

THE EXPERIMENTALS

Η ΜΑΘΗΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΥ 3^{ου} ΓΕΛ ΧΙΟΥ

ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2024-25

ΟΤΑΝ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΕΙΤΝΙΑΖΕΙ ΜΕ ΤΗΝ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΤΗΤΑ

Η περίπτωση της Σαρακήνας στη Χίο

ΕΡΕΥΝΑ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

ΒΑΣΙΛΑΚΗ ΣΤΑΥΡΟ •
ΖΑΧΑΡΟΠΟΥΛΟ ΔΗΜΗΤΡΗ •
ΘΕΟΔΟΣΙΟΥ ΝΙΚΟ • ΚΟΦΙΝΑ ΓΙΑΝΝΗ

Τα ετοιμόρροπα κτήρια από τα οποία
περνάνε καθημερινά μαθητές

Ποιες είναι οι προθέσεις του
κράτους για το ζήτημα

ΣΕΛΙΔΕΣ 6-7

ΕΠΙΚΑΙΡΟΤΗΤΑ

ΣΧΟΛΙΚΑ ΝΕΑ
ΟΙ ΝΕΟΙ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ
ΟΝΕΙΡΑ

Ο μαθητής του σχολείου
μας που διακρίθηκε στην
Ολυμπιάδα της Φυσικής

ΓΡΑΦΕΙ Η ΚΟΥΤΣΟΥΡΑΚΗ ΑΡΙΑΔΝΗ
ΣΕΛΙΔΑ 3

ΚΟΙΝΩΝΙΑ
Η ΑΥΡΙΑΝΗ
ΚΟΙΝΩΝΙΑ ΤΗΣ...
ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ ΖΑΝΝΑΡΑ ΑΡΓΥΡΩ-ΜΑΡΙΑ
• ΚΑΡΑΜΑΝΛΗ ΣΟΦΙΑ
• ΚΩΣΤΑΛΟΥ ΚΑΛΛΙΑ

ΣΕΛΙΔΑ 5

ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ
ΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ
ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Ποια η γνώμη των μαθητών
για τον αθλητισμό στην
ζωή τους και στο σχολικό
περιβάλλον

ΕΡΕΥΝΗΣΑΝ ΟΙ ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ
• ΜΕΡΕΟΣ ΣΤΡΑΤΟΣ
• ΜΕΜΑ ΑΝΤΖΕΛΙΑΝΟ
• ΜΠΟΥΛΟΥΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ
• ΜΟΥΝΤΟΥΔΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ

ΣΕΛΙΔΕΣ 10-11

ΣΧΟΛΙΚΑ ΝΕΑ
ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΣΤΑ
ΣΧΟΛΕΙΑ: ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ
ΚΑΙ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

ΓΡΑΦΕΙ Η ΒΑΣΙΛΑΚΗ ΜΥΡΣΙΝΗ

ΣΕΛΙΔΑ 13

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ
ΚΑΙ ΣΧΟΛΕΙΟ

GPS εκτός λειτουργίας

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ ΖΕΝΙΩΔΗ ΜΑΡΙΝΕΛΛΑ • ΜΑΣΤΟΡΑΚΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ • ΜΠΟΛΙΑ ΙΣΙΔΩΡΑ

Ένα από τα πιο συχνά προβλήματα που αντιμετωπίζουμε εμείς οι μαθητές και μαθήτριες κατά τη διάρκεια της φοίτησής μας στο λύκειο είναι η έλλειψη ενημέρωσης σχετικά με ζητήματα επαγγελματικού προσανατολισμού. Στα μέσα του καλοκαιριού, μεταξύ Α' και Β' λυκείου, πρέπει να δηλώσουμε την επιλο-

γή της κατεύθυνσης σπουδών, μια επιλογή που θα σημαίνει την παρακολούθηση μαθημάτων σχετικών με τον κλάδο σπουδών που θα θέλαμε να ακολουθήσουμε. Στην πραγματικότητα, καλούμαστε να αποφασίσουμε ποιο επάγγελμα θα μας συνοδεύει για μια ολόκληρη ζωή. [...]

Η ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 3

ΝΕΟΙ ΩΣ ΕΝΕΡΓΟΙ ΠΟΛΙΤΕΣ

ΑΠΟ ΤΗΝ ΒΟΥΡΑΚΗ ΣΠΥΡΙΔΟΥΛΑ

Τι σημαίνει να είσαι ενεργός πολίτης; Πολλοί δεν έχουν καταλάβει ή δεν έχουν σχηματίσει σωστά αυτή την έννοια στο μυαλό τους. Ενεργοί πολίτες είναι αυτοί που βρίσκονται σε μια οργανωμένη κοινωνία και βρίσκονται ενεργοί στην πολιτική και στα κοινά, δηλαδή επηρεάζουν την άσκηση της εξουσίας. Αρκετοί νέοι στις

μέρες μας είναι ευαισθητοποιημένοι σε θέματα κοινωνικοπολιτικά, τοπικά ή ακόμη και περιβαλλοντικά χωρίς όμως να ξέρουν πως ακριβώς να δράσουν και να βοηθήσουν. Στη συγκεκριμένη αυτή περίπτωση, οι νέοι μπορούν να μιλήσουν και να συμβουλευτούν κάποιον πιο εξοικειωμένο έμπειρο μεγαλύτερό τους. [...]

Η ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 15

ΚΑΠΝΙΣΜΑ: Η
ΑΛΗΘΕΙΑ ΠΙΣΩ ΑΠΟ
ΤΗΝ ΣΥΝΗΘΕΙΑ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ ΣΑΜΑΚΟΥΡΗ ΜΑΡΙΑ •
ΦΑΦΑΛΙΟΣ ΑΓΓΕΛΟΣ • ΦΑΦΑΛΙΟΣ
ΣΑΒΒΑΣ • ΧΟΤΖΑΛΑΡΗ ΡΑΪΛΙ

ΣΕΛΙΔΕΣ 4-5

ΠΡΑΣΙΝΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ

ΓΡΑΦΕΙ Η
ΜΕΣΤΟΥΣΗ ΜΑΛΑΜΑΤΕΝΙΑ

Με τον όρο πράσινες περιοχές εννοούμε αυτές που παράγουν μόνες τους ηλεκτρισμό και τον καταναλώνουν. Υπάρχουν περιοχές στην Ελλάδα που είναι όντως πράσινες;

ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 14

ΜΑΘΗΤΕΣ
ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΕΣ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ
ΚΑΡΔΑΣΙΛΑΡΗ ΝΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ •
ΖΑΝΝΑΡΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ

Πόσο εύκολο είναι ένας μαθητής να ασχολείται ενεργά με τον πρωταθλητισμό; Μπορεί ένας μαθητής να συνδυάσει καλές επιδόσεις τόσο στο σχολείο όσο και στον αθλητισμό; Ποιες είναι οι δυσκολίες που καλούνται να αντιμετωπίσουν; Πώς είναι η καθημερινότητά τους; Πώς αυτό επηρεάζει την ζωή και την κοινωνικοποίηση τους; Πρόκειται για κάποιες εύλογες απορίες που μας γεννώνται όταν συναναστρεφόμεστε με τέτοια παιδιά στο σχολικό μας περιβάλλον. [...]

Η ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΣΤΗ ΣΕΛΙΔΑ 5

ΟΙ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΕΣ: ΕΧΘΡΟΣ Η ΦΙΛΟΣ ΤΩΝ ΝΕΩΝ;

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ ΤΣΑΤΣΑΡΗ ΜΑΡΙΑΝΝΑ • ΠΕΡΙΣΤΕΡΑΚΗΣ ΝΙΚΟΣ • ΛΙΩΤΣΗΣ ΠΕΤΡΟΣ

Οι Πανελλήνιες εξετάσεις θεωρούνται ένας από τους πιο κρίσιμους διαγωνισμούς στη ζωή ενός μαθητή. Είναι η πόρτα για το πανεπιστήμιο και, ως συνέπεια, για την επαγγελματική του καριέρα. Ωστόσο, η διαδικασία αυτή δεν περιορίζεται μόνο σε μια δοκιμασία γνώσεων. Για πολλούς, είναι η πρώτη μεγάλη πρόκληση που αντιμετωπίζουν στη ζωή τους.

Η Προετοιμασία: Ένας Μαραθώνιος Γνώσης και Πειθαρχίας

Η προετοιμασία για τις Πανελλήνιες ξεκινά από τα πρώτα χρόνια του Λυκείου, αλλά κορυφώνεται τα τελευταία δύο χρόνια. Οι μαθητές καλούνται να κατακτήσουν έναν τεράστιο όγκο γνώσεων, να αναπτύξουν κριτική σκέψη και να αποκτήσουν τις απαραίτητες δεξιότητες για να ανταπεξέλθουν στις απαιτήσεις των εξετάσεων. Η συστηματική μελέτη, η οργάνωση του χρόνου και η συχνή επανάληψη είναι τα κλειδιά για την επιτυχία.

Ωστόσο, η προετοιμασία δεν είναι μόνο μια διαδικασία μάθησης. Είναι και μια ευκαιρία για αυτογνωσία. Οι μαθητές μαθαίνουν να οργανώνουν τον χρόνο τους, να θέτουν προτεραιότητες και να αντιμετωπίζουν τις αδυναμίες τους. Είναι μια περίοδος που τους διδάσκει την αξία της πειθαρχίας και της συνέπειας.

Η Ψυχολογική Πίεση: Μια Δοκιμασία Αντοχής και Υπομονής

Οι Πανελλήνιες δεν είναι μόνο μια δοκιμασία γνώσεων, αλλά και μια δοκιμασία ψυχικής αντοχής. Η πίεση από την οικογένεια, το σχολείο και την ίδια την κοινωνία μπορεί να γίνει συντριπτική. Πολλοί μαθητές νιώθουν ότι η επιτυχία τους στις εξετάσεις καθορίζει ολόκληρη τη μελλοντική τους πορεία.

Αυτή η σκέψη μπορεί να οδηγήσει σε άγχος, ένταση και απώλεια αυτοπεποίθησης. Είναι σημαντικό οι μαθητές να μην αφήνουν το άγχος να τους κυριεύσει. Η ψυχική υγεία είναι εξίσου σημαντική με την ακαδημαϊκή επιτυχία. Πρέπει



να βρίσκουν χρόνο για ξεκούραση, να ασκούνται σωματικά και να διατηρούν μια ισορροπία μεταξύ μελέτης και προσωπικής ζωής. Η υποστήριξη από τους γονείς, τους καθηγητές και τους φίλους είναι απαραίτητη για να διατηρήσουν την ψυχική τους ισορροπία.

Η Ημέρα των Εξετάσεων: Μια Στιγμή Αλήθειας

Η ημέρα των εξετάσεων είναι η στιγμή της αλήθειας. Οι μαθητές καλούνται να δώσουν τον καλύτερο εαυτό τους, να εφαρμόσουν όσα έχουν μάθει και να διαχειριστούν το άγχος τους. Είναι μια μέρα γεμάτη συναισθήματα: από ενθουσιασμό και αυτοπεποίθηση έως φόβο και αμφιβολίες.

Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι οι Πανελλήνιες δεν είναι ούτε η μοναδική ούτε η τελευταία ευκαιρία στη ζωή τους. Η επιτυχία στις εξετάσεις είναι σημαντική, αλλά δεν ορίζει την αξία τους ως ανθρώπους. Κάθε μαθητής έχει τα δικά του ταλέντα και τις δικές του ικανότητες, που δεν μπορούν να μετρηθούν από μια βαθμολογία.

Μετά τις Πανελλήνιες: Ένας Νέος Ορίζοντας

Η λήξη των Πανελληνίων σηματοδοτεί την έναρξη μιας νέας φάσης στη ζωή των μαθητών. Είτε επιτύχουν στους στόχους τους είτε όχι, η εμπειρία αυτή τους έχει διδάξει πολλά. Έχουν μάθει να οργανώνουν τον χρόνο τους, να αντιμετωπίζουν προκλήσεις και να διαχειρίζονται το άγχος.

Αυτές οι δεξιότητες θα τους φανούν χρήσιμες σε όλη τους τη ζωή. Για πολλούς, οι Πανελλήνιες είναι μια ευκαιρία να ανακαλύψουν τα ενδιαφέροντα και τις ικανότητές τους. Είναι μια περίοδος που τους βοηθά να καθορίσουν τους στόχους τους και να σχεδιάσουν το μέλλον τους. Ακόμα και αν τα αποτελέσματα δεν είναι αυτά που περίμεναν, η διαδικασία αυτή τους προσφέρει πολύτιμα μαθήματα για τη ζωή.

Η Σημασία της Υποστήριξης

Κατά τη διάρκεια αυτής της δύσκολης περιόδου, η υποστήριξη από την οικογένεια, τους καθηγητές και τους φίλους είναι απαραίτητη. Οι γονείς πρέπει να είναι δίπλα στα παιδιά τους, να τους προσφέρουν συναισθηματική στήριξη και να μην τους ασκούν υπερβολική πίεση.

Οι καθηγητές, από την άλλη πλευρά, μπορούν να παίξουν καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση μιας θετικής στάσης απέναντι στις εξετάσεις. Η κοινωνία επίσης έχει έναν ρόλο να παίξει. Είναι σημαντικό να μην επιβαρύνουμε τους μαθητές με υπερβολικές προσδοκίες και να τους θυμίζουμε ότι η ζωή έχει πολλούς δρόμους και ευκαιρίες.

Συμπέρασμα

Οι Πανελλήνιες είναι μια σημαντική φάση στη ζωή κάθε μαθητή, αλλά δεν είναι ούτε η μοναδική ούτε η τελευταία ευκαιρία. Η επιτυχία στις εξετάσεις είναι σημαντική, αλλά ακόμα πιο σημαντική είναι η διαδικασία της μάθησης και της προσωπικής ανάπτυξης.

Οι μαθητές πρέπει να θυμούνται ότι η αξία τους δεν ορίζεται από μια βαθμολογία, αλλά από τις προσπάθειές τους, την επιμονή τους και την ικανότητά τους να ανταποκρίνονται στις προκλήσεις της ζωής.

Καλή επιτυχία σε όλους τους υποψήφιους! Η πορεία τους μόλις αρχίζει, και οι Πανελλήνιες είναι μόνο το πρώτο βήμα σε ένα ταξίδι γεμάτο δυνατότητες και ευκαιρίες.

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ (η συνέχεια) **ΚΑΙ ΣΧΟΛΕΙΟ** **GPS εκτός λειτουργίας**

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ **ΖΕΝΙΩΔΗ ΜΑΡΙΝΕΛΛΑ •**
ΜΑΣΤΟΡΑΚΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ • ΜΠΟΛΙΑ ΙΣΙΔΩΡΑ

[...] Μετά από έρευνα που διεξαγάμε στο σχολείο ως προς την αναγκαιότητα ύπαρξης δραστηριοτήτων σχετικών με τον επαγγελματικό προσανατολισμό, προέκυψαν πολύ ενδιαφέροντα αποτελέσματα. Μέσω ενός ερωτηματολογίου που απαντήθηκε από μαθητές και μαθήτριες της Β' και Γ' λυκείου αποκαλύφθηκε πως το σχολείο δεν μας παρέχει επαρκή καθοδήγηση όσον αφορά την επαγγελματική μας πορεία.

Η πλειοψηφία των μαθητών υποστηρίζει πως δεν έχουν γίνει αρκετές συζητήσεις ούτε έχουν πραγματοποιηθεί σε ικανοποιητικό βαθμό δραστηριότητες που θα μπορούσαν να διευκολύνουν την επιλογή μας, ώστε να επιλέξουμε το κατάλληλο επάγγελμα. Συγκεκριμένα, οι μαθητές και μαθήτριες της Γ' λυκείου δήλωσαν ότι έχουν λάβει ελάχιστη ενημέρωση από τους καθηγητές, ενώ μαθητές και μαθήτριες της Β' λυκείου θεωρούν ότι δεν έχουν ενημερωθεί καθόλου σχετικά με το ζήτημα της επιλογής επαγγέλματος.

Οι μαθητές και μαθήτριες και των δύο τάξεων σημείωσαν πως έχουν ήδη αποκρυσταλλώσει εικόνα σχετικά με την επαγγελματική κατεύθυνση που θα ακολουθήσουν, αλλά υποστηρίζουν ότι αυτή η απόφαση δεν έχει ληφθεί με ωριμότητα και βεβαιότητα ως προς την ορθότητα της επιλογής τους. Για τον λόγο αυτό, έχουν αναζητήσει μόνοι τους χρήσιμες πληροφορίες σχετικά με συγκεκριμένους μόνο επαγγελματικούς τομείς. Αντίθετα, αν είχαν πληρέστερη ενημέρωση, θα ήταν πιθανώς ανοιχτοί και σε άλλες επιλογές ή θα έκαναν ενδεχομένως και εντελώς διαφορετικές επιλογές π.χ. κατευθύνσεων σπουδών ή σχολών.

Σύμφωνα με τις απαντήσεις που έδωσαν οι συμμαθητές και συμμαθήτριές μας, θεωρείται αναγκαία η ενημέρωση και η γνωριμία τους με όσο το δυνατόν περισσότερους επαγγελματικούς κλάδους. Επιπλέον, θα ήταν καλοδεχούμενες συμβουλές που προετοιμάζουν και πληροφορούν σχετικά με τις σχολές και την επαγγελματική αποκατάσταση που προσφέρουν. Ειδικότερα, μέσα από ομαδικές δραστηριότητες ή εργαστήρια, εκπαιδευτικές επισκέψεις και ομιλίες, οι μαθητές θα μπορούσαν να αποφύγουν λανθασμένες ή βεβιασμένες αποφάσεις που θα τους στοιχίσουν στο μέλλον. Με το όραμα για ένα σχολείο ευρωπαϊκού τύπου, η ύπαρξη του επαγγελματικού προσανατολισμού θα έπρεπε να αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι του προγράμματος σπουδών.

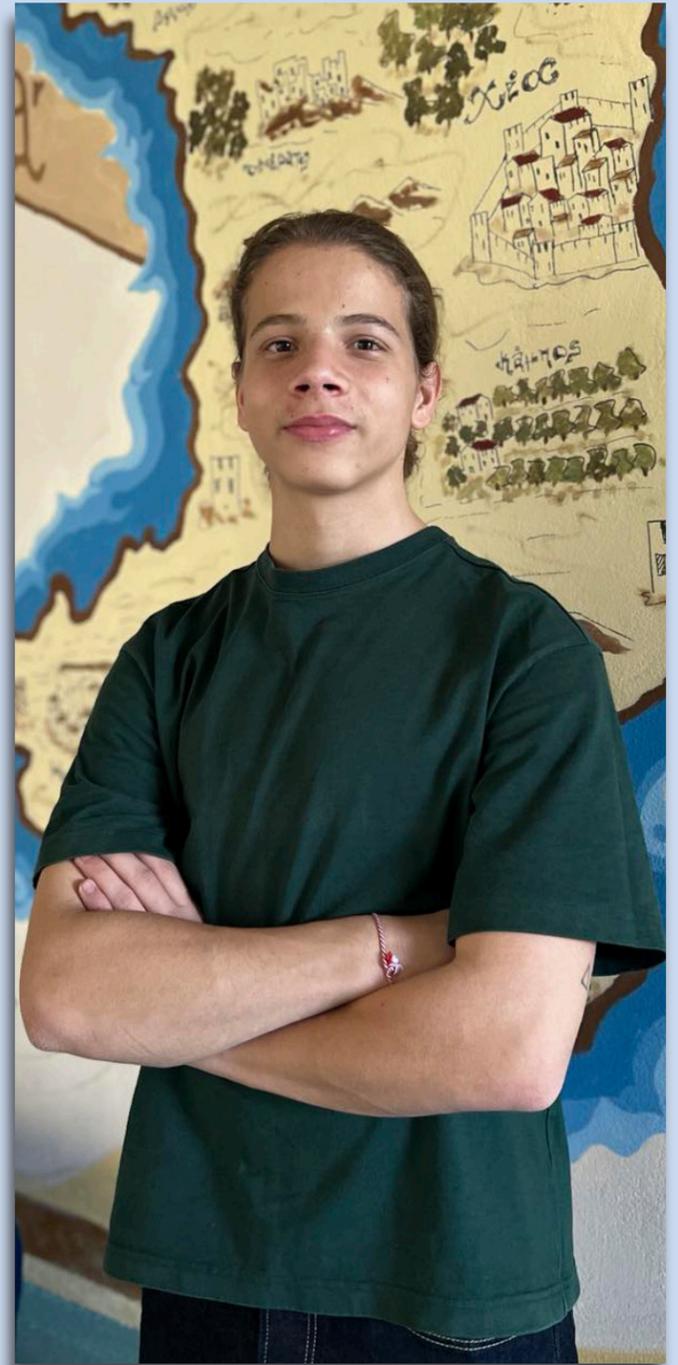
ΟΙ ΝΕΟΙ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΟΝΕΙΡΑ

ΑΠΟ ΤΗΝ **ΚΟΥΤΣΟΥΡΑΚΗ ΑΡΙΑΔΝΗ**

Πολλοί κατηγορούν τους νέους ότι έχουν πάψει να ονειρεύονται και να θέτουν στόχους. Δυστυχώς η τεχνολογία και τα σύγχρονα πρότυπα έχουν αλλάξει τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζουν τα γεγονότα της ζωής τους. Παρ' όλα αυτά εξακολουθούν να υπάρχουν παιδιά που συνεχίζουν να ονειρεύονται την επαγγελματική και την προσωπική τους ζωή. Ένα από αυτά είναι ο Αντώνης - Άγγελος Γεωργούλης, που κατάφερε να διακριθεί σε έναν δύσκολο διαγωνισμό φυσικής και να περάσει στην τελική φάση του διαγωνισμού, στην Διεθνή Ολυμπιάδα Φυσικής 2025, που θα διεξαχθεί στο Παρίσι.

Ο Αντώνης δέχτηκε να δώσει μία συνέντευξη και να μιλήσει για τον εαυτό του. Ειδικότερα αναφέρθηκε στην επιθυμία του να περάσει στην ιατρική σχολή και στο πάθος του για την αστρονομία. Είναι άτομο το οποίο επηρεάστηκε αρκετά από το οικογενειακό περιβάλλον, εφόσον ο θείος του ήταν αστροφυσικός και οι γονείς του του έδωσαν τα πρώτα ερεθίσματα για να ασχοληθεί με τη φυσική. Ο ίδιος αποκάλυψε: «Η πρώτη μου επαφή με αυτόν τον τομέα ήταν ένα βιβλίο που μου έδωσε η μητέρα μου», αυτή η πρώτη επαφή είχε ως αποτέλεσμα την επιτυχία του σε τόσους διαγωνισμούς και εν τέλει τη διάκρισή του σε πανελλήνιο επίπεδο. Μάλιστα αξίζει να σημειωθεί πως ο Αντώνης κατάφερε να συνδυάσει την προετοιμασία για τον διαγωνισμό με το εξαντλητικό διάβασμα για τις πανελλήνιες εξετάσεις, κάτι που αποδεικνύει ότι η αγάπη και η διαρκής ενασχόληση με μια δραστηριότητα είναι το μυστικό της επιτυχίας. Όταν τον ρωτήσαμε αν διαβάζει μόνος του ή με τη βοήθεια ειδικού απάντησε: «Κυρίως το διάβασμα είναι προσωπικό», οπότε φαίνεται πως για να κατορθώσει ό,τι έκανε χρειάστηκε να ενδιαφερθεί και να ενημερωθεί μόνος του.

Εκτός από αυτά μας μίλησε για την κοινωνική του ζωή. Ο ίδιος ανέφερε: «Η κοινωνικοποίησή μου δεν ήταν εύκολη», αυτό αποδεικνύει το γεγονός πως τα παιδιά σε μικρές ηλικίες συνήθως περιθωριοποιούν κάποιους, λόγω διαφορετικών ενδιαφερόντων. Στο σχολείο επικρατούσε μία μορφή λεκτικού «bullying», κάτι που τον οδήγησε στη συνειδητοποίηση πως δεν χρειάζεται να έχουμε φίλους με ίδια ενδιαφέροντα. Πιο συγκεκριμένα τόνισε: «Εγώ είμαι αυτός που είμαι και δεν γίνεται να αρέσω σε όλους» και «Δεν θα αλλάξω εγώ για να ενσω-



ματωθώ στους άλλους». Παράλληλα συζητήσαμε για τους νέους σήμερα. Ο Αντώνης υποστήριξε: «Οι νέοι στη σύγχρονη εποχή δεν έχουν συνείδηση του μέλλοντος, δεν έχουν στόχους και όνειρα. Επικρατεί ο αποπροσανατολισμός», ήτοι φανερώνεται πως η έφηβοι κοιτούν το τώρα και συνήθως είναι κοντόφθαλμοι. Δεν ενδιαφέρονται για την καλλιέργεια του πνεύματος και μένουν στάσιμοι στη ζωή τους.

Ευτυχώς και σήμερα εξακολουθούν να υπάρχουν πολλοί νέοι που είναι «διαφορετικοί» και μπορούν να αποτελέσουν παράδειγματα προς μίμηση. Ο Αντώνης είναι ένας από αυτούς και επισημαίνει: «Χωρίς προσπάθεια και θέληση, δεν υπάρχει επιτυχία», αυτά τα λόγια του οφείλουν να αποτελούν κίνητρο για όλους μας. Ως νέοι οφείλουμε να διευρύνουμε τους ορίζοντές μας με πνευματικές δραστηριότητες, ώστε να μην γινόμαστε θύματα της τεχνολογίας και της ύλης και να μπορέσουμε να εξελιχθούμε σαν άνθρωποι. Αν θέλουμε να χτίσουμε το μέλλον μας πρέπει να θέτουμε υψηλούς στόχους και να μην σταματήσουμε να ονειρευόμαστε.



SOCIAL MEDIA Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥΣ ΣΤΗΝ ΖΩΗ ΤΩΝ ΝΕΩΝ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ

ΘΕΟΔΟΣΙΟΥ ΠΑΤΡΟΚΛΟΣ • ΖΕΡΒΟΠΟΥΛΟΣ ΣΠΥΡΟΣ •
ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΥ ΘΕΑΝΩ • ΛΕΥΚΑΚΗ ΜΑΡΙΑ

Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης αποτελούν πλέον αναπόσπαστο μέρος της καθημερινότητας των εφήβων, με τους νέους να συνδέονται με φίλους, να μοιράζονται τις εμπειρίες τους και να αποκτούν πρόσβαση σε πληροφορίες μέσα από πλατφόρμες όπως το Facebook, το Instagram, το TikTok και το Twitter. Αν και αυτά τα μέσα

να δημιουργούν νέες σχέσεις. Επίσης, οι νέοι έχουν τη δυνατότητα να εκφραστούν και να μοιραστούν τις εμπειρίες τους, είτε μέσω φωτογραφιών και βίντεο, είτε μέσω άλλων δημιουργικών μέσων. Αυτή η δυνατότητα αυτοέκφρασης μπορεί να ενισχύσει την αυτοεκτίμησή τους και να τους επιτρέψει να συνδεθούν με άλλους που

τα. Συνεπώς, αναπτύσσεται η δημιουργικότητά τους και να τους βοηθά στην προσωπική τους ανάπτυξη και εξέλιξη.

Ωστόσο, παρά τα θετικά τους στοιχεία, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης επιφέρουν πολλές προκλήσεις. Η συνεχής έκθεση των εφήβων σε κίβδηλα πρότυπα, όπως το «ιδανικό σώμα» ή η «ιδανική ζωή», μπορεί να τους δημιουργήσει αισθήματα κατωτερότητας και πίεσης. Οι νέοι συχνά συγκρίνουν τον εαυτό τους με τις εικόνες που προβάλλονται στο διαδίκτυο από διάφορα μηδενιστικά πρότυπα, κάτι που μπορεί να οδηγήσει σε κοινωνική ανασφάλεια σχετικά με την εμφάνιση και τη ζωή τους. Αυτή η κοινωνική πίεση μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την ψυχική τους υγεία, προκαλώντας αυξημένα επίπεδα άγχους ή κατάθλιψης.

προσωπικές τους σχέσεις. Η συνεχής αναζήτηση επιβεβαίωσης μέσω «like» και σχολίων μπορεί να ενισχύσει τον εθισμό στις πλατφόρμες αυτές, μειώνοντας τη σύνδεση με την πραγματική κοινωνική ζωή.

Ακόμη ένας συχνός κίνδυνος που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι κατά τη χρήση του διαδικτύου είναι το cyberbullying. Οι νέοι μπορεί να γίνουν στόχοι επιθέσεων ή να υποστούν προσβολές μέσω σχολίων και δημοσιεύσεων ή ακόμη και να απειληθούν. Αυτού του είδους η αρνητική εμπειρία μπορεί να επηρεάσει την αυτοεκτίμηση και τη συναισθηματική ευημερία τους, αποτελώντας κύριο παράγοντα για την κοινωνική τους απομόνωση και αποξένωση.

Σε γενικές γραμμές, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχουν σημαντική επιρροή στη ζωή των εφήβων. Παρόλο που προσφέρουν διάφορες δυνατότητες για προσωπική ανάπτυξη και κοινωνική αλληλεπίδραση, ενέχουν επίσης σοβαρούς κινδύνους για την ψυχική τους υγεία και την ευημερία τους. Είναι κρίσιμο οι έφηβοι να καθοδηγούνται σωστά στη χρήση αυτών των μέσων, με τη βοήθεια της οικογένειας και των φορέων αγωγής, ώστε και να αποκτήσουν το μέγιστο από αυτά.



προσφέρουν πληθώρα ευκαιριών, είναι αλήθεια ότι ασκούν σημαντική επιρροή στη ζωή των εφήβων, τόσο θετική όσο και αρνητική.

Αρχικά, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης επιτρέπουν στους εφήβους να επικοινωνούν με φίλους και συγγενείς εκμεινίζοντας τις αποστάσεις. Η συνεχής σύνδεση τους βοηθά να παραμένουν ενημερωμένοι για τις εξελίξεις, να συμμετέχουν σε συζητήσεις και

έχουν κοινά ενδιαφέροντα. Μία επιπλέον δυνατότητα που προσφέρουν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι η ενημέρωση και η πληροφόρηση. Πλατφόρμες όπως το YouTube, το TikTok ή το Twitter φιλοξενούν εκπαιδευτικό περιεχόμενο που μπορεί να βοηθήσει τους νέους να αποκτήσουν νέες δεξιότητες, να αναπτύξουν αυτές που κατέχουν ήδη, να μάθουν για διάφορα θέματα και να συμμετέχουν σε ενδιαφέροντα online μαθήμα-

Μία επιπλέον επιβλαβής συνέπεια είναι ο εθισμός. Η υπερβολική χρήση του διαδικτύου στην οποία υπόκεινται καθημερινά οι νέοι, ανανεώνοντας συνεχώς τις δημοσιεύσεις ή παρακολουθώντας περιεχόμενο, μπορεί να οδηγήσει σε παραμέληση άλλων υποχρεώσεων της ζωής τους, όπως η σχολική επίδοση, ο περιορισμός του ελεύθερου για διάβασμα και άλλες δημιουργικές δραστηριότητες ή οι

ΚΑΠΝΙΣΜΑ: Η ΑΛΗΘΕΙΑ ΠΙΣΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΣΥΝΗΘΕΙΑ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ
ΣΑΜΑΚΟΥΡΗ ΜΑΡΙΑ •
ΦΑΦΑΛΙΟΣ ΑΓΓΕΛΟΣ •
ΦΑΦΑΛΙΟΣ ΣΑΒΒΑΣ •
ΧΟΤΖΑΛΑΡΗ ΡΑΪΛΙ



Είμαστε στον 21^ο αιώνα και το κάπνισμα είναι ένα παγκόσμιο θέμα το οποίο συνεχίζει να μαινεται μέχρι και σήμερα, κυρίως από τη νεολαία. Σύμφωνα με έρευνα που πραγματοποιήθηκε από μαθητές του 3^{ου} Λυκείου Χίου, το 100% των μαθητών δήλωσαν πως είναι ενημερωμένοι για τη βλαβερή χρήση του τσιγάρου, αλλά από ό,τι φαίνεται τα περισσότερα από αυτά δεν αδυνατούν να αντισταθούν στον πειρασμό του καπνίσματος, κάτω μάλιστα από συνθήκες χαλάρωσης και διασκέδα-

σης. Αλλά στη πραγματικότητα ποιες είναι στα αλήθεια οι αρνητικές συνέπειες, γιατί εξακολουθούν να παρασύρονται και πώς θα καταφέρουν να αμυνθούν;

Αρχικά, ο καπνός του τσιγάρου περιέχει περισσότερες από 4.000 διαφορετικές χημικές ουσίες, εκ των οποίων καρκινογόνες. Όσο για τους ενήλικες, τόσο και στους έφηβους οι κίνδυνοι είναι πραγματικά πολλοί και αφορούν στη νοσηρότητα που συνεπάγεται και το καθημερινό κάπνισμα. Οι άμεσες

επιδράσεις του καπνίσματος στους έφηβους αφορούν αναπνευστικά προβλήματα, κίτρινα δόντια, κακή φυσική κατάσταση, οικονομική πίεση και προφανώς άσχημη μυρωδιά. Ενώ, οι μακροπρόθεσμες επιπτώσεις του καπνίσματος στην υγεία των εφήβων περιλαμβάνουν αυξημένο κίνδυνο για ασθένειες του πνεύμονα, του στομάχου, εγκεφαλικά επεισόδια, καρδιακές παθήσεις και φυσικά καρκίνο. Παράλληλα, το 72% των μαθητών δήλωσαν πως οι φίλοι τους καπνίζουν. Έτσι, μπορεί να γίνει

Η ΑΥΡΙΑΝΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ ΤΗΣ... ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ ΖΑΝΝΑΡΑ ΑΡΓΥΡΩ-ΜΑΡΙΑ • ΚΑΡΑΜΑΝΛΗ
ΣΟΦΙΑ • ΚΩΣΤΑΛΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ

Με αφορμή τις συνεχείς αποκαλύψεις για ψευδείς ειδήσεις (Fake News) στα μέσα ενημέρωσης αλλά και την ανάγνωση άρθρων σχετικών με τους κινδύνους της παραπληροφόρησης, θεωρήσαμε -ως μελλοντικοί πολίτες- σωστό να επισημάνουμε αυτό το φαινόμενο. Πρόκειται για ένα ζήτημα παγκόσμιας ανησυχίας, που θέτει σε κίνδυνο την κοινωνική συνοχή, ενδεχομένως ακόμη και τη δημοκρατία, προκαλώντας μας έντονο προβληματισμό για το μέλλον.

Ο όρος «fake news» αναφέρεται στη σκόπιμη διάδοση ανακριβών, πλαστών ειδήσεων ή και στην απόκρυψή τους με στόχο την παραπλάνηση της κοινής γνώμης. Στο παρασκήνιο τέτοιων πρακτικών συναντάμε πρωτοβουλίες που συχνά ευνοούν πολιτικές κατευθύνσεις και έχουν ως στό-

χο τη χειραγώγηση του κοινού μέσω των ΜΜΕ, τα οποία ως αντάλλαγμα τυγχάνουν οικονομικής εύνοιας.

Σύμφωνα με έρευνα του παγκόσμιου οικονομικού φόρουμ του 2024, η παραπληροφόρηση κατατάσσεται ως ένας από τους σημαντικότερους κινδύνους που θα αντιμετωπίσει η ανθρωπότητα μέσα στα επόμενα δυο χρόνια. Οι συνέπειες είναι άμεσες στο γεωπολιτικό περιβάλλον, αφού η συνεχής διαστρέβλωση των γεγονότων πολλές φορές διευκολύνει τη χειραγώγηση των ψηφοφόρων, ενώ συχνά διχάζει την κοινωνία σχετικά με φλέγοντα θέματα της διεθνούς επικαιρότητας, εγείροντας στους πολίτες ανασφάλεια σχετικά με την εγκυρότητα κάθε είδους.

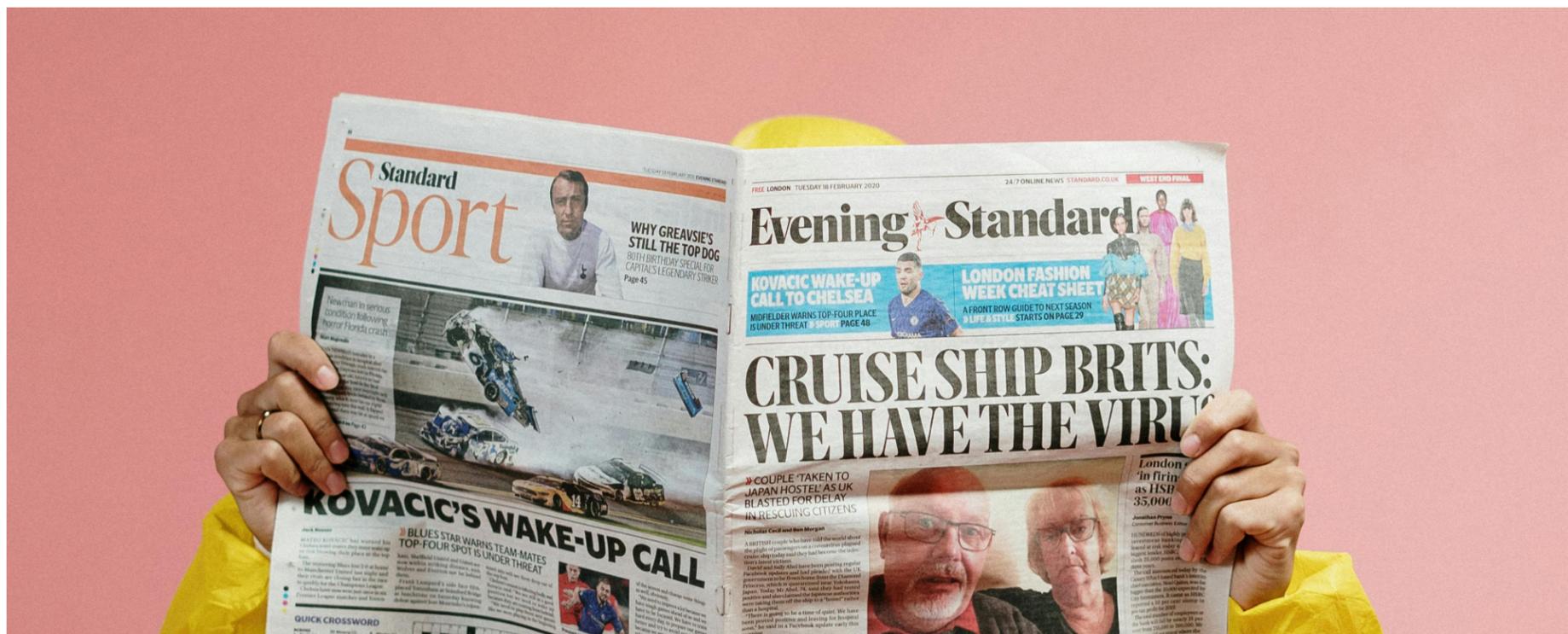
Στην εποχή μας, καθώς οι πληροφορίες διαδίδονται εύ-

κολα και ανεπίσημα απ' τον καθένα μέσω διαδικτύου, δεν είναι σπάνιο να πέσει κανείς θύμα, όπως έχουμε συνειδητοποιήσει ήδη από την εμπειρία μας. Πρόσφατο συμβάν, που λειτουργεί ως παράδειγμα, είναι η κατάργηση του μηχανισμού «fact checking» των εφαρμογών της Meta, γεγονός που ανοίγει τον δρόμο σε κακόβουλους χρήστες να διασπείρουν ψεύτικες ειδήσεις ανεξέλεγκτα, πιθανώς υποκινούμενοι και από πολιτικά συμφέροντα. Μάλιστα, η ενέργεια αυτή αποσκοπύει στην αντικατάσταση του μηχανισμού με την υπηρεσία «community notes» ως υποτιθέμενο τρόπο καταπολέμησης του φαινομένου, αν και έρευνες έχουν αμφισβητήσει την αποτελεσματικότητά του.

Συνολικά, καθώς η παραπληροφόρηση ευνοείται ακόμα περισσότερο από τη ραγδαία τεχνολογική εξέλιξη, αυτό μας καθιστά ιδιαίτερα δύσπιστους ως τακτικούς χρήστες των τεχνολογικών μέσων ενημέρωσης. Η ανάγκη για συνεχή διασταύρωση και έλεγχο κάθε

είδησης, μάλιστα, τείνει να απωθεί εμάς τους νέους από τη συστηματική ενασχόληση με τα κοινά, συντελώντας στην πιθανή απολιτικοποίησή μας. Τέλος, ιδιαίτερως οι νέοι νιώθουμε ιδιαίτερα απογοητευμένοι από την παραγωγή ψευδών ειδήσεων, καθώς αυτές αποτελούν ένδειξη ιδιοτελών συμπεριφορών που παραβλέπουν το συμφέρον κοινωνίας.

Εάν, ωστόσο, η εκπαίδευση των νέων ενισχυθεί, οι αυριανοί πολίτες, κατέχοντας το κατάλληλο υπόβαθρο γνώσεων, θα είναι ικανοί να ελέγχουν και να διακρίνουν την αξιοπιστία κάθε πηγής. Βέβαια, είναι απαραίτητο και τα ίδια τα μέσα να αναλάβουν την ευθύνη για τον περιορισμό του φαινομένου της παραπληροφόρησης και να μην υποκύπτουν σε ιδιοτελή συμφέροντα. Τέλος, οι κυβερνήσεις και οι οργανισμοί θα πρέπει να αναλάβουν πρωτοβουλίες θέσπισης ελεγκτικών μηχανισμών και μέτρων, προκειμένου να αναπτυχθεί η διαφάνεια και η υπευθυνότητα στον ψηφιακό χώρο.



σε κάποιον εύκολα αντιληπτό ότι ο συνηθέστερος παράγοντας ο οποίος παρακινεί τους έφηβους να ξεκινήσουν το κάπνισμα είναι η ανάγκη για αποδοχή, καθώς θεωρείται «διαβατήριο για την εισαγωγή της ενηλικίωσης». Άλλος ένας παράγοντας που προδιαθέτει τους νέους για κάπνισμα, είναι το άγχος και η καταπίεση, αφού έχουν την λανθασμένη εντύπωση πως το κάπνισμα τους χαλαρώνει και τους βοηθάει να διαχειριστούν τα προβλήματα τους. Από την άλλη, ορισμένοι νομίζουν ότι καπνίζοντας

αποκτούν αυτοπεποίθηση και γίνονται πιο ελκυστικοί σε κοπέλες. Τέλος, η νικωτική είναι συστατικό του τσιγάρου που προκαλεί εθισμό και είναι τόσο εθιστική, όπως τα ναρκωτικά, με αποτέλεσμα να γίνονται εξαρτημένοι και να τα καταναλώνουν σε καθημερινή βάση βλάπτοντας τον εαυτό τους χωρίς ενοχές. Η λέξη κλειδί για την αντιμετώπιση του καπνίσματος είναι η σωστή ενημέρωση. Το σχολείο και η οικογένεια αποτελούν τους πιο θεμελιώδεις φορείς αγωγής στη ζωή ενός εφήβου και έχουν τον καθήκον να ενη-

μερώνουν κατάλληλα για τις βλαβερές συνέπειες του καπνίσματος χωρίς απειλές. Για παράδειγμα, οι γονείς πρέπει να κάνουν ανοιχτό και ειλικρινή διάλογο. Ακόμη πρέπει να προβάλλουν θετικά πρότυπα ανθρώπων που δεν καπνίζουν και να διατηρούν ένα περιβάλλον χωρίς καπνό στο σπίτι και στο αυτοκίνητο. Ένας νέος μπορεί να ξεκινήσει κάποιες δραστηριότητες όπως ένα άθλημα για να μειώνει το άγχος του και να απεξαρτηθεί από το τσιγάρο. Επίσης μπορεί να δοκιμάσει τεχνικές όπως η γιόγκα ή ο διαλογι-

σμός που συμβάλλουν στην ψυχική ηρεμία του ανθρώπου. Τέλος, αν οι παραπάνω τεχνικές δεν αποδίδουν, και ο εθισμός έχει φτάσει σε επίπεδο εξάρτησης, τότε πρέπει να αναφερθεί σε ειδικό. Κλείνοντας, διαβάζοντας όλα τα παραπάνω μπορεί να γίνει αντιληπτό σε κάποιον πως ο έφηβος μπορεί εύκολα να παρασυρθεί και οφείλουμε όλοι, ενήλικες και έφηβοι, να είμαστε πλήρως ενημερωμένοι για τις επιπτώσεις του τσιγάρου.



ΟΤΑΝ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΓΕΙΤΝΙΑΖΕΙ ΜΕ ΤΗΝ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΤΗΤΑ

Η Περίπτωση της Σαρακήνας στη Χίο

ΕΡΕΥΝΑ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

ΒΑΣΙΛΑΚΗ ΣΤΑΥΡΟ

• **ΖΑΧΑΡΟΠΟΥΛΟ ΔΗΜΗΤΡΗ**

• **ΘΕΟΔΟΣΙΟΥ ΝΙΚΟ**

• **ΚΟΦΙΝΑ ΓΙΑΝΝΗ**



Η περιοχή της Σαρακήνας, γνωστή για τις εργατικές κατοικίες της, βρίσκεται στο επίκεντρο της ανησυχίας των κατοίκων, των γονέων, των καθηγητών και των μαθητών του 3^{ου} Γενικού Λυκείου Χίου. Οι παλιές πολυκατοικίες της περιοχής 10 στο σύνολο με 105 διαμερίσματα, που κατασκευάστηκαν το 1971 με απαλλοτρίωση και δαπάνη του Δημοσίου (ΦΕΚ.203/29-10-69), παρουσιάζουν σοβαρές φθορές, με αποτέλεσμα να θεωρούνται επικίνδυνες για όσους ζουν ή κινούνται κοντά τους. Μετά από 50 χρόνια, η στατικότητα των κτιρίων έχει επιδεινωθεί, καθιστώντας τα όχι μόνο επικίνδυνα για τους κατοίκους, αλλά και για τους μαθητές του σχολείου μας που βρίσκεται ακριβώς δίπλα.

Λόγος Κατασκευής

Οι εργατικές κατοικίες στο Βαρβάσι της Χίου ανεγέρθηκαν για να καλύψουν τις στεγαστικές ανάγκες των εργαζομένων και των οικονομικά ασθενέστερων οικογενειών. Οι αρχικοί τίτλοι ήταν παραχωρητήρια του Ελληνικού Δημοσίου και οι διάδοχοι των αρχικών δικαιούχων τα απέκτησαν κυρίως με γονικές παροχές ή λόγω κληρονομιάς. Τα διαμερίσματα έχουν ως επί το πλείστον επιφάνεια γύρω στα 50 τ.μ., υπάρχουν όμως και μικρότερα γύρω στα 35τ.μ. και λίγα μεγαλύτερα γύρω στα 90 τ.μ.

Πιο συγκεκριμένα, οι λόγοι κατασκευής τους περιλαμβάνουν κυρίως την κάλυψη των αναγκών για τη στέγαση των εργατών και των χαμηλόμισθων υπαλλήλων μετά τον Β' Παγκό-

σμιο Πόλεμο και τον Εμφύλιο. Άλλοι λόγοι περιλαμβάνουν την προσπάθεια της Πολιτείας να αντιμετωπίσει την αστική φτώχεια, προσφέροντας αξιοπρεπείς συνθήκες διαβίωσης σε άτομα που ζούσαν σε δύσκολες συνθήκες. Επιπλέον σημαντικό λόγος ήταν η στήριξη προσφύγων και μεταναστών, ιδιαίτερα μετά την Μικρασιατική Καταστροφή του 1922, καθώς πολλές περιοχές της Χίου, συμπεριλαμβανομένου του Βαρβασίου όπου ανήκει η Σαρακήνα, φιλοξένησαν πρόσφυγες από τη Μικρά Ασία. Τέλος, αξίζει να σημειωθεί ότι οι εργατικές κατοικίες αποτέλεσαν μέρος ενός ευρύτερου σχεδιασμού για την αστική ανάπτυξη της Χίου και τη βελτίωση των κοινωνικών υποδομών.

Το πρόβλημα με τις Εργατικές Κατοικίες: ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ ΚΑΙ ΕΥΘΥΝΕΣ

Το πρόβλημα αναδείχθηκε ιδιαίτερα τον Δεκέμβριο του 2023, όταν μετά από δημοσίευμα του τοπικού τύπου, η Πολεοδομία Χίου πραγματοποίησε αυτοψία στην περιοχή. Διαπιστώθηκε ότι πολλά από τα κτίρια, μεταξύ αυτών και η πολυκατοικία με αριθμό 407, είχαν σοβαρά δομικά προβλήματα, ενώ είχαν εκδοθεί έγγραφα ακαταλληλότητας εδώ και χρόνια χωρίς να έχουν ληφθεί ουσιαστικά μέτρα.

Το πρόβλημα της επικινδυνότητας ήταν εμφανές από την εποχή που οι κατοικίες ανήκαν στο δημόσιο. Ο δήμος εξακολουθεί να κατέχει το μεγαλύτερο μερίδιο ιδιοκτησίας, περίπου 80%, ενώ οι ιδιώτες κατέχουν το υπόλοιπο 20% και υποστηρίζουν ότι την ευθύνη για την επικίνδυνη κατάσταση των κτιρίων την έχει ο δήμος.

Ένας κληρονόμος διαμερίσματος μάλιστα ανέφερε ότι από το 1995 οι πολυκατοικίες στο Βαρβάσι είχαν κριθεί ακατάλληλες από την πολεοδομία, και τότε οι ευθύνες ανήκαν στο δημόσιο. Τώρα, οι ιδιοκτήτες αναρωτιούνται γιατί να είναι δική τους ευθύνη.

Τον Φεβρουάριο του 2024, οι κάτοικοι της Σαρακήνας προώθησαν ψήφισμα προς το Δημοτικό Συμβούλιο Χίου, το οποίο υιοθετήθηκε ομόφωνα. Ωστόσο, παρά τις παρεμβάσεις των αρχών, τα προβλήματα παραμένουν. Η κατάσταση έγινε ακόμη πιο ανησυχητική όταν 16 ιδιοκτήτες διαμερισμάτων κλήθηκαν σε δίκη, κατηγορούμενοι για μη αποκατάσταση των ζημιών, με την απόφαση να αναμένεται τον Ιούνιο του 2025.

Υπάρχει επίσης διαπραγμα-



Η τοποθεσία των διαμερισμάτων που βρίσκονται πιο κοντά στο σχολείο μας

τευση μεταξύ ιδιοκτητών και κυβέρνησης για την παραχώρηση των διαμερισμάτων πίσω στο δήμο, έναντι αποζημίωσης. Το 1996, ο τότε νομάρχης Γεώργιος Καλουτάς αποζημίωσε τους ενοίκους των εργατικών κατοικιών,

εξασφαλίζοντας τους επίδομα ενοικίου για να μετακομίσουν.

Τέλος, έχει συζητηθεί η απαλλοτρίωση και κατεδάφιση των πολυκατοικιών, με σκοπό την αξιοποίηση του χώρου για κοινωφελείς χρήσεις.

Τι λένε οι ιδιοκτήτες

Στα πλαίσια της έρευνας είχαμε την ευκαιρία να επικοινωνήσουμε με μια από τις ιδιοκτήτριες διαμερίσματος των εργατικών κατοικιών. Η Κυριακή Αυγουστίδου δέχτηκε να μοιραστεί μαζί μας τις αναμνήσεις της από το παρελθόν, τότε που οι εργατικές κατοικίες ήταν νεόκτιστες και σε καλή κατάσταση.

«Ονομάζομαι Κυριακή Αυγουστίδου του Νικολάου και της Χριστίνας είμαι ιδιοκτήτρια ενός διαμερίσματος στις εργατικές κατοικίες Βαρβασιού ή στη Σαρακήνα όπως συνηθίζουμε να λέμε. Είμαι μέλος μιας πολύτεκνης αγαπημένης οικογένειας. Οι γονείς μου και τα 3 αδέρφια μου φύγαμε από το χωριό μας και ήρθαμε να ζήσουμε στην πόλη της Χίου για μια καλύτερη ζωή. Ο πατέρας μου ήταν εργάτης και γυρολόγος, δηλαδή γύριζε με το καροτσάκι του και πουλούσε ψιλικά και παιχνίδια σε πανηγύρια και στην αγορά. Τα πρώτα χρόνια νοικιάζαμε στην πόλη της Χίου, στο Κάστρο. Δύσκολα χρόνια, πώς να αποκτήσεις το δικό σου κεραμίδι. Όταν μάθαμε για τα σπίτια της Σαρακήνας που έδιναν στους εργάτες, ο πατέρας μου έκανε αίτηση και ήταν τυχερός, γιατί κληρώθηκε. Το πληρώσαμε το σπίτι, θυμάμαι 244.000 δραχμές, μας το δώσανε πιο οικονομικά και με δόσεις. Ήταν ωραίο σπιτάκι, γύρω στα 50 τ.μ., τότε μας φαινότανε παλάτι. Θυμάμαι τα χρόνια στη Σαρακήνα, εγώ δεν έμεινα βέβαια πολύ, γιατί ξεκίνησα άλλη ζωή στον Καναδά. Γειτονιά με κόσμο πολύ, πολλή φτώχεια και αγώνα για επιβίωση. Όταν οι πολυκατοικίες κρίθηκαν ακατάλληλες οι γονείς μου άφησαν το σπίτι και νοίκιασαν ξανά στην πόλη. Πώς να μείνουν εκεί δύο γεροντάκια με το φόβο του σεισμού, δεν τους αφήσαμε τα παιδιά τους. Το σπίτι μου το έγραψε ο πατέρας μου πριν πεθάνει, εκείνος το αγαπούσε το «παλατάκι» του. Εγώ το έχω αποθήκη. Τώρα περνώ από κει και σφίγγεται η καρδιά μου. Σκέφτομαι τους ανθρώπους που δεν έχουν πού να πάνε και μένουν με τον φόβο. Σκέφτομαι τα χρόνια που περάσανε, πήραν την ελπίδα για έναν καλύτερο αύριο και άφησαν γκρέμια.»

Κίνδυνος για τους μαθητές

Ιδιαίτερα προβληματισμένοι είναι οι γονείς των μαθητών του 3^{ου} ΓΕΛ Χίου, καθώς το σχολείο βρίσκεται κοντά στις φθαρμένες πολυκατοικίες. Οι ανησυχίες τους εστιάζονται στο γεγονός ότι πολλά παιδιά κινούνται καθημερινά κοντά σε αυτά τα κτίρια, ενώ στάσεις σχολικών λεωφορείων βρίσκονται σε επικίνδυνη γειτνίαση. Ζητούν από τις αρχές να μετακινήσουν τα σημεία συγκέντρωσης των μαθητών σε

ασφαλέστερες τοποθεσίες και να προχωρήσουν άμεσα σε εργασίες αποκατάστασης ή κατεδάφισης των επικίνδυνων κτιρίων.

Κύριο μέλημα του σχολείου είναι η ασφάλεια των μαθητών τόσο κατά την προσέλευση όσο και κατά την απομάκρυνσή τους από τον σχολικό χώρο. Όμως τα ετοιμόρροπα κτήρια έξω από το σχολείο θέτουν τους μαθητές σε κίνδυνο. Στόχος της μα-

θητικής κοινότητας είναι η κινητοποίηση του Δήμου Χίου για να βρεθεί μια λύση στο συλλογικό αυτό πρόβλημα.

Είναι πλέον στο χέρι των αρμόδιων αρχών να διασφαλίσουν ότι η επόμενη γενιά της Χίου δεν θα μεγαλώσει με τον φόβο των ετοιμόρροπων κτιρίων, αλλά σε ένα ασφαλές και προστατευμένο περιβάλλον.



ΔΗΜΟΣΘΕΝΗΣ ΚΟΥΤΑΛΙΑΡΗΣ Ο ΜΑΘΗΤΗΣ ΠΟΥ ΖΩΝΤΑΝΕΥΕΙ ΤΙΣ ΣΚΙΕΣ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ ΖΑΧΑΡΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ • ΝΤΟΥΛΟΣ ΤΑΣΟΣ • ΛΑΨΙΔΗΣ ΔΑΝΙΗΛ

Ο Δημοσθένης Κουταλιάρης είναι ένας μαθητής της Α' Λυκείου με ένα μοναδικό πάθος: το Θέατρο Σκιών. Από την ηλικία των πέντε ετών, μαγεύτηκε από τις φιγούρες του Καραγκιόζη και ξεκίνησε να φτιάχνει τις δικές του, δημιουργώντας παραστάσεις με αγάπη και μεράκι. «Ξεκίνησα χάρη σε ένα βιβλίο της αδερφής μου με ιστορίες και φιγούρες Καραγκιόζη που βρήκα στο σπίτι», μας λέει. Από τότε, δεν έχει σταματήσει να εξερευνά και να εμπλουτίζει την τέχνη του, σχεδιάζοντας φιγούρες με συγκεκριμένα χρώματα, μελάνια και υλικά, δημιουργώντας σενάρια και πειραματιζόμενος με νέες τεχνικές.

Η ενασχόλησή του με το Θέατρο Σκιών δεν περιορίζεται μόνο στο παίξιμο. Ως γνήσιος καραγκιοζοπαίχτης κάνει τα πάντα: φτιάχνει φιγούρες, ζωγραφίζει και στήνει τις σκηνές του, πλάθει τις δικές του ιστορίες αξιοποιώντας και τις μυθοπλασίες των παλιών και επιλέγει τη μουσική. Ο Δημοσθένης πέρα από τις δικές του παραστάσεις στις οποίες συνήθως αυτοσχεδιάζει παρά το αρχικό σενάριο, έχει πάρει μέρος και σε διαγωνισμούς, ενώ έχει συνεργαστεί και με καταξιωμένους καραγκιοζοπαίχτες. «Έχω βοηθήσει τον κ. Γ. Αθανασίου και μου αρέσουν πολύ οι παραστάσεις του κ. Θ. Σπυρόπουλου και του κ. Άθω Δανέλλη», αναφέρει. Επιπλέον, ο Δημοσθένης δεν αρκείται στο να παρακολουθεί και να μαθαίνει από

τους μεγάλους καλλιτέχνες, αλλά αναζητά τρόπους να καινοτομήσει, συνδυάζοντας την παράδοση με σύγχρονα στοιχεία, όπως για παράδειγμα επινοώντας πιο σύγχρονα ρούχα για τις φιγούρες του, που αντικαθιστούν τα μπαλωμένα των ηρώων του.

Για τον Δημοσθένη, το Θέατρο Σκιών είναι κάτι παραπάνω από μια μορφή τέχνης. Είναι ένας τρόπος να χαρίζει γέλιο σε όλους, παιδιά και ηλικιωμένους, και να διατηρεί ζωντανή την παράδοση. «Το Θέατρο Σκιών προσφέρει χαρά, βοηθά τον κόσμο να ξεχνά τις έγνοιες του και διατηρεί την ελληνική παράδοση», επισημαίνει. Οι παραστάσεις του Καραγκιόζη δεν είναι απλώς διασκέδαση, αλλά έχουν και εκπαιδευτικό χαρακτήρα, καθώς διδάσκουν ιστορικά και πολιτιστικά στοιχεία μέσα από το χιούμορ. Ωστόσο, η σκέψη να ασχοληθεί επαγγελματικά με τον Καραγκιόζη συνοδεύεται από προκλήσεις. «Συχνά μου λένε ότι δεν θα βγάλω πολλά χρήματα, αλλά εγώ δεν έχω πρόβλημα να κάνω και δωρεάν παραστάσεις, αρκεί να βλέπω τον κόσμο να γελάει». Αψηφώντας τις οικονομικές δυσκολίες που αντιμετωπίζει το επάγγελμα, ο Δημοσθένης παραμένει αφοσιωμένος στο πάθος του, πιστεύοντας ότι η χαρά που προσφέρει είναι



ανεκτίμητη. Γι'αυτό άλλωστε προτρέπει και άλλους νέους, αν τους αρέσει ο Καραγκιόζης, να ξεκινήσουν χωρίς να φοβούνται ούτε να ακούν τα σχόλια των άλλων. Παρά την τεχνολογική εξέλιξη, ο Δημοσθένης πιστεύει στο μέλλον του Θεάτρου Σκίων. «Αρκεί να υπάρχουν άνθρωποι που το αγαπούν πραγματικά και το

Ένα παιδί της Α' Λυκείου μοιράζεται την αγάπη του για το Θέατρο Σκιών και το όνειρό του να διατηρήσει ζωντανή την παράδοση.

εξελίσσουν, χωρίς να χάνουν την παραδοσιακή του ταυτότητα», σημειώνει. Στο δικό του όραμα, οι φιγούρες μπορούν να αποκτήσουν σύγχρονα στοιχεία, χωρίς να χάνουν την αυθεντικότητά τους.

Το μήνυμα που θέλει να μεταδώσει μέσα από τον Καραγκιόζη είναι αισιόδοξο: «Παρόλη την οικονομική κρίση, το γέλιο, η καλή διάθεση και η αισιοδοξία είναι αυτά που μας κρατούν όρθιους». Ο Καραγκιόζης υπήρξε ανέκαθεν σύμβολο του καθημερινού ανθρώπου που, παρά τις δυσκολίες, βρίσκει τρόπο να γελάει και να προχωρά. Με νέους σαν τον Δημοσθένη, το Θέατρο Σκιών συνεχίζει να έχει μέλλον, προσφέροντας γέλιο, παράδοση και τροφή για σκέψη στις επόμενες γενιές.

ΜΑΘΗΤΕΣ ΠΡΩΤΑΘΛΗΤΕΣ (η συνέχεια)

Πόσο εύκολο είναι ένας μαθητής να ασχολείται ενεργά με τον πρωταθλητισμό;

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ ΚΑΡΔΑΣΙΛΑΡΗ ΝΙΚΗ-ΜΑΡΙΑ • ΖΑΝΝΑΡΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ



[...] Οι μαθητές-πρωταθλητές καλούνται να αντιμετωπίσουν πλήθος προκλήσεων στην καθημερινή τους ζωή προκειμένου να καταφέρουν να συνδυάσουν την ακαδημαϊκή τους ζωή με την αφοσίωση στον αθλητικό τομέα. Αυτά τα παιδιά με επιτυχίες τόσο στο σχολικό όσο και στον αθλητικό χώρο αποδεικνύουν διαρκώς ότι εάν επιθυμείς κάτι πολύ και προτίθεσαι να δουλέψεις σκληρά και να θυσιάσεις πολλά τότε θα το πετύχεις. Έχουμε την τύχη να έχουμε στο σχολείο μας τρία τέτοια ζωντανά παραδείγματα: την Ζαννάρα Αγγελική και την Καρδασιλάρη Νίκη-Μαρία που δραστηριοποιούνται στον υγρό στίβο, στο άθλημα της τεχνικής κολύμβησης, και τον Πάτροκλο Θεοδοσίου που ασχολείται με το δέκαθλο στο στίβο. Τα τρία αυτά παιδιά έχουν πετύχει πολλαπλές διακρίσεις σε πανελλήνιο επίπεδο. Είχα-

νει σωματικά και πνευματικά. Καθίσταται συνεπώς δύσκολο να μπορούν να ανταπεξέλθουν ικανοποιητικά στις ακαδημαϊκές τους υποχρεώσεις αναγκασμένοι ελλείψει χρόνου να επιλέξουν κάθε φορά ποιόν τομέα της ζωής τους θα θυσιάσουν και παραμελήσουν. Με θλίψη ωστόσο αναγνωρίζουν ότι ο αθλητισμός υστερεί έναντι των σχολικών τους υποχρεώσεων καθώς δεν δύναται να τους εξασφαλίσει μακροπρόθεσμα την επαγγελματική τους αποκατάσταση σε αντίθεση με το σχολείο. Αναγνωρίζουν ωστόσο ότι βιώνουν πιο έντονα το συναίσθημα του άγχους στον τομέα του αθλητισμού παρά στο σχολείο χωρίς αυτό να είναι πάντοτε γόνιμο και παραγωγικό. Και τα τρία παιδιά συμφώνησαν στο γεγονός ότι οι φίλοι τους προέρχονται κυρίως από τον αθλητικό τους χώρο καθώς μοιράζονται κοινά ενδιαφέ-

τι πρόσημο θα προσέδιδαν σε όλη αυτή την διαδικασία τα παιδιά δεν δίστασαν καθόλου να απαντήσουν ότι θα έβαζαν θετικό πρόσημο. Συγκεκριμένα, υποστήριξαν αυτή τους την επιλογή στο γεγονός ότι η ενασχόληση με τον πρωταθλητισμό προσφέρει πολλά περισσότερα στο άτομο από όσα του στερεί καθώς αποτελεί έναν τρόπο απόδρασης από την μονότονη καθημερινότητα, συμβάλλει στην διδασκαλία αξιών και δεξιοτήτων ζωής όπως την διαχείριση των συναισθημάτων τους με κυριότερο το άγχος και παράλληλα την απόκτηση μοναδικών εμπειριών. Ενισχύονται αρετές όπως η πειθαρχία, η επιμονή και η αγωνιστικότητα που ιδιαίτερα για την εποχή μας αποτελούν βασικά εφόδια προκειμένου να αντιμετωπίσει ένας νέος τις απαιτήσεις της σύγχρονης ζωής. Συγχρόνως αποτελεί μια γνήσια μορφή ψυχαγωγίας που δίνει την ευκαιρία στους νέους να απομακρυνθούν από την ψυχρή πραγματικότητα της τεχνολογίας. Ακόμη ενδυναμώνεται ο χαρακτήρας τους εφόσον μαθαίνουν να διαχειρίζονται την επιτυχία και κυρίως την αποτυχία.

Οι νεαροί αθλητές θέλησαν να μοιρα-

στούν πολύτιμες συμβουλές με τους συνομήλικούς τους σχετικά με τη βελτίωση της διατροφής τους και τη σωστή διαχείριση του προγράμματός τους. Καθώς η καλή διατροφή αποτελεί θεμελιώδη παράγοντα για την απόδοση, ενθαρρύνουν τους συμμαθητές τους να καταναλώνουν ισχυρές, θρεπτικές τροφές, πλούσιες σε πρωτεΐνες, υδατάνθρακες και βιταμίνες, ώστε να υποστηρίξουν τη μυϊκή ανάπτυξη και την αποκατάσταση μετά την άσκηση. Επίσης, μια ισχυρή συμβουλή είναι η υιοθέτηση σταθερού προγράμματος προπόνησης και ύπνου, καθώς η σωστή ξεκούραση είναι εξίσου σημαντική με την προπόνηση. Οι αθλητές πρέπει να ενθαρρύνουν ο ένας

τον άλλο να διατηρούν ισχυρή πειθαρχία στην καθημερινότητά τους, ώστε να επιτυγχάνουν καλύτερα αποτελέσματα τόσο στον αθλητισμό όσο και στην καθημερινή τους ζωή και να παραμένουν υγιείς. Είναι σημαντικό να υπάρχει μια στοιχειώδης συνεργασία μεταξύ του αθλητή και των γονιών του και να του παρέχουν την απαραίτητη υποστήριξη, κυρίως στον ψυχολογικό τομέα. Ακόμη αναφέρουν ότι, η συνδρομή της πολιτείας και του σχολείου στον καθημερινό αγώνα των μαθητών-αθλητών είναι καθοριστική για την επιτυχία τους. Ελπίζουν στην αναγνώριση του καθημερινού αγώνα και στην ενίσχυση των προσπαθειών τους. Παράλληλα, οι εκπαιδευτικοί φορείς, όπως τα σχολεία, παίζουν επίσης σημαντικό ρόλο, καθώς θα έπρεπε να διαμορφώνουν ένα περιβάλλον που συνδυάζει την αθλητική δραστηριότητα με τη μάθηση, προσφέροντας υποστήριξη για τη σωστή διαχείριση του χρόνου των μαθητών-αθλητών και τη διατήρηση ισχυρών μαθησιακών επιδόσεων. Μέσω της συνεργασίας πολιτείας και σχολείου, οι μαθητές-αθλητές μπορούν να βρουν τη σωστή ισορροπία μεταξύ αθλητισμού και εκπαίδευσης, αυξάνοντας τις πιθανότητες για μακροπρόθεσμη επιτυχία τόσο στον αθλητισμό όσο και στις σπουδές τους.

Η συνέντευξη με τους τρεις μαθητές-αθλητές ανέδειξε τις προκλήσεις και τις ευκαιρίες που αντιμετωπίζουν στον καθημερινό τους αγώνα για να συνδυάσουν τις αθλητικές τους δραστηριότητες με τις σχολικές υποχρεώσεις. Η πειθαρχία, η σωστή διαχείριση του χρόνου και η υποστήριξη από την οικογένεια και το σχολείο αποτελούν βασικούς παράγοντες για την επιτυχία τους. Μέσα από τις εμπειρίες τους, κατανοούμε τη σημασία της ισχυρής υποστήριξης από την πολιτεία και το σχολικό περιβάλλον, ώστε οι νέοι αθλητές να μπορέσουν να αναδείξουν το ταλέντο τους και να πετύχουν τους στόχους τους.



με την ευκαιρία, μέσω προσωπικής συνέντευξης που μας παραχώρησαν, να ακούσουμε τις προσωπικές τους ιστορίες, τα όνειρα, τις προκλήσεις και τα μυστικά πίσω από τις επιτυχίες τους, ενώ παράλληλα μάθαμε τον τρόπο με τον οποίο καταφέρνουν να συνδυάσουν τις σπουδές τους με την απαιτητική αθλητική ζωή τους.

Συγκεκριμένα, και οι 3 αθλητές μας είπαν ότι σε καθημερινή βάση αφιερώνουν κατά μέσο όρο 2-3 ώρες στην προπόνησή τους. Φαερώνουν ακόμη ότι το ωράριό τους είναι αρκετά επιβαρυνμένο με αποτέλεσμα να έχουν ελάχιστο έως και καθόλου ελεύθερο χρόνο ή χρόνο ξεκούρασης κάτι το οποίο τους εξουθενώ-

ροντα, στόχους, ωράρια και γενικότερα καθημερινότητα. Βέβαια παραδέχονται ότι το περιορισμένο τους ωράριο έχει επηρεάσει σε ένα βαθμό τις σχέσεις τους με τους συμμαθητές τους διότι πολλές φορές αναγκάζονται να αρνηθούν τυχόν προσκλήσεις τους λόγω των αθλητικών τους υποχρεώσεων. Το γεγονός αυτό συχνά τους περιθωριοποιεί ακούσια από την συναστροφή με τους συμμαθητές τους εφόσον οι τελευταίοι αδυνατούν να κατανοήσουν ότι η αποχή από την κοινωνική τους ζωή είναι απότοκο της προσπάθειας τους να ανταποκριθούν επαρκώς τόσο στις σχολικές όσο και στις αθλητικές τους υποχρεώσεις. Παρ' όλα αυτά στην ερώτηση

ΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΕΡΕΥΝΗΣΑΝ ΟΙ **ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ • ΜΕΡΕΟΣ ΣΤΡΑΤΟΣ • ΜΕΜΑ ΑΝΤΖΕΛΙΑΝΟ • ΜΠΟΥΛΟΥΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ • ΜΟΥΝΤΟΥΔΗΣ ΓΙΑΝΝΗΣ**

Στο πλαίσιο μιας έρευνας για τη σχέση του αθλητισμού με την εκπαίδευση, μαθητές του 3ου ΓΕΛ Χίου συνέταξαν ένα ερωτηματολόγιο, το οποίο δημιουργήθηκε μέσω Google Forms και διαμοιράστηκε σε μαθητές Λυκείου. Στόχος της έρευνας ήταν να καταγραφούν οι απόψεις των μαθητών σχετικά με τη Φυσική Αγωγή στο Λύκειο, την κατάργηση των Αθλητικών Σχολείων, τη συμμετοχή τους σε αθλητικές δραστηριότητες εντός και εκτός σχολείου, καθώς και τη σχέση τους με τη σωστή διατροφή. Επιπλέον, το ερωτηματολόγιο εξετάζει εάν οι μαθητές θεωρούν επαρκές το μάθημα της Φυσικής Αγωγής, αν επιθυμούν την ενίσχυσή του και τι στάση έχουν απέναντι σε εναλλακτικές μορφές αθλητικής εκπαίδευσης. Μέσα από τα δεδομένα που συλλέχθηκαν, προκύπτει μια συνολική εικόνα για το πόσο σημαντικός θεωρείται ο αθλητισμός στη μαθητική ζωή και ποιες αλλαγές θα μπορούσαν να βελτιώσουν τον ρόλο του στην εκπαίδευση.

Αναλυτικά

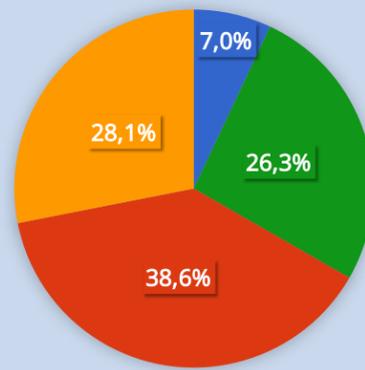
Από τα διαγράμματα 1 και 2 προκύπτει ότι η πλειοψηφία των μαθητών ασχολείται ενεργά με τον αθλητισμό, καθώς το 82,5% συμμετέχει σε οργανωμένο αθλητισμό εκτός σχολείου, όπως αθλητικά σωματεία ή γυμναστήρια, ενώ μόνο το 17,5% δεν λαμβάνει μέρος σε τέτοιες δραστηριότητες. Παράλληλα, το 38,6% των μαθητών αθλείται 3-4 φορές την εβδομάδα και το 28,1% σχεδόν καθημερινά, γεγονός που δείχνει ότι η συστηματική φυσική δραστηριότητα αποτελεί σημαντικό κομμάτι της ζωής τους. Ωστόσο, ένα 26,3% αθλείται μόλις 1-2 φορές την εβδομάδα, ενώ το 7% δεν αθλείται καθόλου, γεγονός που μπορεί να συνδέεται με παράγοντες όπως η έλλειψη χρόνου, ενδιαφέροντος ή η αυξημένη πίεση των σχολικών υποχρεώσεων. Συνολικά, τα στοιχεία δείχνουν ότι, αν και η πλειοψηφία των μαθητών διατηρεί μια σταθερή αθλητική δραστηριότητα, υπάρχει ένα ποσοστό που παραμένει λιγότερο δραστήριο, αναδεικνύοντας την ανάγκη ενίσχυσης των κινήτρων για τη συμμετοχή σε αθλητικές δραστηριότητες, τόσο εντός όσο και εκτός σχολείου.

Από τα διαγράμματα 3 και 4, τα δεδομένα δείχνουν ότι η πλειοψηφία των μαθητών (71,9%) θεωρεί πως οι δύο ώρες Φυσικής Αγωγής την εβδομάδα δεν είναι αρκετές και θα πρέπει να αυξηθούν, ενώ μόνο το 26,3% τις βρίσκει επαρκείς. Παράλληλα,

η σημασία του μαθήματος αξιολογείται ως υψηλή, με το 38,6% να του δίνει τη μέγιστη βαθμολογία (5) και συνολικά πάνω από το 50% να το θεωρεί αρκετά ή πολύ σημαντικό (βαθμολογίες 4 και 5). Τα στοιχεία αυτά καταδεικνύουν μια ισχυρή τάση υπέρ της ενίσχυσης της Φυσικής Αγωγής στο Λύκειο, καθώς οι μαθητές όχι μόνο αναγνωρίζουν τη σημασία της αλλά και επιθυμούν περισσότερο χρόνο αφιερωμένο σε αυτή.

Επίσης, τα δεδομένα από τα διαγράμματα 5 και 6 δείχνουν ότι η πλειοψηφία των μαθητών (64,9%) θεωρεί ότι η κατάργηση των Αθλητικών Σχολείων ήταν αρνητική για την εκπαίδευση, ενώ μόνο το 10,5% τη θεωρεί θετική. Παράλληλα, ένα συντριπτικό 80,7% των μαθητών επιθυμεί την ύπαρξη μιας μορφής Αθλητικού Σχολείου ή ενός προγράμματος ενισχυμένης Φυσικής Αγωγής στο δημόσιο εκπαιδευτικό σύστημα, γεγονός που ενισχύει την άποψη ότι ο αθλητισμός πρέπει να έχει πιο ουσιαστική θέση στην εκπαίδευση. Τα αποτελέσματα υπογραμμίζουν τη γενική δυσαρέσκεια για την κατάργηση των Αθλητικών Σχολείων και την ανάγκη για ένα εκπαιδευτικό μοντέλο που θα ενισχύει τη σχέση μαθητών και αθλητισμού.

Τα στοιχεία στα διαγράμματα 7 και 8 δείχνουν ότι η πλειοψηφία των μαθητών επιθυμεί περισσότερες επιλογές αθλητικών δραστηριοτήτων

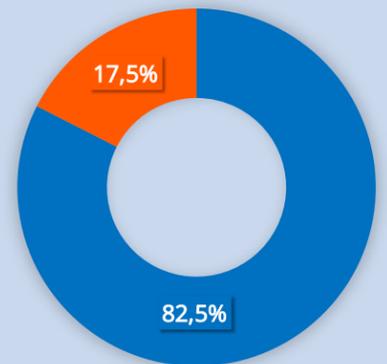


ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 1
Πόσες φορές την εβδομάδα αθλείσαι εκτός σχολείου;

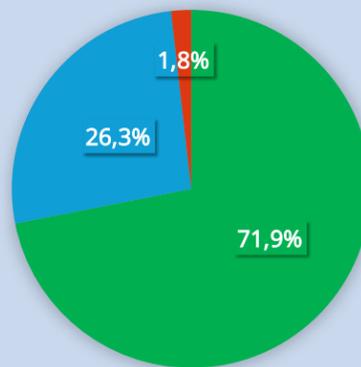
- Καθόλου
- 1-2 φορές την εβδομάδα
- 3-4 φορές την εβδομάδα
- Σχεδόν καθημερινά

ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 2

Συμμετέχεις σε οργανωμένο αθλητισμό εκτός σχολείου (π.χ. αθλητικό σωματείο, γυμναστήριο);



- ΝΑΙ
- ΌΧΙ

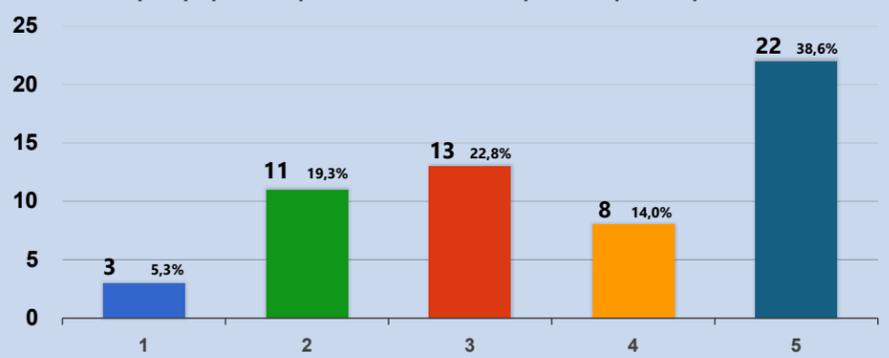


ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 3
Πιστεύεις ότι οι ώρες του μαθήματος της Φυσικής Αγωγής στο Λύκειο:

- Είναι επαρκείς
- Πρέπει να αυξηθούν
- Πρέπει να μειωθούν

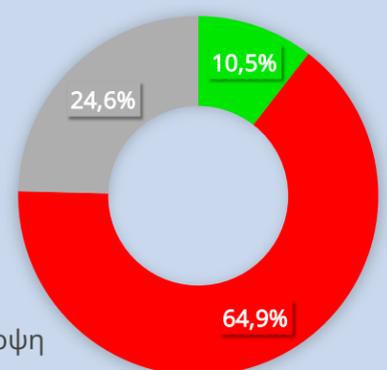
ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 4

Πόσο σημαντικό θεωρείς το μάθημα της Φυσικής Αγωγής στην εκπαίδευση των μαθητών

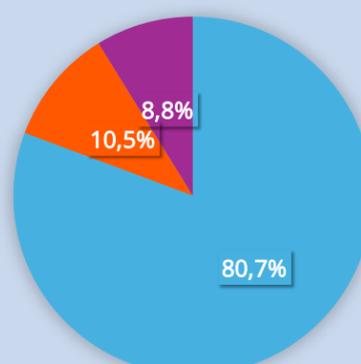


ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 5

Πιστεύεις ότι η κατάργηση των Αθλητικών Σχολείων ήταν θετική ή αρνητική για την εκπαίδευση;



- Θετική
- Αρνητική
- Δεν έχω άποψη



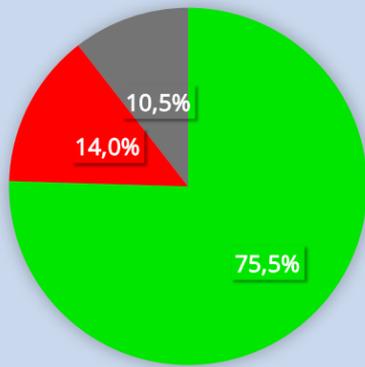
ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 6
Θα ήθελες να υπάρχει μια μορφή Αθλητικού Σχολείου ή προγράμματος ενισχυμένης Φυσικής Αγωγής στο δημόσιο σύστημα εκπαίδευσης;

- ΝΑΙ
- ΌΧΙ
- Δεν έχω άποψη

ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 7

Θα ήθελες στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής να πραγματοποιείται και εκτός του σχολικού χώρου, σε αθλητικές εγκαταστάσεις;

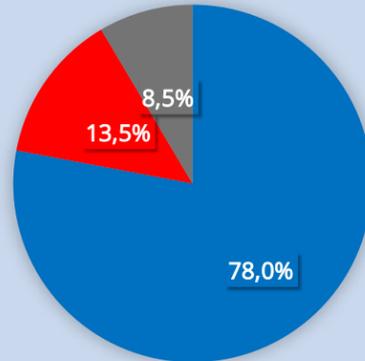
■ ΝΑΙ ■ ΌΧΙ ■ Δεν έχω άποψη



ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 8

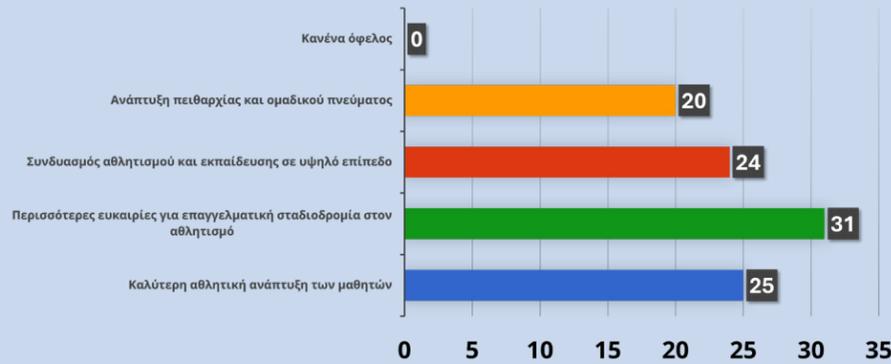
Θα σε ενδιέφερε να υπάρχει δυνατότητα επιλογής περισσότερων αθλητικών δραστηριοτήτων στο σχολείο (π.χ. χορός, πολεμικές τέχνες, γυμναστήριο, αθλήματα);

■ ΝΑΙ ■ ΌΧΙ ■ Δεν έχω άποψη



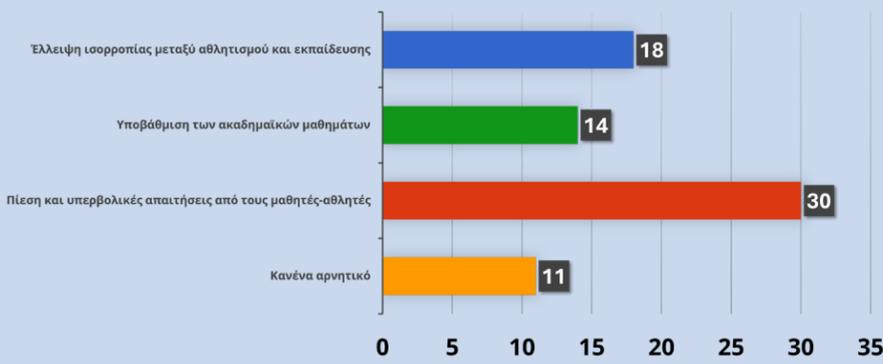
ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 9

Ποια θεωρείς ότι είναι τα βασικά οφέλη των Αθλητικών Σχολείων;



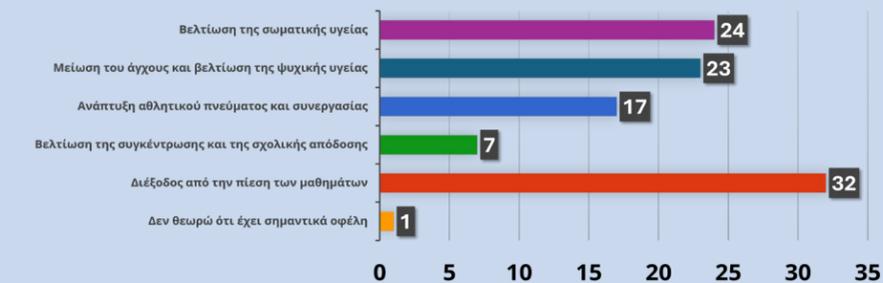
ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 10

Ποια θεωρείς ότι είναι τα αρνητικά των Αθλητικών Σχολείων;



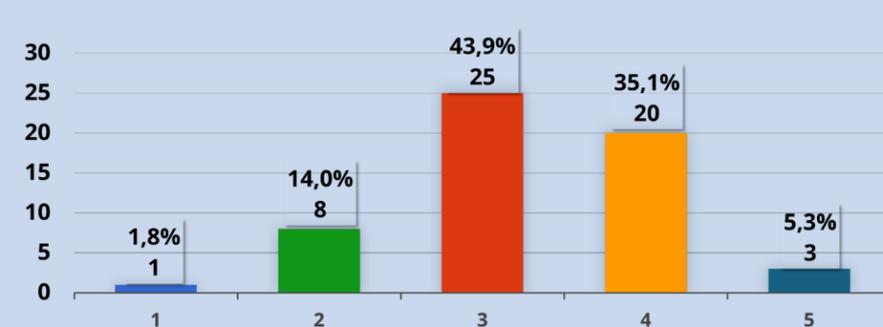
ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 11

Ποιο θεωρείς ότι είναι το κυριότερο όφελος της Φυσικής Αγωγής στο σχολείο;



ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 12

Σε ποιο βαθμό προσέχεις την διατροφή σου;



στο σχολείο, με το 80.7% να απαντά θετικά, ενώ μόλις το 8.8% δεν ενδιαφέρεται. Παράλληλα, το 75.4% των μαθητών θα ήθελε το μάθημα της Φυσικής Αγωγής να πραγματοποιείται και εκτός του σχολικού χώρου, σε αθλητικές εγκαταστάσεις, γεγονός που δείχνει τη διάθεση για μια πιο αναβαθμισμένη και ποιοτική αθλητική εκπαίδευση. Τα αποτελέσματα αυτά υπογραμμίζουν τη γενική επιθυμία των μαθητών για έναν πιο δυναμικό και πολυδιάστατο ρόλο του αθλητισμού στη σχολική τους ζωή.

Επιπλέον, τα αποτελέσματα στα διαγράμματα 9 και 10 αποκαλύπτουν την αντίφαση που περιβάλλει τα Αθλητικά Σχολεία: από τη μία, θεωρούνται μια εξαιρετική ευκαιρία για αθλητική ανάπτυξη και επαγγελματική σταδιοδρομία στον αθλητισμό (54.4%), ενώ από την άλλη, η πίεση και οι υπερβολικές απαιτήσεις από τους μαθητές-αθλητές (52.6%) αναδεικνύονται ως το μεγαλύτερο αρνητικό. Η έλλειψη ισορροπίας μεταξύ αθλητισμού και εκπαίδευσης (31.6%) και η υποβάθμιση των ακαδημαϊκών μαθημάτων (24.6%) φαίνεται να ενισχύουν τις ανησυχίες. Παρ' όλα αυτά, κανείς δεν θεώρησε ότι τα Αθλητικά Σχολεία δεν είχαν οφέλη, ενώ οι μαθητές αναγνωρίζουν τον συνδυασμό αθλητισμού και εκπαίδευσης σε υψηλό επίπεδο (42.1%) και την ανάπτυξη πειθαρχίας και ομαδικού πνεύματος (35.1%) ως σημαντικά πλεονεκτήματα. Συμπέρασμα; Τα Αθλητικά Σχολεία ήταν ένα δίκοπο μαχαίρι - για άλλους μια μοναδική ευκαιρία, για άλλους ένας ακαδημαϊκός πονοκέφαλος με υπερβολικές απαιτήσεις.

Επιπρόσθετα, το διάγραμμα 11 αποκαλύπτει ότι η Φυσική Αγωγή στο σχολείο εκτιμάται κυρίως ως μια ευκαιρία για διέξοδο από την πίεση των μαθημάτων (56.1%), γεγονός που δείχνει πόσο αναγκαία θεωρούν οι μαθητές μια ισορ-

ροπία μεταξύ σωματικής δραστηριότητας και ακαδημαϊκού φόρτου. Εξίσου σημαντική είναι η βελτίωση της σωματικής υγείας (42.1%) και η μείωση του άγχους και η βελτίωση της ψυχικής υγείας (40.4%), επιβεβαιώνοντας ότι το μάθημα δεν αφορά απλώς τη γυμναστική, αλλά τη συνολική ευεξία των μαθητών. Παρότι η ανάπτυξη αθλητικού πνεύματος και συνεργασίας (29.8%) και η βελτίωση της συγκέντρωσης και της σχολικής απόδοσης (12.3%) αναγνωρίζονται ως δευτερεύοντα οφέλη, η γενική εικόνα δείχνει ότι η Φυσική Αγωγή θεωρείται περισσότερο ως μια απαραίτητη ανάσα από το πιεστικό σχολικό πρόγραμμα παρά ως ένα αμιγώς αθλητικό μάθημα. Ωστόσο, το ότι μόνο 1.8% των μαθητών δεν τη βρίσκει σημαντική, υπογραμμίζει τη γενική αποδοχή της ως βασικό κομμάτι της σχολικής ζωής.

Τέλος, το διάγραμμα 12 δείχνει ότι η πλειοψηφία των μαθητών διατηρεί μια μέτρια προσέγγιση στη διατροφή τους, με το 43.9% να την προσέχει σε μέτριο βαθμό (βαθμολογία 3) και το 35.1% να δείχνει μεγαλύτερη προσοχή (βαθμολογία 4). Ωστόσο, μόνο 5.3% των μαθητών δηλώνει ότι ακολουθεί αυστηρά ένα προσεγγμένο διατροφικό πλάνο (βαθμολογία 5), ενώ ένα 15.8% (βαθμολογίες 1 και 2) παραδέχεται ότι δεν δίνει ιδιαίτερη σημασία στη διατροφή του. Τα δεδομένα αυτά αποκαλύπτουν ότι, αν και οι περισσότεροι μαθητές αναγνωρίζουν τη σημασία της διατροφής, λίγοι είναι αυτοί που τη διαχειρίζονται με συνέπεια. Αυτό μπορεί να οφείλεται είτε σε έλλειψη γνώσης γύρω από τη σωστή διατροφή είτε στο γεγονός ότι οι διατροφικές συνήθειες των εφήβων επηρεάζονται από το καθημερινό τους περιβάλλον και τις επιλογές που έχουν στη διάθεσή τους.

Γενικό Συμπέρασμα

Συνολικά, τα αποτελέσματα δείχνουν πως οι μαθητές δεν αρκούνται στο υπάρχον σύστημα και ζητούν μια πιο ενεργή και ποιοτική σχέση του αθλητισμού με την εκπαίδευση. Θέλουν περισσότερες ευκαιρίες, περισσότερη στήριξη και ένα μοντέλο που θα συνδυάζει τη σωματική δραστηριότητα με την ακαδημαϊκή εξέλιξη, χωρίς ακραίες πιέσεις αλλά και χωρίς παραγκωνισμό της Φυσικής Αγωγής. Η ανάγκη για έναν επαναπροσδιορισμό του ρόλου του αθλητισμού στα σχολεία είναι εμφανής, καθώς οι μαθητές δείχνουν να αναζητούν ένα σχολείο που δεν θα τους κρατάει καθισμένους, αλλά θα τους δίνει χώρο να κινηθούν, να αναπνεύσουν και να αναπτυχθούν ολιστικά.

ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ ΚΑΙ ΧΟΜΠΙ ΜΕΣΟ ΓΙΑ ΝΑ ΞΕΦΥΓΟΥΜΕ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ

ΠΑΣΒΑΝΤΗ ΚΥΡΙΑΚΗ • ΠΑΠΠΑΣ ΙΩΣΗΦ •
ΜΙΣΥΡΛΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ-ΑΝΝΑ • ΜΙΧΑΛΑΚΗ
ΔΕΣΠΟΙΝΑ • ΜΟΝΟΓΙΟΥΔΗΣ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ •
ΜΟΝΙΟΥΚΑ ΜΑΡΙΑ

ΧΟΡΟΣ

Η Χίος είναι το ομορφότερο νησί του Αιγαίου. Πέρα από την ομορφιά της, φημίζεται για τις παραδόσεις της, οι οποίες διατηρούνται μέσα στα χρόνια. Ένα σημαντικό κομμάτι αυτής της παράδοσης είναι ο χορός, που αποτελεί μέρος της πλούσιας πολιτιστικής κληρονομιάς της. Η Χίος έχει πλούσια παράδοση σε χορούς, καθώς διατηρεί και καλλιεργεί τόσο τους παραδοσιακούς όσο και τους σύγχρονους χορούς. Επειδή είναι αρκετά μεγάλο νησί, διαθέτει ικανοποιητικό αριθμό σχολών χορού.

Μερικοί από τους πιο γνωστούς παραδοσιακούς συλλόγους της Χίου είναι ο «Λέων Αλλάτιος» και ο «Φάρος». Όσον αφορά τις σύγχρονες σχολές, δημοφιλείς είναι οι σχολές που διδάσκουν μπαλέτο, όπως η «Λία Δημητροπούλου», αλλά και σχολές με σύγχρονους ρυθμούς, όπως το «Allegro».

Γενικά, ο χορός έχει θετική επίδραση στην ψυχολογία, καθώς δημιουργεί αίσθηση χαλάρωσης και ευεξίας. Ο χορευτής, μέσω της κίνησης, απελευθερώνει συναισθήματα που δεν μπορεί να εκφράσει με λόγια. Επιπλέον, χάρη στη συνεχή παρουσία του μπρο-

στά σε κοινό, αποκτά αυτοπεποίθηση, ενώ μαθαίνει να πιστεύει στις δυνατότητές του.

Ο χορός έχει και θεραπευτική διάσταση: βοηθά στη διαχείριση ψυχολογικών τραυμάτων και λειτουργεί ως μέσο έκφρασης. Παρότι δεν μπορεί να υποκαταστήσει την επαγγελματική θεραπεία, συμβάλλει στην ψυχική ανάταση και στην προσπάθεια επαναφοράς μετά από δύσκολες καταστάσεις.

Ο χορός είναι ένας μοναδικός τρόπος έκφρασης, κάτι που επιβεβαιώνει και ο Καβάφης με τα λόγια του: «Όταν χορεύεις, γράφεις στη γη αυτά που θέλει να πει η ψυχή σου»

Παραδοσιακοί χοροί από το έθιμο του Αγά στα Μεστά



ΒΙΒΛΙΟ

Ο κόσμος των βιβλίων πάντα συνόδευε και συνοδεύει τις ψυχές των ανθρώπων. Η φαντασία τους καλπάζει, ενώ δημιουργούν εικόνες τοπίων, χαρακτήρων και ταυτίζονται συχνά με τους ήρωες και τα βιώματά τους. Καθημερινά, ωστόσο, παρατηρούμε ότι τα τεχνολογικά μέσα έχουν καταβάλει το μυαλό της νέας γενιάς και έχουν αντικαταστήσει τα βιβλία στην ψυχαγωγία. Ο κόσμος προχωράει και τα μέσα μεταβάλλονται, οι νέοι υποστηρίζουν ότι δεν έχουν ελεύθερο χρόνο ή την ενέργεια να κατανοήσουν ένα κείμενο αν και παραμένουν εκατοντάδες ώρες πάνω από μια οθόνη.

Σημαντικοί παράγοντες που επηρεάζουν την ανάγνωση είναι ο φόρτος εργασίας στο σχολείο, η προετοιμασία για τις πανελλήνιες εξετάσεις και το καθημερινό άγχος που βιώνουν οι μαθητές. Ενημερωθήκαμε από μια συμπαθέστατη γυναίκα που εργάζεται στο Book café της Χίου ότι πληθώρα ανθρώπων καταλήγουν στο συγκεκριμένο μέρος για να εργαστούν, να χαλαρώσουν και να διαβάσουν βιβλία από τα οποία μπορούν να επηρεαστούν. Από την συζήτηση που κάναμε μαζί της αλλά και από ερωτήσεις που απευθύναμε σε μαθητές της Β' Λυκείου του σχολείου μας προέκυψε ότι τα βιβλία που διαβάζουν πιο συχνά οι νέοι είναι ρομαντικά και αστυνομικά, καθώς και ότι οι νέοι -που τους κερδίζει το βιβλίο- προτιμούν να το συντηρούν

σε άριστη κατάσταση. Όσον αφορά την ποίηση, ακούσαμε από τη συνεντευξιαζόμενη τη χαρακτηριστική έκφραση «είναι λίγοι αλλά υπάρχουν», αναφερόμενη στους νέους που ακόμα πιστεύουν στον ρομαντισμό των βιβλίων, την ανάπτυξη των φιλοσοφικών ερωτημάτων και την



κατανόηση της βιωματικής γραφής. Όπως είπε και η Άλκη Ζέη: «Μην φοβάστε να διαβάσετε. Διαβάστε το βράδυ όταν δεν σας βλέπει κανείς με ένα μικρό φωτάκι, στο κρεβάτι σας. Μην αφήσετε τίποτα να σας εμποδίσει από το να ζήσετε την εμπειρία του να αγαπήσετε ένα βιβλίο.»

Αγαπητέ/ή αναγνώστη/στρια, να θυμάσαι ότι είμαστε άνθρωποι. Χρειαζόμαστε κάτι να μας γεμίζει την ψυχή. Δεν διαβάζουμε και γράφουμε ποίηση επειδή είναι γλυκό, διαβάζουμε και γράφουμε ποίηση επειδή είμαστε μέλη της ανθρωπίνης φυλής και ο κόσμος μας είναι γεμάτος πάθος. Εργαζόμαστε, αθλούμαστε, κυνηγάμε τον χρόνο γιατί είναι αναγκαία για την επιβίωσή μας. Αλλά η ποίηση, τα βιβλία, η μουσική, ο ρομαντισμός, η αγάπη, η ομορφιά του κόσμου... μέσα από αυτά παραμένουμε ζωντανοί!

ΜΟΥΣΙΚΗ

Η επίδραση της μουσικής είναι ευρέως αναγνωρισμένη και μπορεί να θεωρηθεί θεμελιώδες κομμάτι της καθημερινότητάς μας. Η μουσική αποτελεί ένα ισχυρό μέσο έκφρασης συναισθημάτων και μπορεί να επηρεάσει τη διάθεσή μας με τρόπους που συχνά δεν κατανοούμε πλήρως. Είναι γνωστό πως η ψυχολογία αλλάζει ανάλογα με το είδος της μουσικής που ακούμε. Μέσα από τη μουσική μπορούμε να εκφράσουμε συναισθήματα, να χαλαρώσουμε ή να αντλήσουμε ενέργεια για τις δραστηριότητές μας. Διαφορετικά είδη μουσικής μπορούν να παίξουν σημαντικό ρόλο στη διάθεσή μας, καθώς μπορεί να μας ηρεμήσουν, να μας κάνουν πιο χαρούμενους ή να μας δώσουν δύναμη και έμπνευση. Επιστημονικές έρευνες δείχνουν ότι η μουσική μπορεί να ενισχύσει την αυτοσυγκέντρωση και τη μνήμη, ενώ έχει χρησιμοποιηθεί και ως μέσο θεραπείας σε διάφορες ψυχολογικές παθήσεις.

Η μουσική παίζει καθοριστικό ρόλο στη ζωή μας, καθώς επηρεάζει τη συναισθηματική μας κατάσταση, την ταυτότητα και την κοινωνική μας ζωή. Μέσα από τη μουσική εκφράζουμε τα συναισθήματά μας, βρίσκουμε παρηγοριά σε δύσκολες στιγμές και αισθανόμαστε ότι ανήκουμε σε μια κοινότητα με κοινά ενδιαφέροντα. Επιπλέον, μπορεί να επηρεάσει τη διάθεση και τη συμπεριφορά μας, καθώς ο ρυθμός, οι στίχοι και το είδος της μουσικής που ακούμε συχνά αντανακλούν ή ενισχύουν τα συναισθήματά μας.

Οι δημοφιλέστερες πλατφόρμες που χρησιμοποιούμε οι νέοι για να ακούσουμε μουσική είναι το 'Spotify', το 'Apple Music' και το 'YouTube' στα οποία ανακαλύπτουμε νέα είδη, καλλιτέχνες και τάσεις που διαμορφώνουν τις προτιμήσεις και την προσωπικότητά μας. Επιπλέον, το TikTok λειτουργεί ως μέσο προώθησης για καλλιτέχνες, καθώς πολλά τραγούδια γίνονται δημοφιλή μέσω της πλατφόρμας, οδηγώντας σε παγκόσμια επιτυχία. Επίσης, εκεί έχουν την δυνατότητα οι καλλιτέχνες να κάνουν την καμπάνια τους για κάποιο επερχόμενο δίσκο.

Συμπερασματικά, η μουσική αποτελεί ένα αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής μας, επηρεάζοντας θετικά την ψυχολογία μας και προσφέροντάς μας μοναδικές εμπειρίες που ο καθένας βιώνει και αξιοποιεί διαφορετικά.

ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΣΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΚΑΙ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

ΑΠΟ ΤΗ ΒΑΣΙΛΑΚΗ ΜΥΡΣΙΝΗ

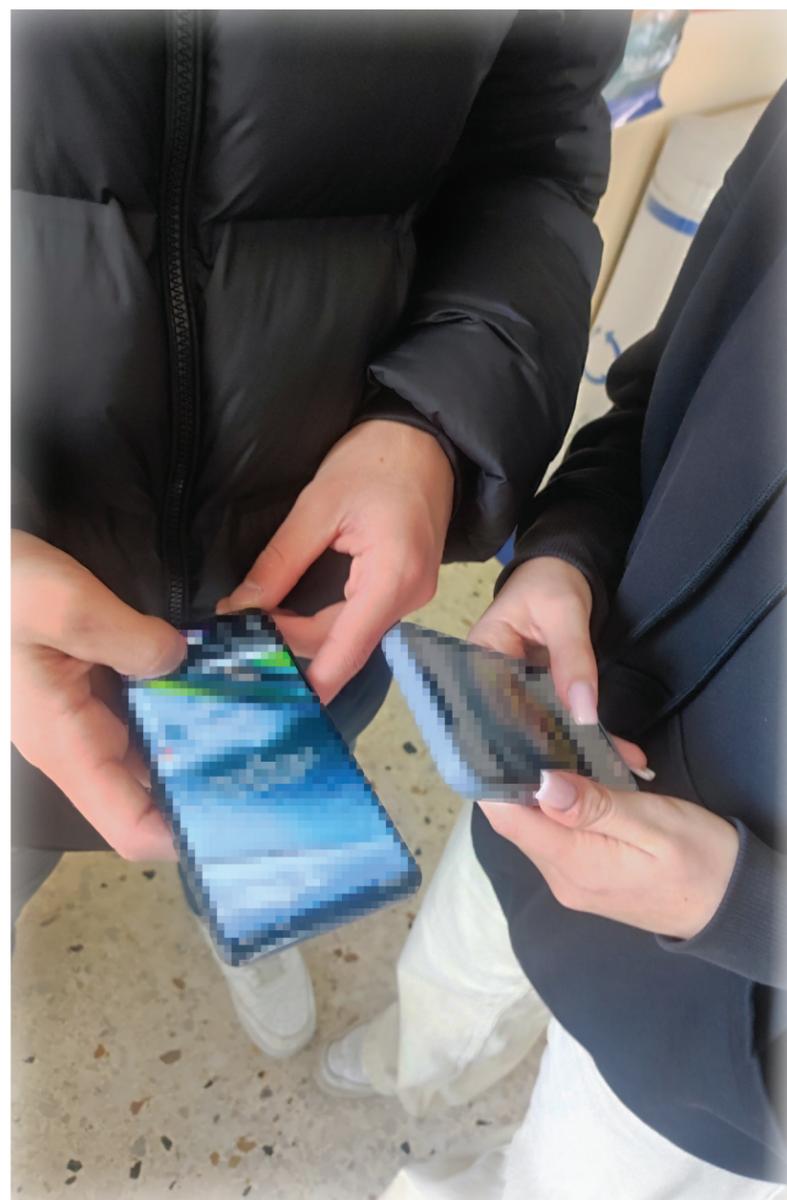
Η χρήση των κινητών τηλεφώνων από τους μαθητές εν ώρα σχολείου αποτελεί ένα διαχρονικό ζήτημα που εγείρει ερωτήματα σχετικά με την πειθαρχία, την ασφάλεια, αλλά και τον ρόλο της τεχνολογίας στη σύγχρονη εκπαίδευση. Σύμφωνα με την ισχύουσα ελληνική νομοθεσία, τα κινητά τηλέφωνα και οι ηλεκτρονικές συσκευές με δυνατότητα καταγραφής ήχου και εικόνας απαγορεύονται εντός των σχολικών μονάδων, τόσο στη διάρκεια του μαθήματος όσο και στα διαλείμματα. Παρόλα αυτά, η πραγματικότητα δείχνει ότι πολλοί μαθητές συνεχίζουν να τα χρησιμοποιούν, είτε για ψυχαγωγία είτε ως εργαλείο πληροφόρησης. Πού βρίσκεται λοιπόν η ισορροπία μεταξύ της τήρησης των κανόνων και της αξιοποίησης της τεχνολογίας προς όφελος της μάθησης;

Κοινό τόπο αποτελεί το γεγονός ότι η ανεξέλεγκτη χρήση του κινητού από τους μαθητές στα σχολεία ενέχει σοβαρούς κινδύνους και αρνητικές επιπτώσεις στη μαθησιακή διαδικασία. Πρώτα από όλα συνιστά τροχοπέδη για τη συγκέντρωση και την ενεργό συμμετοχή

αλληλεπίδρασης με τους συμμαθητές και τους εκπαιδευτικούς. Επιπλέον, δεν μπορούμε να παραβλέψουμε το γεγονός ότι τα κινητά διευκολύνουν φαινόμενα σχολικού εκφοβισμού, καθώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη λήψη και διαμοίραση φωτογραφιών ή βίντεο χωρίς συναίνεση, παραβιάζοντας την ιδιωτικότητα των μαθητών. Συν τοις άλλοις, η ανεξέλεγκτη πρόσβαση στο διαδίκτυο αυξάνει τον κίνδυνο έκθεσης σε ακατάλληλο περιεχόμενο.

Ας δούμε όμως την χρήση του κινητού στο σχολείο από μια διαφορετική προοπτική. Η λελογισμένη χρήση του κινητού τηλεφώνου στο σχολείο μπορεί κάλλιστα να μετατραπεί σε πολύτιμο εργαλείο για τη μαθησιακή διαδικασία, αρκεί να ενσωματωθεί με σωστούς κανόνες και εκπαιδευτικούς στόχους. Μέσω των κινητών, οι μαθητές έχουν άμεση πρόσβαση σε ψηφιακές εγκυκλοπαίδειες, εκπαιδευτικές εφαρμογές και διαδραστικές πλατφόρμες που εμπλουτίζουν τη διδασκαλία και ενισχύουν την κριτική σκέψη. Παράλληλα, η χρήση τους σε συγκεκριμένες δραστηριότητες, όπως η αναζήτηση πληροφοριών για εργασίες ή η συμμετοχή σε ηλεκτρονικά κουίζ, καθιστά χωρίς αμφιβολία το μάθημα πιο διαδραστικό και ελκυστικό. Μια ακόμη ιδέα είναι τα κινητά ως εργαλεία για την οργάνωση του σχολικού προγράμματος, τη διαχείριση χρόνου και τη συνεργασία μεταξύ των μαθητών μέσω ομαδικών εργασιών.

Πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι η τεχνολογία δεν είναι εχθρός της εκπαίδευσης, αλλά σύμμαχός της, αρκεί να βρούμε τη χρυσή τομή, όπου τα κινητά προετοιμάζουν τους μαθητές για το ψηφιακό μέλλον και προάγουν την εκπαιδευτική διαδικασία, χωρίς να τη διασαλεύουν. Με σαφείς κανόνες, παιδαγωγική καθοδήγηση και συνεργασία μεταξύ εκπαιδευτικών, γονέων και μαθητών, μπορούμε να αξιοποιήσουμε τα πλε-



των μαθητών. Η συνεχής ενασχόληση με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τα βιντεοπαιχνίδια ή τα μηνύματα μπορεί να οδηγήσει σε χαμηλότερες σχολικές επιδόσεις και έλλειψη ουσιαστικής

ονεκτήματα της τεχνολογίας, χωρίς να χάνουμε την ουσία της εκπαίδευσης: την ουσιαστική αλληλεπίδραση, τη συγκέντρωση και την ανάπτυξη κριτικής σκέψης.

ΠΡΑΣΙΝΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ

ΑΠΟ ΤΗΝ ΜΕΣΤΟΥΣΗ ΜΑΛΑΜΑΤΕΝΙΑ

Με τον όρο πράσινες περιοχές εννοούμε αυτές που παράγουν μόνες τους ηλεκτρισμό και τον καταναλώνουν. Αυτό πραγματοποιείται με την βοήθεια φωτοβολταϊκών σταθμών, ανεμογεννητριών και υβριδικών σταθμών. Παράλληλα, θεωρώντας και αυτές που κάνουν δράσεις φιλικές προς το περιβάλλον σε μεγάλο βαθμό.

Στη χώρα μας εμφανίζεται σαν πράσινο νησί, το νησί της Τήλου. Οι ανάγκες του νησιού καλύπτονται κυρίως με την βοήθεια υβριδικών σταθμών που εκμεταλλεύονται την αιολική και την ηλιακή ενέργεια που είναι άφθονη στην χώρα μας λόγω του κλίματος της. Η ενέργεια που παράγεται, αποθηκεύεται και καταναλώνεται από τους κατοίκους του νησιού. Παρόλα αυτά υπάρχει ενέργεια που δεν καταναλώνεται και έτσι το νησί την προσφέρει σε άλλα νησιά γύρω από αυτό. Τα οχήματα είναι όλα ηλεκτρικά αλλά και στις στάσεις των λεωφορείων υπάρχουν ηλιακά πάνελ. Συμπληρωματικά, η Τήλος είναι ένα νησί χωρίς σκουπίδια. Τι εννοούμε με αυτό; Σημαίνει ότι οι κάτοικοι συλλέγουν τα σκουπίδια ανά είδος. Πιο συγκεκριμένα, σε άλλη σακούλα ρίχνουν τα τρόφιμα, σε άλλη τα ανακυκλώσιμα υλικά (π.χ πλαστικά, γυαλιά κ.α), το λάδι το αποχετεύουν σε μπουκάλι ειδικό. Όταν παραδοθούν στον δήμο όλα αυτά ή κομποστοποιούνται ή αξιοποιούνται ενεργειακά με την βοήθεια ειδικών μηχανημάτων. Τα απορρίμματα που κομποστοποιούνται δίνονται στους κατοίκους ως εδαφοβελτιωτικό, δηλαδή ως λίπασμα για την γη. Από την άλλη ότι γίνεται σε οργανικό επιστρέφεται πίσω στην γη. Τα μη ανακυκλώσιμα περνούν από μηχανή θερμική, επεξεργάζονται και χρησιμοποιούνται ως ανακυκλωμένο καύσιμο στην επιμεντωβιομηχανία. Νησιά όπως η Τήλος είναι πα-

ράδειγμα προς μίμηση για όλο τον κόσμο και όχι μόνο για την Ελλάδα. Η πειθαρχία των κατοίκων της αλλά και η επιμονή και το όραμά τους χαρακτηρίζουν με αυτή την κίνηση. Η Τήλος αποτελεί έναν "παράδεισο" για τον πλανήτη αφού δεν ρυπαίνει το περιβάλλον, μόνο προσφέρει σε έναν κόσμο που τον καταστρέφουν μολύνοντας τον. Αναφέρεται ότι μέχρι το 2030 και άλλα νησιά της Ελλάδας θα έχουν ταυτιστεί με την Τήλο. Αυτά είναι τα Ψαρά, η Ίος, η Ανάφη, η Αντίπαρος, η Σχοινούσα, η Κύθνος, η Σίφνος κ.α

Τα Τρίκαλα επίσης ανήκουν στις 100 κλιματικά ουδέτερες και έξυπνες πόλεις της Ευρώπης. Βασικός σκοπός τους είναι να μηδενίστούν οι εκπομπές αέριων ριπών και να διευκολυνθεί η ζωή των πολιτών. Το smart δεν έχει να κάνει μόνο με την τεχνολογία. Έχει να κάνει με το να σκέφτεσαι την καθημερινότητα αλλιώς. Καινοτομία για το δήμαρχο της πόλης των Τρικάλων, είναι να μαζεύονται όλα τα προβλήματα των δημοτών και να γίνεται προσπάθεια να επιλυθούν με τον πιο γρήγορο τρόπο. Λακκούβες, λάμπες, σκουπίδια δηλώνονται τηλεφωνικά ή με e-mail ή μέσω του application που διαθέτει κάθε δημότης προκειμένου να ενημερώνει άμεσα το δήμο για την οποιαδήποτε έλλειψη ή πρόβλημα. Η επαφή με τον πολίτη συνεχίζεται και μετά, θα επικοινωνήσει άμεσα ο δήμος μαζί του για να εξακριβώσει



Φωτοβολταϊκές εγκαταστάσεις στην Τήλο

εάν όλα είναι εντάξει. Πρέπει να υπάρχει ένας μηχανισμός που θα δουλεύει και η πόλη θα κινείται χωρίς να υπάρχει δήμαρχος. Η εφαρμογή λειτουργεί και ως τουριστικός οδηγός για τους επισκέπτες της πόλης. Συγχρόνως γίνεται προσπάθεια για εξοικονόμηση ενέργειας με χρήση εναλλακτικών μορφών ενέργειας. Για παράδειγμα μέσα στην πόλη των Τρικάλων τα φωτιστικά συστήματα αυτόματης τεχνολογίας αντικαταστάθηκαν από νέα φωτιστικά συστήματα τεχνολογίας LED. Η χρήση ιδιωτικών οχημάτων έχει αντικατασταθεί από ποδήλατα που χρησιμοποιεί η πλειοψηφία των κατοίκων περιορίζοντας αισθητά τους ρύπους.

Με αυτόν τον τρόπο εξοικονομείται ενέργεια μεγαλύτερη από το 60%. Τα Τρίκαλα αποτελούν μια έξυπνη πόλη της Ελλάδας. Αρ-

χικά, όποιοι πολίτες επιθυμούν μπορούν να κατεβάσουν μία εφαρμογή που μέσα από αυτή μπορούν να παρακολουθούν την πορεία αιτημάτων πολιτών. Κάποιες ανάγκες ενημέρωσης, προκαλώντας ανακοινώσεις και εκδηλώσεις. Λειτουργεί και ως τουριστικός οδηγός. Σε όλη την πόλη υπάρχει απεριόριστη πρόσβαση σε υπηρεσίες του Δήμου και του διαδικτύου.

Ως πολίτης της Χίου θεωρώ ότι έχουμε την δυνατότητα να μιμηθούμε το έργο των Τρικάλων και της Τήλου αρκεί να υπάρχει καλή πρόθεση και προθυμία. Οι κάτοικοι πρέπει να ταυτιστούν με το όραμα και να είναι διατεθειμένοι να βοηθήσουν με κάθε τρόπο. Πρέπει όλοι να είμαστε υπερήφανοι που έχουμε αυτές τις περιοχές στην Ελλάδα.

ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΣ EUSO ΜΙΑ ΞΕΧΩΡΙΣΤΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ

ΝΙΚΗΤΑΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ • ΣΚΥΡΙΩΤΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ



Ως μαθητές της Α' Λυκείου, με αφορμή την η διάκριση του σχολείου μας στον διαγωνισμό φυσικών επιστημών EUSO (European Union Science Olympiad) αποφασίσαμε να πάρουμε συνέντευξη από τους μαθητές της Β' Λυκείου που συμμετείχαν στον διαγωνισμό για την εμπειρία την οποία αποκόμισαν σχετικά με τη συμμετοχή τους.

Πώς βιώσατε συνολικά τη συμμετοχή σας στον διαγωνισμό;

Ήταν μια μοναδική εμπειρία, αρκετά έντονη και απαιτητική. Παρ' όλα αυτά χάρη στην ομαδική μας προσπάθεια και την στήριξη των καθηγητών μας δημιουργήσαμε ένα συναρπαστικό αποτέλεσμα.

Ο διαγωνισμός απαιτούσε κάποια ιδιαίτερη προετοιμασία;

Φυσικά! Επικεντρωθήκαμε κυρίως στην εντατική μελέτη και την πειραματική προσέγγιση όλων των κλαδών των φυσικών επιστημών (Χημεία, Φυσική, Βιολογία). Λόγω του ομαδικού χαρακτήρα του διαγωνισμού επιδιώξαμε την καλύτερη δυνατή συνεργασία.

Πώς αισθανθήκατε την ημέρα του διαγωνισμού;

Ήμασταν αρκετά ενθουσιασμένοι αλλά παράλληλα νιώθαμε και λίγη πίεση, όπως είναι φυσικό να συμβαίνει σε έναν διαγωνισμό υψηλού επιπέδου. Απαιτούνταν γρήγορη προσαρμογή και αυτοσχεδιασμός καθώς κληθήκαμε να αντιμετωπίσουμε κάτι όχι και τόσο συνηθισμένο. Σίγουρα ήταν μια εργαστηριακή πρόκληση καθώς αντί να διαγωνιστούμε σε θεωρητικό επίπεδο εκτελέσαμε πειράματα.

Τι αποκομίσατε από τον διαγωνισμό;

Η διάκριση μας λειτούργησε σαν επιβράβευση της προσπάθειας και του κόπου, τόσο του δικού μας όσο και των καθηγητών που μας υποστήριξαν. Δεν πρέπει να παραλείψουμε ότι οι γνώσεις μας πάνω στις φυσικές επιστήμες εμπλουτίστηκαν και πλέον έχουμε καλύτερη αντίληψη του επιστημονικού τρόπου σκέψης. Ήταν μια μοναδική εμπειρία και σίγουρα θα συμμετάσχουμε ξανά.

ΟΙ ΝΕΟΙ ΩΣ ΕΝΕΡΓΟΙ ΠΟΛΙΤΕΣ

ΑΠΟ ΤΗΝ **ΒΟΥΡΑΚΗ ΣΠΥΡΙΔΟΥΛΑ**

(η συνέχεια)

[...] Η σημερινή ελληνική νεολαία γίνεται όλο και πιο ενεργή λόγω των διαδεδομένων “social media” και ενημερωμένων και όπως σε κάθε γενιά αναζητούν δικαιοσύνη και ελευθερία ως κοινό στόχο ένα καλύτερο μέλλον για αυτούς. Όλα αυτά τα μαθαίνουν και τα διεκδικούν μέσω πολιτιστικών ομάδων που τους ωθούν να εκφράζουν τις ανησυχίες τους. Για παράδειγμα, τα παιδιά μπαίνουν σε ομάδες θεατρικές, μουσικές, σε εθελοντικές οργανώσεις με σκοπό να μάθουν να παίρνουν πρωτοβουλίες ή να λένε την γνώμη τους ανοιχτά όσο αναφορά θετικές και αρνητικές αλλαγές στην τοπική τους κοινωνία.

Σημαντικό κομμάτι στην συγκεκριμένη ηλικία που είμαστε είναι κυρίως ο εθελοντισμός. Μας εντάσσει γρήγορα σε ένα κοινωνικό σύνολο το οποίο βοηθάει ενεργά την ευρύτερη κοινωνία. Κάτι που αναζητούν βέβαια και οι περισσότεροι νέοι. Μέσα από τον εθελοντισμό μαθαίνουμε καλύτερα να συνεργαζόμαστε, μπορούμε να αναπτύξουμε την υπευθυνότητά μας και ίσως να μπορέσουμε να συγκροτήσουμε και μία ομάδα μόνοι μας. Το γεγονός αυτό αποτελεί και σημαντικό εφόδιο εμπειρίας για την μετέπειτα ενήλικη ζωή.

Για να απαιτήσουμε όμως από τους νέους να συμμετέχουν στα κοινά πρέπει η κάθε τοπική κοινωνία να τους ελκύσει με βάση τις αρέσκειές τους. Για παράδειγμα, θέματα όπως ο αθλητισμός, η τοπική επικαιρότητα, φεστιβάλ και συναυλίες ή και πιο απλά καθημερινά θέματα σαν την ψυχαγωγία. Θέματα δηλαδή τα οποία θα γεμίσουν τα μάτι του νέου, θα τον παροτρύνουν και θα κάνουν να συμμετάσχει στα κοινωνικά θέματα. Ως αποτέλεσμα ο νέος θα μπορέσει να προβληματιστεί και να καλλιεργήσει τον πνευματικό του κόσμο.

Ακόμα και αν ένας νέος δεν θέλει να πάρει μέρος σε κάτι μεγάλο για εκείνον, μπορεί να ξεκινήσει στην πρώτη μικρή κοινωνία που αντικρίζουμε που είναι το σχολείο. Μπορεί να συμμετέχει σε εκδηλώσεις,

να παίρνει μέρος στις εκλογές των πενταμελών και των δεκαπενταμελών αναλόγως, να εκφράζει τα παράπονά του ώστε να ακουστεί και να εξασφαλίζει κάτι καλύτερο για εκείνον και για τους συμμαθητές του, όπως για παράδειγμα να απαιτήσει την διόρθωση των υποδομών του σχολείου. Παίρνοντας λοιπόν μέρος στις αποφάσεις του σχολείου ο νέος αποκτάει συνείδηση και μπορεί στο μέλλον του να εξελιχτεί σε έναν ενήλικα πλήρως ενεργό σε κοινωνικά ή πολιτικά θέματα έχοντας πλήρη γνώση των εξελίξεων

Η σημερινή νεολαία σε σχέση με κάθε άλλη γενιά έχει ευαισθητοποιηθεί δραματικά σε θέματα όπως η οικολογία. Αρχίζουν να δρουν κατάλληλα και παίρνουν διάφορες αποφάσεις μέσα στα σχολεία αλλά και εξωσχολικά για την δημιουργία ενός καλύτερου περιβάλλοντος. Μπορείτε μέσω των σχολείων και φίλων σαν να ενημερωθείτε για διάφορες δράσεις δεντροφύτευσης, αναδάσωσης ή και να κάνετε πιο πράσινα και οικολογικά τα σχολεία σας φυτεύοντας πρασινάδα, λουλούδια και μικρά δέντρα, φτιάχνοντας παρτέρια ή ακόμα ακλουθώντας τα παραδείγματα των σχολείων στο εξωτερικό κάνοντας μια οικολογική καντίνα χωρίς πλαστικές συσκευασίες, με φιλικά προς το περιβάλλον προϊόντα και κάνοντας κομποστοποίηση. Δεν θα ήταν μια καλή αρχή για να αποκτήσουμε καλύτερη οικολογική συνείδηση; Αυτά τα πρέπει, οι απαιτήσεις και οι συμβουλές μας βοηθάνε να φτιάξουμε ένα καλύτερο μέλλον για εμάς αλλά και για τις υπόλοιπες γενιές από πίσω μας. Είμαστε η γενιά που έχει την ελπίδα και την αισιοδοξία για την αλλαγή των πραγμάτων και αυτό μας καθιστά και την γενιά μίας σύγχρονης αναγέννησης. Βάζοντας ο καθένας το δικό του λιθαράκι και παρακάμπτοντας –με μέτρο– τις μη ευνοϊκές συντηρητικές απόψεις και αυτές που μας κρατάνε στο περιθώριο, μπορούμε όλοι μας να γίνουμε ενεργοί πολίτες και να εξασφαλίσουμε το δικό μας προοδευτικό μέλλον.

ΠΟΡΕΙΑ ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑΣ

Η ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΚΑΙ ΤΟ ΒΙΩΜΑ ΤΗΣ ΔΙΕΜΦΥΛΙΚΟΤΗΤΑΣ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ **ΣΙΤΑΡΑΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ • ΠΡΩΤΟΠΑΠΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ**
• ΣΜΥΡΝΙΟΥΔΗ ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ • ΣΤΟΥΠΑΚΗ ΦΩΤΕΙΝΗ
• ΦΟΥΛΗΣ ΛΕΥΤΕΡΗΣ

Με αφορμή την διεθνή ημέρα διεμφυλικής ορατότητας (31^η Μαρτίου), αποφασίσαμε να πάρουμε συνέντευξη από δύο διεμφυλικά (transgender) άτομα, με διαφορετική ταυτότητα φύλου το καθένα.

Ο James, μόνιμος κάτοικος Λονδίνου τα τελευταία 6 χρόνια και απόφοιτος του σχολείου μας, δέχτηκε να μοιραστεί μαζί μας την πορεία του από τα σχολικά του χρόνια έως σήμερα.

Παράλληλα, μία μαθήτριά 17 χρονών που φοιτά στο 3ο ΓΕΛ Χίου, αποφάσισε να μας μιλήσει για την ζωή της στο σχολικό περιβάλλον και πώς εκείνη έχει καταφέρει να φτάσει στο σημείο αυτό. Να σημειωθεί, πως σε αντίθεση με τον James, η συμμαθήτριά μας λόγω της ηλικίας της δεν έχει ολοκληρώσει ακόμη την φυλομετάβαση της.

Ξεκινώντας με τον Τζέιμς, τον ρωτήσαμε:

Πώς θα περιέγραφε τη δυσφορία φύλου;

Είναι λες και το σώμα δεν είναι δικό σου, σαν να μην είσαι εσύ. Από τότε που άρχισα την ορμονοθεραπεία ξεκίνησα επιτέλους να βλέπω εμένα. Το κακό με τη δυσφορία φύλου είναι ότι δεν υπάρχει δυνατότητα ελέγχου. Οι γιατροί δεν μπορούν να μας βοηθήσουν πάντα παρόλο που εμείς έχουμε ανάγκη την στήριξη και τη βοήθεια τους. Έχει αποδειχτεί ότι μεγάλο ποσοστό διεμφυλικών ατόμων μετά την φυλομετάβαση ζουν ευτυχισμένα τη ζωή τους. Αυτό επομένως σημαίνει πως μπορούμε να νικήσουμε ακόμη και τον μεγαλύτερο εχθρό μας, την δυσφορία φύλου. Είναι μια συνθήκη ψυχοφθόρα, δεν είναι στο μυαλό μας. Οι μόνοι που μπορούν να μας «απελευθερώσουν» είναι οι γιατροί.

Πότε κατάλαβες ότι ήσουν διεμφυλικός;

Από πολύ νωρίς, ήδη από παιδάκι ένιωθα και συμπεριφερόμουν σαν αγόρι. Ωστόσο δεν ήξερα πως να εκφράσω αυτό που μου συνέβαινε. Το γεγονός ότι η Χίος είναι μια κλειστή κοινωνία δυσκόλευε την κατάσταση. Δεν γνώριζα άλλα παιδιά, όμοια με εμένα ώστε να μην αισθάνομαι τόσο μόνος. Πρώτη φορά που μου μπήκαν υποψίες πως ίσως είμαι διεμφυλικός, ήταν σε μικρή ηλικία. Αφορμή υπήρξε μία ταινία που είδα με τον ξάδερφο μου. Στην ταινία αυτή υπήρχε ένα άτομο διαφορετικό από τα άλλα, ντύνονταν με γυναικεία ρούχα αν και ήταν άντρας. Αυτό στο παιδικό μου μυαλό προκάλεσε σύγχυση. Ο ξάδερφος μου, ευτυχώς, ήταν σε θέση να μου εξηγήσει τι

είναι διεμφυλισμός.

Πώς ήταν η σχολική σου εμπειρία; Πώς σου συμπεριφέρθηκε η σχολική κοινότητα;

Τα πιο δύσκολα χρόνια για μένα ήταν αυτά του Γυμνασίου. Αντιμετώπιζα κοινωνικό αποκλεισμό εξαιτίας της διαφορετικότητας μου σε σχέση με τους συνομηλίκους μου. Αργότερα, στο Λύκειο, επειδή ήταν πλέον γνωστό ότι ήμουν διεμφυλικός, δεν προκαλούνταν τόσο έντονες αντιδράσεις. Οι καθηγητές ήταν καλοί μαζί μου, παρόλα αυτά δεν ήμουν από τους καλύτερους μαθητές λόγω της εσωτερικής μου σύγχυσης.

Στη συνέχεια, ένα παιδί του σχολείου μας ανωνυμικά απάντησε με μεγάλη ειλικρίνεια στην παρακάτω ερώτηση:

Πώς αντιμετωπίσθηκες από το οικογενειακό και το σχολικό σου περιβάλλον;

Όσο αφορά το οικογενειακό μου περιβάλλον. Σοκ! Πιστεύω ότι είναι η λέξη που αρμόζει ακριβώς στην ατμόσφαιρα που επικρατούσε. Στην αρχή ήταν δύσκολα. Πίστευα ότι δεν θα με καταλάβαιναν. Αλλά οφείλω να ομολογήσω παρόλο που δεν με καταλάβαιναν στο 100% όμως σε ένα μεγάλο ποσοστό του, βασικό παράγοντα αποτέλεσε ο χρόνος. Έτσι μετά από αυτήν μου την απόφαση οι γονείς μου με στήριξαν σε κάθε μου επιλογή και συνέχισαν να με αγαπούν όπως θα έκανε ένας σωστός γονέας.

Στο σχολικό περιβάλλον δυστυχώς υπήρξαν πολλά περιστατικά τα οποία λίγες φορές βασιζόταν μόνο από ένα άτομο. Ομάδες ολόκληρες καθημερινά δημιουργούσαν μία πληθώρα σχολίων προς το πρόσωπο μου πράγμα που πολλές φορές προσπαθούσα να το ξεχάσω αλλά στην πραγματικότητα μου διέλυε την ψυχολογία. Δεν μπορείς να φανταστείς πως είναι να πηγαίνεις στο σχολείο στο μέρος που ουσιαστικά πρέπει να πειθαρχείς και να σε χαρακτηρίζουν με το ουδέτερο φύλλο σαν να μην ανήκεις πουθενά. Σκέφτηκα ότι τα άτομα αυτά μπορεί να μην είχαν τις κατάλληλες γνώσεις για αυτό τον λόγο μάλλον αμφισβητούσαν και την ύπαρξή μου. Όμως μέσα σε αυτό το χάος απέκτησα πολλούς φίλους που με στήριξαν όπως συνεχίζουν και ακόμα. Παρατήρησα μάλιστα ότι τα κορίτσια έχουν μεγαλύτερη κατανόηση από τα αγόρια αλλά σίγουρα υπάρχουν και εξαιρέσεις αγοριών. Μπορώ να κατανοήσω το γιατί αλλά δεν θα ήθελα να το αναλύσω γιατί θα ακουστεί αρκετά στερεοτυπικό και δεν θα το προτιμούσα. Απλά η γυναικεία φύση πιστεύω ωριμάζει πιο γρήγορα.

ΣΥΛΛΑΜΒΑΝΕΣΤΕ: ΕΙΠΕ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΜΑΣ

ΓΡΑΦΟΥΝ ΟΙ ΠΥΛΙΑΡΟΥ ΜΑΡΙΑ • ΣΤΑΜΠΑΣ ΖΑΝΝΗΣ • ΣΤΑΥΡΙΝΟΥΔΗ ΡΑΦΑΕΛΑ-ΜΑΡΚΕΛΛΑ • ΦΥΚΑΡΗΣ ΣΤΑΥΡΟΣ • ΨΥΧΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ

Το αποτύπωμα άνθρακα είναι συνολικά τα αέρια του θερμοκηπίου (CO₂ και CH₄) που εκπέμπονται στην ατμόσφαιρα από συγκεκριμένες ανθρώπινες δραστηριότητες. Περιλαμβάνει την ενέργεια που χρησιμοποιείται για την τροφοδοσία των σπιτιών, το αέριο που χρησιμοποιείται για τα οχήματα, μέχρι την παραγωγή, τη μεταφορά και την απόρριψη των προϊόντων που καταναλώνουμε.

Τα αέρια του θερμοκηπίου παγιδεύουν τη θερμότητα στην ατμόσφαιρα της Γης, οδηγώντας την στην υπερθέρμανση του πλανήτη και την κλιματική αλλαγή. Στο σχολείο μας αφού ανιχνεύσαμε τους όρους «κλιματική κρίση» και «αποτύπωμα άνθρακα», μετρήσαμε μέσα από τις καθημερινές μας συνήθειες ποιες σχετίζονται ή συμβάλλουν στην κλιματική



κρίση και φτιάξαμε το δικό μας «ανθρακογράφημα». Καταλήξαμε στο ότι τα κάνουμε όλα λάθος.

Ας αρχίσουμε από το πρωινό ξύπνημα: από τη νύστα μας δεν κλείνουμε τη βρύση όταν πλένουμε δοντάκια, τoσσιέρες, βραστήρες και πιστολάκια παίρνουν φωτιά (γνωρίζετε όλοι πόσο ενεργοβόρα είναι κι ας μην τα πιάνει το μάτι μας), ξεχνάμε τα φώτα αναμμένα και φεύγουμε. Και αν ρωτήσετε πώς πάμε σχολείο... Η απάντηση είναι απογοητευτική.

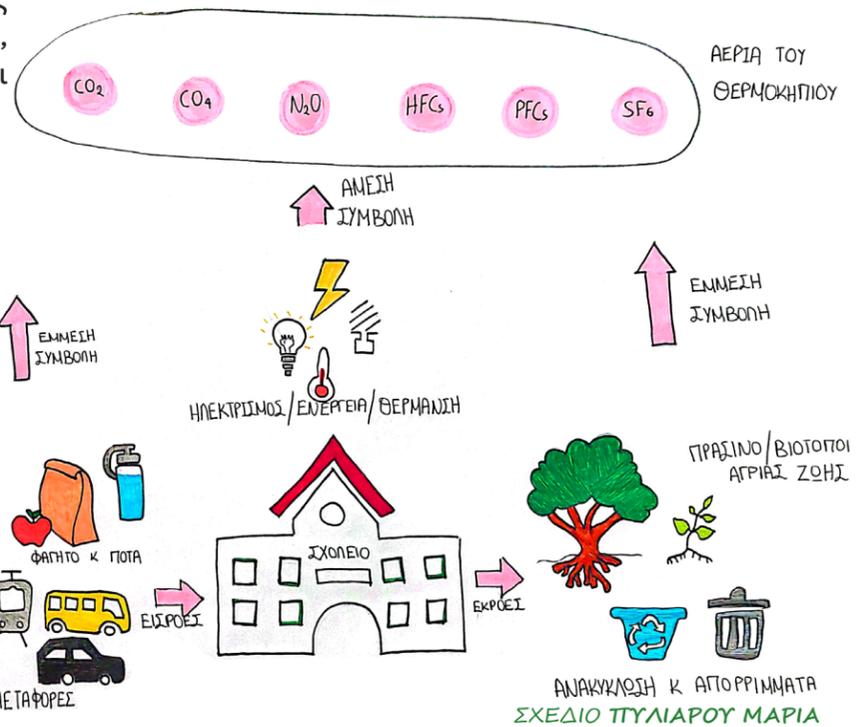
Σε σύνολο 200 μαθητών και 27 καθηγη-

τών, μόνο 5 μαθητές έρχονται με ποδήλατο, 30 με τα πόδια και οι υπόλοιποι με μέσα μαζικής μεταφοράς, ιδιωτικά αυτοκίνητα και δίκυκλα. Παρόμοια κατάσταση παρατηρείται κατά τη διάρκεια των μαθημάτων: φωτοτυπίες, χαρτιά, διδακτικά βιβλία, βιβλία ύλης, απουσιολόγια, τόνοι χαρτιού καταναλώνονται κάθε χρόνο. Όσο για τη θέρμανση, κεντρική με πετρέλαιο, σύστημα κλιματισμού και ανεμιστήρες για τις ζεστές μέρες του καλοκαιριού, καθώς και φώτα αναμμένα τις ηλιόλουστες μέρες του χρόνου.

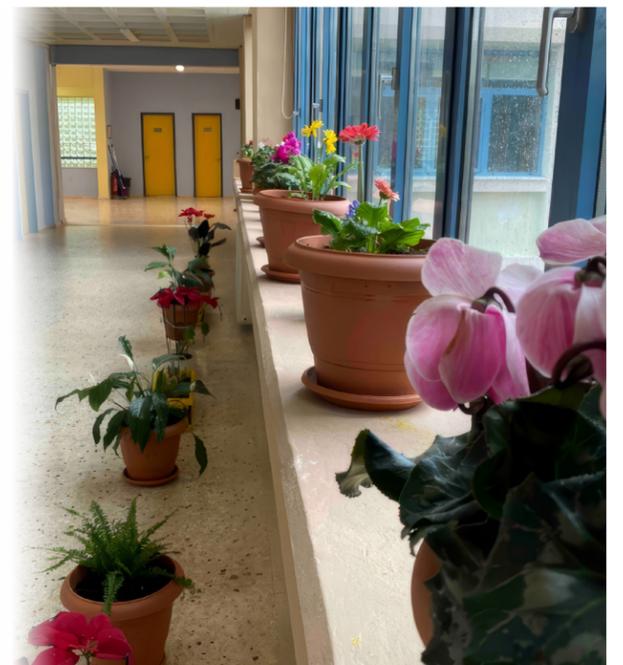
Στο διάλειμμα κυκλοφορούν παντού ελεύθερα αλουμινόχαρτα, πλαστικά σακουλάκια, χαρτί περιτυλίγματος για σάντουιτς, τυρόπιτες, κουλούρια και πλαστικά μπουκαλάκια για νερό και χυμό. Μετά από όλα αυτά βέβαια θα μπορούσατε να σκεφτείτε ότι το αποτύπωμα άνθρακα του σχολείου μας είναι σαν τα μαύρα κάρβουνα.

Ευτυχώς, τα πράγματα δεν είναι ακριβώς έτσι όπως φαίνονται: έχουμε παρέμβει για να μειώσουμε την ποσότητα νερού σε κάθε χρήση (τούβλο στο καζανάκι), ώστε να έχουμε λιγότερη κατανάλωση νερού και ενέργειας, αφού το πιεστικό θα λειτουργεί λιγότερο. Και δεν σταματάμε εδώ: φυτά και λουλούδια όχι μόνο ομορφαίνουν τους εσωτερικούς χώρους του σχολείου μας αλλά προσφέρουν και οξυγόνο.

Στον κήπο του σχολείου μας υπάρχουν δέντρα που δροσίζουν τον αέρα τις ζεστές μέρες του καλοκαιριού, προσφέρουν τη σκιά τους και, με τις ρίζες τους, κρατάνε το χώμα. Από αυτή τη χρονιά, έχουμε ξεκινήσει το φύτεμα ελαιόδεντρων στην αυλή του σχολείου μας, ώστε να μαζεύουμε τις ελιές και να παράγουμε λάδι, το οποίο θα προσφέρουμε σε ευπαθείς κοινωνικές ομάδες.



Μέσα από όλα αυτά καταλήξαμε ότι πολλές μικρές αλλαγές μπορεί να πυροδοτήσουν μια μεγάλη, σημαντική αλλαγή, κοινωνική ή οικονομική. Παράλληλα όμως οι πράξεις και οι καθημερινές μας συμπεριφορές έχουν αντίκτυπο στα πάντα γύρω μας.



Η μάχη ενάντια στην κλιματική αλλαγή δεν αφορά πλέον τις επόμενες γενιές αλλά τη δική μας. Δεν υπάρχει άλλος χρόνος για χάσιμο. Έχουμε πλέον τα μέσα, τη γνώση, την τεχνολογία και το ανθρώπινο δυναμικό να κάνουμε το βήμα προς τα εμπρός.

Εμείς ξεκινήσαμε! Εσείς τι θα κάνετε για να μειώσετε το δικό σας αποτύπωμα άνθρακα;

THE EXPERIMENTALS

Η ΜΑΘΗΤΙΚΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΟΥ
3^{ου} ΓΕΝΙΚΟΥ ΛΥΚΕΙΟΥ ΧΙΟΥ

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΕΚΔΟΣΗ ΕΝΤΥΠΟΥ ΖΑΧΑΡΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΚΕΙΜΕΝΩΝ ΓΕΩΡΓΟΥΛΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ-ΑΓΓΕΛΟΣ
ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΠΛΑΚΩΤΑΡΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ