λονδίνο, κατά τη διάρκεια της πανδημίας προχώρησαν σε πεζοδρομήσεις και αύξησαν τους ποδηλατόδρομους, ώστε να διευκολύνουν την ασφαλή μετακίνηση «σε απόσταση» και ν' αυξήσουν το επίπεδο ζωής και μετά το τέλος της πανδημίας.

Μελέτη περίπτωσης: Βιοποικιλότητα στο Δουβλίνο

Η βιοποικιλότητα προσφέρει πολλά πλεονεκτήματα στους κατοίκους των πόλεων. Από τα πιο εμφανή, όπως τους ταμιευτήρες νερού και τα πάρκα, έως τα λιγότερο χειροπιαστά όπως τα φυτά και τα επικονιαστικά έντομα που έχουν το ρόλο ρυθμιστών του κλίματος.

Βιοποικιλότητα στο Δουβλίνο

Το Δημοτικό Συμβούλιο του Δουβλίνου έχει απευθύνει κάλεσμα στους κατοίκους να επισκεφτούν, να παρατηρήσουν και να προστατέψουν τους φυσικούς οικοτόπους της πόλης ([Nature and Biodiversity in Dublin City | Dublin City Council](#)). Έχουν ως στόχο την προστασία και διατήρηση της βιοποικιλότητας. Διαβάστε το Σχέδιο Δράσης της Πόλης του Δουβλίνου για τη Βιοποικιλότητα [2021-2025](#).



03

ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ



Η ευεξία ανήκει στους πυλώνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης και αποτελεί μία θεμελιώδη ευρωπαϊκή αξία.

Η κλιματική αλλαγή είναι μία διογκούμενη απειλή για την ευεξία μας. Μπορεί κάποιος εύκολα να τρομοκρατηθεί αν σκεφτεί το μέγεθος των αλλαγών που επιφέρει στις ζωές μας, στις οικογένειές μας και στις μελλοντικές γενιές. Ο Βρετανικός Οργανισμός Ψυχικής Υγείας αναγνωρίζει πως παρότι μεγάλο μέρος του προβλήματος δεν περνάει από τα χέρια μας, υπάρχουν πράγματα που μπορούμε να κάνουμε για να προστατέψουμε την ευεξία μας και δίνει 6 σημαντικές συμβουλές:



6 ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΕΥΕΞΙΑΣ ΣΤΟΝ ΚΑΙΡΟ ΤΗΣ ΚΛΙΜΑΤΙΚΗΣ ΑΛΛΑΓΗΣ

1. Μην ξεχνάς ότι μπορείς να κάνεις τη διαφορά

Ο τρόπος ζωής μας έχει μεγάλο αντίκτυπο στον πλανήτη. Οι επιλογές μας μετρούν. Περίπου 2/3 των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου προέρχονται από τα νοικοκυριά μας. Οι τομείς της ενέργειας, του φαγητού και της μετακίνησης συνεισφέρουν άλλο 20% των εκπομπών. Από το πόση ηλεκτρική ενέργεια σπαταλούμε, πόσο και τι τρώμε και πώς μετακινούμαστε, μπορούμε να κάνουμε τη διαφορά. Αν όλοι κάνουμε το κάτι παραπάνω για να αμβλύνουμε την κλιματική αλλαγή, θα βελτιώσουμε επιπλέον και την ψυχική μας υγεία. Πληροφορίες: [Act Now](#) (UN)



ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ

2. Ασχολήσου με θέματα της κοινότητάς σου με εποικοδομητικό τρόπο

Αν βλέπεις ότι η κλιματική αλλαγή έχει αντίκτυπο στην κοινότητά σου, βρες κάποια ομάδα πολιτών που ασχολούνται με δράσεις κατά της κλιματικής αλλαγής και υπέρ του περιβάλλοντος.

Γνωρίζουμε ότι η προσφορά βοήθειας στον πλησίον έχει ευεργετική δράση στην ψυχική μας υγεία.

3. Ύψωσε τη φωνή σου

Δεν ωφελεί κανέναν να εναντιώνεσαι στην κλιματική αλλαγή αν κρατάς τις σκέψεις αυτές μέσα σου. Προσπάθησε να οργανωθείς σε εκστρατείες ενημέρωσης τοπικών φορέων, να λάβεις μέρος σε πορείες για το κλίμα, να συμμετάσχεις σε εκδηλώσεις ή ντημπέιτ για το θέμα. Ο κοινωνικός και πολιτικός ακτιβισμός μπορούν να σε ενδυναμώσουν ψυχολογικά και να σε βοηθήσουν να εκφράσεις τις σκέψεις σου με λόγια και έργα.

4. Πάρε μια ανάσα και σκέψου πώς σε κάνει να νιώθεις η διαρκής πληροφόρηση

Σταμάτα μια στιγμή και σκέψου πόσο σε επηρεάζουν τα κακά νέα που διαβάζεις και ακούς. Αν σου χαλούν τη διάθεση, τότε κάνε τα εξής:

- ✓ Κλείσε τις ειδοποιήσεις ειδήσεων στο κινητό σου
- ✓ Μείωσε το χρόνο που διαβάζεις εφημερίδα ή βλέπεις ειδήσεις
- ✓ Αν ακολουθείς λογαριασμούς στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης που αναφέρονται στην κλιματική αλλαγή, σκέψου να τους απενεργοποιήσεις. Μην χρησιμοποιείς το κινητό για τουλάχιστον μία ώρα πριν τον ύπνο.



ΚΛΙΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΑΓΗ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ

5. Μίλα για το πώς νιώθεις

Αν νιώθεις να πνίγεσαι, πες το σε κάποιον φίλο, συγγενή ή συνεργάτη. Μπορεί στην ιδέα να ντρέπεσαι ή αυτή να σε τρομάζει, αλλά στο τέλος της κουβέντας θα νιώθεις πιο ξαλαφρωμένος. Εναλλακτικά, απευθύνσου σε έναν ειδικό ή κάλεσε μία γραμμή βοήθειας.

6. Βρες χρόνο για να φροντίσεις τον εαυτό σου

Αξίζει να θυμόμαστε ότι κάποιες φορές τα μικρά πράγματα κάνουν τη μεγάλη αλλαγή στον τρόπο που αισθανόμαστε. Βρες το χρόνο να ασχοληθείς με δραστηριότητες που σε ηρεμούν ψυχολογικά. Δοκίμασε και μια βόλτα στην εξοχή. Αυτό φέρνει εγγυημένα αποτέλεσμα. Δες εδώ το γιατί: [try getting out into nature](#)



ΚΟΙΝΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΔΡΑΣΗ

Παράδειγμα: Η πλατφόρμα [e-wellbeing for adults](#), μία διαδικτυακή υπηρεσία ευεξίας με έδρα το Σάσεξ στην Αγγλία. Σκοπός της είναι να προσφέρει σε ενήλικες άνω των 25 τη δυνατότητα να βρουν πληροφορίες για την ευεξία και την ψυχική υγεία, όπως και να επιλέξουν την κατάλληλη βοήθεια ειδικά για αυτούς.



About

Coronavirus

Feelings

Stories

Speak to someone

Aged 13-25? [Click here](#)

Are you worried about Covid-19? We have some [information to help](#) you navigate this tricky time.

How are you feeling?

Really Bad

Bad

I'm OK

Great!

Sorry to hear that. If you need urgent help [click here for advice and services](#).

If you need ongoing support [click here to find a service near you](#).

Or [click next for information to help yourself](#).

Next

[Skip this question](#)



ΚΟΙΝΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΔΡΑΣΗ

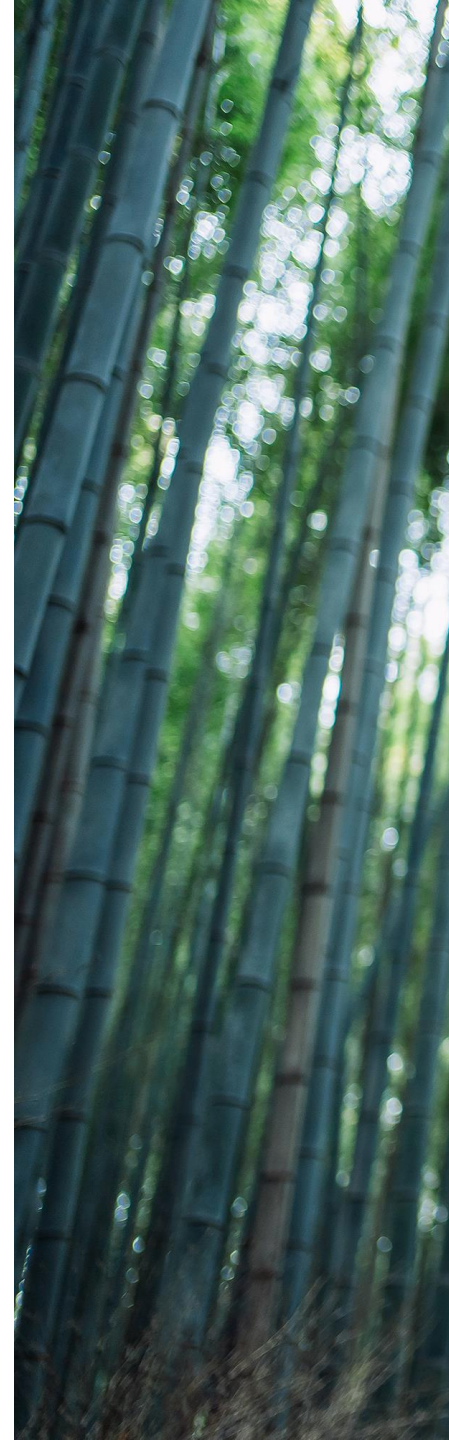
Επιστροφή στη φύση: Επίσκεψη στα δάση της κομητείας Wicklow της Ιρλανδίας [Forest bathing blossoming in Co Wicklow \(rte.ie\)](https://www.rte.ie/health/2020/04/23/forest-bathing-wicklow/)

Την ίδια στιγμή που οι αριθμοί των λουόμενων αυξήθηκαν κατακόρυφα κατά τη διάρκεια της πανδημίας, ένα άλλου είδους «λουτρό» κέρδισε δημοτικότητα στην πολιτεία του Wicklow στην Ιρλανδία. Η επίσκεψη στα δάση.

«Δεν πρόκειται για απλό περίπατο, αλλά για βιωματική επίσκεψη στο δάσος με όλες τις αισθήσεις σου», αναφέρει η Cathelijne de Wit της ομάδας [Forest Bathing Wicklow](#). «Αφορά την επιβράδυνση των ρυθμών και την απόκτηση ηρεμίας και γαλήνης».

Το λεγόμενο «λουτρό» στο δάσος ξεκίνησε από την Ιαπωνία τη δεκαετία του '80. Σήμερα περί τους 5 εκατομμύρια Ιάπωνες επισκέπτονται τα δάση για να καθαρίσουν το μυαλό και το σώμα τους.

«Αναπτύχθηκε στη συγκεκριμένη χώρα, γιατί οι άνθρωποι έψαχναν έναν τρόπο να αντιμετωπίσουν θέματα άγχους. Πολλοί άνθρωποι υπέφεραν από εργασιομανία και οι γιατροί παρατήρησαν ότι είχαν αποσυνδεθεί από τη φύση. Έκτοτε, επιστημονικές μελέτες έχουν δείξει πως η επίσκεψη στο δάσος μειώνει την αρτηριακή πίεση, ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα και ευεργετεί την ψυχική υγεία», εξηγεί η Cathelijne de Wit.



Έχετε ακούσει για την «κοινωνική συνταγογράφηση»; Μετράει...

Κοινωνική Συνταγογράφηση Περιλαμβάνει ένα εύρος δραστηριοτήτων που συνηθέστερα παρέχονται από εθελοντικές οργανώσεις ή οργανώσεις σε επίπεδο κοινότητας. Παραδείγματα κοινωνικής συνταγογράφησης περιλαμβάνουν εθελοντισμό, καλλιτεχνικές δραστηριότητες, ομαδική μάθηση, κηπουρική, ανάπτυξη κοινωνικών/φιλικών σχέσεων, μαγειρική, συμβουλευτική υγιεινής διατροφής και πλειάδα αθλητικών δραστηριοτήτων. Μεταξύ των ωφελουμένων της κοινωνικής συνταγογράφησης περιλαμβάνονται οι άνθρωποι με ήπια ή μακροχρόνια προβλήματα ψυχικής υγείας, οι άνθρωποι με σύνθετες ανάγκες, οι κοινωνικά απομονωμένοι/ες και οι ασθενείς με πολλαπλές μακροχρόνιες παθήσεις που επισκέπτονται συχνά είτε την πρωτοβάθμια είτε τη δευτεροβάθμια υγειονομική περίθαλψη.



Κοινωνική Συνταγογράφηση

Η κοινωνική συνταγογράφηση είναι ένας αποδεδειγμένα ισχυρός μηχανισμός της κοινότητας για τη βελτίωση της σωματικής, συναισθηματικής και ψυχικής ευεξίας των ενηλίκων, προσφέροντάς τους μη φαρμακευτική στήριξη μέσω της κοινότητας.

Το περιβάλλον και οι τοπικές κοινωνίες έχουν σημαντικά περιθώρια δράσης. Να ένα ζωντανό παράδειγμα:

Η ομάδα Η ΦΥΣΗ ΕΜΠΝΕΕΙ με έδρα στη βορειοδυτική Ιρλανδία πραγματοποιεί δράσεις σχετικές με το φυσικό περιβάλλον, οι οποίες προσαρμόζονται ανάλογα με τις ιδιαίτερες ανάγκες της ομάδας.



Έχετε ακούσει για την «κοινωνική συνταγογράφηση»; Μετράει...

Η δράσεις της ομάδας Η ΦΥΣΗ ΕΜΠΝΕΕΙ περιλαμβάνουν

- Την πλέξη ανθοστέφανων
- Χειροτεχνίες εμπνευσμένες από θέματα της φύσης
- Αφήγηση ιστοριών για τη φυσική κληρονομιά της περιοχής
- Συλλογή αγριοβότανων και προετοιμασία τσαγιού
- Εξερεύνηση των γύρω περιοχών

Εργαστήρια αυτού του είδους βοηθούν στη χαλάρωση & ευνοούν τις κοινωνικές συναναστροφές.



Source: <https://www.facebook.com/natureisbestflorist.blogspot.ie>

Έχετε ακούσει για την «κοινωνική συνταγογράφηση»; Μετράει...

Κάθε μήνα στο πολιτιστικό κέντρο Ateliers Cord'Agés στην πόλη Πουατιέ της κεντροδυτικής Γαλλίας, συναντιούνται άνθρωποι που νιώθουν ότι έχουν χάσει την ταυτότητά τους για να ακούσουν ζωντανή μουσική. Με τον τρόπο αυτό, ανακαλύπτουν νέες αισθήσεις και αναβιώνουν θαμμένα συναισθήματα.

Η μουσική ενώνει. Δημιουργεί μία ατομική και παράλληλα ομαδική εμπειρία, αποτελώντας ευκαιρία για σύσφιξη των κοινωνικών δεσμών και συμμετοχή στον αναδυόμενο ρυθμικό παλμό.

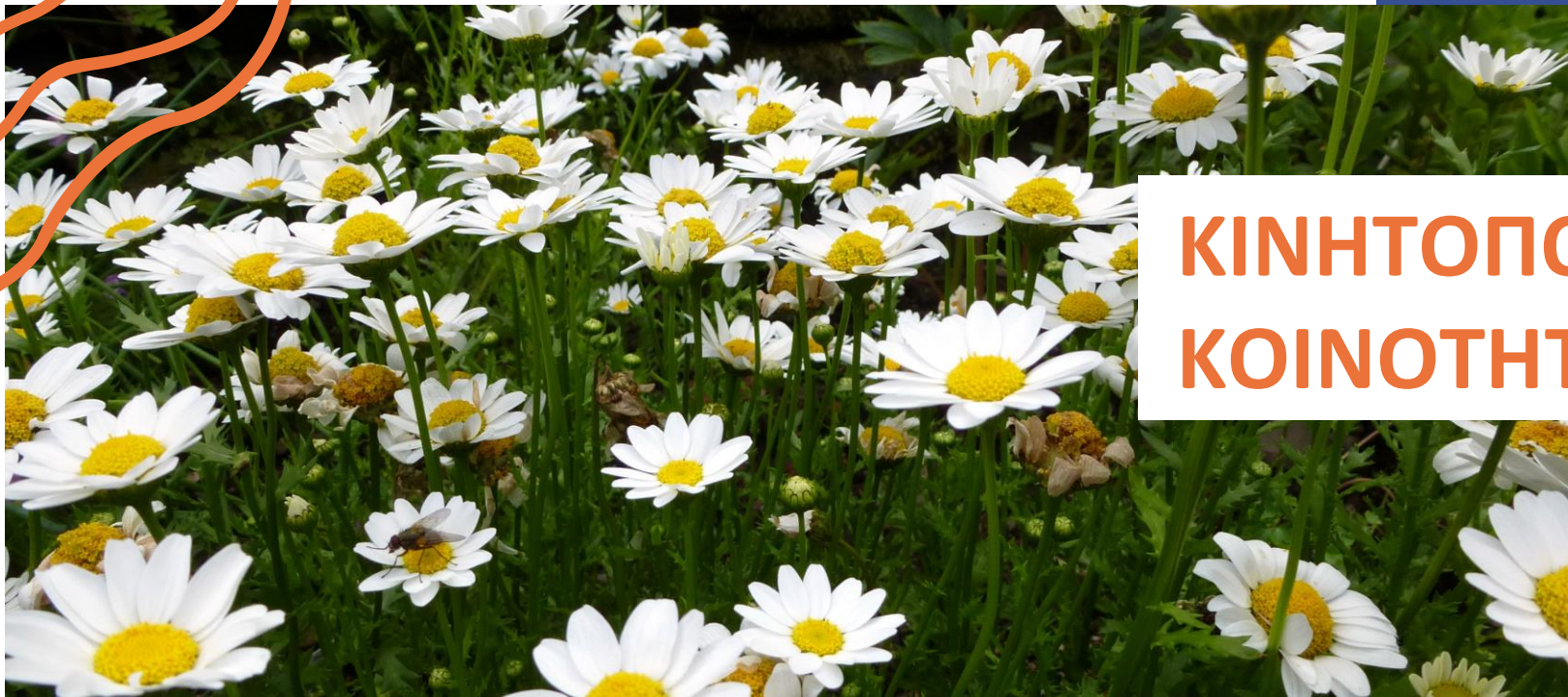
Πρόκειται για συνεργασία μεταξύ του παρόχου υγείας Les Ateliers Cord'âges και του καλλιτεχνικού συλλόγου Nouvelle-Aquitaine Chamber Orchestra.



Source: <https://culture-sante-aquitaine.com/vos-projets/la-pause-musicale-183/>

04

**ΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΕ ΤΗΝ
ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ ΣΟΥ**



Μπορείς να γίνεις Πρωταθλητής του Κλίματος στην κοινότητά σου; Τώρα είναι η ώρα!

Η κλιματική αλλαγή αποτελεί την πρόκληση της νέας γενιάς και είναι κυρίαρχο θέμα στα ΜΜΕ, στις κυβερνητικές εκθέσεις, ακόμα και στις ταινίες δράσης. Τα στοιχεία που οδηγούν σε δυσοίωνες προβλέψεις προκαλούν ζάλη, οδηγώντας 3 στους 4 νέους να δηλώνουν ότι το μέλλον τούς τρομάζει. Κι ενώ επιστήμονες και κυβερνήσεις κρύβονται πίσω από το δάχτυλό τους, πρέπει να θυμόμαστε ότι υπάρχουν ευκαιρίες για αποτελεσματική δράση. Μπορούμε να εμπλακούμε σε πρότζεκτ στην κοινότητά μας. Παρότι η κλιματική κρίση είναι χαώδης, μικρές αλλαγές μπορούν να έχουν σημαντικά αποτελέσματα σε παγκόσμια κλίμακα.

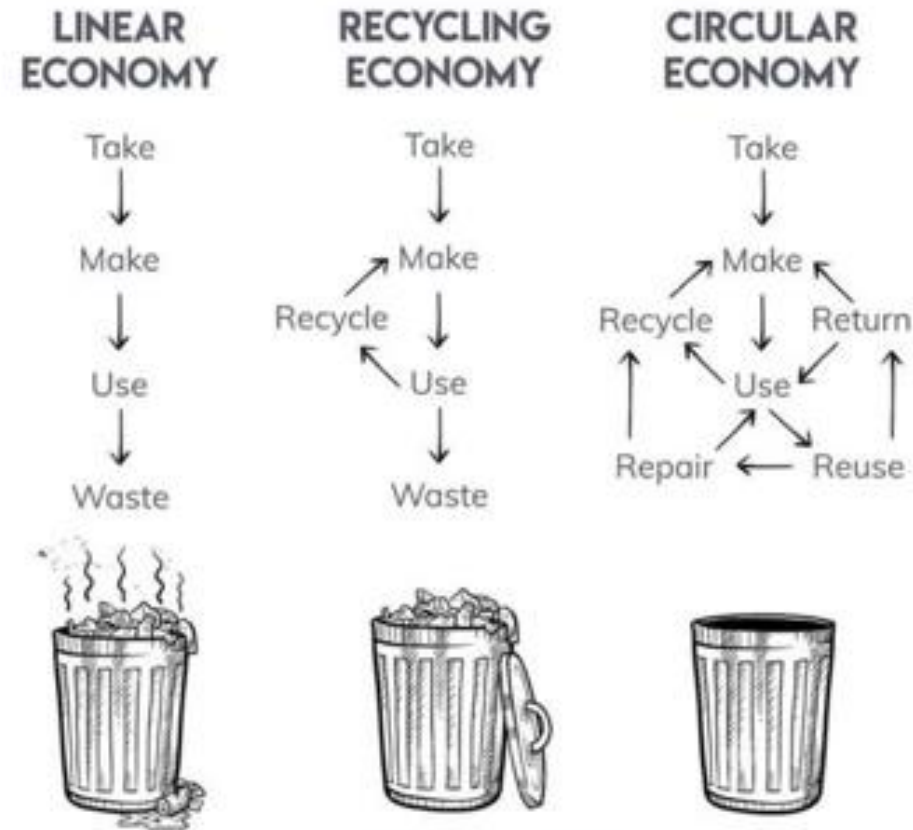
Έχετε ακούσει για την κυκλική οικονομία; Έχει εφαρμογή και σε επίπεδο κοινότητας

Στην κυκλική οικονομία χρησιμοποιούμε λιγότερες πρώτες ύλες, σχεδιάζουμε προϊόντα μακράς διάρκειας και ανακυκλώσιμα, ανταλλάσσουμε, επαναχρησιμοποιούμε και επισκευάζουμε αγαθά πριν τα πετάξουμε.



ΡΙΞΤΕ ΜΙΑ ΜΑΤΙΑ

Το Πρόγραμμα Κυκλικής Οικονομίας της Ιρλανδίας (2021 to 2027) είναι το κύριο εργαλείο που προωθεί την κυκλική οικονομία. Το όραμά του είναι μία χώρα όπου οι πολίτες χρησιμοποιούν λιγότερες πρώτες ύλες και αποφεύγουν την παραγωγή απορριμμάτων, με στόχο την επίτευξη μίας αειφόρου οικονομικής ανάπτυξης. Το Πρόγραμμα έρχεται ως συνέχεια του *Εθνικού Σχεδίου Μείωσης Αποβλήτων*.



Graphic shared this course

<https://cours.edulib.org/courses/course-v1:EDDEC+EC-101+H2019/about>

Μπορείς να γίνεις Πρωταθλητής του Κλίματος στην κοινότητά σου; Τώρα είναι η ώρα!

ΚΥΚΛΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ

Η αυστραλέζικη ομάδα [Community Hubs - Circular Australia](#) πραγματοποίησε ένα εξόχως ενδιαφέρον διαδικτυακό σεμινάριο σχετικά με την εφαρμογή της κυκλικής οικονομίας στις κοινότητες τον Ιούνιο του 2022.



Βρείτε την έκθεση για την οποία γίνεται αναφορά στο βίντεο εδώ: [Circular-Economy-Community-Hubs-Report-2205.pdf \(nswcircular.org\)](#)



Παραδείγματα έμπνευσης

Clean AirTogether | Clean Air Together Το πρόγραμμα επιστήμης των πολιτών **Clean Air Together (CAT)** αποτελείται από εθελοντές που μετρούν τα επίπεδα ρύπανσης από διοξείδιο του αζώτου (NO₂) στην περιοχή τους. Το διοξείδιο του αζώτου είναι υποπροϊόν της κίνησης των οχημάτων και έχει αρνητικές επιδράσεις στην υγεία. Ιδίως, δε, στα παιδιά, ανθρώπους με καρδιακές και πνευμονικές παθήσεις όπως άσθμα, εργαζομένους σε εξωτερικούς χώρους, ηλικιωμένους και ολόκληρες γειτονιές που είναι πιο εκτεθειμένες στην κίνηση των οχημάτων (κοντά σε βιομηχανικές περιοχές, αυτοκινητόδρομους).

Η πρώτη εκστρατεία του προγράμματος Clean Air Together πραγματοποιήθηκε τον Οκτώβριο-Νοέμβριο του 2021 οπότε και περίπου 1000 πολίτες από όλο το Δουβλίνο μέτρησαν τα επίπεδα διοξειδίου του αζώτου στην περιοχή κατοικίας, εργασίας ή σε σχολεία. Το Clean Air Together διοργανώνεται από κοινού από την Εταιρία Προστασίας Περιβάλλοντος (EPA) και την περιβαλλοντική ένωση του An Taisce.

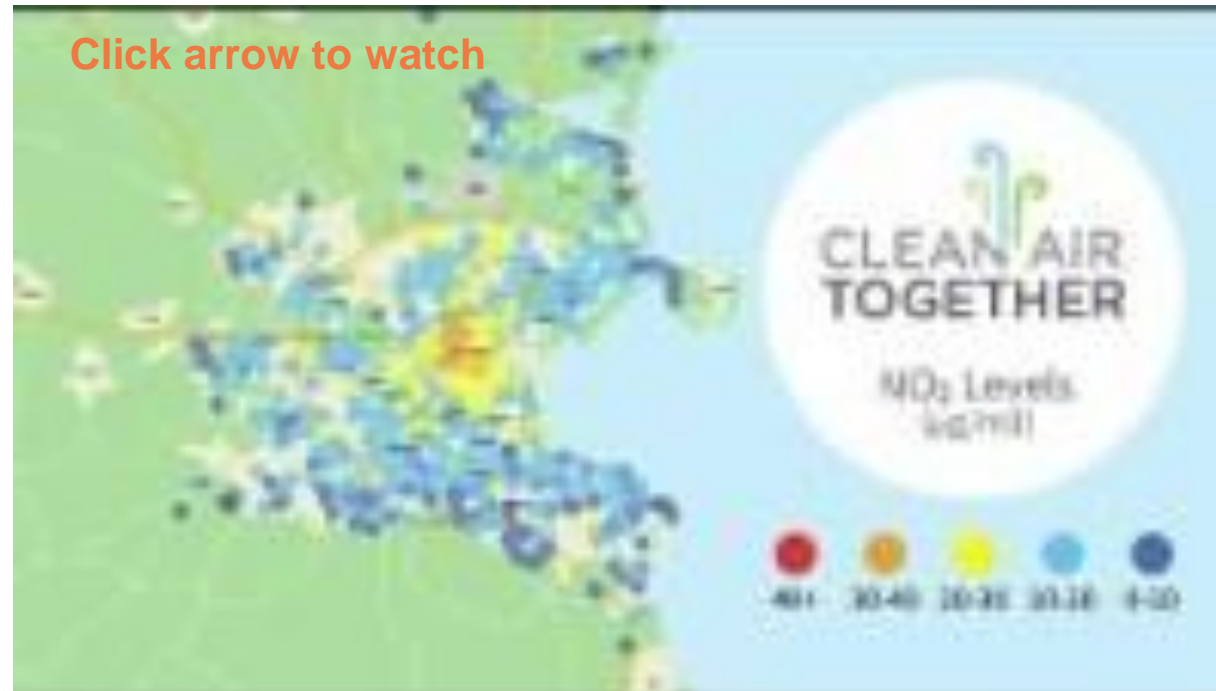


Οι σημερινοί πρωταθλητές του κλίματος!

Εμπνευστείτε από επιτυχημένα παραδείγματα

[Clean AirTogether | Clean Air Together](#)

Τα αποτελέσματα μετρήσεων του 2021 φαίνονται στο επόμενο βίντεο:



Το πρόγραμμα θα επαναληφθεί στο Κορκ το 2022.

Οι επιπτώσεις της κλιματικής αλλαγής είναι εντονότερες για τα αμόρφωτα τμήματα του πληθυσμού

Άνθρωποι με χαμηλό επίπεδο μόρφωσης και που βρίσκονται στο περιθώριο της κοινωνίας είναι πιο ευάλωτοι στις συνέπειες της κλιματικής αλλαγής και εμφανίζουν λιγότερη προσαρμοστικότητα. Μελέτη του Διεθνούς Ινστιτούτου Ανάλυσης Εφαρμοσμένων Συστημάτων (International Institute for Applied Systems Analysis) της Αυστρίας πρότεινε τρόπους που η προσαρμογή στην κλιματική αλλαγή μπορεί να γίνει ευκολότερη μέσω της εκπαίδευσης. Η μελέτη έδειξε ότι καλύτερη μόρφωση οδηγεί σε καλύτερη υγεία, συνεπώς οι μορφωμένοι άνθρωποι, λόγω φυσικής κατάστασης, προσαρμόζονται ευκολότερα στην αλλαγή του κλίματος.

Μάθετε περισσότερα για τους Στόχους Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ και την Εκπαίδευση στην παρουσίαση *Ποιοτική Εκπαίδευση*.

Ενδιαφέρον ανάγνωση με εικόνες από το Διάστημα

Άρθρο της NASA

[Evidence | Facts – Climate Change: Vital Signs of the Planet \(nasa.gov\).](#)



05

ΕΠΙΛΟΓΟΣ 😊



ΕΠΙΛΟΓΟΣ 😊

Η διασφάλιση μίας ζωής με υγεία και η προαγωγή της ευεξίας σε όλες τις ηλικίες είναι ζωτική για την αειφόρο ανάπτυξη. Η υγεία του φυσικού περιβάλλοντος και η υγεία των ανθρώπων πάνε χέρι-χέρι.

Οι άνθρωποι δεν πρέπει να χάσουν την πνευματική και ψυχική ευεξία τους σε έναν έντονα ανασφαλή κόσμο με μεταβαλλόμενο παγκόσμιο κλίμα.

Πολλοί άνθρωποι στην Ευρώπη συμμετέχουν σε πρωτοβουλίες που αφορούν την προάσπιση τόσο της ανθρώπινης υγείας όσο και του φυσικού περιβάλλοντος σε αгаστή συνεργασία.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Ευχαριστώ

Ερωτήσεις κανείς;



www.climatechange.eu