ΕΘΝΙΚΑ ΠΑΡΚΑ
ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ
ΜΕ ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ



ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ · ΠΡΕΣΠΕΣ · ΟΛΥΜΠΟΣ · ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ · ΠΑΡΝΗΘΑ · ΟΙΤΗ · ΠΙΝΔΟΣ · ΣΑΜΑΡΙΑ

ΕΣΑΕΙ ΕΝ ΡΟΗ
ΕΚΔΟΣΕΙΣ

ΛΕΣΧΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΔΙΑΔΟΣΗ
ΤΗΣ ΝΟΗΜΑΤΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ
ΣΥΝΕΚΔΟΣΕΙΣ

ΕΘΝΙΚΑ ΠΑΡΚΑ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ

Το συγκεκριμένο τεύχος και το περιεχόμενό του αφορούν σε πρωτοβουλία επαγγελματιών στον τομέα του πολιτισμού, της εκπαίδευσης και της προαγωγής της υγείας, οι οποίοι προσέφεραν εθελοντικά τις υπηρεσίες τους με απώτερο σκοπό τη δωρεάν διάχυση και αξιοποίηση του περιεχομένου σε κάθε ενδιαφερόμενο και σε πλαίσιο κοινωνικής αλληλεγγύης, όπως ορίζεται από τις βασικές αρχές του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας και του Διεπιστημονικού του Συμποσίου.

ΕΘΝΙΚΑ ΠΑΡΚΑ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ - ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ

ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΩΤΟΤΥΠΟΥ: ΕΘΝΙΚΑ ΠΑΡΚΑ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ - ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ
Copyright © για την Ελληνική Γλώσσα, εκδότης Εσαεί εν Ροή

ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2022
ISBN: 978-618-81715-6-5
ISSN: 2241-6722

ΕΚΔΟΤΗΣ: Εσαεί εν Ροή
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: Ερατοσθένους 4, Ανθόκηποι Πολίχνης, 56429 Θεσσαλονίκη

ΣΥΝΕΚΔΟΤΗΣ: Λέσχη για τη Διάδοση της Νοηματικής Γλώσσας
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: Ελευθερίου Βενιζέλου 37, 73132 Χανιά Κρήτης



8ο Διεπιστημονικό Συμπόσιο " ο Ρόλος της Δια Βίου Μάθησης και της Διάδοσης της Νοηματικής Γλώσσας στην Ποιότητα Ζωής Κωφού & Βαρύκοου Πληθυμού.

Τόπος: Φορέας Διαχείρισης Εθνικού Δρυμού Δέλτα Νέστου-Βιστωνίδας-Ισμαρίδας
Ημ/νία: 27 Σεπτεμβρίου 2020

Η πνευματική ιδιοκτησία αποκτάται χωρίς καμία διατύπωση και χωρίς την ανάγκη ρήτρας απαγορευτικής των προσβολών της. Επισημαίνεται πάντως ότι κατά το Ν.2387/20 (όπως έχει τροποποιηθεί με το Ν. 2121/93 και ισχύει σήμερα) και κατά τη Διεθνή Σύμβαση της Βέρνης (που έχει Κυρωθεί με το Ν.100/1975) απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αποθήκευση σε κάποιο σύστημα διάσωσης και γενικά η αναπαραγωγή του παρόντος έργου, με οποιοδήποτε τρόπο ή μορφή, τμηματικά ή περιληπτικά, στο πρωτότυπο ή σε μετάφραση ή άλλη διασκευή, χωρίς γραπτή άδεια του εκδότη.

ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ & ΔΟΜΗ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟΥ
Καβαζίδου Ελένη

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ & ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ
Τσιλόπουλος Ραφαήλ

ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΟΜΑΔΩΝ & ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΝΟΤΗΤΩΝ
Αντωνοπούλου Σοφία | Εθνικό Πάρκο ΟΙΤΗΣ
Ζέρβα Αικατερίνη | Εθνικό Πάρκο ΠΙΝΔΟΥ
Ιορδανίδου Μάρθα | Εθνικό Πάρκο ΠΡΕΣΠΩΝ
Καβαζίδου Ελένη |Εθνικό Πάρκο ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ
Καρολίδου Σωτηρία | Εθνικό Πάρκο ΟΛΥΜΠΟΥ
Κυνδελέρου Δάφνη | Εθνικό Πάρκο ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ, ΒΙΣΤΩΝΙΔΑΣ-ΙΣΜΑΡΙΔΑΣ
Μαρματάκη Αρετή | Εθνικό Πάρκο ΣΑΜΑΡΙΑΣ & ΠΡΟΣΤ. ΠΕΡΙΟΧΩΝ ΔΥΤΙΚΗΣ ΚΡΗΤΗΣ
Στούμπου Ειρήνη | Εθνικό Πάρκο ΠΑΡΝΗΘΑΣ

ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗ ΟΜΑΔΑ

Αντωνοπούλου Σοφία
Βαγιωνάκη Ελενη
Ζέρβα Αικατερίνη
Ιορδανίδου Μάρθα
Καβαζίδου Ελένη
Καρολίδου Σωτηρία
Κολιούσκα Χριστιάνα
Κυνδελέρου Δάφνη
Μάγκου Αναστασία
Μαρματάκη Αρετή
Μουδατσάκη Ελένη
Πετρίδου Χαριτίνη
Στούμπου Ειρήνη
Φιλιππάκη Αμαλία
Χαναγκιάν Κάρεν

ΧΑΡΤΟΓΡΑΦΗΣΗ
Δήμου Αθανάσιος

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ
από τις Μονάδες Διαχείρισης Εθνικών Πάρκων υπαγόμενων στον Οργανισμό Φυσικού Περιβάλλοντος και Κλιματικής Αλλαγής (ΟΦΥΠΕΚΑ)

ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ | υπεύθυνος επικοινωνίας: Βαρβαρήγος Γεώργιος
ΠΑΡΝΗΘΑΣ | υπεύθυνες επικοινωνίας: Μιχελάκη Γιούλη & Βοτάκη Γεωργία
ΠΡΕΣΠΩΝ | υπεύθυνη επικοινωνίας: Γκώγκου Τριανταφυλλιά
ΣΑΜΑΡΙΑΣ & ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΜΕΝΩΝ ΠΕΡΙΟΧΩΝ ΔΥΤΙΚΗΣ ΚΡΗΤΗΣ | υπεύθυνη επικοινωνίας: Αξυπολίτου Μαρία
ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ, ΒΙΣΤΩΝΙΔΑΣ-ΙΣΜΑΡΙΔΑΣ | υπεύθυνη επικοινωνίας: Χατζηεφραιμίδου Γεωργία
ΠΙΝΔΟΥ | υπεύθυνη επικοινωνίας: Παπιγκιώτη Αλεξάνδρα
ΟΙΤΗ | υπεύθυνη επικοινωνίας: Σταμέλου Αύρα

και από τον Ελληνικό Ορειβατικό Σύλλογο ΒΡΟΝΤΟΥΣ περί των προσβάσιμων ορειβατικών διαδρομών στο Εθνικό Πάρκο του Ολύμπου, Γάκης Ιωάννης, Σπανός Γεώργιος, Τσουρής Ελευθέριος.

ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΦΟΡΕΙΣ ΕΘΝΙΚΩΝ ΠΑΡΚΩΝ

Φορέας Διαχείρισης
ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ
ΒΙΣΤΩΝΙΔΑΣ-ΙΣΜΑΡΙΔΑΣ

ΦΟΡΕΑΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ
ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ΟΙΤΗΣ
ΚΟΙΛΑΔΑΣ ΣΠΕΡΧΕΙΟΥ
ΚΑΙ ΜΑΛΙΑΚΟΥ ΚΟΛΠΟΥ

Ε.Ο.Σ. ΒΡΟΝΤΟΥΣ
ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1993

ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ
PARNASSOS NATIONAL PARK

ΕΘΝΙΚΟΣ ΔΡΥΜΟΣ ΠΑΡΝΗΘΑΣ
ΔΑΣΑΡΧΕΙΟ ΠΑΡΝΗΘΑΣ

Βόρεια Πίνδος
Εθνικό Πάρκο

ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΠΡΕΣΠΩΝ

ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ
ΣΑΜΑΡΙΑ
ΔΥΤΙΚΗΣ ΚΡΗΤΗΣ
Φορέας Διαχείρισης

ΕΘΝΙΚΑ ΠΑΡΚΑ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

Εκπαιδευτικός Οδηγός για άτομα με αισθητηριακές διαταραχές.

Κωφοί & Ακούοντες εν Δράσει

Διεπιστημονικό Συμπόσιο Κωφού & Βαρήκοου Πληθυσμού

Εσαεί εν ροή, Πολιτιστικός Οργανισμός Μακεδονίας-Θράκης

Λέσχη για τη Διάδοση της Νοηματικής Γλώσσας

ΜΕ ΤΗΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΠΟΔΗΜΟΥ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΥ & ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΑΣ ΤΟΥ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΥ ΕΞΩΤΕΡΙΚΩΝ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ ΧΑΝΙΩΝ

A.ΜΕ.Α. Ν. ΧΑΝΙΩΝ

ΑΜΕΑ Ν. Χανίων

ΚΔΑΠ ΠΛΑΤΩΝ

GROMA reconstructions
ΤΕΧΝΙΚΗ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ

ΕΕΠΕΚ

Επιστημονική Ένωση για την Προώθηση της Εκπαιδευτικής Κοινότητας

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Το συγκεκριμένο πόνημα είναι απόσταγμα γνώσης έμπειρων εκπαιδευτικών του δημόσιου και ιδιωτικού τομέα, καθώς και ειδικών συνεργατών από οκτώ Εθνικά Πάρκα της Ελλάδος, φέροντας μέσα γνώση πολύτιμη για όσους επιθυμούν να ασχοληθούν με την κοινωνική ενσωμάτωση ΑμεΑ σε δραστηριότητες αναψυχής με παιδαγωγικό χαρακτήρα.

Κοινός παρονομαστής είναι η φυσική δραστηριότητα. Συν-Πεζοπορευόμενοι, συμμετέχουν κωφοί και ακούοντες, ΑμεΑ και μη, σε υπαίθριες περιηγήσεις που διανθίζονται από διερευνητική μάθηση, μαθηματική σκέψη, μνημονική ικανότητα, κοινωνικές δεξιότητες και άλλες προκλήσεις του νου και του σώματος.

Αρχικά δίνονται πληροφορίες για κάθε εθνικό πάρκο και την ιστορία του, καθώς και παράμετροι που δεν πρέπει να λησμονούμε, πολιτισμικού και τουριστικού ενδιαφέροντος. Ακολούθως, δίδονται διάφορα εκπαιδευτικά παραδείγματα, οδηγοί για αφόρμηση και δράση μέσα σε εκτεταμένους υπαίθριους περιβαλλοντικούς προορισμούς εντός ασφαλούς ζώνης όπως συστήθηκαν από ειδικούς εμπειρογνώμονες, ιθύνοντες κάθε τόπου.

Οι δραστηριότητες δύναται να εφαρμόζονται και να προσαρμόζονται σε διαφορετικούς τόπους, χαρτογραφούνται όμως σε συγκεκριμένα γεωμονοπάτια, που προτάθηκαν λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαιτερότητες και τον βαθμό προσβασιμότητας ανά αναπηρία και ηλικιακό φάσμα. Κάθε μία από τις προτεινόμενες δραστηριότητες είναι μοναδική. Αναδεικνύει ποικίλα οικολογικά θέματα και ενδείκνυται για συγκεκριμένες περιπτώσεις ευάλωτων πληθυσμών κατά περίπτωση (ανάλογα με τα γεωφυσικά χαρακτηριστικά, τον τύπο δραστηριοτήτων και τον τρόπο εφαρμογής των ασκήσεων).

Στον εκπαιδευτικό αυτό οδηγό αξιοποιούνται ψηφιακά εργαλεία προς διευκόλυνση των συμμετεχόντων και απόλαυση της νέας τεχνολογίας με έναν πιο δημιουργικό τρόπο από τον συνηθισμένο. Ευχόμαστε να συναντηθούμε όλοι μαζί σε αυτά τα μονοπάτια, πολυμορφικά και διαθεματικά, για να ανακαλύψουμε και να απολαύσουμε την ομορφιά και τον πλούτο της ελληνικής φύσης.

“Μελέτησε τη φύση, αγάπησε τη φύση, μείνε κοντά στη φύση. Δεν θα σε απογοητεύσει ποτέ.”

Frank Lloyd Wright
Αμερικανός Συγγραφέας

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ 11
ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ 18
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ-ΒΙΣΤΩΝΙΔΑΣ-ΙΣΜΑΡΙΔΑΣ 25
1.1. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ 30
1.Α. ΧΑΡΤΕΣ 36
1.Β. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ 37
1.Γ. ΦΥΛΛΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 39
1.Γ1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1 39
1.Γ2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2 46
1.Γ3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3 53
1.Γ4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4 60
1.Γ5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5 66
1.Γ6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6 73
1.Γ7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7 79
1.Γ8. ΣΤΑΘΜΟΣ 8 84
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΠΡΕΣΠΩΝ 93
2.1. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ 98
2.Α. ΧΑΡΤΕΣ 110
2.Α. ΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ 116
2.Γ. ΦΥΛΛΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 117
2.Γ1. ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 1 117
2.Γ2. ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 2 119
2.Γ3. ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 3 124
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΟΛΥΜΠΟΥ 137
3.1. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ 142
3.Α1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ 150
3.Α1.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1 - ΧΩΡΟΣ ΣΤΑΘΜΕΥΣΗΣ 156
3.Α2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2 - ΤΟ ΕΚΚΛΗΣΑΚΙ ΤΗΣ ΑΓΙΑΣ ΚΟΡΗΣ ΑΠΟ ΨΗΛΑ 160
3.Α3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3 - ΜΙΑ ΜΙΚΡΗ ΣΤΑΣΗ ΚΑΠΟΥ ΣΤΟ ΜΕΣΟ ΤΗΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ 164
3.Α4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4 - ΠΡΟΑΥΛΙΟ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΑΓΙΑΣ ΚΟΡΗΣ 168
3.Α5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5 - ΜΙΑ ΣΠΗΛΙΑ, ΜΙΑ ΙΣΤΟΡΙΑ. Η ΣΠΗΛΙΑ ΤΗΣ ΑΓΙΑΣ ΚΟΡΗΣ 173
3.Α6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6 - Η ΔΡΟΣΕΡΗ ΑΝΑΠΑΥΛΑ ΣΤΟΝ ΚΑΤΑΡΡΑΚΤΗ 176
3.Α7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7 - ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΣΤΗΝ ΑΦΕΤΗΡΙΑ. ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ 181
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ 187
4.1. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ 192
4.Α1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ 201
4.Α1.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1 - ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ ΗΧΩΝ 205
4.Α1.2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2 - ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΨΗΦΙΑΚΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ 208
4.Α1.3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3 - ΑΣΚΗΣΗ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΥ ΣΤΟΝ ΧΩΡΟ 211
4.Α1.4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4 - ΜΝΗΜΟΝΙΚΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ 213
4.Α1.5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5 - ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ 215
4.Α2. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΤΗΣ ΤΙΘΟΡΕΑΣ 218
4.Α2.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1 - ΕΞΟΙΚΕΙΩΣΗ ΜΕ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΓΕΩΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ 222
4.Α2.2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2 - ΕΞΟΙΚΕΙΩΣΗ ΜΕ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΓΕΩΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ 226
4.Α2.3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3 - ΕΞΟΙΚΕΙΩΣΗ ΜΕ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΠΥΞΙΔΑΣ & ΥΨΟΜΕΤΡΟΥ 229
4.Α2.4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4 - ΧΑΡΤΟΓΡΑΦΗΣΗ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ 232
4.Α2.5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5 - ΧΑΡΤΟΓΡΑΦΗΣΗ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ 235
ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΧΑΡΤΗ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ 238

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

4.Α3. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΤΟΥ ΑΪ ΓΙΑΝΝΗ ... 242
4.Α3.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1 - ΕΙΣΟΔΟΣ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ ... 248
4.Α3.2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2 - ΑΥΛΕΙΟΣ ΧΩΡΟΣ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΤΟΥ ΑΪ ΓΙΑΝΝΗ ... 251
4.Α3.3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3 - ΣΤΑΘΜΟΣ ΝΥΧΤΕΡΙΔΑ ... 254
4.Α3.4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4 - ΣΤΑΘΜΟΣ ΚΥΚΛΟΣ ... 258
4.Α3.5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5 - ΣΤΑΘΜΟΣ ΤΣΕΚΟΥΡΙ ... 262

ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΠΑΡΝΗΘΑΣ ... 269
5.1. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ... 276
5.Α1. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ "ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΚΥΚΛΟΣ" ... 285
5.Α1.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1 - Η ΕΙΣΟΔΟΣ ΤΟΥ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ "ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΚΥΚΛΟΣ" ... 292
5.Α1.2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2 - Ο ΚΥΚΛΟΣ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ... 295
5.Α1.3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3 - Η ΣΗΜΑΝΣΗ ... 298
5.Α1.4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4 - Η ΧΛΩΡΙΔΑ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ... 302
5.Α1.5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5 - Η ΧΛΩΡΙΔΑ ΚΑΙ Η ΠΑΝΙΔΑ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ... 308
5.Α1.6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6 - ΟΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΤΩΝ ΖΩΩΝ ... 313
5.Α1.7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7 - Η ΕΞΟΔΟΣ ΤΟΥ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ "ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΚΥΚΛΟΣ" ... 317
5.Α2. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ "ΚΟΚΚΙΝΟ ΤΡΙΓΩΝΟ" ... 321
5.Α2.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1 - Η ΕΙΣΟΔΟΣ ΤΟΥ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ "ΚΟΚΚΙΝΟ ΤΡΙΓΩΝΟ" ... 328
5.Α2.2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2 - ΤΟ ΕΚΚΛΗΣΑΚΙ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΠΕΤΡΟΥ ΜΟΛΑ ... 332
5.Α2.3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3 - Η ΣΗΜΑΝΣΗ, Ο ΒΡΑΧΟΣ ΚΑΙ ΤΑ ΒΡΥΑ ... 336
5.Α2.4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4 - Ο ΠΕΣΜΕΝΟΣ ΚΟΡΜΟΣ ΚΑΙ Ο ΚΥΚΛΟΣ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ... 340
5.Α2.5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5 - Η ΥΔΡΟΛΟΓΙΑ, Η ΧΛΩΡΙΔΑ ΚΑΙ Η ΠΑΝΙΔΑ ... 343
5.Α2.6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6 - ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ ΣΕ ΚΑΜΒΑ ... 348
5.Α2.7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7 - ΣΤΟΧΟΣ "ΚΟΚΚΙΝΟ ΤΡΙΓΩΝΟ" ... 351
5.Α2.8. ΣΤΑΘΜΟΣ 8 - Η ΕΞΟΔΟΣ ΤΟΥ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ "ΚΟΚΚΙΝΟ ΤΡΙΓΩΝΟ" ... 354

ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΟΙΤΗΣ ... 363
6.1. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ... 368
6.Α. ΧΑΡΤΕΣ ... 386
6.Β. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ... 388
6.Β1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1 - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΑΝΕΜΟΤΡΥΠΑ ... 390
6.Β2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2 - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΚΑΡΑΟΥΛΙ ... 403
6.Β3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3 - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΞΗΡΙΑΣ ... 406
6.Β4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4 - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΚΑΤΑΡΡΑΚΤΕΣ ... 409
6.Β5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5 - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΞΥΛΙΝΗ ΓΕΦΥΡΑ ... 414
6.Β6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6 - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΕΡΔΙΟΒΡΥΣΗ ... 416
6.Β7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7 - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΝΕΚΡΟ ΔΕΝΤΡΟ ... 426
6.Β8. ΣΤΑΘΜΟΣ 8 - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΑΜΑΛΙΟΛΑΚΑ ... 429
6.Β9. ΣΤΑΘΜΟΣ 9 - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΑΜΑΛΙΟΒΡΥΣΗ ... 432
6.Β10. ΣΤΑΘΜΟΣ 10 - ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΛΑΤΩΜΑ ... 435

ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΠΙΝΔΟΥ ... 443
7.1. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ... 448
7.Α1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ... 457
7.Α1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1 ... 459
7.Α2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2 ... 466

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ ΣΑΜΑΡΙΑΣ & ΔΥΤΙΚΗΣ ΚΡΗΤΗΣ 477
8.1. ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΠΑΡΚΟΥ 482
8.Α1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ 502
8.Α1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1 - ΕΝΑΡΞΗ ΠΕΡΙΗΓΗΣΗΣ ΣΤΟ ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ 502
8.Α2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2 - ΑΣΚΥΦΟΥ ΚΑΙ ΚΤΙΡΙΟ ΠΑΥΛΟΥ ΜΠΙΚΟΥΒΑΡΗ 504
8.Α3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3 - ΚΕΝΤΡΟ ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ, ΚΤΙΡΙΟ ΜΠΙΚΟΥΒΑΡΗ 508
8.Α4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4 - ΠΕΡΙΗΓΗΣΗ ΣΕ ΑΝΩΠΟΛΗ ΚΑΙ ΓΕΦΥΡΑ ΑΡΑΔΑΙΝΑΣ 511
8.Α5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5 - ΛΕΥΚΑ ΟΡΗ ΚΑΙ ΟΙΚΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ 513
8.Α6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6 - ΕΝΑΣ ΧΑΡΤΗΣ ΓΕΜΑΤΟΣ ΛΕΞΕΙΣ 506
8.Α7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7 - ΣΤΗΝ ΑΚΡΗ ΤΟΥ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ, ΚΑΚΟΣ ΠΟΡΟΣ 513
ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ 524
ΠΡΑΚΤΙΚΑ - ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ & ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΡΑΣΕΩΝ 533
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ 585

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ

Με ιδιαίτερη χαρά η Περιφέρεια Κρήτης - Περιφερειακή Ενότητα Χανίων συμμετείχε, για άλλη μια χρονιά, στις δράσεις του 8ου Πανελληνίου Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας ΚΩΦΟΙ ΚΑΙ ΑΚΟΥΟΝΤΕΣ ΕΝ ΔΡΑΣΕΙ, μια σημαντική διοργάνωση που αγκαλιάζει όλη την Ελλάδα, καθώς πραγματοποιείται τόσα χρόνια τώρα, σε πόλεις που καλύπτουν γεωγραφικά σχεδόν όλη την ελληνική επικράτεια, στέλνοντας τα πολύτιμα μηνύματά της σ' όλη τη χώρα.

Η συμμετοχή μας στο Φεστιβάλ υπογραμμίζει τη μέγιστη σημασία που δίνουμε στο συγκεκριμένο θεσμό. Είναι πράγματι πολύ σημαντικό για κάθε ανθρώπινη κοινότητα να προάγονται δράσεις που στοχεύουν στην εξάλειψη και στην πρόληψη φαινομένων κοινωνικού ρατσισμού, που στοχεύουν στην ανάπτυξη των σχέσεων μεταξύ όλων των μελών του κοινωνικού συνόλου, ανεξαρτήτως των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών του καθενός, που στοχεύουν στο να γίνεται πράξη το μήνυμα: «όλοι διαφορετικοί, όλοι ίσοι». Τούτα αποτελούν και το περιεχόμενο του Φεστιβάλ. Και επιπροσθέτως αναδεικνύεται με την οργάνωσή του ο εθελοντισμός ως αξία της κοινωνίας και η πολύτιμη διάσταση, για την πρόοδο και την ανάπτυξη κάθε κοινωνικού συνόλου, της έννοιας του ενεργού πολίτη.

Παρά τις δυσμενείς συνθήκες που βιώνουμε τη φετινή χρονιά, παρά το γεγονός ότι η χρονική στιγμή που είχαν προγραμματιστεί οι εκδηλώσεις του Φεστιβάλ στην πόλη μας συνέπεσε με την άρση κάθε είδους ευρείας δραστηριότητας, θα ήθελα να εκφράσω τη βαθιά μου ικανοποίηση, αφενός γιατί η σύσκεψη των συμμετεχόντων φορέων πραγματοποιήθηκε με τεράστια επιτυχία, αφετέρου γιατί τα Μέσα Μαζικής Επικοινωνίας του τόπου μας την στήριξαν με εκτενείς αναφορές, καθιστώντας κοινωνούς όλους τους πολίτες των Χανίων, τόσο του έργου που έχει επιτευχθεί, όσο και των μελλοντικών στόχων του έργου αυτού.

Εύχομαι κάθε επιτυχία στην συνέχεια του αξιόλογου αυτού θεσμού, ευχή που διαφαίνεται να γίνεται πραγματικότητα, καθώς ο σχεδιασμός για την υλοποίηση του Φεστιβάλ στη Χίο το 2021, εμπεριέχει μια σπουδαία θεματική που θα αποτελέσει ιδιαίτερο σταθμό στην ιστορία της δράσης.



Με εκτίμηση,
Ο Αντιπεριφερειάρχης Χανίων
Νικόλαος Καλογερής

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ

Χαιρετίζω την ενδιαφέρουσα εκδήλωση, δυστυχώς, όμως, δεν θα μπορέσω να παρευρεθώ, λόγω ανειλημμένων υποχρεώσεών μου εκτός Πιερίας. Ελπίζω, να μου δοθεί η ευκαιρία την επόμενη φορά να βρίσκομαι κοντά σας.

Εύχομαι, κάθε επιτυχία στη διοργάνωση και καλή δύναμη στους διοργανωτές, που είμαι σίγουρη ότι θα καταβάλλουν κάθε δυνατή προσπάθεια για την άρτια πραγμάτωσή του.



Με εκτίμηση,
Η Αντιπεριφερειάρχης Πιερίας
Σοφία Μαυρίδου

ΕΘΝΙΚΑ ΠΑΡΚΑ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ - ΒΙΣΤΩΝΙΔΑΣ - ΙΣΜΑΡΙΔΑΣ



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ - ΒΙΣΤΩΝΙΔΑΣ - ΙΣΜΑΡΙΔΑΣ

Διανύοντας τον 21ο αίώνα και παρά τον κίνδυνο που συχνά μας κρούουν διαφορετικές οργανώσεις για την καταστροφή του περιβάλλοντος γενικότερα και του οικοσυστήματος πιο ειδικά ο άνθρωπος συνεχίζει να αποτελεί απλός παρατηρητής.

Είναι αποδεκτό ότι η πολυαισθητηριακή βιωματική προσέγγιση σε αντίθεση με τη καθαρά θεωρητική/γνωστική, εκτός από την δημιουργία και κατανόηση της παρεχόμενης γνώσης **μπορεί να συντελέσει καταλυτικά στην αλλαγή των στάσεων και στην απόκτηση μια ποιο οικολογικής συνείδησης.**

Σε μια κοινωνία που αντιμετωπίζει όλους τους πολίτες της ισάξια τα άτομα με αναπηρία εξακολουθούν να έχουν λιγότερες επιλογές ειδικά σε βιωματικές δράσεις εξαιτίας των ιδιαίτερων απαιτήσεων ή και της φύσης των ιδιαιτεροτήτων τους.

Με σκοπό την παροχή ίσων ευκαιριών, **οργανώθηκαν μια σειρά από δραστηριότητες προκειμένου τα ΑμεΑ με αισθητηριακές διαταραχές ακοής και όρασης να αποκτήσουν δεξιότητες που θα τους καταστήσουν κοινωνικά υπευθύνους και κριτικά σκεπτόμενους πολίτες διαμορφώνοντας ιδία άποψη για την προστασία των απειλούμενων ζωών**, της ιχθυοπανίδας της λίμνης σε επίπεδο τοπικό, εθνικό αλλά και παγκόσμιο.

Η ομάδα του Εθνικού Πάρκου
Δέλτα Νέστου-Βιστωνίδας-Ισμαρίδας απαρτίζεται από τους εξής:

•**Κυνδελέρου Δάφνη** | kynder.d@gmail.com
Εκπαιδευτικός ΔΔΕ-Οικονομίας,
Προϊσταμένη ΚΕΠΕΑ Μαρώνειας, Ν. Ροδόπης

•**Δρ. Κολιούσκα Χριστιάνα** | christiana.koliouska@gmail.com
Δασολόγος - Περιβαλλοντολόγος ΑΠΘ

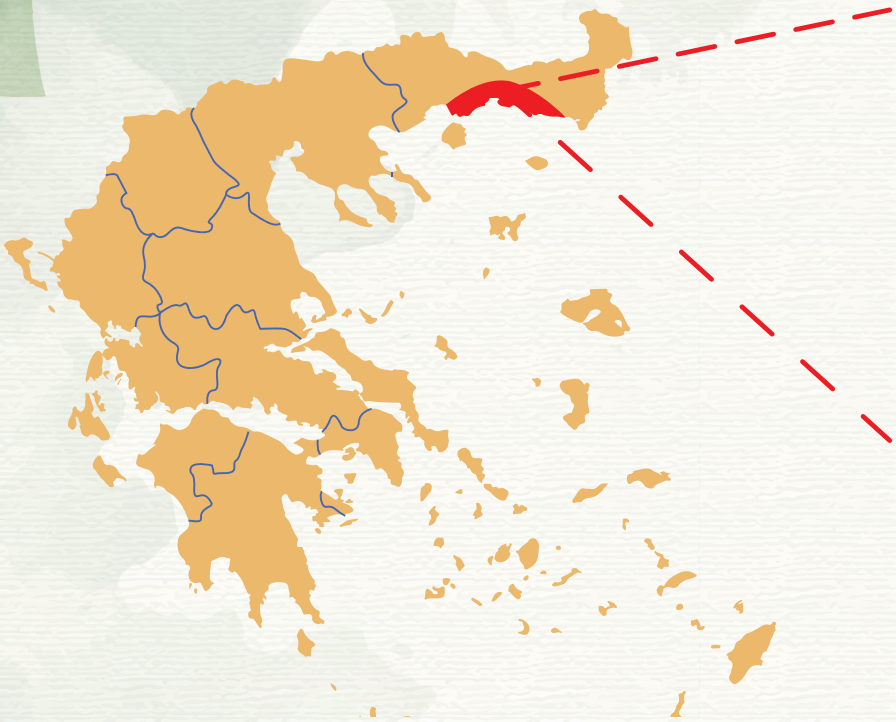
•**Δρ. Πετρίδου Χαριτίνη** | petrihar@yahoo.gr
Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής

•**Χαναγκιάν Κάρεν** | kchanagkian@uchicago.edu
Φοιτητής Τμήματος Ελληνικής Φιλολογίας

Ευχαριστίες

Θερμές ευχαριστίες στο προσωπικό του Φορέα Διαχείρισης Δέλτα Νέστου-Βιστωνίδας-Ισμαρίδας

ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ-ΒΙΣΤΩΝΙΔΑΣ-ΙΣΜΑΡΙΔΑΣ
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ





ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ

Βρίσκεται στη βόρεια Ελλάδα, στο δυτικό όριο της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης και συγκεκριμένα στο νοτιοανατολικό και νότιο τμήμα αντίστοιχα των Περιφερειακών Ενοτήτων Καβάλας και Ξάνθης.

ΒΙΣΤΩΝΙΔΑ - ΙΣΜΑΡΙΔΑ

Βρίσκεται στη βόρεια Ελλάδα, στο δυτικό όριο της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης και μοιράζονται σε δύο Περιφερειακές Ενότητες, Ξάνθης και Ροδόπης.

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ

1.1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η πρώτη σύμβαση, βάση της οποίας επικυρώθηκε η αξία και σημασία της διατήρησης των υγροβιότοπων, υπογράφηκε στις 2 Φεβρουαρίου 1971.

Στην Ελλάδα η σύμβαση Ραμσάρ εφαρμόστηκε από το 1974, στο πλαίσιο της οποία εντάχθηκαν ως υγροβιότοποι οι λίμνες Βιστωνίδα και Ισμαρίδα και το δέλτα του Νέστου. Η τελική μορφή των ορίων και των ζωνών της προστασίας του ΕΠΑΜΑΘ (Εθνικό Πάρκο Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης) ορίστηκε το 2008 (Φ.Ε.Κ. 497/Δ/17-10-2008).

Το 1996 θεσμοθετήθηκε για πρώτη φορά το ΕΠΑΜΑΘ και ταυτόχρονα περιοχές του εντάχθηκαν στο Δίκτυο Natura 2000, ενώ τα κέντρα πληροφόρησης Δέλτα Νέστου και Βιστωνίδας- Ισμαρίδας λειτούργησαν το 1998. Ο φορέας διαχείρισης Δέλτα Νέστου-Βιστωνίδας- Ισμαρίδας ιδρύθηκε το 2003, ως θεσμοθετημένο όργανο διαχείρισης του ΕΠΑΜΑΘ.

1.1.1. ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ

Βρίσκεται στη βόρεια Ελλάδα, στο δυτικό όριο της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης και συγκεκριμένα στο νοτιοανατολικό και νότιο τμήμα αντίστοιχα των Περιφερειακών Ενοτήτων Καβάλας και Ξάνθης.

1.1.2. ΒΙΣΤΩΝΙΔΑ-ΙΣΜΑΡΙΔΑ

Βρίσκονται στη βόρεια Ελλάδα, στο δυτικό όριο της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης και μοιράζονται σε δύο Περιφερειακές Ενότητες, Ξάνθης και Ροδόπης.

1.2. ΤΟ ΟΡΑΜΑ

Αξίζει εκ προοιμίου να αναφερθεί πως **το βασικότερο όραμα για τα εθνικά πάρκα του ΕΠΑΜΑθ, αποτελεί η διατήρηση και η προστασία των ειδών πανίδας και χλωρίδας, που ζουν, αναπτύσσονται και αναπαράγονται στους συγκεκριμένους υγροβιότοπους.** Η προστασία της βιοποικιλότητας και του οικοσυστήματος, δημιουργεί προεκτάσεις σε κοινωνικό, εθνικό, πολιτιστικό και διεθνικό επίπεδο. Είναι απαραίτητη η διατήρηση του οικοσυστήματος των υγροβιότοπων, καθώς επίσης και η παραγωγική διαδικασία εκμάθησης στους μαθητές και τις μαθήτριες της πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, σχετικά με τη σημασία και την αξία της τοπικής χλωρίδας και πανίδας.

1.3. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ

Σημαντικό σημείο αναφοράς για την εξέλιξη των υγροβιότοπων αποτέλεσε η ενιαία προστασία των λιμνών Βιστωνίδας και Ισμαρίδας καθώς και του υγρότοπου του Δέλτα του Νέστου. Ο ενιαίος θεσμοθετημένος φορέας διαχείρισης Δέλτα Νέστου- Βιστωνίδας-Ισμαρίδας ιδρύθηκε το 2003.

Από την άλλη πλευρά, μια σημαντική καταστροφή που αξίζει να αναφερθεί σχετικά με τους συγκεκριμένους υγροβιότοπους, είναι η σταδιακή μείωση των προστατευόμενων ειδών. Η εξαφάνιση των προστατευόμενων ειδών από τις λίμνες Βιστωνίδα- Ισμαρίδα και από τους υδροβιότοπους του Δέλτα του Νέστου, μπορούν να επιφέρουν αρκετές διαταραχές στην ισορροπία του οικοσυστήματος.

1.4. ΑΞΙΟΛΟΓΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ & ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ

Οι λίμνες Βιστωνίδα και Ισμαρίδα, όπως επίσης και ο υδροβιότοπος του Δέλτα του Νέστου, φιλοξενούν αξιόλογα ευρήματα και περιβαλλοντικούς θησαυρούς, που μπορούν να προσφέρουν στους επισκέπτες και τις επισκέπτριες πολλά βιώματα σχετικά με τη χλωρίδα και την πανίδα της περιοχής.

Οι συγκεκριμένοι υγροβιότοποι φιλοξενούν μια μεγάλη ποικιλία πανίδας και χλωρίδας. Αξίζει να αναφερθεί πως η περιοχή, στην οποία εκτείνονται οι υδροβιότοποι, είναι προσβάσιμη και μπορούν να προσεγγιστούν από ηλικιακές ομάδες διαφόρων ειδών.

1.4.1. ΓΕΩΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Τα πετρώματα που απαρτίζουν το γεωλογικό υπόβαθρο της περιοχής αποτελούν συνέχεια και είναι ίδια με αυτά που συνθέτουν την οροσειρά της Ροδόπης.

Τα πετρώματα έχουν ηλικία πολλών εκατομμυρίων ετών, ωστόσο πάνω από τα πετρώματα επικάθησαν τα υλικά που μεταφέρουν οι ποταμοί και οι χείμαρροι. **Τέτοια ιζήματα είναι αυτά που σχημάτισαν τις πεδινές εκτάσεις δυτικά της Βιστωνίδας και ανατολικά μέχρι την Ισμαρίδα.**

Τα εδάφη των υδροβιότοπων έχουν σχηματιστεί από υλικά που καθίζησαν στα περιβάλλοντα των λιμνών, κατά τον Καινοζωικό αιώνα. Τα πετρώματα που συναντώνται κυρίως είναι διάφοροι τύποι από σχιστόλιθους, κροκαλοπαγή πετρώματα και πετρώματα όπως οι ψαμμίτες. Πετρώματα σύγχρονων προσχώσεων αποτελούν οι κροκάλες, τα χαλίκια, οι άμμοι και η ιλύς.

Σχετικά με το κλίμα, η περιοχή των υδροβιότοπων ανήκει σε μια μεταβατική ζώνη ανάμεσα στα ηπειρωτικά μεσογειακά και στα γνήσια μεσογειακά κλίματα. Το χειμώνα παρατηρούνται ψυχροί άνεμοι, ενώ οι παγωνιές δεν είναι άγνωστες. Τα καλοκαίρια παρατηρούνται καταιγίδες και θύελλες. Οι βροχοπτώσεις στα πεδινά είναι λιγότερες από ότι στις ημιορεινές τοποθεσίες. Ο μέσος όρος θερμοκρασίας κυμαίνεται γύρω στους 15ºC.

1. 4.2. ΧΛΩΡΙΔΑ (αναφορά και στα διατροφικά παράγωγα)

Η χλωρίδα που παρατηρείται ποικίλει ανάλογα με τον υγροβιότοπο.

Α. Δέλτα του Νέστου

Α1. Λευκή, φυλλοβόλο δέντρο.
Α2. Σκλήθρο, δέντρο που μπορεί να φτάσει στα 25μέτρα.
Α3. Φράξος ή Μελιά, δέντρο που φτάνει τα 9 μέτρα.
Α4. Φτελιά ή Καραγάτσι, δέντρο με πυκνό βαθυπράσινο φύλλωμα.
Α5. Αγράμπελη, γνωστή ως κληματσίδα, αναρριχώμενο φυτό.
Α6. Κισσός, αναρριχώμενο φυτό.
Α7. Ψαθί και νούφαρα.

Β. Λίμνες Βιστωνίδα-Ισμαρίδα

Β1. Αρμυρήθρα, φυτό παραθαλάσσιων περιοχών.
Β2. Αρμυρίκι, δέντρο σε παραθαλάσσιες περιοχές.
Β3. Καλαμιά, υδροχαρές πολυετές αγρωστώδες φυτό.
Β4. Ψαθί ή βούρλο, φυτό σε στάσιμα ή με αργή ροή γλυκά νερά.

1.4.3. ΠΑΝΙΔΑ

Η πανίδα που παρατηρείται ποικίλει ανάλογα με τον υγροβιότοπο.

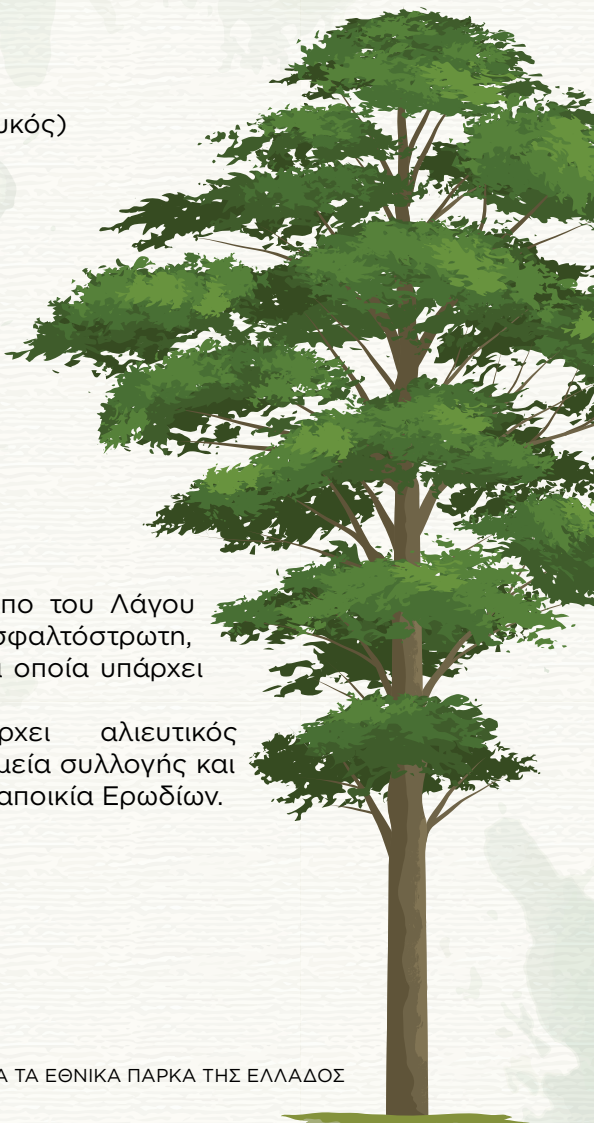
Α. Δέλτα του Νέστου

Α1. Ιχθυοπανίδα
Α1α. Τσιπούρα
Α2β. Κέφαλος
Α2. Ορνιθοπανίδα
Α2α. Αγκαθοκαλημάνα
Α2β. Αλκυόνη
Α2γ. Σταχτοτσικνιάς
Α2δ. Λευκοτσικνιάς
Α2ε. Καλαμόκιρκος
Α2στ. Χαλκοκουρούνα
Α2ζ. Ασβός
Α2η. Σκαντζόχοιρος



Β. Λίμνες Βιστωνίδα- Ισμαρίδα

Β1. Ορνιθοπανίδα
Β1α. Κεφαλούδι
Β1β. Πελεκάνος
Β1γ. Αβοκέτα
Β1δ. Βαρβάρα
Β1ε. Σταχτοτσικνιάς
Β1στ. Λευκοτσικνιάς
Β1ζ. Γελαδάρης
Β1η. Χαλκόκοτα
Β1θ. Βουβόκυκνος
Β1ι. Θαλασσαετός
Β1κ. Κιρκινέζι
Β1λ. Φοινικόπτερο
Β1μ. Χουλιαρομύτα
Β1ν. Πελαργός (Μαύρος ή Λευκός)
Β2. Ιχθυοπανίδα
Β2α. Χέλι
Β2β. Κέφαλος
Β2γ. Θρίτσα
Β2δ. Αλαία
Β3. Ασπόνδυλα
Β3α. Ελαφροκάνθαρος
Β3β. Μπλέ λιβελούλα
Β4. Αμφίβια
Β4α. Στικτή νεροχελώνα
Β4β. Πηλοβάτης



1.4.4. ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΤΟΠΙΟΥ

Η διαδρομή στον υδροβιότοπο του Λάγου είναι ως επί το πλείστον ασφαλτόστρωτη, εκτός από ορισμένα σημεία στα οποία υπάρχει χωματόδρομος.

Στον υδροβιότοπο, υπάρχει αλιευτικός συνεταιρισμός, όπως επίσης, σημεία συλλογής και αναπαραγωγής ψαριών. Λιμάνι- αποικία Ερωδίων.

1.4.5. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Α. Θρησκευτικός Πολιτισμός

Συνδυασμός υδροβιότοπων με τη μονή Αγίου Νικολάου

Β. Αγροτικός Πολιτισμός

Ανακάλυψη του πρωτογενή τομέα, μέσω των διαδρομών στους υδροβιότοπους.

Γ. Εθνικός πολιτισμός

Διατήρηση της εθνικής υπόστασης των υδροβιότοπων και των εκάστοτε χαρακτηριστικών των ειδών πανίδας και χλωρίδας που υπάγονται σε αυτούς.

Δ. Περιβαλλοντικός πολιτισμός

Προσπάθεια ανάδειξης και προστασίας του περιβάλλοντος και του οικοσυστήματος.

1.4.6. ΑΝΑΨΥΧΗ & ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

Πεζοπορία, εφαρμογή της βηματομετρικής μεθόδου Φυσιολατρία, δραστηριότητες παρατήρησης της πανίδας και της χλωρίδας.

Παρατήρηση πουλιών στην κοίτη του ποταμού και στο παραποτάμιο δάσος, καθώς και στις λιμνοθάλασσες.

Ευαισθητοποίηση για το οικοσύστημα, μέσω δραστηριοτήτων συλλογής στοιχείων και δεδομένων σχετικών με τους υδροβιότοπους.

Α
ΧΑΡΤΕΣ

ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ, ΤΟ ΠΑΡΚΟ ΚΑΙ Ο ΓΕΩΦΥΣΙΚΟΣ ΧΑΡΤΗΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ



Β
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

1.Β1. ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

Το μονοπάτι επιλέχτηκε έτσι ώστε να ανταποκρίνεται στην ομάδα στόχο. Έτσι πέρα από την εύκολη πρόσβαση από την εθνική οδό είναι βατό χωρίς να αντιμετωπίσουν προβλήματα κατά την πεζοπορία οι συμμετέχοντες. **Επιπλέον δίνει την δυνατότητα παραίτησης της βιοποικιλότητας με τον πλέον ιδανικό τρόπο καθώς δημιουργεί την αίσθηση ότι κάποιος διασχίζει τη λίμνη**. Επιλέχθηκε, επίσης, γιατί περνάει από τα σημαντικότερα σημεία ενδιαφέροντος της περιοχής.

1.Β2. ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

Η συγκεκριμένη διαδρομή συνδυάζει τη χλωρίδα και την πανίδα της περιοχής σε μια εύκολη και προσβάσιμη διαδρομή. Με αυτόν τον τρόπο, τα φύλλα εργασίας διαμορφώθηκαν με βάση τα χαρακτηριστικά του κάθε σταθμού για την κάθε ομάδα-στόχο, έχοντας ως σκοπό την ανάδειξει του υγροβιότοπου.

1.Β3. ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι συμμετέχοντες με ευχάριστο, διασκεδαστικό και βιωματικό τρόπο αναμένεται να αντιληφθούν και να κατανοήσουν την εμπλοκή του ανθρώπου στη λειτουργία του οικοσυστήματος (χλωρίδας και πανίδας).

Βασικός στόχος είναι να μπορούν να γνωρίσουν τα είδη που συνθέτουν ένα οικοσύστημα, να μπορούν να περιγράφουν τα βασικά χαρακτηριστικά τους, να αναγνωρίζουν την αξία αλλά και το τρόπο που ο άνθρωπος, ως καταναλωτής οφείλει να λειτουργεί για την αποτροπή των ανισορροπιών του οικοσυστήματος.

Απώτερος στόχος είναι στο τέλος της δράσης μέσω της επαφής με το φυσικό περιβάλλον και πιο συγκεκριμένα με τον υδροβιότοπο οι συμμετέχοντες να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα σχετικά με την ιχυθοπανίδα της περιοχής έτσι ώστε να γίνουν ενεργοί πολίτες.

1.Β4. ΠΡΟΣΔΩΚΟΜΕΝΗ ΠΡΟΣΤΙΘΕΜΕΝΗ ΑΞΙΑ

Αποβλέπει στην **προσέλκυση του ενδιαφέροντος, την ευαισθητοποίηση, τη συνειδητοποίηση της αναγκαιότητας επιβίωσης όλων των ειδών αλλά και του ρόλου τους στη λειτουργία και τη διατήρηση στης ισορροπίας του οικοσυστήματος.**

Ειδικότερα αναμένεται οι συμμετέχοντες να συνειδητοποιήσουν ότι δεν είναι απλοί παρατηρητές της καταστροφής που επιτελείται αλλά αποτελούν μέρος της και οφείλουν να ενεργούν με αίσθημα ευθύνης αναλαμβάνοντας δράση όπου και όταν απαιτείται.

1.Β5. ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΠΟΝΔΥΛΟΕΙΔΟΥΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ ΤΗΣ

Εδώ αναφέρεται πώς συνδέονται οι σπόνδυλοι/σταθμοί μεταξύ τους (παιχνίδι θησαυρού, παζλ μίας ευρύτερης εικόνας/αντίληψης, πολυθεματική προσέγγιση του ίδιου αντικειμένου ή άλλο).

Ολοκληρώνοντας την προτεινόμενη διαδρομή, οι συμμετέχοντες θα έχουν περάσει από σταθμούς στους οποίους θα έχουν ενημερωθεί για την βιοποικιλότητα της περιοχής, για την αναγκαιότητα και τους τρόπους προστασίας του φυσικού περιβάλλοντος.







Γ
ΦΥΛΛΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

1.Γ1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1

Σκοπός: Γνωριμία μεταξύ μαθητών και εκπαιδευτικών
Κατάλληλο για: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 3-5 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία, Συνεργασία, Κριτική Σκέψη, Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Στο πρώτο φύλλο εργασίας, οι μαθητές **θα είναι σε θέση να γνωριστούν μεταξύ τους, αλλά και με τους ξεναγούς της διαδρομής.** Όλοι οι μαθητές, ενώ θα βρίσκονται σε κύκλο θα αναφέρουν το αγαπημένο τους ζώο, ενώ στη συνέχεια θα μάθουν δύο βασικούς όρους (πανίδα, χλωρίδα), οι οποίοι θα είναι χρήσιμοι για τους επόμενους σταθμούς. Στο πρώτο φύλλο εργασίας, δίνεται στους μαθητές ένας κατατοπιστικός χάρτης για τους σταθμούς που θα ακολουθήσουν.

ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Το πρώτο φύλλο εργασίας, που αποτελεί μέσο γνωριμίας μεταξύ μαθητών και εκπαιδευτικών, είναι προσαρμοσμένο και για τυφλούς μαθητές. Η διαδικασία γνωριμίας είναι παρόμοια, όπως αναφέρεται παραπάνω. **Η διαφορά έγγυται στο γεγονός ότι οι τυφλοί μαθητές χρησιμοποιούν μια μπάλα με κουδουνάκι, ώστε να μπορούν να ανταποκριθούν στο ηχητικό ερέθισμα που προκαλεί η μπάλα.**

1.Γ1. ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΓΝΩΡΙΜΙΑΣ

Ομάδα-στόχος: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 3-5 λεπτά
Στόχοι:
Οι μαθητές θα είναι σε θέση:
-Να γνωρίσουν τους οργανωτές της διαδρομής. (γνωστικός τομέας)
-Να κατανοήσουν τη διαφορά ανάμεσα στη χλωρίδα και στην πανίδα.
-Να ενημερωθούν σχετικά με τη διαδρομή που θα ακολουθήσουν στη συνέχεια.
-Να ευαισθητοποιηθούν για την πανίδα και τη χλωρίδα της περιοχής. (συναισθηματικός τομέας)

1.Γ1.1. ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΜΑΣΤΕ





PHOTO: Λιμνοθάλασσα Βιστωνίδας

1.Γ1.2. ΑΣ ΓΝΩΡΙΣΤΟΥΜΕ



Είμαι η Δέσποινα και το αγαπημένο μου ζώο είναι .....

Είμαι η Μαρία και το αγαπημένο μου ζώο είναι .....





Επ παιδιά! Είμαι και εγώ εδώ! Το δικό μου αγαπημένο ζώο είναι ο πελεκάνος. **Έχω μια απορία! Τα ζώα ανήκουν στην χλωρίδα ή στην πανίδα;**

Τα ζώα, όπως εγώ που είμαι αλεπού, ανήκουμε στην πανίδα! Εσύ που είσαι μπρόκολο ανήκεις στη χλωρίδα!



1.Γ1.3. ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ ΓΙΑ ΑμεΑ ΜΕ ΣΟΒΑΡΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΟΡΑΣΗΣ

-Ας γνωρίσουμε αυτόν που πιάνει τη μπάλα.

-Αφού κάτσουμε στον κύκλο θα γνωριστούμε μεταξύ μας **χρησιμοποιώντας μια μπάλα με κουδουνάκι.**





1.Γ1.4. ΠΑΜΕ ΝΑ ΔΟΥΜΕ ΤΙ ΘΑ ΕΞΕΡΕΥΝΗΣΟΥΜΕ ΣΗΜΕΡΑ





Μέχρι να φτάσουμε στον προορισμό μας, **θα μάθουμε χρήσιμες πληροφορίες για την πανίδα και τη χλωρίδα της περιοχής**, πάνω απ' όλα όμως, θα γίνουμε και εμείς εξερευνητές αυτού του τόπου.

Ετοιμαστείτε, **το ταξίδι ξεκινάει!**



1.Γ2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2

Σκοπός: Γνωριμία με την πανίδα της περιοχής
Κατάλληλο για: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 5-10 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 4

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία, Συνεργασία, Κριτική Σκέψη, Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Στο δεύτερο φύλλο εργασίας, οι μαθητές **θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τα διάφορα είδη της εγχώριας ορνιθοπανίδας και να παρατηρούν τα χαρακτηριστικά των πτηνών.** Θα κάνουν αναγνώριση των πτηνών που απεικονίζονται στο φύλλο εργασίας και θα καταγράψουν τα χαρακτηριστικά του κάθε είδους, όπως το ύψος, το βάρος και την εποχή μετανάστευσής τους. Στη συνέχεια, οι μαθητές θα ενημερωθούν για την ιεραρχία στα σμήνη αλλά και την εποχή.

ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Το δεύτερο φύλλο εργασίας, που αποτελεί για τους μαθητές εργαλείο για την αναγνώριση των ειδών της ορνιθοπανίδας **είναι προσαρμοσμένο και για μαθητές ΑμεΑ (με σοβαρές, μέτριες, ή ήπιες διαταραχές όρασης και ακοής).** Η διαδικασία ολοκλήρωσης των δραστηριοτήτων είναι παρόμοια, όπως αναφέρεται παραπάνω.

1.Γ2. ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΓΝΩΣΕΩΝ

Τίτλος: Τί γνωρίζετε για τα πουλιά;
Ομάδα-στόχος: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 5-10 λεπτά
Οι μαθητές θα είναι σε θέση:
-Να αναγνωρίζουν τα διάφορα είδη της εγχώριας ορνιθοπανίδας.
-Να παρατηρούν τα χαρακτηριστικά των πτηνών.

1.Γ2.1. ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΜΑΣΤΕ



PHOTO: Λιμνοθάλασσα Λαγός



Επ παιδιά! Είμαι και εγώ εδώ! Το δικό μου αγαπημένο ζώο είναι ο πελεκάνος. **Έχω μια απορία! Τα ζώα ανήκουν στην χλωρίδα ή στην πανίδα;**

Γεια σας παιδιά! Είμαι ο Ντάνος Πελεκάνος και **μαζί θα μιλήσουμε για την ορνιθοπανίδα της περιοχής.** Πάρτε μολύβια και τα σημειωματάριά σας και ξεκινάμε!





Αλήθεια, πόσα είδη πουλιών ζουν ή επισκέπτονται τη λίμνη;

Περίπου 326 διαφορετικά είδη πουλιών ζουν ή επισκέπτονται τη λίμνη!





Πόσαααα είπες;

Ο Ντάνος Πελεκάνος θέλει να τον βοηθήσουμε! Τα είδη των πουλιών είναι πολλά και κάποια δεν θυμάται πως ονομάζονται. **Με τη βοήθεια των συνοδών σας κάντε την παρακάτω αντιστοίχιση.**



1.Γ2.2. ΚΑΝΤΕ ΤΗΝ ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΗΣΗ

του κάθε πτηνού με το σωστό όνομα

ΣΤΑΧΤΟΤΣΙΚΝΙΑΣ

ΦΟΙΚΟΚΟΠΕΤΡΟ

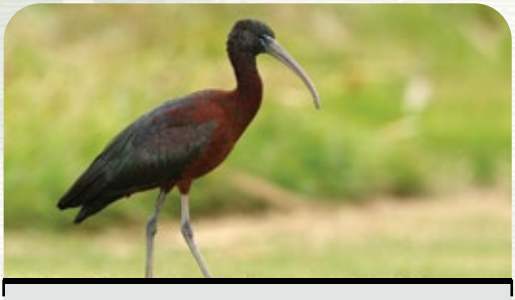
ΧΟΥΛΙΑΡΟΜΥΤΑ

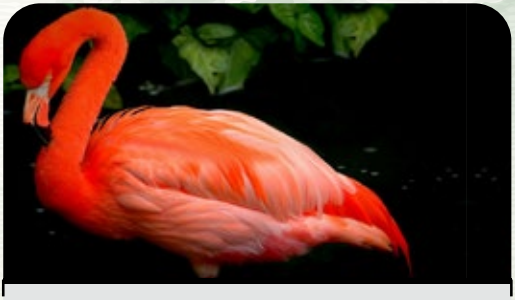
ΒΟΥΒΟΚΥΚΝΟΣ

ΒΑΡΒΑΡΑ

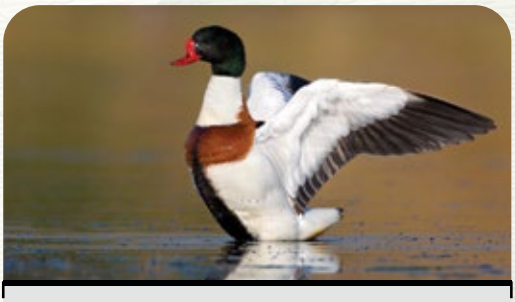
ΑΒΟΚΕΤΑ

ΧΑΛΚΟΚΟΤΑ

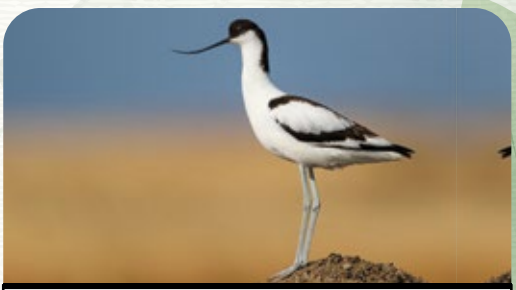


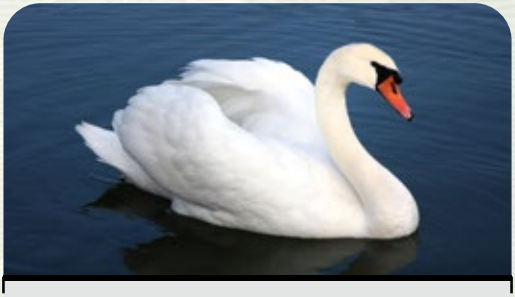














Αφού είδαμε κάποια από τα είδη των πουλιών **πάμε να συμπληρώσουμε το φύλλο εργασίας μας!**

ΣΗΜΕΙΩΜΑΤΑΡΙΟ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ:

ΕΙΔΗ	ΥΨΟΣ	ΕΠΟΧΗ ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΣΗΣ

ΕΧΟΥΝ ΑΡΧΗΓΟ; ΝΑΙ ☐ ΟΧΙ ☐

ΠΟΙΑ ΕΠΟΧΗ ΑΝΑΠΑΡΑΓΟΝΤΑΙ; ΑΝΟΙΞΗ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΧΕΙΜΩΝΑ ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ

1.Γ3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3

Σκοπός: Γνωριμία με την ιχθυοπανίδα της περιοχής
Κατάλληλο για: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 5-10 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 4

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία, Συνεργασία, Κριτική Σκέψη, Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Στο τρίτο φύλλο εργασίας, οι συμμετέχοντες **θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τα διάφορα είδη της εγχώριας ιχθυοπανίδας, να παρατηρούν τα χαρακτηριστικά των ψαριών και να γνωρίζουν για τον κύκλο αναπαραγωγής τους.** Θα κάνουν καταγραφή των ειδών και των χαρακτηριστικών τους στο φύλλο εργασίας και θα απαντήσουν σε σύντομες ερωτήσεις σχετικά με το ψάρεμα και την αναπαραγωγή τους.

ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Το τρίτο φύλλο εργασίας, που αποτελεί για τους μαθητές εργαλείο για την αναγνώριση των ειδών της ιχθυοπανίδας **είναι προσαρμοσμένο και για τυφλούς μαθητές.** Συγκεκριμένα, στον τρίτο σταθμό, οι συμμετέχοντες θα έχουν τη δυνατότητα μέσω της αφής να αντιληφθούν το σχήμα και το μέγεθος της ιχθυοπανίδας. Τέλος, θα μπορούν να συζητήσουν μεταξύ τους για τα διάφορα χαρακτηριστικά των ψαριών.

1.Γ3. ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΓΝΩΣΕΩΝ

Τίτλος: Πόρτες
Ομάδα-στόχος: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 5-10 λεπτά
Οι μαθητές θα είναι σε θέση:
-Να αναγνωρίζουν τα διάφορα είδη της εγχώριας ιχθυοπανίδας.
-Να παρατηρούν τα χαρακτηριστικά των ψαριών.
-Να γνωρίζουν για τον κύκλο αναπαραγωγής των ψαριών.

1.Γ3.1. ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΜΑΣΤΕ





PHOTO: Αλιευτικός συνεταιρισμός



Γεια σας παιδιά! **Καλωσήρθατε στην πρώτη μας εξερευνητική δοκιμασία! Πάμε να δούμε!**
Πριν ξεκινήσουμε, όμως, ας δούμε τι έχει να μας πει και ο Αλ για την πρώτη μας δοκιμασία.

Γεια σας παιδιά!
Λοιπόν! Στο σημειωματάριο που σας δόθηκε υπάρχουν κάποιες πληροφορίες που μπορείτε να επεξεργαστείτε! Όπως παρατηρήσαμε στο χάρτη, **υπάρχουν στη συγκεκριμένη διαδρομή σημεία με διαφορετικά είδη ψαριών και πουλιών!**
Ας μάθουμε κάποιες βασικές πληροφορίες για αυτά!

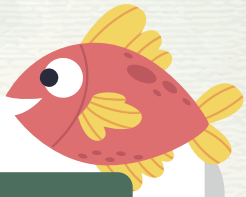




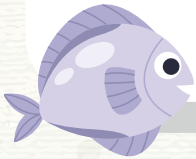
Ας ξεκινήσουμε με τα ψάρια που παρατηρούμε. Θα σας πω και μια παροιμία!
Κάλλιο χόρτα με ομόνοια, παρά ψάρι με διχόνοια!

1.Γ3.2. ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕ ΤΑ ΨΑΡΙΑ

και σημείωσε τα χαρακτηριστικά τους



ΕΙΔΗ ΨΑΡΙΩΝ	ΜΕΓΕΘΟΣ	ΧΡΩΜΑ





Στο μέρος που βρισκόμαστε υπάρχουν πολλά ψάρια! **Πάμε να ερευνήσουμε το μέρος που είμαστε, για να συνεχίσουμε την έρευνά μας!**

ΓΙΑ ΠΟΙΟΝ ΛΟΓΟ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΟΙ ΠΟΡΤΕΣ;

ΠΟΥ ΒΟΗΘΑΝΕ ΤΑ ΔΙΧΤΥΑ ΠΟΥ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΑΝΩ ΑΠΟ



Αλήθεια, το ψάρεμα **επιτρέπεται σε αυτήν την περιοχή;**

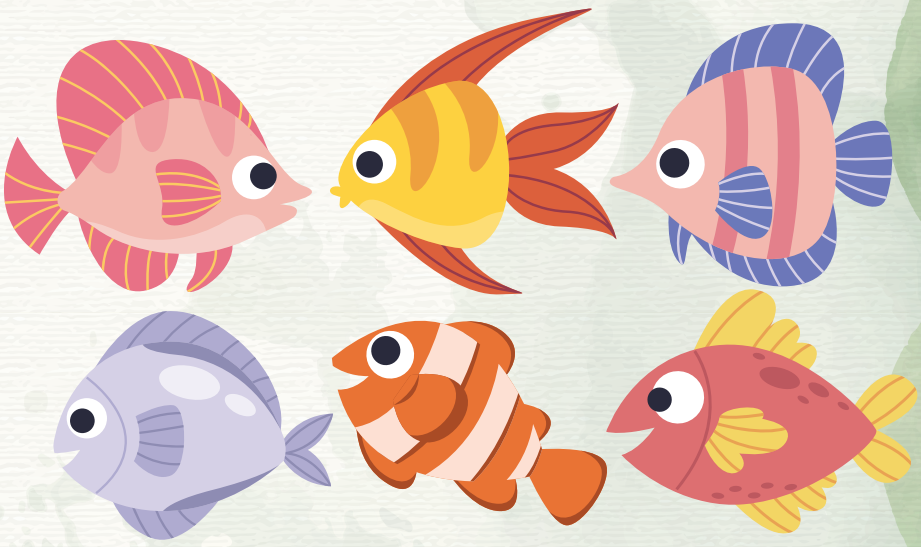
ΣΩΣΤΟ **ΛΑΘΟΣ**

ΠΟΤΕ ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ ΤΟ ΨΑΡΕΜΑ;

ΠΟΙΑ ΕΠΟΧΗ ΑΝΑΠΑΡΑΓΟΝΤΑΙ ΤΑΨΑΡΙΑ;

ΑΝΟΙΞΗ **ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ**

ΧΕΙΜΩΝΑ **ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ**



1.Γ4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4

Σκοπός: Ανατροφοδότηση
Κατάλληλο για: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 5-10 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 5

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία, Συνεργασία, Κριτική Σκέψη, Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Στο τέταρτο φύλλο εργασίας, οι μαθητές **θα είναι σε θέση να επαληθεύσουν τις γνώσεις τους σχετικά με τα διάφορα είδη της εγχώριας πανίδας και να ευαισθητοποιηθούν σε θέματα σχετικά με την προστασία του περιβάλλοντος με την επίλυση ενός σταυρόλεξου.**

1.Γ4. ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΓΝΩΣΕΩΝ

Τίτλος: Σταυρόλεξο
Ομάδα-στόχος: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 5-10 λεπτά
Οι μαθητές θα είναι σε θέση:
-Να επαληθεύσουν τις γνώσεις τους σχετικά με τα διάφορα είδη της εγχώριας πανίδας.
-Να ευαισθητοποιηθούν σε ζητήματα σχετικά με την προστασία του περιβάλλοντος.



1.Γ4.1. ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΜΑΣΤΕ



PHOTO: Λιμνοθάλασσα Πόρτο Λάγους

1.Γ4.2. ΛΥΣΕ ΤΟ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ



Ήρθε η ώρα να λύσουμε ένα σταυρόλεξο!
Ακονίστε τα μολύβια σας και ξεκινάμε!

ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

3. Οι ..... είναι μικροί λόφοι από άμμο, που βρίσκονται στις παράκτιες περιοχές.

4. Είναι φυτό των παραθαλλάσιων υγροτόπων της Μεσογείου και φυτρώνει σε περιοχές με αρμυρά νερά.

7. Είναι αρπακτικό πουλί και ζει σε υγροτόπους με πολλούς καλαμώνες.

9. Το Εθνικό Πάρκο της Ανατολικής Μακεδονίας και ..... καταλαμβάνειπεριοχή 1.118.000 στρεμμάτων.

10. Είναι όμορφο λουλούδι με μεγάλα φύλλα που στέκονται στην επιφάνεια της λίμνης.

11. Τα ..... είναι οι πεταλούδες και οφείλουν το όνομά τους στα λέπια που έχουν στις πτέρυγές τους.

ΚΑΘΕΤΑ

1. Μοιάζει με ερωδιό και το ράμφος του μοιάζει με κουτάλι.

2. Είναι μικρή σε μέγεθος σαν ένα σκιουράκι και τρέφεται με τρωκτικά.

4. Οι ..... είναι περιοχέςόπου κυριαρχούν τα βούρλα.

5. Το ..... είναι οικότοπος που χαρακτηρίζεται από την έντονη παρουσία γλυκού νερού.

6. Το Βόρειο τμήμα της Βιστωνίδας έχει ..... νερό καθώς δέχεται εισροές από τους ποταμούς Κόσυνθο, Κομμάτο και Τραύο.

8. Είναι πουλί με το λεπτό γυριστό προς τα πάνω ράμφος και σκαλίζει τον βυθό των υγροτόπων για να βρεί τροφή.

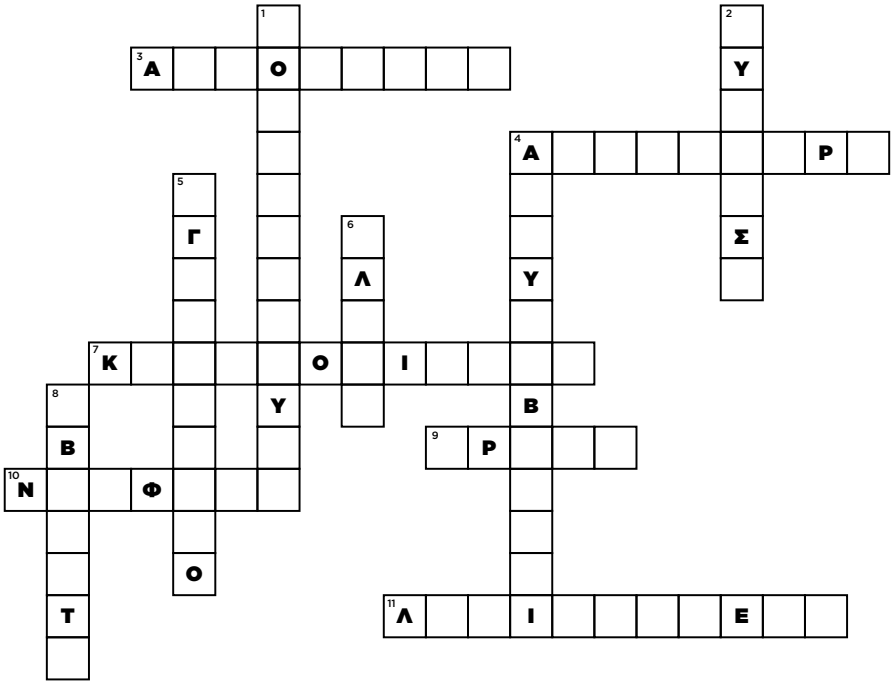


PHOTO: Σταυρόλεξο

1.Γ5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5

Σκοπός: Η Ευαισθητοποίηση σε ζητήματα ανακύκλωσης
Κατάλληλο για: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 5-10 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 4

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία, Συνεργασία, Κριτική Σκέψη, Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Στο πέμπτο φύλλο εργασίας, οι συμμετέχοντες **θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν την αναγκαιότητα της ανακύκλωσης, να ταξινομούν τα απορρίμματα ανάλογα με το υλικό τους και να παροτρύνουν φίλους και συγγενείς να κάνουν και αυτοί ανακύκλωση.**

Ειδικότερα, στο συγκεκριμένο φύλλο εργασίας οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να διαχωρίσουν ορισμένα ανακυκλώσιμα υλικά και να τα τοποθετήσουν στους κατάλληλους κάδους.

Κατά τη διάρκεια του βιωματικού εργαστηρίου, θα υπάρχουν αντιπροσωπευτικά είδη απορριμάτων (π.χ. χάρτινα, πλαστικά και μεταλλικά υλικά), τα οποία θα πρέπει να τοποθετηθούν στους αντίστοιχους κάδους (οι κάδοι θα αποτελούνται από χαρτοκιβώτια).

ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Το πέμπτο φύλλο εργασίας, που αποτελεί για τους συμμετέχοντες βιωματικό εργαστήριο για την εξοικείωσή τους με την ανακύκλωση **είναι προσαρμοσμένο και για τυφλούς (εφήβους και ενήλικες).**

Η διαδικασία ολοκλήρωσης των δραστηριοτήτων είναι παρόμοια, όπως αναφέρεται παραπάνω.

Η διαφορά είναι ότι υπάρχει δραστηριότητα με τη χρήση της αφής για την επιλογή των κατάλληλων κάδων ανάλογα με το είδος του απορρίμματος και επίσης υπάρχει και ο λαβύρινθος.

1.Γ5. ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΓΝΩΣΕΩΝ

Τίτλος: Αγγίζοντας την Ανακύκλωση
Ομάδα-στόχος: ΑΜΕΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 10-15 λεπτά
Οι μαθητές θα είναι σε θέση:
-Να αναγνωρίζουν την αναγκαιότητα της ανακύκλωσης.
-Να ταξινομούν τα απορρίμματα ανάλογα με το υλικό τους.
-Να παροτρύνουν τους συγγενείς τους και τους φίλους τους να κάνουν ανακύκλωση.

1.Γ5.1. ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΜΑΣΤΕ



PHOTO: Προς αλιευτικό συνεταιρισμό



Μαζί μας η κυρία Φούλα Ανακυκλωσούλα! Θα μας εξηγήσει **πως πρέπει να προσέχουμε το μέρος στο οποίο βρισκόμαστε.**

Γεια σας παιδιά! Είμαι η Φούλα Ανακυκλωσούλα! **Θα σας εξηγήσω πως πρέπει να προσέχουμε το περιβάλλον κάνοντας ανακύκλωση!** Θα χρειαστώ τη βοήθειά σας!





Πως κάνουμε όμως ανακύκλωση;

Πρέπει να χωρίζουμε τα σκουπίδια μας! Για παράδειγμα, όλα τα περισσεύματα των φαγητών τα πετάμε σε ένα συγκεκριμένο κάδο! Τα πλαστικά, επίσης, τα πετάμε σε ξεχωριστό κάδο. **Το ίδιο ισχύει και για τα χάρτινα απορρίμματα.**





Εμάς που μπορούν να μας πετάξουν;

Εσύ, Άκη κλειδάκι, είσαι φτιαγμένος από μέταλλο! Τα μέταλλα τα πετάμε σε ξεχωριστό κάδο. **Προσέχουμε, όμως, γιατί τα γυαλιά τα πετάμε επίσης σε ξεχωριστό κάδο!**





Η κυρία Φούλα Ανακυκλωσούλα, μας τα είπε ωραία! Για πάμε να δούμε τι καταλάβαμε! **Προσπαθήστε (μέσω της αφής) να καταλάβετε κάθε κατηγορία σκουπιδιών σε ποιον κάδο πρέπει να πάει.**

1.Γ5.2. ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ ΓΙΑ ΑμεΑ ΜΕ ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΑΚΟΗΣ

1.Γ5.2.α. ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΙΣΗ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΙΜΩΝ ΥΛΙΚΩΝ

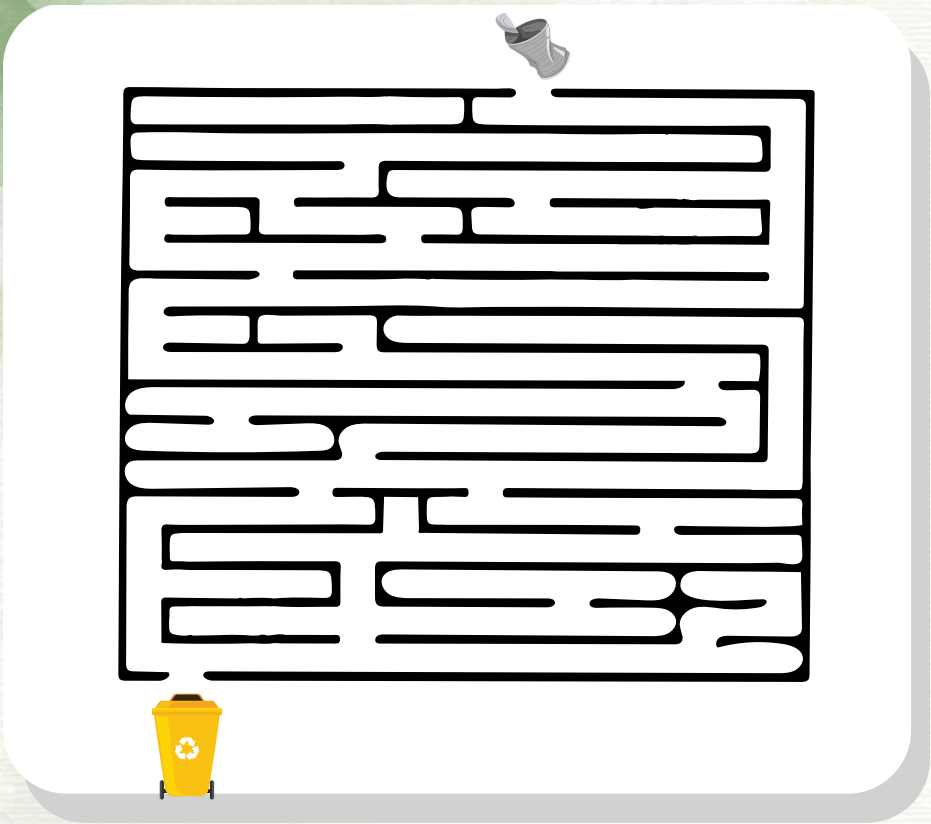
Τοποθέτησε τα ανακυκλώσιμα υλικά στον σωστό κάδο ανακύκλωσης.





1.Γ5.2.β. ΛΑΒΥΡΙΝΘΟΣ

Βάλε το αλουμινένιο κουτάκι στον κάδο ανακύκλωσης.



1.Γ6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6

Σκοπός: Παρατήρηση της ορνιθοπανίδας της περιοχής
Κατάλληλο για: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 10-15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 3

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία, Συνεργασία, Κριτική Σκέψη, Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Στο έκτο φύλλο εργασίας, οι συμμετέχοντες **θα είναι σε θέση να γνωρίσουν από κοντά τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του φυσικού αλλά και ανθρωπογενούς περιβάλλοντος στο συγκεκριμένο σταθμό, θα έχουν τη δυνατότητα να παρατηρήσουν τα πουλιά με την χρήση ειδικών τηλεσκοπίων και κυαλιών, μέσω των οποίων ασκούνται για την αναγνώριση και ταυτοποίηση των διάφορων ειδών της ορνιθοπανίδας.**

Οι συμμετέχοντες θα καταγράφουν το είδος, το σχήμα/μέγεθος, τον χρωματισμό, το ράμφος και το σχέδιο φτερώματος των πουλιών στο Φύλλο Εξερευνητή.

Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες καλούνται να λύσουν το κρυπτόλεξο που σχετίζεται με την πανίδα της περιοχής. Τέλος, οι μαθητές θα είναι σε θέση να αντιληφθούν με ευχάριστο και βιωματικό τρόπο την ανάγκη για την προστασία της ορνιθοπανίδας.

ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Το έκτο φύλλο εργασίας, που αποτελεί για τους συμμετέχοντες εργαλείο για την αναγνώριση των ειδών της ορνιθοπανίδας **είναι προσαρμοσμένο και για τυφλούς (εφήβους και ενήλικες).**

Ειδικότερα, στο βιωματικό εργαστήριο της παρατήρησης των πουλιών, μέσω της αφής θα μπορούν να έρθουν σε επαφή με τον εξοπλισμό παρατήρησης της ορνιθοπανίδας (τηλεσκόπια και κυάλια). Οι τυφλοί έφηβοι και ενήλικες θα είναι σε θέση, μέσω της ακοής να αντιληφθούν τους ήχους των πουλιών και να διακρίνουν τα διάφορα είδη των πουλιών ανάλογα με τον ήχο που ακούνε.

Τέλος, θα τους δοθεί ένα κρυπτόλεξο **σε μορφή Braille.**

1.Γ6. ΒΙΩΜΑΤΙΚΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

Τίτλος: Παρατήρηση Πουλιών
Ομάδα-στόχος: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 30 λεπτά
Οι μαθητές θα είναι σε θέση:

-Να γνωρίσουν από κοντά τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του φυσικού αλλά και ανθρωπογενούς περιβάλλοντος με την επίσκεψή τους στο πεδίο.
-Να παρατηρούν τα πουλιά με την χρήση ειδικών τηλεσκοπίων και κιαλιών μέσω των οποίων ασκούνται για την αναγνώριση και ταυτοποίηση ειδών.
-Να αντιληφθούν με ευχάριστο και βιωματικό τρόπο την ανάγκη για την προστασία της ορνιθοπανίδας.



1.Γ6.1. ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΜΑΣΤΕ



PHOTO: Λιμνοθάλασσα Λάγους - Παρατηρητήριο πουλιών



Ήρθε η ώρα για την παρατήρηση πουλιών, με την χρήση ειδικών τηλεσκοπίων και κιαλιών! **Με την βοήθειά τους θα αναγνωρίσουμε διάφορα είδη της εγχώριας ορνιθοπανίδας.**

1.Γ6.2. ΑΣ ΞΕΚΙΝΗΣΕΙ Η ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ & Η ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ





ΦΥΛΛΟ ΕΞΕΡΕΥΝΗΤΗ **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ:**

ΕΙΔΗ	ΣΧΗΜΑ/ ΜΕΓΕΘΟΣ	ΣΧΕΔΙΟ ΦΤΕΡΩΜΑΤΟΣ	ΧΡΩΜΑΤΙΣΜΟΣ	ΡΑΜΦΟΣ
Σταχτοτσικνιάς				
Βαρβάρα				
Χαλκόκοτα				
Φοινικόπετρα				
Χουλιαρόμυτα				
Πελαργός				







Παιδιά, αφού παρατηρήσαμε την ορνιθοπανίδα της περιοχής **πάμε να λύσουμε και το κρυπτόλεξο της λίμνης Βιστωνίδας!**

ΚΡΥΠΤΟΛΕΞΟ

Ι	Ξ	Λ	Φ	Λ	Ν	Β	Ι	Σ	Τ	Ω	Ν	Ι	Δ	Α
Ρ	Λ	Ν	Ε	Ρ	Ο	Φ	Ι	Δ	Ο	Κ	Χ	Υ	Π	Ε
Γ	Δ	Ζ	Σ	Μ	Ο	Ρ	Ζ	Ι	Π	Β	Γ	Ν	Χ	Β
Λ	Ε	Υ	Κ	Ο	Τ	Σ	Ι	Κ	Ν	Ι	Α	Σ	Χ	Ν
Π	Ψ	Κ	Ο	Ρ	Μ	Ο	Ρ	Α	Ν	Ο	Σ	Ν	Α	Γ
Υ	Α	Μ	Φ	Ο	Ι	Ν	Ι	Κ	Ο	Π	Τ	Ε	Ρ	Α
Γ	Β	Ι	Δ	Ρ	Α	Κ	Π	Ζ	Ι	Χ	Γ	Θ	Ψ	Π
Κ	Ο	Χ	Α	Λ	Κ	Ο	Κ	Ο	Τ	Α	Ρ	Μ	Π	Λ
Ε	Κ	Η	Π	Ψ	Ν	Υ	Φ	Ι	Τ	Σ	Α	Ι	Λ	Ν
Φ	Ε	Σ	Α	Γ	Ρ	Ι	Β	Α	Δ	Ι	Γ	Ν	Ι	Ρ
Α	Τ	Φ	Π	Λ	Π	Ε	Τ	Α	Λ	Ο	Υ	Δ	Α	Ο
Λ	Α	Ρ	Α	Γ	Ζ	Π	Β	Ω	Τ	Φ	Π	Μ	Ι	Λ
Ο	Υ	Π	Ρ	Α	Σ	Ι	Ν	Ο	Κ	Ε	Φ	Α	Λ	Η
Σ	Β	Α	Λ	Τ	Ο	Π	Α	Π	Ι	Α	Ζ	Ω	Ρ	Φ
Υ	Γ	Ν	Β	Α	Τ	Ρ	Α	Χ	Ο	Σ	Ο	Ζ	Μ	Ζ

ΒΙΣΤΩΝΙΔΑ

ΧΕΛΙ	**ΒΙΔΡΑ**	**ΒΑΤΡΑΧΟΣ**
ΓΡΙΒΑΔΙ	**ΒΑΛΤΟΣ**	**ΠΑΠΙΑ**
ΠΕΤΑΛΟΥΔΑ	**ΧΗΝΑ**	**ΚΥΚΝΟΣ**

1.Γ7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7

Σκοπός: Μίμηση της πανίδας της περιοχής
Κατάλληλο για: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 15-20 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 3

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία, Συνεργασία, Κριτική Σκέψη, Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7



ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Στο έβδομο φύλλο εργασίας, οι συμμετέχοντες **θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν το επίπεδο κοινωνικότητας κάθε είδους πουλιού, να ερμηνεύουν την ιεραρχία του σμήνους και να αναπτύξουν και να βελτιώσουν τη δεξιότητα της συνεργασίας μεταξύ τους.**

Για την επίτευξη αυτών των στόχων, οι μαθητές θα συμμετέχουν σε ένα παιχνίδι ρόλων, ΖΩΝΤΑΣ ΣΑΝ ΤΑ ΠΟΥΛΙΑ!

Συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες θα χωριστούν σε οριμένα σμήνη-ομάδες. Κάθε ομάδα θα έχει ένα όνομα (κατά προτίμηση ένα όνομα ενός είδους από την ορνιθοπανίδα που συνάντησαν στους προηγούμενους σταθμούς). Κάθε ομάδα έχει έναν αρχηγό, όπως ακριβώς τα σμήνη των πουλιών, ο οποίος ορίζει τον ήχο που θα έχει η ομάδα του.

ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Το έβδομο φύλλο εργασίας, που αποτελεί για τους συμμετέχοντες το τελευταίο φύλλο εργασίας, πριν γίνει ο αναστοχασμός όλων των σταθμών, σχετίζεται με ένα παιχνίδι γνώσεων κατάλληλο για κωφούς εφήβους και ενήλικες.

Συγκεκριμένα, θα δοθεί στους συμμετέχοντες φύλλο εργασίας στο οποίο θα υπάρχει μια μάσκα, την οποία θα χρειαστεί να την κόψουν και στη συνέχεια να τη βάψουν και να την φορέσουν.

1.Γ7. ΟΜΑΔΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Τίτλος: Ζώντας σαν πουλιά
Ομάδα-στόχος: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 30 λεπτά
Οι μαθητές θα είναι σε θέση:

-Να αναγνωρίσουν το επίπεδο κοινωνικότητας κάθε είδους πτηνού.
-Να ερμηνεύουν την ιεραρχία του σμήνους.
-Να αναπτύξουν και να βελτιώσουν τη δεξιότητα της συνεργασίας.

1.Γ7.1. ΠΟΥ ΒΡΙΣΚΟΜΑΣΤΕ



PHOTO: Αλιευτικός Συνεταιρισμός



Αφού εξερευνήσαμε την πανίδα και τη χλωρίδα της περιοχής, **ήρθε η ώρα να ζήσουμε για λίγο σαν κι αυτή!** Όπως ξέρετε κάθε σμήνος πουλιών έχει και έναν αρχηγό! Ας επιλέξουμε και εμείς έναν!

Ο αρχηγός του σμήνους πρέπει να κατευθύνει και να προστατεύει την ομάδα! **Γι΄ αυτό ο αρχηγός πρέπει να βρει μια κραυγή με την οποία θα ενημερώνει το σμήνος σε περίπτωση κινδύνου.**





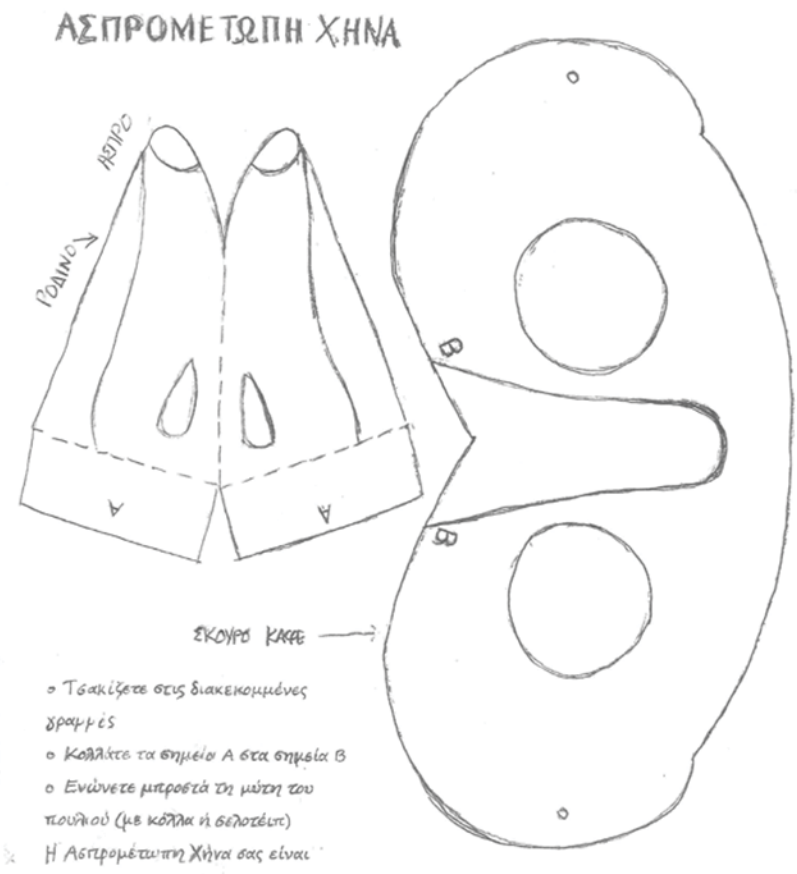
Κάποια παιδιά θα ανήκουν σε άλλο σμήνος πουλιών και θα χτυπάνε παλαμάκια για να μπορέσουν να συγκεντρωθούν σε ένα μέρος. Τα δύο σμήνη πουλιών μπερδεύτηκαν μεταξύ τους!!
Αρχηγοί πρέπει να καλέσετε την ομάδα σας στη φωλιά με την κραυγή που έχετε! Κάντε γρήγορα πριν χαθούν τα μέλη της ομάδας σας.

1.Γ7.2. ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ ΓΙΑ ΑμεΑ ΜΕ ΑΙΣΘΗΤΗΡΙΑΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΑΚΟΗΣ



Και τώρα ήρθε η στιγμή να γίνουμε και εμείς πουλιά! Παρακάτω θα βρείτε μια μάσκα **την οποία θα κόψετε και αφού τη βάψετε θα τη φορέσουμε και θα δούμε πως είναι μια ασπρομέτωπη χήνα!**

1.Γ7.3. ΜΑΣΚΑ ΧΗΝΑΣ



ΚΑΛΗ ΤΥΧΗ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ!!!



1.Γ8. ΣΤΑΘΜΟΣ 8

Αναστοχαστικός Σταθμός

Σκοπός: Αναστοχασμός και ενσυναίσθηση
Κατάλληλο για: ΑμεΑ με σοβαρές διαταραχές όρασης ή ακοής
Διάρκεια: 5 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία, Συνεργασία, Κριτική Σκέψη, Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7





Ας δούμε μια τελευταία φορά τα σημεία ενδιαφέροντος, που είδαμε στη διαδρομή μας! **Συμπληρώστε έναν τίτλο σχετικό με την κάθε εικόνα που σας δίνεται παρακάτω.**

















Περάσαμε επτά σταθμούς! Μιλήσαμε για την ορνιθοπανίδα και την ιχθυοπανίδα της περιοχής! Κάναμε πολλές δραστηριότητες! **΄Ηρθε η ώρα να αναφερθούμε στο ημερολόγιο του εξερευνητή και να συζητήσουμε όσα ανακαλύψαμε σήμερα στη διαδρομή μας!**



Ποιός σταθμός μου άρεσε περισσότερο και γιατί;

Πώς μου φάνηκε η διαδρομή;

Τι συναισθήματα μου δημιουργήθηκαν κατά τη διάρκεια της διαδρομής;

1.Γ9.α. ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

Περιπάτου Εθνικού πάρκου Δέλτα Νέστου-Βιστωνίδας-Ισμαρίδας



PHOTO: Φωτογραφικό υλικό περιπάτου

1.Γ9.β. ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

Περιπάτου Εθνικού πάρκου Δέλτα Νέστου-Βιστωνίδας-Ισμαρίδας



PHOTO: Φωτογραφικό υλικό περιπάτου



ΟΠΟΙΑ ΚΑΙ ΕΑΝ ΕΙΝΑΙ Η ΔΙΑΘΕΣΗ ΣΑΣ, ΝΙΩΘΕΤΕ ΠΑΝΤΑ ΟΜΟΡΦΑ ΚΑΙ ΗΡΕΜΟΙ ΚΟΝΤΑ ΣΤΗ ΦΥΣΗ!



”

John Muir

Αμερικανός Συγγραφέας-Φυσιοδίφης



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΠΡΕΣΠΩΝ



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΠΡΕΣΠΩΝ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η προσπάθεια της παρακάτω παρουσίασης του Εθνικού Πάρκου Πρεσπών πραγματοποιήθηκε **με σκοπό την ανάδειξη πληροφοριών για το πάρκο σε άτομα με προβλήματα ακοής και όρασης που επιθυμούν να γνωρίσουν περισσότερες πληροφορίες για το δρυμό και την επίσκεψη τους σε αυτόν.**

Η δράση αυτή είναι εθελοντική ευελπιστώντας να αποτελέσει έναν επιπλέον οδηγό για την πληροφόρηση και την προσβασιμότητα των ατόμων με αναπηρία στο συγκεκριμένο Πάρκο.

Στο παρόν υλικό, **αναλύεται το όραμα του εθνικού πάρκου, οι σημαντικές στιγμές, οι περιβαλλοντικοί θησαυροί της περιοχής** (χλωρίδα, πανίδα, ερπετά, αμφίβια και ιχθυοπανίδα).

Επίσης, αναφέρονται οι παραδοσιακοί οικισμοί, τα γεφύρια και τα βυζαντινά μοναστήρια της περιοχής. Τέλος, υπάρχουν οι δημοφιλέστερες επιτρεπόμενες δραστηριότητες στο δρυμό και ορισμένα μονοπάτια για αναψυχή και ορειβασία.

Η ομάδα του Εθνικού Πάρκου
Πρεσπών απαρτίζεται από τα εξής άτομα:

•**Ιορδανίδου Μάρθα** | marthaki30@gmail.com
Φιλόλογος Ειδικής Αγωγής

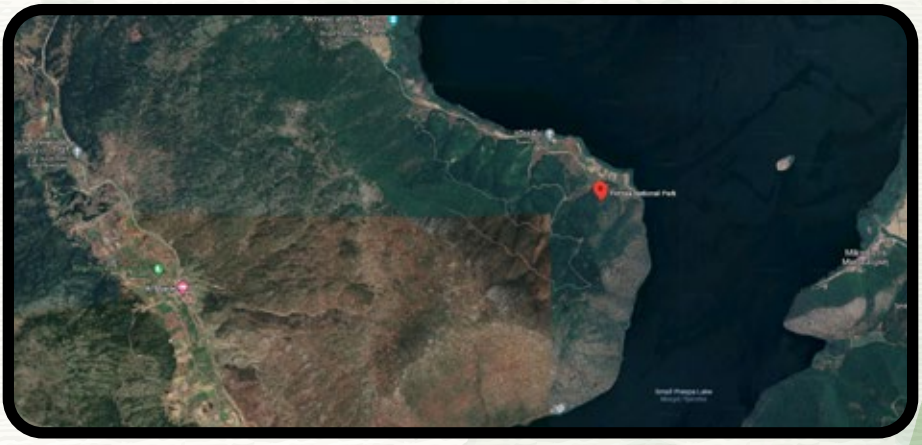
•**Μάγκου Αναστασία** | maggounat@gmail.com
Καθηγήτρια Ειδικής Αγωγής

Ευχαριστίες

Θερμές ευχαριστίες στην κ. Τριανταφυλλιά Γκώγκου, υπεύθυνη τμήματος ενημέρωσης του Φορέα Διαχείρισης Εθνικού Πάρκου Πρεσπών.

ΠΡΕΣΠΕΣ
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ





ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ

2.1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο Εθνικός Δρυμός Πρεσπών ιδρύθηκε το 1974 και έχει έκταση πυρήνα 4.900 εκτάρια και περιφερειακής ζώνης 14.570 εκτάρια.

Η περιοχή κηρύχθηκε το 1971 καταφύγιο προστασίας των πουλιών και το 1974 Εθνικός δρυμός, ενώ στο τέλος της ίδιας χρονιάς η Μικρή Πρέσπα περιελήφθη στους υγροτόπους διεθνούς σημασίας της σύμβασης Ραμσάρ. Βρίσκεται στη βορειοδυτική Μακεδονία, στις λίμνες Μικρή και Μεγάλη Πρέσπα και στις γειτονικές πλευρές των βουνών Τρικλάρι και Βαρνούντα.

Η περιοχή των Πρεσπών βρίσκεται στη Δυτική Μακεδονία και τη μοιράζονται τρεις χώρες, η Ελλάδα, η Αλβανία και η Δημοκρατία της Βόρειας Μακεδονίας.

"Όταν λέμε Πρέσπα εννοούμε τις δύο λίμνες, Μικρή και Μεγάλη Πρέσπα, καθώς και την ευρύτερη λεκάνη αυτών που εκτείνεται έως τις κορυφές των βουνών που τις περικλείουν."

Οι δύο λίμνες βρίσκονται σε υψόμετρο 853 μ. περίπου, ενώ πολλές κορυφές των γύρω βουνών ξεπερνούν τα 2.000 μ. Η Μικρή Πρέσπα ανήκει στην Ελλάδα, εκτός από ένα μικρό τμήμα στα νότια το οποίο ανήκει στην Αλβανία. Τη Μεγάλη Πρέσπα μοιράζονται και οι 3 χώρες, με το μεγαλύτερο μέρος αυτής να ανήκει στη Δημοκρατία της Βόρειας Μακεδονίας.

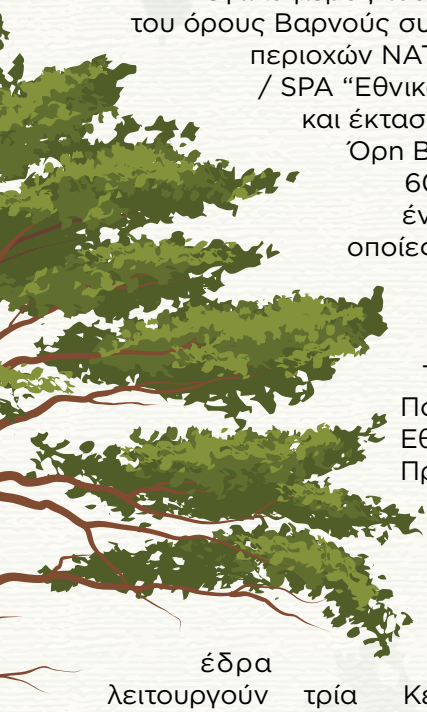
Το 2000, με κοινή Διακήρυξη των Πρωθυπουργών των τριών χωρών, δημιουργήθηκε το Διασυνοριακό Πάρκο Πρεσπών.

2.2. ΤΟ ΟΡΑΜΑ

Το Διασυνοριακό Πάρκο Πρεσπών στοχεύει στην προστασία των οικολογικών αξιών της περιοχής μέσω της τριεθνούς συνεργασίας, αλλά και στην προώθηση της οικονομικής ευημερίας των τοπικών κοινοτήτων και των τριών χωρών. Το Διασυνοριακό Πάρκο Πρεσπών αποτέλεσε την πρώτη διασυνοριακή προστατευόμενη περιοχή στα Βαλκάνια.

2.3. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ

Μεγάλο μέρος του Εθνικού Πάρκου Πρεσπών και μεγάλο τμήμα του όρους Βαρνούς συγκαταλέγονται στο δίκτυο προστατευόμενων περιοχών NATURA 2000. Περιλαμβάνουν τις περιοχές SCI / SPA "Εθνικός Δρυμός Πρεσπών» με κωδικό GR 1340001 και έκταση 266, 217 τ. χλμ. και την περιοχή SCI / SPA « Όρη Βαρνούντα» με κωδικό GR1340003 με έκταση 60, 712 τ. χλμ. Το Δίκτυο Natura 2000 αποτελεί ένα Ευρωπαϊκό Οικολογικό Δίκτυο περιοχών, οι οποίες φιλοξενούν φυσικούς τύπους οικοτόπων και ενδιαιτήματα ειδών που είναι σημαντικοί σε Ευρωπαϊκό επίπεδο.



Τον Ιούλιο του 2003 ιδρύθηκε από την Ελληνική Πολιτεία η Μονάδα Διαχείρισης (ΦΔ) του Εθνικού Πάρκου Πρεσπών. Η ΜΔ είναι Νομικό Πρόσωπο Ιδιωτικού Δικαίου, εποπτευόμενο από το Υπουργείο Περιβάλλοντος κι έχει σκοπό τη συμβολή στη διαχείριση της προστατευόμενης περιοχής καθώς και τη διαφύλαξη των πολύτιμων φυσικών χαρακτηριστικών του Εθνικού Πάρκου. Η έδρα της ΜΔ είναι ο Άγιος Γερμανός Πρεσπών ενώ λειτουργούν τρία Κέντρα Ενημέρωσης υπό την εποπτεία του.

Στις 23-07-2009 μια περιοχή που σχεδόν συμπίπτει με το άθροισμα των εκτάσεων των δυο περιοχών SCI / SPA κηρύχθηκε ως Εθνικό Πάρκο Πρεσπών και ορίστηκαν οι ζώνες προστασίας του με την ΚΥΑ 28651/ ΦΕΚ 302(4) προς αντικατάσταση του Εθνικού Πάρκου Πρεσπών. Το πάρκο έχει έκταση περίπου 327 τ. χλμ.

Υγρότοπος Διεθνούς Σημασίας (Συνθήκη Ραμσάρ)

Το 1974 η λίμνη Μικρή Πρέσπα περιλήφθηκε επίσης στους 10 υγροτόπους της Ελλάδας, οι οποίοι χαρακτηρίστηκαν ως Διεθνούς Σημασίας και εντάχθηκαν ως τέτοιοι στη διεθνή Σύμβαση Ραμσάρ, την οποία κύρωσε η χώρα εκείνη τη χρονιά.

Η σύμβαση για τους Υγροτόπους Διεθνούς Σημασίας υπογράφηκε στις 2 Φεβρουαρίου 1971 στην Περσική πόλη Ραμσάρ και τέθηκε σε ισχύ – και στην Ελλάδα - στις 21 Δεκεμβρίου 1975. Μέχρι το 1998, η Μικρή Πρέσπα συμπεριλαμβανόταν στο λεγόμενο «Πρωτόκολλο του Montreux », τη «μαύρη λίστα» της Σύμβασης Ραμσάρ εξαιτίας ανεπαρκούς προστασίας ή αναγνωρισμένων απειλών. Την τελευταία δεκαετία η περιοχή Ραμσάρ της Πρέσπας είναι μία εκ των τριών υγροτοπικών περιοχών της Ελλάδας που δεν περιλαμβάνονται πλέον στη «μαύρη λίστα», δεν απειλούνται δηλαδή άμεσα με υποβάθμιση ή καταστροφή.

Η φύλαξη της προστατευόμενης περιοχής αποτελεί μια από τις βασικές αρμοδιότητες της ΜΔΕΠαΠ. Οι περιοχές εφαρμογής της είναι η έκταση που καταλαμβάνει το Εθνικό Πάρκο Πρεσπών και οι περιοχές του Ευρωπαϊκού οικολογικού δικτύου NATURA 2000 που βρίσκονται στην ευθύνη του.

Σκοπός της φύλαξης είναι η πρόληψη, αποτροπή και αντιμετώπιση των παράνομων ενεργειών και δραστηριοτήτων οι οποίες επιφέρουν πιέσεις στην προστατευόμενη περιοχή (κυνήγι, ψάρεμα, δηλητηριασμένα δολώματα κ.ά.). Επίσης, το τμήμα φύλαξης συμμετέχει υποστηρικτικά σε προγράμματα και εργασίες διαχείρισης, στη συντήρηση υποδομών και εξοπλισμού του φορέα, την επικοινωνία με τους χρήστες/ κατοίκους της περιοχής με σκοπό την κατανόηση των προβλημάτων τους και την προώθηση της συμμετοχικής διαχείρισης.

Η Μονάδα διαχείρισης του ΕΠαΠ κάθε χρόνο διοργανώνει μια σειρά δράσεων και εκδηλώσεων με σκοπό την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού για τις αξίες και τις φυσικές λειτουργίες του Εθνικού Πάρκου Πρεσπών και του δικτύου Natura 2000. Επίσης γίνεται ενημέρωση των κατοίκων και των παραγωγικών φορέων σε θέματα αναγόμενα στο έργο και στους σκοπούς της ΜΔ. Βασικός πυλώνας του Τμήματος Ενημέρωσης είναι η λειτουργία των τριών Κέντρων ενημέρωσης για την Πρέσπα.

Επιπλέον το Τμήμα Ενημέρωσης:

-Στοχεύει στην προώθηση υποστήριξη, οργάνωση και εφαρμογή οικοτουριστικών προγραμμάτων και άλλων βιώσιμων δραστηριοτήτων στην περιοχή.

-Προβάλει τον ρόλο και τις δράσεις του Φορέα και την αξία της προστατευόμενης περιοχής.

-Οργανώνει ξεναγήσεις σε ομάδες επισκεπτών/ μαθητών έπειτα από συνεννόηση.

-Κάθε χρόνο υποδέχεται για ενημέρωση και ξεναγήσεις στην προστατευόμενη περιοχή περίπου 3.000 μαθητές ετησίως, αλλά και ομάδες, συλλόγους και περιβαλλοντικές οργανώσεις που ενδιαφέρονται να γνωρίσουν την περιοχή.

-Προετοιμάζει και υλοποιεί προγράμματα περιβαλλοντικής ενημέρωσης και εκπαίδευσης σε σχολεία.

-Τα προγράμματα «Πρέσπα, ένα ανοιχτό μουσείο» και «Ανοιξιάτικη μετανάστευση πουλιών» εντυπωσιάζουν κάθε επισκέπτη, κάθε ηλικίας, ενώ υλοποιούνται από στελέχη του Φορέα με εμπειρία και τεχνογνωσία χρησιμοποιώντας σε κάθε περίπτωση τον απαραίτητο εξοπλισμό, όπως τηλεσκόπια, κιάλια κ.ά.

Για να επισκεφθείτε την περιοχή καλέστε το τηλ. της Μονάδας 23850 51870 για να οργανώσετε την επίσκεψή σας και να αντλήσετε περισσότερες πληροφορίες. Η σελίδα του Φορέα Διαχείρισης στο διαδίκτυο: www.fdepap.gr

2.4. ΑΞΙΟΛΟΓΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ

Επισκεπτόμενος κανείς τις Πρέσπες θα έχει την ευκαιρία να γνωρίσει το Εθνικό Πάρκο Πρεσπών, το οποίο αρχίζει από τα 853 μέτρα από την επιφάνεια δηλαδή των λιμνών και φθάνει στις 2.120 μέτρα, κοντά στην κορυφή του όρους Βαρνούντα. Η σπάνια ομορφιά θα τον καθηλώσει. Πολλοί λένε ότι είναι σαν να καθρεφτίζεται η ζωή σε αυτές τις λίμνες καθώς συνυπάρχουν όλοι.

2.4.1. ΓΕΩΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Η Μικρή Πρέσπα βρίσκεται σε υψόμετρο 857 μέτρων και η Μεγάλη και η Μεγάλη στα 852 μέτρα. Αποτελούν τα «υγρά» σύνορα της Ελλάδας σε αυτό το σημείο με την Μικρή Πρέσπα να ανήκει σχεδόν εξ' ολοκλήρου στην Ελλάδα.

Ο βασικός γεωμορφολογικός χαρακτήρας της περιοχής δίνεται από τις δύο λίμνες, Μικρή και Μεγάλη Πρέσπα, καθώς και από τα υψηλά ορεινά συγκροτήματα που αναπτύσσονται περιμετρικά και σε μικρή απόσταση από τις όχθες των λιμνών εντός και εκτός Ελλάδας (Mali i Thate, Galichitsa, Pelister, Βροντερό, Βαρνούντας, Τρικλάριο). Στο Εθνικό Πάρκο Πρεσπών συναντούμε το συγκρότημα του Βροντερού στα δυτικά, του Τρικλαρίου στα νότια και του Βαρνούντα στα ανατολικά και βορειοανατολικά. Το μεγαλύτερο υψόμετρο βρίσκεται στην κορυφή Δεσποτικό (2.334 μ.) στο βόρειο τμήμα του Βαρνούντα στα σύνορα Ελλάδας – Β. Μακεδονίας.

Οι ορεινοί όγκοι αυτοί χαρακτηρίζονται από διαφορετική γεωλογία και γεωμορφολογία. Στο Τρικλάριο, βασικά πετρώματα του βουνού είναι οι έντονα καρστικοποιημένοι ασβεστόλιθοι (καρστικό τοπίο) και οι δολομίτες. Χαρακτηρίζεται από τις δασωμένες βόρειες και ανατολικές πλαγιές με τα ρέματα και τα ποτάμια και τα μεγάλα υποαλπικά οροπέδια με τα διάσπαρτα κέδρα και τις χορτολιβαδικές εκτάσεις. Το Τρικλάριο υπήρξε κατά το παρελθόν περιοχή έντονων μαχών και υπάρχουν ακόμα υπολείμματα από συρματοπλέγματα και οχυρώσεις, αλλά και οι ερειπωμένοι οικισμοί της Σφήκας και των Κρανιών.

Ο Βαρνούντας αποτελεί την νότια κατάληξη του μεγάλου ορεινού συγκροτήματος Περιστέρι Μοναστηρίου (Πέλιστερ ή Μπάμπα στα σλαβικά). Κύρια πετρώματα του βουνού είναι οι γρανίτες, οι γνεύσιοι και τα κρυσταλλικά πετρώματα, ενώ το πυριτικό υπόστρωμα δημιουργεί τις συνθήκες για τη συγκέντρωση πολλών σπάνιων – για την Ελλάδα – ειδών χλωρίδας. **Το βουνό διακρίνεται για τα πολλά υδάτινα ρέματα με κυριότερο τον Γεροπόταμο στα δυτικά που δημιουργείται από τα ρέματα Μπελαβόδα, Γιοβάνιτσα και Σιρόκα και εκβάλλει στην Μεγάλη Πρέσπα.** Προς τα δυτικά κατεβαίνουν και τα ρέματα Καλλιθιώτικο, Λευκωνιώτικο και του Μηλιώνα που εκβάλλουν στην Μικρή Πρέσπα.

Η Πρέσπα παρουσιάζει έντονη γεωποικιλότητα δεδομένου ότι παρατηρούνται γεώτοποι που αντιπροσωπεύουν ενδιαφέρουσες στιγμές της γεωλογικής ιστορίας οι οποίοι είναι μάρτυρες της μακράς της εξέλιξης. Η αποκρυπτογράφηση των γεωτόπων της περιοχής δίνει πληροφορίες για τις μαγματικές εκχύσεις που έγιναν πριν από 450 εκατ. χρόνια (γρανίτες του Παλαιοζωικού, οι οποίοι σε πολλές περιπτώσεις παρουσιάζονται διαβρωμένοι με χαρακτηριστικές αποστρογγυλλωμένες μορφές), για την παρουσία της θάλασσας πριν από 5 έως 3 εκατ. χρόνια σε ορεινές σήμερα περιοχές (θαλάσσια ιζήματα Πυξού), για τις κλιματικές συνθήκες όπως το τροπικό – υποτροπικό κλίμα που επικρατούσε στην περιοχή (βωξίτες νότια του Βροντερού).

Ένα άλλο αξιοσημείωτο στοιχείο γεωποικιλότητας της περιοχής είναι και η παρουσία σπηλαίων στη λίμνη της Μεγάλης Πρέσπας. **Η Εφορεία Παλαιοανθρωπολογίας – Σπηλαιολογίας έχει ερευνήσει και χαρτογραφήσει περισσότερα από 25 σπήλαια, βάραθρα και βραχοσκεπές στις όχθες της λίμνης.** Λόγω της μεγάλης πτώσης της στάθμης του νερού της, έχουν αποκαλυφθεί τις τελευταίες δεκαετίες πολλά λιμναία σπήλαια που δεν ήταν παλαιότερα γνωστά ή δεν ήταν γνωστές οι πραγματικές τους διαστάσεις, καθώς το μεγαλύτερο μέρος τους κατακλυζόταν από νερά.

Επίσης, συναντούμε μια σαφή διάκριση σχηματισμών μεταξύ ανατολικής και δυτικής περιοχής της λίμνης, δημιουργώντας έτσι σαφώς διαφορετικούς τύπους οικοτόπων.

2.4.2. ΧΛΩΡΙΔΑ

Στις Πρέσπες υπάρχουν περισσότερα από 1.500 είδη της ελληνικής χλωρίδας. Το Εθνικό Πάρκο ξεκινά από το υψόμετρο των 854μ. και φτάνει στα 2.118μ. κοντά στην κορυφή του όρους Βαρνούντα.

Σε χαμηλότερο υψόμετρο κυριαρχούν δάση δρυός και φυλλοβόλα (γαύροι, σφένδαμοι κ.ά.)· πιο ψηλά εκτείνονται δάση οξιάς και σε μικρότερο ποσοστό έλατα και κέδροι. Η λεκάνη των Πρεσπών φιλοξενεί μία από τις μεγαλύτερες και πιο καλά διατηρημένες εκτάσεις δασών αρκεύθου στα Βαλκάνια, καλύπτοντας πάνω από 20.000 στρέμματα. Μέσα από ευχάριστες διαδρομές, μπορεί κανείς να περπατήσει στο δάσος των αρκεύθων και μεταξύ άλλων να παρατηρήσει πολλά σπάνια είδη φυτών που φιλοξενούνται σε αυτά.

Η περιοχή των Πρεσπών αποτελεί μια από τις σημαντικότερες, από χλωριδικής απόψεως, περιοχές της Ελλάδας και της Βαλκανικής χερσονήσου και έχει ερευνηθεί εις βάθος. Όπως έχουν εκτιμήσει οι Strid και Tan (2017), έπειτα από αξιολόγηση ενός τεράστιου όγκου καταγραφών και δημοσιεύσεων της Ελληνικής χλωρίδας, η Πρέσπα ανήκει στις 10 πλουσιότερες περιοχές της Ελλάδας, ακολουθώντας την Πίνδο και τον Βόρα. Η Πρέσπα φαίνεται να βρίσκεται σε ένα βοτανικό σταυροδρόμι με παρουσία φυτών που προέρχονται τόσο από τον Βορρά όσο και από το Νότο. Αρχικά, τα οικοσυστήματα της περιοχής είναι και λιμναία και χερσαία.

Επίσης, σε πολύ μικρό χώρο ανεβαίνουμε από τα 854 μ. που βρίσκονται οι λίμνες, στην κορυφή του Βαρνούντα στα 2.118μ και έτσι δημιουργούνται διάφορα μικροενδιαιτήματα με διαφορετικό συνδυασμό υδρολογικών και κλιματικών παραμέτρων. Το γεωλογικό υπόβαθρο, επίσης παίζει σπουδαίο ρόλο στην ποικιλία της χλωρίδας της περιοχής καθώς η μισή είναι ασβεστολιθική και η υπόλοιπη γρανιτική. Έτσι, στα πρώτα πετρώματα συναντούμε φυτά που είναι περισσότερο κοινά στα ασβεστολιθικά βουνά της Κεντρικής Ελλάδας και ίσως έχουν στην περιοχή το βορειότερο εύρος της κατανομής τους, ενώ στα δεύτερα έχει διευκολυνθεί η παρουσία φυτών προερχόμενα από την Κεντρική Ευρώπη μέσω των Δειναρικών Άλπεων προς τον Βαρνούντα.



Βέβαια, και η ανθρώπινη δραστηριότητα έχει επηρεάσει ιδιαίτερα την περιβαλλοντική ιστορία της Πρέσπας και άρα τη χλωρίδα της, συνδυάζοντας εποχές απομόνωσης και εγκατάλειψης με εποχές έντονης παρουσίας και δραστηριότητας, περιλαμβάνοντας τις εκτατικές και ποικίλες καλλιέργειες του παρελθόντος, τις αποψιλωτικές υλοτομίες, την εγκατάλειψη της περιοχής μετά τον Εμφύλιο πόλεμο και πιο πρόσφατα την κατασκευή του αρδευτικού δικτύου τη δεκαετία 1960-1980.

2.4.3. ΠΑΝΙΔΑ

Στα νερά των λιμνών βρίσκονται 23 είδη ψαριών. Στην περιοχή βρίσκουν καταφύγιο 270 είδη πουλιών, με τον αργυροπελεκάνο να κλέβει την παράσταση στην Μικρή Πρέσπα καθώς είναι ένα από τα μεγαλύτερα πουλιά της Γης. Πουλιά, ψάρια, βίδρες και όλα τα ζώα των λιμνών φυσικά δεν γνωρίζουν σύνορα χωρών και κινούνται ελεύθερα στις λίμνες.

2.4.4. ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΤΟΠΙΟΥ

Αν και αποτελεί έναν μακρινό προορισμό για τα περισσότερα μέρη της Ελλάδος, ο επισκέπτης που θα φτάσει εκεί, θα ανταμειφθεί από το σπάνιας ομορφιάς τοπίο και τους φιλόξενους ανθρώπους.



Η διαδρομή μέχρι τις Πρέσπες είναι μαγική αλλά φτάνοντας κανείς στο Περβάλι, το πρώτο σημείο όπου αντικρίζει κανείς για πρώτη φορά τους απέραντους «καθρέφτες» αντιλαμβάνεται γιατί άξιζε το ταξίδι ως εκεί. Η σπάνια ομορφιά θα τον καθηλώσει. Πολλοί λένε ότι είναι σαν να καθρεφτίζεται η ζωή σε αυτές τις λίμνες καθώς συνυπάρχουν όλοι.

Άνθρωποι, ψάρια, ζώα, φυτά σε μια αρμονία τόσο τέλεια και τόσο διαφορετική με το μέρος να αποπνέει μια μοναδική ηρεμία.

Το φθινόπωρο μάλιστα αποτελεί ιδανική εποχή με τα χρώματα της φύσης να οργιάζουν αλλά τις θερμοκρασίες να μην είναι τόσο χαμηλές όσο το χειμώνα επιτρέποντας την εξερεύνηση της περιοχής.

2.4.5. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Το Εθνικό Πάρκο Πρεσπών της Ελλάδας ξεχωρίζει για το πλούσιο φυσικό περιβάλλον, το υποβλητικό τοπίο, την αρχιτεκτονική των οικισμών αλλά και τα μοναδικά βυζαντινά μνημεία, ενώ προστατεύεται από ευρωπαϊκούς και εθνικούς νόμους, καθώς και από διεθνείς συνθήκες.

Οι ανθρώπινες δραστηριότητες έχουν διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση του φυσικού τοπίου και ακόμη και σήμερα αποτελούν τη βάση για τη διαμόρφωση μέτρων διαχείρισης για την προστασία της περιοχής. Ο άνθρωπος είναι παρών από τα προϊστορικά χρόνια ζώντας και μοχθώντας δίπλα στα φυσικά στοιχεία. Για αυτό ακριβώς το λόγο η Πρέσπα είναι μία περιοχή πλούσια σε ιστορικά, αρχαιολογικά και πολιτιστικά στοιχεία διασκορπισμένα και στις τρεις χώρες που μοιράζονται τις λίμνες.

Τα παλαιότερα ευρήματα προέρχονται από την εποχή του χαλκού και του σιδήρου, όπως το σπήλαιο κοντά στο χωριό Τρένι στην Αλβανία όπου επιβεβαιώνεται η κατοίκηση της περιοχής ήδη από την Νεολιθική περίοδο (6000 π. Χ).

Την περίοδο των ρωμαϊκών και ελληνιστικών χρόνων η περιοχή εξακολουθεί να κατοικείται και αυτό μας το μαρτυρούν τα ευρήματα μεταξύ Μηλιώνας και Λαιμού καθώς και η ύπαρξη της ελληνιστικής πόλης Λύκα στο νησάκι του Αγίου Αχιλλείου.



Τα περισσότερα ιστορικά και αρχαιολογικά στοιχεία για την περιοχή των Πρεσπών προέρχονται από την εποχή της βυζαντινής αυτοκρατορίας. **Περισσότερα από 100 βυζαντινά και μεταβυζαντινά μνημεία σώζονται σήμερα σε όλη την περιοχή των Πρεσπών και στις τρεις χώρες.** Από τα τέλη του 9ου αιώνα η περιοχή περιέρχεται στη ζώνη επιρροής του Βούλγαρου ηγεμόνα Συμεών και καταλαμβάνεται πότε από τους Βυζαντινούς και πότε από τους Βούλγαρους.

Το 986 μ.Χ. χτίζεται ο ναός του Αγίου Αχιλλείου στο ομώνυμο νησάκι που βρίσκεται στη λίμνη Μικρή Πρέσπα. Ο ναός χτίζεται από το Βούλγαρο τσάρο Σαμουήλ ο οποίος θέλει να κάνει πρωτεύουσα του νέου αυτόνομου κράτους του την Πρέσπα και χρησιμοποιεί την περιοχή των Πρεσπών αλλά και της Αχρίδας ως σημεία εξόρμησης κατά των Βυζαντινών.

Κατάφερε να καταλάβει πολλά εδάφη της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας και έφτασε μέχρι και τον Ισθμό της Κορίνθου. Το 980-985 μ.Χ. περίπου καταλαμβάνει την πόλη της Λάρισας από όπου παίρνει το λείψανο του τοπικού αγίου της Λάρισας, του Αγίου Αχιλλείου και το μεταφέρει στην Πρέσπα μαζί με έναν αριθμό κατοίκων που τους εγκατέστησε στην περιοχή. Ο Σαμουήλ τελικά νικήθηκε από τον Βασίλειο Β' τον Βουλγαροκτόνο ο οποίος ανακατέλαβε την περιοχή των Πρεσπών. Ο ναός του Αγίου Αχιλλείου ανήκε στον τύπο της τρίκλιτης ξυλόστεγης βασιλικής. Πρόκειται για ένα από τα σημαντικότερα μνημεία που σώζονται σήμερα στην περιοχή των Πρεσπών. Τον 11ο αιώνα, το 1006 μ.Χ. χτίζεται ο ναός του Αγίου Γερμανού. Πρόκειται για έναν σταυροειδή εγγεγραμμένο με τρούλο ναό χτισμένο με πέτρα και πλίνθο.

Η φυσική ομορφιά αλλά και η απομόνωση της περιοχής λόγω γεωγραφικής θέσης προσέλκυσε κατά την περίοδο της Τουρκοκρατίας πολλούς μοναχούς οι οποίοι κατασκεύαζαν τα ασκητήριά τους κατά μήκος της παραλίας της Μεγάλης Πρέσπας. Έτσι σήμερα μπορεί κανείς να θαυμάσει μικρές μοναστικές συγκεντρώσεις αλλά και βραχογραφίες του 14ου- 16ου αιώνα σκαρφαλωμένες στα βράχια της παραλίας της Μεγάλης Πρέσπας στην Ελλάδα και την Αλβανία, μνήμες μιας άλλης εποχής. Ιδιαίτερη είναι επίσης η τοπική αρχιτεκτονική με σπίτια κυρίως χτισμένα στις αρχές του 20ου αιώνα, χτισμένα με πέτρα, ξύλο, χώμα και καλαμωτές, υλικά που οι άνθρωποι μπορούσαν να βρουν εύκολα στο φυσικό τους περιβάλλον.

Σπίτια με μεγάλα μπαλκόνια στον πρώτο όροφο (χαγιάτια), σπίτια με σαχνισιά, σπίτια με μεγάλες εσωτερικές αυλές είναι οι κυριότεροι αρχιτεκτονικοί τύποι που συναντάμε στην περιοχή. Μερικοί από τους καλύτερα διατηρημένους παραδοσιακούς οικισμούς είναι: ο Άγιος Γερμανός στην Ελλάδα και οι Ψαράδες, το Brajicino και το Ljubojno στη Δημοκρατία της Βόρειας Μακεδονίας και τέλος η Gorica e Madhe και η Zaroshka στην Αλβανία. Οι κάτοικοι της ευρύτερης περιοχής των Πρεσπών είναι άνθρωποι πιστοί στις παραδόσεις που κληρονόμησαν από τους προγόνους τους. Παραδοσιακές πρακτικές, νεώτερες παραδόσεις, μύθοι, τραγούδια όλα αυτά συνθέτουν μια ιδιαίτερη και μοναδική εικόνα την οποία μπορεί κανείς να δει όταν επισκεφθεί την Πρέσπα.

2.4.6. ΑΝΑΨΥΧΗ & ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

Η περιοχή του Εθνικού Πάρκου προσφέρεται για την απόλαυση πλήθους δραστηριοτήτων αναψυχής, όπως διαδρομές πεζοπορίας, ορειβασίας, βαρκάδες, κανό, ποδηλασία κ.ά.
Στην περιοχή ισχύει η ΚΥΑ αριθμ. 28651, ΦΕΚ 302/Δ΄/23-7-2009, με βάση την οποία καθορίζονται οι επιτρεπόμενες δραστηριότητες στο Εθνικό Πάρκο. Επικοινωνήστε με το Φορέα Διαχείρισης ή μπείτε στο σύνδεσμο: https://fdepap.gr/odigos-episkepti

Για τους λάτρεις της περιπέτειας η Μεγάλη Πρέσπα ενδείκνυται για διαδρομές πεζοπορίας, κολύμπι, κανό-καγιάκ και κωπηλασία ή και πτύσεις με ανεμόπτερο. Αν είστε λάτρεις των σπορ στη φύση ή απλά της φύσης έχετε έναν ακόμη λόγο για βρεθείτε στην περιοχή καθώς εκεί θα βρείτε ευκαιρίες για ερασιτεχνικό ψάρεμα, ορειβασία, ποδηλασία βουνού και καλλιτεχνική φωτογραφία. Εξάλλου λένε ότι το τοπίο γύρω από τις λίμνες είναι πέρα από κάθε περιγραφή και οι λέξεις δεν χωρούν τόση ομορφιά.

2.4.7. ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

Στην περιοχή υπάρχει ένα δίκτυο 10 πεζοπορικών και 3 ποδηλατικών μονοπατιών που είναι σηματοδοτημένα. Στον παρακάτω σύνδεσμο μπορείτε να ενημερωθείτε για το κάθε ένα από αυτά ξεχωριστά:
https://www.spp.gr/prespa_trails

Τα μονοπάτια που προτείνουμε παρακάτω αποτελούν δύο από τις καλύτερες διαδρομές στις οποίες κυριαρχούν οι άρκευθοι.

Το Τριεθνές σημείο της λίμνης: Ψαράδες – Ρότι:

Το μονοπάτι με δυο λόγια: Η λίμνη Μεγάλη Πρέσπα κυριαρχεί μιας και το μονοπάτι δεν απομακρύνεται πουθενά περισσότερο από 250 μέτρα από την ακτή της.

Η διαδρομή ακολουθεί αρχικά το μυχό του κόλπου των Ψαράδων, συνεχίζει ανάμεσα σε θάμνους προς ένα απομονωμένο σημείο θέας πάνω από τη λίμνη, στο ακρωτήριο Ρότι. Μια παράκαμψη οδηγεί σε ένα ασκηταριό του 13ου αιώνα, φωλιασμένο στη βάση ενός βράχου της ακτής.

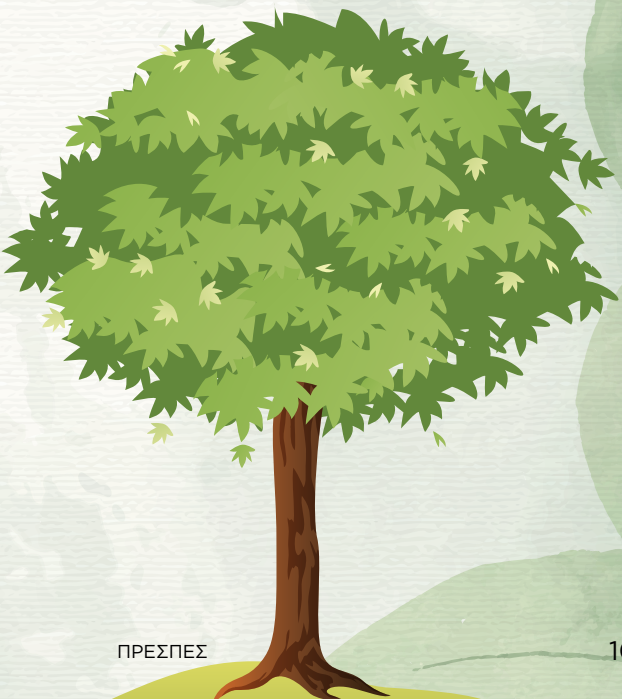
Τι ενδιαφέρον παρουσιάζει;

Η άσφαλτος από την Κούλα προς τους Ψαράδες διέρχεται από ένα θαυμάσιο σημείο θέας προς τη λίμνη Μεγάλη Πρέσπα.

Οι Ψαράδες: ένα ψαροχώρι που τώρα ζει από τον τουρισμό.

Ένας δρόμος που φτιάχτηκε από τον γαλλικό στρατό στον Α' Παγκόσμιο πόλεμο.

Γεωλογία: ασβεστόλιθοι που αποτέθηκαν στο βυθό μιας βαθιάς θάλασσας που υπήρχε στην περιοχή πριν από 250 ως 175 εκατομμύρια χρόνια. Ο Algyroides nigropunctatus, ένα είδος σαύρας με πολύ περιορισμένη κατανομή στην Ελλάδα.



Α
ΧΑΡΤΕΣ

2.Α. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ, ΤΟ ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ & Ο ΓΕΩΦΥΣΙΚΟΣ ΧΑΡΤΗΣ

Η Μικρή Πρέσπα είναι 43 τ. χλμ. και υψομετρικά βρίσκεται ψηλότερα από την Μεγάλη Πρέσπα. Είναι λίμνη γλυκού νερού και σύμφωνα με τους επιστήμονες ήταν ενωμένη με την Μεγάλη Πρέσπα άρα σχηματίστηκε όταν αποκόπηκε πιθανόν εξαιτίας χειμάρρων.

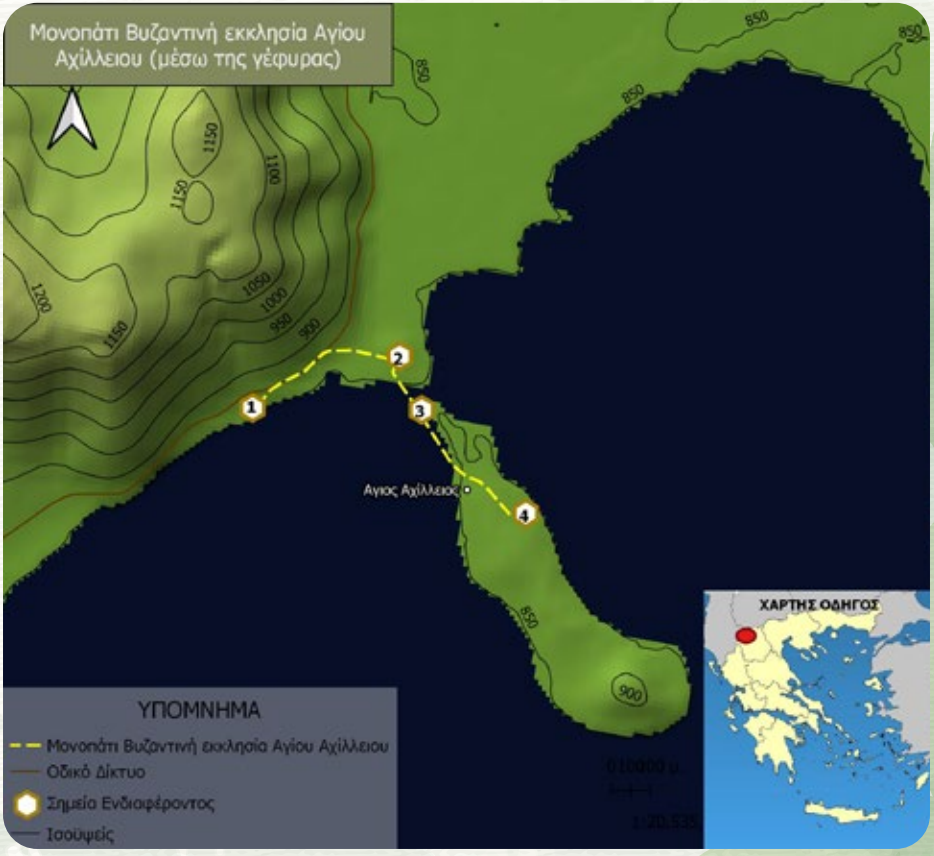
Τα νερά της χρησιμοποιούνται από τον άνθρωπο για ύδρευση, άρδευση, αλιεία, αναψυχή και τουρισμό, παγώνουν όμως για μεγάλο χρονικό διάστημα κάθε χειμώνα. Στη λίμνη αν είναι τυχερός κανείς θα δει τη βίδρα, ένα από τα πιο σπάνια θηλαστικά της Ευρώπης που βρίσκει καταφύγιο εδώ.

Η Μεγάλη Πρέσπα είναι στα σύνορα με την Αλβανία και τα Σκόπια. Είναι και αυτή λίμνη του γλυκού νερού και το εμβαδόν της εντός της Ελλάδας είναι 40 τ. χλμ. Στην Μεγάλη Πρέσπα ρέουν τα νερά της Μικρής Πρέσπας, με την οποία συνδέεται μέσω στενής λωρίδας γης. Είναι αρκετά βαθύτερη από τη Μικρή Πρέσπα και επικοινωνεί υπόγεια με τη λίμνη Αχρίδα που βρίσκεται σε χαμηλότερο υψόμετρο.

Η Πρέσπα βρίσκεται στην καρδιά των Βαλκανίων και τη μοιράζονται τρεις χώρες: η Αλβανία, η Ελλάδα και η Δημοκρατία της Βόρειας Μακεδονίας. Με τη λέξη Πρέσπα νοούνται οι δύο λίμνες, Μικρή και Μεγάλη Πρέσπα, καθώς και η ευρύτερη λεκάνη απορροής που εκτείνεται έως τις κορυφές των βουνών που τις περικλείουν. Στην περιοχή υπάρχουν τέσσερα Εθνικά Πάρκα: το Εθνικό Πάρκο Πρεσπών στην Ελλάδα, το Εθνικό Πάρκο Πρεσπών στην Αλβανία, τα Εθνικά Πάρκα Pelister και Galicica καθώς και η προστατευόμενη περιοχή Ezerani στη Δημοκρατία της Βόρειας Μακεδονίας.

2.Α1. ΜΟΝΟΠΑΤΙ 1





Το μονοπάτι 1 προτείνεται για άτομα που δεν έχουν κινητική αναπηρία ή/και προβλήματα όρασης, καθώς περιλαμβάνει σημεία ενδιαφέροντος στα οποία ο επισκέπτης χρειάζεται να διασχίσει τη γέφυρα περπατώντας, για να φτάσει στο νησάκι του Αγίου Αχιλλείου.

ΣΗΜΕΙΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ

Σημείο ενδιαφέροντος 1

Επίσκεψη στο Κέντρο Πύλης

Το Κέντρο βρίσκεται πριν το χωριό Πύλη στη δυτική πλευρά του πάρκου, σε παραλίμνια θέση, και έχει θέα το νησάκι του Αγίου Αχιλλείου.

Φιλοξενεί έκθεση με βασικούς θεματικούς άξονες το Πάρκο Πρεσπών, τις λίμνες, τους πελεκάνους, τα άλλα υδρόβια πουλιά και την αλιεία.

Σημείο ενδιαφέροντος 2

Παρατήρηση πουλιών

Μικρή διαδρομή πεζοπορίας στο λόφο Κρίνας, σημείο θέας στη μεγαλύτερη περιοχή φωλεοποίησης αργυροπελεκάνων στον κόσμο! Τηλεσκόπια και κιάλια χρησιμοποιούνται από τον εξοπλισμό του Φορέα Διαχείρισης, αλλά έτσι κι αλλιώς το σημείο θέας προς τη Ζώνη Απόλυτης Προστασίας της Φύσης είναι μοναδικό! Εδώ θα καθίσουμε κάτω στο έδαφος στην κορυφή του λόφου, κλείνοντας τα μάτια και ενεργοποιώντας τις υπόλοιπες αισθήσεις. Το σημείο θέας αποζημιώνει Κωφούς και Ακούοντες.

Σημείο Ενδιαφέροντος 3

Η ένωση των δύο λιμνών

Στο σημείο της ένωσης των δύο λιμνών θα δούμε το θυρόφραγμα και θα μάθουμε για την Επιτροπή Διαχείρισης Υγροτόπου, μοναδικό παράδειγμα διαχείρισης υδάτων και συνεργασίας στην Ελλάδα. Δίπλα ακριβώς υπάρχει πινακίδα με πληροφορίες για τη μέτρηση της στάθμης των λιμνών, για το αιωνόβιο δάσος αρκεύθων αλλά και το παλιό κτίριο του Ναυτικού Ομίλου. Προχωράμε εκατό μέτρα για να δούμε την ξύλινη εξέδρα που ξεκουράζονται τα πουλιά αλλά και τους οικισμούς της γειτονικής χώρας.

Σημείο ενδιαφέροντος 4

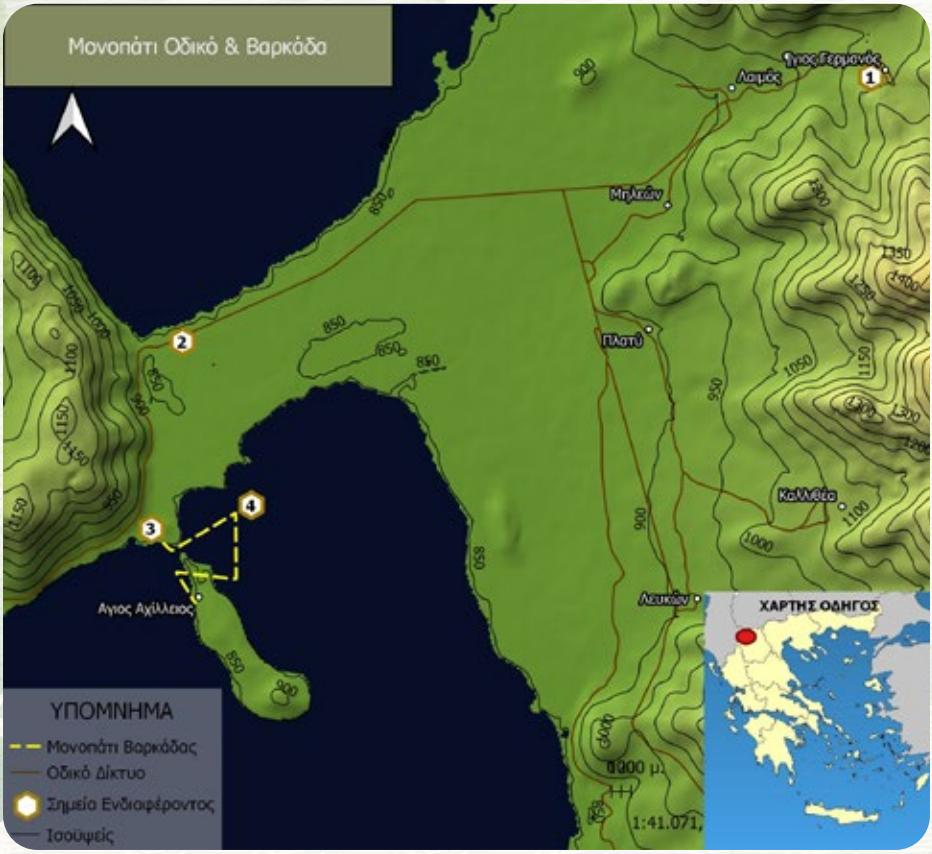
Βυζαντινή εκκλησία Αγίου Αχιλλείου

Με αφετηρία το Κέντρο Ενημέρωσης Πύλης, δίνονται οδηγίες για κάθε τμήμα της διαδρομής, γενικές κατευθύνσεις, πληροφορίες για την ευρύτερη περιοχή του Εθνικού Πάρκου Πρεσπών, καθώς και ενημέρωση στο χάρτη και στη μόνιμη έκθεση ορνιθοπανίδας που υπάρχει στο Κέντρο, ώστε ο επισκέπτης να κατανοήσει ακριβώς που βρισκόμαστε καθώς και τη σπουδαιότητα της περιοχής. Μετάβαση στο αυτοκίνητο μέχρι τη γέφυρα στο νησάκι του Αγίου Αχίλλειου. Στη συνέχεια, με διαδρομή πεζοπορίας ξεκινώντας από τη γέφυρα ακολουθούμε το μονοπάτι του νησιού που οδηγεί στα ερείπια της βυζαντινής εκκλησίας Αγίου Αχίλλειου του 10ου αιώνα.



2.Α2. ΜΟΝΟΠΑΤΙ 2





ΣΗΜΕΙΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ

Σημείο ενδιαφέροντος 1

Βυζαντινή εκκλησία Αγίου Γερμανού.

Πενήντα μέτρα από χωριό διανύουμε για να μπούμε σιγά σιγά μέσα στο βυζαντινό ναό Αγίου Γερμανού του 11ου αιώνα. Οι εικόνες που διασώζονται θα μας διηγηθούν την ιστορία του χριστιανισμού ενώ το δέος που νιώθει κανείς μέσα στη μικρή εκκλησία είναι ασύλληπτο. Περισσότερες πληροφορίες για την εκκλησία του Αγίου Γερμανού μπορεί κάποιος/κάποια να βρει στον σύνδεσμο: https://tinyurl.com/kj787kbf

Σημείο ενδιαφέροντος 2

Παραδοσιακός νερόμυλος

Μετακίνηση οδικώς μέχρι τον παραδοσιακό οικισμό Αγίου Γερμανού, ενώ από το χωριό συνεχίζουμε μια διαδρομή πεζοπορίας για τον παραδοσιακό νερόμυλο Αγίου Γερμανού που βραβεύτηκε ως ένα από τα σημαντικότερα μνημεία πολιτιστικής κληρονομιάς της Ευρώπης. Ήχοι, χρώματα, αρώματα και παραδοσιακά επαγγέλματα.

Σημείο ενδιαφέροντος 3

Η ένωση των δύο λιμνών

Στο σημείο της ένωσης των δύο λιμνών θα δούμε το θυρόφραγμα και θα μάθουμε για την Επιτροπή Διαχείρισης Υγροτόπου, μοναδικό παράδειγμα διαχείρισης υδάτων και συνεργασίας στην Ελλάδα. Δίπλα ακριβώς υπάρχει πινακίδα με πληροφορίες για τη μέτρηση της στάθμης των λιμνών, για το αιωνόβιο δάσος αρκεύθων αλλά και το παλιό κτίριο του Ναυτικού Ομίλου. Προχωράμε εκατό μέτρα για να δούμε την ξύλινη εξέδρα που ξεκουράζονται τα πουλιά αλλά και τους οικισμούς της γειτονικής χώρας.

Σημείο ενδιαφέροντος 4

Βαρκάδα στα νούφαρα

Η βαρκάδα, πραγματοποιείται εφόσον οι κλιματολογικές συνθήκες είναι κατάλληλες. Με το πράσινο σκάφος ηλιακής ενέργειας θα πλεύσουμε γύρω από το νησάκι του Αγίου Αχίλλειου κατευθυνόμενοι προς τις φωλιές των πουλιών (με προσοχή, δεν πλησιάζουμε πολύ κοντά για να μην ενοχλήσουμε τα πουλιά) και στα λευκά νούφαρα που διακοσμούν την επιφάνεια της λίμνης Μικρή Πρέσπα καθ' όλη τη διάρκεια του καλοκαιριού.

Α
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΑΥΤΑ ΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

Τα μονοπάτια ενδείκνυνται για επισκέπτες που θέλουν να ενημερωθούν για τη χλωρίδα και την πανίδα της περιοχής αλλά και για το πολιτιστικό και ιστορικό της παρελθόν. Έχει πάρα πολύ ωραία θέα και βρίσκεται κοντά σε οικισμό.

Το μονοπάτι 1 προτείνεται για άτομα με διαταραχές ακοής, με καλή φυσική κατάσταση, ηλικίας 15-30 ετών. Δύνανται να γίνουν προσαρμογές και για άλλες ευπαθείς ομάδες.

Το μονοπάτι 2 ενδείκνυται για άτομα με προβλήματα όρασης και κινητικά προβλήματα.

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

Το μονοπάτι 1 είναι ένα μέτριας δυσκολίας μονοπάτι, καθώς οι επισκέπτες θα χρειαστεί από το σημείο άφιξης με το λεωφορείο ή κάποιο άλλο μεταφορικό μέσο να διασχίσουν τη γέφυρα και να περιηγηθούν στο νησάκι του Αγίου Αχιλλείου περπατώντας.

Αντίθετα, το μονοπάτι 2 το οποίο περιλαμβάνει τη βαρκάδα είναι ένα εύκολο μονοπάτι, καθώς δεν απαιτεί πεζοπορία μεγάλης διάρκειας.

ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι επισκέπτες του Εθνικού Πάρκου των Πρεσπών θα αποκομίσουν μια μοναδική εμπειρία περιήγησης στο τοπίο και θα έχουν τη δυνατότητα μέσα από τα σημεία ενδιαφέροντος που αναφέρθηκαν παραπάνω να γνωρίσουν την ιστορία, τη χλωρίδα και την πανίδα του τόπου.

ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΗ ΠΡΟΣΤΙΘΕΜΕΝΗ ΑΞΙΑ

Οι επισκέπτες του Εθνικού Πάρκου Πρεσπών μέσω της περιήγησης στα παραπάνω μονοπάτια, τη δυνατότητα να περιηγηθούν διαδικτυακά στη διαδικτυακή πύλη του Φορέα Διαχείρισης του Πάρκου www.fdepap.gr έχουν τη δυνατότητα να γνωρίσουν αυτό το «πραγματικό εργαστήρι της φύσης» , τον σπουδαίο υγρότοπο διεθνούς σημασίας και της απαράμιλλης πολιτιστικής κληρονομιάς.

Γ
ΦΥΛΛΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Τα φύλλα εργασίας που προτείνονται δεν αντιστοιχούν σε κάποιο συγκεκριμένο μονοπάτι, προσφέρουν διαθεματικές και πολυαισθητηριακές ευκαιρίες μάθησης και δίνουν τη δυνατότητα στον εκπαιδευτικό/σύνοδο της ομάδας να επιλέξει δραστηριότητες που αντιστοιχούν στα ηλικιακά και μαθησιακά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων.

2.Γ1. ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 1

2.Γ1.1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1

Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να σκορπιστούν στο μονοπάτι και με το σήκωμα του χεριού πρέπει να περπατήσουν 10 βήματα. Σταματούν και φωτογραφίζουν με το smartphone ότι τους εντυπωσιάζει. Στη συνέχεια πρέπει να μυρίσουν κάποιο φυτό που διακρίνουν και να ηχογραφήσουν τους ήχους του μονοπατιού.
Η δραστηριότητα συνεχίζεται 5 -6 φορές.

Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια:
α) συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν τραβήξει.
β) χωρίζονται σε ζευγάρια ή τριάδες ώστε να υπάρχει ένα ακούοντας ο οποίος θα ακούσει τους ήχους που έχουν καταγράψει οι κωφοί.
Εάν γνωρίζει την νοηματική γλώσσα μπορεί να περιγράψει τους ήχους.



2.Γ1.2. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2

Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να σκορπιστούν στο μονοπάτι και με το σήκωμα του χεριού πρέπει να γυρίσουν όλοι προς την ανατολή του ήλιου, μόλις κατέβει το χέρι του εμψυχωτή, οι συμμετέχοντες περπατούν ο ένας ανάμεσα από τον άλλο χωρίς να ακουμπούν μεταξύ τους.

Ο εμψυχωτής σηκώνει το χέρι του και ζητά να κοιτάξουν όλοι προς τη δύση, τον νότο κλπ. Η δραστηριότητα συνεχίζεται 5 -6 φορές.

2.Γ1.3. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3

Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να μπουν σε μία γραμμή ο ένας πίσω από τον άλλον διατηρώντας τον προσωπικό τους χώρο (το βαρέλι ο αέρας που είναι γύρω μας ονομάζεται προσωπικός χώρος).

Χαράζει μία γραμμή, την οποία οι συμμετέχοντες δεν την πατούν αλλά πρέπει να πηδούν δεξιά αριστερά ανάλογα με το σινιάλο που θα κάνει ο εμψυχωτής.

Αν οι συμμετέχοντες είναι προσανατολισμένοι με τον δεξί τους ώμο στην Ανατολή του ηλίου τότε το ηχητικό ή οπτικό σινιάλο θα είναι «Ανατολή – Δύση», εάν οι συμμετέχοντες είναι προσανατολισμένοι με τον δεξί τους ώμο στον Βορρά του ηλίου τότε το ηχητικό ή οπτικό σινιάλο θα είναι «Βορράς – Νότος».

2.Γ2. ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 2

2.Γ2.1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1

Αντιστοίχισε τη λέξη με την εικόνα που ταιριάζει:



Αργυροπελεκάνος



Οξιά



Σφένδαμος Κόκκινος



Ροδοπελεκάνος



Σταχτόχηνα

2.Γ2.2. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2

Αναζητήστε το βότανο της εικόνας 1 σε ακτίνα 200-300 μέτρων και μυρίστε το. Μήπως γνωρίζετε το συγκεκριμένο βότανο;



Περιγράψτε την μυρωδιά και την υφή του παραπάνω βοτάνου με 20-30 λέξεις:

2.Γ2.3. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3

Αναζητήστε το λουλούδι της εικόνας 2 σε ακτίνα 200-300 μέτρων και μυρίστε το. Φωτογραφίστε το συγκεκριμένο λουλούδι με το smart-phone. Δείξτε την φωτογραφία στην ολομέλεια.



Περιγράψτε την μυρωδιά και την υφή του παραπάνω βλουλουδιού με 20-30 λέξεις:

2.Γ2.4. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 4

Αναζητήστε το λουλούδι της εικόνας 3 σε ακτίνα 200-300 μέτρων και μυρίστε το. Φωτογραφίστε το συγκεκριμένο λουλούδι με το smart-phone. Δείξτε την φωτογραφία στην ολομέλεια.



Περιγράψτε την μυρωδιά και την αισθητική του παραπάνω λουλουδιού με 20-30 λέξεις:

2.Γ2.5. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 5

Αναζητήστε το υδρόβιο φυτό της εικόνας 4 σε ακτίνα 200-300 μέτρων και μυρίστε το. Φωτογραφίστε το συγκεκριμένο το υδρόβιο φυτό με το smartphone. Δείξτε την φωτογραφία στην ολομέλεια.



Περιγράψτε το σχήμα και την αισθητική του παραπάνω υδρόβιου φυτού με 20-30 λέξεις:

2.Γ3. ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 3

Στο συγκεκριμένο φύλλο εργασίας αναδεικνύονται τα βυζαντινά μνημεία της περιοχής και δίνουν την ευκαιρία στον επισκέπτη να αποκτήσει πληροφορίες σχετικά με την ιστορία του τόπου και να προσεγγίσει μέσα από την τέχνη της φωτογραφίας.

2.Γ3.1. Πρώτη στάση: Άγιος Αχίλλειος

Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να σχηματίσουν ομάδες των 5-6 ατόμων, να δώσουν κάποιο όνομα στην ομάδα και σκορπιστούν στο Άγιο Αχίλλειο και να αναζητήσουν πουλιά, κορμοράνους, τη Μονή της Παναγιάς της Πορφύρας, τη βασιλική του Αγίου Αχιλλείου να τα φωτογραφίζουν με το smartphone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους. Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια: συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν τραβήξει.





2.Γ3.2. Δεύτερη στάση: Άγιος Γερμανός

Ο Άγιος Γερμανός βρίσκεται στο δυτικό άκρο μιας κοιλάδας στους πρόποδες του όρους Βαρνούντας στα σύνορα με την ΠΓΔΜ. Ένα ομώνυμο ρυάκι διασχίζει το χωριό και εκβάλλει στη Μεγάλη Πρέσπα. Ο Άγιος Γερμανός φημίζεται για την παραδοσιακή αρχιτεκτονική (πέτρα) των οικημάτων του. Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να πεζοπορήσουν και να αναζητήσουν:

Α) Την εκκλησία του Αγίου Γερμανού (τέλη του 10ου αιώνα)
Β) Το κέντρο πληροφοριών του Φορέα Διαχείρισης του Εθνικού Πάρκου Πρεσπών στην πλατεία, το οποίο μπορεί να δώσει σχετικές πληροφορίες για ολόκληρη την περιοχή των Πρεσπών. Οι συμμετέχοντες πρέπει να φωτογραφήσουν τα παραπάνω μνημεία και να ανεβάσουν τις φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους. Κερδίζει όποια ομάδα ήρθε πιο γρήγορα στην ολομέλεια και παρουσιάσει το φωτογραφικό υλικό.

2.Γ3.3. Τρίτη στάση: Ανταρτικό

Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να σκορπιστούν στο χωριό Αντάρτικο και να αναζητήσουν την εκκλησία του Αγ. Αθανασίου και τον ποταμό Λαδοπόταμο, να τα φωτογραφίζουν με το smartphone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους και τις εντυπώσεις τους.

Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν τραβήξει.

2.Γ3.4. Τέταρτη στάση: Καλλιθέα

Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να σκορπιστούν στο χωριό Καλλιθέα και να αναζητήσουν την εκκλησία του Αγ. Αθανασίου, την εκκλησία του Αγίου Γεωργίου και τη θέα της λίμνης, να τα φωτογραφίζουν με το smartphone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους. Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν τραβήξει.

2.Γ3.5. Πέμπτη στάση: Καρυές

Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να σκορπιστούν στο χωριό Καρυές και να αναζητήσουν την εκκλησία του Αγ. Αθανασίου, την εκκλησία της Ανάληψης (κλειστή), να την φωτογραφίζουν με το smartphone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους και να περπατήσουν στο βουνό.

Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν τραβήξει.



2.Γ3.6. Έκτη στάση: Κώττας

Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να σκορπιστούν στο χωριό Κώττας (γενέτειρα του Καπετάν Κώττα (1863-1905), ενός από τους πρωτεργάτες του Μακεδονικού Αγώνα), να αναζητήσουν το μουσείο του Καπετάν Κώττα, το σπίτι του Καπετάν Κώττα, το Μουσείο του Μακεδονικού Αγώνα να τραβήξουν φωτογραφίες με το smart-phone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxf-dthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους.

Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν τραβήξει.

2.Γ3.7. Έβδομη στάση: Κρυσταλλοπηγή

Κρυσταλλοπηγή σημαίνει «κρυστάλλινη πηγή». Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να σκορπιστούν στο χωριό και να ψάξουν την κοιλάδα του Λαδοπόταμου, να τραβήξουν φωτογραφίες με το smart-phone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxf-dthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους.

Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν τραβήξει από διαφορετική οπτική γωνία.

2.Γ3.8. Όγδοη στάση: Λαιμός και Μηλιώνας

Ο Λαιμός είναι το κεντρικό χωριό των Πρεσπών και το διοικητικό κέντρο της περιοχής. Ο Λαιμός βρίσκεται στο στενότερο σημείο της κοιλάδας – εξ' ου και η ονομασία «λαιμός» – και χωρίζεται στα δυο από το ρέμα του Αγίου Γερμανού. Ο Μηλιώνας είναι ένα σχεδόν εγκαταλελειμμένο χωριό πολύ κοντά στο Λαιμό.

Χρησιμοποιείται από τους ντόπιους για να σταβλίζουν και να βόσκουν τα βοοειδή τους. Δυο οικογένειες από την Αθήνα αγόρασαν παλιά σπίτια τα οποία τώρα ανακαινίζουν. Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να σκορπιστούν στο χωριό και να ψάξουν τη Βυζαντινή εκκλησία της Υπαπαντής (κλειστή), να τραβήξουν φωτογραφίες με το smartphone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους.

Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια: συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν από διαφορετική κάτοψη του ναού.

2.Γ3.9. Ένατη στάση: Λευκώνας

Ο Λευκώνας βρίσκεται στη μεγαλύτερη πεδιάδα των Πρεσπών. Ο εμψυχωτής χωρίζει τους συμμετέχοντες σε δύο ομάδες και ζητά η μία ομάδα συμμετεχόντων να ανεβεί περπατώντας στο λόφο Καλέ και να απολαύσουν την ειρηνική και πανοραμική θέα της περιοχής. Τους προτρέπει να φωτογραφίσουν τη θέα αλλά και να βιντεοσκοπήσουν τους ήχους και τη σιγαλιά του τοπίου.

Στη συνέχεια πρέπει να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους. Όταν τελειώσουν έρχονται στην ολομέλεια και δείχνουν το φωτογραφικό υλικό στις άλλες ομάδες.

Η άλλη ομάδα πρέπει να αναζητήσει το πυροβολείο του 2ου Παγκοσμίου Πολέμου, να τραβήξει φωτογραφίες και να παρουσιάσει στην άλλη ομάδα όταν έρθουν στην ολομέλεια.

2.Γ3.10. Δέκατη στάση: Μικρολίμνη

Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να σκορπιστούν στο χωριό και να ψάξουν τη Βυζαντινή εκκλησία της Αγίας Παρασκευής, να τραβήξουν φωτογραφίες με το smartphone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους. Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια: συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν από διαφορετική κάτοψη του ναού.

2.Γ3.11. Ενδέκατη στάση: Οξυά

Η Οξυά είναι ένα μικρό χωριό κοντά στη Μικρολίμνη και έχει ένα στάβλο αλόγων.

Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να πεζοπορήσουν ως τη Σφήκα που είναι ένα ερημωμένο χωριό στο όρος Τρικλάριο. Να τραβήξουν φωτογραφίες με το smartphone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους. Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια: συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν από διαφορετικά σημεία της διαδρομής.

2.Γ3.12. Δωδέκατη στάση: Πύλη

Η Πύλη βρίσκεται στην όχθη της Μικρής Πρέσπας, στους πρόποδες του όρους Ντέβας. Περιστοιχισμένη από καλλιέργειες φασολιάς, η Πύλη είναι ένα ήσυχο χωριό, φωλιασμένο μεταξύ δάσους και λίμνης. Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να πεζοπορήσουν ως στο εγκαταλελειμμένο χωριό Δασερή, περίπου στα 3 χλμ μακριά, και στη σπηλιά του Ζαχαριάδη, που χρησιμοποιήθηκε από τους αντάρτες κατά τον Ελληνικό Εμφύλιο Πόλεμο. Επίσης τους προτρέπει να αναζητήσουν τη μικρή εκκλησία του Αγίου Νικολάου. Ζητά να τραβήξουν φωτογραφίες με το smartphone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους. Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν από διαφορετικά σημεία της διαδρομής.

2.Γ3.13. Δέκατη τρίτη στάση: Πισοδέρι

Το Πισοδέρι βρίσκεται πάνω σε μια πολύ απότομη πλαγιά του όρους Βέρνον, κοντά στο χιονοδρομικό κέντρο της Βίγλας. Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να πεζοπορήσουν το μονοπάτι που οδηγεί στον Άγιο Γερμανό κατά μήκους της κορυφής του όρους Βαρνούντας. Ζητά να τραβήξουν φωτογραφίες με το smartphone την παραδοσιακή αρχιτεκτονική αλλά και τη διαδρομή προς τον Άγιο Γερμανό.

Οι συμμετέχοντες πρέπει να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους. Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια: συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν από διαφορετικά σημεία της διαδρομής καθώς και τα κτίρια παραδοσιακής αρχιτεκτονικής. Εάν υπάρχει χρόνος αναζητούν τη Μονή Αγίας Τριάδας, τραβούν φωτογραφίες με το smartphone και ανεβάζουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους.

Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν από διαφορετική κάτοψη της Μονής.



2.Γ3.14. Δέκατη τέταρτη στάση: Πλατύ

Το Πλατύ βρίσκεται στη μεγαλύτερη πεδιάδα των Πρεσπών. Το χωριό διασχίζεται από το Πλατιώτικο ρέμα. Από το Πλατύ φαίνεται μια ωραία και ευρεία θέα της Μικρής Πρέσπας. Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να αναζητήσουν την έκθεση παλιών τεχνουργημάτων και εργαλείων των Πρεσπών στο ξενοδοχείο Πλατυθέα.

Ζητά να τραβήξουν φωτογραφίες με το smartphone. Οι συμμετέχοντες πρέπει να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνσηtinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους.

Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια: συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν τραβήξει.

Εάν υπάρχει χρόνος αναζητούν την εκκλησία του Αγίου Νικολάου-Αγίας Σωτήρας (κλειστή), να τραβήξουν φωτογραφίες με το smartphone και να ανεβάσουν φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους.

Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν από διαφορετική κάτοψη του ναού.

2.Γ3.15. Δέκατη πέμπτη στάση: Πράσινο

Γίνεται απλά μία αναφορά στην ύπαρξη του χωριού με τους 21 κάτοικους στο παλιό χωριό και 14 μέτοικους στον κύριο δρόμο.

2.Γ3.16. Δέκατη έκτη στάση: Ψαράδες

Οι Ψαράδες βρίσκονται στην όχθη της Μεγάλης Πρέσπας. Όπως υποδηλώνει το όνομά τους, είναι ένα παραδοσιακό ψαροχώρι. Εάν υπάρχει η δυνατότητα, από τους Ψαράδες μπορούν να κάνουν μια βαρκάδα για να δουν τις μεταβυζαντινές νωπογραφίες στους βράχους και στα χτισμένα στις απότομες πλαγιές της λίμνης ερημητήρια.

Οι συμμετέχοντες πρέπει να φωτογραφήσουν τις μεταβυζαντινές νωπογραφίες στα βράχια και να ανεβάσουν τις φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους. Στη συνέχεια έρχονται στην ολομέλεια: συζητούν τις εμπειρίες τους δείχνοντας ο ένας στον άλλον τις φωτογραφίες που έχουν από διαφορετικά σημεία των βράχων.

2.Γ3.17. Δέκατη έβδομη στάση: Τρίγωνο

Το Τρίγωνο είναι ένα μικρό χωριό που βρίσκεται στη διασταύρωση των οδών προς Φλώρινα, Πρέσπες και Καστοριά, στους πρόποδες του όρους Βέρνον. Το χωριό Τρίγωνο πήρε το όνομά του από το τριγωνικό του σχήμα. Το χωριό αρχικά ήταν εγκατεστημένο πιο πάνω στο βουνό, και, στην πραγματικότητα μεταφέρθηκε δυο φορές προς τα κάτω μέχρι που εγκαταστάθηκε τελικά στην τωρινή του τοποθεσία. Τα απομεινάρια των προηγούμενων οικισμών είναι ακόμα ορατά στο βουνό. Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να πεζοπορήσουν και να αναζητήσουν:

Α) Την παραδοσιακή αρχιτεκτονική (πλίνθοι).
Β) Την εκκλησία του Προφήτη Ηλία (1920) στη μέση του δάσους (ζητείστε τα κλειδιά από τον Αντώνη Παπαδόπουλο στην πλατεία του χωριού: τηλ. 23850-45985).
Γ) Την εκκλησία του Αγίου Νικολάου, 1866.

Οι συμμετέχοντες πρέπει να φωτογραφήσουν τα παραπάνω μνημεία και να ανεβάσουν τις φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους.

Κερδίζει όποια ομάδα ήρθε πιο γρήγορα στην ολομέλεια και παρουσιάσει το φωτογραφικό υλικό.



2.Γ3.18. Δέκατη όγδοη στάση: Βατοχώρι

Το Βατοχώρι είναι ένα πολύ μικρό χωριό που δημιουργήθηκε από διάσπαρτους οικισμούς γεωργών και βοσκών. Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να πεζοπορήσουν και να αναζητήσουν:

Α) Το παλιό δημοτικό σχολείο που φιλοξενεί μια λαογραφική συλλογή
Β) Την εκκλησία του Αγίου Νικολάου.
Οι συμμετέχοντες πρέπει να φωτογραφήσουν τα παραπάνω μνημεία και να ανεβάσουν τις φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους.
Κερδίζει όποια ομάδα ήρθε πιο γρήγορα στην ολομέλεια και παρουσιάσει το φωτογραφικό υλικό.

2.Γ3.19. Δέκατη ένατη στάση: Βροντερό

Στους πρόποδες του ομώνυμου όρους, στα σύνορα με την Αλβανία, το Βροντερό είναι ένα από τα λίγα χωριά των Πρεσπών που δεν έχει θέα στις λίμνες. Το Βροντερό είναι κυρίως ένα γεωργικό χωριό κοντά στα ερείπια του Πυξού, ενός παλαιότερου ανθρώπινου οικισμού.
Ο εμψυχωτής ζητά από τους συμμετέχοντες να πεζοπορήσουν και να επισκεφτούν:

Α) το εγκαταλελειμμένο χωριό Αγκαθωτό και τη σπηλιά που χρησιμοποιήθηκε ως αυτοσχέδιο νοσοκομείο κατά τον Ελληνικό Εμφύλιο Πόλεμο.
Β) Το μικρό μουσείο με απολιθώματα και νομίσματα στην πλατεία του χωριού.
Γ) Τα ερείπια του Πυξού.
Οι συμμετέχοντες πρέπει να φωτογραφήσουν τα παραπάνω μνημεία και να ανεβάσουν τις φωτογραφίες στη διεύθυνση tinyurl.com/mrxfdthw γράφοντας το όνομα της ομάδας τους.

Κερδίζει όποια ομάδα ήρθε πιο γρήγορα στην ολομέλεια και παρουσιάσει το φωτογραφικό υλικό.





ΣΤΗ ΓΗ ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ Ο ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΣ

ΑΛΛΑ ΚΟΜΜΑΤΙΑ ΑΥΤΟΥ



”

Jules Renard

Γάλλος Συγγραφέας



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΟΛΥΜΠΟΥ



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΟΛΥΜΠΟΥ



Ένα από τα πιο αναγνωρισμένα και περισσότερο επισκέψιμα βουνά, σε παγκόσμια κλίμακα, είναι ο Όλυμπος. Ένα επιβλητικό βουνό, το οποίο αναφέρεται από τα αρχαία χρόνια σε διάφορα κείμενα ως το σπίτι των Ελλήνων Θεών. **Η εξερεύνηση του Ολύμπου από τους επισκέπτες, τους χαρίζει μοναδικές εικόνες και μοναδικούς ήχους και τους ταξιδεύει νοερά στην ιστορία, στη μυθολογία και στον πολιτισμό της Ελλάδας.**

Άνθρωποι από όλο τον κόσμο επισκέπτονται τον Όλυμπο για πεζοπορία, ορειβασία, ποδηλασία κ.ά. ή απλά για να συνδυάσουν **τα απαράμιλλης γοητείας τοπία του βουνού, με τις καταγάλανες και πεντακάθαρες θάλασσες που βρίσκονται στους πρόποδές του.**

Από τα πυκνά δασώδη μονοπάτια, με τις χαράδρες, τους καταρράκτες και την καταπράσινη ομορφιά, έως το αλπικό τοπίο και τις υπέροχες γυμνές κορυφές του, ο Όλυμπος, προσφέρει σε κάθε πεζοπόρο, αναρριχητή, ποδηλάτη κ.ά. ορεινές διαδρομές απίστευτης ομορφιάς, πολλές φορές έχοντας θέα τη θάλασσα.

Η ομάδα του Εθνικού Πάρκου
Ολύμπου απαρτίζεται από τα εξής άτομα:

•**Καρολίδου Σωτηρία** | karolidou.sot@gmail.com
Φιλόλογος

•**Στούμπου Ειρήνη** | eirini.stoumpou@gmail.com
Εκπαιδευτικός Ειδικής Φυσικής Αγωγής

Ευχαριστίες

Στον Σύλλογο Βροντούς και πιο συγκεκριμένα, στους κυρίους:
• Γάκη Ιωάννη, για την άμεση ανταπόκρισή του στο κάλεσμά μας

• Σπανό Γεώργιο, για τις πληροφορίες, το φωτογραφικό υλικό και τη συνεχή βοήθεια του αναφορικά με το μονοπάτι της Αγίας Κόρης.

• Geopsis maps and guides-www.geopsis.com, για τη χαρτογράφηση του μονοπατιού της Αγίας Κόρης.

ΟΛΥΜΠΟΣ
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ





ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ

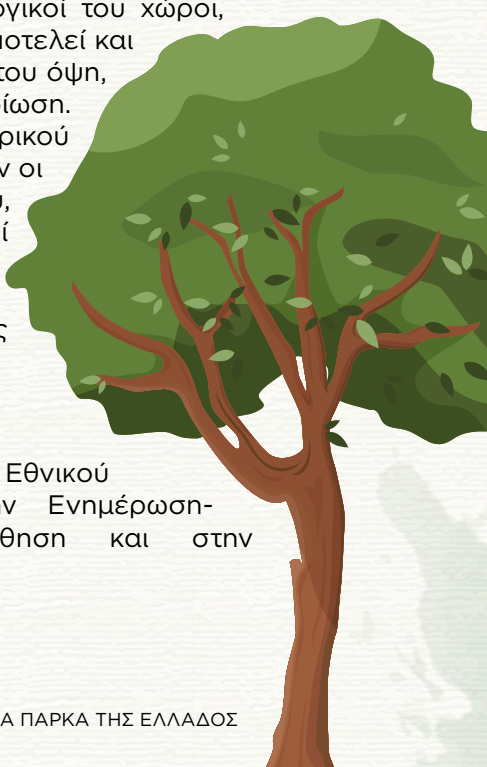
3.1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο Όλυμπος είναι το ψηλότερο βουνό της Ελλάδας και δεύτερο ψηλότερο βουνό στα Βαλκάνια με υψηλότερη κορυφή τον Μύτικα σε υψόμετρο 2.918 μέτρων. Στον Όλυμπο ιδρύθηκε με Βασιλικό Διάταγμα ο πρώτος Εθνικός Δρυμός της χώρας (1938), ενώ με έκδοση Προεδρικού Διατάγματος το 1985 θεσμοθετήθηκε ο Κανονισμός Λειτουργίας του. Σκοπός της ίδρυσης του συγκεκριμένου Εθνικού Πάρκου ήταν η προστασία τόσο της τοπικής χλωρίδας και πανίδας, όσο και της μοναδικής πολιτιστικής και ιστορικής κληρονομιάς της περιοχής.

Ο Εθνικός Δρυμός Ολύμπου έχει έκταση 40.000 στρεμμάτων και αποτελεί τον πυρήνα του Εθνικού Πάρκου, καλύπτοντας τη βορειοδυτική πλευρά του βουνού και πιο συγκεκριμένα, το 1/5 της συνολικής έκτασης του Εθνικού Πάρκου. Η περιοχή έχει χαρακτηριστεί από το 1981 απόθεμα της Βιόσφαιρας από το Πρόγραμμα Άνθρωπος και Βιόσφαιρα της UNESCO.

Το Υπουργείο Πολιτισμού ανακήρυξε τον Πιερικό και Θεσσαλικό Όλυμπο αρχαιολογικό και ιστορικό τόπο, προκειμένου να προστατευθούν οι διάσπαρτοι αρχαιολογικοί του χώροι, καθώς και η συνολική εικόνα του, που αποτελεί και την κατ' εξοχήν μνημειακή και ιστορική του όψη, από κάθε είδους έμμεση και άμεση αλλοίωση.

Τέλος, με την έκδοση σχετικού Προεδρικού Διατάγματος αναμένεται να καθορισθούν οι ζώνες προστασίας του Εθνικού Πάρκου, καθώς και οι χρήσεις και οι περιορισμοί εντός αυτού, γεγονός το οποίο είναι πολύ σημαντικό για την προστασία, τη διατήρηση και τη διαχείριση της φύσης και του τοπίου του Ολύμπου.



3.2. ΤΟ ΟΡΑΜΑ

Το όραμα του φορέα διαχείρισης του Εθνικού Πάρκου του Ολύμπου έγκειται στην Ενημέρωση-Ευαισθητοποίηση, στην Παρακολούθηση και στην Επόπτευση-Φύλαξη.

Πιο αναλυτικά:

3.2.1. Ενημέρωση - Ευαισθητοποίηση

Με στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της κοινωνίας σχετικά με την προστασία και διατήρηση του οικοσυστήματος της Προστατευόμενης Περιοχής του Ολύμπου, ο Φορέας εκπονεί δράσεις που αφορούν:

- Στην ενημέρωση των επισκεπτών του Κέντρου Πληροφόρησης Εθνικού Πάρκου Ολύμπου και των διερχόμενων από τα Φυλάκια Υποδοχής Επισκεπτών,
- Σε ξεναγήσεις μαθητών και ενηλίκων,
- Στη διοργάνωση και συμμετοχή σε εκδηλώσεις περιβαλλοντικής ενημέρωσης, ημερίδες, σεμινάρια και άλλες εκπαιδευτικές δραστηριότητες.

3.2.2. Παρακολούθηση

Στο πλαίσιο διαχείρισης της προστασίας της περιοχής ευθύνης του, ο Φορέας Διαχείρισης [Φ.Δ.] Εθνικού Πάρκου Ολύμπου πραγματοποιεί δράσεις που στοχεύουν στη συλλογή, ταξινόμηση και επεξεργασία περιβαλλοντικών στοιχείων και δεδομένων.

Ειδικότερα, ο Φ.Δ. Εθνικού Πάρκου Ολύμπου υλοποιεί πρόγραμμα παρακολούθησης τύπων οικοτόπων, ειδών χλωρίδας, ορνιθοπανίδας, θηλαστικών, αμφιβίων/ερπετών και ασπονδύλων, με έμφαση σε προστατευόμενα είδη Ευρωπαϊκού Κοινοτικού Ενδιαφέροντος και άλλα σημαντικά είδη (π.χ. τοπικά ενδημικά, απειλούμενα, κτλ).

Τα δεδομένα που συλλέγονται αξιοποιούνται στο πλαίσιο εθνικών αναφορών, προς την εκπλήρωση ευρωπαϊκών υποχρεώσεων για την αξιολόγηση της κατάστασης διατήρησης των ειδών, καθώς και για την πρόταση και λήψη μέτρων διαχείρισης σε τοπικό επίπεδο.

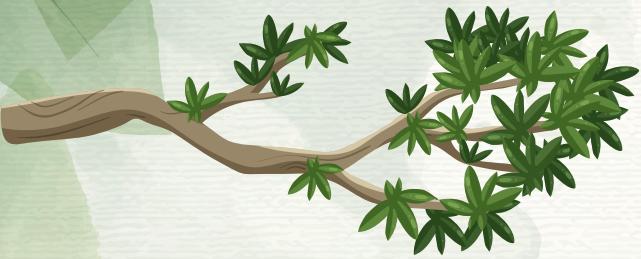
3.2.3. Επόπτευση - Φύλαξη

Ο Φ. Δ. Εθνικού Πάρκου Ολύμπου ασκεί δράσεις επόπτευσης και φύλαξης της προστατευόμενης περιοχής, με σκοπό τη διαφύλαξη των βιοτικών και αβιοτικών παραμέτρων και πόρων της.

Πιο συγκεκριμένα, ερευνά για παράνομη υλοτομία δασικών δένδρων, παράνομη θήρα, παράνομη μεταφορά ειδών χλωρίδας και πανίδας, δασικές πυρκαγιές, ρίψη απορριμμάτων κ.λ.π. Για τον λόγο αυτό, συνεργάζεται με άλλες αρμόδιες υπηρεσίες (Δασαρχείο, Πυροσβεστική κ.λ.π.) αλλά και ενημερώνει τους επισκέπτες για τα υπάρχοντα μέτρα προστασίας.

3.3. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ

Μια από τις σημαντικές τοποθεσίες στον Όλυμπο ήταν στην αρχαιότητα **το Δίον, η ιερή πόλη των Μακεδόνων**, όπου σήμερα λειτουργεί εκεί αρχαιολογικός χώρος και μουσείο. Γνώρισε την μεγαλύτερη ακμή του στα χρόνια του Αρχέλαου (414-399 π.Χ.), όταν **ο βασιλιάς οργάνωσε αθλητικούς και σκηνικούς αγώνες διάρκειας εννέα ημερών προς τιμήν του Δία και των Μουσών. Ακόμη λέγεται πως ο Μέγας Αλέξανδρος ξεκίνησε από εκεί την εκστρατεία του για την Ασία**, θυσιάζοντας στον Δία.



Η κορυφή του Ολύμπου θεωρούταν κατοικία των δώδεκα ομώνυμων θεών, τόσο από τους αρχαίους Έλληνες όσο και από τους Ρωμαίους. Οι δύο αυτοί κλασσικοί πολιτισμοί έμελλε να συγκρουστούν στους πρόποδες του ιστορικού βουνού, κοντά στο σημερινό Λιτόχωρο, στην τελευταία μάχη του Τρίτου Μακεδονικού Πολέμου, **την Μάχη της Πύδνας** (168 π.Χ.). Οι Ρωμαίοι του Αιμίλιου Παύλου νίκησαν τους Μακεδόνες του βασιλιά Περσέα της μακεδονικής δυναστείας των Αντιγονίδων, ανοίγοντας έτσι το δρόμο για την άνοδο της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας και της επικράτησής της στον ευρύτερο ελλαδικό χώρο.

Κατά τη διάρκεια της Τουρκοκρατίας ο Όλυμπος ήταν άντρο των ανυπότακτων κλεφτών και αρματολών, ιδρύθηκε εκεί μάλιστα και το πρώτο αρματολίκι στην ελληνική ιστορία. Από τον Όλυμπο κρατούσε την καταγωγή του **ο Γιωργάκης Ολύμπιος**, ένας λιγότερο γνωστός **ήρωας της Επανάστασης του 1821** που ήταν το πρωτοπαλίκαρο του Αλέξανδρου Υψηλάντη στις Παραδουνάβιες Ηγεμονίες. Έπεσε πολεμώντας ηρωικά, όταν η εναρκτήρια αυτή εκστρατεία απέτυχε. Στα νεότερα χρόνια, **μετά το 1900, στην περιοχή έδρασαν ληστές. Κατά την εισβολή των Γερμανών το 1941 ο ελληνικός στρατός μαζί με μονάδες Νεοζηλανδών και Αυστραλών έδωσε υποχωρώντας σημαντικές μάχες.** Μετά την κατάληψη της χώρας, **η Εθνική Αντίσταση** ακολούθησε στα βήματα των κλεφτών και αρματολών προγόνων της και **έκανε τον Όλυμπο ένα από τα σημαντικότερα ορμητήριά της.**

3.4. ΑΞΙΟΛΟΓΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ & ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ

Ο συνηθέστερος τρόπος για να φτάσει κάποιος στον Όλυμπο είναι από το Λιτόχωρο, που απέχει **430 χλμ. από την Αθήνα, 92 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη και 24 χλμ. από την Κατερίνη.** Η μετάβαση στο Λιτόχωρο μπορεί να γίνει με αμάξι, με λεωφορείο του ΚΤΕΛ ή με το τρένο. Ο μοναδικός αυτοκινητόδρομος που οδηγεί στον Εθνικό Δρυμό συνδέει το Λιτόχωρο με την περιοχή Πριόνια.

Η καλύτερη περίοδος για όσους ενδιαφέρονται για τη μελέτης της φύσης του Εθνικού Πάρκου είναι ο Απρίλιος και ο Μάιος, για τα χαμηλά υψόμετρα και οι καλοκαιρινοί μήνες για τα ψηλά. Καλή εποχή για επίσκεψη είναι και το φθινόπωρο ως το τέλος του Οκτωβρίου. Τον χειμώνα τα καταφύγια του Ολύμπου παραμένουν κλειστά και οι θερμοκρασίες στα υψηλά υψόμετρα είναι απαγορευτικές για περιπάτους.

Ένα εξαιρετικής ομορφιάς τοπίο με 1700 περίπου διαφορετικά είδη χλωρίδας, σπάνια είδη πτηνών, τρεχούμενα νερά, καταρράκτες και πεταλούδες, μπορεί να απολαύσει κανείς στον Εθνικό Δρυμό Ολύμπου, σε ένα μέρος μοναδικό για τη ζωντάνια και τη θετική του ενέργεια. Επίσης, το καταπράσινο φαράγγι του Ενιπέα και η θέα στον Θερμαϊκό κόλπο αποτελεί τοπίο απαράμιλλης ομορφιάς.

3.5. ΓΕΩΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Στον Όλυμπο **τα διαφορετικά υψόμετρα χωρίζουν την περιοχή σε ζώνες** που οξύνουν ακόμα περισσότερο τις διαφορές από τη μια ζώνη στην άλλη, ακόμα και κατά την ίδια εποχή.

Στις χαμηλές πλαγιές, **ειδικά αυτές κοντά στη θάλασσα**, το κλίμα είναι μεσογειακό, με θερμά καλοκαίρια και ήπιους χειμώνες. **Στη μεσαία ορεινή ζώνη** το καλοκαίρι είναι συγκριτικά δροσερό. Την άνοιξη και το φθινόπωρο παρατηρούνται συχνές βροχοπτώσεις, ενώ ο χειμώνας είναι ψυχρός με συχνές χιονοπτώσεις. **Στην ανώτερη ζώνη** (πάνω από τα 2.000 μ.) τα καλοκαίρια διαρκούν λίγο και είναι πολύ λιγότερο ζεστά και ξηρά. Βροχές και κρύο επικρατούν την άνοιξη και το φθινόπωρο, με έναν ενδιάμεσο χειμώνα, που είναι εξαιρετικά βαρύς και μακρύς, με πυκνές και συχνές χιονοπτώσεις.

3.6. ΧΛΩΡΙΔΑ

Η χλωρίδα του Ολύμπου παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον, καθώς έχουν καταγραφεί πάνω από 1500 είδη φυτών, το 25% περίπου του συνόλου της ελληνικής χλωρίδας. Από αυτά, πάνω από 160 ανήκουν σε κάποιο καθεστώς προστασίας λόγω της σπανιότητάς τους. Παραδείγματος χάριν το Jancaea heldreichii, που φύεται, κυρίως, κατά μήκος των μεγαλύτερων ρεμάτων και είναι το μοναδικό είδος στο γένος του που επιζεί από την εποχή των παγετώνων.

Στον Όλυμπο έχουν καταγραφεί μέχρι σήμερα 26 τοπικά ενδημικά είδη, φυτά, δηλαδή που απαντώνται μόνο στον Όλυμπο και πουθενά αλλού στον κόσμο.

Το υψόμετρο καθορίζει το είδος των επικρατέστερων ανά ζώνη δέντρων και συγκεκριμένα, πλατάνια και ιτιές στα παραποτάμια, έλατα, κέδρους και πεύκα στα χαμηλά, οξιές και μαύρα πεύκα στα υψηλότερα. Το ρόμπολο (Pinus eldreichii), είδος πεύκου του Ολύμπου, συναντάται, επίσης στα υψηλότερα υψόμετρα, μαζί με τον εντυπωσιακό Lilium clalcedonium, τον κόκκινο κρίνο.

3.7. ΠΑΝΙΔΑ

Στον τομέα της πανίδας, ο Όλυμπος είναι το σπίτι πολλών ειδών. Τα πιο εντυπωσιακά δείγματα είναι η καφέ αρκούδα, ο λύκος (CanisLupus), το αγριόγιδο (Rupicaprarupicapra) και ο χρυσός αετός (Aquilachrysaetos). Στο σύνολό τους, περίπου **40 διαφορετικά είδη θηλαστικών, 34 είδη ερπετών, 150 είδη πουλιών και ένας συνεχώς διευρυνόμενος κατάλογος ασπόνδυλων**, όπως οι πεταλούδες, κατοικούν στον Δρυμό και στην ευρύτερη περιοχή του Ολύμπου.

Από την εθνική νομοθεσία με το Προεδρικό Διάταγμα 69/1981 και από τη διεθνή νομοθεσία μέσω των Συμβάσεων της Βέρνης και της Βόννης, προστατεύονται πολλάαπό τα είδη που κατοικούν στον Δρυμό του Ολύμπου. Σημαντική προστασία για τη διατήρηση της πανίδας παρέχουν και τα τμήματα των Καταφυγίων Άγριας Ζωής (ΚΑΖ) που βρίσκονται εντός του Εθνικού Πάρκου.

Ο Όλυμπος έχει συμπεριληφθεί στο ευρωπαϊκό πρόγραμμα Δίκτυο NATURA 2000, ως Ειδική Ζώνη Διατήρησης και Ειδική Ζώνη Προστασίας για την Ορνιθοπανίδα, σύμφωνα με την Οδηγία 92/43/ ΕΟΚ για τους οικοτόπους και την Οδηγία 2009/147/ΕΕ για τα άγρια πουλιά.

3.8. ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΤΟΠΙΟΥ

Κάποια τμήματα του Εθνικού Πάρκου Ολύμπου έχουν λάβει τον χαρακτηρισμό των τοπίων με ιδιαίτερο Φυσικό Κάλλος. **Το τοπίο σε όλη την έκταση του εθνικού πάρκου, βρίθει από δασικές θέσεις ή αλλιώς θέσεις θέας, ώστε ο επισκέπτης να κρατήσει πλούσιο φωτογραφικό υλικό της εμπειρίας του στον τόπο αυτόν.**

Η πλούσια φυσική και πολιτιστική κληρονομιά της περιοχής του Ολύμπου δεσπόζει στους αρχαιολογικούς του χώρους, όπως είναι το **Αρχαίο Δίον** και το **Αρχαιολογικό Πάρκο Λειβήθρων**, το οποίο, μάλιστα, **έχει φυσική και αισθητηριακή πρόσβαση για τα άτομα με Αναπηρία [ΑμεΑ] και τα Άτομα με Αναπηρίες ή/και Ειδικές Εκπαιδευτικές Ανάγκες** [ΑνΕΕΑ].

Τα μοναστήρια, οι ναοί και γενικότερα τα προσκυνήματα στην ευρύτερη περιοχή του Ολύμπου, όπως ενδεικτικά αναφέρονται η Ιερά Μονή Αγίου Διονυσίου εν Ολύμπω, η Ιερά Μονή Αγίας Τριάδας Σπαρμού, η Ιερά Μονή Παναγίας Κανάλων, η Ιερά Μονή Πέτρας, Ιερά Μονή Κλημάδων (Αγία Τριάδα), ο Προφήτης Ηλίας, η Αγία Κόρη, η Αγία Τριάδα Παλαιάς Βροντούς, ο Άγιος Νικόλαος Παλαιάς Βροντούς, ο Άγιος Ιωάννης και ο Προφήτης Ηλίας Λιτοχώρου, κ.ά. δίνουν τη δυνατότητα στον επισκέπτη να αισθανθεί ότι βρίσκεται σε έναν **ιδιαίτερο τόπο με παράδοση πολλών αιώνων.**

Διάσπαρτα μουσεία σε οικισμούς της ευρύτερης περιοχής του Ολύμπου, όπως το Ναυτικό Μουσείο Λιτοχώρου, το Μουσείο Γεωλογικής Ιστορίας Ολύμπου, το Εκκλησιαστικό Βυζαντινό Μουσείο Ιεράς Μονής [Ι.Μ] Αγίου Διονυσίου Ολύμπου, το Λαογραφικό Μουσείο Καρυάς Ολύμπου, το Παραδοσιακό Μουσείο Κοκκινοπηλού και το Λαογραφικό Μουσείο Καλυβίων Ελασσόνας, αποτελούν τόπους αναπόλησης της παλιάς Ελλάδας και παίζουν σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση συνειδήσεων.



3.9. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Οι παραολύμπιοι οικισμοί συμβάλλουν σημαντικά στο πολιτισμικό και περιβαλλοντικό τοπίο του Εθνικού Πάρκου Ολύμπου και αποτελούν, δικαιολογημένα, πόλο έλξης για τους επισκέπτες.

Το Δίον με τον Αρχαιολογικό Χώρο (Αρχαιολογικό Πάρκο) και το Αρχαιολογικό Μουσείο αποτελεί σημείο αναφοράς πολιτισμού και συγκεντρώνει μεγάλο αριθμό επισκεπτών στο Φεστιβάλ Ολύμπου.

Το **Λιτόχωρο**, που συνδυάζει το βουνό και τη θάλασσα, είναι χτισμένο στους πρόποδες του Ολύμπου και αποτελεί μία σύγχρονη κωμόπολη με παραδοσιακά κτίρια, γραφικούς δρόμους, κτίσματα με μακεδονίτικη αρχιτεκτονική και συνδυασμούς ξύλου και πέτρας μαζί. Η παράδοση του τόπου σε έθιμα, όπως αυτό των Σίχνων στη γιορτή των Φώτων (6 Ιανουαρίου) ή το κάψιμο των κέδρων την Αποκριά, κρατούν αμείωτο το ενδιαφέρον των επισκεπτών.

Η **Πέτρα**, ένα μικρό χωριό στους βορειοδυτικούς πρόποδες του βουνού, εκτός από την ιστορική του τοποθεσία, καθώς αποτελούσε πέρασμα κατά τους αρχαίους χρόνους από την Πιερία προς την υπόλοιπη Ελλάδα, συνδυάζει την πολιτιστική διαδρομή με την αναψυχή.

Ένα ακόμη χωριό της ευρύτερης περιοχής, **η Καρυά**, αποτελεί πολιτιστικό πυρήνα με πλούσια παράδοση, τόσο μυθολογική όσο και λαογραφική. Στο ίδιο πλαίσιο, ο επισκέπτης θα βρει εξαιρετικά πλούσιο πολιτισμικό ενδιαφέρον στο χωριό **Κοκκινοπηλός**.

Δυο παραδοσιακοί οικισμοί, οι Παλαιοί Πόροι, με τη βυζαντινή εκκλησία του Αγίου Γεωργίου στην πλακόστρωτη πλατεία, καθώς και η Παλαιά Σκοτίνα, με την εκκλησία του Αγίου Αθανασίου (14ος αι.), με το μοναδικό ξυλόγλυπτο τέμπλο, και τον ενοριακό ναό της Κοιμήσεως της Θεοτόκουστην κεντρική πλατεία, μια τρίκλιτηξυλόστεγη μεταβυζαντινή βασιλική,συμβάλλουν στην αύξηση των επισκεπτών της περιοχής.

Θα ήταν παράλειψη να μην γίνει αναφορά στον **γνωστό για τον πολιτισμό και τη φυσική του ομορφιά, παραδοσιακό αναπαλαιωμένο οικισμό του Παλαιού Παντελεήμονα και στο ενετικό κάστρο του Πλαταμώνα, όπου πραγματοποιούνται πολλές πολιτιστικές εκδηλώσεις του Φεστιβάλ Ολύμπου.**

3.10. ΑΝΑΨΥΧΗ & ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

Στην ευρύτερη περιοχή του Ολύμπου προσφέρονται πολλές ευκαιρίες για διάφορες δραστηριότητες στη φύση, όπως παρατήρηση χλωρίδας και πανίδας, φωτογράφηση άγριας ζωής, πεζοπορία, ποδηλασία, ορειβασία, αναρρίχηση, αλεξίπτωτο πλαγιάς.

Ένα πλήθος από παραδοσιακές ταβέρνες, μαγαζιά και ουζερί προσφέρει μια μεγάλη ποικιλία από τοπικά παραδοσιακά φαγητά, φτιαγμένα, συνήθως με ντόπια υλικά που εξασφαλίζουν υγιεινή διατροφή και γευστική απόλαυση. **Κεντρικό χαρακτηριστικό της τοπικής κουζίνας είναι τα κρέατα, τα τυροκομικά και οι πίτες και συμπληρώνονται από τις πιο παραδοσιακές συνταγές μεσογειακής διατροφής των παραθαλάσσιων περιοχών**, βασισμένες στην υγιεινή και στη νοστιμιά του ελαιόλαδου, των λαχανικών, των σιτηρών και των ψαριών της Μεσογείου.

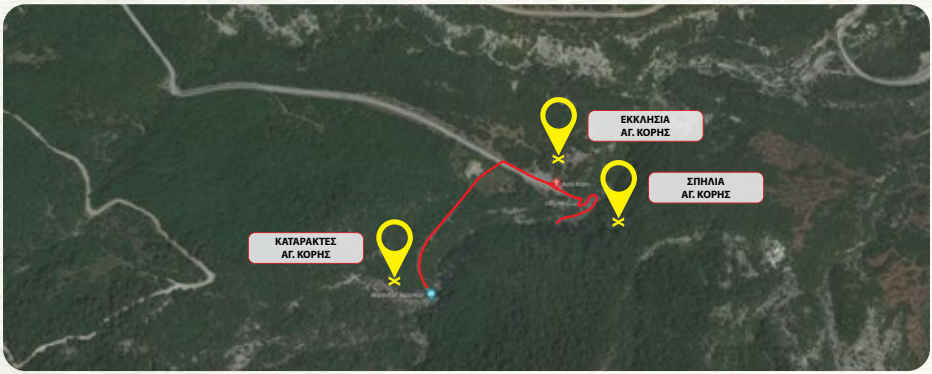
Από την πλευρά των ποτών, τοπικά παράγεται λευκό και κόκκινο κρασί, ενώ διατίθεται και μεγάλη ποικιλία κρασιού από την υπόλοιπη Ελλάδα και τον κόσμο. Τέλος, για όσους δεν προτιμούν το κρασί, άλλα τοπικά ποτά βιολογικής παραγωγής είναι το ούζο ή το τσίπουρο από κούμαρα ή σταφύλια.

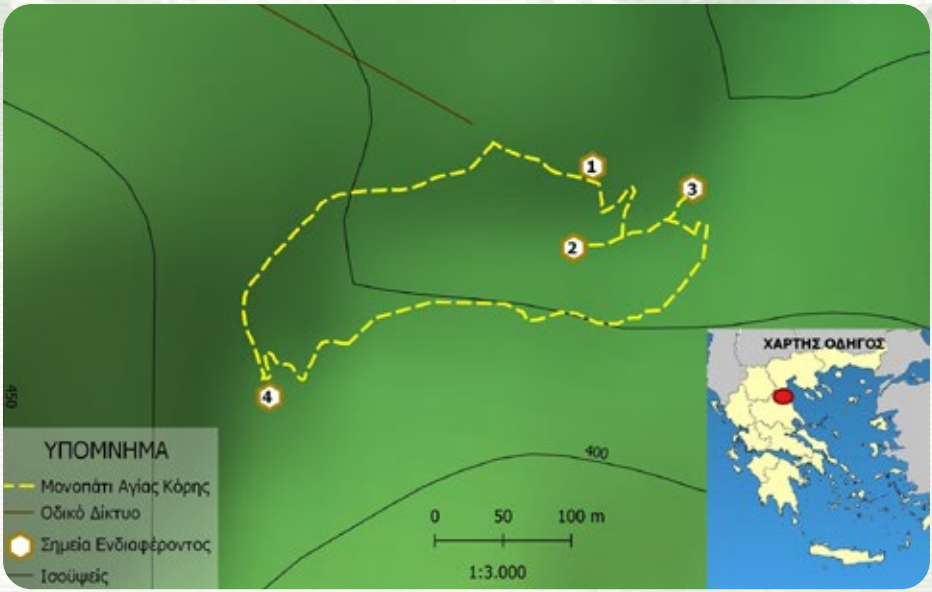


Α
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

3.Α1. ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

1. Το Μονοπάτι της Αγίας Κόρης




1
2
3
4
ΥΠΟΜΝΗΜΑ
Μονοπάτι Αγίας Κόρης
Οδικό Δίκτυο
Σημεία Ενδιαφέροντος
Ισοϋψείς
400
450
0
50
100 m
1:3.000
ΧΑΡΤΗΣ ΟΔΗΓΟΣ

3.Α1. ΕΦΤΑ ΣΤΑΘΜΟΙ

ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ: 4 ΩΡΕΣ

ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

Το μονοπάτι της Αγίας Κόρης στον νομό Πιερίας αποκτά ιδιαίτερο ενδιαφέρον για κάθε επισκέπτη, λόγω της **απαράμιλλης φυσικής ομορφιάς του.** Πιο συγκεκριμένα, μπορεί να αποτελέσει **μια μοναδική εμπειρία για τον επισκέπτη, καθώς συνδυάζει σταθμούς φυσικού, πολιτισμικού, θρησκευτικού και γεωγραφικού ενδιαφέροντος.**

Με κατάλληλες προσαρμογές, το εν λόγω μονοπάτι, μπορεί να αποτελέσει πόλο έλξης για όλα ανεξαιρέτως τα άτομα, συμπεριλαμβανομένων και των ατόμων με διαταραχές στην ακοή και στην όραση, καθώς και άλλων ευπαθών ομάδων.

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

Το μονοπάτι της Αγίας Κόρης προτείνεται **για όλα ανεξαιρέτως τα άτομα, ηλικίας 15-30 ετών, συμπεριλαμβανομένων των ατόμων με διαταραχές ακοής και όρασης και άλλων ευπαθών ομάδων**, με προϋπόθεση συμμετοχής τους, την καλή φυσική κατάσταση και την ενδελεχή ενημέρωσή τους αναφορικά με την προσβασιμότητα και τον βαθμό δυσκολίας του.

Συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες θα χρειαστεί να κατέβουν ένα μονοπάτι με 170 σκαλιά, για να φτάσουν και να περιηγηθούν στον χώρο της εκκλησίας και του αγιάσματος. Επίσης, θα χρειαστεί να προχωρήσουν σε χωματόδρομο, για να προσεγγίσουν τη σπηλιά της Αγίας Κόρης και στη συνέχεια, προκειμένου να απολαύσουν τα κρύα νερά ενός μοναδικού σε ομορφιά καταρράκτη, θα πρέπει να περάσουν από μια γέφυρα. Η διαδρομή, ωστόσο, είναι προσπελάσιμη με την κατάλληλη, κάθε φορά, προετοιμασία και αναλόγως των δυνατοτήτων/ικανοτήτων των επισκεπτών.

Χαρακτηριστικά Διαδρομής

Μήκος μονοπατιού: **1,1km**

Υψόμετρα:

- Αρχή **340m**
- Μέση **385m**
- Τέλος **340m**

Βαθμός δυσκολίας: Μέτριος

Προτεινόμενη περίοδος: Απρίλιος - Οκτώβριος

ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η επαφή με τη φύση, η δυνατότητα καταγραφής των ακουστικών και οπτικών ερεθισμάτων στις αισθήσεις και στη μνήμη του επισκέπτη, η γνωριμία με τη θρησκευτική και συνάμα, πολιτισμική κληρονομιά του τόπου, αποτελούν τα σημαντικότερα, αλλά όχι τα μόνα, πλεονεκτήματα, από την επαφή με το εν λόγω μονοπάτι. Αναμένεται οι μαρτυρίες των επισκεπτών **να ενισχύσουν την προσέλευση στο μονοπάτι της Αγίας Κόρης ατόμων με ή χωρίς αναπηρίες**, καθώς παρέχει τις δυνατότητες προσαρμογής στην προσπέλασή του.

Επιπλέον, με την ολοκλήρωση του εν λόγω μονοπατιού αναμένεται **να αναπτυχθεί η επιχειρηματική διάθεση των συμμετεχόντων**, καθώς κάθε σταθμός μπορεί να αποτελέσει το έναυσμα για την αναφορά σε επαγγέλματα, όπως για παράδειγμα του συνοδού βουνού, του γεωλόγου, του αρχιτέκτονα, του ζωγράφου, κ.ά. Ως εκ τούτου σε μια επέκταση των δραστηριοτήτων, θα μπορούσαν οι δραστηριότητες να προσαρμοστούν στην επιχειρηματική διάσταση, για αυτό και η αξιολόγηση της επιχειρηματικότητας σε κάθε σταθμό είναι πολύ υψηλή.

ΠΡΟΣΔΩΜΕΝΗ ΠΡΟΣΤΙΘΕΜΕΝΗ ΑΞΙΑ

Η δυνατότητα γνωριμίας με τη φύση, τη θρησκεία και τον πολιτισμό του τόπου από όλα τα άτομα, χωρίς τον αποκλεισμό των ατόμων με διαταραχές στην ακοή και την όραση, αποτελεί τον απώτερο στόχο κατά τη γνωριμία με το μονοπάτι της Αγίας Κόρης στην Πιερία.

Το Εγώ που γίνεται Εμείς, η ομαδικότητα και η συνεργατική διάθεση, η αλληλοβοήθεια και η αρμονική συνύπαρξη, αποτελούν τη λυδία λίθο για την προσπέλαση του εν λόγω μονοπατιού και κατά συνέπεια, για τη γνωριμία με αυτό. Η ανάπτυξη δεξιοτήτων, σαν κι αυτές, που μόλις αναφέρθηκαν, αποκρυσταλλώνουν το μήνυμα της εποχής για τη συμπεριληπτική εκπαίδευση και τα ανθρώπινα δικαιώματα.



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΠΟΝΔΥΛΟΕΙΔΟΥΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ

Η Ιστορία του Εθνικού πάρκου με τη δραστηριότητα που συνδυάζει το λόγο και την εικόνα [κάρτες], καθώς και η δραστηριότητα της Περιγραφής της Πύλης, της Εικόνας και του Βράχου, κατά τον **πρώτο σταθμό**, προετοιμάζουν τους συμμετέχοντες για το μονοπάτι και γνωρίζουν ότι μέρος της ξενάγησης είναι ο προορισμός για την εκκλησία της Αγίας Κόρης. Επίσης ο βράχος τους έχει προϊδεάσει για το περιβάλλον του μονοπατιού.

Λίγο πριν ολοκληρωθεί **ο δεύτερος σταθμός**, με τη δραστηριότητα Ένα πετραδάκι που δείχνει το βάθος, δίνεται το έναυσμα για την επαφή με τη φύση, με την ταυτόχρονη ενεργοποίηση του ήχου και της αφής.

Κατά την ανατροφοδότηση **στον τρίτο σταθμό,** με το Παιχνίδι ρόλων της αναπαράστασης του δέντρου και του βράχου, οι συμμετέχοντες έχουν, πλέον, αντιληφθεί πλήρως τον περιβάλλοντα χώρο και προετοιμάζονται για να συμπεριλάβουν και την εκκλησία και να αντιληφθούν τη σύνδεση του τοπίου με αυτήν.

Στον τέταρτο σταθμό, με τη δραστηριότητα Ένας οδηγός για την εκκλησία με μορφή πάζλ, οι συμμετέχοντες γνωρίζουν την εκκλησία της Αγίας Κόρης και με τη συζήτηση λαμβάνουν πληροφορίες για το θρησκευτικό, πολιτισμικό και περιβαλλοντικό περιεχόμενο του χώρου, στον οποίο βρίσκονται.

Η επαφή με την εκκλησία, το αγίασμα, κλπ έχει δημιουργήσει το κατάλληλο περιβάλλον για την επίσκεψη στη σπηλιά της Αγίας Κόρης, στο μέρος δηλαδή που ζούσε η Αγία, όπου πραγματοποιείται **ο πέμπτος σταθμός**. Εκεί, δραστηριότητες όπως είναι οι Ερωτήσεις προβληματοποίησης, το Φύλλο παρατήρησης για την σπηλιά και η ενεργοποίηση της Ανάκλησης γνώσεων και εμπειριών των συμμετεχόντων, θα βοηθήσουν πολύ κατά την επίσκεψη στο πεδίο/σπηλιά. Η επαφή με το φυσικό περιβάλλον και πιο συγκεκριμένα με τη σπηλιά, φέρνουν συνειρμικά στο μυαλό των συμμετεχόντων το νερό, βασικό συστατικό της ζωής.



Η δραστηριότητα που πραγματοποιείται στον καταρράκτη Το νερό! Πολύτιμο αγαθό της φύσης!, κατά τον **έκτο σταθμό**, προβάλλει ως «λύση» στο πρόβλημα που είχαν εντοπίσει, προηγουμένως. Η δραστηριότητα Ο κύκλος των συναισθημάτων, που πραγματοποιείται στη φάση της ανατροφοδότησης του σταθμού αυτού έκτου, οδηγεί αβίαστα, στην τελική αναστοχαστική διαδικασία, καθώς ο τελευταίος σταθμός, είναι η λήξη της διαδρομής του μονοπατιού.

Εκεί, στον έβδομο τελευταίο, πλέον, σταθμό και στον χώρο όπου είχε ξεκινήσει η διαδρομή, με τη δραστηριότητα Το κουτί των συναισθημάτων**,** οι συμμετέχοντες βιώνουν έντονα συναισθήματα και μαθαίνουν να λειτουργούν ενσυναισθητικά, αφού μοιράζονται τα συναισθήματα των άλλων.

Η δημιουργία μιας **κλειστής ομάδας** [π.χ. μέσω viber ή facebook] θα δώσει τη δυνατότητα για περαιτέρω επικοινωνία μεταξύ των μελών της ομάδας και την σε βάθος χρόνου ανατροφοδότηση από τη διαδρομή του μονοπατιού που μοιράστηκαν. Επιπλέον, θα αποτελέσει μια πρώτη αφόρμηση δράσεων διάχυσης της εμπειρίας τους σε άλλους ενδιαφερομένους να πραγματοποιήσουν τη διαδρομή αυτή.



3.Α1.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1

Χώρος Στάθμευσης

Σκοπός: [α] Γνωριμία με την Ιστορία το Εθνικού πάρκου
[β] Γνωριμία των μελών και των ομάδων μεταξύ τους.

Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Άτομα με διαταραχές ακοής-όρασης

Διάρκεια: 30 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Είσοδος Μονοπατιού: Ενεργοποίηση Αφής [30΄]:

Ο πρώτος σταθμός είναι δίπλα στον χώρο στάθμευσης, ακριβώς μπροστά στην είσοδο του μονοπατιού. Στόχος στον σταθμό αυτό είναι η ενεργοποίηση της αίσθησης της αφής από το σύνολο των συμμετεχόντων. Η συνολική διάρκεια υπολογίζεται στα 30΄.

• Ιστορία του Εθνικού πάρκου [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική εφαρμογή για την ιστορία του Εθνικού πάρκου: έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων, κατά αναλογία σε εικόνα και ήχο]

Ο συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στην ιστορία του Εθνικού πάρκου και, ταυτόχρονα, δείχνει τις ανάλογες κάρτες με εικόνες. Εναλλακτικά, η ιστορία του Εθνικού πάρκου μπορεί να έχει σταλεί, κατά αναλογία σε εικόνα και ήχο, εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου της Ιστορίας του Εθνικού πάρκου.



ΕΙΣΟΔΟΣ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ

3.Α1.1α. Παιχνίδι γνωριμίας [10΄]: Άτομα με διαταραχή ακοής + Άτομα με διαταραχή όρασης: καρτελάκι με όνομα γραμμένο και με braille [ανάγνωση και χειλανάγνωση]

Έχουν δημιουργηθεί καρτελάκια με τα ονόματα του κάθε συμμετέχοντα με γράμματα της ελληνικής αλφαβήτου και της αλφαβήτου braille. Μοιράζονται στους συμμετέχοντες και δημιουργούνται ζεύγη, ενός ατόμου με διαταραχή ακοής και ενός ατόμου με διαταραχή όρασης, με σκοπό τη γνωριμία μεταξύ τους.

3.Α1.1β. Είσοδος στο μονοπάτι [10΄]: Περιγραφή Πύλης, Εικόνας και Βράχου

Ο συνοδός περιγράφει και δείχνει ταυτόχρονα την Πύλη, την Εικόνα και τον Βράχο και ζητάει από τους συμμετέχοντες να τα αγγίξουν.

3.Α1.1γ. Ανατροφοδότηση [5΄]: Ενεργοποίηση Αφής

Ο συνοδός ζητάει από τους συμμετέχοντες να πουν/δείξουν την κάρτα με: [α] Ζεστό-Κρύο, [β] Μαλακό-Σκληρό, για να περιγράψουν την αίσθησή τους από την επαφή τους με το κάθε σημείο ενδιαφέροντος [Πύλη, Εικόνα, Βράχος].



3.Α2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2

Το Εκκλησάκι της Αγίας Κόρης από ψηλά

Σκοπός: [α] Εντοπισμός της Εκκλησίας της Αγίας Κόρης και [β] Αντίληψη του βάθους στο οποίο βρίσκεται, με ενεργοποίηση του ήχου

Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Άτομα με διαταραχές ακοής-όρασης

Διάρκεια: 30 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σύνδεση με τον προηγούμενο σταθμό: Πύλη, Εικόνα, Βράχος.

Αφού έγινε η προετοιμασία της εισόδου στο μονοπάτι με την Πύλη, οι συμμετέχοντες, έχοντας ακούσει την ιστορία της Αγίας Κόρης, γνωρίζουν, ήδη, ότι πρόκειται να κατέβουν πολλά σκαλοπάτια για να φτάσουν στο εκκλησάκι, το οποίο βρίσκεται σε μεγάλο βάθος. Άλλωστε, έχουν δει/ψηλαφίσει την Εικόνα, κατά την είσοδό τους στο μονοπάτι, οπότε γνωρίζουν ότι μέρος της ξενάγησης είναι ο προορισμός για το εκκλησάκι. Επίσης, ο βράχος, τους έχει προϊδεάσει για το περιβάλλον του μονοπατιού.

3.Α2.1α. Εκκλησάκι της Αγίας Κόρης από ψηλά: Ενεργοποίηση Ήχου [10΄] [Ψηφιακές εφαρμογές μπορούν να μετράνε την ένταση του ήχου].

Η καθοδική διαδρομή προς το εκκλησάκι έχει, όπως είναι ήδη γνωστό στους συμμετέχοντες, έναν μεγάλο αριθμό σκαλοπατιών και είναι μέσα σε βουνό. Σε σημείο συγκεκριμένο, από το οποίο φαίνεται το εκκλησάκι από ψηλά, επιλέγεται η πρώτη στάση της προσπέλασης του μονοπατιού.



Η ΕΚΚΛΗΣΙΑ ΑΠΟ ΨΗΛΑ

3.Α2.1β. Ο Ήχος της Καμπάνας [5΄]

Έχει σταλεί άτομο της αποστολής στο εκκλησάκι και μόλις γίνει η στάση στο σημείο από το οποίο φαίνεται η εκκλησία και το καμπαναριό, χτυπάει δυνατά την καμπάνα, ώστε και να φαίνεται αλλά και να ακούγεται. Είναι δεδομένο ότι κάνει εντύπωση η αντίληψη του βάθους στο οποίο βρίσκεται το εκκλησάκι. Η εικόνα της καμπάνας που κουνιέται και η διάχυση του ήχου στο βουνό προκαλεί αίσθηση στους συμμετέχοντες.

3.Α2.1γ. Ας επικοινωνήσουμε από ψηλά [5΄]

Στη διάρκεια αυτής της στάσης, οι συμμετέχοντες μπορούνε να επιχειρήσουν να επικοινωνήσουν με το άτομο που βρίσκεται στην εκκλησία. Θα χρειαστεί να περιοριστεί η διάχυση του ήχου, βάζοντας τα χέρια γύρω από το στόμα (σαν χωνί), προκειμένου να φτάσει ο ήχος στο άλλο άτομο. Η εν λόγω εικόνα του ατόμου με τα χέρια σαν χωνί είναι πολύ γνωστή και, κατά συνέπεια, οικεία σε όλους. Επίσης, είναι μια εικόνα που παραπέμπει με ευκολία σε προσπάθεια επικοινωνίας από απόσταση.

3.Α2.1δ. Ένα πετραδάκι που δείχνει το βάθος [5΄]

Ενώ κάποιος φωνάζει, προσπαθώντας να επικοινωνήσει από μακριά, κάποιος άλλος μπορεί να ρίξει μια πέτρα από ψηλά και να δει/ακούσει πόσο βαθιά πέφτει. Είναι χαρακτηριστική και πολύ γνωστή κίνηση, όταν θέλει κάποιος να ελέγξει, κατά προσέγγιση, το βάθος. Οπότε, θα φέρει πιο κοντά τους συμμετέχοντες στην αρχική πληροφορία που έλαβαν από την ιστορία του μονοπατιού και της εκκλησίας της Αγίας Κόρης και θα επιβεβαιώσουν την τοποθεσία της εκκλησίας.

3.Α2.1ε. Ανατροφοδότηση [5΄]: Ενεργοποίηση Ήχου

Μίνι Κουίζ με κάρτες και γράμματα της ελληνικής αλφαβήτου και braille, με ερωτήσεις για το βάθος του μονοπατιού, τον αριθμό των σκαλοπατιών, αν υπάρχει καμπάνα στο εκκλησάκι, κ.ά. (εναλλακτικά μπορεί να έχει δημιουργηθεί ένα βίντεο).

3.Α3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3

Μια Μικρή Στάση κάπου στο μέσο της διαδρομής

Σκοπός: [α] Γνωριμία με το φυσικό περιβάλλον του μονοπατιού και [β] ενεργοποίηση των αισθήσεων της αφής ήχου

Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Άτομα με διαταραχές ακοής-όρασης

Διάρκεια: 30 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σύνδεση με τον προηγούμενο σταθμό

Το πετραδάκι που έριξαν από ψηλά έδωσε το έναυσμα για την επαφή με τη φύση καθώς, εκτός από την ενεργοποίηση του ήχου, έχει επιτευχθεί και η ενεργοποίηση της αίσθησης της αφής.

Έτσι, οι συμμετέχοντες έχουν αρχίσει να μπαίνουν σε μια διαδικασία «γνωριμίας» με το περιβάλλον και το μονοπάτι έχει, ήδη, αποτελέσει για αυτούς πόλο έλξης και ως προς το φυσικό τοπίο.





ΒΡΑΧΟΣ & ΔΕΝΤΡΑ

3.Α3.1α. Ο ακίνητος βράχος [αφή και ήχος] [10΄]

Η αρχική εμπειρία της αφής του βράχου, στην αρχή του μονοπατιού, ενεργοποιείται εκ νέου, καθώς στο σημείο αυτό της διαδρομής οι συμμετέχοντες βρίσκονται πλέον ανάμεσα σε βράχους, αφού η διαδρομή προς το εκκλησάκι είναι μέσα στο βουνό. Μια γρήγορη υπενθύμιση του αρχικού ερεθίσματος είναι αρκετή, για να διαισθανθούν οι συμμετέχοντες τη βραχώδη περιοχή.

Ακουμπάνε τον βράχο, εντοπίζουν τη στιλπνότητα και συνάμα την «αγριότητά» του. Τα σημεία του βράχου που μπορεί να αποτελέσουν «σκαλοπάτι» για αναρρίχηση δεν μειώνουν την επικινδυνότητά του. Μια πέτρα που μπορούν να ρίξουν πάνω στο βράχο θα ηχήσει έντονα και θα τιναχτεί με ορμή προς την αντίθετη κατεύθυνση. Τόσο ο ήχος όσο και η αφή αποτυπώνουν έντονα το υλικό του βράχου και τονίζουν την επιβλητικότητα του τοπίου.

3.Α3.1β. Τα δέντρα έχουν ζωή [αφή και ήχος] [10΄]

Το φυσικό τοπίο του μονοπατιού συνοδεύει τους συμμετέχοντες, από την αρχή μέχρι το τέλος της διαδρομής, σε ένα κατάφυτο περιβάλλον. Δέντρα με πυκνό φύλλωμα και μυρωδιές κατακλύζουν τη διαδρομή. Οι συμμετέχοντες αγγίζουν το φύλλωμά τους και αναγνωρίζουν το είδος του δέντρου, με τη βοήθεια των συνοδών και χρησιμοποιώντας πληροφορίες και από τα ηλεκτρονικά αρχεία που έχουν αποσταλεί και αισθάνονται το τραχύ ή στιλπνό φύλλο.

Επίσης, τα άτομα με διαταραχή όρασης αξίζει να ακούσουν τον ήχο που προκύπτει από το ελαφρύ αεράκι ανάμεσα στα φύλλα, αλλά και τη μείωση της έντασης του ήχου, όταν υπάρχουν γύρω δέντρα. Πρόταση αξιοποίησης της βλάστησης θα μπορούσε να αποτελέσει η δημιουργία ενός έντυπου/ηλεκτρονικού βιβλίου για τα είδη δέντρων που βρίσκονται κατά μήκος της διαδρομής του μονοπατιού.

3.Α3.1γ. Ανατροφοδότηση [10΄]: Ενεργοποίηση αφής ήχου

Παιχνίδι Ρόλων. Αναπαριστούν τον βράχο και το δέντρο, προσπαθώντας να αποδώσουν τα βασικά τους χαρακτηριστικά, έτσι όπως τα εντόπισαν στις δραστηριότητες αυτού του σταθμού.

3.Α4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4

Προαύλιο Εκκλησίας Αγίας Κόρης.
Σταθμός Ανάπαυσης σώματος & ψυχής

Σκοπός: [α] Γνωριμία με την ιστορία της εκκλησίας της Αγίας Κόρης. Βιωματική προσέγγιση και ανακαλυπτική μάθηση [εκκλησία, Αγίασμα, Προάυλιος Χώρος]
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Άτομα με διαταραχές ακοής-όρασης
Διάρκεια: 30 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σύνδεση με τον προηγούμενο σταθμό

Η προετοιμασία για την είσοδο στην εκκλησία έχει ολοκληρωθεί με τους προηγούμενους σταθμούς και τις δραστηριότητες. Ωστόσο, η στάση που προηγήθηκε με την αφή και τον ήχο, δίνει τη «σκυτάλη» για την ενεργοποίηση των αισθήσεων αυτών, και όχι μόνο, στο χώρο της εκκλησίας της Αγίας Κόρης.

Έχοντας, πλέον, αντιληφθεί πλήρως τον περιβάλλοντα χώρο, τώρα έχει απομείνει να συμπεριληφθεί και η εκκλησία και να αντιληφθούν τη σύνδεση του τοπίου με αυτήν.



ΤΟ ΠΡΟΑΥΛΙΟ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ

3.Α4.1α. Στον προαύλιο χώρο της Εκκλησίας [5΄]

Φτάνοντας στον προαύλιο χώρο της εκκλησίας της Αγίας Κόρης και πριν απο την είσοδο όπως έγινε και στην αρχή της διαδρομής για το μονοπάτι, ο συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στην ιστορία της εκκλησίας και, ταυτόχρονα, δείχνει τις ανάλογες κάρτες με εικόνες.

Εναλλακτικά, η ιστορία της εκκλησίας μπορεί να έχει σταλεί, κατά αναλογία σε εικόνα και ήχο, εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου της ιστορίας της εκκλησίας.

3.Α4.1β.΄Ενας οδηγός για την εκκλησία με μορφή πάζλ [20΄]

Έχει δημιουργηθεί από πριν ένα μεγάλο πάζλ με εικόνες [εικονο-πάζλ] ή εναλλακτικά ένα πλαίσιο με κενά τις εικόνες που συμπληρώνουν το πλαίσιο, οι οποίες έχουν φτιαχτεί, έτσι ώστε να «κουμπώνουν» στο κενό που ταιριάζει [αγίασμα, καμπαναριό, είσοδος εκκλησίας, κλπ] και κάτω από τις εικόνες υπάρχουν οι λέξεις με γράμματα σε γραφή braille.

Για την ολοκλήρωση της δραστηριότητας είναι απαραίτητη η συνεργασία σε ζευγάρια, ενός ατόμου με διαταραχή στην ακοή και ενός ατόμου με διαταραχή στην όραση. Ακολουθεί σχετική συζήτηση με θρησκευτικό, πολιτισμικό και περιβαλλοντικό περιεχόμενο δείχνοντας και τις ανάλογες εικόνες ή εναλλακτικά χρησιμοποιώντας το ηλεκτρονικό αρχείο που είχε αποσταλεί στα email των συμμετεχόντων **[10΄]**.

3.Α4.1γ. Περιήγηση και γνωριμία με τον χώρο της εκκλησίας, για να πιουν αγίασμα [10΄], όσοι το επιθυμούν και για να διαπιστώσουν, βιωματικά, όσα άκουσαν/είδαν.

Στην επέκταση της δραστηριότητας αυτής μπορεί να δημιουργηθεί ηλεκτρονικό πάζλ με την εικόνα της εκκλησίας, προαυλίου και αγιάσματος και να αποσταλεί στα email των συμμετεχόντων για τα άτομα με διαταραχές ακοής, ενώ για τα άτομα με διαταραχές όρασης η ίδια δραστηριότητα μπορεί να είναι ένα «μέρος» της ιστορίας της εκκλησίας της Αγίας Κόρης «τύπου» ηχητικού κουΐζ, μετά την ολοκλήρωση της διαδρομής, ως εμπέδωση της γνώσης που αποκτήθηκε.



ΤΟ ΑΓΙΑΣΜΑ



3.Α4.1δ. Ανατροφοδότηση [5΄]: Ο κύκλος της εμπειρίας

Έχουν δημιουργηθεί κύκλοι με τα σημεία ενδιαφέροντος, όπως είχαν αποτυπωθεί στη δραστηριότητα του πάζλ και ανά δύο άτομα περνάνε από τους κύκλους και μοιράζονται φωναχτά ή με τη χρήση της νοηματικής γλώσσας την εμπειρία τους από το συγκεκριμένο σημείο ενδιαφέροντος.

3.Α5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5

Μια σπηλιά-Μια ιστορία. Η Σπηλιά της Αγίας Κόρης

Σκοπός: Γνωριμία με τον χώρο που έζησε η Αγίας Κόρης και με τον χώρο της σπηλιάς.
Συνδυασμός πληροφοριών περιβαλλοντικού, γεωγραφικού, θρησκευτικού και πολιτισμικού περιεχομένου. Αναλογική σκέψη και ανάκληση εμπειριών/γνώσεων.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Άτομα με διαταραχές ακοής-όρασης
Διάρκεια: 30 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σύνδεση με τον προηγούμενο σταθμό

Η επαφή με την εκκλησία, το αγίασμα, κλπ. έχει δημιουργήσει το κατάλληλο περιβάλλον για την επίσκεψη στη σπηλιά της Αγίας Κόρης, στο μέρος δηλαδή όπου ζούσε η Αγία. Ακολουθεί μια σύντομη συζήτηση μετά την έξοδο από την εκκλησία και πριν από την έναρξη της διαδρομής για τη σπηλιά.

Έχει γίνει προετοιμασία των ερωτήσεων για προβληματοποίηση, όπως για παράδειγμα: [α] πόσο μεγάλη περιμένουν να είναι η σπηλιά, [β] περιμένουν να είναι πάνω ή κάτω από τη γη, κ.ά., οι οποίες βοηθάνε πολύ για την προετοιμασία της επίσκεψής στο πεδίο.

3.Α5.1α. Η εμπειρία της σπηλιάς [10΄]

Κατά την άφιξή στη σπηλιά, μοιράζεται στους συμμετέχοντες ένα κατάλληλα προσαρμοσμένο φύλλο παρατήρησης και το συμπληρώνουν, καθώς βλέπουν την σπηλιά ή αντίστοιχα, καθώς ακούνε την περιγραφή. Η δραστηριότητα αυτή μπορεί να πραγματοποιηθεί και με τη βοήθεια ηλεκτρονικών μέσων, όπως για παράδειγμα με την εφαρμογή αφήγησης ή και με ένα σχετικό βίντεο με εικόνες και ήχο.



Η ΣΠΗΛΙΑ

3.Α5.1β. Ας θυμηθούμε.... [15΄]

Οι συμμετέχοντες σε ζευγάρια καλούνται **να αναπαραστήσουν μια σπηλιά με το περιεχόμενό της**. Η επιλογή είναι δική τους, ωστόσο αν υπάρχει δυσκολία, προτείνεται να γίνει από όλες τις δυάδες η αναπαράσταση της σπηλιάς του Γίγαντα Πολύφημου από την γνωστή σε όλους Οδύσσεια **[10΄]**, αξιοποιώντας την αναλογική σκέψη και την ανάκληση εμπειριών/γνώσεων. Ακολουθεί σύντομη **συζήτηση** αναφορικά με τις δυσκολίες διαβίωσης σε ένα τέτοιο περιβάλλον **[5΄]**.

3.Α5.1γ. Ανατροφοδότηση [5΄]: Δείχνω τα Συναισθήματά μου

Υιοθετείται ένας τρόπος έκφρασης των συναισθημάτων των συμμετεχόντων, όπως για παράδειγμα, αν πέρασαν ωραία, σηκώνουν και τα δυο τους χέρια ψηλά, αν ένιωσαν άβολα, κλείνουν με τα δυο τους χέρια τα μάτια, κλπ.

3.Α6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6

Η δροσερή ανάπαυλα στον καταρράκτη

Σκοπός: Η επαφή με το νερό και το φυσικό περιβάλλον, θα οδηγήσουν σε χαλάρωση και αναστοχαστική διαδικασία. Ενεργοποίηση γνώσεων και ανάκληση εμπειριών/γνώσεων
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Άτομα με διαταραχές ακοής-όρασης
Διάρκεια: 60 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σύνδεση με τον προηγούμενο σταθμό

Οι συνθήκες διαβίωσης σε ένα φυσικό περιβάλλον και μάλιστα, σε μια σπηλιά, οδηγούν αβίαστα τη σκέψη των συμμετεχόντων στην κάλυψη βασικών αναγκών, όπως είναι το νερό. Έτσι, η επόμενη στάση στον καταρράκτη «έρχεται» ως λύτρωση, ως «λύση» στο πρόβλημα που είχαν εντοπίσει, προηγουμένως.



ΤΟ ΠΕΡΑΣΜΑ



3.Α6.1α. Το νερό! Πολύτιμο αγαθό της φύσης! [15΄]

Καταρράκτης! Τα νερά φαίνονται/ακούγονται και οι συμμετέχοντες, ταυτόχρονα, με την ομορφιά της φύσης αντιλαμβάνονται τη χρησιμότητά του για τον άνθρωπο και γενικότερα για τη ζωή. Στη στάση αυτή, αξιοποιούν την αναδρομή στο παρελθόν, για να θυμηθούν την αξία του νερού διαχρονικά.

Δημιουργούνται τρεις «κύκλοι νερού»: [α] παρελθόν, [β] παρόν και [γ] μέλλον. Κάθε κύκλος είναι και μια ομάδα που χωρίζεται με διάφορους τρόπους, όπως για παράδειγμα: ομάδα θα είναι τα άτομα που στο όνομά τους έχουν το γράμμα ε, κλπ.

Στόχος κάθε ομάδας είναι να παρουσιάσουν τον τρόπο αξιοποίησης του νερού από τον άνθρωπο, κατά το παρελθόν, το παρόν και το μέλλον, με τη βοήθεια των συνοδών και των διερμηνέων για τα άτομα με διαταραχές ακοής και όρασης, αντίστοιχα και σε κάθε περίπτωση, με τις κατάλληλες προσαρμογές για άτομα άλλων ευπαθών ομάδων. Ακολουθεί ελεύθερη συζήτηση και αναστοχασμός.

Σε συνέχεια της δραστηριότητας μπορεί να δημιουργηθεί ένα ηλεκτρονικό αρχείο (εικόνα και ήχος), αναφορικά με τη διαχρονική αξία και τη χρησιμότητα του νερού και να αποσταλεί στα email των συμμετεχόντων για περαιτέρω πληροφόρηση ή να προστεθούν και σχετικά φύλλα εργασίας ή ακόμη και αυτοαξιολόγηση τους.

3.Α6.1β. Ελεύθερος χρόνος: φαγητό, μπάνιο στον καταρράκτη, ξεκούραση [40΄]

3.Α6.1γ. Ανατροφοδότηση [5΄]: Βλέπω, Ακούω, Αισθάνομαι

Οι συμμετέχοντες καλούνται να ξεπεράσουν τις αισθήσεις τους στο πραγματικό επίπεδο και να δουν/ακούσουν με τα μάτια της ψυχής. Όλοι μαζί συμμετέχουν στον κύκλο των συναισθημάτων και δηλώνουν με όποιον τρόπο επιθυμούν τα συναισθήματά τους.

Ακόμη, μπορούν να δημιουργηθούν κύκλοι συναισθημάτων και οι συμμετέχοντες να πηγαίνουν σε όποιον κύκλο τους εκφράζει (π.χ. χαρά, ανακούφιση, λύπη, κλπ).



Ο ΚΑΤΑΡΡΑΚΤΗΣ

3.Α7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7

Επιστροφή στην Αφετηρία. Αναχώρηση για νέες εμπειρίες

Σκοπός: Να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, να μοιραστούν συναισθήματα και να αναχωρήσουν «γεμάτοι» απο τα δικά τους συναισθήματα και απο τα συναισθήματα των άλλων

Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Άτομα με διαταραχές ακοής-όρασης

Διάρκεια: 30 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σύνδεση με τον προηγούμενο σταθμό

Η έκφραση των συναισθημάτων προετοίμασε τους συμμετέχοντες για την τελική τους αναστοχαστική διαδικασία, καθώς ο τελευταίος σταθμός είναι η λήξη της διαδρομής του μονοπατιού της Αγίας Κόρης.

3.Α7.1α. Το κουτί με τα συναισθήματα [15΄]

Δημιουργείται ένας κύκλος από όλους τους συμμετέχοντες όπου πιάνονται από το χέρι και στο κέντρο του κύκλου υπάρχει ένα κουτί με το όνομα του μονοπατιού. Κάθε ένας από τους συμμετέχοντες λέει/δείχνει ένα συναίσθημα γραμμένο με Ελληνική γραφή και με γραφή braille, το οποίο μπαίνει στο κουτί.

Όταν πούνε όλοι το συναίσθημα που ένιωσαν, το κουτί κλείνεται και ανακινείται για να ανακατευτούν τα συναισθήματα. Έπειτα το κουτί ανοίγεται και μοιράζονται τυχαία τα συναισθήματα, ώστε να νιώσει αυτός που κρατάει την κάθε κάρτα, το συναίσθημα που ένιωσε κάποιος άλλος και στη συνέχεια θα πάρει μαζί του την κάρτα με αυτό το συναίσθημα.

Σε συνέχεια της δραστηριότητας, στέλνεται ένα μήνυμα (γραπτό/ηχητικό) στην κλειστή ομάδα που έχει δημιουργηθεί, π.χ. στο viber. Με τον ίδιο ή παρόμοιο τρόπο, μπορεί να μοιραστεί το υλικό από τη διαδρομή και τις δραστηριότητές.

3.Α7.1β. Επιβίβαση στο λεωφορείο [15΄] και αναχώρηση/επιστροφή



Πηγές

Φορέας Διαχείρισης Εθνικού Πάρκου Ολύμπου https://olympusfd.gr/
Εθνικός δρυμός Ολύμπου [Από τη Βικιπαίδεια, την ελεύθερη εγκυκλοπαίδεια]
https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%95%CE%B8%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CF%8C%CF%82_%CE%B4%CF%81%CF%85%CE%BC%CF%8C%CF%82_%CE%9F%CE%BB%CF%8D%CE%BC%CF%80%CE%BF%CF%85

Φωτογραφικό Υλικό

[1] Είσοδος Μονοπατιού, [2] Η Εκκλησία από ψηλά, [3] Βράχος και Δέντρο, [4] Στο Προαύλιο, [5] Το Αγίασμα
https://www.dion-olympos.gr/%CE%BC%CE%BF%CE%BD%CE%B1%CF%83%CF%84%CE%B7%CF%81%CE%B9-%CE%B1%CE%B3%CE%B9%CE%B1%CF%83-%CE%BA%CE%BF%CF%81%CE%B7%CF%83/
[6] Σπηλιά Αγίας Κόρης
https://www.tseneklidis.gr/%CE%B1%CE%B3%CE%AF%CE%B1-%CE%BA%CF%8C%CF%81%CE%B7-%CF%80%CE%B9%CE%B5%CF%81%CE%AF%CE%B1%CF%82
[7] Το Πέρασμα
https://pierikialithia.blogspot.com/2019/08/agiakori25-819.html
[8] Ο Καταρράκτης
http://www.olympuspath.gr/articles/95/rema-agias-koris-rema-arapi.html



Η ΦΥΣΗ ΕΙΝΑΙ Η ΠΙΟ ΑΓΝΗ ΔΙΟΔΟΣ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΓΑΛΗΝΗ



”

Angie Weiland Crosby

Αμερικανή Συγγραφέας



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η συγκεκριμένη παρουσίαση του Εθνικού Πάρκου Παρνασσού έχει ως απώτερο **σκοπό την ανάδειξη των περιβαλλοντικών θησαυρών στη Στερεά Ελλάδα** και παρουσίαση δραστηριοτήτων προσαρμοσμένων γι ευπαθείς πληθυσμούς, με έμφαση σε άτομα με βαρηκοΐα, κώφωση και διαταραχές όρασης.

Η ομάδα εργασίας προσέφερε εθελοντικά τις υπηρεσίες της.

Στο παρόν υλικό, **αναλύεται το όραμα του εθνικού πάρκου, οι σημαντικές στιγμές, οι περιβαλλοντικοί θησαυροί της περιοχής** (χλωρίδα, πανίδα, ερπετά, αμφίβια και ιχθυοπανίδα). Επίσης, αναφέρονται οι παραδοσιακοί οικισμοί και ευκολοδιάβατα μονοπάτια της περιοχής.

Στο συγκεκριμένο κεφάλαιο, οι περισσότερες δραστηριότητες βασίζονται σε δεξιότητες ψηφιακού γραμματισμού, βελτίωσης της φυσικής κατάστασης και αισθητηριακής εγρήγορσης.

Η ομάδα του Εθνικού Πάρκου
Παρνασσού απαρτίζεται από τα εξής άτομα:

•**Καβαζίδου Ελένη** | ekavazidou@sch.gr
Εκπαιδευτικός Ειδικής Φυσικής Αγωγής

•**Στούμπου Ειρήνη** | eirini.stoumpou@gmail.com
Εκπαιδευτικός Ειδικής Φυσικής Αγωγής

Ευχαριστίες

Θερμές ευχαριστίες στην κ. Βαρβαρήγο Γεώργιο, υπεύθυνο επικοινωνίας με τον φορέα διαχείρισης του εθνικού πάρκου Παρνασσού:

-για την άμεση ανταπόκριση του στο κάλεσμα μας,
-για την πολύτιμη βοήθεια του στη χαρτογράφηση των μονοπατιών
-για την παραχώρηση του υλικού (ενημερωτικού και φωτογραφικού) του Εθνικού Πάρκου Παρνασσού.

ΠΑΡΝΑΣΣΟΣ
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ





ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ

4.1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Για την προστασία, διοίκηση και διαχείριση των προστατευόμενων περιοχών του δικτύου NATURA 2000 στον Παρνασσό, αλλά και τη Γκιώνα και τα Βαρδούσια, έχει ιδρυθεί ο Φορέας Διαχείρισης Εθνικού Πάρκου Παρνασσού (ΦΔΕΔΠ). Πρόκειται για Νομικό Πρόσωπο Ιδιωτικού Δικαίου, το οποίο εποπτεύεται από το Υπουργείο Περιβάλλοντος και Ενέργειας (ΥΠΕΝ).

Κύριοι στόχοι του ΦΔΕΔΠ είναι:

- η οργάνωση και διασφάλιση της εποπτείας και προστασίας της προστατευόμενης περιοχής και της κατάστασης διατήρησης των ειδών και οικοτόπων που εμπεριέχει.
- η ενίσχυση της φύλαξης της περιοχής σε συνεργασία με τις αρμόδιες αρχές.
- η ανάδειξη του τοπίου και της ποικιλότητας της Προστατευόμενης Περιοχής.
- η επιστημονική παρακολούθηση και αξιολόγηση της κατάστασης διατήρησης των απειλούμενων ειδών χλωρίδας, πανίδας και οικοτόπων
- η περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση, εκπαίδευση και ενημέρωση του κοινού με στόχο την ανάδειξη της σπουδαιότητας των ειδών χλωρίδας, πανίδας και οικοτόπων.

4.2. ΤΟ ΟΡΑΜΑ

Πολλά από τα είδη χλωρίδας και πανίδας κατατάσσονται σε διάφορες κατηγορίες επικινδυνότητας σύμφωνα με το Κέντρο Παρακολούθησης της Παγκόσμιας Διατήρησης (World Conservation Monitoring Centre-WCMC), το Προεδρικό Διάταγμα Π.Δ.67/1981, το Περιβαλλοντικό Πρόγραμμα των Ηνωμένων Εθνών (United Nations Environment Programme – UNEP), τις κόκκινες λίστες ή Βιβλία Ερυθρών Δεδομένων (Red Data Books) της Διεθνούς Ένωσης για τη Διατήρηση της Φύσης (International Union for Conservation of Nature - IUCN) και της Σύμβασης Βέρνης.

Τα πιο πρόσφατα χρόνια, η ανάγκη προστασίας ειδών φυτών και ζώων, αλλά και οικοτόπων, οδήγησε στη δημιουργία του ευρωπαϊκού οικολογικού δικτύου NATURA 2000.

Το δίκτυο αυτό απορρέει από δυο Ευρωπαϊκές Οδηγίες: η 1η για την προστασία των άγριων πτηνών σε προστατευόμενες περιοχές που ονομάζονται "ζώνες ειδικής προστασίας" και η 2η οδηγία για τους οικοτόπους, για την προστασία οικοτόπων και απειλούμενων ειδών φυτών και ζώων σε προστατευόμενες περιοχές γνωστές ως "ειδικές ζώνες διατήρησης".

4.3. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ

Το έτος 1938 και αμέσως μετά την θεσμοθέτηση του Εθνικού Πάρκου Ολύμπου, δημοσιεύθηκε δεύτερο βασιλικό διάταγμα παραχωρώντας την αρμοδιότητα μέριμνας και προστασίας στον Εθνικό Δρυμό Παρνασσού.

Ο Δρυμός βρίσκεται στα όρια των νομών Φωκίδας και Βοιωτίας, ανάμεσα στους Δελφούς, την Αράχοβα και την Αγόριανη και έχει έκταση στον πυρήνα του 36.000 στρέμματα. Ο Παρνασσός ακολουθεί τα βήματα του Ολύμπου με ιδιαίτερο παρελθόν αναφορικά της ιδιαίτερης ιστορίας του, για την προστασία της χλωρίδας και της πανίδας, αλλά και για τον περιορισμό της εκμετάλλευσης των κοιτασμάτων του βωξίτη, η εξόρυξη του οποίου είχε ήδη αρχίσει από το 1930 προκαλώντας καταστροφές στη μορφολογία του εδάφους και στο τοπικό οικοσύστημα.

Ο Παρνασσός ήταν ήδη από την αρχαιότητα διάσημο και φημισμένο βουνό, επειδή στους νότιους πρόποδές του δέσποζε από παλιά ένα από τα πιο ξακουστά μέρη του τότε γνωστού κόσμου, το Μαντείο των Δελφών.



4.4. ΑΞΙΟΛΟΓΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ & ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ

Ο αρχαιότερος μύθος που συνδέεται με τον Παρνασσό μιλάει για το πως ο Δευκαλίωνας (γιος του Τιτάνα Προμηθέα) και η γυναίκα του Πύρα προσάραξαν με το πλοίο τους στο βουνό τη δέκατη μέρα μετά τον κατακλυσμό που έστειλε ο Δίας για να αφανίσει το ανθρώπινο γένος, ξεκινώντας έτσι την αναγέννηση του ανθρώπινου είδους.

Στον Παρνασσό σκότωσε ο θεός Απόλλωνας τον δράκοντα Πύθωνα, αποκτώντας έτσι το χάρισμα της μαντικής και ιδρύοντας για αυτό το λόγο το γνωστό μαντείο που ήταν αφιερωμένο σε αυτόν. Εκεί, ο Θεός Απόλλωνας έδωσε τη χρυσή του λύρα στον γνωστό ήρωα Ορφέα, η μουσική του οποίου μπορούσε να ημερεύσει τα άγρια ζώα. Οι πολλές σπηλιές του βουνού θεωρούνταν από τους αρχαίους Έλληνες κατοικίες των Μουσών και του κατώτερου θεού Πάνα.

Όπως και οι γειτονικές περιοχές της Στερεάς και της Βοιωτίας, έτσι και ο Παρνασσός έγινε από νωρίς το θέρετρο πολλών μαχών κατά τη διάρκεια της ιστορίας του. Όποιος στρατός ήθελε να εισβάλει νότια ή βόρεια του βουνού έπρεπε να περάσει σε κοντινή απόσταση. Το 480 π.Χ. στα βόρεια του Παρνασσού, έγινε η διάσημη μάχη των Θερμοπύλων, ενώ πολύ κοντινότερη αλλά λιγότερο γνωστή ήταν η μάχη των Δελφών το 279 π.Χ. που διαδραματίστηκε περίπου στην ίδια περιοχή. Στα χρόνια της Επανάστασης του 1821, οι διάσημες μάχες στη γέφυρα της Αλαμάνας και στο Χάνι της Γραβιάς δόθηκαν κοντά στον Παρνασσό.

Το χωριό της Αράχοβας ήταν το πεδίο του μεγαλύτερου θριάμβου του Γεώργιου Καραϊσκάκη, διασημότερου οπλαρχηγού της Ρούμελης, κατά των δυνάμεων του Κιουταχή Πασά. Εκεί ο Καραϊσκάκης απέκοψε μια στρατιά που κατέβαινε νότια για να ενισχύσει τον πασά στην πολιορκία της Ακρόπολης, καταστρέφοντας το ασκέρι των Οθωμανών μετά από μια πολυήμερη χειμερινή πολιορκία.

4.5. ΓΕΩΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Το κλίμα του Παρνασσού χαρακτηρίζεται ως υγρό, με παγωμένους και μακριούς χειμώνες και δροσερά καλοκαίρια.

Ο ασβεστόλιθος που κυριαρχεί στο υπέδαφος απορροφάει μεγάλο μέρος των συχνών βροχοπτώσεων, τροφοδοτώντας ένα υπόγειο υδάτινο δίκτυο που με τη σειρά του δημιουργεί πηγές στις διάφορες πλαγιές.

4.6. ΧΛΩΡΙΔΑ

Η διαμόρφωση της χλωρίδας του Παρνασσού επηρεάστηκε στο πέρασμα των χρόνων από πολλούς παράγοντες (γεωγραφία, κλίμα, ποικιλομορφία πλαγιών, χαραδρών και κοιλάδων, ανθρώπινη επίδραση).

Οι πλαγιές του Παρνασσού φημίζονται από την αρχαιότητα και για το πλήθος αρωματικών και φαρμακευτικών βοτάνων που επιζούν και αξιοποιούνται μέχρι σήμερα, προστατευμένα όμως πλέον δια νόμου λόγω της προηγούμενης άσκοπης και απρόσεκτης συλλογής, ώστε πολλά να βρίσκονται στη λίστα των απειλούμενων ειδών.

Τα δάση του Παρνασσού, στους πρόποδες και τα χαμηλότερα υψόμετρα αποτελούνται από δρύες, συνεχίζουν με μαυρόπευκα ενώ μέχρι και τα ανώτερα δασοόρια, τα δάση σχηματίζονται από έλατο και συστάδες μαλόκεδρου.

Από τα εμβληματικά, αλλά και προστατευόμενα είδη φυτών που συναντάμε στο βουνό αξίζει να αναφερθούν τα τοπικά ενδημικά του (κενταύρια μουσών, ερύσιμο του Παρνασσού, ευφόρβια του Ορφανίδη, γεωκάρυο πούμιλουμ, σιληνή του Γκουιτσιάρντι και γένιστα του Παρνασσού), η παιώνια του Παρνασσού και το τριχοειδές βούπλευρο, η κεφαλληνιακή ελάτη, το μαυρόπευκο, το μαλόκεδρο και ο σιδερίτης (τσάι του βουνού).

Διάφορα είδη από καμπανούλες, ίριδες, και κολχικά, κρόκους ανεμώνες και βιόλες χρωματίζουν διαδοχικά μέσα στο χρόνο τις πλαγιές και τα λιβάδια του Παρνασσού, ενώ μέντα, θυμάρι, δάφνη και σαμπούκος αρωματίζουν τον αέρα του.

4.7. ΠΑΝΙΔΑ

Στην πανίδα του Παρνασσού συγκαταλέγονται μεταξύ άλλων ο λύκος, το ζαρκάδι και σπανιότερα το αγριόγιδο. Επίσης πολυπληθή είναι τα αγριογούρουνα, οι αλεπούδες, οι σκαντζόχοιροι, οι λαγοί, οι σκίουροι καθώς και πολλά είδη νυχτερίδων. Από αμφίβια συναντώνται βάτραχοι, φρύνοι, τρίτωνες, σαλαμάνδρες και από ερπετά, χελώνες σαύρες και φίδια. Στα είδη πουλιών του Παρνασσού συγκαταλέγονται μεταξύ άλλων ο χρυσαετός, ο φιδαετός, ο πετρίτης, ο μαύρος και ο πράσινος δρυοκολάπτης και ο λευκονώτης.

Η διατάραξη ή η θανάτωση των προστατευόμενων ειδών ζώων που εντοπίζονται στον Παρνασσό τιμωρείται από το νόμο.

4.8. ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΤΟΠΙΟΥ

Το έντονο ανάγλυφο του Παρνασσού δημιουργεί τοπία απαράμιλλης ομορφιάς και οικότοπους που φιλοξενούν πολύ ενδιαφέροντα αλλά και σπάνια είδη χλωρίδας και πανίδας.

4.9. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Οι κάτοικοι δραστηριοποιούνται στη γεωργία, την κτηνοτροφία και την εξόρυξη μεταλλευμάτων, προϊόντα των οποίων στηρίζουν μια σημαντική τουριστική βιομηχανία στην περιοχή.

Από τους σημαντικότερους οικισμούς περιμετρικά του Παρνασσού είναι η Αράχοβα, η Αμφίκλεια, η Γραβιά, η Λιλαία και ο Επτάλοφος (Άνω και Κάτω Αγόριανη), η Τιθορέα (Βελίτσα), το Πολύδροσο και ο οικισμός Βάργιανης, όπου ο τελευταίος, είναι γνωστός για τα όμορφα πετρόκτιστά του σπίτια. Τα τοπικά προϊόντα τους είναι κυρίως γαλακτομικά και προϊόντα κρέατος, το τσάι του βουνού, καθώς και σκαλιστά, μεταλλικά και ξύλινα αξεσουάρ.

Η σύνδεση του βουνού με τον Απόλλωνα και τις Μούσες ενέπνευσε ένα ολόκληρο καλλιτεχνικό κίνημα στη Γαλλία του 19ου αιώνα, με την ονομασία Παρνασσισμός. **Αντιτασσόταν στις ιδέες του ρομαντισμού και επιδίωκε επιστροφή στον κλασικισμό.** Το 1866 εκδόθηκε ένα περιοδικό με διακριτικό τίτλο "Σύγχρονος Παρνασσός" συμπεριλαμβάνοντας διάφορα άρθρα για (1) την ιστορία του βουνού, (2) μαρτυρίες ντόπιων και (γ) αναφορές για τους ισχυρούς δεσμούς του Παρνασσού με την Ελληνική Μυθολογία. Οι Παρνασσιστές ποιητές επέμεναν στο μέτρο και στην καλλιτεχνική τελειότητα του λόγου και αποτέλεσαν πηγή έμπνευσης για τον Μπωντλέρ αλλά και για Έλληνες καλλιτέχνες όπως τον Παλαμά και τον Γρυπάρη.

4.10. ΑΝΑΨΥΧΗ & ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

Ο επισκέπτης του Παρνασσού μπορεί να απολαύσει πληθώρα δραστηριοτήτων στη φύση, λαμβάνοντας υπόψη κάποιους κανόνες ορθής συμπεριφοράς, για την προστασία του ίδιου αλλά και του περιβάλλοντος. Έτσι, η παραμονή στο δρυμό επιτρέπεται από την ανατολή μέχρι τη δύση του ήλιου, τα παιδιά και οι ευαίσθητες κοινωνικά ομάδες πρέπει να συνοδεύονται λόγω των κινδύνων που υπάρχουν στην περιοχή (γκρεμοί, ρέματα), ενώ εντός του Εθνικού πάρκου **δεν επιτρέπονται δραστηριότητες, όπως το κυνήγι, η συλλογή φυτοχώματος-βοτάνων-εντόμων, η κοπή των δένδρων, η ενόχληση ή καταστροφή ειδών ορνιθοπανίδας και της πανίδας γενικότερα.**

Στις δραστηριότητες που δεν επιτρέπονται εντός της περιοχής του Εθνικού Πάρκου συμπεριλαμβάνονται και το άναμμα φωτιάς, η ρίψη και απόρριψη σκουπιδιών και μπαζών, αλλά και η κατασκήνωση.

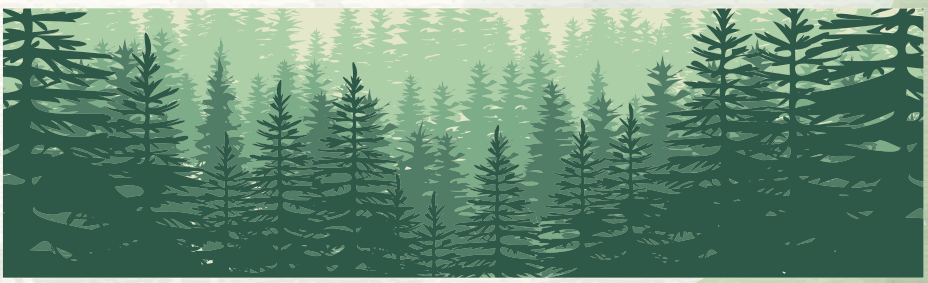
Σε κάθε περίπτωση και για ορισμένες δραστηριότητες θα πρέπει να λαμβάνεται άδεια από τις αρμόδιες τοπικές δασικές αρχές (τοποθέτηση κυψελών μελισσοσμηνών, άναμμα φωτιάς σε ενδεδειγμένους χώρους). Τέλος, ισχύουν όλοι οι συναφείς περιορισμοί περι δασικής προστασίας όπως αναφέρονται στην ισχύουσα δασική νομοθεσία.

4.10.1. Προτεινόμενες δραστηριότητες αναψυχής

Ενδεικτικά αναφέρονται οι εξής δραστηριότητες:

πεζοπορία, ορειβασία, αναρρίχηση, κατάβαση φαραγγιών, ορεινή ποδηλασία, αλεξίπτωτο πλαγιάς-paragliding, σκι, χιονοδρομία, αγροτουρισμός και οινογνωσία, πολιτιστικός τουρισμός (Αρχαιολογικοί χώροι, Μουσεία, Κάστρα), επισκέψεις σε σπήλαια, βάραθρα και γεωλογικούς σχηματισμούς, θρησκευτικός τουρισμός έως και κατασκηνώσεις στην ευρύτερη περιοχή.

Ειδικά για όσους ενδιαφέρονται για πεζοπορία, **ο Παρνασσός διαθέτει ένα εκτεταμένο δίκτυο μονοπατιών (πολλά από τα οποία χρησιμοποιούνται από την αρχαιότητα), χαρακτηριστικό που τον κάνει πολύ ελκυστικό στους επισκέπτες του.** Αξίζει να αναφερθούν το Διεθνές μονοπάτι Ε4, μέρος του οποίου διασχίζει τον Παρνασσό, και το Εθνικό Μονοπάτι 22, που συνδέει τον Παρνασσό με την Πάρνηθα.



Το Χιονοδρομικό Κέντρο Παρνασσού, το μεγαλύτερο χιονοδρομικό κέντρο της Ελλάδας, βρίσκεται στον ανατολικό Παρνασσό [όπου και εντοπίζεται η ψηλότερη κορφή του, η Λιάκουρα (υψόμετρο 2,450 μ.)] στις θέσεις Φτερόλακκα και Κελάρια (υψόμετρο 1.600 - 2.250 μ.).

Αποτελεί αγαπημένο τουριστικό προορισμό για εκατοντάδες χιονοδρόμους, ντόπιους αλλά και ξένους, ενώ ένα ιδιαίτερα σημαντικό πλεονέκτημά του είναι η θέση του, καθώς βρίσκεται κοντά σε μεγάλες πόλεις με καλό οδικό δίκτυο όπως η Αθήνα, η Πάτρα και η Λαμία.

Γενικά ο Παρνασσός αποτελεί ένα οικολογικό εργαστήρι με πολύ σημαντικά και ευαίσθητα οικοσυστήματα, πλούσια ιστορία και πολιτιστική κληρονομιά.

Λαμβάνοντας υπόψη την ανάγκη οικοπροστασίας της χλωρίδας, ορνιθοπανίδας και άγριας πανίδας του Παρνασσού, καθώς επίσης τους υπαίθριους περιβαλλοντικούς θησαυρούς του, η προστασία και η διαχείριση του Εθνικού Πάρκου Παρνασσού αποτελεί σημαντική προτεραιότητα σε εθνικό, ευρωπαϊκό και διεθνές επίπεδο.

4.10.2. Μονοπάτια (ευρετήριο)

1. Έδρας ΦΔΕΔΠ
2. Άη Γιάννη – Προσκοπικό Κέντρο
3. Λάκα Τσάμη – Λάκα Βίκια – Μπογδάν
4. Αμφίκλεια – Αγ. Ιερουσαλήμ
5. Αμφίκλεια – Χαράδρα Βαρσάμως – Αγ. Ιωάννης – Αμφίκλεια
6. Τιθορέα – Άη Γιώργης
7. Τιθορέα – Σπηλιά Οδ. Ανδρούτσου
8. Τιθορέα – Εκκλησιάς ο Μύλος – Αγ. Ιωάννης
9. Τιθορέα – Διπόταμα – Τρύπη
10. Τιθορέα – Λιάκουρα
11. Παλαιοπαναγιά – Κωρύκειο Άντρο
12. Παλαιοπαναγιά – Κρόκι
13. Δελφοί – Ε4 - Κρόκι
14. Μπονίκλ – Επτάστομος – Ε4
15. Αργοστύλια – Νεραϊδοσπηλιά
16. Αγ. Παρασκευή – Μπαρουτοσπηλιά
17. Πολύδροσος – Κάρκαρος
18. Καρκαβέλια – Αρτοτέντα (τμήμα Εθν.μον.22)
19. Βαρκό – Άγ. Νικόλαος – Πέτρα Επταλόφου
20. Κάστρο Λιλαίας
21. Πολύδροσος - Πηγές Αγίας Ελεούσας - Κάρκαρος

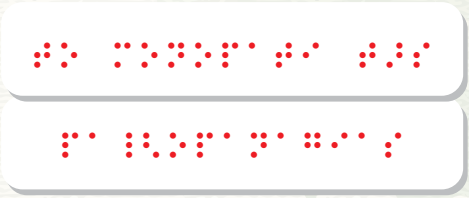
ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ		Απόσταση (χλμ)	Υψομετρική διαφορά (μέτρα)	Δυσκολία	Διάρκεια (ώρα) *	
Έδρας ΦΔΕΔΠ	1η διαδρομή	0,6	40	●○○	15'	
	2η διαδρομή	1	5		20'	
	3η διαδρομή	1,1	20		20'	
	4η διαδρομή	1,2	30		20'	
	5η διαδρομή	0,6	40		15'	
Αϊ-Γιάννη - Προσκοπικό Κέντρο		1,2	95	●○○	40'	
Αμφίκλεια - Αγ. Ιερουσαλήμ		2,8	520	○●○	1:30	
Αμφίκλεια- Χαράδρα Βαρσάμως-Αγ. Ιωάννης-Αμφίκλεια (κυκλικό)		9,6	600	○○●	3:50	
Λάκα Τσάμη-Λάκα Βίκια-Μπογδάν		2,6	230	●○○	1:15	-
Τιθορέα - Αϊ-Γιώργης		0,8	164	●○○	45'	
Τιθορεά - Σπηλιά Οδ. Ανδρούτσου		3,2	450	○●○	1:50	

ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ-ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ



Α
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

4.Α1. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΤΗΣ ΠΑΛΑΙΟΠΑΝΑΓΙΑΣ



ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

Το μονοπάτι της Παλαιοπαναγιάς ενδείκνυται για τολμηρούς εξερευνητές που επιθυμούν να προκαλέσουν τις φυσικές τους ικανότητες. Έχει πάρα πολύ ωραία θέα και βρίσκεται κοντά σε οικισμό. Προτείνεται να συνοδεύεται η ομάδα από εξειδικευμένο Σαμαρίτη ή Διασώστη ή εξειδικευμένους εθελοντές πολιτικής προστασίας για την ασφάλεια των συμμετεχόντων.

Το μονοπάτι προτείνεται για άτομα με διαταραχές ακοής με καλή φυσική κατάσταση, ηλικίας 15-30 ετών. Δύναται να γίνουν προσαρμογές και για άλλες ευπαθείς ομάδες.

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

Μονοπάτι: Παλαιοπαναγιά – Κωρύκειο Άντρο



ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΑΛΑΙΟΠΑΝΑΓΙΑ - ΚΩΡΥΚΕΙΟ ΑΝΤΡΟ

Χαρακτηριστικά Διαδρομής

Μήκος μονοπατιού: 1,5km
Υψόμετρα:
Αρχή 1142 m
Μέση 1166 m
Τέλος 1340 m

Βλάστηση: Abies cephalonica (κεφαλληνιακή ελάτη), Juniperus oxycedrus (οξύκεδρος), Quercus coccifera (πουρνάρι), Juniperus foetidissima (άρκευθος δυσοσμότατη ή βουνοκυπάρισσο).

Βαθμός δυσκολίας: Μέτριος

Χαρακτηριστικά: Φυσικό περιβάλλον σε συνδυασμό με την ιδιαίτερη γεωμορφολογία της περιοχής εντός του Πυρήνα του Εθνικού Πάρκου Παρνασσού.

Προτεινόμενη περίοδος: Μάρτιος – Νοέμβριος

Περιγραφή Διαδρομής: Αφετηρία του μονοπατιού είναι το ξωκκλήσι της Παλαιοπαναγιάς και τα ψηλά της πουρνάρια σε υψόμετρο 1142m περίπου. Περπατάμε κατά μήκος του δασικού δρόμου (ο οποίος αποτελεί και νότιο όριο του Πυρήνα του Εθνικού Πάρκου Παρνασσού) για περίπου 460m με Α προσανατολισμό.

Από εκεί στρίβουμε ΒΑ στο σηματοδοτημένο μονοπάτι και συνεχίζουμε για ακόμα 1km περίπου, περπατώντας ανάμεσα σε Quercus coccifera (πουρνάρι), Juniperus oxycedrus (οξύκεδρος), Juniperus foetidissima (άρκευθος δυσοσμότατη ή βουνοκυπάρισσο) και πολλά και διαφορετικά αρωματικά φυτά και αγριολούλουδα, ανάλογα με την εποχή.

Λίγα μέτρα πριν την είσοδο της σπηλιάς η θέα που μας προσφέρει το υψόμετρο των 1340m είναι εκπληκτική. Στα ανατολικά διακρίνονται οι κορυφές του Παρνασσού, το Λιβάδι Αράχωβας με την εποχική του λίμνη και μικρά υψώματα κατάφυτα από Abies cephalonica (κεφαλληνιακή ελάτη), ενώ στα νότια, με καθαρή ατμόσφαιρα, διακρίνονται ο Κόλπος της Ιτέας και ο Κορινθιακός, μέχρι και οι κορυφές των βουνών της ΒΑ Πελοποννήσου.

Η μαγευτική ατμόσφαιρα συνεχίζεται εντός του σπηλαίου με τις δυο αίθουσες του, με ύψος οροφής σπηλαίου που φτάνει τα 50m, βάθος τα 90m και πλάτος τα 60m. Η σπηλιά αναφέρεται και ως «Σπήλαιο του Πανός» αλλά και «Σαρανταύλι» λόγω της εκπληκτικής ακουστικής που έχει στον πρώτο μεγάλο θάλαμό του. Τα αγριολούλουδα που συναντάμε στο μονοπάτι, ανάλογα και με την εποχή, ομορφαίνουν ακόμα περισσότερο την εμπειρία επίσκεψης του σπηλαίου!

ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι προκλήσεις που έχουν να αντιμετωπίσουν οι συμμετέχοντες είναι περισσότερο δοκιμασίες προσανατολισμού στον χώρο σε συνδυασμό με ψηφιακές δεξιότητες του 21ου αιώνα. Παράλληλα, αξιοποιούν ερεθίσματα που λαμβάνουν από τις 5 αισθήσεις, διερευνούν τα προτεινόμενα σημεία ενδιαφέροντος και προσκαλούνται σε δρομικές, γνωστικές και δημιουργικές δοκιμασίες.

ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΗ ΠΡΟΣΤΙΘΕΜΕΝΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΑΞΙΑ

Οι συμμετέχοντες όσα περισσότερα φύλλα εργασίας ολοκληρώσουν τόσες περισσότερες νέες ψηφιακές δεξιότητες θα κατακτήσουν.

Θα ενημερωθούν για διάφορα διαθέσιμα λογισμικά ανοικτής πρόσβασης και θα πειραματισθούν με τα πεδία και το φάσμα εφαρμογής τους. Δύναται η εξάσκηση δεξιοτήτων να γίνει τμηματικά σε διαφορετικές μέρες και σημεία εντός του ίδιου ή άλλου εθνικού πάρκου. Με άλλα λόγια τα φύλλα εργασίας που προτείνονται δύναται να προσαρμοσθούν και σε άλλα μονοπάτια.

Για την υλοποίηση των περισσότερων προτεινόμενων δραστηριοτήτων είναι απαραίτητη η χρήση smartphone και η σύνδεση στο διαδίκτυο για αξιοποίηση δεδομένων GPS.



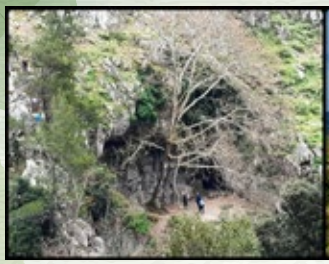
Ξωκκλήσι Παλαιοπαναγιάς, σε υψόμετρο 1142μ.



Περίπατος κατά μήκος του δασικού δρόμου του Εθνικού πάρκου Παρνασσού



Σηματοσοδημένο μονοπάτι, περίπατος ανάμεσα σε πουρνάρια και οξύκεδρους



Είσοδος Σπηλαίου “Πανός”



Λιβάδι Αράχωβας



Κόλπος Ιτέας

1142μ. **1166μ.** **1340μ.**

ΠΑΛΑΙΟΠΑΝΑΓΙΑ-ΚΩΡΥΚΕΙΟ ΑΝΤΡΟ

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΠΟΝΔΥΛΟΕΙΔΟΥΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ ΤΗΣ

Εδώ αναφέρεται πώς συνδέονται οι σπόνδυλοι/ σταθμοί μεταξύ τους (παιχνίδι θησαυρού, παζλ μίας ευρύτερης εικόνας/αντίληψης, πολυθεματική προσέγγιση του ίδιου αντικειμένου ή άλλο)

4.Α1.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1

Παρατήρηση Ήχων

Σκοπός: Παρατήρηση ήχων, αξιοποίηση ψηφιακών εφαρμογών ηχογράφησης και κοινωνικής δικτύωσης. Σύγκριση, αναστοχασμός, κριτική σκέψη και δημιουργικότητα.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, άτομα με διαταραχές όρασης
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
Εξοπλισμός:
Ελάχιστος Αριθμός Ατόμων: 3+

Δραστηριότητα: Κατέβασε με τη βοήθεια του συνοδού σου την ακόλουθη εφαρμογή στο smartphone σου:

ΗΧΟΜΕΤΡΟ: https://tinyurl.com/5n7w44v2

Όσο είμαστε στον κεντρικό χωματόδρομο παρατήρησε τους ήχους και επέλεξε να ηχογραφήσεις κάποιους, αυτούς που σε εντυπωσιάζουν και σου κινούν το ενδιαφέρον να τους προσέξεις περισσότερο.

Βάλε στόχο να κάνεις τουλάχιστον πέντε ηχογραφήσεις. Στην Τρίτη προσπάθεια προσπάθησε να προσθέσεις και τη φωνή σου ή ήχους που θα παράγεις εσύ, εμπλουτίζοντας το ηχόχρωμα, τον ρυθμό ή τη μελωδία.

Το ακουστικό μοτίβο που ηχογράφησες προτείνουμε να το ανεβάσεις στο https://www.facebook.com/groups/dhianatura με μία μικρή περιγραφή των εντυπώσεών σου από την εμπειρία αυτή και απαντώντας στο ερώτημα:

Τι διαφορετικό ηχητικά κατάφερες να βρεις κατά τη διάρκεια της διαδρομής σου, σε σύγκριση με τους ήχους που συνηθίζεις να ακούς σε αστικό ή περιαστικό περιβάλλον;

Αναστοχασμός: Εστίασε τώρα, στον ήχο των βημάτων της υπόλοιπης παρέας. Προσπάθησε να καταλάβεις στοιχεία της προσωπικότητάς τους, του τρόπου βαδίσματος ή της εξωτερικής τους εμφάνισης (ύψος, βάρος, υπόδημα κτλ), ισορροπία και μεταξύ διασκελισμών και έπειτα συζητήστε με τον συνοδό σου αλλά και με άλλους παρατηρητές της παρέας τα συμπεράσματα και τις εντυπώσεις σας.





4.Α1.2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2

Αξιοποίηση ψηφιακών εφαρμογών

Σκοπός: Αξιοποίηση ψηφιακών εφαρμογών, ενεργή ακρόαση, παρατήρηση, κριτική σκέψη και σύγκριση και επεξεργασία της πληροφορίας, υπολογιστική σκέψη, αναστοχασμός.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, άτομα με διαταραχές όρασης
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Εξοπλισμός: Smartphone & πρόσβαση στο διαδίκτυο. Ένα σημειωματάριο και στυλό ή μολύβι.

Ελάχιστος Αριθμός Ατόμων: 3+

Δραστηριότητα: Με τη βοήθεια του συνοδού σου κατέβασε την εφαρμογή:

Natural Sound Map

https://www.naturesoundmap.com/ και εντόπισε ήχους από πουλιά που φιλοξενούνται στον συγκεκριμένο οικότοπο.

Επίσης, δοκίμασε και την εφαρμογή:
https://macaulaylibrary.org και προσπάθησε να εντοπίσεις ήχους και μελωδίες πολύ μακρινές και διαφορετικές από τα ακούσματα και φυσικούς ήχους της περιοχής που βρίσκεσαι

Παράλληλα προσπάθησε να παρατηρήσεις αλλαγές στο περιβάλλον σου, εάν δηλαδή παρατηρείς κάποια αντίδραση πουλιού κάθε φορά που ακούγεται ένα ηχητικό μοτίβο από το κινητό σου. Προσπάθησε να αυξήσεις την ένταση του ήχου αξιοποιώντας ένα φορητό ηχείο (speaker). Παρατηρείς κάποια διαφορά;

Ερωτήσεις Αναστοχασμού με ή χωρίς παρέα!

-Όσο περπατάς, μήπως σε ακολουθούν ήχοι πουλιών; Με άλλα λόγια, ψάξε ήχους που προσελκύουν το ενδιαφέρον της ορνιθοπανίδας ή άλλων ζώων της περιοχής. Τι παρατηρείς;

-Κατάφερες να προκαλέσεις ηχητικές αλλαγές στο φυσικό περιβάλλον; Πώς αντιδρά η φύση;

-Σε ποια ακούσματα ανταποκρίνονται περισσότερο;

-Έχεις ενδείξεις ότι επικοινωνούν μεταξύ τους τα πουλιά και τα ζώα; Αν ναι, ποιες είναι αυτές;

Προτείνεται να αναρτήσεις στην ομάδα του facebook:
https://www.facebook.com/groups/dhianatura
Τις παρατηρήσεις με ηχητικό μήνυμα δίνοντας πληροφορίες και σε άλλους σχετικά με τις εμπειρίες σου, με στόχο να τους προβληματίσεις, να τους αναστατώσεις και να τους προκαλέσεις να συμμετέχουν κι αυτοί σε τέτοιες δοκιμασίες και να επιδιώκουν παρόμοιες εμπειρίες.

4.Α1.3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3

Άσκηση προσανατολισμού στο χώρο

Σκοπός: Άσκηση Προσανατολισμού στον χώρο, κιναίσθησης και μνημονικής ικανότητας. Δεξιότητες σχηματικής απεικόνισης και χάρτη και προφορικής περιγραφής.

Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, άτομα με διαταραχές όρασης

Διάρκεια: 15 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 3

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
Εξοπλισμός: Ένα σημειωματάριο και στυλό ή μολύβι.

Ελάχιστος Αριθμός Ατόμων: 3+

Δραστηριότητα: Με τη βοήθεια του συνοδού σου, από το σημείο που τελειώνει ο χωματόδρομος και μπαίνεις στο μονοπάτι (βλ. φωτογραφία στο παράρτημα με τις φωτογραφίες των σταθμών του μονοπατιού και τις υψομετρικές αλλαγές), ξεκίνα να παρατηρείς τις καμπύλες, τις γραμμές και τις αλλαγές διαδρομής, με άλλα λόγια, την τροχιά της διαδρομής.

Μόλις φτάσεις στο κωρύκειο, προσπαθείτε όλη η ομάδα με τη βοήθεια των συνοδών σας να καταγράψετε την τροχιά της διαδρομής του μονοπατιού, να εντοπίσετε τις πιο σημαντικές και έντονες αλλαγές τροχιάς και να επισημαίνετε τις πιο μεγάλες δυσκολίες για άτομα με διαταραχές όρασης καθώς διαβαίνετε το μονοπάτι.

Οι παρατηρήσεις και τα συμπεράσματά σας προτείνεται να αναρτηθούν με ηχητικό μήνυμα ή και με απόδοση του χάρτη σας αναφέροντας χρονολογία και ονόματα συμμετεχόντων στην ομάδα Facebook https://www.facebook.com/groups/DHIAnatura

4.Α1.4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4

Μνημονική Ικανότητα

Σκοπός: Μνημονική Ικανότητα, ικανότητα προσανατολισμού στον χώρο, παρατηρητικότητα.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, άτομα με διαταραχές όρασης
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 3

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 **6** 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 **5** 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 **3** 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** **1** 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** **1** 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 **5** 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 **5** 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** **1** 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 **5** 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** **1** 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** **1** 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** **1** 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** **1** 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
Εξοπλισμός: --

Ελάχιστος Αριθμός Ατόμων: 3+

Δραστηριότητα: Με τη βοήθεια του συνοδού σου, θα περάσεις μία δοκιμασία. Θα σου προταθεί να διανύσεις δύο μονοπάτια, ένα που έχεις ήδη διανύσει - καθώς ερχόσουν προς αυτόν τον προορισμό - και ένα άγνωστο, για να συνεχίσεις την πορεία σου.

Έχεις δεκαπέντε λεπτά να δοκιμάσεις και τα δύο μονοπάτια και να επιλέξεις το σωστό μονοπάτι, δηλαδή αυτό που δεν είχες διασχίσει καθώς ερχόσουν προς αυτόν τον προορισμό. Μπορείς να συνεργαστείς με άλλα δύο άτομα της ομάδας αποστολής ή να τους συμβουλευθείς πριν απαντήσεις.

4.Α1.5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5

Δημιουργικότητα

Σκοπός: Δημιουργικότητα, αυτοσχεδιασμός, φαντασία, ευρηματικότητα, παρατήρηση, ψηφιακές δεξιότητες.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, άτομα με διαταραχές όρασης
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 3

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργηκότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
Εξοπλισμός: smartphone & πρόσβαση στο διαδίκτυο

Ελάχιστος Αριθμός Ατόμων: 3+

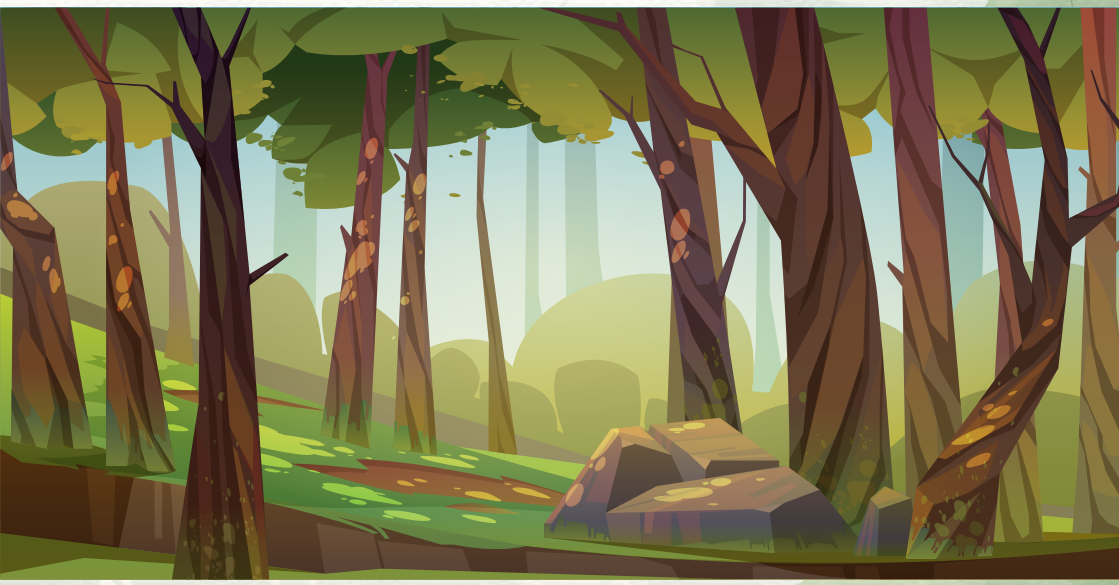
Δραστηριότητα: Με τη βοήθεια του συνοδού σου, κατέβασε την εφαρμογή **Voice Changer with Effects:** https://tinyurl.com/vxz42cny

Ηχογράφησε φυσικούς ήχους και πρόσθεσε διακριτικά και τη φωνή σου. Κατόπιν, προσπάθησε με το συγκεκριμένο πρόγραμμα να αλλοιώσεις τον ήχο. Κατόπιν στείλε το ηχητικό αρχείο στον αρχηγό της αποστολής.

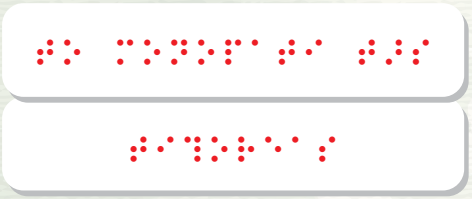
Ο αρχηγός της αποστολής κατόπιν, βάζει κάθε ήχο να παίξει και προσπαθεί η ομάδα να καταλάβει ποιος δημιούργησε το σποτ προσπαθώντας να ανιχνεύσει τη φωνή ή να υποθέσει με βάση τον χαρακτήρα, τις συνήθειες, το στυλ ηχοληψίας κ.α.

Κατόπιν, η ομάδα ξεκινά να ερευνά τον περίγυρο και προσπαθούν όλοι να εντοπίσουν και να ηχογραφήσουν μοναδικούς ήχους. Όλα τα ηχητικά αρχεία αποστέλλονται στον αρχηγό της ομάδας.

Αφού συγκεντρώσει την ομάδα, ακούτε όλοι μαζί τους ήχους και ψηφίζετε το πιο ενδιαφέρον ηχητικό σποτ. **Ο νικητής αποστέλλει το αρχείο σε .mp3 στο email dhia@esai.gr και εαν επιθυμεί, δύναται να γίνει ειδικό αφιέρωμα σε ραδιοφωνική εκπομπή του molto-radio, με συνέντευξη ή απλά να ακουσθεί το μουσικό του κομμάτι σε σχετική εκπομπή, με αναφορά στον τρόπο που έγινε και την ομάδα που συμμετείχε στη διαδικασία. Το μουσικό κομμάτι αρχειοθετείται στην ψηφιακή βιβλιοθήκη της ομάδας facebook** @dhianatura.



4.Α2. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΤΗΣ ΤΙΘΟΡΕΑΣ



ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

Το μονοπάτι της Παλαιοπαναγιάς ενδείκνυται για τολμηρούς εξερευνητές που επιθυμούν να προκαλέσουν τις φυσικές τους ικανότητες. Έχει πάρα πολύ ωραία θέα και βρίσκεται κοντά σε οικισμό. Προτείνεται να συνοδεύεται η ομάδα από εξειδικευμένο Σαμαρίτη ή Διασώστη ή εξειδικευμένους εθελοντές πολιτικής προστασίας για την ασφάλεια των συμμετεχόντων.

Το μονοπάτι προτείνεται για άτομα με διαταραχές ακοής με καλή φυσική κατάσταση, ηλικίας 15-30 ετών. Δύναται να γίνουν προσαρμογές και για άλλες ευπαθείς ομάδες.

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

Μονοπάτι: Τιθορέα - Άη. Γιώργης



ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΒΕΛΙΤΣΑ (ΤΙΘΟΡΕΑΣ) - ΞΩΚΚΛΗΣΙ ΑΓ. ΓΕΩΡΓΙΟΥ

Χαρακτηριστικά Διαδρομής

Μήκος μονοπατιού: 1,5km
Υψόμετρα:
Αρχή 800 m
Μέση 460 m
Τέλος 620 m
Υψομετρική Διαφορά: 615m

Βλάστηση: Quercus pubescens (χνοώδης δρυς), Juniperus oxycedrus (οξύκεδρος), Quercus coccifera (πουρνάρι), Phyllirea latifolia (φιλίκι)

Βαθμός δυσκολίας: Μέτριος

Χαρακτηριστικά: Φυσικό περιβάλλον σε συνδυασμό με την ιδιαίτερη γεωμορφολογία της περιοχής εντός των Προστατευόμενων Περιοχών ΖΕΠ και ΕΖΔ (NATURA 2000) και του «Αισθητικού Δάσους Τιθορέας».

Προτεινόμενη περίοδος: Μάρτιος – Νοέμβριος

Περιγραφή Διαδρομής: Το μονοπάτι που περιγράφεται είναι μέρος του μονοπατιού που οδηγεί στο Σπήλαιο του Οδυσσέα Ανδρούτσου. Αφετηρία του είναι η νότια πλευρά του οικισμού Τιθορέας (Βελίτσα) στα 460m υψόμετρο περίπου. Το μονοπάτι γενικά έχει Ν-ΝΔ προσανατολισμό και περιστοιχίζεται από επιβλητικούς ασβεστολιθικούς – καρστικούς σχηματισμούς και διάσπαρτες μικρές σπηλιές.

Περπατάμε στην Ευμεσογειακή – Παραμεσογειακή Ζώνη Βλάστησης του Παρνασσού ανάμεσα σε είδη φυτών χαρακτηριστικά της γκαρίγκ βλάστησης (φρύγανα και αραιοί ή πυκνότεροι ασυνεχείς θαμνώνες). Σε 600m περίπου φτάνουμε στο όριο της μακίας βλάστησης που χαρακτηρίζεται από πυκνότερους και μεγαλύτερους θαμνώνες, όπως Juniperus oxycedrus (οξύκεδρος), Quercus coccifera (πουρνάρι), Phyllirea latifolia (φιλίκι).

Ακολουθούμε το μονοπάτι για ακόμα 200m περίπου, μέχρι να φτάσουμε στο μικρό ξωκκλήσι του Αγίου Γεωργίου, ανάμεσα στο ξέφωτο μιας συστάδας χνοωδών δρυών (Quercus pubescens). Ανάλογα και με την εποχή επίσκεψης, στο μονοπάτι μας συντροφεύουν διαφορετικά ποώδη φυτά, αλλά και αρωματικά και φαρμακευτικά βότανα.



Οικισμός Βελίτσα - Τιροθέας



Ασβεστολιθικοί Σχηματισμοί & διάσπαρτες σπηλιές



Μονοπάτι διαδρομής Αραιή βλάστιση



Πυκνότερη βλάστιση



600μ. πυκνή βλάστιση



Ξωκκλήσι Αγ. Γεωργίου

460μ. 800μ. 600μ.

ΤΙΘΟΡΕΑ-ΑΓ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ

ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι προκλήσεις που έχουν να αντιμετωπίσουν οι συμμετέχοντες είναι περισσότερο δοκιμασίες προσανατολισμού στον χώρο σε συνδυασμό με ψηφιακές δεξιότητες του 21ου αιώνα. Παράλληλα, πειραματίζονται με την αισθητική τοπίου και με τις αισθήσεις τους, τοποθετούνται σχετικά με σημεία ενδιαφέροντος και εργάζονται σε ομάδες και ατομικά με χρονικούς περιορισμούς και σχετικό δοκιμασίες ταχύτητας απόδοσης, μαθηματικών υπολογισμών και εφευρετικότητας.

ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΗ ΠΡΟΣΤΙΘΕΜΕΝΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΑΞΙΑ

Οι συμμετέχοντες όσα περισσότερα φύλλα εργασίας ολοκληρώσουν τόσες περισσότερες νέες ψηφιακές δεξιότητες θα κατακτήσουν.

Θα ενημερωθούν για διάφορα διαθέσιμα λογισμικά ανοικτής πρόσβασης και θα πειραματισθούν με τα πεδία και το φάσμα εφαρμογής τους. Δύναται η εξάσκηση δεξιοτήτων να γίνει τμηματικά σε διαφορετικές μέρες και σημεία εντός του ίδιου ή άλλου εθνικού πάρκου. Με άλλα λόγια τα φύλλα εργασίας που προτείνονται δύναται να προσαρμοσθούν και σε άλλα μονοπάτια.

Για την υλοποίηση των περισσότερων προτεινόμενων δραστηριοτήτων είναι απαραίτητη η χρήση smartphone και η σύνδεση στο διαδίκτυο για αξιοποίηση δεδομένων GPS.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΠΟΝΔΥΛΟΕΙΔΟΥΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ

Εδώ αναφέρεται πώς συνδέονται οι σπόνδυλοι/ σταθμοί μεταξύ τους (παιχνίδι θησαυρού, παζλ μίας ευρύτερης εικόνας/ αντίληψης, πολυθεματική προσέγγιση του ίδιου αντικειμένου ή άλλο)

4.Α2.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1

Εξοικείωση με εφαρμογές γεωπληροφορικής

Σκοπός: Εξοικείωση εφαρμογές γεωπληροφορικής, μέσων κοινωνικής δικτύωσης, κριτική σκέψη και δημιουργικότητα. Εστιασμός στις αισθήσεις της αφής, της όρασης και της όσφρησης

Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30

Διάρκεια: 15 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 **4** 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 **7**
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 **3** 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 **3** 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 **3** 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 **3** 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 **4** 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 **3** 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 **3** 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** **1** 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 **5** 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 **7**
- **Ρομποτική:** **1** 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Εξοπλισμός: Smartphone & πρόσβαση στο διαδίκτυο. Ένα σημειωματάριο και στυλό ή μολύβι.

Ελάχιστος Αριθμός Ατόμων: 2+

Δραστηριότητα: Προτού ξεκινήσεις κατέβασε τις ακόλουθες εφαρμογές στο κινητό σου:
Μετρητής χιλιομέτρων Kmh counter: https://tinyurl.com/cud4dr4c
Και κάμερα που σκανάρει τις συντεταγμένες σημείου:
GPS Camera Light: https://tinyurl.com/2p8bfzkk

Ποια είναι η πρώτη σου αποστολή;

Κάθε 300 μέτρα σταματάς και βγάζεις μία φωτογραφία. Υπολόγισε ότι κάθε δεκατέσσερα βήματα περίπου αντιστοιχούν σε 10 μέτρα.

Εσύ... πόσα βήματα χρειάζεσαι για να διανύσεις 10 μέτρα;

Πρέπει να διανύσεις ενάμισυ χιλιόμετρο. Κάθε 300 μέτρα θα κάνουμε μία στάση και θα έχουμε μία δοκιμασία. Καθώς προχωράς από τη μία στάση στην άλλη, παρατήρησε ζώα ή πουλιά που θα συναντήσεις και προσπάθησε να τα φωτογραφήσεις πριν χαθούν από το οπτικό σου πεδίο. Προσπάθησε να παρατηρήσεις το τοπίο, αξιοποιώντας και τις 5 αισθήσεις (όραση, ακοή, όσφρηση, γεύση, αφή).

Στον πρώτο σταθμό, αφού συμβουλευθείς τον χιλιομετρογράφο σου και επιβεβαιώσεις ότι διένυσες τα πρώτα 300 μέτρα χρησιμοποίησε την εφαρμογή φωτογράφησης για να βρεις τις συντεταγμένες σου. Φωτογράφησε ένα σημείο δικού σου ενδιαφέροντος ως selfie βάζοντας ένα σημείο του σώματός σου μέσα στη φωτογραφία.

Έτσι κατοχυρώνεις αυτόματα και τα πνευματικά σου δικαιώματα, καθώς η φώτο έχει εσένα. Τη στέλνεις σε ένα αγαπημένο σου πρόσωπο μέσω Instagram, facebook, twitter ή άλλο και την αποθηκεύεις γιατί θα σου χρειαστεί σε μία από τις επόμενες ασκήσεις μας.

Ανέβασε τη φωτογραφία με το όνομά σου στην ομάδα facebook:
https://www.facebook.com/groups/dhianatura

Μόλις τελείωσε η πρώτη σου αποστολή. Έχεις ήδη μάθει να χρησιμοποιείς δύο πολύ χρήσιμες ψηφιακές εφαρμογές, έχεις συνειδητοποιήσει καλύτερα το μήκος των διασκελισμών σου καθώς και τον ρυθμό βαδίσματός σου.

Παράλληλα, μόλις άρχισες να δημιουργείς τις πρώτες σου αναμνήσεις με το φωτογραφικό άλμπουμ που ξεκίνησες να στήνεις, το οποίο μοιράζεσαι με άλλα άτομα που περάσανε ή επιθυμούν να περάσουν από το συγκεκριμένο μονοπάτι.



Πόσα like θα πάρει άραγε η φωτογραφία σου;

Είναι τόσο δελεαστική ώστε να πεισθεί κάποιος να επισκεφθεί και να διασχίσει το ίδιο μονοπάτι;

Αναστοχασμός - Διάλογοι: Σύγκρινε με κάποιον από την παρέα τις διαφορές σας στον αριθμό βημάτων, και στην επιλογή σημείου ενδιαφέροντος που φωτογράφησε καθένας από εσάς.

Συζητήστε για τις διαφορές και ομοιότητες που είχατε στην πρώτη αυτή δοκιμασία Ακολούθως, είμαστε έτοιμοι για τη δεύτερη αποστολή!



4.Α2.2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2

Εξοικείωση με εφαρμογές γεωπληροφορικής

Σκοπός: Εξοικείωση εφαρμογές γεωπληροφορικής, μέσων κοινωνικής δικτύωσης, κριτική σκέψη και δημιουργικότητα. Εστιασμός στις αισθήσεις της αφής, της όρασης και της όσφρησης

Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30

Διάρκεια: 15 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 3

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	**4**	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	**5**	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	**3**	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	**6**	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	**7**
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	**6**	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	**3**	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	**5**	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	**2**	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	**1**	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	**5**	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	**7**
• **Ρομποτική:**	**1**	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Εξοπλισμός: Smartphone & πρόσβαση στο διαδίκτυο. Ένα σημειωματάριο και στυλό ή μολύβι.

Ελάχιστος Αριθμός Ατόμων: 4+

Δραστηριότητα: Για το παιχνίδι αυτό θα έχεις κατεβάσει τις ακόλουθες εφαρμογές στο smartphone: **GPS Camera Light:** https://tinyurl.com/2p8bfzkk

Map Coordinates:
https://tinyurl.com/yc4fm35c

Καθώς προχωράς από τον σταθμό 2 προς τον σταθμό 3, που έχουν διαφορά μεταξύ τους 300 μέτρα, επιλέγεις να φωτογραφήσεις ένα συγκεκριμένο σημείο με την εφαρμογή GPS Camera Light.

Στη φωτογραφία αυτή, κάτω στη βάση της φωτογραφίας υπάρχουν οι συντεταγμένες του σημείου που πήρες τη φωτογραφία και συγκεκριμένα οι τιμές:
-latitude
-longitude

Μόλις φτάσεις στον σταθμό 3, που είναι 900 μέτρα μακριά από το σημείο αφετηρίας (συμβουλέψου τον μετρητή χιλιομέτρων), επιλέγεις έναν από την ομάδα σου και του αποστέλλεις τη φωτογραφία με τις συντεταγμένες.

Παράλληλα, λαμβάνεις κι εσύ από κάποιον άλλο ένα μήνυμα με μία φωτογραφία. Εάν κάποιος λάβει πάνω από μία φωτογραφία με διαφορετικές συντεταγμένες, επιλέγει ποιες συντεταγμένες θα προσπαθήσει να εντοπίσει.

Εάν κάποιος δε λάβει καμία συντεταγμένη, γίνεται αυτόματα βοηθός, και επιλέγει να βοηθήσει κάποιον από αυτούς που έλαβαν συντεταγμένες, ή του δίνονται συντεταγμένες από μέλος της ομάδας που έχει λάβει περισσότερες από μία φωτογραφίες.

Επιτρέπονται οι συμμαχίες, δηλαδή η συνεργασία δύο ή τριών ατόμων που συνεργάζονται για να βρουν τις συντεταγμένες των φωτογραφιών που έχουν.

Αφού εντοπίσεις τις συντεταγμένες χρησιμοποιώντας την εφαρμογή MAP Coordinates της φωτογραφίας που σου εστάλη, προσπαθείς να βγάλεις ακριβώς το ίδιο σημείο που απεικονίζεται στη φωτογραφία με τις συντεταγμένες. Κατόπιν, αποστέλλεις τη δική σου φωτογραφία στο άτομο που σου είχε στείλει αρχικά τη φωτογραφία με τις συντεταγμένες, το οποίο άτομο θα επιβεβαιώσει για το ορθό της φωτογραφίας. Εάν είναι σωστή, τα κατάφερες.

Εάν ΕΙΣΑΙ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΠΙΟ ΓΡΗΓΟΡΟΥΣ που εντόπισαν τις συντεταγμένες, θα ηγηθείς μίας ομάδας σε επόμενη αποστολή που αφορά κυνήγι του θησαυρού!

4.Α2.3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3

Εξοικείωση με εργαλεία πυξίδας & υψομέτρου

Σκοπός: Εξοικείωση με τα εργαλεία της πυξίδας και ανίχνευσης του υψομέτρου. Ικανότητα υπολογισμού υψομέτρου και προσανατολισμού στον χώρο.

Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30

Διάρκεια: 15 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 3

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Εξοπλισμός: Smartphone & πρόσβαση στο διαδίκτυο. Ένα σημειωματάριο και στυλό ή μολύβι.

Ελάχιστος Αριθμός Ατόμων: 2+

Δραστηριότητα: Για το παιχνίδι αυτό θα έχεις κατεβάσει τις ακόλουθες εφαρμογές στο smartphone:

Altimeter: https://tinyurl.com/33ada2vc

Compass: https://tinyurl.com/4kedtn64

Διαλέγεις ένα άτομο για ζευγάρι και αρχίζετε να πειραματίζεστε με τις εφαρμογές. Κάθε δέκα βήματα σταματάτε και παρατηρείτε τις αλλαγές που συμβαίνουν στον δείκτη της πυξίδας και στον δείκτη του υψομέτρου.

Σταδιακά, μετά από τις πρώτες τρεις προσπάθειες, προσπαθείτε να μαντέψετε μόνοι σας τις αλλαγές στους δείκτες της πυξίδας και του υψομέτρου.

Αυτός που θα έχει τις περισσότερες ευστοχίες και θα μαντεύει πιο σωστά θα είναι ο βοηθός του αρχηγού στο κυνήγι του θησαυρού που υπάρχει στο φύλλο 5.



4.Α2.4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4

Χαρτογράφηση Μονοπατιού

Σκοπός: Η Χαρτογράφηση ενός μονοπατιού.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
Εξοπλισμός: Smartphone & πρόσβαση στο διαδίκτυο.

Ελάχιστος Αριθμός Ατόμων: 2+

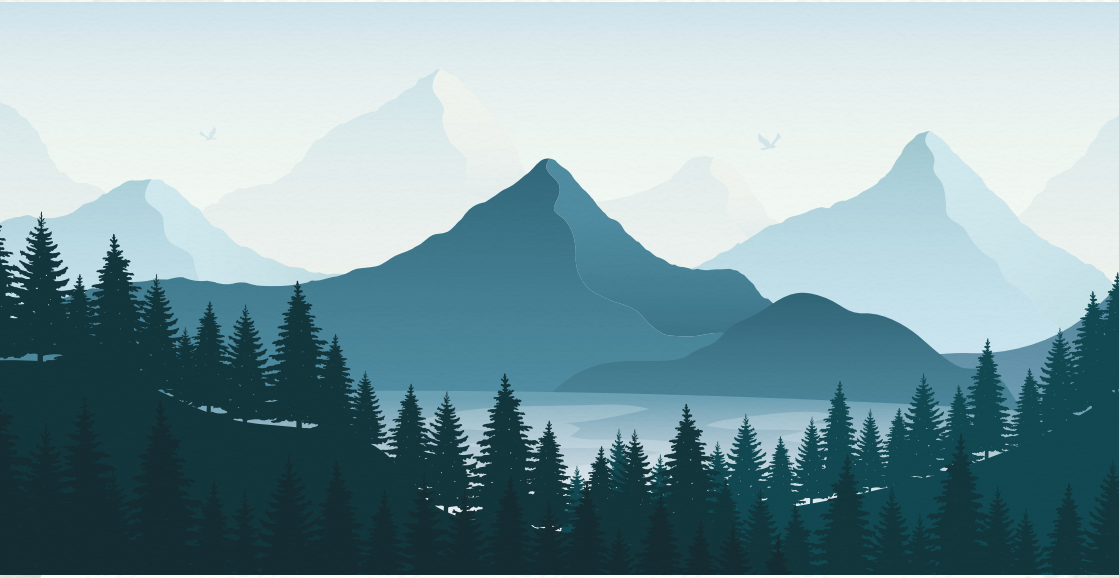
Δραστηριότητα: Για το παιχνίδι αυτό θα έχεις κατεβάσει την ακόλουθη εφαρμογή στο smartphone:
Wikiloc https://el.wikiloc.com/

Χωρίζεστε σε τριάδες. Πειραματίζεστε με την εφαρμογή. Πρόκειται για μία εφαρμογή που σου δίνει τη δυνατότητα να δημιουργήσεις και να ονομάσεις ένα δικό σου μοναδικό μονοπάτι, μία μοναδική διαδρομή.

Η ομάδα σου θα πρέπει να δημιουργήσει έναν χάρτη.
Αφού ανοίξεις την εφαρμογή, κάτω στη βάση του κινητού:

1. Πατάς πάνω στην ετικέτα “**Record Trail**”.
2. Κατόπιν, στο νέο παράθυρο που βρίσκεσαι κλικάρεις μία φορά πάνω στην ετικέτα “**Start Recording**”
3. Τώρα καταγράφεται η διαδρομή σου. Όποτε επιθυμείς κλικάρεις πάνω σε έναν κόκκινο κύβο που συνήθως βρίσκεται στο μέσο τη οθόνης του κινητού και στα αριστερά. **Αφού το πατήσεις σταματά η καταγραφή**.
4. Έπειτα, σου δίνεται η δυνατότητα ονομασίας της διαδρομής που κατέγραψες.
5. Στο τέλος σου προτείνει να αποθηκεύσεις το αρχείο.

Μόλις έχεις δημιουργήσει έναν χάρτη μαζί με την παρέα σου. Εξαιρετικά!



4.Α2.5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5

Χαρτογράφηση Μονοπατιού

Σκοπός: Αξιοποίηση των δεδομένων από τα προηγούμενα φύλλα εργασίας και εξάσκηση των κατεκτημένων ψηφιακών δεξιοτήτων. Δεξιοτήτων προσανατολισμού στον χώρο και δεξιοτήτων του νου. Ανάπτυξη όλων των βασικών δεξιοτήτων του 21ιου αιώνα (επικοινωνία, συνεργασία, κριτική σκέψη, δημιουργικότητα, ψηφιακή μάθηση και παραγωγική μάθηση).
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 3

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ
Εξοπλισμός: Smartphone & πρόσβαση στο διαδίκτυο.

Ελάχιστος Αριθμός Ατόμων: 6+

Δραστηριότητα: Για το παιχνίδι αυτό θα χρειαστείς όλες τις εφαρμογές που χρησιμοποιήσαμε στα προηγούμενα φύλλα εργασίας στο smartphone.

Χωρίζεστε σε τριάδες ή διατηρείτε τις ίδιες τριάδες που είχατε δημιουργήσει στο φύλλο εργασίας #04.

Κατόπιν μελετάτε τον χάρτη που είχατε δημιουργήσει και τον ξαναπερπατάτε, τοποθετώντας όμως αυτή τη φορά σε ένα ευδιάκριτο σημείο με συγκεκριμένη ταυτότητα και σε ασφαλές σημείο, ένα χαρτί που θα αναγράφει ότι βρέθηκε ο θησαυρός. Ο χάρτης έχει αρχή μέση και τέλος.

Το ίδιο κάνουν και οι άλλες τριάδες τοποθετώντας σε κάποιο κρυφό αλλά όχι πολύ δύσκολο μέρος παρόμοιο χαρτί.

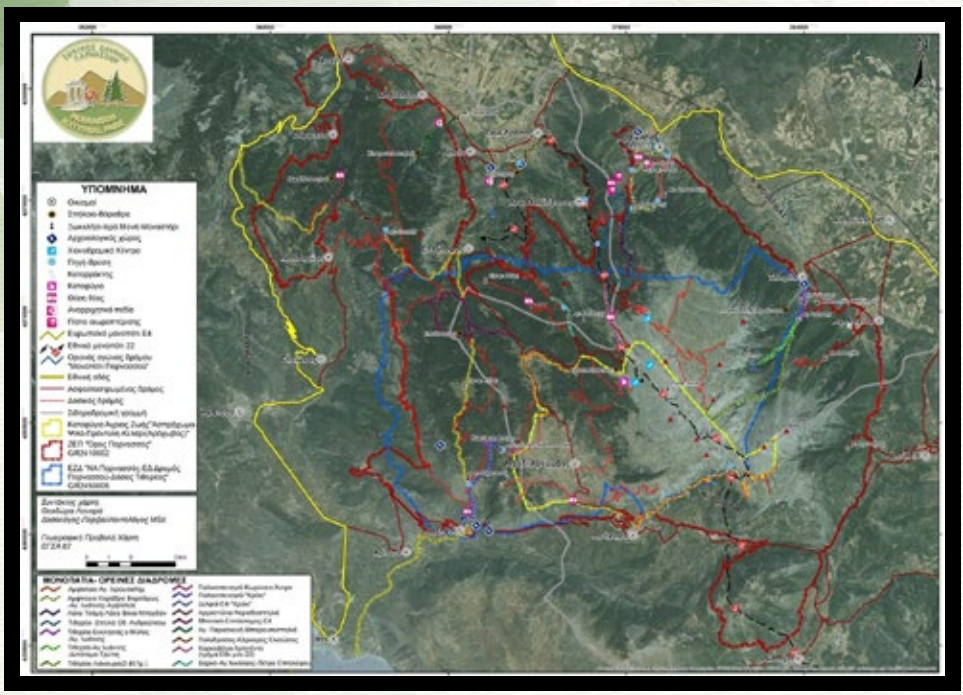
Κατόπιν κάθε τριάδα αποστέλλει μέσω wikiloc τον χάρτη της σε μία άλλη ομάδα, όπως θα οριστεί από σχετική κλήρωση που θα οργανώσει ένα από τα μέλη της ομάδας σας ή ο συντονιστής/ συνοδός της ομάδας σας.

Κάθε ομάδα έναν αρχηγό και έναν βοηθό. Κάθε ομάδα μπορεί να αποτελείται από 3 έως και πέντε άτομα.

Όποια ομάδα βρει πρώτη τον θησαυρό και επιστρέψει στο τερματικό σημείο του μονοπατιού «Τιθορέα – Άη Γιώργης» είναι η πρωταθλήτρια ομάδα.



ΧΑΡΤΕΣ ΠΑΡΝΑΣΣΟΥ



Υπόμνημα χάρτη Παρνασσού



Οικισμός Βελίτσα - Τιροθέας

Ασβεστολιθικοί Σχηματισμοί & διάσπαρτες σπηλιές

Μονοπάτι διαδρομής Αραιή βλάστιση



Πυκνότερη βλάστιση

600μ. πυκνή βλάστιση

Ξωκκλήσι Αγ. Γεωργίου

460μ. 800μ. 600μ.

ΤΙΘΟΡΕΑ-ΑΓ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ



Ξωκκλήσι Παλαιοπαναγιάς, σε υψόμετρο 1142μ.



Περίπατος κατά μήκος του δασικού δρόμου του Εθνικού πάρκου Παρνασσού



Σηματοσοδημένο μονοπάτι, περίπατος ανάμεσα σε πουρνάρια και οξύκεδρους



Είσοδος Σπηλαίου “Πανός”



Λιβάδι Αράχωβας



Κόλπος Ιτέας

1142μ. **1166μ.** **1340μ.**

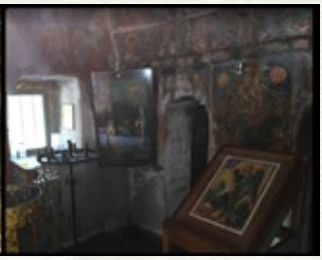
ΠΑΛΑΙΟΠΑΝΑΓΙΑ-ΚΩΡΥΚΕΙΟ ΑΝΤΡΟ



Έναρξη πεζοπορίας



Ξωκκλήσι Αγ. Ιωάννη



Εσωτερικό εκκλησίας



Δασικό τοπίο Ελάτων



Προσκοπικό κέντρο

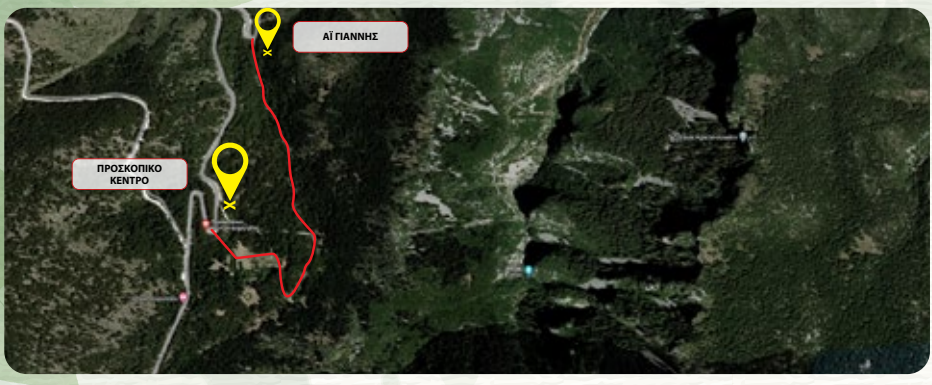


Αύλειος χώρος προσκοπικού κέντρου

910μ. **990μ.** **1009μ.**

ΑΗ ΓΙΑΝΝΗΣ-ΠΡΟΣΚΟΠΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

4.Α3. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΤΟΥ ΑΪ ΓΙΑΝΝΗ



ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΑΪ ΓΙΑΝΝΗ - ΠΡΟΣΚΟΠΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

Το μονοπάτι του Αϊ Γιάννη είναι μια όμορφη και εύκολη διαδρομή μέσα σε πλούσια βλάστηση, κυρίως πεύκων, κάποιων φυλλοβόλων δέντρων και αρωματικών φυτών (εξαρτάται από την εποχή), με εύκολη πρόσβαση από τον δρόμο. Η διαδρομή είναι πλούσια σε οπτικά, απτικά, ακουστικά και οσφρητικά ερεθίσματα. Τέσσερις διαμορφωμένες άδενδρες εκτάσεις βρίσκονται προς το τέλος του μονοπατιού, στη μια εκ των οποίων βρίσκεται ένα προσκοπικό κέντρο.

Αυτό το μονοπάτι ενδείκνυται για άτομα με διαταραχές ακοής και με διαταραχές όρασης, με μέτρια φυσική κατάσταση, ηλικίας 15-30 ετών.

Η διαδρομή καθώς και οι τέσσερις άδενδρες εκτάσεις, είναι κοντά σε έναν οικισμό που εξυπηρετεί σημαντικά για ανεφοδιασμό. Προτείνεται η ομάδα να συνοδεύεται από εξειδικευμένο Σαμαρίτη ή Διασώστη ή εξειδικευμένους εθελοντές πολιτικής προστασίας για την ασφάλεια των συμμετεχόντων. Δύναται να γίνουν προσαρμογές, στη διαδρομή, στις δραστηριότητες, στη χρονική διάρκεια κτλ, και για άλλες ευπαθείς ομάδες.

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

Μονοπάτι: Αϊ Γιάννης – Προσκοπικό Κέντρο



ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΑΪ ΓΙΑΝΝΗ - ΠΡΟΣΚΟΠΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

Χαρακτηριστικά Διαδρομής

Μήκος μονοπατιού: 1,2km
Υψόμετρα:
Αρχή 910 m
Μέση 990 m
Τέλος 1009 m
Βλάστηση: Abies cephalonica (κεφαλληνιακή ελάτη), Pinus nigra (μαύρη πεύκη), Juniperus oxycedrus (οξύκεδρος
Βαθμός δυσκολίας: Εύκολο
Χαρακτηριστικά: Φυσικό περιβάλλον σε συνδυασμό με την ιδιαίτερη γεωμορφολογία της περιοχής εντός Προστατευόμενης Περιοχής ΖΕΠ (NATURA 2000)
Προτεινόμενη περίοδος: Μάρτιος – Νοέμβριος

Περιγραφή Διαδρομής: Αφετηρία του μονοπατιού είναι η κορυφή του δεύτερου «πετάλου» του επαρχιακού δρόμου -σε υψόμετρο 910m περίπου- το οποίο συναντάμε σε απόσταση 1,5km περίπου, ακολουθώντας τον επαρχιακό δρόμο που συνδέει την έδρα του Φορέα Διαχείρισης Εθνικού Πάρκου Παρνασσού (Παλαιές Κατασκηνώσεις Αμφίκλειας) με τις κορυφές του Παρνασσού και το Χιονοδρομικό Κέντρο. Το μονοπάτι βρίσκεται στη «Δασική Ζώνη Ελάτης», είναι εύκολο με Ν-ΝΔ προσανατολισμό και αρκετά μικρή κλίση.





910μ. 990μ. 1009μ.

ΑΗ ΓΙΑΝΝΗΣ-ΠΡΟΣΚΟΠΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ

Μεγαλοπρεπείς εκπρόσωποι των πεύκων, τα εντυπωσιακά μαύρα πεύκα (Pinus nigra) - τα οποία συνιστούν τύπους οικοτόπων προτεραιότητας- προϋπαντούν τον επισκέπτη και προσκαλούν να ξεκινήσουν την πεζοπορία. Μετά από περπάτημα περίπου 550m, ανάμεσα σε μαύρη πεύκη (Pinus nigra) και την ελληνική ενδημική κεφαλληνιακή Ελάτη (Abies cephalonica) βρίσκεται η εκκλησία του Αϊ-Γιάννη του Κυνηγού (υψόμετρο 990m περίπου). Πρόκειται για κτίσμα του 12ου μ.Χ. αιώνα, το οποίο διαθέτει σπάνιες και ενδιαφέρουσες τοιχογραφίες λαϊκής τέχνης.

Ο μεταβυζαντινός ναΐσκος περιβάλλεται από μαύρη πεύκη (Pinus nigra), κεφαλληνιακή ελάτη (Abies cephalonica), οξύκεδρα (Juniperus oxycedrus), αλλά και από λίγα φυλλοβόλα δένδρα, όπως καρυδιές (Juglans regia) φυτεμένα στον περίβολό του. Ανάλογα με την εποχή, ο επισκέπτης θα συναντήσει διαφορετικά ποώδη φυτά, αλλά και αρωματικά και φαρμακευτικά βότανα.

Ένας ειδικά διαμορφωμένος χώρος με ξύλινα τραπέζια, μπορεί να χρησιμοποιηθεί για υπαίθριο γεύμα, ενώ η πέτρινη βρύση στον αύλειο χώρο προσφέρει απλόχερα το κρυστάλλινο νερό της. Συνεχίζοντας το μονοπάτι από τον Αϊ-Γιάννη με παρόμοιο προσανατολισμό και κατεύθυνση προς τα δυτικά, μετά από περίπου 360m είναι η είσοδος του Προσκοπικού Κέντρου Περδικόβρυσης, το οποίο άρχισε να διαμορφώνεται από τα τέλη της δεκαετίας του 1950.

ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι συμμετέχοντες αναμένεται να αντιληφθούν και να κατανοήσουν με ευχάριστο και βιωματικό τρόπο τη χλωρίδα και την πανίδα του Πάρκου. Η επαφή με τη φύση, η δυνατότητα καταγραφής των απτικών, οσφρητικών, οπτικών και ακουστικών ερεθισμάτων στις αισθήσεις και στη μνήμη των συμμετεχόντων, η γνωριμία με τη θρησκευτική και συνάμα πολιτισμική κληρονομιά της περιοχής, αποτελούν τα σημαντικότερα, αλλά όχι τα μόνα, πλεονεκτήματα από την επαφή με αυτό το μονοπάτι. Οι κινητικές δραστηριότητες που γίνονται στους τρεις σταθμούς, αναμένουν την αύξηση της ενασχόλησης των συμμετεχόντων με αντίστοιχες ή διαφορετικές κινητικές δραστηριότητες/ αθλήματα με στόχο τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης, της κινητικότητας, της ισορροπίας, της δύναμης κτλ, και κατ' επέκταση τη βελτίωση της Ποιότητας Ζωής.

Με την ολοκλήρωση του εν λόγω μονοπατιού αναμένεται να αναπτυχθεί και η επιχειρηματική διάθεση των συμμετεχόντων, καθώς κάθε σταθμός μπορεί να αποτελέσει το έναυσμα για την αναφορά σε επαγγέλματα, όπως για παράδειγμα του συνοδού βουνού, του περιβαλλοντολόγου, του δασολόγου, του γεωλόγου, του γλύπτη κ.ά. Ως εκ τούτου, θα μπορούσαν οι δραστηριότητες να προσαρμοστούν περαιτέρω στην επιχειρηματική διάσταση, για αυτό και η αξιολόγηση της επιχειρηματικότητας σε κάθε σταθμό είναι πολύ υψηλή.

Επιπλέον, οι μαρτυρίες των επισκεπτών αναμένεται να ενισχύσουν την προσέλευση στο μονοπάτι του Αϊ Γιάννη ατόμων με ή χωρίς αναπηρίες, καθώς παρέχει πολλές δυνατότητες προσαρμογής στην προσπέλασή του και στις δραστηριότητες που μπορούν να γίνουν σε αυτό.

ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΗ ΠΡΟΣΤΙΘΕΜΕΝΗ ΑΞΙΑ

Η ομαδικότητα, η συνεργασία, η αλληλοβοήθεια και η κοινωνικοποίηση, αποτελούν τη βάση για τη γνωριμία με αυτό και κατά συνέπεια για την προσπέλαση του μονοπατιού του Αϊ Γιάννη στον Παρνασσό. Η δυνατότητα της φυσικής δραστηριότητας, της γνωριμίας με τη φύση, τη θρησκεία και τον πολιτισμό του τόπου από όλα τα άτομα, χωρίς τον αποκλεισμό ατόμων με διαταραχές στην ακοή και την όραση, αλλά και ατόμων με άλλες αναπηρίες, αποτελεί τον απώτερο στόχο της δραστηριότητας.

Η ανάπτυξη αυτών των δεξιοτήτων και η συναισθηματικά ανώδυνη μύηση στη διαφοροποιημένη διδασκαλία και τη συμπεριληπτική μάθηση εξυπηρετούν στην ανάπτυξη ενταξιακής κουλτούρας και κοινωνικής συνείδησης. Επίσης, η επαφή με τη χλωρίδα και την πανίδα του τόπου διευκολύνει την ευαισθητοποίηση σε θέματα ενταξιακής εκπαίδευσης, την συνειδητοποίηση της αναγκαιότητας συμπορείας αλλά και του ενεργού ρόλου των πολιτών στη λειτουργία και τη διατήρηση της ισορροπίας του οικοσυστήματος.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΠΟΝΔΥΛΟΕΙΔΟΥΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ

Η γνωριμία των συμμετεχόντων γίνεται στην **Είσοδο του Μονοπατιού** πριν την έναρξη της διαδρομής και είναι καίριας σημασίας για να επιτευχθούν οι στόχοι που έχουν τεθεί.

Ο ¨αρχηγός¨ συνοδός αναφέρεται στην Ιστορία του Εθνικού πάρκου με μια δραστηριότητα που συνδυάζει τον λόγο και την εικόνα (κάρτες) και σε συνδυασμό με τον Τρισδιάστατο Χάρτη προετοιμάζει τους συμμετέχοντες για το μονοπάτι και τους γνωστοποιεί, έπειτα από το πρώτο αίνιγμα που κλήθηκαν να λύσουν, ότι μέρος της Ξενάγησης είναι η Εκκλησία του Αϊ Γιάννη.



Μετά τον **2ο σταθμό** και την ξενάγηση στην Εκκλησία του Αϊ Γιάννη, τους δίνεται το δεύτερο αίνιγμα το οποίο τους οδηγεί στον **3ο σταθμό**, που είναι η πρώτη άδενδρη έκταση. Εκεί μαθαίνουν για την Πανίδα του Εθνικού πάρκου και πραγματοποιούν την πρώτη Κινητική τους Δραστηριότητα που έχει στόχο τη βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, του συντονισμού των κινήσεων και της ομαδικότητας.

Έπειτα λύνουν το τρίτο αίνιγμα το οποίο τους οδηγεί στον **4ο σταθμό** και στη δεύτερη άδενδρη έκταση. Μετά από την ενημέρωση για τον Κύκλο της Ζωής στη χλωρίδα και στην πανίδα του Εθνικού πάρκου, οι συμμετέχοντες παίρνουν μέρος στη δεύτερη Κινητική τους Δραστηριότητα που έχει στόχο τη βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, της αλτικότητας, του συντονισμού, της δύναμης των κάτω άκρων, της ετοιμότητας, της ταχύτητας, της ομαδικότητας και της συνεργασίας των συμμετεχόντων.

Λύνοντας το τελευταίο αίνιγμα, οδηγούνται στον **5ο σταθμό** και στην τρίτη άδενδρη έκταση. Οι συμμετέχοντες ενημερώνονται για τη νόμιμη και την παράνομη Υλοτομία και στη συνέχεια όλοι μαζί συμμετέχουν στην τρίτη Κινητική τους Δραστηριότητα που στοχεύει στη βελτίωση της δύναμης, της ισορροπίας και της ομαδικότητας.

Πριν αναχωρήσουν, ζητείται από τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τα συναισθήματά τους, να περιγράψουν την εμπειρία τους και να αναφέρει ο κάθε ένας δυο πράγματα που μύρισε/ αισθάνθηκε/ είδε/ άκουσε και του έκαναν τη μεγαλύτερη εντύπωση.

Κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας στο μονοπάτι και ανάμεσα στους σταθμούς, οι συμμετέχοντες μπορούν να αγγίζουν και να μυρίζουν τη βλάστηση που υπάρχει ανάλογα με την εποχή. Ο "αρχηγός" συνοδός κάνει όσες στάσεις θεωρεί απαραίτητες για να τονίσει κάποια δέντρα ή φυτά ή ζώα του Εθνικού Πάρκου, αφήνοντας την ελευθερία και τον χρόνο στους συμμετέχοντες να αυξήσουν τις αισθήσεις τους (αφή, όσφρηση, όραση, ακοή).

Είναι σημαντικό να δίνεται μεγάλη προσοχή από τους συνοδούς κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας αλλά κυρίως κατά τη διάρκεια των κινητικών δραστηριοτήτων για την αποφυγή τραυματισμών.

Τέλος, είναι χρήσιμη η δημιουργία μιας κλειστής ομάδας (π.χ. μέσω viber ή facebook) η οποία θα δώσει τη δυνατότητα για περαιτέρω επικοινωνία μεταξύ των συμμετεχόντων και την σε βάθος χρόνου ανατροφοδότηση από τη διαδρομή του μονοπατιού του Αϊ Γιάννη που μοιράστηκαν και την ανυπομονησία για τη γνωριμία και την ολοκλήρωση καινούριων μονοπατιών.

4.Α3.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1

Είσοδος Μονοπατιού

Σκοπός: [α] Γνωριμία με την ιστορία του Εθνικού Πάρκου.
[β] Γνωριμία των μελών των ομάδων μεταξύ τους.
[γ] Ενεργοποίηση της αίσθησης, της αφής και των δεξιοτήτων του νού.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής & όρασης (με συνοδό).
Διάρκεια: 20 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ΟΥ ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Ο πρώτος σταθμός είναι ακριβώς μπροστά στην είσοδο του μονοπατιού. Στόχος στον σταθμό αυτό είναι η γνωριμία με την Ιστορία του Εθνικού πάρκου, η γνωριμία των μελών των ομάδων μεταξύ τους και η ενεργοποίηση της αίσθησης της αφής και των δεξιοτήτων του νου από το σύνολο των συμμετεχόντων. Η συνολική διάρκεια υπολογίζεται στα 20 λεπτά.

4.Α3.1α. Ιστορία του Εθνικού πάρκου [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για την ιστορία του Εθνικού πάρκου - έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων, κατά αναλογία σε ήχο και εικόνα]

Ο ¨αρχηγός¨ συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στην ιστορία του Εθνικού πάρκου και ταυτόχρονα δείχνει τις ανάλογες κάρτες με εικόνες από τον Δρυμό. Εναλλακτικά, η ιστορία του Εθνικού πάρκου μπορεί να έχει σταλεί, κατά αναλογία σε ήχο και εικόνα, εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου της ιστορίας του Εθνικού πάρκου.

4.Α3.1β. Γνωριμία Συμμετεχόντων [5΄]: Άτομα με διαταραχή ακοής και Άτομα με διαταραχή όρασης - Καρτελάκι με όνομα γραμμένο και με Braille [ανάγνωση και χειλανάγνωση]

Έχουν δημιουργηθεί καρτελάκια με τα ονόματα του κάθε συμμετέχοντα με γράμματα της ελληνικής αλφαβήτου και της γραφής Braille. Μοιράζονται στους συμμετέχοντες και δημιουργούνται ζεύγη, ενός ατόμου με διαταραχή ακοής και ενός ατόμου με διαταραχή όρασης, με σκοπό τη γνωριμία μεταξύ τους. Οι συνοδοί λειτουργούν βοηθητικά στη γνωριμία.

4.Α3.1γ. Ανάγλυφος Χάρτης [5΄]: Γνωριμία με τον Χάρτη των Τρισδιάστων Εικόνων

Δίνεται στους συμμετέχοντες ένας τρισδιάστατος χάρτης με το μονοπάτι και τους τέσσερις σταθμούς με τρισδιάστατες εικόνες: εκκλησία, νυχτερίδα, κύκλος, τσεκούρι. Ο χάρτης δίνει τη δυνατότητα να αντιληφθούν μέσω της αφής τη διαδρομή που θα ακολουθήσουν και δημιουργεί τη βάση σχετικά με τα στοιχεία που θα τους δίνονται και τις λύσεις που θα πρέπει να βρίσκουν στα αινίγματα για να φτάσουν στον επόμενο σταθμό.



4.Α3.1δ. Πρώτο Στοιχείο [5΄]: Ενεργοποίηση της Αφής και των Δεξιοτήτων του Νου

Ο ¨αρχηγός¨ συνοδός έχει ετοιμάσει τον τρισδιάστο χάρτη, τις κάρτες με τις εικόνες και τους ήχους που θα χρησιμοποιηθούν ως στοιχεία ή χρησιμοποιούν τα αρχεία που τους έχουν σταλεί με email. Οι συμμετέχοντες συζητήσουν, με τη βοήθεια συνοδού, ανά ζευγάρια (ένα άτομο με διαταραχή ακοής και ένα άτομο με διαταραχή όρασης) το σημείο του χάρτη το οποίο θεωρούν ότι αντιστοιχεί στον ήχο και στην εικόνα της καμπάνας(μέρος της συνολικής εικόνας) που τους δίνεται καθώς αυτό θα είναι το επόμενο σημείο στη διαδρομή. Βοηθητικά τους δίνεται το παρακάτω αίνιγμα «Την καμπάνα μου χτυπώ και τον κόσμο μου καλώ». Μόλις έρθουν σε κοινή απάντηση, την λένε στον ¨αρχηγό¨ συνοδό την και όταν απαντήσουν όλα τα ζευγάρια, δίνονται οι βασικές πληροφορίες για τον επόμενο σταθμό.



⠅⠁⠍⠏⠁⠝⠁

ΚΑΜΠΑΝΑ

4.Α3.2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2

Αύλειος χώρος της Εκκλησίας του Αϊ Γιάννη

Σκοπός: [α] Γνωριμία με την ιστορία Ιστορία της Εκκλησίας του Αϊ Γιάννη - Βιωματική προσέγγιση και ανακαλυπτική μάθηση (εκκλησία, αύλειος χώρος) και [β] Ενεργοποίηση της αίσθησης της Αφής και των Δεξιοτήτων του Νου.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής & όρασης (με συνοδό).
Διάρκεια: 20 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ΟΥ ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σύνδεση με τον προηγούμενο σταθμό

Στον προηγούμενο σταθμό έγινε η προετοιμασία αυτού του σταθμού και οι συμμετέχοντες γνωρίζουν ήδη ότι πρόκειται να επισκεφτούν το εκκλησάκι του Αϊ Γιάννη, καθώς είδαν/ ψηλάφισαν την εκκλησία επάνω στον χάρτη, γνωρίζουν ότι μέρος της διαδρομής και επόμενος προορισμός είναι το εκκλησάκι.

4.Α3.2α. Στον Αύλειο χώρο της Εκκλησίας [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για την ιστορία της εκκλησίας του Αϊ Γιάννη - έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων, κατά αναλογία σε ήχο και εικόνα]

Φτάνοντας στον αύλειο χώρο της εκκλησίας του Αϊ Γιάννη, ο ¨αρχηγός¨ συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στην ιστορία της εκκλησίας και ταυτόχρονα δείχνει τις ανάλογες κάρτες με εικόνες.

Εναλλακτικά, η ιστορία της εκκλησίας μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, κατά αναλογία σε ήχο και εικόνα, στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου της ιστορίας της εκκλησίας.

4.Α3.2β. Στην Εκκλησία του Αϊ Γιάννη [10΄]: Είσοδος στην Εκκλησία

Οι συμμετέχοντες μπαίνουν στο εκκλησάκι του Αϊ Γιάννη και τους δίνεται χρόνος για να επεξεργαστούν τις τοιχογραφίες και οτιδήποτε άλλο υπάρχει μέσα στο εκκλησάκι.

4.Α3.2γ. Δεύτερο Στοιχείο [5΄]: Ενεργοποίηση της Αφής και των Δεξιοτήτων του Νου

Μετά την έξοδο από την εκκλησία, οι συμμετέχοντες κάθονται στο πεζούλι έξω από την εκκλησία και τους δίνεται εκ νέου ο τρισδιάστος χάρτης, οι κάρτες με τις εικόνες και οι ήχοι που θα χρησιμοποιηθούν ως στοιχεία για τον επόμενο σταθμό. Εναλλακτικά οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούν τα αρχεία που τους έχουν σταλεί με email. Ο ¨αρχηγός¨ συνοδός ζητάει από τους συμμετέχοντες να συζητήσουν, με τη βοήθεια ενός συνοδού, ανά ζευγάρια (ένα άτομο με διαταραχή ακοής και ένα άτομο με διαταραχή όρασης) το σημείο του χάρτη το οποίο θεωρούν ότι αντιστοιχεί στον ήχο (της νυχτερίδας) και στην εικόνα (της νυχτερίδας) που τους δίνεται και η απάντηση θα είναι το επόμενο σημείο στη διαδρομή.

Η εικόνα που δίνεται στα άτομα με διαταραχή της ακοής είναι ένα μέρος της συνολικής εικόνας. Βοηθητικά τους δίνεται το παρακάτω αίνιγμα «Με ποντίκι μοιάζει.. όμως πετά! Τρώει τη νύχτα.. έντομα πολλά!». Μόλις έρθουν σε κοινή απάντηση λένε στον ¨αρχηγό¨ συνοδό την απάντηση τους και όταν απαντήσουν όλα τα ζευγάρια τους δίνονται οι βασικές πληροφορίες για τον επόμενο σταθμό.





ΝΥΧΤΕΡΙΔΑ

4.Α3.3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3

Κινητική Δραστηριότητα στην 1η άδενδρη έκταση (σταθμός Νυχτερίδα)

Σκοπός: [α] Γνωριμία με την Πανίδα του Εθνικού πάρκου, [β] Βελτίωση της Κινητικότητας, του Συντονισμού των κινήσεων και της Ισορροπίας, [γ] Ανάπτυξη της Ομαδικότητας και [δ] Ενεργοποίηση της Αφής και των Δεξιοτήτων του Νου.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής & όρασης (με συνοδό).
Διάρκεια: 30 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σύνδεση με τον προηγούμενο σταθμό

Στον προηγούμενο σταθμό έγινε η προετοιμασία αυτού του σταθμού και οι συμμετέχοντες γνωρίζουν ήδη ότι πρόκειται να επισκεφτούν την πρώτη άδενδρη έκταση, καθώς είδαν/ ψηλάφισαν το σημείο επάνω στον χάρτη και έμαθαν ότι μέρος της διαδρομής και επόμενος προορισμός είναι η ανοιχτή έκταση που το σχήμα της μοιάζει με νυχτερίδα.

4.Α3.3α. Γνωριμία με την Πανίδα του Εθνικού πάρκου [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για την πανίδα του Εθνικού πάρκου: έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων, κατά αναλογία σε ήχο και εικόνα]

Φτάνοντας στην πρώτη άδενδρη έκταση, ο ¨αρχηγός¨ συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στην πανίδα του Εθνικού πάρκου (μπορεί να γίνει μεγαλύτερη αναφορά στις νυχτερίδες ή σε ότι άλλο επιλεγεί) και ταυτόχρονα δείχνει τις ανάλογες κάρτες με εικόνες.

Εναλλακτικά, μπορούν να έχουν σταλεί εκ των προτέρων, κατά αναλογία σε ήχο και εικόνα, στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση της πανίδας του Εθνικού πάρκου.

4.Α3.3β. Σαρανταποδαρούσα [20΄]: Ανάπτυξη της Κινητικότητας, του Συντονισμού των κινήσεων, της Ισορροπίας και της Ομαδικότητας

Πρόκειται για μια κινητική δραστηριότητα η οποία έχει ως στόχο τη βελτίωση της κινητικότητας, του συντονισμού, της ισορροπίας και της ομαδικότητας των συμμετεχόντων.

Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε δυο ισάριθμες ομάδες, με ίδια αναλογία ατόμων με διαταραχές ακοής και διαταραχές όρασης σε κάθε ομάδα. Πίσω από τον πρώτο συμμετέχων (άτομο με διαταραχή της ακοής), ο οποίος είναι όρθιος, βρίσκονται και οι άλλοι συμμετέχοντες της ομάδας σε μια ευθεία πυκνή γραμμή και πιάνουν τη μέση του μπροστινού τους με τα δυο τους χέρια. Έτσι όπως βρίσκονται στη σειρά, παριστάνουν τη σαρανταποδαρούσα που θα συναγωνιστεί, στην αργή ταχύτητα, την άλλη ομάδα - σαρανταποδαρούσα.

Ξεκινούν από ένα σημείο που έχει οριστεί ως σημείο εκκίνησης, με σκοπό να φτάσουν στο σημείο που έχει οριστεί ως σημείο τερματισμού, χωρίς να σταματήσουν να κρατιούνται μεταξύ τους. Η διαδρομή της κάθε ομάδας έχει σχεδιαστεί σε σχήμα σαρανταποδαρούσας χρησιμοποιώντας σχοινιά για την οριοθέτηση. Νικήτρια είναι η ομάδα η οποία θα φτάσει πρώτη στο σημείο τερματισμού. Ο συναγωνισμός των δυο ομάδων τελειώνει μόλις μια από τις δυο ομάδες συμπληρώσει 4 νίκες.

4.Α3.3γ. Τρίτο Στοιχείο [5΄]: Ενεργοποίηση της Αφής και των Δεξιοτήτων του Νου

Μόλις ολοκληρωθεί η δραστηριότητα οι συμμετέχοντες κάθονται οκλαδόν στο έδαφος και τους δίνεται εκ νέου ο τρισδιάστος χάρτης, οι κάρτες με τις εικόνες και οι ήχοι που θα χρησιμοποιηθούν ως στοιχεία για τον επόμενο σταθμό. Εναλλακτικά οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούν τα αρχεία που τους έχουν σταλεί με email.

Ο ¨αρχηγός¨ συνοδός ζητάει από τους συμμετέχοντες να συζητήσουν, με τη βοήθεια ενός συνοδού, ανά ζευγάρια (ένα άτομο με διαταραχή ακοής και ένα άτομο με διαταραχή όραση) το σημείο του χάρτη το οποίο θεωρούν ότι αντιστοιχεί στο σχήμα του κύκλου και στην εικόνα (του στεφανιού με τα λουλούδια) που τους δίνεται καθώς θα είναι το επόμενο σημείο στη διαδρομή. Βοηθητικά τους δίνεται το παρακάτω αίνιγμα «Όλα έχουν αρχή και τέλος... αλλά όλα γύρω μας γυρίζουν πάλι στην αρχή!». Μόλις έρθουν σε κοινή απάντηση λένε στον ¨αρχηγό¨ συνοδό την απάντηση τους και όταν απαντήσουν όλα τα ζευγάρια τους δίνονται οι βασικές πληροφορίες για τον επόμενο σταθμό.





ΣΤΕΦΑΝΙ

4.Α3.4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4

Κινητική Δραστηριότητα στην 2η άδενδρη έκταση (σταθμός Κύκλος)

Σκοπός: [α] Γνωριμία με τον Κύκλο Ζωής του Εθνικού πάρκου, [β] Βελτίωση της Κινητικότητας, της Ισορροπίας, της Αλτικότητας, του Συντονισμού των κινήσεων, της Δύναμης των κάτω άκρων, της Ετοιμότητας και της Ταχύτητας [γ] Ανάπτυξη της Ομαδικότητας και της Συνεργασίας και [δ] Ενεργοποίηση της Αφής και των Δεξιοτήτων του Νου.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής & όρασης (με συνοδό).
Διάρκεια: 40 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σύνδεση με τον προηγούμενο σταθμό.

Στον προηγούμενο σταθμό έγινε η προετοιμασία αυτού του σταθμού και οι συμμετέχοντες γνωρίζουν ήδη ότι πρόκειται να επισκεφτούν τη δεύτερη άδενδρη έκταση, καθώς είδαν/ ψηλάφισαν το σημείο επάνω στον χάρτη και έμαθαν ότι μέρος της διαδρομής και επόμενος προορισμός είναι η ανοιχτή έκταση που το σχήμα της μοιάζει με κύκλο.

4.Α3.4α. Αναφορά στον Κύκλο της Ζωής [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για τον Κύκλο της Ζωής στον Δρυμό: έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων, κατά αναλογία σε ήχο και εικόνα]

Φτάνοντας στη δεύτερη άδενδρη έκταση, ο ¨αρχηγός¨ συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στον Κύκλο της Ζωής της χλωρίδας και της πανίδας του Εθνικού πάρκου και ταυτόχρονα δείχνει τις ανάλογες κάρτες με εικόνες. Εναλλακτικά, μπορούν να έχουν σταλεί εκ των προτέρων, κατά αναλογία σε ήχο και εικόνα, στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση του Κύκλου της Ζωής.

4.Α3.4β. Τσουβαλοδρομίες [30΄]: Βελτίωση της Κινητικότητας, της Ισορροπίας, της Αλτικότητας, του Συντονισμού των κινήσεων, της Δύναμης των κάτω άκρων, της Ετοιμότητας και της Ταχύτητας και Ανάπτυξη της Ομαδικότητας και της Συνεργασίας.

Πρόκειται για μια κινητική δραστηριότητα η οποία έχει ως στόχο τη βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, της αλτικότητας, του συντονισμού, της δύναμης των κάτω άκρων, της ετοιμότητας και της ταχύτητας και την ανάπτυξη της ομαδικότητας και της συνεργασίας των συμμετεχόντων.

Δύο συμμετέχοντες με διαταραχές όρασης (1α και 1β) βρίσκονται στην αρχή της διαδρομής, σε απόσταση περίπου τριών μέτρων μεταξύ τους, και δύο συμμετέχοντες με διαταραχές ακοής (2α και 2β) βρίσκονται μετά από 10 μέτρα στο δεύτερο σημείο, σε απόσταση περίπου τριών μέτρων μεταξύ τους. Ο 2α κρατάει ένα ντέφι και ο 2β ένα μικρό τύμπανο.

Μόλις δοθεί το σύνθημα από τον ¨αρχηγό¨ συνοδό, οι 2α και 2β αρχίζουν να χτυπούν τα μουσικά όργανα για να καθοδηγήσουν τους 1α και 1β προς το μέρος τους. Εκείνοι με τη σειρά τους προσπαθούν να κατευθυνθούν προς το μέρος τους ακούγοντας τον ήχο που βγαίνει από το ζευγάρι τους, κάνοντας αναπηδήσεις με το τσουβάλι. Μόλις φτάσουν στο δεύτερο σημείο, σταματούν και παραλαμβάνουν τα μουσικά όργανα, και ξεκινούν τις αναπηδήσεις οι 2α και 2β με στόχο το σημείο τερματισμού, το οποίο βρίσκεται σε απόσταση 40 μέτρων από το δεύτερο σημείο.

Νικητές είναι το ζευγάρι που θα φτάσει πρώτο (2α ή 2β) στο σημείο τερματισμού. Επαναλαμβάνεται η ίδια δραστηριότητα για όλα τα ζευγάρια και οι συνοδοί δίνουν ανατροφοδότηση στα άτομα με τύφλωση σχετικά με την εξέλιξη των ¨αγώνων¨.

4.Α3.4γ. Τέταρτο Στοιχείο [5΄]: Ενεργοποίηση της Αφής και των Δεξιοτήτων του Νου.

Μόλις ολοκληρωθεί η δραστηριότητα οι συμμετέχοντες κάθονται οκλαδόν στο έδαφος και τους δίνεται εκ νέου ο τρισδιάστος χάρτης, οι κάρτες με τις εικόνες και οι ήχοι που θα χρησιμοποιηθούν ως στοιχεία για τον επόμενο σταθμό. Εναλλακτικά οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούν τα αρχεία που τους έχουν σταλεί με email.

Ο ¨αρχηγός¨ συνοδός ζητάει από τους συμμετέχοντες να συζητήσουν, με τη βοήθεια ενός συνοδού, ανά ζευγάρια (ένα άτομο με διαταραχή ακοής και ένα άτομο με διαταραχή όρασης) το σημείο του χάρτη το οποίο θεωρούν ότι αντιστοιχεί στον ήχο (κόψιμο δέντρου με τσεκούρι) και στην εικόνα (τσεκούρι καρφωμένο σε κορμό) που τους δίνεται και αυτό θα είναι το επόμενο σημείο στη διαδρομή.

Η εικόνα που δίνεται στα άτομα με διαταραχή της ακοής είναι ένα μέρος της συνολικής εικόνας. Βοηθητικά τους δίνεται το παρακάτω αίνιγμα «Χτυπώ, χτυπώ και ξαναχτυπώ το δέντρο εγώ.. σαν τον δρυοκολάπτη τον χρωματιστό». Μόλις έρθουν σε κοινή απάντηση λένε στον/στην ¨αρχηγό¨ συνοδό την απάντηση τους και όταν απαντήσουν όλα τα ζευγάρια τους δίνονται οι βασικές πληροφορίες για τον επόμενο σταθμό.





ΤΣΕΚΟΥΡΙ

4.Α3.5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5

Κινητική Δραστηριότητα στην 3η άδενδρη έκταση (σταθμός Τσεκούρι)

Σκοπός: [α] Αναφορά στην Υλοτομία των Δρυμών και των Δασών, [β] Βελτίωση της Δύναμης και της Ισορροπίας, [γ] Ανάπτυξη της Ομαδικότητας και [δ] Ανατροφοδότηση.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής & όρασης (με συνοδό).
Διάρκεια: 50 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Σύνδεση με τον προηγούμενο σταθμό

Στον προηγούμενο σταθμό έγινε η προετοιμασία αυτού του σταθμού και οι συμμετέχοντες γνωρίζουν ήδη ότι πρόκειται να επισκεφτούν την τρίτη άδενδρη έκταση, καθώς είδαν/ ψηλάφισαν το σημείο επάνω στον χάρτη και έμαθαν ότι μέρος της διαδρομής και επόμενος προορισμός είναι η ανοιχτή έκταση που το σχήμα της μοιάζει με τσεκούρι.

4.Α3.5α. Αναφορά στην Υλοτομία [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για την Υλοτομία: έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων, κατά αναλογία σε ήχο και εικόνα]

Φτάνοντας στην τρίτη άδενδρη έκταση, ο ¨αρχηγός¨ συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά για την Υλοτομία στα Εθνικά πάρκα και στα δάση, πότε απαγορεύεται, πότε επιτρέπεται, για ποιους λόγους κτλ, και ταυτόχρονα δείχνει τις ανάλογες κάρτες με εικόνες. Εναλλακτικά, μπορούν να έχουν σταλεί εκ των προτέρων, κατά αναλογία σε ήχο και εικόνα, στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση της Υλοτομίας.

4.Α3.5β. Διελκυστίνδα [20΄]: Βελτίωση της Δύναμης, της Ισορροπίας και Ανάπτυξη της Ομαδικότητας

Πρόκειται για μια κινητική δραστηριότητα η οποία έχει ως στόχο τη βελτίωση της δύναμης, της ισορροπίας και της ομαδικότητας των συμμετεχόντων.

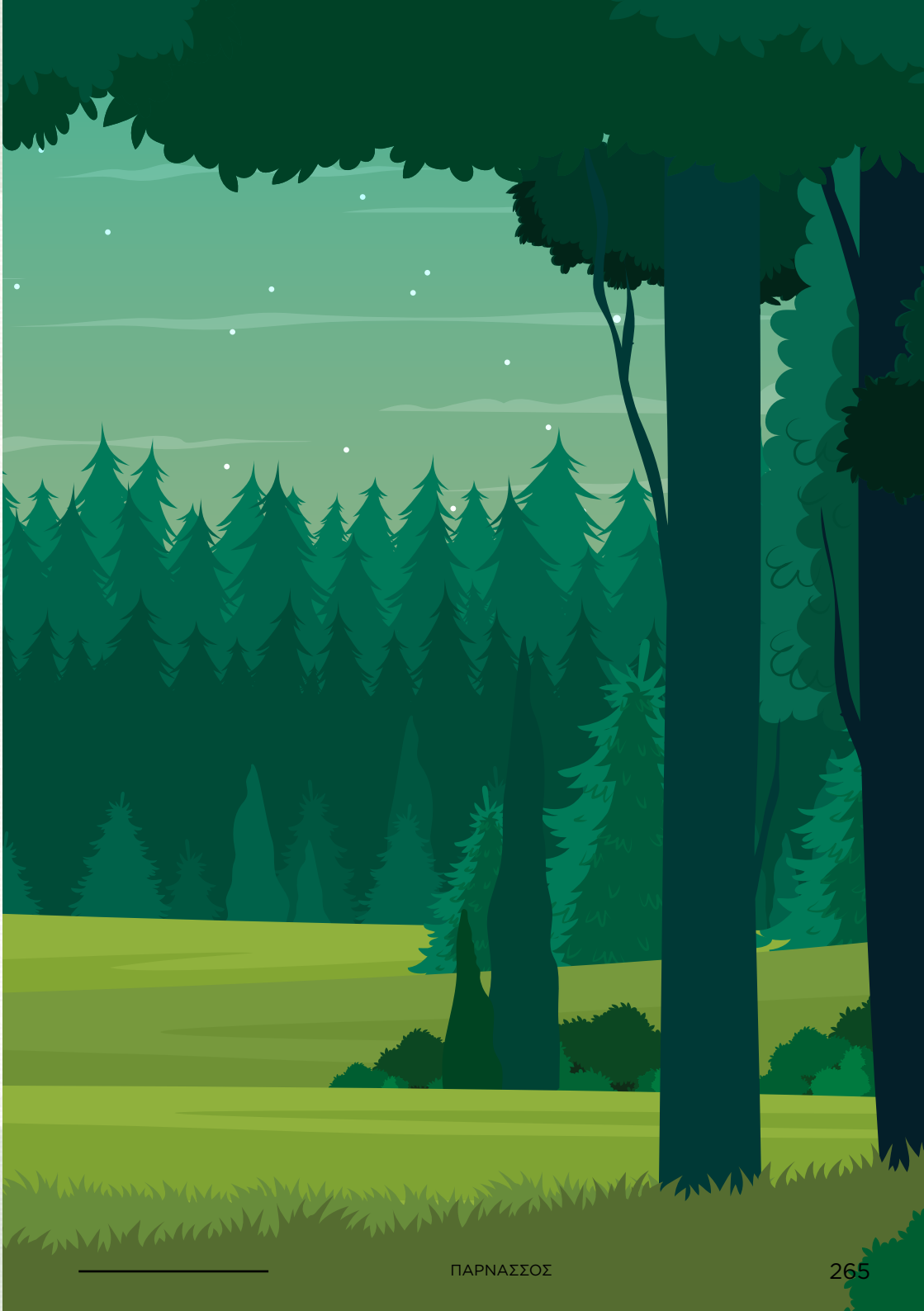
Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε δυο ισάριθμες ομάδες, με ίδια αναλογία ατόμων με διαταραχές ακοής και διαταραχές όρασης σε κάθε ομάδα. Πίσω από τον πρώτο συμμετέχων (άτομο με διαταραχή της ακοής), βρίσκονται τα υπόλοιπα άτομα της ομάδας, σε απόσταση περίπου ενός μέτρου μεταξύ τους, και κρατάνε το σκοινί με τα δυο χέρια. Μόλις δοθεί το σύνθημα από τον ¨αρχηγό¨ συνοδό, οι δυο ομάδες τραβούν ταυτόχρονα με δύναμη το σχοινί.

Κερδίζει η ομάδα η οποία θα περάσει το σχοινί από ένα προκαθορισμένο σημείο, που έχει οριστεί από την αρχή με ένα μικρό σκοινί στο έδαφος. Ο συναγωνισμός των δυο ομάδων τελειώνει μόλις μια από τις δυο ομάδες συμπληρώσει 4 νίκες.

4.Α3.5γ. Ανατροφοδότηση [15΄]: Βλέπω, Ακούω, Αισθάνομαι

Μόλις ολοκληρωθεί η δραστηριότητα, οι συμμετέχοντες κάθονται οκλαδόν στο έδαφος σχηματίζοντας έναν κύκλο. Ο ¨αρχηγός¨ συνοδός ζητάει από τους συμμετέχοντες να δηλώσουν με όποιον τρόπο επιθυμούν τα συναισθήματά τους. Ζητείται να περιγράψουν την εμπειρία τους και να αναφέρει ο κάθε ένας δυο πράγματα που μύρισε/ αισθάνθηκε/ είδε/ άκουσε και του έκαναν τη μεγαλύτερη εντύπωση.

4.Α3.5δ. Επιβίβαση στο λεωφορείο [10΄] και Αναχώρηση





Ο ΧΡΟΝΟΣ

ΠΟΥ ΠΕΡΝΑΣ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΑ ΔΕΝΤΡΑ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΠΟΤΕ

ΧΑΜΕΝΟΣ ΧΡΟΝΟΣ



”

Katrina Mayer

Αμερικανή Διδάκτωρ Μεταφυσικής



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΠΑΡΝΗΘΑΣ



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΠΑΡΝΗΘΑΣ





ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η συγκεκριμένη παρουσίαση του Εθνικού Πάρκου Πάρνηθας έχει ως απώτερο **σκοπό την ανάδειξη των περιβαλλοντικών θησαυρών στον Νομό Αττικής** και παρουσίαση δραστηριοτήτων προσαρμοσμένων γι ευπαθείς πληθυσμούς, με έμφαση σε άτομα με βαρηκοΐα, κώφωση και διαταραχές όρασης.

Στο παρόν υλικό, **αναλύεται το όραμα του εθνικού πάρκου, οι σημαντικές στιγμές, οι περιβαλλοντικοί θησαυροί της περιοχής** (χλωρίδα, πανίδα, ερπετά, αμφίβια και ιχθυοπανίδα). Επίσης, αναφέρονται οι παραδοσιακοί οικισμοί και ευκολοδιάβατα μονοπάτια της περιοχής.

Η ομάδα του Εθνικού Πάρκου
Πάρνηθας απαρτίζεται από τα εξής άτομα:

•**Στούμπου Ειρήνη** | eirini.stoumpou@gmail.com
Εκπαιδευτικός Ειδικής Φυσικής Αγωγής

Ευχαριστίες

Στον Οργανισμό Φυσικού Περιβάλλοντος και Κλιματικής Αλλαγής (Ο.ΦΥ.ΠΕ.Κ.Α.) και πιο συγκεκριμένα στις κυρίες:

•**Μιχελάκη Σπυριδούλα,** Δασοπόνος
•**Βοτάκη Γεωργία**, Δασοπόνος & Ξεναγός Εθνικών Δρυμών,

-για την άμεση ανταπόκριση τους στο κάλεσμα μας,
-για την πολύτιμη βοήθεια τους στη χαρτογράφηση των μονοπατιών
-για την παραχώρηση του υλικού (ενημερωτικού και φωτογραφικού) του Εθνικού Πάρκου της Πάρνηθας.

ΠΑΡΝΗΘΑ
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ





ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Πάρνηθα: Ένας τόπος Ιδιαίτερου Φυσικού Κάλλους

Η Πάρνηθα είναι το μεγαλύτερο και το ψηλότερο βουνό της Αττικής και χαρακτηρίζεται από απέραντη ποικιλία τοπίου εξαιτίας του έντονου ανάγλυφου της. Έχει ένα ζωντανό και αλληλένδετο οικοσύστημα που αποτελείται από **σπάνια είδη χλωρίδας και πανίδας**, τα οποία συμπληρώνουν τη μακραίωνη φυσική και ανθρώπινη ιστορία και την ποικιλία του τοπίου της με τον πιο ευχάριστο τρόπο για τον επισκέπτη.

Ο Εθνικός Δρυμός της Πάρνηθας, αποτελεί **ιδανικό τοπίο για δραστηριότητες περιβαλλοντικής αγωγής** λόγω του επαρκούς οδικού δικτύου που τον διασχίζει, των φυσικών του τοπίων, του ανάγλυφου εδάφους, των πολλών πηγών, των ψηλών δασών, της ποικιλίας της βλάστησης, της πλούσιας πανίδας κ.α.. Οι πιο προσφιλείς δραστηριότητες των επισκεπτών της Πάρνηθας, είναι η παρατήρηση της άγριας πανίδας, η αναρρίχηση, η ορειβασία, η ποδηλασία και η πεζοπορία στο εκτενές δίκτυο μονοπατιών της.

Το μονοπάτι «Κόκκινος Κύκλος» και **το μονοπάτι «Κόκκινο Τρίγωνο»** είναι δυο από τα πολλά μονοπάτια του Εθνικού πάρκου, τα οποία επιλέχθηκαν με γνώμονα την προσβασιμότητα τους από το οδικό δίκτυο, την **εύκολη προσπελασιμότητα τους από άτομα με αναπηρίες** (κατά κύριο λόγο άτομα με κώφωση και τύφλωση) και κυρίως **για την πληθώρα οσφρητικών, απτικών, οπτικών και ηχητικών ερεθισμάτων** που μπορούν να παρέχουν. Τα δύο αυτά μονοπάτια είναι κατάφυτα με μια πλούσια ποικιλία από δέντρα, θάμνους, αγριολούλουδα και βότανα. Επίσης, αποτελούν ασφαλές καταφύγιο για διάφορα είδη θηλαστικών, πουλιών, ερπετών, αμφίβιων και ασπόνδυλων, τα οποία οι συμμετέχοντεςθα έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν.

Η επαφή με τη φύση, η δυνατότητα καταγραφής των απτικών, οσφρητικών, οπτικών και ακουστικών ερεθισμάτων στις αισθήσεις και στη μνήμη των συμμετεχόντων, αποτελούν τα σημαντικότερα, αλλά όχι τα μόνα, πλεονεκτήματα από την επαφή με τα δυο μονοπάτια. Επιπλέον, **οι κινητικές δραστηριότητες** που θα γίνουν **σε κάθε μονοπάτι**, αναμένεται να αυξήσουν την ενασχόληση των συμμετεχόντων με αντίστοιχες ή διαφορετικές κινητικές δραστηριότητες/ αθλήματα με στόχο τη βελτίωση της φυσικής τους κατάστασης, της κινητικότητας, της ισορροπίας, της δύναμης, της ευλυγισίας, του συντονισμού των κινήσεων, της αλτικότητας, της ταχύτητας κ.α., και κατ' επέκταση τη **βελτίωση της Ποιότητας Ζωής τους**.

Οι συμμετέχοντες αναμένεται να αυξήσουν την αλληλεπίδραση, την επικοινωνία, την ομαδικότητα, τη συνεργασία, την αλληλοβοήθεια και την κοινωνικοποίηση μεταξύ τους, καθώς αποτελούν τη βάση για τη γνωριμία και την προσπέλαση των μονοπατιών «Κόκκινος Κύκλος» και «Κόκκινο Τρίγωνο» στον Δρυμό της Πάρνηθας. **Τα απαράμιλλης ομορφιάς τοπία** της Πάρνηθας και **οι ήχοι που κατακλύζουν τον περιβάλλοντα χώρο**, θα μαγέψουν τους συμμετέχοντες, οι οποίοι θα απολαύσουν τη φύση και τα πολιτισμικά στοιχεία που τους προσφέρονται απλόχερα.

Μετά την ολοκλήρωση των πολλών και διαφορετικών δραστηριοτήτων που προτείνονται για το κάθε μονοπάτι, οι συμμετέχοντεςθα αντιληφθούν και θα κατανοήσουν με ευχάριστο και βιωματικό τρόπο τη χλωρίδα και την πανίδα του Εθνικού πάρκου. Επίσης, η επαφή με τη χλωρίδα και την πανίδα του τόπου θα γίνει αρωγός στην προσπάθεια για αύξηση του ενδιαφέροντος, της ευαισθητοποίησης, της συνειδητοποίησης της αναγκαιότητας επιβίωσης όλων των ειδών αλλά και του ενεργού ρόλου των ανθρώπων στη λειτουργία και στη διατήρηση της ισορροπίας του οικοσυστήματος.

Τέλος, **η δυνατότητα της γνωριμίας με τη φύση αλλά και της φυσικής δραστηριότητας από όλα τα άτομα χωρίς τον αποκλεισμό ατόμων με διαταραχές στην ακοή ή την όραση, αλλά και ατόμων με άλλες αναπηρίες**, αποτελεί τον απώτερο στόχο των δυο μονοπατιών, «Κόκκινος Κύκλος» και «Κόκκινο Τρίγωνο» στον Δρυμό της Πάρνηθας, και βοηθούν στο μήνυμα της εποχής για τα ανθρώπινα δικαιώματα και τη συμπερίληψη.



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ

5.1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η Πάρνηθα βρίσκεται στη βόρεια πλευρά της Αττικής, **με συνολική έκταση 300 περίπου τετραγωνικά χιλιόμετρα** και σε **απόσταση 36 χλμ. οδικώς από την Αθήνα.** Είναι ένα μεγάλο συγκρότημα από την Ανατολή προς την Δύση, που δυτικά ενώνεται με το όρος Πάστρα και το οροπέδιο των Σκούρτων. Η γειτνίαση του με το Λεκανοπέδιο της Αττικής και το επαρκές οδικό δίκτυο που το διασχίζει, καθιστούν τον ορεινό όγκο της Πάρνηθας άμεσα προσβάσιμο από όλες τις πλευρές του.

Στην Ελλάδα έγινε από πολύ νωρίς κατανοητή η ανάγκη διαφύλαξης της φυσικής κληρονομιάς. Με τον Α.Ν. 856/1937 έγινε δυνατή η κήρυξη των «ιδιαίτερων σημαντικών φυσικών περιοχών» ως Εθνικών Δρυμών. Ήδη δε **από το έτος 1961**, κατ' εφαρμογή του Α.Ν. 856/1937, **ιδρύθηκε ο Εθνικός Δρυμός της Πάρνηθας** δυνάμει του Βασιλικού Διατάγματος (Β.Δ. 644/1961) και σχεδιάστηκε η αρχική διαχείρισή του, με σκοπό την προστασία της πλούσιας χλωρίδας και πανίδας της περιοχής. **Η Πάρνηθα έχει ενταχθεί**, λόγω της ποικιλομορφίας της χλωρίδας και της πανίδας της, **στο πανευρωπαϊκό δίκτυο προστασίας του περιβάλλοντος Natura 2000**.

5.2. ΤΟ ΟΡΑΜΑ

Λαμβάνοντας υπόψη τις αξίες, τις ιδιαιτερότητες, τα δεδομένα και τις δυνατότητες που δημιουργεί η κήρυξη του Εθνικού πάρκου της Πάρνηθας, προσδιορίστηκαν κατά σειρά σπουδαιότητας οι στόχοι διαχείρισης του Εθνικού πάρκου, οι οποίοι είναι:

• η βελτίωση των συνθηκών διοίκησης, διαχείρισης και λειτουργικής οργάνωσης του Εθνικού πάρκου.

• η επέκταση των ορίων του πυρήνα του και καθορισμός νέας περιφερειακής ζώνης σύμφωνα με τις προτάσεις του νέου διαχειριστικού σχεδίου.

• η αναγκαστική απαλλοτρίωση των εργασιών που ισχύουν σε επιμέρους εκτάσεις του Εθνικού πάρκου και δεν συμβιβάζονται με τους σκοπούς ίδρυσής του.

• η προστασία και διατήρηση των ιδιαίτερων αξιών του πάρκου από την άποψη του φυσικού περιβάλλοντος και της πολιτιστικής κληρονομιάς, με παράλληλη προσπάθεια για επανόρθωση των οικολογικών και άλλων ζημιών που έχουν προκαλέσει οι διάφορες ανθρώπινες δραστηριότητες στο Δρυμό (εγκαταστάσεις, χώροι αναψυχής κτλ.).
• η οργάνωση του εθνικού πάρκου για την εξυπηρέτηση των επισκεπτών,
• η ανάδειξη των αξιών του εθνικού πάρκου μέσω ημερίδων-εκδηλώσεων, μαθητικών διαγωνισμών και εθελοντισμού.
• η δημιουργία ευκολιών περιβαλλοντικής εκπαίδευσης και ενημέρωσης.
• η δημιουργία ζωνών προστασίας μετά από προσεκτική εκτίμηση των αξιών, των αναγκών και των προβλημάτων που υπάρχουν σε κάθε περιοχή, με σκοπό την προστασία, διατήρηση και ανάπτυξη των φυσικών πόρων της περιοχής.
• ο έλεγχος της υφιστάμενης υπαίθριας αναψυχής, ώστε να μην δημιουργείται ζημία στο φυσικό περιβάλλον.
• η συμβολή στην ανάπτυξη της τοπικής οικονομίας, σε συμφωνία πάντα με την διατήρηση των αξιών και της φυσιογνωμίας του εθνικού πάρκου,
• η προστασία του εθνικού πάρκου από τις πυρκαγιές και την αυθαίρετη δόμηση.
• η απομάκρυνση των υφισταμένων εγκαταστάσεων που αντιστρατεύονται τους σκοπούς κηρύξεως του εθνικού πάρκου.

5.3. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ

Η Πάρνηθα εμφανίζεται ως **το πιο οχυρωμένο βουνό της αρχαίας Ελλάδας**. Στην αρχαιότητα, η ευρύτερη περιοχή γύρω από την Πάρνηθα ήταν πεδίο σύγκρουσης ανάμεσα στους Αθηναίους στο νότο και τους Θηβαίους στο βορρά, καθώς οποιοσδήποτε ήθελε να εισβάλει είτε στην Αττική είτε στη Βοιωτία έπρεπε αναγκαστικά να παρακάμψει τις πιο δύσβατες περιοχές του βουνού. Κατά την τελευταία (τρίτη) φάση του Πελοποννησιακού Πολέμου, οι Σπαρτιάτες είχαν οχυρώσει τη Δεκέλεια, μια περιοχή εντός των ορίων του σημερινού εθνικού πάρκου, για να κρατήσουν τους Αθηναίους πολιορκημένους μέσα στα Μακρά Τείχη.

Το περιβάλλον της Αττικής άντεξε όχι μόνο στο χρόνο, αλλά και **στις ποικίλες επιθέσεις βαρβαρικών φυλών**, που στρατοπέδευσαν και πολλοί από αυτούς παρέμειναν για μεγάλο διάστημα στα χώματά της.



Στα μεταγενέστερα χρόνια το βουνό υπήρξε ορμητήριο ληστών και φυσικά περιοχή εποικισμού των Αρβανιτών που εμφανίστηκαν γύρω στο 1359μ.χ. και η βασική τους δραστηριότητα ήταν η κτηνοτροφία. Αυτή, συνεχίστηκε και στους νεότερους χρόνους του νεοελληνικού κράτους, οπότε η Πάρνηθα αποτελούσε ένα μεγάλο δασολίβαδο.

Μετά την απελευθέρωση της Ελλάδος και την ανακήρυξη της Αθήνας σε πρωτεύουσα του Ελληνικού κράτους, **ο πληθυσμός της αυξήθηκε κατακόρυφα.** Από 4.000 το 1834 έγιναν 66.000 το 1879. Το γεγονός αυτό είχε **δυσμενέστατες επιπτώσεις στο περιβάλλον** του λεκανοπεδίου της Αττικής. Τα λίγα δάση που είχαν απομείνει από την πρόσφατη τότε καταστροφή από τα στρατεύματα του Κιουταχή, αποδεκατίστηκαν για την κάλυψη των αναγκών της πρωτεύουσας. Ξυλοκόποι, ασβεστοποιοί, ανθρακείς, αρτοποιοί, κεραμείς κτλ, απογύμνωσαν τα βουνά της Αττικής. Ωστόσο, οι πιέσεις στο βουνό δεν ελαττώθηκαν.

Είναι χαρακτηριστικό, ότι **κατά την υποχώρησή τους οι Γερμανικές δυνάμεις κατοχής** που υποχωρούσαν σιδηροδρομικώς **έκαψαν τμήμα του ελατοδάσους**, προκειμένου να ελέγξουν τις επιθέσεις των αντιστασιακών δυνάμεων εναντίον τους. Επίσης, ένα αξιόλογο τμήμα των συστάδων ελάτης υποβαθμίστηκε **αργότερα από το κόψιμο των κορυφών των νέων ελάτων** για την παραγωγή των χριστουγεννιάτικων δέντρων.

Στη σύγχρονη εποχή μειώθηκε δραστικά η βόσκηση, η οποία απαγορεύθηκε το 1953. **Το 1999, η Πάρνηθα έγινε το επίκεντρο ενός από τους πιο καταστροφικούς σεισμούς**, γνωστό επίσης και ως σεισμό της Αθήνας του 1999 (5,9 στην κλίμακα Ρίχτερ).Η μεγαλύτερη καταστροφή ακολούθησε οχτώ χρόνια αργότερα, **το 2007**, όταν **τεράστιες δασικές εκτάσεις κάηκαν** σε μια πυρκαγιά που εκδηλώθηκε στις 28 Ιουνίου. Συγκεκριμένα κάηκαν 36.338,13 στρέμματα του Εθνικού πάρκου, εκ των οποίων τα 21.800 στρ. καλύπτονταν από δάσος ελάτης, το οποίο είναι εξαιρετικά δύσκολο να αναγεννηθεί.



Για τη διασφάλιση της διάσωσης και αποκατάστασης του πάρκου και της ευρύτερης περιοχής της Πάρνηθας **εκδόθηκε Προεδρικό Διάταγμα για την προστασία του ορεινού όγκου Πάρνηθας** (ΦΕΚ 336/24-07-**2007**) όπου καθορίστηκαν ζώνες προστασίας του ορεινού όγκου και εκπονήθηκαν από τότε μέχρι σήμερα έργα προστασίας και αποκατάστασης (αντιδιαβρωτικά, αντιπλημμυρικά έργα και αναδασωτικές επεμβάσεις).

5.4. ΑΞΙΟΛΟΓΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ & ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ

Η Πάρνηθα πέρα από το ενδιαφέρον που παρουσιάζει ως ορεινό οικοσύστημα, έχει και ευρύτερο ενδιαφέρον, λόγω της **ύπαρξης μιας σειράς αρχαιολογικών χώρων που αποτελούν μαρτυρίες όλης της ιστορικής εξέλιξης της περιοχής.**

Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι τα **αρχαία υδραγωγεία**. Τα νερά της Αττικής ήταν πάντα λιγοστά, για αυτό από την αρχαιότητα οι κάτοικοι της κατασκεύασαν ένα θαυμαστό υδραγωγικό δίκτυο για τη μεταφορά των πηγαίων νερών της Πάρνηθας. Το δίκτυο αυτό επεκτάθηκε και τελειοποιήθηκε επί του Ρωμαίου αυτοκράτορα Αδριανού και το υδραγωγείο ονομάστηκε Αδριάνειο. Επίσης, στην Πάρνηθα υπάρχουν αρκετοί **τάφοι** και αρκετά **βάραθρα** και **σπήλαια**, κάποια από τα οποία ήταν τόποι λατρείας κατά τα αρχαία χρόνια.

Εκτός όμως από τον ιερό της χαρακτήρα, η Πάρνηθα αποτελούσε το ισχυρό σύνορο μεταξύ Αττικής και Βοιωτίας. **Από όλα τα ελληνικά βουνά η Πάρνηθα έχει τα περισσότερα αρχαία οχυρά**. Το Αθηναϊκό κράτος είχε κατασκευάσει μία σειρά οχυρωματικών έργων που καθιστούσαν την Πάρνηθα μία δυσκολοδιάβατη πύλη στα βόρεια της Αθήνας. Πολλά από αυτά είναι σήμερα κατεστραμμένα, σωριασμένα σε σωρούς ερειπίων και για να τα γνωρίσει κανείς πρέπει να ακολουθήσει τις αρχαίες οδούς και τα διάφορα μονοπάτια του βουνού.

Την αρχαιότητα διαδέχθηκε η Βυζαντινή εποχή και οι λατρευόμενοι θεοί άλλαξαν μορφή, ο φυσικός όμως χώρος της Πάρνηθας πάντοτε ενέπνεε τον άνθρωπο για να ενατενίζει στο θείο. Έτσι λοιπόν, ο επισκέπτης μπορεί να ανακαλύψει σε διάφορα σημεία **εκκλησίες και μοναστήρια** τα οποία θεωρούνται ορόσημα της ιστορίας του τόπου και ιεροί, από αιώνες, χώροι προσευχής.

Αναμφισβήτητη ιστορική και πολιτιστική αξία έχουν **το παλάτι του Τατοΐου** μαζί με τα βοηθητικά του κτίρια, καθώς υπήρξε η κύρια κατοικία των μελών της τέως βασιλικής οικογένειας της Ελλάδας. Μέσα στο βασιλικό κτήμα υπάρχει ένας πύργος, γνωστός ως **Πύργος της Δεκελέως**, διαστάσεων 20x20 μ., που χρονολογείται στους βυζαντινούς χρόνους.

5.5. ΓΕΩΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Η Πάρνηθαμπορεί να χωριστεί σετρία μεγάλα τμήματα, τη Βόρεια, την Κεντρική (όπου βρίσκονται οι ψηλότερες κορυφές) και **τη Δυτική** Πάρνηθα. Πρόκειται **για εκτεταμένο βουνό** με δεκάδες κορυφές,μικρά οροπέδια, ξέφωτα, λιβάδια, κοιλάδες, χαράδρες, φαράγγια, ρέματα, σπηλαιο βάραθρα και δολίνες (μικρές καταβόθρες του εδάφους που οφείλονται στο ασβεστολιθικό πέτρωμα σε συνδυασμό με τις κινήσεις των υπόγειων νερών).**Το υψομετρικό της εύρος κυμαίνεται από τα 400μ. περίπου** (Νότιο Μετόχι) **έως τα 1.413μ.** (Καραβόλα).

Τα πετρώματα που βρίσκονται στο υπέδαφος της Πάρνηθας, είναι ιζηματογενή και αποτελούνται κυρίως **από ασβεστόλιθο, φλύσχη και αθηναϊκό σχιστόλιθο.** Σχηματίστηκαν πριν από 570 εκατομμύρια χρόνια και επιτρέπουν το σχηματισμό πηγών και σπηλαίων.Στα σημεία όπου συναντώνται ο ασβεστόλιθος (αφήνει το νερό να περνά από μέσα του) με τον σχιστόλιθο (δεν επιτρέπει στο νερό να περάσει), το νερό βγαίνει στην επιφάνεια με τη μορφή πηγής. Οι σχιστόλιθοι γενικά παρατηρούνται στις χαράδρες και στις κοιλάδες του βουνού και οι ασβεστόλιθοι στις κορυφές του, ενώ εμφανίζεται και λίγος φλύσχης.

Το κλίμα του βουνού θεωρείται ιδιαίτερο και διαφέρει αισθητά από το αντίστοιχο της Αττικής. Οι διαφορές οφείλονται στο μεγαλύτερο υψόμετρο και στη θέση της Πάρνηθας σε σχέση με τους επικρατούντες ανέμους. Η θερμοκρασία στα ορεινά της Πάρνηθας είναι 2-6°C μικρότερη από την αντίστοιχη θερμοκρασία στα χαμηλά. Κάθε χρόνο υπάρχουν κατά μέσο όρο 110 ημέρες βροχής και τουλάχιστον 20 χιονοπτώσεις κατά τη διάρκεια του χειμώνα, με συχνό παγετό και ομίχλη, χωρίς όμως να προκαλούνται προβλήματα στη μετακίνηση.

Όμως η Πάρνηθα δεν είναι μόνο η ιστορία της και η ποικιλία του τοπίου της. Υπάρχει ένα ζωντανό, αλληλένδετο οικοσύστημα από φυτά, πουλιά και ζώα το οποίο βρίσκεται σε εύθραυστη ισορροπία και που πάντα απειλείται από τον κίνδυνο της ανθρώπινης επέμβασης.

5.6. ΧΛΩΡΙΔΑ

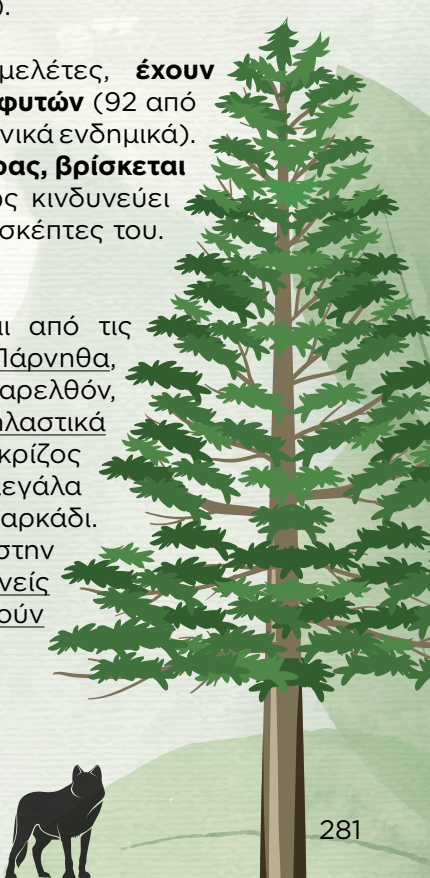
Η βλάστηση στην Πάρνηθα είναι αποτέλεσμα συνεπίδρασης πολλών παραγόντων και κυρίως της χλωρίδας, του γενικού κλίματος, της ορεογραφικής διαμόρφωσης, της πετρολογικής και γεωλογικής σύστασης, του εδάφους, αλλά και της ανθρώπινης επίδρασης. **Στην Πάρνηθα διακρίνονται τρεις ζώνες βλάστησης οι οποίες αλλάζουν όσο διαφοροποιείται το υψόμετρο**: πρώτη ζώνη 400μ.-1000μ., δεύτερη ζώνη 1000μ.-1400μ. και τρίτη ζώνη στις υψηλότερες κορυφές του βουνού.

Η χλωρίδα της Πάρνηθας είναι αρκετά **πλούσια και είναι χαρακτηριστική των βουνών της Νότιας Ελλάδας.** Υπάρχουν διάφορα είδη θάμνων και δέντρων, με κυρίαρχα είδη δέντρων τα έλατα και τα πεύκα. Η μεγαλύτερη έκταση του εθνικού πάρκου καλύπτεται από δάση κεφαλληνιακής ελάτης (Abiescephalonica). Οι χαμηλότερες περιοχές, κάτω των 800 μ., καλύπτονται από χαλέπιοπεύκη (Pinushalepensis) και θάμνους της τυπικής μεσογειακής βλάστησης (πουρνάρι, κουμαριά, ρούδι, αριά, φιλίκικ.λ.π). Άλλα είδη που συναντώνται στην Πάρνηθα είναι οι πλάτανοι, οι αγριελιές, οι αγριόκερδοι, τα αγριοκυπαρίσια, οι λεύκες, οι καρυδιές, οι αγριοκορομηλιές, οι ιτιές, οι χαρουπιές, οι μυρτιές, οι αγριοτριανταφυλλιές κ.α., και συνολικά 50 είδη από βρύα και λειχήνες. Στην Πάρνηθα υπάρχουν **διάφορα είδη αρωματικών και θεραπευτικών φυτών** και σπάνια-απειλούμενα είδη φυτών. Είναι ονομαστή για τα πολλά και πανέμορφα αγριολούλουδα της, όπως τα κυκλάμινα, οι ανεμώνες, οι αγριομενεξέδες, οι παιώνιες, τα κρίνα, οι καμπανούλες και οι τουλίπες (4 είδη). Από αυτά η κόκκινη τουλίπα, η άσπρη παιώνια και ο κόκκινος κρίνος απαντώνται αποκλειστικά ενδημικά στην Πάρνηθα και είναι σπανιότατα. Επίσης, η Πάρνηθα φημίζεται για τα πολλά είδη μανιταριών (107) και για το τσάι του βουνού (αξιολογείται τρίτο σε ποιότητα στην Ελλάδα).

Σύμφωνα με πρόσφατες χλωριδικές μελέτες, **έχουν καταγραφεί περίπου 1.100 είδη και υποείδη φυτών** (92 από τα οποία είναι ελληνικά ενδημικά και 42 βαλκανικά ενδημικά). Ουσιαστικά, **δίπλα στην πρωτεύουσα της χώρας, βρίσκεται ένας βοτανικός παράδεισος**, ο οποίος όμως κινδυνεύει από τις συλλογές που πραγματοποιούν οι επισκέπτες του.

5.7. ΠΑΝΙΔΑ

Από τα διαθέσιμα ιστορικά στοιχεία και από τις προηγούμενες έρευνες, προκύπτει ότι στην Πάρνηθα, τόσο στο απώτερο, όσο και στο πρόσφατο παρελθόν, υπήρχαν τα περισσότερα από τα μεγάλα θηλαστικά της χώρας, όπως η καφετιά αρκούδα, ο γκρίζος λύκος, ο λύγκας, ο αγριόγατος και τα μεγάλα φυτοφάγα όπως το αγριογούρουνο και το ζαρκάδι. Σήμερα τα είδη αυτά δεν υπάρχουν στην Πάρνηθα, καθώς με τις έντονες ανθρωπογενείς επεμβάσεις αναγκάστηκαν να μετακινηθούν πολύ βορειότερα (Πίνδος, Βόρεια Ελλάδα).



Παρά την εξαφάνιση όμως των ειδών αυτών από την περιοχή, η Πάρνηθα με τη σημαντική έκτασή της, την πλούσια χλωρίδα της, τα υψηλά δάση της, το πολυποίκιλο ανάγλυφο της και την υψηλή προστασία που απολαμβάνει ως Εθνικός Δρυμός, Καταφύγιο Θηραμάτων, **Ειδική Περιοχή Προστασίας για την Ορνιθοπανίδα (SPA) και περιοχή του Δικτύου «Natura 2000»**, προσφέρει πολύ καλές συνθήκες για την ανάπτυξη της άγριας πανίδας.

Έχουν καταγραφεί 158 είδη πουλιών, 39 είδη θηλαστικών, 29 είδη ερπετών και αμφίβιων (π.χ. οχιά, σαλαμάνδρα, βάτραχος) και αρκετά είδη ασπόνδυλων (π.χ. πεταλούδες). Από τα ζώα που ζουν στο Δρυμό, 102 είδη πουλιών, 32 είδη θηλαστικών (κυρίως χειρόπτερα) και 24 είδη ερπετών και αμφιβίων περιλαμβάνονται στα «Αυστηρά προστατευόμενα» είδη πανίδας της Σύμβασης της Βέρνης.

Η Πάρνηθα περιλαμβάνει πληθώρα βιότοπων και αποτελεί ασφαλές καταφύγιο για την ορνιθοπανίδα λόγω της ανακήρυξης της περιοχής ως Εθνικό Δρυμό. Πολλά είδη πτηνών και ιδίως αρπακτικών, τα οποία προστατεύονται από διάφορες Συνθήκες και είναι απειλούμενα, απαντώνται στην ευρύτερη περιοχή, προσελκύοντας την προσοχή πολλών μελετητών, όπως οι φιδαετοί, οι χρυσαετοί, οι μαυρογύπες, τα γεράκια, οι μπούφοι, οι κουκουβάγιες, οι μπεκάτσες, τα αγριοπερίστερα, τα κοτσύφια, οι πετροπέρδικες και τα γλυκόλαλα ανδόνια.

Τα 17 από τα 39 θηλαστικά που απαντώνται στην Πάρνηθα είναι νυχτερίδες, οι οποίες περιλαμβάνονται στη Συνθήκη της Βέρνης και στο Ελληνικό Κόκκινο Βιβλίο. Η γεωμορφολογία της περιοχής (τρύπες, σπηλιές) προσφέρει καταφύγιο στις νυχτερίδες. Επίσης, οι μεγάλης ηλικίας συστάδες δέντρων και ιδίως αυτές που βρίσκονται σε υγρές περιοχές, είναι ευνοϊκές θέσεις για είδη νυχτερίδων που ζουν σε κουφάλες δέντρων. Το πιο χαρακτηριστικό μέλος του ζωικού βασιλείου του εθνικού πάρκου είναι το κόκκινο ελάφι (Cervuselaphus), αποτελώντας ένα από τα ομορφότερα θηλαστικά της χώρας μας. Η Πάρνηθα διατηρεί τον πιο ακμαίο πληθυσμό ελαφιών στην Ελλάδα, ο οποίος συμμετέχει ως φυσικός βοσκητής στο οικοσύστημα της.

Από το 2012 στην Πάρνηθα, έχει επανεμφανιστεί ο λύκος, ενώ είχε εξαφανιστεί από τη δεκαετία του ΄60. Η φυσική διαδικασία διασποράς του ζώου βρήκε στην Πάρνηθα κατάλληλες συνθήκες εποικισμού, καθώς η παρουσία του ελαφιού του εξασφαλίζει τροφή. Υπάρχουν όμως και άλλα μικρότερα θηλαστικά όπως ο σκατζόχειρος, ο σκίουρος, ο λαγός, ο τυφλοπόντικας, το κουνάβι, ο ασβός, η νυφίτσα, η αλεπού, η νυχτερίδα, ο κριτικός αίγαγρος κ.α.

5.8. ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΤΟΠΙΟΥ

Το έντονο ανάγλυφο της Πάρνηθας δημιουργεί τοπία απαράμιλλης ομορφιάς και οικότοπους που φιλοξενούν πολύ ενδιαφέροντα αλλά και σπάνια είδη χλωρίδας και πανίδας. Για αυτό το λόγο έχει χαρακτηριστεί και **ως Τόπος Ιδιαίτερου Φυσικού Κάλλους** (Φ.Ε.Κ. 669 Β/68). Οι επισκέπτες της Πάρνηθας θα μαγευτούν από τα τοπία της και θα απολαύσουν τη φύση και τα πολιτισμικά στοιχεία που τους προσφέρονται απλόχερα.

Πρόκειται για **εκτεταμένο βουνό** όπου ο πεζοπόρος μπορεί να συναντήσει ομαλές κορυφές (Κυρά, Καραβόλα) αλλά και **απόκρημνες κορυφογραμμές** (Άρμα, Φλαμπούρι), **μικρά οροπέδια και ξέφωτα** (Μόλα, Λημικο), **πανέμορφα λιβάδια** (Σαλονίκη, Βουντημα) και **κοιλάδες αλλά καιλάκες που κατακερματίζονται σε πολλά σημεία από μεγάλες και βαθιές, δύσβατες χαράδρες και φαράγγια** (Γκούρα), **ρέματα και σπηλαιοβάραθρα** (Δεκέλειας, Ταμιλθιού), όπως και χαρακτηριστικές **δολίνες** (μικρές καταβόθρες του εδάφους που οφείλονται στο ασβεστολιθικό πέτρωμα σε συνδυασμό με τις κινήσεις των υπόγειων νερών), (Μακρυλάκκα, Ταμίλθι, Νταβέλη).

Στην Πάρνηθα υπάρχουν αρκετά σπήλαια και βάραθρα, ιδιαίτερα στη δυτική και νοτιοδυτική πλευρά της, όπου επικρατεί ο ασβεστόλιθος. Το πιο γνωστό σπήλαιο είναι του Πανός, το οποίο πήρε το όνομά του από τη λατρεία του θεού Πάνα και των Νυμφών, που βρίσκεται σε υψόμετρο 620 μ., στο βόρειο άκρο του φαραγγιού του Κελάδωνα. Τα ωραιότερα **βάραθρα** είναι του Κεραμιδίου (βάθος 27 μ.), τα δύο βάραθρα στο Ταμίλθι (το καθένα βάθους 35 μ.), το βάραθρο της Γκούρας (βάθος 20 μ.) και τα σπηλαιοβάραθρα της Δεκέλειας (κατακόρυφο βάθος 20 μ, δύο θάλαμοι) και του Νταβέλη (κατακόρυφο βάθος 8 μ., σπήλαιο 200 τ.μ.).

Εκτός από τα σπήλαια και τα βάραθρα, η Πάρνηθα διαθέτει **φαράγγια**, με σπουδαιότερο εκείνο του Κελάδωνα στη δυτική Πάρνηθα μήκους 2,5 χλμ, χαράδρες, όπως της Χούνης στην είσοδο του Εθνικού πάρκου, και πολλά ρέματα. Ακόμη, έχουν καταγραφεί 45 πηγές συνεχούς ροής στην Πάρνηθα, με κυριότερες τις πηγές της Γκούρας στη Δυτική Πάρνηθα και της Κιθάρας στην Ανατολική Πάρνηθα, που τροφοδοτούσε από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα το Αδριάνειο υδραγωγείο και οι οποίες σχηματίζουν τη λίμνη Κιθάρα.

5.9. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Η ονομασία Πάρνηθα προέρχεται από τη λέξη Πάρνης και στα αρχαία κείμενα εμφανίζεται για πρώτη φορά το 423 π.Χ. στις "Νεφέλες" του Αριστοφάνη, αργότερα από τον Ρόδιο κωμικό Αντιφάνη και από τον φιλόσοφο Θεόφραστο. Ο ιστορικός Παυσανίας γύρω στα 150 μ.Χ., περιγράφει στα «Αττικά» ότι η Πάρνηθα αποτελούσε αγαπημένο προορισμό για το κυνήγι της αρκούδας και του αγριόχοιρου και ότι ο Δίας λατρευόταν ως Παρνήθιος Δίας, ενώ υπήρχε και ένα χάλκινο άγαλμα αφιερωμένο στον Δία.

Η Πάρνηθα κατοικούνταν και ήταν πολυσύχναστη από τους Μυκηναϊκούς ακόμα χρόνους. Η σπουδαιότητά της είναι φανερή από τη θέση που κατέχει ως προπύργιο της Αττικής από βόρειες επιθέσεις. Μαζί με τα συνεχόμενα βουνά Πατέρας και Κιθαιρώνας, αποτελεί ένα φυσικό τείχος μήκους 60 χιλιομέτρων, που ξεκινά από τον Ευβοϊκό κόλπο και καταλήγει στον κόλπο των Μεγάρων.

Οι κάτοικοι της κλασσικής Αθήνας γνώρισαν περιόδους ακμής και δόξας, μεγάλη κοινωνική, πολιτική και πολιτιστική ανάπτυξη. Παράλληλα όμως, σεβόταν το φυσικό περιβάλλον και αυτό φαίνεται από τη θρησκεία και τους μύθους τους. Την προστασία της φύσης και της χλωρίδας είχαν αναλάβει όλοι οι θεοί του Ολύμπου και κάθε θεός είχε ιδιαίτερη φροντίδα για ορισμένο δέντρο ή φυτό. π.χ. (Αθηνά την ελιά, ο Απόλλωνας την δάφνη).

5.10. ΑΝΑΨΥΧΗ & ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

Ο Εθνικός Δρυμός Πάρνηθας, λόγω της μικρής απόστασης από την Αθήνα, των φυσικών του τοπίων, των υψηλών δασών, της ποικιλίας της βλάστησης, του ανάγλυφου εδάφους, των πολλών πηγών κ.τ.λ., αποτελεί ιδανικό τοπίο για δραστηριότητες περιβαλλοντικής αγωγής.

Υπάρχουν **μεγάλοι χώροι αναψυχής** (Μπάφι, Μεσσιανό Νερό, Παλαιοχώρι, Αγ. Τριάδα, Πλάτανος Τατοΐου κ.ά.) οι οποίοι διαθέτουν τις κατάλληλες υποδομές για φαγητό και παιχνίδι, ώστε να παρέχεται υψηλή ποιότητα δασικής αναψυχής. Διαθέσιμο είναι και ένα **εκτενές δίκτυο μονοπατιών** για όσους θέλουν να συνδυάσουν την επίσκεψή τους με πεζοπορία στη φύση.

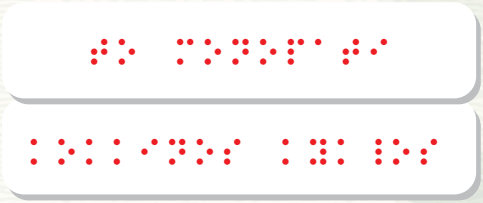
Οι πιο προσφιλείς δραστηριότητες επισκεπτών στον Δρυμό είναι η **αναρρίχηση, η πεζοπορία-ορειβασία, η ποδηλασία και η παρατήρηση της άγριας πανίδας, ε**ιδικά των πουλιών και των ελαφιών. Υπάρχουν **ορειβατικά καταφύγια** τα οποία μπορούν να προσφέρουν διανυκτέρευση και ξεκούραση στους οδοιπόρους της Πάρνηθας.

Οι δύο πιο διάσημες τουριστικές ατραξιόν της περιοχής είναι το φημισμένο στη χώρα **καζίνο της Πάρνηθας** (Μοντ Παρνές), πρόσβαση στο οποίο αλλά και στον ευρύτερο χώρο της Πάρνηθας μπορεί να γίνει και με τελεφερίκ, καθώς και το διάσημο **Σανατόριο της Πάρνηθας**.

Α
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

5.Α1. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΚΥΚΛΟΣ





ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ: 2 ΩΡΕΣ & 35 ΛΕΠΤΑ

ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

Το μονοπάτι «Κόκκινος Κύκλος» στον Εθνικό Δρυμό της Πάρνηθας, είναι ένα **ομαλό μονοπάτι, μια όμορφη και εύκολη διαδρομή μέσα σε πλούσια βλάστηση,** κυρίως πεύκων, κάποιων φυλλοβόλων δέντρων και αρωματικών φυτών (εξαρτάται από την εποχή). **Η διαδρομή είναι πλούσια σε οπτικά, απτικά, οσφρητικά και ακουστικά ερεθίσματα.** Υπάρχουν **διάφορα σημεία ενδιαφέροντος** όπως πεσμένοι κορμοί, βρύα-λειχήνες, αποτυπώματα ζώων, αναγέννηση δέντρων, καρποί, φωλιές ζώων, αρωματικά φυτά κ.α.

Η επιλογή του μονοπατιού έγινε και με γνώμονα την **εύκολη πρόσβαση από το δασικό οδικό δίκτυο του Εθνικού πάρκου** και την αύξηση της ασφάλειας των συμμετεχόντων, καθώς είναι ένα μονοπάτι παράλληλο του δασικού δρόμου και μπορούν να παρασχεθούν γρήγορα οι πρώτες βοήθειες, σε περίπτωση που χρειαστεί. Προτείνεται η ομάδα να συνοδεύεται από εξειδικευμένο Σαμαρίτη ή Διασώστη ή εξειδικευμένους εθελοντές πολιτικής προστασίας για τη μέγιστη ασφάλεια των συμμετεχόντων.

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

Το μονοπάτι «Κόκκινος Κύκλος» προτείνεται για όλα ανεξαιρέτως τα άτομα και ενδείκνυται για άτομα με διαταραχές ακοής, μέτριας φυσικής κατάστασης, ηλικίας 15-30 ετών.

Η διαδρομή είναι προσπελάσιμη με την κατάλληλη, κάθε φορά, προετοιμασία και αναλόγως των δυνατοτήτων/ ικανοτήτων των επισκεπτών.

Δύναται να γίνουν προσαρμογές στη διαδρομή, στις δραστηριότητες, στη χρονική διάρκεια, στις επαναλήψεις των κινητικών δραστηριοτήτων κτλ, και για άλλες ευπαθείς ομάδες. Επιπλέον, ανάλογα με την ηλικία, το επίπεδο των συμμετεχόντων και την αναπηρία, μπορούν να γίνουν στάσεις για ανάπαυση κατά τη διάρκεια της διαδρομής για να ξεκουράζονται οι συμμετέχοντες. Είναι απαραίτητη η ενδελεχή ενημέρωση των ατόμων που θα συμμετέχουν αναφορικά με την προσβασιμότητα και το βαθμό δυσκολίας του μονοπατιού.

Κατά τη διάρκεια της διαδρομής στο μονοπάτι, ο συνοδός κάνει **στάσεις** όπου κρίνει, για να τονίσει ότι θεωρεί σημαντικό **για τον εμπλουτισμό των γνώσεων των συμμετεχόντων**. Επίσης, είναι σημαντικό να δέχεται ερωτήσεις και να λαμβάνει συχνή ανατροφοδότηση από τους συμμετέχοντες, κυρίως για την εμπέδωση του περιεχομένου και για τον έλεγχο της σωματικής τους κατάστασης.

Τέλος, πρέπει να τονιστεί ο σεβασμός που οφείλουν να δείξουν όλοι στη χλωρίδα και στην πανίδα του Εθνικού πάρκου, καθώς εκεί είναι το σπίτι τους και οι άνθρωποι είναι οι επισκέπτες.

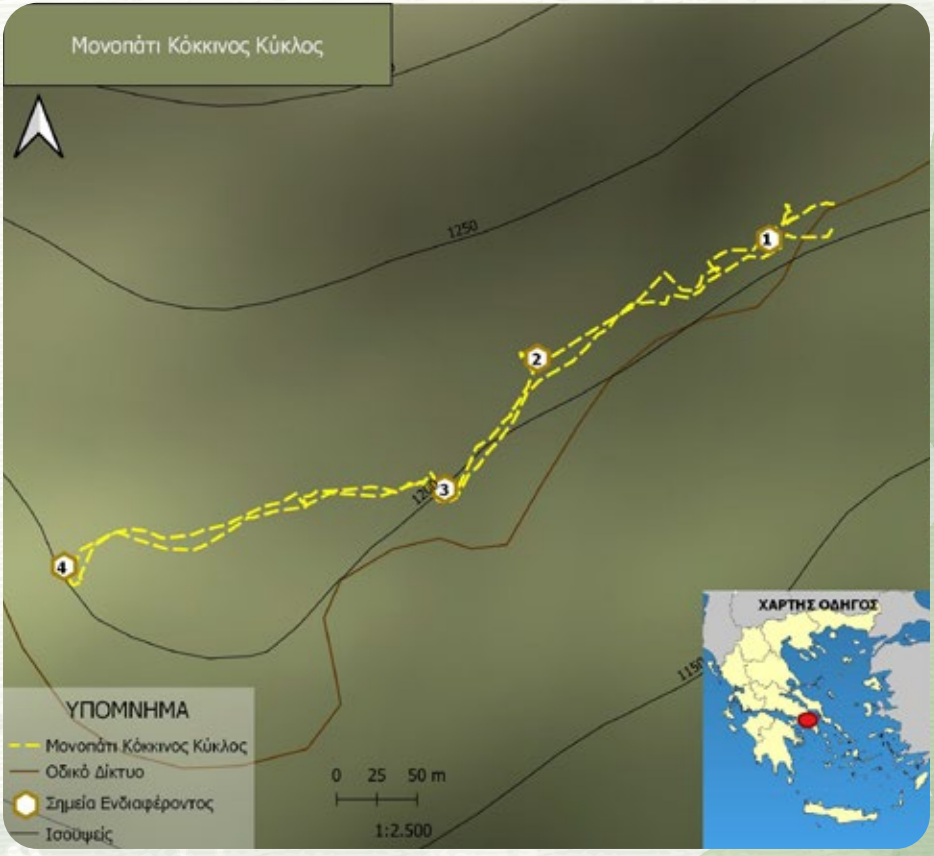


Χαρακτηριστικά Διαδρομής

Μονοπάτι: «Κόκκινος Κύκλος»
Αφετηρία: Διασταύρωση της Αεροπορίας
Τερματισμός: Μπάφι
Μήκος μονοπατιού: **1300 μ.**
Υψόμετρα:

- Αρχή **1210 μ.**
- Μέση **1200 μ.**
- Τέλος **1200 μ.**

Βαθμός δυσκολίας: Εύκολος - Μέτριος
Προτεινόμενη περίοδος: Μάρτιος - Νοέμβριος



ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι συμμετέχοντες μετά από την ολοκλήρωση του μονοπατιού, αναμένεται να αντιληφθούν και **να κατανοήσουν με ευχάριστο και βιωματικό τρόπο τη χλωρίδα και την πανίδα του Εθνικού πάρκου. Η επαφή με τη φύση, η δυνατότητα καταγραφής των οπτικών, απτικών, οσφρητικών και ακουστικών ερεθισμάτων** στις αισθήσεις και στη μνήμη των συμμετεχόντων, αποτελούν τα σημαντικότερα, αλλά όχι τα μόνα, πλεονεκτήματα από την επαφή με αυτό το μονοπάτι.

Επιπλέον, οι κινητικές δραστηριότητες που γίνονται στους τρεις σταθμούς, αναμένουν την αύξηση της ενασχόλησης των συμμετεχόντων με αντίστοιχες ή διαφορετικές κινητικές δραστηριότητες/ αθλήματα με στόχο τη **βελτίωση της φυσικής κατάστασης, της κινητικότητας, της ισορροπίας, της δύναμης, της ευλυγισίας, του συντονισμού των κινήσεων, της αλτικότητας, της ταχύτητας**, της ετοιμότητας και κατ' επέκταση τη βελτίωση της Ποιότητας Ζωής.

Με την ολοκλήρωση του εν λόγω μονοπατιού αναμένεται **να αναπτυχθεί και η επιχειρηματική διάθεση** των συμμετεχόντων, καθώς κάθε σταθμός μπορεί να αποτελέσει το έναυσμα για την αναφορά σε επαγγέλματα, όπως για παράδειγμα του συνοδού βουνού, του περιβαλλοντολόγου, του δασολόγου, του γεωλόγου, του γεωπόνου κ.ά.. Ως εκ τούτου, θα μπορούσαν οι δραστηριότητες να προσαρμοστούν περαιτέρω στην επιχειρηματική διάσταση, για αυτό και η αξιολόγηση της επιχειρηματικότητας σε κάθε σταθμό είναι πολύ υψηλή.

Επιπρόσθετα, οι μαρτυρίες των επισκεπτών αναμένεται **να ενισχύσουν την προσέλευση στο μονοπάτι «Κόκκινος Κύκλος», αλλά και σε άλλα μονοπάτια του Εθνικού πάρκου της Πάρνηθας, ατόμων με ή χωρίς αναπηρίες**, καθώς παρέχει πολλές δυνατότητες προσαρμογής στην προσπέλασή του και στις δραστηριότητες που μπορούν να γίνουν σε αυτό.

ΠΡΟΣΔΩΚΟΜΕΝΗ ΠΡΟΣΤΙΘΕΜΕΝΗ ΑΞΙΑ

Η αλληλεπίδραση, η επικοινωνία, η ομαδικότητα, η συνεργασία, η αλληλοβοήθεια και η κοινωνικοποίηση, αποτελούν τη βάση για τη γνωριμία και την προσπέλαση του μονοπατιού «Κόκκινος Κύκλος» στον Δρυμό της Πάρνηθας.

Οι κινητικές δραστηριότητες που γίνονται στους τρεις σταθμούς, αναμένουν την αύξηση της ενασχόλησης των συμμετεχόντων με αντίστοιχες ή διαφορετικές κινητικές δραστηριότητες/ αθλήματα με στόχο τη βελτίωση της Φυσικής Κατάστασης, της Κινητικότητας, της Ισορροπίας, της Δύναμης, της Ευλυγισίας, του Συντονισμού των κινήσεων, της Ετοιμότητας, της Αλτικότητας, της Ταχύτητας και κατ' επέκταση τη **βελτίωση της Ποιότητας Ζωής.**

Η επαφή με τη χλωρίδα και την πανίδα του τόπου γίνεται αρωγός στην προσπάθεια για αύξηση του ενδιαφέροντος, της ευαισθητοποίησης, της συνειδητοποίησης της αναγκαιότητας επιβίωσης όλων των ειδών αλλά και του ενεργού ρόλου των ανθρώπων στη λειτουργία και στη διατήρηση της ισορροπίας του οικοσυστήματος.

Η δυνατότητα της γνωριμίας με τη φύση αλλά και της φυσικής δραστηριότητας από όλα τα άτομα χωρίς τον αποκλεισμό ατόμων με διαταραχές στην ακοή, αλλά και ατόμων με άλλες αναπηρίες, αποτελεί τον απώτερο στόχο του μονοπατιού. Επίσης, η ανάπτυξη όλων των δεξιοτήτων, που αναφέρθηκαν πιο πάνω, όπως και η **γνωριμία με την αναπηρία**, βοηθούν στο μήνυμα της εποχής για τα ανθρώπινα δικαιώματα και τη συμπερίληψη.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΠΟΝΔΥΛΟΕΙΔΟΥΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ

Η γνωριμία των συμμετεχόντων γίνεται στον **1ο σταθμό στην Είσοδο του Μονοπατιού** πριν από την έναρξη της διαδρομής και είναι καίριας σημασίας για να επιτευχθούν οι στόχοι που έχουν τεθεί. Η Ιστορία του Εθνικού πάρκου, η οποία γνωστοποιείται στους συμμετέχοντες μέσω του λόγου και των εικόνων (κάρτες) από τον συνοδό, καθώς και η εξοικείωση με την Εφαρμογή Αναγνώρισης Φυτών (PlantNet), που έχει στόχο την καταγραφή των φυτών σε όλη τη διάρκεια του μονοπατιού, προετοιμάζουν τους συμμετέχοντες για το μονοπάτι «Κόκκινος Κύκλος».

Στον πρώτο σταθμό γίνεται η προετοιμασία για τη διαδρομή που θα ακολουθηθεί και λίγα μέτρα μετά την είσοδο του μονοπατιού, οι συμμετέχοντες σταματάνε μπροστά από τον κορμό ενός πεσμένου δέντρου για να γνωρίσουν στον **2ο σταθμό** τον Κύκλο Ζωής του Εθνικού πάρκου και να ενεργοποιήσουν την αίσθηση της αφής και της όσφρησης.

Συνεχίζοντας τη διαδρομή, οι συμμετέχοντες θα παρατηρήσουν τη σήμανση που υπάρχει στον Δρυμό, τα πρώτα σημάδια επάνω στους κορμούς των δέντρων ή σε πέτρες ή σε ξύλινες πινακίδες. Σκοπός στον **3ο σταθμό** είναι να γνωρίσουν τη **Σήμανση του Εθνικού πάρκου**, να αναπτύξουν την παρατηρητικότητα, τον προσανατολισμό και την ομαδικότητα τους.

Το φυσικό τοπίο του μονοπατιού συνοδεύει τους συμμετέχοντες, από την αρχή μέχρι το τέλος της διαδρομής, σε ένα κατάφυτο περιβάλλον. Λαμβάνοντας αυτό υπόψη σχεδιάστηκε ο **4ος σταθμός** στον οποίο θα γνωρίσουν τη Χλωρίδα του Εθνικού πάρκου και θα πραγματοποιήσουν την πρώτη Κινητική Δραστηριότητα για να βελτιώσουν την κινητικότητα, την ισορροπία, την αλτικότητα, τον συντονισμό των κινήσεων, τη δύναμη των κάτω άκρων, την ετοιμότητα, την ταχύτητα και να αναπτύξουν την ομαδικότητα τους.

Μετά από τη χλωρίδα, σειρά έχει στον **5ο σταθμό** η γνωριμία με την Πανίδα του Εθνικού πάρκου και ακολουθεί η δεύτερη Κινητική Δραστηριότητα για τη βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, του συντονισμού, της ετοιμότητας, της ευλυγισίας και της ταχύτητας. Τα ζώα βρίσκονται παντού στον Δρυμό και στον **6ο σταθμό** οι συμμετέχοντες θα μάθουν τις Κοινωνικές Συνήθειες των Ζώων, να Αναγνωρίζουν τα Σημάδια των Ζώων στη Φύση καθώς και να σέβονται το περιβάλλον που ζουν τα ζώα. Σε αυτόν τον σταθμό θα αναπτυχθεί η συνεργασία, η αφή και οι δεξιότητες του νου των συμμετεχόντων.

Στην Έξοδο του μονοπατιού θα γίνει ο 7ος σταθμός. Οι συμμετέχοντες πραγματοποιούν την τρίτη Κινητική Δραστηριότητα με σκοπό να βελτιώσουν την κινητικότητα, την ισορροπία, την αλτικότητα, τον συντονισμό, τη δύναμη των κάτω άκρων, την ετοιμότητα και την ταχύτητα και να αναπτύξουν την ομαδικότητα. Ακόμη, παρουσιάζουν τα φυτά που κατέγραψαν κατά τη διάρκεια της διαδρομής. Πριν αναχωρήσουν, ζητείται από τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τα συναισθήματα τους, να περιγράψουν την εμπειρία τους και να αναφέρει ο κάθε ένας δυο πράγματα που μύρισε/ αισθάνθηκε/ είδε/ άκουσε και του έκαναν τη μεγαλύτερη εντύπωση στη διαδρομή ή στις δραστηριότητες.

Κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας στο μονοπάτι και ανάμεσα στους σταθμούς, οι συμμετέχοντες μπορούν να αγγίζουν και να μυρίζουν τη βλάστηση που υπάρχει ανάλογα με την εποχή. Ο συνοδός κάνει όσες στάσεις θεωρεί απαραίτητες για να τονίσει κάποια δέντρα ή φυτά ή ζώα του Εθνικού πάρκου, αφήνοντας την ελευθερία και το χρόνο στους/ στις συμμετέχοντες να αυξήσουν τις αισθήσεις τους (αφή, όσφρηση, όραση, ακοή). Είναι σημαντικό να δίνεται μεγάλη προσοχή από τους συνοδούς κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας, αλλά κυρίως κατά τη διάρκεια των κινητικών δραστηριοτήτων, για να αποφευχθούν οι τραυματισμοί.

Οι Κινητικές Δραστηριότητες που πραγματοποιούνται σε κάποιους σταθμούς χρησιμοποιώντας παραδοσιακά κινητικά παιχνίδια, αποτελούν πολύπλευρες δραστηριότητες και έχουν ως βασικό στόχο τη διατήρηση της κληρονομιάς σε συνδυασμό με τα οφέλη της φυσικής δραστηριότητας. Τα παραδοσιακά παιχνίδια αποτελούν έναν πυλώνα παράδοσης που συνδέει με το παρελθόν και δεν πρέπει να λησμονείται.

Τέλος, είναι χρήσιμη η **δημιουργία μιας κλειστής ομάδας** (π.χ. μέσω viber ή facebook), η οποία θα δώσει τη δυνατότητα για περαιτέρω επικοινωνία μεταξύ των συμμετεχόντων, την σε βάθος χρόνου ανατροφοδότηση από τη διαδρομή του μονοπατιού «Κόκκινος Κύκλος» που μοιράστηκαν και την ανυπομονησία για τη γνωριμία και την ολοκλήρωση καινούριων μονοπατιών.

5.Α1.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1

Η Είσοδος του μονοπατιού «Κόκκινος Κύκλος»

Σκοπός: [α] Γνωριμία με την Ιστορία του Εθνικού πάρκου, [β] Γνωριμία των μελών της ομάδας μεταξύ τους και [γ] Ενεργοποίηση των Δεξιοτήτων του Νου.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

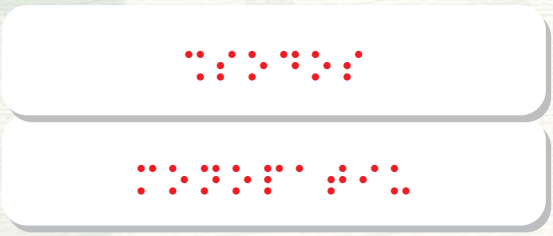
- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Ο πρώτος σταθμός βρίσκεται στη Διασταύρωση της Αεροπορίας, ακριβώς μπροστά από την είσοδο του μονοπατιού. Στόχος στο σταθμό αυτό είναι η γνωριμία με την Ιστορία του Εθνικού πάρκου, η γνωριμία των μελών της ομάδας μεταξύ τους και η ενεργοποίηση των δεξιοτήτων του νου και ειδικά της παρατηρητικότητας από το σύνολο των συμμετεχόντων. Η συνολική διάρκεια υπολογίζεται στα 15 λεπτά.





ΕΙΣΟΔΟΣ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ

5.Α1.1α. Ιστορία του Εθνικού πάρκου [5΄]: Λόγος και Κάρτες (εναλλακτικά χρησιμοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για την ιστορία του Εθνικού πάρκου: έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων)

Ο συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στην ιστορία του Εθνικού πάρκου και, ταυτόχρονα, δείχνει τις ανάλογες κάρτες με εικόνες του Εθνικού πάρκου.

Εναλλακτικά, η ιστορία του Εθνικού πάρκου μπορεί να έχει σταλεί, εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.

5.Α1.1β. Γνωριμία Συμμετεχόντων [5΄]: Μια ομάδα ενώνεται (ένα κομμάτι σκοινί και μια χάντρα διαφορετικού χρώματος σε κάθε συμμετέχων)

Οι συμμετέχοντες βρίσκονται σε κύκλο και κρατάνε όλοι μια ξύλινη χρωματιστή χάντρα οι οποία έχει χαραγμένο το αρχικό γράμμα του ονόματος τους. Ξεκινώντας ο πρώτος, κρατάει ένα κομμάτι σκοινί και λέγοντας το όνομα του στη νοηματική γλώσσα, περνάει τη χάντρα στο σκοινί και το δένει με το σκοινί του διπλανού του. Η διαδικασία συνεχίζεται για όλους τους συμμετέχοντες.

Όταν και ο τελευταίος συμμετέχων περάσει τη χάντρα και δέσει το σκοινί του, ο συνοδός δένει τις άκρες του πρώτου και του τελευταίου σκοινιού δημιουργώντας έναν κύκλο και οι συμμετέχοντες μπαίνουν όλοι μέσα στον κύκλο. Η ομάδα μόλις ενώθηκε και είναι έτοιμη για αλληλεπίδραση, επικοινωνία, ομαδικότητα, συνεργασία, αλληλοβοήθεια, κοινωνικοποίηση, φυσική δραστηριότητα και συναισθήματα!

5.Α1.1γ. Εφαρμογή για Αναγνώριση Φυτών [5΄]: PlantNet και καταγραφή σε όλη τη διάρκεια του μονοπατιού

Οι συμμετέχοντες κατεβάζουν δωρεάν στο κινητό τους τηλέφωνο την εφαρμογή και ο συνοδός τους ενημερώνει για αυτή. Μέσω της εφαρμογής θα μπορούν να αναγνωρίσουν τη χλωρίδα του Εθνικού Πάρκου, καθώς μόλις φωτογραφίσουν ένα φυτό ή ένα λουλούδι ή ένα φύλο, η εφαρμογή θα ανατρέξει στη βάση δεδομένων και θα τους δώσει τις πληροφορίες που χρειάζονται. Παροτρύνονται οι συμμετέχοντες να χρησιμοποιούν την εφαρμογή καθ' όλη τη διάρκεια του μονοπατιού γιατί στον τελευταίο σταθμό θα γίνει παρουσίαση των φυτών που έχει καταγράψει ο κάθε ένας και θα υπάρξει περεταίρω ανάλυση από τον συνοδό για κάποια από αυτά. Στόχος της δραστηριότητας αυτής είναι η γνωριμία με τη χλωρίδα του Εθνικού πάρκου και η αύξηση της παρατηρητικότητας των συμμετεχόντων.

5.Α1.2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2

Ο Κύκλος της Ζωής

Σκοπός: [α] Γνωριμία με τον Κύκλο Ζωής του Εθνικού πάρκου και [β] Ενεργοποίηση της αίσθησης της Αφής και της Όσφρησης.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 10 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Στον πρώτο σταθμό έγινε η προετοιμασία για τη διαδρομή που θα ακολουθηθεί και λίγα μέτρα μετά την είσοδο του μονοπατιού οι συμμετέχοντες σταματάνε, μπροστά από τον κορμό ενός πεσμένου δέντρου για να γνωρίσουν τον Κύκλο Ζωής του Εθνικού πάρκου και να ενεργοποιήσουν την αίσθηση της αφής και της όσφρησης. Η δραστηριότητα θα διαρκέσει περίπου 10 λεπτά.





Ο ΚΥΚΛΟΣ ΖΩΗΣ

Δραστηριότητα: Ο Κύκλος Ζωής [10΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για τον κύκλο ζωής των εντόμων και της φύσης - έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων]

Ο συνοδός αναφέρει τον Κύκλο Ζωής που δημιουργείται στη φύση (φυτά, έντομα, ζώα κτλ), τονίζει τη σημασία του (π.χ. τα υλικά που αποδομούν τα έντομα βοηθούν στη φύση) και ταυτόχρονα, δείχνει τις ανάλογες κάρτες με εικόνες.

Εναλλακτικά, μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, η αντίστοιχη παρουσίαση με πληροφορίες του Κύκλου Ζωής για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου. Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε ζευγάρια και βρίσκουν από ένα σημάδι του Κύκλου Ζωής επάνω ή δίπλα από τον πεσμένο κορμό και μοιράζονται τη νέα γνώση με την υπόλοιπη ομάδα.

5.Α1.3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3

Η Σήμανση

Σκοπός: [α] Γνωριμία με τη Σήμανση των Δρυμών,
[β] Ανάπτυξη της Παρατηρητικότητας και του Προσανατολισμού,
[γ] Ενεργοποίηση των Δεξιοτήτων του Νου και
[δ] Ανάπτυξη της Ομαδικότητας και της Συνεργασίας.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Συνεχίζοντας τη διαδρομή, οι συμμετέχοντες θα παρατηρήσουν τη σήμανση που υπάρχει στον Δρυμό, τα πρώτα σημάδια επάνω στους κορμούς των δέντρων ή σε πέτρες ή σε ξύλινες πινακίδες. Σκοπός είναι να γνωρίσουν οι συμμετέχοντες τη σήμανση του Εθνικού πάρκου, να αναπτύξουν την παρατηρητικότητα, τον προσανατολισμό και την ομαδικότητα τους. Οι δραστηριότητες θα διαρκέσουν περίπου 15 λεπτά.





ΣΗΜΑΝΣΗ

5.Α1.3α. Γνωριμία με τη Σήμανση του Εθνικού πάρκου [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για τη σήμανση του Εθνικού πάρκου: έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων]

Ο συνοδός επισημαίνει τη σήμανση που υπάρχει εκείνη τη στιγμή στη διαδρομή και αναφέρει τους τρόπους σήμανσης που υπάρχουν στον Δρυμό και τον λόγο ύπαρξης τους. Εναλλακτικά, μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, η αντίστοιχη παρουσίαση με πληροφορίες σχετικά με τη σήμανση του Εθνικού πάρκου για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.

5.Α1.3β. Κρυμμένα Μυστικά [10΄]

Επιλέγονται κάποια σημεία κατά τη διάρκεια του μονοπατιού, τα οποία έχουν σήμανση, και εκεί τοποθετούνται πλαστικοποιημένες κάρτες. Οι κάρτες θα έχουν επάνω ένα barcode το οποίο θα σκανάρεται από τους συμμετέχοντες με το κινητό τους και θα τους δίνει έναν γρίφο, τον οποίο θα πρέπει να συνεργαστούν για να λύσουν. Ανάλογα με τα άτομα τα οποία συμμετέχουν, μπορούν να συνεργαστούν για τη λύση των γρίφων ως μια ομάδα ή να χωριστούν σε περισσότερες.

Ο γρίφος θα είναι ανάλογος με την ηλικία των συμμετεχόντων και θα είναι είτε σε μορφή εικόνας, είτε σε μορφή κειμένου και θα σχετίζεται με τη χλωρίδα ή την πανίδα ή την ιστορία του Εθνικού πάρκου. Ο συνοδός βοηθάει εάν χρειαστεί και μόλις οι συμμετέχοντες λύσουν τον γρίφο, δίνει περισσότερες πληροφορίες που σχετίζονται με τη λύση με στόχο τη μάθηση των συμμετεχόντων.



5.Α1.4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4

Η Χλωρίδα του Εθνικού πάρκου

Σκοπός: [α] Γνωριμία με τη Χλωρίδα του Εθνικού πάρκου,
[β] Ενεργοποίηση της Αφής και της Όσφρησης,
[γ] Βελτίωση της Κινητικότητας, της Ισορροπίας, της Αλτικότητας, του Συντονισμού των κινήσεων, της Δύναμης των κάτω άκρων, της Ετοιμότητας, της Ταχύτητας και
[δ] Ανάπτυξη της Ομαδικότητας.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 25 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Το φυσικό τοπίο του μονοπατιού συνοδεύει τους συμμετέχοντες, από την αρχή μέχρι το τέλος της διαδρομής, σε ένα κατάφυτο περιβάλλον.

Λαμβάνοντας αυτό υπόψη σχεδιάστηκε ο επόμενος σταθμός στον οποίο θα γνωρίσουν τη χλωρίδα του Εθνικού πάρκου και θα πραγματοποιήσουν την πρώτη κινητική δραστηριότητα για να βελτιώσουν την κινητικότητα, την ισορροπία, την αλτικότητα, τον συντονισμό των κινήσεων, την δύναμη των κάτω άκρων, την ετοιμότητα, την ταχύτητα και να αναπτύξουν την ομαδικότητα τους. Η διάρκεια αυτού του σταθμού υπολογίζεται στα 25 λεπτά.

5.Α1.4α. Αναφορά στη Χλωρίδα του Εθνικού πάρκου [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για τη Χλωρίδα του Εθνικού πάρκου: έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων]

Πλέον οι συμμετέχοντες έχουν αρχίσει να γνωρίζουν το περιβάλλον και το μονοπάτι έχει ήδη αποτελέσει για αυτούς πόλο έλξης και ως προς το φυσικό τοπίο.

Δέντρα με πυκνό φύλλωμα και μυρωδιές κατακλύζουν τη διαδρομή. Οι συμμετέχοντες αγγίζουν το φύλλωμα τους, αισθάνονται το τραχύ ή στιλπνό φύλλο και αναγνωρίζουν το είδος του δέντρου με τη βοήθεια των συνοδών και χρησιμοποιώντας πληροφορίες και από τα ηλεκτρονικά αρχεία που έχουν σταλεί.

Σε αυτό το σημείο του μονοπατιού, υπάρχουν βρύα και αρωματικά φυτά (ανάλογα με την εποχή) όπως η αγριοτριανταφυλλιά. Ο συνοδός αναφέρεται στη σημασία τους καθώς και στις ευεργετικές τους ιδιότητες.





ΒΡΥΑ



⠠⠁⠛⠗⠊⠕⠞⠗⠊⠁⠝⠞⠁⠋⠥⠇⠇⠊⠁

ΑΓΡΙΟΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΙΑ

Μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, η αντίστοιχη παρουσίαση με πληροφορίες σχετικά με τη χλωρίδα του Εθνικού πάρκου για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.

Πρόταση αξιοποίησης της χλωρίδας του Εθνικού πάρκου θα μπορούσε να αποτελέσει η δημιουργία ενός έντυπου/ ηλεκτρονικού μικρού βιβλίου για τα είδη των φυτών που βρίσκονται κατά μήκος της διαδρομής του μονοπατιού.

5.Α1.4β. Κινητική Δραστηριότητα - Στεφάνια και Κώνοι [20΄]: Βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, της αλτικότητας, του συντονισμού των κινήσεων, της δύναμης των κάτω άκρων, της ετοιμότητας και της ταχύτητας και ανάπτυξη της ομαδικότητας

Πρόκειται για μια κινητική δραστηριότητα η οποία έχει ως στόχο τη βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, της αλτικότητας, του συντονισμού, της δύναμης των κάτω άκρων, της ετοιμότητας, της ταχύτητας και της ομαδικότητας των συμμετεχόντων.

Δημιουργείται από τον συνοδό μια μικρή διαδρομή με στεφάνια και κώνους - εναλλακτικά σχηματίζονται κύκλοι στο έδαφος και τοποθετούνται μεγάλες πέτρες, για να αντικαταστήσουν τα στεφάνια και τους κώνους.

Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε δυο ή περισσότερες ομάδες ανάλογα με τα άτομα. Ο πρώτος παίκτης της κάθε ομάδας βρίσκεται στην αρχή της διαδρομής και κρατάει ένα σκληρό χαρτί πάνω στο οποίο υπάρχει ένα λουλούδι ή ένα μικρό κλαδί με φύλλα. Με το σύνθημα του συνοδού ξεκινάει τη διαδρομή και κάνει άλματα στα στεφάνια/ κύκλους και περνάει γύρω από τους κώνους/ πέτρες.

Στόχος είναι να φτάσει στο τέλος της μικρής διαδρομής και να επιστρέψει όσο πιο γρήγορα γίνεται στην αρχή, χωρίς να πέσει το λουλούδι που κρατάει. Εάν πέσει το λουλούδι επιστρέφει στην αρχή και ξεκινάει πάλι. Στη συνέχεια δίνει το λουλούδι στον επόμενο παίκτη της ομάδας του και κάνει και εκείνος την ίδια διαδρομή.

Νικήτρια είναι η ομάδα στην οποία όλοι οι παίκτες της θα τελειώσουν πρώτοι τη διαδρομή. Η κινητική δραστηριότητα τελειώνει όταν μια από τις ομάδες ολοκληρώσει πρώτη 4 νίκες.



5.Α1.5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5

Η Χλωρίδα και η Πανίδα του Εθνικού πάρκου

Σκοπός: [α] Γνωριμία με την Αναγέννηση του Δάσους,
[β] Γνωριμία με τις Φωλιές των Ζώων και
[γ] Βελτίωση της Κινητικότητας, της Ισορροπίας, του Συντονισμού των κινήσεων, της Ετοιμότητας, της Ευλυγισίας και της Ταχύτητας.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 25 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Κατά τη γνωριμία με τη Χλωρίδα του Εθνικού πάρκου, είναι πρωταρχικής σημασίας να μάθουν οι συμμετέχοντες για την Αναγέννηση του Δάσους και τη σημαντικότητα της για τον Δρυμό. Έπειτα σειρά έχει η γνωριμία με την Πανίδα του Εθνικού πάρκου και ακολουθεί η επόμενη κινητική δραστηριότητα για τη βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, του συντονισμού, της ετοιμότητας, της ευλυγισίας και της ταχύτητας. Η συνολική διάρκεια του 5ου σταθμού υπολογίζεται στα 25 λεπτά.



ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΕΛΑΤΩΝ

5.Α1.5α Αναφορά στην Αναγέννηση Ελάτων [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για την Αναγέννηση του Δάσους στον Δρυμό: έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων]

Σε αυτό το σημείο υπάρχουν πολλά νεαρά έλατα (περίπου 1-2 έτη) και είναι σημαντικό οι συμμετέχοντες να μάθουν να τα αναγνωρίζουν. Ο συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στην αναγέννηση των φυτών που συμβαίνει στο δάσος και τονίζει τη σημασία της. Εναλλακτικά μπορεί να χρησιμοποιηθεί η παρουσίαση που έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων.

5.Α1.5β Αναφορά στην Πανίδα του Εθνικού πάρκου και ειδικότερα στις Φωλιές των Ζώων [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για την Αναγέννηση του Δάσους στον Δρυμό: έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων]

Σε αυτό το σημείο γίνεται αναφορά από τον συνοδό στην πανίδα του Εθνικού πάρκου.

Εναλλακτικά, μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, η αντίστοιχη παρουσίαση με πληροφορίες σχετικά με την πανίδα του Εθνικού πάρκου για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.





ΦΩΛΙΑ ΑΣΒΟΥ

Μπορεί να γίνει μεγαλύτερη αναφορά σε συγκεκριμένα ζώα του Εθνικού πάρκου τα οποία θα έχουν επιλεγεί, στις φωλιές τους και στα χαρακτηριστικά αυτών, όπως για παράδειγμα στον ασβό καθώς εκεί υπάρχει μια φωλιά η οποία έχει άλλη είσοδο και άλλη έξοδο και είναι χαρακτηριστικό γνώρισμα του ασβού.

Πρόταση αξιοποίησης της πανίδας θα μπορούσε να αποτελέσει η δημιουργία ενός μικρού έντυπου/ ηλεκτρονικού βιβλίου για τα είδη των ζώων που βρίσκονται κατά μήκος της διαδρομής του μονοπατιού.

5.Α1.5γ Κινητική Δραστηριότητα - 1/ 2/ 3 ΣΤΟΠ [15΄]: Βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, του συντονισμού των κινήσεων, της ετοιμότητας, της ευλυγισίας και της ταχύτητας

Το σημείο αυτό είναι ανοιχτό και για αυτόν τον λόγο θα πραγματοποιηθεί εκεί η επόμενη κινητική δραστηριότητα της ομάδας η οποία έχει ως στόχο τη βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, του συντονισμού, της ετοιμότητας, της ευλυγισίας και της ταχύτητας των συμμετεχόντων.

Οι συμμετέχοντες τραβάνε μέσα από ένα βαζάκι ένα μικρό ξυλάκι ο κάθε ένας. Το άτομο που θα τραβήξει το ξυλάκι με τη χρωματιστή άκρη ορίζεται ως αρχηγός για την έναρξη της δραστηριότητας και στέκεται απέναντι από τους υπόλοιπους συμμετέχοντες σε απόσταση περίπου 10-20 μέτρων.

Ο αρχηγός γυρίζει πλάτη στους συμμετέχοντες και λέει: “Ένα-δυο-τρία-ΣΤΟΠ”. Στη διάρκεια που έχει γυρισμένη την πλάτη του και καθώς λέει αυτή τη φράση, οι υπόλοιποι συμμετέχοντες πρέπει να πάνε γρήγορα προς το μέρος του. Μόλις ο αρχηγός γυρίσει, οι συμμετέχοντες πρέπει να έχουν πάρει τη στάση ενός ζώου του Εθνικού πάρκου και να μείνουν ακίνητοι.

Όποιος κουνηθεί βγαίνει από το παιχνίδι. Μόλις κάποιος ακουμπήσει τον αρχηγό, ο αρχηγός γυρίζει και κυνηγάει όσους έχουν μείνει στο παιχνίδι. Όποιον πιάσει γίνεται εκείνος αρχηγός. Η κινητική δραστηριότητα τελειώνει μετά από περίπου 15 λεπτά.



5.Α1.6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6

Οι Κοινωνικές Συνήθειες των Ζώων

Σκοπός: [α] Γνωριμία με τις Κοινωνικές Συνήθειες των Ζώων,
[β] Ανάπτυξη της Συνεργασίας και
[γ] Ενεργοποίηση της Αφής και των Δεξιοτήτων του Νου.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Τα ζώα βρίσκονται παντού στον Δρυμό και οι συμμετέχοντες θα μάθουν τις κοινωνικές τους συνήθειες, να αναγνωρίζουν τα σημάδια των ζώων στη φύση καθώς και να σέβονται το περιβάλλον που ζουν τα ζώα. Αυτός ο σταθμός θα διαρκέσει περίπου 15 λεπτά και θα αναπτυχθεί η συνεργασία, η αφή και οι δεξιότητες του νου των συμμετεχόντων.



⠍⠕⠝⠕⠏⠁⠞⠊ ⠍⠑ ⠝⠑⠗⠕

ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΜΕ ΝΕΡΟ

5.Α1.6α. Αναφορά στις Κοινωνικές Συνήθειες των Ζώων [5΄]: Λόγος και Κάρτες [εναλλακτικά αξιοποιείται ηλεκτρονική παρουσίαση για τις κοινωνικές συνήθειες των ζώων: έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων]

Σε αυτό το σημείο του Εθνικού πάρκου υπάρχει ένα μονοπάτι το οποίο γεμίζει συχνά με βρόχινο νερό και τα ζώα το επισκέπτονται είτε για να πιούνε νερό, είτε για λασπόλουτρα (όπως το αγριογούρουνο το οποίο χρειάζεται στοιχεία του χώματος για να διατηρήσει υγιές το τρίχωμα του), είτε για ζευγάρωμα (όπως τα ελάφια).

Παρατηρώντας λοιπόν τις διαφορετικές πατημασιές που υπάρχουν στο χώρο, ο συνοδός αναφέρεται στις κοινωνικές συνήθειες των ζώων και τονίζει το σεβασμό προς τα ζώα.

Εναλλακτικά, μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, η αντίστοιχη παρουσίαση με πληροφορίες σχετικά με τις κοινωνικές συνήθειες των ζώων για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.

5.Α1.6β. Τρισδιάστατα σχήματα πατουσών [10΄]: Αντιστοιχία των πατουσών των ζώων με το σωστό ζώο και αναγνώριση στον περιβάλλοντα χώρο

Έχουν δημιουργηθεί εκ των προτέρων, χρησιμοποιώντας πηλό ή 3D εκτυπωτή, τρισδιάστατα σχήματα με τις πατούσες των ζώων που υπάρχουν στον Δρυμό. Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε ζευγάρια και καλούνται να ταυτίσουν τα τρισδιάστατα σχήματα στις εικόνες των ζώων (ο συνοδός κρατάει το αρχείο με τις φωτογραφίες) και να αναγνωρίσουν τις πατημασιές που υπάρχουν στο έδαφος.

Η δραστηριότητα τελειώνει όταν όλα τα ζευγάρια ταυτίσουν όλες τις πατούσες με τα ζώα και αναγνωρίσουν τις περισσότερες από τις πατημασιές που υπάρχουν στον χώρο.



5.Α1.7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7

Η Έξοδος του Μονοπατιού «Κόκκινος Κύκλος»

Σκοπός: [α] Βελτίωση της Κινητικότητας, της Ισορροπίας, της Αλτικότητας, του Συντονισμού των κινήσεων, της Δύναμης των κάτω άκρων, της Ετοιμότητας και της Ταχύτητας,
[β] Ανάπτυξη της Ομαδικότητας,
[γ] Παρουσίαση των Φυτών που καταγράφηκαν κατά τη διάρκεια της διαδρομής και [δ] Ανατροφοδότηση.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 50 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Ο τελευταίος σταθμός του μονοπατιού «Κόκκινος Κύκλος» του Εθνικού πάρκου της Πάρνηθας, βρίσκεται σε μια μεγάλη άδενδρη έκταση η οποία είναι κατάλληλη για την κινητική δραστηριότητα που θα ακολουθήσει. Οι συμμετέχοντες θα βελτιώσουν την κινητικότητα, την ισορροπία, την αλτικότητα, τον συντονισμό, τη δύναμη των κάτω άκρων, την ετοιμότητα και την ταχύτητα, θα αναπτύξουν την ομαδικότητα και θα παρουσιάσουν τα φυτά που κατέγραφαν κατά τη διάρκεια όλης της διαδρομής του μονοπατιού. Ο τελευταίος σταθμός θα διαρκέσει περίπου 50 λεπτά.



⠠⠭⠕⠙⠕⠎ ⠍⠕⠝⠕⠏⠁⠞⠊⠕⠥

ΕΞΟΔΟΣ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ

5.Α1.7α. Κινητική Δραστηριότητα - Τσουβαλοδρομίες με κώνους [25΄]: Βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, της αλτικότητας, του συντονισμού, της δύναμης των κάτω άκρων, της ετοιμότητας και της ταχύτητας και ανάπτυξη της ομαδικότητας

Πρόκειται για μια κινητική δραστηριότητα η οποία έχει ως στόχο τη βελτίωση της κινητικότητας, της ισορροπίας, της αλτικότητας, του συντονισμού, της δύναμης των κάτω άκρων, της ετοιμότητας και της ταχύτητας και την ανάπτυξη της ομαδικότητας των συμμετεχόντων.

Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε δύο ή περισσότερες ομάδες, ανάλογα με τον αριθμό των συμμετεχόντων, και παίρνουν θέση ο ένας πίσω από τον άλλο. Ορίζεται μια γραμμή για αφετηρία σε κάθε ομάδα και τοποθετούνται κώνοι ή μεγάλες πέτρες κατά μήκος της διαδρομής. Ο πρώτος παίκτης κάθε ομάδας βρίσκεται πίσω από την αφετηρία, μπαίνει μέσα στο τσουβάλι, το κρατάει με τα χέρια του και με το σύνθημα του συνοδού ξεκινάει τις αναπηδήσεις.

Σκοπός είναι να ολοκληρώσει τη διαδρομή χωρίς να χάσει το τσουβάλι και πηγαίνοντας γύρω από τους κώνους. Μόλις φτάσει στον τελευταίο κώνο, τον περνάει και επιστρέφει ξανά στην αρχή. Δίνει το τσουβάλι στο επόμενο μέλος της ομάδας και η δραστηριότητα συνεχίζεται.

Νικήτρια είναι η ομάδα στην οποία όλοι οι παίκτες της θα τελειώσουν πρώτοι τη διαδρομή. Η κινητική δραστηριότητα τελειώνει όταν μια από τις ομάδες ολοκληρώσει πρώτη 4 νίκες.

5.Α1.7β. Παρουσίαση των Φυτών που καταγράφηκαν κατά τη διάρκεια της διαδρομής [10΄]

Δημιουργείται ένας κύκλος από όλους τους συμμετέχοντες και κάθονται οκλαδόν. Ο κάθε συμμετέχων παρουσιάζει δυο από τα φυτά που κατέγραψε στη διαδρομή και του έκαναν τη μεγαλύτερη εντύπωση. Σε συνέχεια αυτής της δραστηριότητας, ζητείται από τον κάθε συμμετέχων να στείλει τις δυο αυτές εικόνες από τα φυτά στην κλειστή ομάδα που έχει δημιουργηθεί, π.χ. στο viber.

Προτείνεται στους συμμετέχοντες να στείλουν τις επόμενες ημέρες και άλλες εικόνες ή να μοιραστούν συναισθήματα και εντυπώσεις από το μονοπάτι «Κόκκινος Κύκλος» στην ομάδα που δημιουργήθηκε. Με αυτόν τον τρόπο, θα ενισχυθεί η επικοινωνία τους και θα αυξηθεί ο δεσμός της ομάδας και θα είναι έτοιμοι να συμμετέχουν και σε άλλες περιπέτειες στον Δρυμό της Πάρνηθας!

5.Α1.7γ. Ανατροφοδότηση [10΄]: Μια Ομάδα λύνεται για να ενωθεί ξανά (δίνεται έμφαση στα συναισθήματα - ένα κομμάτι σκοινί και μια χάντρα διαφορετικού χρώματος χαρίζεται σε κάθε συμμετέχοντα)

Μόλις ολοκληρωθεί η προηγούμενη δραστηριότητα, οι συμμετέχοντες κρατάνε το σκοινί με τις χάντρες που είχαν ενώσει στην αρχή της διαδρομής, όταν ενώθηκαν και έγιναν ομάδα.

Ζητείται από τους συμμετέχοντες να περιγράψουν την εμπειρία τους και να αναφέρει ο κάθε ένας δυο πράγματα που είδε/ άγγιξε/ μύρισε και του έκαναν τη μεγαλύτερη εντύπωση κατά τη διάρκεια της διαδρομής.

Μόλις τελειώσει, λύνει το σκοινί που έχει επάνω τη χάντρα με το αρχικό γράμμα του ονόματος του και φεύγοντας το παίρνει μαζί του ως ενθύμιο αλλά και για να ενωθεί ξανά με την ομάδα αυτή κάποια άλλη στιγμή.

5.Α1.7δ. Επιβίβαση στο λεωφορείο [5΄] και αναχώρηση/επιστροφή

5.Α2. ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΚΟΚΚΙΝΟ ΤΡΙΓΩΝΟ



ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ: 3 ΩΡΕΣ & 50 ΛΕΠΤΑ

ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΑΥΤΟ ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ

Το μονοπάτι «Κόκκινο Τρίγωνο» είναι μια **ευχάριστη πεζοπορική διαδρομή,** μέσα σε **πλούσια** βλάστηση, κυρίως πεύκων, κάποιων φυλλοβόλων δέντρων και αρωματικών φυτών (εξαρτάται από την εποχή). Η διαδρομή είναι πλούσια **σε ακουστικά, απτικά, οσφρητικά και οπτικά ερεθίσματα.** Υπάρχουν **διάφορα σημεία ενδιαφέροντος** όπως πεσμένοι κορμοί, βρύα-λειχήνες, αποτυπώματα ζώων, πηγές, αρωματικά φυτά, η εκκλησία του Αγίου Πέτρου Μόλα κ.α.

Η επιλογή του μονοπατιού έγινε με γνώμονα την **εύκολη πρόσβαση από το δασικό οδικό δίκτυο** του Εθνικού πάρκου και την αύξηση της ασφάλειας των συμμετεχόντων, καθώς μπορούν να παρασχεθούν γρήγορα από το δρόμο οι πρώτες βοήθειες, σε περίπτωση που χρειαστεί. Προτείνεται η ομάδα να συνοδεύεται από εξειδικευμένο Σαμαρίτη ή Διασώστη ή εξειδικευμένους εθελοντές πολιτικής προστασίας για τη μέγιστη ασφάλεια των συμμετεχόντων.

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

Το μονοπάτι «Κόκκινο Τρίγωνο» είναι μια διπλή διαδρομή, μια διαδρομή δηλαδή με επιστροφή στο σημείο έναρξης. Προτείνεται για όλα ανεξαιρέτως τα άτομα και ενδείκνυται για άτομα με διαταραχές όρασης, μέτριας φυσικής κατάστασης, ηλικίας 15-30 ετών. Χαρακτηρίζεται ως **μέτριας έντασης** (κυρίως για τις ομάδες ατόμων με αναπηρία) καθώς το μονοπάτι είναι στενό και με κλίση. Η διαδρομή είναι προσπελάσιμη με την κατάλληλη, κάθε φορά, προετοιμασία και αναλόγως των δυνατοτήτων/ ικανοτήτων των επισκεπτών. **Δύναται να γίνουν προσαρμογές στη διαδρομή, στις δραστηριότητες, στη χρονική διάρκεια κτλ, και για άλλες ευπαθείς ομάδες.** Επιπλέον, ανάλογα με την ηλικία, το επίπεδο των συμμετεχόντων και την αναπηρία, μπορούν να γίνουν στάσεις για ανάπαυση κατά τη διάρκεια της διαδρομής για να ξεκουράζονται οι συμμετέχοντες.

Είναι απαραίτητη η ενδελεχή ενημέρωση των ατόμων που θα συμμετέχουν αναφορικά με την προσβασιμότητα και τον βαθμό δυσκολίας του μονοπατιού. Προτείνεται να υπάρχει συνοδός για κάθε άτομο με διαταραχή της όρασης ώστε να αυξηθεί η εμπειρία του **κατά τη διάρκεια της διαδρομής στο μονοπάτι.** Οι συνοδοί θα δρουν υποστηρικτικά σε όλη τη διαδρομή και θα παρέχουν τη βοήθεια τους, όπου χρειαστεί, και θα περιγράφουν αναλυτικά και όσο πιο παραστατικά γίνεται, τις πλούσιες εικόνες που προσφέρει ο Δρυμός της Πάρνηθας. Θα πρέπει να δίνεται μεγάλη προσοχή από τους συνοδούς κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας, αλλά κυρίως κατά τη διάρκεια των κινητικών δραστηριοτήτων για την αποφυγή τραυματισμών.

Κατά τη διάρκεια της διαδρομής στο μονοπάτι, ο συνοδός κάνει **στάσεις** όπου κρίνει απαραίτητο για να τονίσει ότι θεωρεί σημαντικό **για τον εμπλουτισμό των γνώσεων των συμμετεχόντων**, αφήνοντας την ελευθερία και τον χρόνο στους συμμετέχοντες **να αυξήσουν τις αισθήσεις τους** (αφή, όσφρηση, ακοή, όραση). Επίσης, είναι σημαντικό να δέχεται ερωτήσεις και να λαμβάνει συχνή ανατροφοδότηση από τους συμμετέχοντες, κυρίως για την εμπέδωση του περιεχομένου αλλά και για τη σωματική τους κατάσταση.

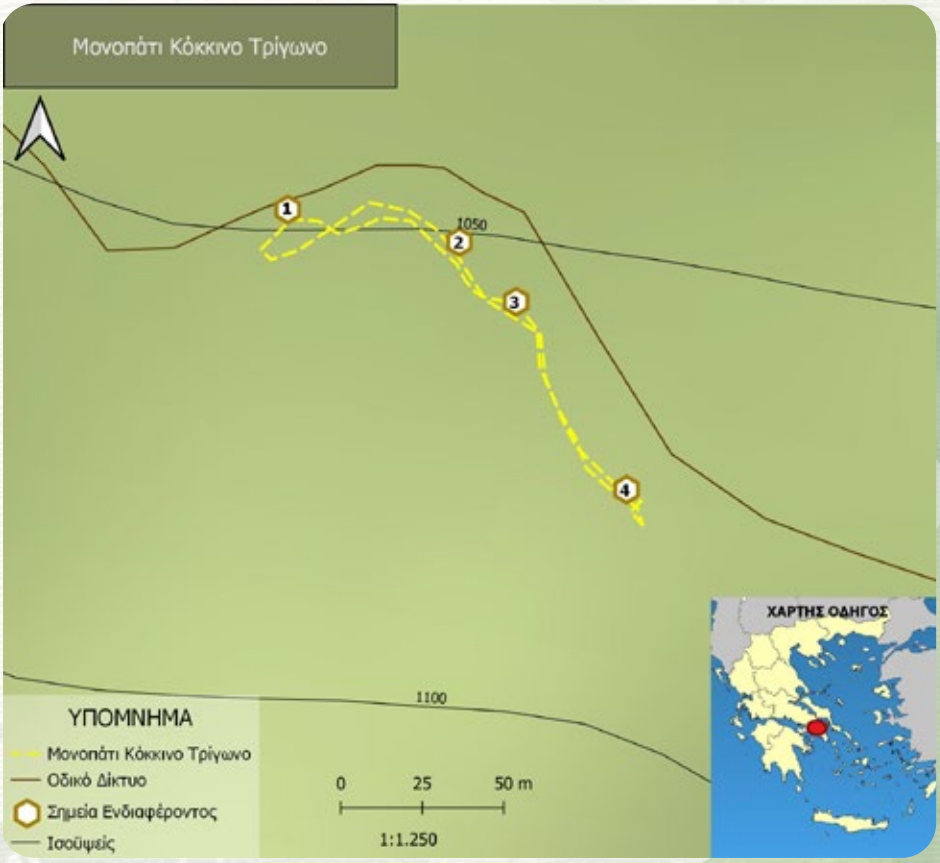
Τέλος, πρέπει να τονιστεί ο σεβασμός που οφείλουν να δείξουν όλοι στη χλωρίδα και στην πανίδα του Εθνικού πάρκου, καθώς εκεί είναι το σπίτι τους και οι άνθρωποι είναι οι επισκέπτες.

Χαρακτηριστικά Διαδρομής

Μονοπάτι: «Κόκκινο Τρίγωνο»
Αφετηρία: Πηγή Μόλας (Εκκλησία Άγιος Πέτρος)
Σημείο Επιστροφής: Πηγή Χαράς
Τερματισμός: Πηγή Μόλας (Εκκλησία Άγιος Πέτρος)
Μήκος μονοπατιού: **1000 μ.**
Υψόμετρα:

- Αρχή **1050 μ.**
- Μέση **1080 μ.**
- Τέλος **1050 μ.**

Βαθμός δυσκολίας: Εύκολος - Μέτριος
Προτεινόμενη περίοδος: Απρίλιος - Οκτώβριος



ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Οι συμμετέχοντες μετά από την ολοκλήρωση του μονοπατιού, αναμένεται να αντιληφθούν και **να κατανοήσουν με ευχάριστο και βιωματικό τρόπο τη χλωρίδα και την πανίδα του Εθνικού πάρκου. Η επαφή με τη φύση, η αύξηση των ερεθισμάτων**, η δυνατότητα καταγραφής των απτικών, οσφρητικών, ακουστικών και οπτικών ερεθισμάτων στις αισθήσεις και στη μνήμη των συμμετεχόντων, αποτελούν τα σημαντικότερα, αλλά όχι τα μόνα, πλεονεκτήματα από την επαφή με το μονοπάτι «Κόκκινο Τρίγωνο».

Με την ολοκλήρωση του εν λόγω μονοπατιού αναμένεται **να αναπτυχθεί και η επιχειρηματική διάθεση** των συμμετεχόντωνκαθώς κάθε σταθμός μπορεί να αποτελέσει το έναυσμα για την αναφορά σε επαγγέλματα, όπως για παράδειγμα του συνοδού βουνού, του περιβαλλοντολόγου, του δασολόγου, του γεωλόγου, του γεωπόνου, του ζωγράφου, κ.ά. Ως εκ τούτου, θα μπορούσαν οι δραστηριότητες να προσαρμοστούν περαιτέρω στην επιχειρηματική διάσταση, για αυτό και η αξιολόγηση της επιχειρηματικότητας σε κάθε σταθμό είναι πολύ υψηλή. Επιπρόσθετα, οι μαρτυρίες των επισκεπτών αναμένεται **να ενισχύσουν την προσέλευση στο μονοπάτι «Κόκκινο Τρίγωνο», αλλά και σε άλλα μονοπάτια του Εθνικού πάρκου της Πάρνηθας, ατόμων με ή χωρίς αναπηρίες**, καθώς παρέχει πολλές δυνατότητες προσαρμογής στην προσπέλασή του και στις δραστηριότητες που μπορούν να γίνουν σε αυτό.

ΠΡΟΣΔΩΚΟΜΕΝΗ ΠΡΟΣΤΙΘΕΜΕΝΗ ΑΞΙΑ

Η αλληλεπίδραση, η επικοινωνία, η ομαδικότητα, η συνεργασία, η αλληλοβοήθεια και η κοινωνικοποίηση, αποτελούν τη βάση για την προσπέλαση και κατά συνέπεια για τη γνωριμία του μονοπατιού «Κόκκινο Τρίγωνο» στον Δρυμό της Πάρνηθας.

Επιπλέον, οι κινητικές δραστηριότητες που γίνονται στους τρεις σταθμούς, αναμένουν την αύξηση της ενασχόλησης των συμμετεχόντων με αντίστοιχες ή διαφορετικές κινητικές δραστηριότητες/ αθλήματα με στόχο τη **βελτίωση της φυσικής κατάστασης, της κινητικότητας, της ισορροπίας, της δύναμης, της ταχύτητας, της ευλυγισίας, του προσανατολισμού, των ρίψεων, της ετοιμότητας, της αντίληψης, και κατ' επέκταση τη βελτίωση της Ποιότητας Ζωής.**

Η επαφή με τη χλωρίδα και την πανίδα του τόπου γίνεται αρωγός στην προσπάθεια για αύξηση του ενδιαφέροντος, της ευαισθητοποίησης, της συνειδητοποίησης της αναγκαιότητας επιβίωσης όλων των ειδών αλλά και του ενεργού ρόλου των ανθρώπων στη λειτουργία και στη διατήρηση της ισορροπίας του οικοσυστήματος.

Η δυνατότητα της γνωριμίας με τη φύση, τη θρησκεία και τον πολιτισμό του τόπου, αλλά και της φυσικής δραστηριότητας, από όλα τα άτομα χωρίς τον αποκλεισμό ατόμων με διαταραχές στην όραση, αλλά και ατόμων με άλλες αναπηρίες, αποτελεί τον απώτερο στόχο του μονοπατιού. Επίσης, η ανάπτυξη όλων των δεξιοτήτων που αναφέρθηκαν παραπάνω, όπως και η **γνωριμία με την αναπηρία**, βοηθούν στο μήνυμα της εποχής για τα ανθρώπινα δικαιώματα και τη συμπερίληψη.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΠΟΝΔΥΛΟΕΙΔΟΥΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ

Η Ιστορία του Εθνικού πάρκου, η οποία γνωστοποιείται στους συμμετέχοντες από τον συνοδό, καθώς και η γνωριμία των συμμετεχόντων, γίνεται στην **Είσοδο του Μονοπατιού κατά τον 1ο σταθμό**, πριν από την έναρξη της διαδρομής και είναι καίριας σημασίας για να επιτευχθούν οι στόχοι που έχουν τεθεί. Η εξοικείωση με την Εφαρμογή Αναγνώρισης Πουλιών (iBird Plus), που έχει στόχο την καταγραφή των πουλιών σε όλη τη διάρκεια του μονοπατιού και η επαφή με την Πηγή Μόλα προετοιμάζουν τους συμμετέχοντες για το μονοπάτι «Κόκκινο Τρίγωνο».

Η ιστορία του Εθνικού πάρκου κατά τον πρώτο σταθμό, προετοίμασε τους συμμετέχοντες για το μονοπάτι και γνωρίζουν ότι **ο 2ος σταθμός** θα είναι η Εκκλησία του Αγίου Πέτρου Μόλα. Εκεί θα έχουν τη δυνατότητα να περιηγηθούν στην εκκλησία και να μάθουν την ιστορία της. Σε αυτόν τον σταθμό θα γίνει και η πρώτη Κινητική Δραστηριότητα, η οποία έχει ως στόχο τη βελτίωση της κινητικότητας, της ταχύτητας, της ισορροπίας, της ετοιμότητας και της ομαδικότητας των συμμετεχόντων.

Φεύγοντας από την εκκλησία, οι συμμετέχοντες θα μάθουν στον **3ο σταθμό** για τη Σήμανση στον Δρυμό και θα ενημερωθούν από τον συνοδό για τη γεωλογία του Εθνικού πάρκου παίρνοντας αφορμή από τον μεγάλο Βράχο.

Συνεχίζοντας την πεζοπορία στο μονοπάτι, οι συμμετέχοντες περιβάλλονται από δέντρα και οι ήχοι από το θρόισμα των φύλλων κατακλύζουν τη διαδρομή. Ένας πεσμένος κορμός δέντρου θα διακόψει τη διαδρομή και θα γίνει η αφορμή για τον **4ο σταθμό** στον οποίο θα γνωρίσουν τον Κύκλο Ζωής του Εθνικού πάρκου και θα ενεργοποιήσουν την αίσθηση της αφής και της όσφρησης.

Στον **5ο σταθμό**, οι συμμετέχοντες θα γνωρίσουν την Υδρολογία, τη Χλωρίδα και την Πανίδα του Εθνικού πάρκου και θα αυξήσουν την αίσθηση της Αφής, της Ακοής και της Γεύσης. **Ο σταθμός «Πηγή Χαράς» έχει οριστεί ως σημείο επιστροφής**, καθώς μόλις τελειώσουν οι δραστηριότητες αυτού του σταθμού, οι συμμετέχοντες θα επιστρέψουν πάλι στην αρχή, ακολουθώντας την ίδια διαδρομή, για να συμμετέχουν και σε άλλες δραστηριότητες στους σταθμούς που είχαν προηγηθεί.

Φεύγοντας από την Πηγή Χαράς, οι συμμετέχοντες επιστρέφουν στον 4ο σταθμό, τώρα πλέον **6ο σταθμό**, εκεί που ήταν ο πεσμένος κορμός του δέντρου. Σε αυτόν τον σταθμό θα αναπτυχθούν οι δεξιότητες του νου των συμμετεχόντων και η καλλιτεχνική τους πλευρά καθώς καλούνται να ανακαλέσουν στη μνήμη τους τον πεσμένο κορμό του δέντρου, τα σημάδια που υπήρχαν επάνω του από τα έντομα, καθώς και το φύλλωμα από τα φυλλοβόλα δέντρα που συνάντησαν στην πηγή χαράς και να τα **ζωγραφίσουν στον Καμβά τους**.

Λίγο πριν τον τελικό σταθμό της διαδρομής, οι συμμετέχοντες καλούνται να πετύχουν τον ¨στόχο¨ τους, που δεν είναι άλλος από την απόκτηση της νέας γνώσης για τον Δρυμό της Πάρνηθας, την εκτέλεση δραστηριοτήτων μέσα στη φύση, τη δημιουργία ευχάριστων αναμνήσεων και την κοινωνικοποίηση.



Στον **7ο σταθμό** θα γίνει η δεύτερη Κινητική Δραστηριότητα που έχει στόχο τη βελτίωση της ικανότητας του προσανατολισμού, της αντίληψης του χώρου, της ικανότητας των ρίψεων, της δύναμης των άνω άκρων και της ταχύτητας καθώς και την ανάπτυξη της ομαδικότητας.

Πριν την Έξοδο από το μονοπάτι, είναι ο **8ος σταθμός**, δηλαδή ο αρχικός 1ος σταθμός, του μονοπατιού «Κόκκινο Τρίγωνο» του Εθνικού πάρκου της Πάρνηθας. Οι συμμετέχοντες μέσω της τρίτης Κινητικής Δραστηριότητας, θα γνωρίσουν ένα παραολυμπιακό άθλημα και μέσω αυτού θα βελτιώσουν την κινητικότητα, την ταχύτητα, τον συντονισμό, τη δύναμη των άνω άκρων, την ευλυγισία, την ικανότητα ρίψεων, την αντίδραση και τον προσανατολισμό, θα αναπτύξουν την ομαδικότητα και θα ενεργοποιήσουν τις δεξιότητες του νου ολοκληρώνοντας τον Χάρτη με τις Τρισδιάστατες Εικόνες.

Εκεί, στον τελευταίο πλέον σταθμό και στον χώρο όπου είχε ξεκινήσει η διαδρομή για το μονοπάτι, οι συμμετέχοντες μοιράζονται τις Εντυπώσεις και τα Συναισθήματα τους από αυτή την εμπειρία και μαθαίνουν να λειτουργούν ενσυναισθητικά, αφού μοιράζονται τα συναισθήματα των άλλων.

Κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας στο μονοπάτι και ανάμεσα στους σταθμούς, οι συμμετέχοντες μπορούν να αγγίζουν και να μυρίζουν τη βλάστηση που υπάρχει ανάλογα με την εποχή. Ο συνοδός κάνει όσες στάσεις θεωρεί απαραίτητες για να τονίσει κάποια δέντρα ή φυτά ή ζώα του Εθνικού πάρκου, αφήνοντας την ελευθερία και τον χρόνο στους συμμετέχοντες να αυξήσουν τις αισθήσεις τους (αφή, όσφρηση, ακοή, όραση). Είναι σημαντικό να δίνεται μεγάλη προσοχή από τους συνοδούς κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας, αλλά κυρίως κατά τη διάρκεια των κινητικών δραστηριοτήτων, για να αποφευχθούν οι τραυματισμοί.

Τέλος, **η δημιουργία μιας κλειστής ομάδας** [π.χ. μέσω viber ή facebook] θα δώσει τη δυνατότητα για περαιτέρω επικοινωνία μεταξύ των μελών της ομάδας και την σε βάθος χρόνου ανατροφοδότηση από τη διαδρομή του μονοπατιού που μοιράστηκαν. Επιπλέον, θα αποτελέσει μια πρώτη αφόρμηση δράσεων διάχυσης της εμπειρίας τους σε άλλους ενδιαφερομένους ώστε να πραγματοποιήσουν με τη σειρά τους αυτή τη διαδρομή.

5.Α2.1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1

Η Είσοδος του μονοπατιού «Κόκκινο Τρίγωνο»

Σκοπός: [α] Γνωριμία με την Ιστορία του Εθνικού πάρκου, [β] Γνωριμία των μελών της ομάδας μεταξύ τους και [γ] Ενεργοποίηση της αίσθησης της Αφής και των Δεξιοτήτων του Νου.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 25 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Ο πρώτος σταθμός βρίσκεται στην Πηγή Μόλας, ακριβώς μπροστά από την είσοδο του μονοπατιού. Στόχος στον σταθμό αυτό είναι η γνωριμία με την Ιστορία του Εθνικού πάρκου, η γνωριμία των μελών της ομάδας μεταξύ τους, η ενεργοποίηση των δεξιοτήτων του νου, ειδικά της παρατηρητικότητας, και η αύξηση των αισθήσεων της αφής και της ακοής από το σύνολο των συμμετεχόντων. Η συνολική διάρκεια υπολογίζεται στα 25 λεπτά.



ΕΙΣΟΔΟΣ ΜΟΝΟΠΑΤΙΟΥ

5.Α2.1α. Ιστορία του Εθνικού πάρκου [5΄]: Εναλλακτικά χρησιμοποιείται ηλεκτρονική ηχητική παρουσίαση για την Ιστορία του Εθνικού πάρκου - έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων

Ο συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στην ιστορία του Εθνικού πάρκου. Συμπληρωματικά, η ιστορία του Εθνικού πάρκου μπορεί να έχει σταλεί, εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.

5.Α2.1β. Γνωριμία Συμμετεχόντων [10΄]: Καρτελάκι με το όνομα γραμμένο με ελληνική γραφή και με γραφή Braille

Έχουν δημιουργηθεί καρτελάκια με τα ονόματα του κάθε συμμετέχοντα με γράμματα της ελληνικής αλφαβήτου και της αλφαβήτου braille. Οι συμμετέχοντες κάθονται οκλαδόν σε έναν κύκλο και τους μοιράζονται τυχαία τα καρτελάκια με τα ονόματα.

Ο πρώτος συμμετέχων διαβάζει δυνατά το όνομα που υπάρχει στο καρτελάκι που κρατάει και μόλις του απαντήσει το άτομο της ομάδας στο οποίο αντιστοιχεί το καρτελάκι, βάζει το καρτελάκι μέσα σε ένα μπαλάκι, το οποίο έχει και κουδουνάκι, και σπρώχνει δυνατά για να κυλήσει και να φτάσει στο άτομο που του απάντησε. Μόλις πιάσει το μπαλάκι ο επόμενος συμμετέχων, βγάζει το καρτελάκι μέσα από το μπαλάκι και το τοποθετεί στην μπλούζα του. Η ίδια διαδικασία συνεχίζεται μέχρι να γνωριστούν όλοι οι συμμετέχοντες μεταξύ τους.

5.Α2.1γ. Εφαρμογή για Αναγνώριση Πουλιών [5΄]: iBird Plus και καταγραφή σε όλη τη διάρκεια του μονοπατιού

Οι συμμετέχοντες κατεβάζουν στο κινητό τους τηλέφωνο την εφαρμογή και ο συνοδός τους ενημερώνει για αυτή. Μέσω της εφαρμογής θα μπορούν να αναγνωρίσουν τα πτηνά που βρίσκονται στον Δρυμό, καθώς μόλις ηχογραφήσουν το κελαϊδισμα ενός πουλιού, η εφαρμογή θα ανατρέξει στη βάση δεδομένων και θα τους δώσει τις πληροφορίες που χρειάζονται.

Παροτρύνονται οι συμμετέχοντεςνα χρησιμοποιούν την εφαρμογή καθ' όλη τη διάρκεια του μονοπατιού γιατί στον τελευταίο σταθμό θα τους ζητηθεί να μοιράσουν τα αρχεία που συνέλεξαν μεταξύ τους. Στόχος της δραστηριότητας αυτής είναι η γνωριμία με τα πτηνά του Εθνικού πάρκου και η αύξηση της παρατηρητικότητας και της ακοής των συμμετεχόντων.

5.Α2.1δ. Είσοδος στο Μονοπάτι [5΄]: Περιγραφή Πηγής Μόλα και Δέντρου (ενεργοποίηση Αφής και Γεύσης)

Ο συνοδός περιγράφει την Πηγή και την Ιτιά που βρίσκεται εκεί (δέντρο μεγάλης ηλικίας) και ζητάει από τους συμμετέχοντες να τα αγγίξουν, να πιούν νερό, εάν θέλουν, και να περιγράψουν την αίσθησή τους από την επαφή τους με το κάθε σημείο ενδιαφέροντος.

5.Α2.2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2

Το Εκκλησάκι του Αγίου Πέτρου Μόλα

Σκοπός: [α] Γνωριμία με την Ιστορία της Εκκλησίας του Αγίου Πέτρου Μόλα- Βιωματική προσέγγιση και Ανακαλυπτική μάθηση, [β] Βελτίωση της Κινητικότητας, της Ταχύτητας, της Ισορροπίας και της Ετοιμότητας και
[γ] Ανάπτυξη της Ομαδικότητας [εκκλησία, προαύλιος χώρος].
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 40 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Στην είσοδο του μονοπατιού έγινε η προετοιμασία για τη διαδρομή που θα ακολουθηθεί και έτσι οι συμμετέχοντες, έχοντας ακούσει την αναφορά για το εκκλησάκι του Αγίου Πέτρου Μόλα, γνωρίζουν ότι μέρος της διαδρομής είναι ο προορισμός για το εκκλησάκι.

Εκεί θα γνωρίσουν την ιστορία της εκκλησίας, θα περιηγηθούν σε αυτήν και θα πραγματοποιήσουν την πρώτη κινητική δραστηριότητα. Η συνολική διάρκεια του 1ου σταθμού υπολογίζεται στα 40 λεπτά.



Η ΕΚΚΛΗΣΙΑ

5.Α2.2α. Στον Αύλειο χώρο της Εκκλησίας [10΄]: Εναλλακτικά χρησιμοποιείται ηλεκτρονική ηχητική παρουσίαση για την ιστορία της εκκλησίας του Αγίου Πέτρου Μόλα - έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων

Φτάνοντας στον αύλειο χώρο της εκκλησίας του Αγίου Πέτρου Μόλα, ο συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στην ιστορία της εκκλησίας (μεταβυζαντινός ναός του 18ου αιώνα) και περιγράφει με αρκετές λεπτομέρειες τον όμορφο ναό και τον αύλειο χώρο που τον περιβάλλει. Ακολουθεί σχετική συζήτηση με θρησκευτικό, πολιτισμικό και περιβαλλοντικό περιεχόμενο.

Συμπληρωματικά, η ιστορία της εκκλησίας μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.

5.Α2.2β. Στην Εκκλησία του Αγίου Πέτρου Μόλα [10΄]: Είσοδος στην Εκκλησία

Οι συμμετέχοντες μπαίνουν στο εκκλησάκι και τους δίνεται χρόνος για να επεξεργαστούν τις τοιχογραφίες και οτιδήποτε άλλο υπάρχει μέσα στο εκκλησάκι.

5.Α2.2γ. Κινητική Δραστηριότητα με στεφάνια και κώνους [20΄]: Βελτίωση της κινητικότητας, της ταχύτητας, της ισορροπίας και της ετοιμότητας και ανάπτυξη της ομαδικότητας

Πρόκειται για μια κινητική δραστηριότητα η οποία έχει ως στόχο τη βελτίωση της κινητικότητας, της ταχύτητας, της ισορροπίας, της ετοιμότητας και της ομαδικότητας των συμμετεχόντων.

Δημιουργείται από τον συνοδό μια μικρή διαδρομή, απαλλαγμένη από εμπόδια, στον επίπεδο προαύλιο χώρο της εκκλησίας. Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε δυο ή περισσότερες ομάδες, ανάλογα με τα άτομα που συμμετέχουν.

Ο πρώτος παίκτης της κάθε ομάδας βρίσκεται στην αρχή της διαδρομής και κρατάει ένα μικρό φυτό ή φύλλο. Με το σύνθημα του συνοδού ξεκινάει τη διαδρομή και προσπαθεί να φτάσει στον συνοδό, ακολουθώντας τον ήχο από το ντέφι που κρατάει (στην άλλη ομάδα χρησιμοποιείται διαφορετικό μουσικό όργανο).

Στόχος είναι να φτάσει ως το τέλος της μικρής διαδρομής, να τοποθετήσει αυτό που κρατάει σε ένα κουτί και να επιστρέψει όσο πιο γρήγορα γίνεται στην αρχή, ακολουθώντας τον ήχο από το ντέφι που κρατάει ο άλλος συνοδός. Μόλις φτάσει εκεί από όπου ξεκίνησε, είναι η σειρά του της επόμενου παίκτη της ομάδας του να κάνει και εκείνος την ίδια διαδρομή. Νικήτρια είναι η ομάδα στην οποία όλοι οι παίκτες της θα τελειώσουν πρώτοι τη διαδρομή.



5.Α2.3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3

Η Σήμανση, ο Βράχος και τα Βρύα

Σκοπός: [α] Γνωριμία με τη Σήμανση των Δρυμών,
[β] Ενεργοποίηση των Δεξιοτήτων του Νου και Αύξηση της παρατηρητικότητας και του Προσανατολισμού και
[γ] Γνωριμία με τη Γεωλογία και τη Χλωρίδα του Εθνικού πάρκου.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Φεύγοντας από την εκκλησία, θα παρακινηθούν οι συμμετέχοντες να παρατηρήσουν τη σήμανση που υπάρχει στον Δρυμό, δηλαδή τα σημάδια επάνω στους κορμούς των δέντρων ή σε πέτρες ή σε ξύλινες πινακίδες. Σκοπός είναι να γνωρίσουν οι συμμετέχοντεςτη σήμανση του Εθνικού πάρκου, να αυξήσουν την παρατηρητικότητα, τον προσανατολισμό και την ομαδικότητα τους. Οι δραστηριότητες θα διαρκέσουν περίπου 15 λεπτά.

5.Α2.3α. Γνωριμία με τη Σήμανση του Εθνικού πάρκου [5΄]: Εναλλακτικά χρησιμοποιείται ηλεκτρονική ηχητική παρουσίαση για τη σήμανση του Εθνικού πάρκου - έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων

Οι υπεύθυνοι έχουν ετοιμάσει και τοποθετήσει σε κατάλληλα σημεία, διαφορετικά σχήματα εκτυπωμένα με 3D εκτυπωτή (ή κατασκευασμένα με πηλό) τα οποία θα ορίζουν τη σήμανση στη διαδρομή του μονοπατιού «Κόκκινο Τρίγωνο». Τα σχήματα έχουν επιλεγεί ώστε να παρουσιάζουν φυτά και ζώα που βρίσκονται στον Δρυμό.

Ο συνοδός επισημαίνει τη σήμανση που υπάρχει εκείνη τη στιγμή στη διαδρομή και αναφέρει τους τρόπους σήμανσης που υπάρχουν στον Δρυμό και τον λόγο ύπαρξης τους. Έπειτα, ζητείται από τους συμμετέχοντες να τα αγγίξουν και να προσπαθήσουν να τα απομνημονεύσουν καθώς θα τους ζητηθεί να τα ανακαλέσουν σε επόμενη ομαδική δραστηριότητα. Σε όλο το μονοπάτι, ο συνοδός θα πραγματοποιεί στάσεις στα σημεία σήμανσης με σκοπό την απομνημόνευση τους από τους συμμετέχοντες.

Συμπληρωματικά, μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, ηχητική παρουσίαση με πληροφορίες σχετικά με τη σήμανση του Εθνικού πάρκου για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.

5.Α2.3β. Ο Βράχος [10΄]

Στο σημείο αυτό της διαδρομής υπάρχουν αρκετά βράχια και οι συμμετέχοντες καλούνται να ακουμπήσουν τον μεγάλο βράχο που βρίσκεται εκεί για να αισθανθούν τη βραχώδη περιοχή. Ακουμπάνε τον βράχο, εντοπίζουν τη στιλπνότητα και συνάμα την «αγριότητα» του.

Οι συμμετέχοντες μπορούν να ρίξουν επάνω στον βράχο μια μικρή πέτρα που θα ηχήσει έντονα και θα τιναχτεί με ορμή προς την αντίθετη κατεύθυνση. Τόσο ο ήχος όσο και η αφή αποτυπώνουν έντονα το υλικό του βράχου και τονίζουν την επιβλητικότητα του τοπίου.



Ο ΒΡΑΧΟΣ

Επάνω στον βράχο υπάρχουν βρύα και λειχήνες τα οποία νιώθουν οι συμμετέχοντες όταν αγγίζουν τον βράχο. Επίσης, ο συνοδός θα κάνει αναφορά στη γεωλογία και στη χλωρίδα του Εθνικού πάρκου. Ειδικότερα θα αναλύσει τα ιζηματογενή πετρώματα, τα βρύα και τις λειχήνες.

Εναλλακτικά, μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, ηχητική παρουσίαση με πληροφορίες σχετικά με τη γεωλογία και τη χλωρίδα του Εθνικού πάρκου για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.

5.Α2.4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4

Ο Πεσμένος Κορμός και ο Κύκλος της Ζωής

Σκοπός: [α] Γνωριμία με τον Κύκλο Ζωής του Εθνικού πάρκου και [β] Ενεργοποίηση της Αφής και της Όσφρησης.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 10 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Συνεχίζοντας την πεζοπορία στο μονοπάτι, οι συμμετέχοντες περιβάλλονται από δέντρα και οι ήχοι από το θρόισμα των φύλλων κατακλύζουν τη διαδρομή. Ένας πεσμένος κορμός δέντρου θα διακόψει τη διαδρομή και θα γίνει η αφορμή για τον επόμενο σταθμό στον οποίο θα γνωρίσουν τον Κύκλο Ζωής του Εθνικού πάρκου και θα ενεργοποιήσουν την αίσθηση της αφής και της όσφρησης. Η δραστηριότητα θα διαρκέσει περίπου 10 λεπτά.



⠠⠝⠑⠎⠍⠑⠝⠕⠎ ⠅⠕⠗⠍⠕⠎

ΠΕΣΜΕΝΟΣ ΚΟΡΜΟΣ

Δραστηριότητα: Αναφορά στον Κύκλο της Ζωής [10΄]: Συμπληρωματικά χρησιμοποιείται ηλεκτρονική ηχητική παρουσίαση για τον κύκλο ζωής των εντόμων και της φύσης στον Δρυμό - έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων

Φτάνοντας στον πεσμένο κορμό, ο συνοδός κάνει μια σύντομη αναφορά στον Κύκλο της Ζωής της χλωρίδας και της πανίδας του Εθνικού πάρκου και τονίζει τη σημασία του (π.χ. τα υλικά που αποδομούν τα ξυλοφάγα έντομα βοηθούν στη φύση).

Οι συμμετέχοντες ακουμπάνε τον κορμό και νιώθουν τα σημάδια του Κύκλου Ζωής επάνω ή δίπλα του και μοιράζονται τη νέα γνώση με την υπόλοιπη ομάδα. Όταν μιλήσουν όλοι οι συμμετέχοντες, περνάνε επάνω ή κάτω από τον κορμό για να συνεχιστεί η διαδρομή στο μονοπάτι.

Εναλλακτικά, μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, ηχητική παρουσίαση στα email των συμμετεχόντων, για την καλύτερη κατανόηση του Κύκλου της Ζωής.

5.Α2.5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5

Η Υδρολογία, η Χλωρίδα και η Πανίδα του Εθνικού πάρκου

Σκοπός: Γνωριμία με [α] την Υδρολογία, [β] τη Χλωρίδα και [γ] την Πανίδα του Εθνικού πάρκου,
[δ] Αύξηση της αίσθησης της Αφής, της Ακοής και της Γεύσης και [ε] Ανάπτυξη της Συνεργασίας.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 35 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Ο σταθμός «Πηγή Χαράς» έχει οριστεί ως σημείο επιστροφής, καθώς μόλις τελειώσουν οι δραστηριότητες αυτού του σταθμού, οι συμμετέχοντες θα επιστρέψουν πάλι στην αρχή, ακολουθώντας την ίδια διαδρομή, και θα συμμετέχουν σε διαφορετικές δραστηριότητες στους σταθμούς που είχαν προηγηθεί.

Η Πηγή Χαράς δίνει την ευκαιρία να γνωρίσουν οι συμμετέχοντες την Υδρολογία, τη Χλωρίδα και την Πανίδα του Εθνικού πάρκου και να αυξήσουν την αίσθηση της Αφής, της Ακοής και της Γεύσης. Η συνολική διάρκεια του 5ου σταθμού υπολογίζεται στα 35 λεπτά.



ΠΗΓΗ ΧΑΡΑΣ

5.Α2.5α. Αναφορά στην Υδρολογία [10΄]: Συμπληρωματικά χρησιμοποιείται ηλεκτρονική ηχητική παρουσίαση για την Υδρολογία του Εθνικού πάρκου - έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων

Το νερό, το πολύτιμο αγαθό της φύσης, κάνει αμέσως την εμφάνιση του πριν ακόμη πλησιάσουν οι συμμετέχοντες, καθώς ακούγεται να βγαίνει από την πηγή.

Στη στάση αυτή, ο συνοδός αναφέρεται στην υδρολογία του Εθνικού πάρκου και κάνει τη σύνδεση με τη γεωλογία της περιοχής, διότι η διάταξη των πετρωμάτων στην Πάρνηθα ευνοεί τη δημιουργία πολλών πηγών. Ακόμη, αξιοποιεί την αναδρομή στο παρελθόν, για να τονίσει την αξία του νερού διαχρονικά.

Οι συμμετέχοντες, ταυτόχρονα με την ομορφιά της φύσης, αντιλαμβάνονται τη χρησιμότητα του νερού για τον άνθρωπο και γενικότερα για τη ζωή. Δίνεται χρόνος για να αγγίξουν την πηγή και να πιούν νερό (εάν θέλουν).

Μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, η αντίστοιχη ηχητική παρουσίαση με πληροφορίες σχετικά με την υδρολογία του Εθνικού πάρκου για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.

5.Α2.5β. Αναφορά στη Χλωρίδα του Εθνικού πάρκου [10΄]: Συμπληρωματικά χρησιμοποιείται ηλεκτρονική ηχητική παρουσίαση για τη Χλωρίδα του Εθνικού πάρκου - έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων

Τα πολλά φυλλοβόλα δέντρα που βρίσκονται ολόγυρα, δίνουν το στίγμα τους με τον ήχο που προκύπτει από το ελαφρύ αεράκι ανάμεσα στα φύλλα. Οι συμμετέχοντες αγγίζουν το φύλλωμα τους, αισθάνονται το τραχύ ή στιλπνό φύλλο και αναγνωρίζουν το είδος του δέντρου με τη βοήθεια των συνοδών και χρησιμοποιώντας πληροφορίες και από τα ηλεκτρονικά αρχεία που έχουν αποσταλεί.

Σε αυτό το σημείο του μονοπατιού, υπάρχουν αρωματικά φυτά (ανάλογα με την εποχή) όπως η λαδακιά, τα οποία κατακλύζουν τον χώρο. Ο συνοδός αναφέρεται στη σημασία τους καθώς και στις ευεργετικές ιδιότητες αυτών.

Μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, η αντίστοιχη ηχητική παρουσίαση με πληροφορίες σχετικά με τη χλωρίδα του Εθνικού πάρκου για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου. Πρόταση αξιοποίησης της χλωρίδας του Εθνικού πάρκου θα μπορούσε να αποτελέσει η δημιουργία ενός έντυπου (σε γραφή braille) ή ηλεκτρονικού ηχητικού μικρού βιβλίου για τα είδη των φυτών που βρίσκονται κατά μήκος της διαδρομής του μονοπατιού.

5.Α2.5γ. Αναφορά στην Πανίδα του Εθνικού πάρκου [5΄]: Συμπληρωματικά χρησιμοποιείται ηλεκτρονική ηχητική παρουσίαση για την Πανίδα του Εθνικού πάρκου - έχει σταλεί από πριν στα email των συμμετεχόντων

Μετά τη γνωριμία με τη Χλωρίδα του Εθνικού πάρκου, σειρά έχει η γνωριμία με την Πανίδα του Εθνικού πάρκου. Είναι σημαντικό να μάθουν οι συμμετέχοντες ποια είναι τα ασπόνδυλα, τα αμφίβια, τα ερπετά, τα πτηνά και τα θηλαστικά του Εθνικού πάρκου, για τις φωλιές, και για τις κοινωνικές τους συνήθειες. Μία από αυτές είναι η συνάντηση γύρω από τις πηγές για να πιούν νερό και λόγω αυτού, στο σημείο αυτό υπάρχουν πολλές πατημασιές.

Ο συνοδός μπορεί να κάνει μεγαλύτερη αναφορά σε συγκεκριμένα ζώα του Εθνικού πάρκου και πρέπει να τονίζει τον σεβασμό που οφείλουν να δείχνουν οι επισκέπτες του Εθνικού πάρκου προς τα ζώα και προς το περιβάλλον που εκείνα ζουν.

Μπορεί να έχει σταλεί εκ των προτέρων, στα email των συμμετεχόντων, η αντίστοιχη ηχητική παρουσίαση με πληροφορίες σχετικά με την πανίδα του Εθνικού πάρκου για την καλύτερη κατανόηση του περιεχομένου.

Πρόταση αξιοποίησης της πανίδας του Εθνικού πάρκου θα μπορούσε να αποτελέσει η δημιουργία ενός έντυπου (σε γραφή braille) ή ηλεκτρονικού ηχητικού μικρού βιβλίου για τα είδη που συναντώνται κατά μήκος της διαδρομής του μονοπατιού.

5.Α2.5δ. Τρισδιάστατα σχήματα πατουσών [10΄]: Αντιστοιχία των πατουσών των ζώων με το σωστό ζώο και αναγνώριση στον περιβάλλοντα χώρο

Σε αυτή τη δραστηριότητα οι συμμετέχοντες θα μάθουν να αναγνωρίζουν τα σημάδια των ζώων στη φύση.

Έχουν δημιουργηθεί εκ των προτέρων, χρησιμοποιώντας πηλό ή 3D εκτυπωτή, τρισδιάστατα σχήματα με τις πατούσες των ζώων που υπάρχουν στον Δρυμό.

Οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε ζευγάρια και καλούνται να ταυτίσουν τα τρισδιάστατα σχήματα στις εικόνες των ζώων (ο συνοδός κρατάει το αρχείο με τις φωτογραφίες) και να αναγνωρίσουν τις πατημασιές που υπάρχουν στο έδαφος.

Η δραστηριότητα τελειώνει όταν όλα τα ζευγάρια ταυτίσουν όλες τις πατούσες που τους έχουν δοθεί με τα αντίστοιχα ζώα και αναγνωρίσουν τις περισσότερες από τις πατημασιές που υπάρχουν στο χώρο.



5.Α2.6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6

Ζωγραφική σε καμβά

Σκοπός: [α] Ενεργοποίηση της Αφής και των Δεξιοτήτων του Νου, [β] Ανάπτυξη της Καλλιτεχνικής Φύσης.

Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.

Διάρκεια: 20 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Φεύγοντας από την Πηγή Χαράς, οι συμμετέχοντες επιστρέφουν στον 4ο σταθμό, εκεί που ήταν ο πεσμένος κορμός του δέντρου.

Αυτός ο σταθμός θα διαρκέσει περίπου 20 λεπτά και θα αναπτυχθούν οι δεξιότητες του νου των συμμετεχόντων και η καλλιτεχνική τους πλευρά.

Δραστηριότητα: Ζωγραφική σε καμβά [20΄]: Ελεύθερη έκφραση

Δίνεται σε κάθε συμμετέχοντα ένας καμβάς και ειδικά χρώματα ζωγραφικής, τα οποία θα τα αναγνωρίσουν τα άτομα με διαταραχές της όρασης από τη γεύση και την όσφρηση (για παράδειγμα το κόκκινο χρώμα μυρίζει και έχει γεύση όπως η ντομάτα). Εναλλακτικά, μπορούν να χρησιμοποιηθούν δακτυλομπογιές που πάνω στο κουτί τους θα υπάρχει το χρώμα γραμμένο με τη γραφή braille ώστε να τα διαβάζουν και να τα χρησιμοποιούν.

Ζητείται από τους συμμετέχοντες να ανακαλέσουν στη μνήμη τους τον πεσμένο κορμό του δέντρου, τα σημάδια που υπήρχαν επάνω του από τα έντομα, καθώς και το φύλλωμα από τα φυλλοβόλα δέντρα που συνάντησαν στην Πηγή Χαράς και να τα ζωγραφίσουν στον καμβά τους.

Μόλις τελειώσουν, θα δώσουν τον καμβά τους στον συνοδό τους, ο οποίος θα τον κρατήσει μέχρι τον τελικό σταθμό. Τέλος, θα περάσουν από πάνω ή από κάτω τον πεσμένο κορμό του δέντρου για να συνεχίσουν τη διαδρομή στο μονοπάτι.

5.Α2.7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7

Στόχος «Κόκκινο Τρίγωνο»

Σκοπός: [α] Βελτίωση του Προσανατολισμού και της Αντίληψης του Χώρου,
[β] Βελτίωση της Ικανότητας των Ρίψεων, της Δύναμης των άνω άκρων και της Ταχύτητας και
[γ] Ανάπτυξη της Ομαδικότητας.

Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.

Διάρκεια: 25 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Το φυσικό τοπίο του μονοπατιού συνοδεύει τους συμμετέχοντες, από την αρχή μέχρι το τέλος της διαδρομής, σε ένα κατάφυτο περιβάλλον. Δέντρα με πυκνό φύλλωμα και μυρωδιές κατακλύζουν τη διαδρομή.

Η ένταση του ήχου από τα φυλλοβόλα δέντρα είναι έντονη και μειώνεται όταν υπάρχουν γύρω ψηλότερα δέντρα, δίνοντας έτσι την ευκαιρία στα άτομα με διαταραχές όρασης να αντιληφθούν καλύτερα τον χώρο που τους περιβάλλει.

Λαμβάνοντας αυτό υπόψην, σχεδιάστηκε ο επόμενος σταθμός στον οποίο θα πραγματοποιήσουν μια κινητική δραστηριότητα για να βελτιώσουν την ικανότητα του προσανατολισμού, της αντίληψης του χώρου, την ικανότητας των ρίψεων, τη δύναμη των άνω άκρων και την ταχύτητα και να αναπτύξουν την ομαδικότητα. Η διάρκεια του σταθμού υπολογίζεται σε 25 λεπτά.



ΣΗΜΕΙΟ ΣΤΟΧΟΥ

Δραστηριότητα: Κινητική Δραστηριότητα - Ρίψεις σε Στόχο [25΄]: Βελτίωση του προσανατολισμού, της αντίληψης του χώρου, της ικανότητας των ρίψεων, της δύναμης των άνω άκρων και της ταχύτητας και ανάπτυξη της ομαδικότητας

Λίγο πριν τον τελικό σταθμό της διαδρομής, οι συμμετέχοντες καλούνται να πετύχουν τον ¨στόχο¨ τους, που δεν είναι άλλος από την απόκτηση της νέας γνώσης για τον Δρυμό της Πάρνηθας, την εκτέλεση δραστηριοτήτων μέσα στη φύση, τη δημιουργία ευχάριστων αναμνήσεων και την κοινωνικοποίηση.

Ένας μεγάλος στόχος σε σχήμα τρίγωνο, βαμμένος κόκκινος, κρέμεται από ένα παχύ κλαδί δέντρου με ένα σκοινί και έχει ένα κουδούνι στη βάση του. Ο συνοδός χωρίζει τους συμμετέχοντες σε δυο ή περισσότερες ομάδες, ανάλογα με τον αριθμό των ατόμων που συμμετέχουν, και τους τοποθετεί απέναντι από τον στόχο, σε απόσταση 3-4 μέτρων.

Με το σύνθημα του συνοδού, ο πρώτοςσυμμετέχωνπαίρνει το υφασμάτινο σακουλάκι με την άμμο και προσπαθεί να πετύχει τον στόχο. Μόλις τον πετύχει (κουνιέται και ακούγεται το κουδουνάκι) πηγαίνει, με τη βοήθεια του συνοδού, να πάρει το σακουλάκι και το δίνει στον επόμενο παίκτη της ομάδας του.

Νικήτρια είναι η ομάδα τα μέλη της οποίας θα έχουν πετύχει όλοι πρώτοι τον στόχο. Η κινητική δραστηριότητα τελειώνει όταν μια από τις ομάδες ολοκληρώσει πρώτη 4 νίκες. Αυτός ο σταθμός θα διαρκέσει περίπου 20 λεπτά.

5.Α2.8. ΣΤΑΘΜΟΣ 8

Η Έξοδος του Μονοπατιού «Κόκκινο Τρίγωνο»

Σκοπός: [α] Ενεργοποίηση των Δεξιοτήτων του Νου,
[β] Βελτίωση της Κινητικότητας, της Ικανότητας των Ρίψεων, της Δύναμης των άνω άκρων, της Ταχύτητας και της Ευλυγισίας,
[γ] Βελτίωση του Συντονισμού, της Αντίδρασης και του Προσανατολισμού στο χώρο,
[δ] Ανάπτυξη της Ομαδικότητας.
[ε] Γνωριμία με Παραολυμπιακό Άθλημα.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30 - Άτομα με διαταραχές ακοής.
Διάρκεια: 60 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Είναι ο τελευταίος σταθμός και ο 1ος σταθμός του μονοπατιού «Κόκκινο Τρίγωνο» του Εθνικού πάρκου της Πάρνηθας.

Οι συμμετέχοντες θα βελτιώσουν την κινητικότητα, την ικανότητα των ρίψεων, τη δύναμη των άνω άκρων, την ταχύτητα, την ευλυγισία, τον συντονισμό, την αντίδραση και τον προσανατολισμό στον χώρο, θα αναπτύξουν την ομαδικότητα και θα ενεργοποιήσουν τις δεξιότητες του νου. Η συνολική διάρκεια αυτού του σταθμού είναι 60 λεπτά.



ΠΗΓΗ ΜΟΛΑ

5.Α2.8α. Χάρτης με Τρισδιάστατες Εικόνες [10΄]: Συνδυασμός πληροφοριών και ανάκληση εμπειριών

Οι συμμετέχοντες, φτάνοντας στον τελευταίο σταθμό και έχοντας πλέον αντιληφθεί το μονοπάτι και όσα το περιβάλλουν, είναι έτοιμοι για τη δραστηριότητα που θα ακολουθήσει.

Χωρίζονται σε δυο ή περισσότερες ομάδες, ανάλογα με τα άτομα που συμμετέχουν, και τους δίνεται ένας τρισδιάστατος χάρτης του μονοπατιού με τους σταθμούς σε τρισδιάστατες εικόνες (από 3D εκτυπωτή ή πηλό): πηγή, εκκλησία, βράχος, πεσμένος κορμός, πατημασιά ζώου. Ο χάρτης δίνει τη δυνατότητα να αντιληφθούν μέσω της αφής τη διαδρομή που ακολούθησαν.

Ζητείται από τους συμμετέχοντες να ανακαλέσουν στη μνήμη τους τη σήμανση που υπήρχε σε όλο το μονοπάτι και να τοποθετήσουν τα τρισδιάστατα σχήματα που τους δόθηκαν στα σωστά σημεία. Τα σχήματα είναι ίδια με τα σχήματα που υπήρχαν κατά τη διάρκεια του μονοπατιού και δήλωναν τη σήμανση. Νικήτρια είναι η ομάδα η οποία θα τοποθετήσει πρώτη τα σχήματα που δηλώνουν τη σήμανση στη σωστή σειρά.

5.Α2.8β. Κινητική Δραστηριότητα [30΄]: Παραλλαγή Goalball - Βελτίωση της κινητικότητας, της ικανότητας των ρίψεων, της δύναμης των άνω άκρων, της ταχύτητας, της ευλυγισίας, του συντονισμού, της αντίδρασης και του προσανατολισμού, η ανάπτυξη της ομαδικότητας και η γνωριμία με ένα Παραολυμπιακό Άθλημα

Το Goalball είναι ένα ομαδικό άθλημα, σχεδιασμένο για τυφλούς αθλητές, και εντάσσεται στα αγωνίσματα των Παραολυμπιακών Αγώνων από το 1980 (παρουσιάστηκε πρώτη φορά στους Παραολυμπιακούς Αγώνες του 1976).

Ο μεγάλος προαύλιος χώρος της εκκλησίας του Αγίου Πέτρου επιτρέπει τη διαφοροποιημένη εκτέλεση αυτού του αθλήματος. Η διαφοροποίηση του έγκειται στον αριθμό των παικτών, στη διάσταση του ¨γηπέδου¨ και σε κάποιους κανόνες του αθλήματος. Χρησιμοποιείται η μπάλα του αθλήματος η οποία ζυγίζει 1,25kg και η περιφέρεια της είναι περίπου 76cm. Στο εσωτερικό της έχει κουδουνάκια ώστε οι αθλητές να αντιλαμβάνονται την κίνηση της.

Οι συμμετέχοντες σε αυτή την κινητική δραστηριότητα χωρίζονται σε δύο ομάδες και κυλάνε την μπάλα του Goalball στο έδαφος. Σκοπός είναι να προωθήσουν τη μπάλα προς το ¨τέρμα¨ της αντίπαλης ομάδας και να βάλουν γκολ. Ως ¨τέρμα¨ ορίζεται μια μεγάλη γραμμή στο πάτωμα την οποία ελέγχει ο συνοδός και ενημερώνει τους συμμετέχοντες σε περίπτωση γκολ. Νικήτρια είναι η ομάδα που θα βάλει πρώτη 6 γκολ.

5.Α2.8γ. Ανατροφοδότηση [15΄]

Μόλις ολοκληρωθεί η προηγούμενη δραστηριότητα, οι συμμετέχοντες πηγαίνουν στο κουτί στο οποίο είχαν τοποθετήσει τα φυτά/ φύλλα στον 2ο σταθμό. Τα επεξεργάζονται προσεκτικά χρησιμοποιώντας την αίσθηση της αφής και της όσφρησης και έπειτα επιλέγουν ένα φυτό ή ένα φύλλο από τον καμβά και το παίρνουν.

Στη συνέχεια κάθονται οκλαδόν σε έναν κύκλο και δίνεται τυχαία σε έναν συμμετέχοντα το μπαλάκι που χρησιμοποιήθηκε για την γνωριμία τους στον 1ο σταθμό.

Ο πρώτος συμμετέχων μοιράζεται με την ομάδα ένα σημείο δραστηριότητα ή οτιδήποτε τον έκανε εντύπωση από τη διαδρομή στο μονοπάτι «Κόκκινο Τρίγωνο» και ένα συναίσθημα το οποίο νιώθει εκείνη τη στιγμή. Έπειτα, βάζει το φυτό/ φύλλο μέσα στο μπαλάκι και σπρώχνει δυνατά για να κυλήσει στον διπλανό συμμετέχων. Εκείνος με τη σειρά του, βγάζει από μέσα το φυτό/ φύλλο που υπάρχει και βάζει μέσα αυτό που είχε διαλέξει αυτός. Η ίδια διαδικασία συνεχίζεται μέχρι να μιλήσει και ο τελευταίος συμμετέχων και να κυλίσει το μπαλάκι στον πρώτο συμμετέχων.

Τα φυτά/ φύλλα τα οποία έχει ο κάθε συμμετέχων στο χέρι του, τα κολλάει επάνω στον καμβά που είχε ζωγραφίσει στον 5ο σταθμό για να ολοκληρωθεί το έργο και να το πάρει μαζί του ως ενθύμιο αυτής της εμπειρίας.

Η δραστηριότητα αυτή θα οδηγήσει τους συμμετέχοντες σε αναστοχαστική διαδικασία, ανάκληση εμπειριών και χαλάρωση, με σκοπό να φύγουν γεμάτοι εμπειρίες και συναισθήματα από τον Δρυμό.

Τέλος, ζητείται από τον κάθε συμμετέχων να στείλει τους ήχους από τα πουλιά, μαζί με την περιγραφή τους, στην κλειστή ομάδα που έχει δημιουργηθεί, π.χ. στο viber. Προτείνεται στους συμμετέχοντες να μοιραστούν περισσότερες εμπειρίες, εντυπώσεις ή συναισθήματα από το μονοπάτι «Κόκκινο Τρίγωνο» στην ομάδα που δημιουργήθηκε.

Με αυτόν τον τρόπο, θα ενισχυθεί η επικοινωνία τους και θα αυξηθεί ο δεσμός της ομάδας και θα είναι έτοιμοι να συμμετάσχουν και σε άλλες περιπέτειες στον Δρυμό της Πάρνηθας!

5.Α2.8δ. Επιβίβαση στο λεωφορείο [5΄] και αναχώρηση/επιστροφή





ΚΟΙΤΑΞΤΕ ΒΑΘΙΑ ΜΕΣΑ ΣΤΗ ΦΥΣΗ

ΚΑΙ ΤΟΤΕ ΘΑ ΚΑΤΑΛΑΒΕΤΕ ΤΑ

ΠΑΝΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ



”

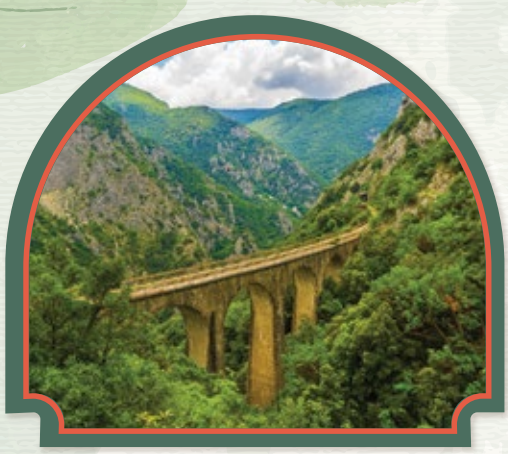
Albert Einstein

Γερμανός Φυσικός



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΟΙΤΗΣ



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΟΙΤΗΣ



ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Στα πλαίσια του Συμποσίου του 9ου Πανελλήνιου Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας «Κωφοί και Ακούοντες εν δράσει» συγκροτήθηκε παιδαγωγική ομάδα για την εκπόνηση Εκπαιδευτικού Οδηγού για ΑμεΑ. Πρόκειται για μια ομάδα επιστημόνων εξειδικευμένων στην Ειδική Αγωγή, που εργάστηκε εθελοντικά για την γνωριμία και την εξοικείωση πληθυσμιακών κοινωνικών μειονοτήτων με τον Εθνικό Δρυμό Οίτης.

Έτσι, παρουσιάζονται τα χαρακτηριστικά του, το όραμα, σημαντικές στιγμές, ευρήματα και περιβαλλοντικοί θησαυροί του Εθνικού Πάρκου.

Η ομάδα του Εθνικού Πάρκου
Οίτης απαρτίζεται από τα εξής άτομα:

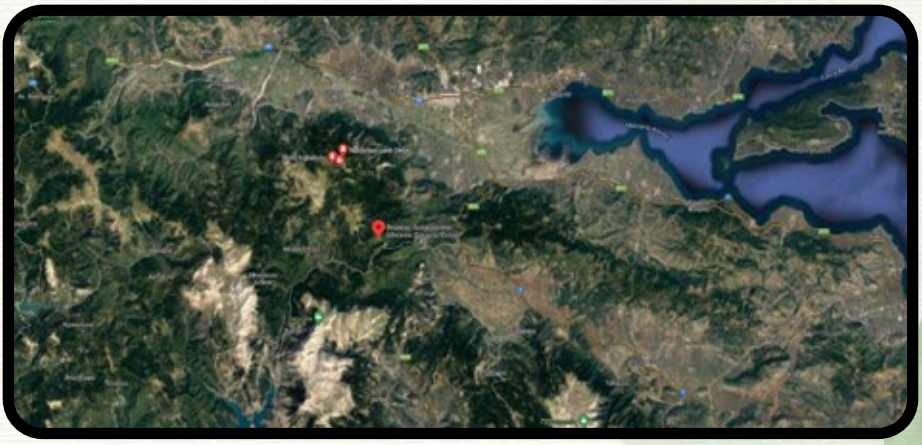
•**Αντωνοπούλου Σοφία** | logosfront@gmail.com
Φιλόλογος Ειδικής Αγωγής

Ευχαριστίες

Στο Φορέα Διαχείρισης Εθνικού Πάρκου Οίτης και συγκεκριμένα στην κ. Σταμέλου Αύρα για την άμεση ανταπόκριση τους στο κάλεσμα μας και την παραχώρηση του υλικού (ενημερωτικού και φωτογραφικού) του Εθνικού Πάρκου Οίτης.

ΟΙΤΗ
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ





Η Οίτη, παλαιότερα γνωστή ως Καταβόθρα, είναι βουνό της Στερεάς Ελλάδας και καταλαμβάνει τμήμα των νομών Φθιώτιδας και Φωκίδας. Η Οίτη συνδέεται στα νότια με την Γκιώνα, δυτικά με τα Βαρδούσια και ανατολικά με το Καλλίδρομο ενώ το όριό της στα βόρεια είναι η κοιλάδα του Σπερχειού. Στις πλαγιές της σχηματίζονται πολλά υδάτινα ρεύματα. Από την Οίτη πηγάζουν ο Μόρνος και ο Γοργοπόταμος. Σημαντικά χωριά στις πλαγιές και στους πρόποδες της Οίτης είναι η Παύλιανη, η Υπάτη και το Μαυρολιθάρι.

Η ψηλότερη κορυφή της, ο Πύργος, έχει υψόμετρο 2.152 μέτρα.[1] Άλλες κορυφές της Οίτης είναι το Γρεβενό (2.114 μ.), ορατό από τη Λαμία και την κοιλάδα του Σπερχειού, το Σέμπι (2.091 μ.), η Αλύκαινα ή Αλουμπόραχη (2.052 μ.) και τα Δύο Βουνά (1.615 μ.).

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ

6.1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το Εθνικό Πάρκο Οίτης αποτελεί προστατευόμενη περιοχή η οποία ιδρύθηκε το 1966 με σκοπό τη διατήρηση και προστασία της πλούσιας πανίδας και χλωρίδας καθώς και των ιδιαίτερων γεωμορφολογικών χαρακτηριστικών του βουνού. Από τα δέκα εθνικά πάρκα είναι το έκτο κατά χρονική σειρά ανακήρυξης και το τρίτο σε έκταση.

Συγκεκριμένα έχει έκταση περίπου 7.000 εκτάρια (περίπου το 1/4 του ορεινού όγκου της Οίτης), από τα οποία τα 3.400 αποτελούν τον πυρήνα και τα υπόλοιπα 3.600 την περιφερειακή ζώνη. Βρίσκεται στο ομώνυμο όρος Οίτη νοτιοδυτικά της Λαμίας και της κοιλάδας του Σπερχειού ποταμού, στο νομό Φθιώτιδας. Υψομετρικά εκτείνεται από τα 400 μ. μέχρι τα 2.116 μ. της κορυφής Γρεβενό.

6.2. ΤΟ ΟΡΑΜΑ

Ο Φορέας Διαχείρισης του Εθνικού Πάρκου Οίτης, Κοιλάδας Σπερχειού και Μαλιακού Κόλπου, είναι Νομικό Πρόσωπο Ιδιωτικού Δικαίου υπό την εποπτεία του Υπουργείου Περιβάλλοντος και Ενέργειας που ιδρύθηκε το 2002, αρχικά με την επωνυμία Φορέας Διαχείρισης Εθνικού Δρυμού Οίτης και σκοπό την προστασία και διαχείριση του Εθνικού Δρυμού Οίτης και της ευρύτερης περιοχής του όρους Οίτη.

Αργότερα, μετονομάζεται σε Φορέα Διαχείρισης Εθνικού Δρυμού Οίτης, Κοιλάδας Σπερχειού και Μαλιακού Κόλπου και η χωρική αρμοδιότητά του αυξάνεται σημαντικά, περιλαμβάνοντας πλέον εκτός από την υφιστάμενη κατά την έναρξη ισχύος του περιοχή ευθύνης, και άλλες πέντε ακόμα περιοχές του Δικτύου Natura 2000 (Κοιλάδα Σπερχειού, Μαλιακός Κόλπος, όρη Καλλίδρομο, Όθρυ και Τυμφρηστό (Βελούχι). Βασικές δράσεις του είναι η παρακολούθηση και προστασία της πανίδας, χλωρίδας και γενικότερα των οικοσυστημάτων της περιοχής ευθύνης του, η φύλαξη-επόπτευσή της και η ενημέρωση-ευαισθητοποίηση της τοπικής κοινωνίας και των επισκεπτών για την ανάγκη προστασίας και αειφορικής διαχείρισης του φυσικού περιβάλλοντος της περιοχής.

6.3. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ

Η ιστορικότητα της περιοχής χάνεται στα βάθη της μυθολογίας.

Σε μικρή απόσταση από τα νοτιο-ανατολικά όρια του εθνικού πάρκου σώζονται ερείπια αρχαίου ναού αφιερωμένου στον μυθικό ήρωα Ηρακλή.

Σύμφωνα με τη μυθολογία, στη θέση αυτή, που ονομάζεται «**Πυρά Ηρακλέους**», **ο Ηρακλής έπεσε στις φλόγες για να λυτρωθεί από τους αφόρητους πόνους, στην προσπάθειά του να ελευθερωθεί από το δηλητηριασμένο με το αίμα του Κένταυρου Νέσσου χιτώνα, που του είχε στείλει να φορέσει η γυναίκα του Δηιάνειρα.** Την πυρά για να καεί ο Ηρακλής άναψε ο Φιλοκτήτης, στον οποίον χάρισε το τόξο και τα βέλη του για να τον ευχαριστήσει. Ο Δίας τότε έριξε έναν κεραυνό στο σημείο που καιγόταν ο ήρωας, τον τύλιξε στα σύννεφα και τον ανέβασε στον Όλυμπο, όπου πλέον αποθεώθηκε, έγινε δηλαδή θεός της δύναμης και της ρώμης.

Κατά την αρχαιότητα, στα νότια της Οίτης βρισκόταν η αρχαία Δωρίδα ενώ στην βόρεια πλευρά της ζούσαν οι Οιταίοι, οι Αινιάνες και οι Μαλιείς. Στα χρόνια της Επανάστασης, η Οίτη αποτέλεσε ορμητήριο αντίστασης στην Τουρκική στρατιά των Κιοσέ Μεχμέτ και Ομέρ Βρυώνη, όταν το 1821 κατέβηκαν να πνίξουν την επανάσταση των Ελλήνων. Στην πλατεία των Κομποτάδων σώζονται τα πλατάνια που στη σκιά τους συσκέφθηκαν ο Δυοβουνιώτης, ο Γκούρας και ο Αθανάσιος Διάκος, πριν από την ηρωική του θυσία στην γέφυρα της Αλαμάνας (Σπερχειού).

Κατά τη διάρκεια του Β΄ Παγκοσμίου πολέμου, η ανατίναξη της γέφυρας του Γοργοποτάμου που βρίσκεται στη βόρεια πλευρά του βουνού, στις 25 Νοεμβρίου 1942 από τις αντιστασιακές ομάδες του ΕΛΑΣ και του ΕΔΕΣ έγινε σύμβολο της αντίστασης του έθνους.



6.4. ΑΞΙΟΛΟΓΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ

Μερικά από τα σημαντικότερα μέρη που μπορεί κανείς να επισκεφτεί στην Οίτη είναι:

6.4.1. Το Οροπέδιο Λιβαδιές, στον πυρήνα του Εθνικού Πάρκου Οίτης, που φιλοξενεί μεγάλο αριθμό φυτικών ειδών με πολλά εντυπωσιακά είδη.

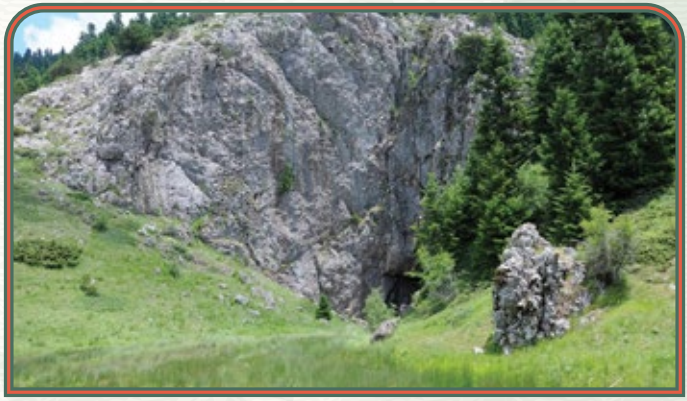


Οροπέδιο Λιβαδιές

6.4.2. Η θέση «**Πυρά Ηρακλέους**» στο οροπέδιο Καταβόθρας, όπου σώζονται ερείπια αρχαίου ναού προς τιμή του μυθικού ήρωα Ηρακλή, καθώς και **το ομώνυμο σπηλαιοβάραθρο** στην ίδια περιοχή.



Πυρά Ηρακλέους



Σπυλαιοβάραθρο Ηρακλέους

6.4.3. Το Κέντρο Ενημέρωσης του Φορέα Διαχείρισης στην Παύλιανη.
Επικοινωνία με τον Φ.Δ.(τηλ.: 22310 59007)



Φορέας Διαχείρισης στην Παύλιανη

6.4.4. Το φυσικό πάρκο αναψυχής στις πηγές του Ασωπού, ο υγρότοπος Τζιρός καθώς και το Μουσείο Υδροκίνησης, ένα κτιριακό πέτρινο συγκρότημα το οποίο στεγάζει το Νεροπρίονο, το Νερόμυλο, το Μαντάνι και την Νεροτριβή στην Παύλιανη.



Πάρκο Αναψυχής

6.4.5. Το Κέντρο Ενημέρωσης στην Υπάτη του έργου LIFE Foropenforests το οποίο παρέχει με απλό και κατανοητό τρόπο πληροφορίες για το φυσικό περιβάλλον των περιοχών του Δικτύου Natura 2000 στην Οίτη, και συγκεκριμένα για τους τύπους οικοτόπων και τα είδη στόχους του έργου. (τηλ. επικοινωνίας: 6979652698)



Κέντρο Περιβαλλόντικης Ενημέρωσης Οίτης

6.4.6. Η Ιερά Μονή Αγάθωνος (τηλ. επικοινωνίας: 22310 95218) και το **Μουσείο Φυσικής Ιστορίας Οίτης** (τηλ. επικοινωνίας: 22310 95236)



Ιερά Μονή Αγάθωνος



Μουσείο Φυσικής Ιστορίας

6.4.7. Το Βυζαντινό Μουσείο Φθιώτιδας και το Βυζαντινό Κάστρο στην Υπάτη (τηλ. επικοινωνίας: 22310 98079)



Βυζαντινό Μουσείο



Βυζαντινό Κάστρο

6.4.8. Το Αστεροσχολείο στην Υπάτη, κέντρο εκπαίδευσης, έρευνας και διάδοσης της επιστήμης της Αστρονομίας (τηλ. επικοινωνίας: 22310 98425, 22310 79881)



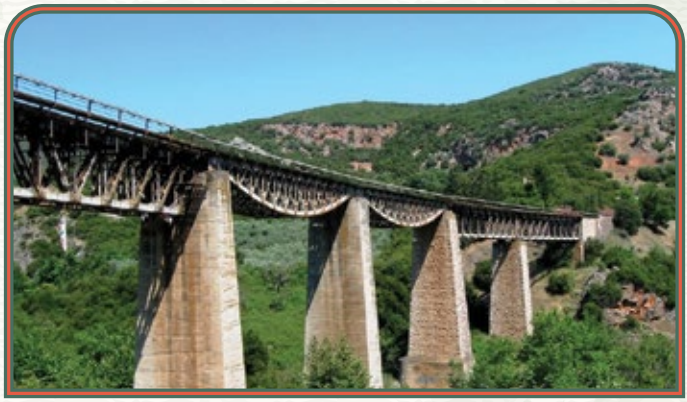
Αστεροσχολείο Υπάτης

6.4.9. Η ιαματική πηγή – υδροθεραπευτήριο στα Λουτρά Υπάτης (τηλ. επικοινωνίας: 22310 59526), από αρχές καλοκαιριού μέχρι το φθινόπωρο



Ιαματική Πηγή-Υδροθεραπευτήριο Λουτρών Υπάτης

6.4.10. Η Γέφυρα του Γοργοποτάμου



Γέφυρα του Γοργοποτάμου

6.5. ΓΕΩΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Η Οίτη αποτελεί παρακλάδι της οροσειράς της Πίνδου και είναι το πέμπτο υψηλότερο βουνό της Στερεάς Ελλάδας, **με ψηλότερη κορφή τον Πύργο (2.152 μ.) Διοικητικά βρίσκεται στα όρια των Περιφερειακών Ενοτήτων Φθιώτιδας και Φωκίδας.**

Η βόρεια πλευρά του βουνού στα πόδια της οποίας απλώνεται η κοιλάδα του Σπερχειού, χαρακτηρίζεται από απότομες πλαγιές και εντυπωσιακά φαράγγια (όπως του Ροδοκάλου, του Καμαριώτη, του Γοργοποτάμου) ενώ η νότια πλευρά του χαρακτηρίζεται από πιο ήπια τοπία.

Στην καρδιά του βουνού συναντάμε μια διαφορετική εικόνα με στρογγυλεμένες βουνοκορφές, ομαλά οροπέδια (Λιβαδιές, Καταβόθρα) και κατάφυτα λιβάδια (Αμαλιόλακα, Ζαμπαντόλακα, Τσουμανόλακα), όπου σχηματίζονται ρυάκια και μικρά εποχικά λιμνία.

Η έντονη παρουσία του νερού στην Οίτη τη διαφοροποιεί σημαντικά από τα γειτονικά της βουνά και παίζει μεγάλο ρόλο στην πλούσια βιοποικιλότητα και την ιδιαίτερη γεωμορφολογία της.

Από την Οίτη πηγάζουν ο Γοργοπόταμος, ο Ασωπός και η Βίστριζα (ο αρχαίος Ίναχος) που με τα νερά τους τροφοδοτούν τον Σπερχειό ποταμό.

6.6. ΧΛΩΡΙΔΑ

Η Οίτη, γνωστή και ως το «βουνό των λουλουδιών», κρύβει έναν ανεκτίμητο χλωριδικό πλούτο, με αξιοσημείωτα είδη που εντυπωσιάζουν με την ομορφιά τους, όπως οι νάρκισσοι, τα κρίνα, οι ορχιδέες, οι βιόλες, οι κρόκοι, οι καμπανούλες, οι κενταύριες, οι πρίμουλες, οι ίριδες κ.α.

Ορισμένα από αυτά είναι ενδημικά της Ελλάδας και των Βαλκανίων, δηλαδή φύονται μόνο στην Ελλάδα και τα Βαλκάνια αντίστοιχα.

Ξεχωριστή περίπτωση αποτελεί η βερονίκη της Οίτης (Veronica oetaea), ενδημικό είδος που απαντάται μόνο στην Οίτη και πουθενά αλλού στον κόσμο.

Συγκεκριμένα, εμφανίζεται μόνο για 2-3 εβδομάδες το χρόνο σε τρία μικρά εποχικά λιμνία, εντός του πυρήνα του Εθνικού Πάρκου, όταν αυτά ξεραίνονται στα τέλη Μαΐου με αρχές Ιουνίου. Σύμφωνα με το Βιβλίο Ερυθρών Δεδομένων των Σπάνιων και Απειλούμενων Φυτών της Ελλάδας (2009) ανήκει στα κρισίμως κινδυνεύοντα είδη, που απειλούνται δηλαδή άμεσα με εξαφάνιση, κυρίως εξαιτίας της πολύ περιορισμένης περιοχής εμφάνισής του.

Όσον αφορά τη βλάστηση, το μεγαλύτερο μέρος του βουνού καλύπτεται από δάση κεφαλληνιακής ελάτης (Abies cephalonica), ενώ μικρότερη έκταση καταλαμβάνουν δάση αείφυλλων πλατύφυλλων (αριές, πουρνάρια, φιλλύκια, κουμαριές, γλιστροκουμαριές), δάση πλατύφυλλης δρυός και μικτά δάση ελάτης-δρυός.

Άξιας αναφοράς είναι και η παρουσία του μαλόκεδρου ή βουνοκυπάρισσου (Juniperus foetidissima) που εμφανίζεται μεμονωμένα ή σε αραιές συστάδες σε βραχώδη σημεία στα άνω όρια των δασών ελάτης.

6.7. ΠΑΝΙΔΑ

Η πανίδα της Οίτης σχετίζεται άμεσα με τα εκτεταμένα δάση κεφαλληνιακής ελάτης που καλύπτουν το βουνό. **Τα δάση αυτά φιλοξενούν ποικιλία θηλαστικών και πτηνών, πολλά από τα οποία είναι μάλλον κοινά και ευρέως διαδεδομένα είδη στα ελληνικά βουνά (π.χ. ζαρκάδι, αγριογούρουνο, αγριόγατα, αλεπού, λαγός, γερακίνα, διπλοσάϊνο, διάφορα είδη νυκτερίδων κ.α.).** Άλλοι οικότοποι πιο περιορισμένης, όμως, έκτασης όπως οι απόκρημνοι γκρεμοί, τα λιβάδια και οι υδάτινοι σχηματισμοί, φιλοξενούν επίσης ποικιλία ειδών μεγάλου ενδιαφέροντος.

Το αγριόγιδο (Rupicapra rupicapra ssp. balcanica) είναι ένα από τα πιο σημαντικά θηλαστικά της περιοχής, καθώς η Οίτη με τα γειτονικά βουνά Γκιώνα και Βαρδούσια αποτελούν το νοτιότερο όριο εξάπλωσης του είδους σε παγκόσμιο επίπεδο, και μάλιστα αποτελεί σύμβολο του Εθνικού Πάρκου Οίτης.

Άλλα εξίσου σημαντικά θηλαστικά που υπάρχουν στην Οίτη και τα οποία συμπεριλαμβάνονται στα απειλούμενα με εξαφάνιση είδη στην Ελλάδα, είναι **ο λύκος (Canis lupus) και η καφέ αρκούδα (Ursus arctos)**, οι πληθυσμοί των οποίων στο βουνό φαίνεται να είναι μικροί, αλλά μόνιμοι πλέον όλο το χρόνο.

Όσον αφορά την ορνιθοπανίδα της Οίτης, αυτή είναι τυπική των ορεινών οικοσυστημάτων και περιλαμβάνει χαρακτηριστικά δασόβια είδη, καθώς και είδη των ορεινών λιβαδιών. Ιδιαίτερα σημαντική είναι η ομάδα των δρυοκολαπτών, **καθώς στην Οίτη διαβιούν 8 από τα 10 είδη δρυοκολαπτών που υπάρχουν στην Ευρώπη.**

Στην Οίτη ζουν και διάφορα είδη αμφιβίων, όπως η σαλαμάνδρα, ο γραικοβάτραχος, η κιτρινομπομπίνα και ο αλπικός τρίτωνας που συμπεριλαμβάνεται στα απειλούμενα με εξαφάνιση είδη στην Ελλάδα.

Η ερπετοπανίδα εμφανίζει αρκετά ενδιαφέρον, κυρίως στα χαμηλότερα υψόμετρα του βουνού, με χαρακτηριστικά είδη τη μεσογειακή χελώνα, την κρασπεδοχελώνα, τη πρασινόσαυρα, τη τοιχόσαυρα, το στεφανοφόρο, τον λαφιάτη και την οχιά. Τέλος, η Οίτη εμφανίζει μεγάλη ποικιλία ασπονδύλων. Τα λεπιδόπτερα, κοινώς πεταλούδες αποτελούν μια ομάδα με ιδιαίτερο ενδιαφέρον στην περιοχή καθώς περιλαμβάνει ορισμένα σπάνια και απειλούμενα είδη, **όπως η εντυπωσιακή Parnassius apollo.**



6.8. ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΤΟΠΙΟΥ

Η πλούσια βιοποικιλότητα και τα εναλλασσόμενα τοπία, δίνουν ιδιαίτερη αξία στον χαρακτήρα του βουνού, **που θεωρείται ένα από τα αγαπημένα βουνά των φυσιολατρών, των πεζοπόρων, των ορειβατών και των ποδηλατών.**

6.9. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Το βουνό πλαισιώνεται από όμορφα και γραφικά χωριά (συνολικά 22), από όπου ξεκινάνε όμορφα μονοπάτια, άλλα μικρότερης και άλλα μεγαλύτερης δυσκολίας, τα οποία διατρέχουν το βουνό μέσα από πανέμορφα τοπία και ανεπανάληπτες θέσεις θέας.

Οι παραδοσιακές ασχολίες των κατοίκων της Οίτης είχαν να κάνουν με το αλπικό τοπίο. **Βόσκηση των κοπαδιών, επεξεργασία γάλακτος και παραγωγή γιαουρτιού ήταν οι βασικές δραστηριότητες στα βοσκοτόπια.** Τα μονοπάτια που δημιούργησαν οι βοσκοί για να μετακινούνται με τα κοπάδια τους από τα ορεινά βοσκοτόπια στα πεδινά λιβάδια χρησιμοποιούνται ακόμα σήμερα από τους περιπατητές.

6.10. ΑΝΑΨΥΧΗ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

Ορισμένοι χώροι αναψυχής εντός του Εθνικού Πάρκου που αξίζουν να αναφερθούν **είναι το ορεινό καταφύγιο της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ορειβασίας & Αναρρίχησης (ΕΟΟΑ) σε υψόμετρο 1760 μ., που όμως βρίσκεται εκτός λειτουργίας, το οροπέδιο Λιβαδιές, η βρύση του Καλόγερου (ή Χότζα), οι διάφορες θέσεις θέας κατά μήκος των μονοπατιών.**



6.11. ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

-Υπάτη – πηγές Αμαλιόβρυση - Περδικόβρυση – Καταφύγιο Οίτης
-Καταφύγιο Οίτης – θέση Καρίτσα – Λουτρά Υπάτης
-Καταφύγιο Οίτης – κορυφές Γρεβενό, Αλύκαινα, Πύργος – Νεοχώρι
-Υπάτη – Κάστρο – Υπάτη
-Υπάτη – καταρράκτης Κρεμαστός – Υπάτη (Το μονοπάτι των Φαρμακίδων)
-Υπάτη – θέση Περιβόλια – εκκλησάκι Αρσαλής
-Καστανιά – Καπνοχώρι – Υπάτη
-Καστανιά – κορυφή Πετρωτός – Υπάτη
-Καστανιά - διάσελο Πάθενας
-Διάσελο Πάθενας – κορυφή Αετός
-Διάσελο Πάθενας – κορυφή Τούρλα – εκκλησάκι Άγιοι Απόστολοι
-Νεοχώρι – Δρακοπηδήματα – κορυφή Πύργος – Άγιοι Απόστολοι – Νεοχώρι (Το μονοπάτι των Τσοπάνηδων)
-Αργυροχώρι – θέση Αμπελάκι
-Παύλιανη – Καταβόθρα, Πυρά Ηρακλέους – Παύλιανη (Το μονοπάτι του Ηρακλή)
-Οροπέδιο Καταβόθρας – κορυφή Πύργος – οροπέδιο Καταβόθρας
-Μεσόραχος – παρκάκι Παύλιανης – Παύλιανη
-Παύλιανη – υγρότοπος Τζιρός, οικισμός Κούβελος – Σ.Σ. Ασωπού
-Σ.Σ. Ασωπού - Ηράκλεια (αρχαία Τραχίνια) (Το μονοπάτι των σιδηροδρομικών)



Α
ΧΑΡΤΕΣ

6.Α. ΧΑΡΤΕΣ



PHOTO: Διαδρομή Περδικόβρυση -Υπάτη



PHOTO: Μονοπάτι Φαρμακίδων



PHOTO: Διαδρομή Περδικόβρυση - Αμαλιόβρυση

Β
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

6.Β. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΑΥΤΑ ΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

Η πρόσβαση στον Δρυμό της Οίτης είναι εφικτή βόρεια μέσω της Υπάτης και νότια από τα χωριά Παύλιανη ή Πυρά μέσω χωματόδρομων, μέτριας βατότητας, και με ψηλό όχημα ή 4x4. Επιλέξαμε την βόρεια πλευρά του βουνού, στους πρόποδες της οποίας απλώνεται η κοιλάδα του Σπερχειού, γιατί εμφανίζει έντονο ανάγλυφο με απότομες πλαγιές και εντυπωσιακά φαράγγια, όπως του Γοργοποτάμου, του Κάκαβου, του Καμαριώτη, του Ροδοκάλου και του Γερακάρη. Μέσα στα φαράγγια αυτά απαντώνται συχνά μικροί ή μεγαλύτεροι καταρράκτες, όπως ο Κρεμαστός, που θεωρείται ο μεγαλύτερος της Στερεάς Ελλάδας.

Ανεβαίνοντας, οι εναλλαγές των γεωλογικών σχηματισμών και η παρουσία των ασβεστόλιθων και του φλύσχη, καθορίζουν την επιφανειακή ροή των νερών αλλά και την υπόγεια κίνησή τους, μέσα στο «δαιδαλώδες» δίκτυο καταβοθρών και σπηλαίων. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να απαντώνται πλήθος από πηγές και παραδοσιακές βρύσες (Αμαλιόβρυση, Περδικόβρυση, βρύση Καλόγερου), καθώς και αρκετά ρέματα μικρά και μεγάλα. Στην καρδιά του μονοπατιού «Περδικόβρυση – Αμαλιόβρυση» συναντούμε το κατάφυτο από αγριολούλουδα λιβάδι «Αμαλιόλακα».

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

Το μονοπάτι των Φαρμακίδων είναι πλούσιο σε παραποτάμια βλάστηση και προσφέρει έντονες συγκινήσεις στον περιπατητή. Η αισθητική του τοπίου αποτελεί ισχυρό οπτικό ερέθισμα, η αποτομη πλαγιά ανεβάζει την αδρεναλίνη, ενώ το τρεχούμενο νερού του καταρράκτη προσφέρει μοναδική αίσθηση δροσιάς.

Σε μεγαλύτερο υψόμετρο, βαδίζοντας το Μονοπάτι «Περδικόβρυση – Αμαλιόβρυση» ο επισκέπτης έχει την δυνατότητα να εξοικειωθεί με την ορεινή βλάστηση. Το τοπίο πιο άγριο, πιο παρθένο, με την οσφητική εικόνα των λουλουδιών να ζωντανεύει την φαντασία, το κελάημα των πουλιών να συνιστά μοναδική μουσική υπόκρουση, ενώ το ανάφλυφο των πετρωμάτων να αποτελεί απτή απόδειξη του ιδιαίτερου φυσικού κάλλους.

ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η περιήγηση στα επιλεγμένα μονοπάτια θα αποζημιώσει αισθητηριακά τον επισκέπτη, προσφέροντας δύο διαφοτερικές όψεις του Εθνικού πάρκου. Η φύση στην Οίτη επιστρατεύει όλες τις δυνάμεις της, ώστε με τρόπο βιωματικό να διαπιστώσει κανείς το απαράμιλλο κάλλος της.

ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΗ ΠΡΟΣΤΙΘΕΜΕΝΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΑΞΙΑ

Παράλληλα, ο επισκέπτης εκτός της τέρψης αλλά και του δέους, της ηρεμίας αλλά και δράσης, της ησυχίας αλλά και των ήχων, θα έχει την ευκαιρία να αντλήσει πολύτιμες γνώσεις γύρω από τις ιαματικές ιδιότητες των βοτάνων της Οίτης, να εξακτινιστεί στο παρελθόν με όχημα τους μύθους και τα ιστορικά γεγονότα, να αθληθεί, να δροσιστεί πίνοντας νερό στις βρύσες (καθώς θα αντιληφθεί τον κύκλο του νερού), και - αν είναι τυχερός -να γευτεί λαχταριστές αγριοφράουλες.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΠΟΝΔΥΛΟΕΙΔΟΥΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ

Έχοντας επιλέξει την βορειοδυτική πλευρά της Οίτης, θα περιγηθούμε στο Μονοπάτι των Φαρμακίδων, μια κυκλική διαδρομή πέντε σταθμών, για να ζήσουμε έντονες στιγμές μέσα σ' ένα πανέμορφο τοπίο με αρκετές εναλλαγές.

Στη συνέχεια, με τζιπ 4x4 ακολουθώντας την βασική δασική οδική αρτηρία που διατρέχει την προστατευμένη περιοχή από το ένα ως το άλλο άκρο, θα ανεβούμε σε μεγαλύτερο υψόμετρο, προκειμένου να πορευτούμε το Μονοπάτι «Περδικόβρυση – Αμαλιόβρυση», μέρος της ευρύτερης διαδρομής «Υπάτη – Καταφύγιο», για να γνωρίσουμε το πιο άγριο πρόσωπο της φύσης. Και σ' αυτή την περίπτωση θα σταθούμε σε πέντε σημεία, ενώ θα επιστρέψουμε από τον ίδιο δρόμο.



6.Β1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1

Μονοπάτι: Ανεμότρυπα
Σκοπός: Γνωριμία με τα βότανα της Οίτης.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Κωφοί & Βαρύκοοι.
Διάρκεια: 25 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Η «Ανεμότρυπα» είναι ένα βάραθρο κοντά στο ρέμα του Ξηριά, που χρησιμοποιούνταν στο παρελθόν για την τέλεση μαγείας. Κατά την αρχαιότητα οι Φαρμακίδες θεωρούνταν μάγισσες. Πιο γνωστές ήταν η Αγαονίκη και η Μυκάλη.

Επρόκειτο για γυναίκες που αναγνώριζαν πολλά βότανα που ενδημούν στην περιοχή και ήξεραν τις ιδιότητες τους. Έτσι, τα συνέλεγαν και στα πλαίσια ειδικών μυστηριακών τελετών τα χρησιμοποιούσαν άλλοτε για να παρασκευάσουν δηλητήρια (καλή χρήση) και άλλοτε ιαματικά φάρμακα (καλή χρήση).

Στα νεότερα χρόνια, ξακουστή ήταν η γριά Λύουσα Αρμάγου, που, όπως δηλώνει και το όνομά της, έλυνε τα μάγια. Στο βάθρο της «Ανεμότρυπας» υπήρχαν λεκάνες λαξευμένες πάνω στα βράχια και εντός των οποίων πραγματοποιούνταν αυτά τα μυστήρια.

- Μπορείτε να σκεφτείτε μερικούς λόγους χρήσης μαγικών;
- Μπορείτε να σκεφτείτε μερικούς λόγους χρήσης θεραπευτικών και αρωματικών βοτάνων.

Ενδεικτικά, οι θεραπευτικές ιδιότητες μερικών βοτάνων της Οίτης:

6.Β1.1. Αγγελική: βότανο ιδανικό για την γυναίκα:
Για τόνωση, φλέγμα, σπασμούς, φουσκώματα, τυμπανισμό, ρευματισμούς, αρθρίτιδα.

Λέγεται ότι οι αρχιτέκτονες της αρχαίας Ελλάδας εμπνεύστηκαν τις αυλακωτές κολώνες των ναών από το κομψό, αυλακωτό στέλεχος της αγγελικής της αγρίας ή από κάποιο παραπλήσιο είδος σκιαδοφόρων.

Αν παραβάλουμε το στέλεχος του φυτού με μία δωρική κολώνα μένουμε κατάπληκτοι από την ομοιότητα. Η Αγγελική ήταν γνωστή από το Μεσαίωνα, όπου πίστευαν ότι το φυτό είχε θεία προέλευση για αυτό και το χρησιμοποιούσαν σε τελετές και λειτουργίες, αφού μόνο με έργο του Θεού μπορούσε να συγκριθεί η δράση της.

Θεραπευτικές ιδιότητες του φυτού
-Η ρίζα και οι σπόροι του φυτού δρουν ως αντισπασμωδικό, αρωματικό, άφυσο, εφιδρωτικό, διουρητικό, εμμηναγωγό, αποχρεμπτικό, διεγερτικό, στομαχικό, τονωτικό.
-Χρησιμοποιείται κατά των κολικών, κατά του κρυολογήματος, κατά του πυρετού και των δηλητηριάσεων.
-Γενικά δρα εναντίον όλων των φαινομένων της ατονίας του πεπτικού συστήματος και των νευρικών πονοκεφάλων.
-Με τη μορφή πομάδας χρησιμοποιείται σε ρευματισμούς, αρθρίτιδες και παθήσεις του δέρματος.
-Έχει επίσης ιδιότητες αντιβακτηριακές και αντιμυκητιακές. Χρησιμοποιείται ακόμη ως καρδιοτονωτικό και ως ευεργετικό για τα μάτια.
-Από τη ρίζα της εξάγεται το αιθέριο έλαιο της αγγελικής, που έχει τονωτικές και δυναμωτικές ιδιότητες.
-Το αφέψημα του φυτού χρησιμοποιείται για θεραπεία βρογχικού άσθματος, καταρροή, βήχα και δυσπεψία.
-Τα φύλλα μπορούν να χρησιμοποιηθούν σαν κομπρέσα, σε φλεγμονές του στήθους.
-Τα φύλλα χρησιμοποιούνται επίσης με καταπλάσματα, σε περιπτώσεις μωλώπων (πρέπει να ξέρουμε πάντως πως, όταν το φυτό ξεραθεί, τα φύλλα χάνουν τη χρησιμότητά τους για καταπλάσματα).



Άλλες χρήσεις της Αγγελικής.
-Οι μίσχοι και οι σπόροι της αγγελικής χρησιμοποιούνται στη ζαχαροπλαστική και συγκεκριμένα το στέλεχος και τα φύλλα χρησιμοποιούνται σε γλυκίσματα και ζαχαρωτά.
-Οι σπόροι της χρησιμοποιούνται ως καρύκευμα και τα φύλλα και οι νεαροί βλαστοί ως αρωματικό στις σαλάτες.
-Χρησιμοποιείται επίσης ως παρασιτοκτόνο (η σκόνη των καρπών του) και παράγει μία καλή κίτρινη χρωστική ουσία.
-Το αιθέριο έλαιο της αγγελικής χρησιμοποιείται στην Παρασκευή κάποιων λικέρ, όπως η Βενεδικτίνη κλπ.

Παρασκευή – δοσολογία
-Αφέψημα: ρίξτε 1 κ.γ κομμένη ρίζα σε ένα φλιτζάνι νερό, βράστε το και κατόπιν χαμηλώστε τη φωτιά και αφήστε το να σιγοβράσει για 2 λεπτά. Κατεβάστε το από τη φωτιά και αφήστε το για 15 λεπτά. Πίνετε 1 φλιτζάνι τρεις φορές την ημέρα.
-Βάμμα: 2-5 ml βάμματος τρεις φορές την ημέρα.
-Υπό μορφή σκόνης της ρίζας, χρησιμοποιείται δύο φορές την ημέρα, σε ποσότητα μιας πρέζας, με την ίδια ποσότητα νερού.

6.Β1.2. Αγριμόνιο: – για πονόλαιμο, λαρυγγίτιδα, φαρυγγίτιδα, αμυγδαλίτιδα, ουλίτιδα, άφθες, πληγές, μυκητιάσεις, τραύματα, ημικρανίες, διάρροια

Σύμφωνα με την παράδοση, το φυτό πήρε την ονομασία του από το γνωστό για τις βοτανολογικές του γνώσεις βασιλιά του Πόντου Μιθριδάτη Ευπάτορα, που πέθανε το 63 π.χ. Οι αρχαίοι Έλληνες το χρησιμοποιούσαν για προβλήματα ματιών, οι Αγγλοσάξονες το χρησιμοποιούσαν για να γιατρεύουν δαγκώματα από φίδια και οι Ινδιάνοι για προβλήματα πυρετού.



Ο Διοσκουρίδης το χρησιμοποιούσε για τη θεραπεία του έλκους. Το οινώδες (ή με ξίδι) αφέψημα του φυτού κατά των φλεγμονών των όρχεων, ενώ γαργάρες με το αφέψημά του δρα εναντίον της φλεγμονής του φάρυγγα και των φωνητικών χορδών.

Αργότερα, αποτελούσε κύριο συστατικό του «νερού του αρκεβούζιου», ενός γιατρικού για τις πληγές από πυροβόλο όπλο στο πεδίο της μάχης.

Θεραπευτικές δράσεις και χρήσεις:

-Το φυτό είναι στυπτικό και επουλωτικό σε πληγές, πρηξίματα, μώλωπες και διαστρέμματα.

-Είναι διουρητικό, χρησιμοποιείται για το σάκχαρο και το σακχαροδιαβήτη, κατάλληλο βότανο για νεφρά, σπουδαίο για πονόλαιμο και λαρυγγίτιδα.

-Είναι πολύτιμο και ευεργετικό για τις ασθένειες του λαιμού και του στόματος.

-Συμβάλλει στην πέψη.

-Έχει εξαιρετική αντιδιαρροϊκή δράση και χρησιμοποιείται με επιτυχία σε πεπτικές διαταραχές που συνοδεύονται από διάρροια, σε παθήσεις του εντέρου (εντερίτιδα) αλλά και σε χρόνιες παθήσεις του ήπατος.

-Ανακουφίζει από τον πόνο και ρίχνει τον πυρετό ενώ παρέχει και ανοσοενισχυτικές ιδιότητες. Χρόνια οι βοτανολόγοι το συστήνουν για την αντιμετώπιση κρυολογημάτων γρίπης και άλλων παθήσεων.

-Είναι στηπτικό και βοηθάει στην επούλωση των πληγών.

-Είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικό στη θεραπεία της χρόνιας φαρυγγίτιδας (απώλεια φωνής) σε τραγουδιστές ή σε ανθρώπους που μιλούν συχνά σε κοινό.

-Ο λαός χρησιμοποιούσε το αγριμόνιο ανέκαθεν εναντίον της χρόνιας βλεννόρροιας, κατά των αιμορραγιών και σε γαργάρες, κατά των κρίσεων της αμυγδαλίτιδας.

-Οι χωρικοί το χρησιμοποιούν επίσης σαν τσάι, για το ωραίο του άρωμα αλλά και σαν γιατρικό κατά της ημικρανίας.

-Είναι αποτελεσματικό κατά των κολικών, των εμετών, κατά του βήχα, ενώ το αφέψημά του είναι χρήσιμο στους ασθματικούς, κατά της νεφρίτιδας, του χρόνιου πνευμονικού κατάρρου, της καχεξίας, της αιματουρίας, των δερματικών παθήσεων, της βρογχίτιδας και των ρευματισμών.

-Ενισχύει τα λευκά αιμοσφαίρια για να αντιμετωπίσουν τα μικρόβια, καμιά φορά μάλιστα όπως δείχνουν οι μελέτες, καλύτερα και από την εχινάκεια, γεγονός που δεν μπορεί κανείς να το περάσει απαρατήρητο.

-Τα φύλλα του είναι εξαιρετικά και για την αναιμία.

Άλλες χρήσεις

Μερικά φύλλα αγριμονίου στο μπάνιο μας, ανακουφίζουν ένα πονεμένο και με μεγάλη κούραση σώμα.



Παρασκευή – δοσολογία
-1 κουταλάκι του γλυκού σε ένα φλιτζάνι βραστό νερό. Κάθε κουταλάκι βότανο αντιστοιχεί με ένα ποτήρι νερό. Το αφήνουμε να μουλιάσει 10 λεπτά, το σκεπάζουμε και μετά αφού το σουρώσουμε το πίνουμε. Ποτέ καυτό αλλά χλιαρό. Μπορούμε να πίνουμε μέχρι και τέσσερα φλιτζάνια την ημέρα.
-Για γαργαρισμούς με το αφέψημα του φυτού χρησιμοποιούμε 100 γρ. ξερά φύλλα σε 1 λίτρο νερό, το βράζουμε μέχρι να μείνει το 1/3 και προσθέτουμε 50 γρ. μέλι.

Αφέψημα

Το τσάι των φύλλων του είναι κατά της ημικρανίας, της δυσπεψίας και της διάρροιας. Επίσης με αφέψημα του αγριμονίου προτείνονται οι γαργάρες για τον καθαρισμό της φωνής. Βράζουμε 30 με 50 γραμμάρια σε ένα λίτρο νερό και πίνουμε τρεις φορές την μέρα από ένα φλυτζάνι ανάμεσα στα γεύματα.
-Αν αφήσουμε την ρίζα του να μουλιάσει σε νερό φέρνει ανακούφιση στην δυσκοιλιότητα και τονώνει το συκώτι.
-Εξωτερικά, το έγχυμά του χρησιμοποιείται σαν λοσιόν για το μολυσμένο βλεννογόνο του στόματος και του λάρυγγα και για τοπικές εφαρμογές σε πληγές.

Κατάπλασμα

Σε περιπτώσεις με πρηξίματα, στραμπούληγμα ή μώλωπες, μπορεί να παρασκευασθεί μία πάστα με ξίδι, πίτουρα και φύλλα αγριμονίου.

6.Β1.3. Διάφορα άλλα θεραπευτικά φυτά & βότανα (1)
Αλόη: για διαβήτη, τραύματα, αντισηψία, έκζεμα, έγκαυμα, τόνωση.
Αμαμελίδα: για κιρσούς, αιμορραγίες, αντισηψία, πονοκεφάλους, δερματίτιδες, στοματίτιδα, αμυγδαλίτιδα.
Αψιθιά ή Αρτεμισία: – για διαβήτη, ακανόνιστη έμμηνος ρύση, εμετούς.
Βασιλικός: για πονοκεφάλους, νεύρα, άφθες, σπασμούς, στομαχόπονο.
Βαλεριάνα: το ηρεμιστικό της φύσης – για ηρεμιστικό, αυπνίες, νεύρα.
Βάλσαμο ή Σπαθόχορτο: για τραύματα, αντισηψία, πόνους, αυπνίες, φλεγμονές, ηρεμιστικό.
Γαϊδουράγκαθο: για κίρρωση του ήπατος, αποτοξίνωση του συκωτιού.
Δάφνη: για συνάχι, πυρετό, φουσκώματα, βρογχίτιδα, αντισηπτικό, άλατα, ορεκτικό, ρευματισμούς.

Δενδρολίβανο: για χοληστερίνη, πονόδοντος, τονωτικό, τριχόπτωση, πιτυρίδα.
Δίκταμο: για συνάχι, γρίπη, ρευματισμούς, πονοκεφάλους, πεπτικό, επούλωση τραυμάτων, μώλωπες.
Δυόσμος: για στομαχικούς πόνους, ταχυπαλμίες, σπασμούς, αυπνίες, ναυτία, ημικρανίες, τρέμουλο.
Ευκάλυπτος: για άσθμα, αναπνευστικά, έρπη χειλιών, αντισηψία, βήχα, φλεγμονές, ψείρες κεφαλής, εξανθήματα (καλόγερους, σπυριά)
Ζαμπούκος: για φλέγματα, εφίδρωση, καταρροή, συνάχι, γρίπη, κρύωμα, πονόδοντο, αμυγδαλίτιδα, διουρητικό.
Θυμάρι: για αντισηψία, πυρετό, δερματικές λοιμώξεις, πεπτικό, τόνωση, νευρικές συσπάσεις εντέρων και στομάχου.
Ιβίσκος: για πεπτικά προβλήματα, δυσκοιλιότητα, αυξημένα λιπίδια
Ιτιά: για αντισηψία, πόνους, ρευματισμούς, συνάχι, κρύωμα.
Κυπαρισσάκι: για πέτρες νεφρών, διαβήτη, προστάτη, κυστίτιδα.
Λάβδανο: για φλέγματα, καταρροή, αυπνίες, πονόδοντο.
Λεβάντα: για καρδιά, αυπνίες, γενικούς πόνους, ίλλιγο.
Λυκίσκος: για διαβήτη, χοληστερίνη, νεύρα, αυπνίες.
Μαντζουράνα: για στομαχικούς πόνους, τυμπανισμό, αυπνίες, κοιλόπονους.

6.Β1.4. Μελισσόχορτο: για αυπνίες, υπέρταση, ουρικό οξύ, ταχυκαρδίες.
–Το μελισσόχορτο ανέκαθεν ήταν το αγαπημένο φυτό των μελισσοκόμων. Ήταν γνωστό από τους πολύ αρχαίους χρόνους και χρησιμοποιείτο για πολλούς σκοπούς.

Ο Διοσκουρίδης πρότεινε τα φύλλα του μελισσόχορτου για τις πληγές και πρόσθετε το φυτό στο κρασί για να θεραπεύσει διάφορες ασθένειες. Ο Πλίνιος το χρησιμοποιούσε για να σταματά τις αιμορραγίες. Κατά τον 10ο αιώνα, οι άραβες γιατροί το συνιστούσαν για την αντιμετώπιση του άγχους και της νευρικότητας.

Θεραπευτικές δράσεις

-Το μελισσόχορτο περιέει πολυφαινόλες που βοηθούν στην καταπολέμηση βακτηρίων, τα οποία προκαλούν μολύνσεις, όπως ο στρεπτόκοκκος και τα μυκοβακτήρια και ευγενόλη που είναι φυσικό αναισθητικό και βοηθά στην ανακούφιση του πόνου των τραυμάτων.

-Το μελισσόχορτο χρησιμοποιείται ιατρικώς, σαν αφέψημα ή σε μορφή εκχυλίσματος. Χρησιμοποιείται σαν αγχολυτικό, ήπιο καταπραϋντικό ή κατευναστικός παράγοντας. Σε τουλάχιστον μία μελέτη, έχει βρεθεί ότι είναι αποτελεσματικό στη μείωση του άγχους.
-Ανακουφίζει την ένταση και το στρες, μειώνοντας έτσι την κατάθλιψη.
-Ασκεί τονωτική επίδραση στην καρδιά και το κυκλοφορικό σύστημα, προκαλώντας διαστολή των περιφερειακών αγγείων, μειώνοντας έτσι, την πίεση του αίματος.
-Το φυτό χάρη στην αντιβιοτική του δράση, βοηθά στην αντιμετώπιση του έρπητα του στόματος.
-Το μελισσόχορτο και τα παρασκευάσματά του, επίσης, έχουν δείξει ότι βελτιώνουν τη διάθεση και την πνευματική απόδοση.
-Το βότανο επίσης, ανακουφίζει το λείο μυϊκό ιστό της πεπτικής οδού, αποτελώντας ένα πολύ καλό χωνευτικό.

6.Β1.5. Διάφορα άλλα φυτά & βότανα (2)
Μέντα: για αντισηψία, πονόλαιμο, χώνεψη, συνάχι, ξερόβηχα, γρίπη, κακοσμία στόματος - Το όνομα μέντα προέρχεται από τη λατινική λέξη mentha, που με τη σειρά της προέρχεται από την ελληνική λέξη μίνθη. Η Μίνθη κατά την αρχαιότητα ήταν βουνό της Τριφυλίας και νύμφη του Άδη και το φυτό ήταν αφιερωμένο στον Άδη. Το αρωματικό φυτό προέρχεται από την Ανατολή.

Οι Άραβες εδώ και αιώνες πίνουν τσάι μέντας ως διεγερτικό της σεξουαλικής τους ικανότητας. Από την αρχαιότητα έως και σήμερα έχει χρησιμοποιηθεί εκτεταμένα ως αρωματικό στην μαγειρική, την οινοποιία και την φαρμακευτική.
Μολόχα: για πονόλαιμο, βήχα, άσθμα, γαστρίτιδα, φαρυγγίτιδα, λαρυγγίτιδα.
Παπαρουνόσπορος: για βήχα, αυπνίες, σπασμούς, νεύρα
Ρίγανη: για δυσκοιλιότητα, πεπτικά προβλήματα, βρογχίτιδα, κόπωση.
Τίλιο: για ημικρανίες, ίλιγγο, ζαλάδες, αυπνίες, συνάχι, δυσπεψία, αρθριτικά

Τριβόλι: το βότανο της σεξουαλικής υγείας στους άντρες:
-αυξάνει την έκκριση τεστοστερόνης ενεργοποιώντας τον οργανισμό αυξάνοντας τα επίπεδα της ωχρινοτρόπου ορμόνης, η οποία ελέγχει την ανάπτυξη των διάμεσων κυττάρων που εκκρίνουν την τεστοστερόνη στο σώμα.
-βοηθά στη σπερματογένεση αυξάνοντας τον αριθμό και την κινητικότητα των σπερματοζωαρίων, αυτός είναι και ο λόγος που έχει ονομαστεί το βιάγκρα της φύσης.

στις γυναίκες:
- τονώνει την σεξουαλική τους διάθεση
- βελτιώνει την αναπαραγωγική τους λειτουργία και την ωορρηξία
- βοηθάει σε περιπτώσεις προεμμηνορροϊκού συνδρόμου
- ρυθμίζει τις ορμόνες κατά την περίοδο της εμμηνόπαυσης
- μειώνει τα ψυχοσωματικά προβλήματα που προκαλούνται από αυτή, τα οποία μπορεί να είναι αϋπνία,
υπερένταση, άσχημη διάθεση, πόνος στην κοιλιακή χώρα,
υπερευαισθησία και υπεραιμία, χωρίς να προκαλεί αύξηση της αρτηριακής πίεσης.

Τσουκνίδα: για τραύματα, άγχος, κόπωση, διουρητικό, καθαρτικό.

6.Β1.6. Φασκόμηλο: το βότανο της Αθανασίας – για τόνωση, διαβήτη, εύκολη πέψη, πρόωρη εμμηνόπαυση, μυικούς πόνους, υπερβολική εφίδρωση -Χρησιμοποιείται από τα πολύ αρχαία χρόνια.

Οι αρχαίοι Έλληνες το θεωρούσαν ιερό φυτό και το είχαν αφιερώσει στο θεό Δία. Οι γυναίκες στην αρχαία Ελλάδα υποδέχονταν τους άνδρες από τον πόλεμο με ένα ρόφημα από φασκόμηλο για να «διεγείρουν» τη γονιμότητα. Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι έδιναν στις γυναίκες να πίνουν φασκόμηλο, για να αυξήσουν τη γονιμότητά τους. Οι Άραβες αναρωτούνται: «Πώς μπορεί ο άνθρωπος να πεθάνει, όταν έχει στον κήπο του φασκόμηλο;» και πίστευαν ότι μπορούσε να θεραπεύσει τα πάντα. Οι σπουδαίες ιδιότητες του φασκόμηλου εκθειάζονται από το Θεόφραστο, τον Ιπποκράτη, Διοσκουρίδη, Γαληνό, Αέτιο κ.α. Οι Λατίνοι ονόμαζαν τη φασκομηλιά, ιερό φυτό (herba sacra). Τη θεωρούσαν το ιερό φυτό της αθανασίας και τη χρησιμοποιούσαν σε τελετές, ενώ εκείνοι της Σχολής του Σαλέρνο έλεγαν για το φασκόμηλο ότι δεν υπάρχει άλλο, καλύτερο φάρμακο κατά του θανάτου. Οι Κινέζοι, στους οποίους γνώρισαν τη φασκομηλιά οι Ολλανδοί, την εκτίμησαν τόσο πολύ ώστε άλλαζαν 2 κιβώτια τσαγιού δικού τους με 1 κιβώτιο φασκόμηλου.

Θεραπευτικές δράσεις
-Η πιο αξιοσημείωτη θεραπευτική αρετή του φασκόμηλου είναι ότι παρεμποδίζει την εφίδρωση
(η δράση αυτή αρχίζει 2 ώρες μετά την πρόσληψη του ποτού και μπορεί να κρατήσει πολλές μέρες).
-Επίσης έχει αντιβιοτική, αντιμυκητική, αντισπασμωδική και υπογλυκαιμική δράση.



-Σταματά την παραγωγή γάλακτος, είναι αντιφυσητικό, σπασμολυτικό, τονωτικό, αντιδιαρροϊκό και έχει οιστρογόνο επίδραση.
-Ασκεί βλεννολυτική δράση (βήχας, ιγμορίτιδα).
-Σαν στυπτικό, διεγερτικό και τονωτικό, προκαλεί μια θερμότητα στο στομάχι, διευκολύνει τη χώνεψη, προκαλεί τη διούρηση, επιταχύνει την κυκλοφορία, ασκεί σημαντική επίδραση στον εγκέφαλο και σαν αντισπασμωδικό και κατευναστικό φάρμακο, μετριάζει τον ερεθισμό του νευρικού συστήματος.
-Είναι το ισχυρότερο προοιστρογονικό βότανο, χρήσιμο ως εκ τούτου, στα συμπτώματα της εμμηνόπαυσης και δυσμηνόρροιας (εμμηναγωγό), ιδιαίτερα στις εφιδρώσεις.
-Το φασκόμηλο με τη μορφή αφεψήματος είναι ιδανικό για την θεραπευτική του στόματος σε περίπτωση τραυματισμών, άφτρων, φαρυγγίτιδας και κατά της ουλίτιδας.
-Διεγείρει τα νεύρα, τα επινεφρίδια και το κυκλοφορικό σύστημα. Συνιστάται για κάθε μορφή ατονίας και αδυναμίας, νευρικής αδυναμίας, τρόμου, ίλιγγου και νευραλγιών.
-Δρα κατά του σακχάρου, των ρευματισμών, της ουρικής αρθρίτιδας και της διάρροιας.
-Το φασκόμηλο χάριν στη δράση των αντιοξειδωτικών έχει την ικανότητα να αποσβένει τις ελεύθερες ρίζες που παράγονται στον άνθρωπο από διάφορους μηχανισμούς και που είναι υπεύθυνες για πολλές χρόνιες παθήσεις.
-Τονώνει και αναζωογονεί τους κουρασμένους και πονεμένους μύες. Ανακουφίζει τις κράμπες.
-Το έλαιο ή τα αποξηραμένα φύλλα προστίθενται στο ζεστό νερό και γίνονται γαργάρα. Το συγκεκριμένο βότανο έχει αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες και παρέχει ένα χαλαρωτικό αίσθημα στο λαιμό.
-Το φασκόμηλο (κυρίως το αιθέριο έλαιο) βελτιώνει τη μνήμη αλλά και τη διαδικασία επεξεργασίας πληροφοριών.
-Λέγεται ότι οξύνει τη διάνοια και ιδιαίτερα την οξυδέρκεια.
-Βοηθά στα τσιμπήματα από κουνούπια και σφήκες, τρίβοντας με τα φρέσκα φύλλα του φασκόμηλου, το ερεθισμένο σημείο.
-Είναι ευεργετικό για τα μαλλιά, αν το χρησιμοποιούμε στο ξέβγαλμα.
-Στη μαγειρική χρησιμοποιείται για τον αρωματισμό διαφόρων ζωμών, φαγητών και του ξιδιού ενώ θεωρείται και μελισσοτροφικό φυτό παρέχοντας μέλι εκλεκτής ποιότητας.
-Το ποδόλουτρο με έγχυμα φασκόμηλου δροσίζει και ασκεί αποσμητική δράση.
-Βελτιώνει το χρώμα των σκούρων και γκρίζων μαλλιών. Τονώνει και δίνει λάμψη στα ξηρά και ευαίσθητα μαλλιά.

-Είναι στυπτικό, σαν μάσκα στο πρόσωπο.
-Ως καλλυντικό συνιστάται για λιπαρά δέρματα, ως μάσκα για βαθύ καθαρισμό του προσώπου και ως ατμόλουτρο.
-Η αντιοξειδωτική δράση του, το κάνει χρήσιμο στη βιομηχανία τροφίμων αφού είναι συντηρητικό και αντικαθιστά τα συνθετικά συντηρητικά, στις βιομηχανίες παραγωγής και συσκευασίας προϊόντων τυριών, λαχανικών, επεξεργασμένων τροφών και αναψυκτικών.
-Το φασκόμηλο χρησιμοποιείται και στην αρωματοποιία.
-Η γεύση του είναι αρκετά πιπεράτη και ταιριάζει πολύ με λιπαρά κρεατικά και τυριά. Επίσης ταιριάζει με ψάρια και θαλασσινά.

Παρασκευή - Δοσολογία

Έγχυμα

Ρίξτε ένα φλιτζάνι βραστό νερό σε 1-2 κ.γ φύλλα και αφήστε το για 10 λεπτά και μετά, σουρώνετε. Πίνετε τρεις φορές την ημέρα.

Βάμμα

2-4 ml βάμματος τρεις φορές την ημέρα.

Πλύσεις του στόματος

Ρίξτε 2 κ.γ φύλλα σε ½ λίτρο νερό, βράστε το και κατόπιν, κατεβάστε το από τη φωτιά και αφήστε το σκεπασμένο για 15 λεπτά. Κάντε βαθιές γαργάρες με το ζεστό ρόφημα επί 5-10 λεπτά, αρκετές φορές την ημέρα.

Έμβρεγμα

Βάζουμε 80 γρ. φύλλα μέσα σε 1000 γρ. κρασί Σάμου και τα αφήνουμε να μουσκέψουν για 8 μέρες. Παίρνουμε καθημερινά 1-3 κ.σ μετά το φαγητό.

Επίσης: Ως διεγερτικό της ερωτικής διάθεσης ο Leclerc συνιστά ένα κρασί που φτιάχνεται αν βάλουμε 80 γραμμάρια φύλλα φασκόμηλου σε ένα λίτρο καλό μαύρο κρασί για μια εβδομάδα και πίνουμε λίγο κάθε μέρα.

Καθημερινά:

Φτιάξτε μικρά μπρουσκετάκια και σερβίρετέ τα με λάδι, φασκόμηλο και σκόρδο.

Χρησιμοποιήστε το φασκόμηλο ως καρύκευμα για τη σάλτσα ντομάτας σας.

Προσθέστε φρέσκο φασκόμηλο στις ομελέτες σας.

Φτιάξτε δροσιστική σαλάτα από φύλλα φασκόμηλου, πιπεριές, αγγούρια, κρεμμύδια και γιαούρτι. Τοποθετήστε μερικά φρέσκα φύλλα φασκόμηλου στο ψάρι ή στο κοτόπουλο και ψήστε το στη λαδόκολλα.

Δοκιμάστε το Λικέρ με Φασκόμηλο που φτιάχνουν στα μοναστήρια.

Χρησιμοποιείστε το για να φτιάξετε υπέροχα αρωματικά ξύδια.

Χαμομήλι: για αυπνίες, πονοκεφάλους, πονόδοντο, νευρώσεις, συνάχι, αντισηψία, καθαρισμό δέρματος, φλεγμονές βλεφάρων.

6.Β1.7. Δηλητηριώδη φυτά της Οίτης

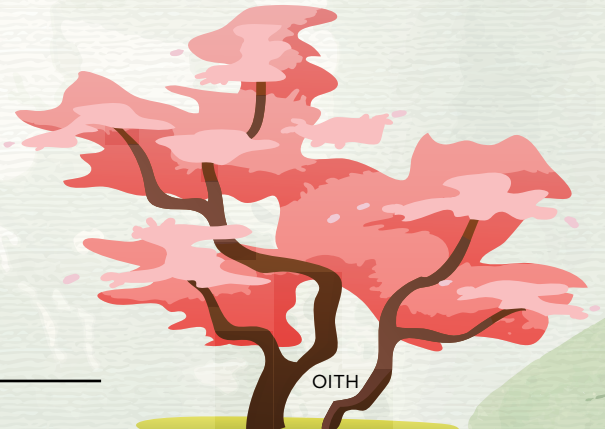
Ελλέβορος: Η γνώση για την ισχυρή τοξικότητα του Ελλέβορου και η πιθανότητα να έχει φαρμακευτικές ιδιότητες εμφανίζεται κατά την αρχαιότητα. Οι Ελλέβοροι είναι φυτά δηλητηριώδη. Ωστόσο, όπως όλα τα δηλητήρια, χρησιμοποιούνταν από τους πρακτικούς γιατρούς και για φαρμακευτικούς σκοπούς. Παλιά χρησιμοποιούνταν για τη θεραπεία διαφόρων ασθενειών των ζώων όμως όσον αναφορά τις ανθρώπινες ασθένειες, δεν είναι ξεκάθαρο πού ακριβώς ωφελούσε το φυτό αυτό.

Μανδραγόρας ή «άτροπα μπελοντόνα»: Οί Έλληνες αναισθησιολόγοι τόν εχουν Εμβλημά τους. Γνωστός από τόν 15’ αιώνα π. χ. στήν Αίγυπτο ωστόσο στήν αρχαιότητα τον χρησιμοποιούσαν ευρέως γιά ολική νάρκωση (ρίζα καί φλοιός μέσα σέ κρασί) γιά ακρωτηριασμούς, τυμπανισμούς κ. α. η νάρκωση κρατούσε μέχρι καί 4 ώρες !!!

Η ρίζα του μοιάζει μέ τό ανθρώπινο σώμα καί υπάρχει μιά δεισιδαιμονία ότι αν τόν ξεπατώσεις μέ τά χέρια πέφτεις νεκρός.

Ένα από τά αγαπημένα φυτά τών Μαγισσών.

Παρατήρηση: Σταθήκαμε στα πιο ευεργετικά βότανα.



6.Β1.8. Δραστηριότητα
Παιχνίδι Αναπαράστασης: Μάγοι και μάγισσες...εν δράσει!

Περπατώντας κανείς στο περίφημο ”μονοπάτι των Φαρμακίδων”, εύκολα εισπράττει λίγο από το μυστηριακό και τελετουργικό χαρακτήρα της περιοχής. Αφού συλλέξαμε αρκετές πληροφορίες για τα βότανα της περιοχής, ας χωριστούμε σε ομάδες και σε περίμετρο 20 μέτρων από την «Ανεμότρυπα» ας συλλέξουμε βότανα σε 7΄λεπτά, για να κάνουμε μια «Τελετή Παρασκευής Αφεψήματος». Ας φτιάξουμε το δικό μας ελιξήριο. Θα μας δώσει δύναμη για να συνεχίσουμε την βόλτα μας. Μπορούμε να γεμίσουμε και τον θερμό μας.

(Εναλλακτικά, ο ξεναγός μπορεί να έχει βότανα μαζί του.)
Θα χρειαστούμε επίσης, ένα μεταλλικό σκεύος και νερό.

6.Β2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2

Μονοπάτι: Καραούλι
Σκοπός: Συνολική θεώρηση της αισθητικής του τοπίου.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Κωφοί & Βαρύκοοι
Διάρκεια: 5 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

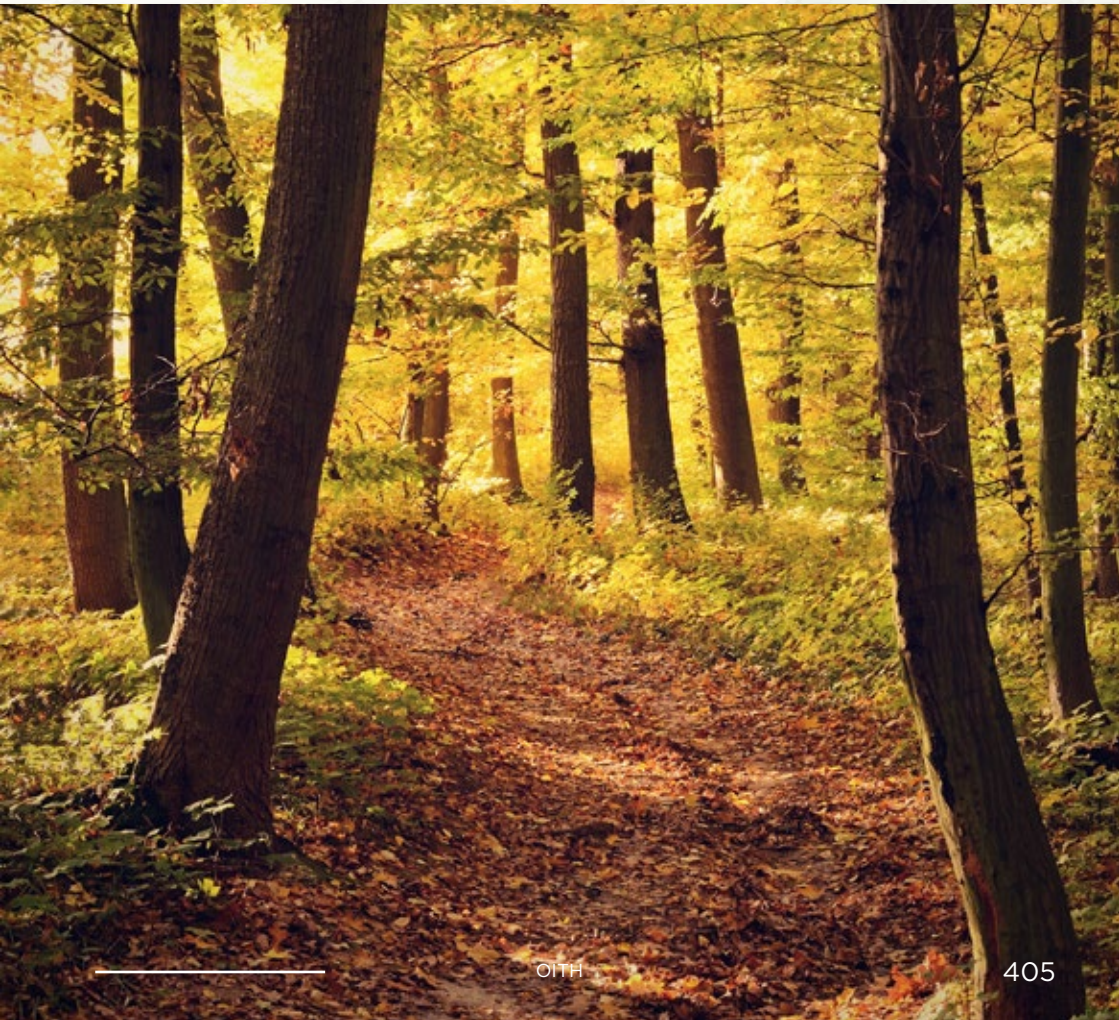
ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Ακολουθώντας τα κόκκινα και άσπρα σημάδια του μονοπατιού, βρισκόμαστε στο Καραούλι. Από αυτό το σημείο μπορεί να ατενίσει κανείς την μαγευτική θέα της κοιλάδας του Σπερχειού, ενώ στα πόδια του η φύση έχει κεντήσει πολύχρωμο χαλί με πλούσια παραποτάμια βλάστηση στο ρέμα του Ξηριά.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ
Διαγωνισμός Φωτογραφίας

Χρησιμοποιείστε την κάμερα του κινητού ή την φωτογραφική σας μηχανή για να απαθανατίσετε σε 5΄ λεπτά το καλύτερο πρόσωπο της φύσης: τοπίο, ζώο, έντομο, λουλούδι κ.λ.π. Ό, τι σας συγκινεί. Ό, τι σας εντυπωσιάζει. Το θέμα είναι ελεύθερο.

Η Φύση ποζάρει για σας. Εσείς είστε οι καλλιτέχνες. Έχετε τεταμένους τους αισθητήρες σας. Στο τέλος της περιήγησης θα ψηφίσετε για να επιλέξετε τις 20 καλύτερες φωτογραφίες που θα αναρτηθούν στο ηλεκτρονικό μας site και θα αναρηθούν με τα ονόματα των φωτογράφων. Μην χάνετε στιγμή. Ο χρόνος μετρά από τώρα!



6.Β3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3

Μονοπάτι: Ξηριάς
Σκοπός: Σωματική άσκηση και εξοικείωση με τα στοιχεία της φύσης.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Κωφοί & Βαρύκοοι.
Διάρκεια: 20 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αφού κατεβήκαμε αρκετά χαμηλά, βρισκόμαστε πια μέσα στο ρέμα του Ξηριά. Εδώ η φύση, όταν θυμώνει συμπαρασύρει με το νερό καθετί που μπορεί να προέρχεται ακόμη και από την κορυφή του βουνού και το εναποθέτει στην κοίτη. Ιδανική, λοιπόν, ευκαιρία για να ανακαλύψουμε μερικά από αυτά τα ευρήματα, μέσα από ένα παιχνίδι κρυμμένου θησαυρού.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ
Παιχνίδι κρυμμένου θησαυρού

Θα χωριστείτε σε δύο ομάδες και θα σας δώσω από ένα τσουβάλι. Μαζί θα λάβετε και μια λίστα με όσα πρέπει να συγκεντρώσετε μέσα στο τσουβάλι. Προσοχή! Έχετε μόλις 15 λεπτά στην διάθεσή σας. Ψάξτε στην γύρω περιοχή. Νικήτρια ομάδα θα ανακηρυχθεί αυτή που θα καταφέρει εντός του δοθέντος χρόνου να συγκεντρώσει όλα ή τα περισσότερα από τα στοιχεία της λίστας.

Λίστα αντικειμένων:

1. Δύο πέτρες λευκές στρογγυλές, βάρους ½ κιλού περίπου η μία.
2. Δύο πέτρες γκρι στρογγυλές, βάρους 1 κιλού περίπου η μία.
3. Δύο πράσινα φύλλα.
4. Δύο κίτρινα φύλλα.
5. Δύο ξερά κλαδιά δέντρου.
6. Δύο μπουκέτα αγριολούλουδα.
7. Δύο κλωνάρια αρωματικών φυτών.
8. Δύο κράνα ή εναλλακτικά τσάπουρνα.
9. Δύο βελανίδια.
10. Δύο σκουπίδια .
11. Δύο μυρμήγκια.
12. Δύο πεταλούδες.

Ο χρόνος μετρά από ...τώρα!

6.Β4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4

Μονοπάτι: Καταρράκτες
Σκοπός: Σωματική άσκηση (αναρρίχηση/μπάνιο).
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Κωφοί & Βαρύκοοι.
Διάρκεια: 20 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 3

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Αφού περάσαμε τα απότομα βράχια με τα σκοινιά, αναρριχηθήκαμε με τη βοήθεια μόνιμα τοποθετημένων σιδερένιων σκαλιών και σχοινιών και φτάσαμε στους καταρράκτες. Ένα εξαιρετικό μέρος με βάθρες για μπάνιο.

Από πάνω δεσπόζει ο Κρεμαστός καταρράκτης της Υπάτης, που έχει ύψος 45μ, όπου σύμφωνα με την παράδοση λούζονταν και εξαγνίζονταν οι Φαρμακίδες ξορκίζοντας το καλό και το κακό στα παγωμένα του νερά. Και όχι μόνο Μάγισσες, αλλά και Νεράιδες κατέφευγαν εκεί και ο μύθος και ο θρύλος λέει ότι επικοινωνούσαν υπογείως, με τη Λουτρόπολη Υπάτης, όπου έπαιρναν το λουτρό τους και διατηρούσαν αμέριστη τη Νεραϊδική ομορφιά τους.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

6.Β4.α. Ώρα για μπάνιο! (αν το επιτρέπει ο καιρός). Επιλέξτε ανάμεσα στον Μικρό και τον Κρεμαστό Καταρράκτη (για τους τολμηρούς που καλούνται να αναρριχηθούν 2 λεπτά ακόμη) και απολαύστε την μοναδική αίσθηση του δροσερού νερού! Δροσιστείτε! Γευτείτε το! Παίξτε! Χαρείτε την εμπειρία! Έχετε 15΄λεπτά στην διάθεσή σας. Εκμεταλλευτείτε τα.

6.Β4.β. Εναλλακτικά,

Παιχνίδι μνήμης και ταχύτητας

Μελετούμε το παρακάτω ενημερωτικό υλικό για τους καταρράκτες της Οίτης για 10 λεπτά. Μετά κρύβουμε το φυλλάδιο στο σακίδιο και απαντούμε από μνήμης σε ερωτήσεις. Ο πιο γρήγορος που θα απαντήσει σωστά νικά!

6.Β4.γ. Ενημερωτικό υλικό

Οι μεγάλοι Καταρράκτες του Δελφίνου στους πρόποδες της Οίτης ύψους 66 & 49 μέτρων, πάνω από την σιδηροδρομική γραμμή που διασχίζει μέσα από τούνελ τα βουνά κάτω από το ομώνυμο χωριό. Είναι ευδιάκριτοι από το χωριό Άνω Βαρδάτες και προσεγγίζονται από αγροτικούς δρόμους.

6.Β4.δ. Ο Καταρράκτης του Δύρα στο φαράγγι του Γοργοποτάμου Οίτης, ύψους 83 μέτρων. Βρίσκεται στο μέσο του φαραγγιού είναι ένας από τους ξακουστούς στον χώρο των φαραγγιών. Προσεγγίζεται μόνο από το εσωτερικό του και είναι χωρισμένος σε 2 μέρη.

6.Β4.ε. Ο Καταρράκτης του Γερακάρη στο ομώνυμο φαράγγι στην Οίτη, ύψους 82 μέτρων. Βρίσκεται στο μέσο του φαραγγιού. Προσεγγίζεται μόνο από το εσωτερικό του και είναι χωρισμένος σε 2 μέρη, 60 και 22 μέτρων.

6.Β4.στ. Ο Καταρράκτης του Ροδοκάλου στο ομώνυμο φαράγγι στην Οίτη, ύψους 45 μέτρων. Προσεγγίζεται από το μονοπάτι των Φαρμακίδων λίγο έξω από την Υπάτη.

6.Β4.ζ. Ο καταρράκτης Κρεμαστός της Οίτης ύψους 135 μέτρων, και σε υψόμετρο 1500 μέτρων, βρίσκεται πάνω από το χωριό Κομποτάδες και η πρόσβασή γίνεται από ορειβατικό μονοπάτι. Κάποια πολύ έμπειρα μάτια ορειβατών της περιοχής, μπορούν να τον διακρίνουν, την άνοιξη που έχει πολύ νερό κι από τον κάμπο της Φθιώτιδας. Χωρίζεται σε 6 σημεία αλλαγής σχοινιών, από 17 έως 50 μέτρα.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Ποιος καταρράκτης της Οίτης έχει το μεγαλύτερο ύψος;

Ποιος καταρράκτης χωρίζεται σε 2 μέρη;

Ποιος καταρράκτης χωρίζεται σε 6 μέρη;

Σε ποιο καταρράκτη βρισκόμαστε τώρα;

Ποιος καταρράκτης βρίσκεται πάνω από την σιδηροδρομική γραμμή;

6.Β4.n. Παιχνίδι παζλ

Φτιάξτε σωστά τις εικόνες πάζλ του μικρού και του μεγάλου καταρράκτη.



6.Β5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5

Μονοπάτι: Ξύλινη Γέφυρα
Σκοπός: Ξύλινη Γέφυρα.
Κατάλληλο για: Ηλικία 15-30, Κωφοί & Βαρύκοοι.
Διάρκεια: 10 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Φτάσαμε στα ξύλινα γεφυράκια , λίγο πριν βγούμε από το ρέμα του Ξηριά και οδηγηθούμε στην άσφαλτο. Λίγο πριν, λοιπόν, το τέλος αυτής της όμορφης διαδρομής, ας παίξουμε λίγο ακόμη.

6.Β5.α. Σκυταλοδρομία πάνω στην γέφυρα με κλειστά μάτια και εμπόδια

6.Β5.β. «Ισορροπία»: κάθε παίκτης προσπαθεί να ισορροπήσει στο δάκτυλό του ένα ξύλο ή ένα μπαλάκι και να διανύσει τη γέφυρα.

6.Β5.γ. «Το χρώμα της μάγισσας»: ένας παίκτης γίνεται κυνηγός και όταν φωνάζει π.χ. το χρώμα της μάγισσας είναι κόκκινο, όλοι οι παίκτες πρέπει να ακουμπήσουν κάτι που έχει κόκκινο χρώμα, πριν τους πιάσει ο κυνηγός.

6.Β6. ΣΤΑΘΜΟΣ 6

Μονοπάτι: Περδικόβρυση
Σκοπός: Ξύλινη Γέφυρα.
Κατάλληλο για: Τυφλοί & Αυτιστικοί.
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	**4**	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	**4**	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	**6**	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	**6**	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	**2**	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	**5**	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	**7**
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	**2**	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	**6**	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	**3**	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	**2**	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	**2**	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	**2**	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Ανεβαίνοντας προς το βουνό της Οίτης, μετά την Υπάτη, συναντήσαμε την Ιερά Μονή Αγάθωνος, ιστορικό μοναστήρι του 15ου αιώνα, μέσα σε ένα υπέροχο φυσικό τοπίο στην πλαγιά της Οίτης, με σπάνιες τοιχογραφίες και πολύτιμα κειμήλια. Στο χώρο του μοναστηριού φιλοξενείται το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας της Οίτης, το οποίο ιδρύθηκε το 1987 και παρέχει πληροφορίες σχετικά με τη γεωλογία-παλαιοντολογία και την άγρια ζωή του βουνού.

Στην συνέχεια, ανηφορίσαμε νότια και βγαίνοντας στον χωματόδρομο που διασχίζει τον Δρυμό, βρεθήκαμε σε υψόμετρο 1592 μ. Λόγω του γεωλογικού υποστρώματος, απαντώνται πλήθος από πηγές. Σε μια από αυτές βρισκόμαστε τώρα. Την περίφημη Περδικόβρυση. Αθέατη ανάμεσα από φτέρες και κάθε λογής πυκνή βλάστηση, ακούγεται το κελάρυσμα της «Περδικόβρυσης».

Πηγές με το όνομα αυτό υπάρχουν πάρα πολλές στα ελληνικά βουνά, για να θυμίζουν την πέρδικα, το πανέμορφο αυτό πουλί, που συχνά ακόμη μπορεί να βρούμε να φτεροκοπάει τρομαγμένο, όταν προσεγγίζουμε απρόσκλητα τα πετρωτά μέρη που συνήθως βρίσκεται. Τις περδικόβρυσες τραγούδησε ο λαός: «πάει πέρδικα να πιεί νερό και πιάστηκε στο βρόχι», τραγούδησε και ο κλέφτης: «να βγώ στην περδικόβρυση, να βγώ στην κρύα βρύση και να σιουρίξω κλέφτικα να μαζευτεί τ' ασκέρι».

Με αφορμή, λοιπόν, όλα αυτά τα ωραία, ας μάθουμε περισσότερα για τον κύκλο του νερού.

Ενημερωτικό υλικό

Ο κύκλος του νερού είναι η συνεχής ανακύκλωση του νερού της Γης μέσα στην υδρόσφαιρα, στην ατμόσφαιρα καιστη λιθόσφαιρα (έδαφος-υπέδαφος). Το συνεχές της κυκλικής διαδικασίας του κύκλου του νερού επιτυγχάνεται εξαιτίας της ηλιακής ακτινοβολίας.



Ο κύκλος του νερού.

Το νερό του πλανήτη αλλάζει συνεχώς φυσική κατάσταση, από τη στερεά μορφή των πάγων στην υγρή μορφή των ποταμών, λιμνών και των θαλασσών και την αέρια κατάσταση των υδρατμών.

Πιο συγκεκριμένα, λόγω της θέρμανσης και των ανέμων στην επιφάνεια της γης, τα νερά της εξατμίζονται και μαζεύονται ως υδρατμοί δημιουργώντας τα σύννεφα.

Οι υδρατμοί συμπυκνώνονται, υγροποιούνται και στη συνέχεια πέφτουν ως βροχή ή άλλες μορφές υετού , εμπλουτίζοντας έτσι τις αποθήκες νερού της γης, είτε είναι αυτές επιφανειακές, όπως οι θάλασσες και οι λίμνες, είτε είναι υπόγειες.

Ο κύκλος του νερού αποτελεί αντικείμενο του επιστημονικού κλάδου της Υδρολογίας για ό,τι συμβαίνει ή παρατηρείται στο έδαφος και της Μετεωρολογίας για ό,τι συμβαίνει εξ αυτού στην ατμόσφαιρα.

Ειδικότερα στη Μετεωρολογία ο υδρολογικός κύκλος αποτελεί το σπουδαιότερο καιρικό φαινόμενο ως σύνολο επιμέρους φαινομένων. Αυτός ρυθμίζει την υγρασία του εδάφους, τη λαμπρότητα της ημέρας, και τέλος τη συχνότητα και ένταση των υδρομετεώρων, εκτός του γιγάντιου εκείνου έργου της μεταφοράς ενέργειας από τα μικρά στα μεγάλα γεωγραφικά πλάτη. Από τη θάλασσα, τις λίμνες και τα ποτάμια εξατμίζεται κάθε λεπτό μια ποσότητα 1.000.000.000 (ένα δισεκατομμύριο) κυβικών μέτρων νερού που επιστρέφει στην ατμόσφαιρα.

Η διαπνοή των φυτών είναι μια ακόμη λειτουργία που αποδίδει υδρατμούς στην ατμόσφαιρα. Η εξάτμιση και διαπνοή από την ξηρά συχνά δεν διακρίνεται και έτσι μιλούμε για εξατμοδιαπνοή . Μια μικρή ποσότητα υδρατμών στην ατμόσφαιρα προέρχεται από την εξάχνωση, μέσω της οποίας μόρια από πάγους και χιόνια μετατρέπονται απευθείας σε υδρατμούς χωρίς να περάσουν από την υγρή μορφή.

Ωστόσο, το νερό των κατακρημνισμάτων δεν ρέει αποκλειστικά μέσα στους ποταμούς. Κάποιες ποσότητες διαπερνούν το έδαφος με τη λειτουργία της διήθησης και σχηματίζουν το υπόγειο νερό. Μέρος του νερού αυτού μπορεί να ξαναβρεί το δρόμο του προς τα επιφανειακά υδάτινα σώματα (και τους ωκεανούς) ως εκφόρτιση υπόγειου νερού. Όταν βρίσκει διόδους προς της επιφάνεια της γης εμφανίζεται με τη μορφή πηγών. Ένα άλλο μέρος του υπόγειου νερού πηγαίνει βαθύτερα και εμπλουτίζει τους υπόγειους υδροφορείς, οι οποίοι μπορούν να αποθηκεύσουν τεράστιες ποσότητες νερού για μεγάλα χρονικά διαστήματα. Ακόμα και το νερό αυτό όμως συνεχίζει να κινείται και με τη πάροδο του χρόνου μέρος του ξαναμπαίνει στους ωκεανούς όπου ο κύκλος του νερού “τελειώνει” και “ξεκινάει” εκ νέου.

Πηγές

https://tinyurl.com/4e9a9uka
https://el.wikipedia.org

6.Β6.1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ
Παιχνίδι ερωτήσεων – απαντήσεων Για τον Κύκλο του Νερού



6.Β6.1α. Ερώτηση: Τι ονομάζεται ο κύκλος του νερού;
Ενδεικτική απάντηση: Κύκλος νερού, που ονομάζεται επίσης υδρολογικός κύκλος, είναι ο κύκλος που περιλαμβάνει τη συνεχή κυκλοφορία του νερού στο σύστημα Γης-ατμόσφαιρας. Από τις πολλές διαδικασίες που εμπλέκονται στον κύκλο νερού, οι πιο σημαντικές είναι η εξάτμιση, η διαπνοή, η συμπύκνωση, η καταβύθιση και η απορροή.

Πιο απλά, Το νερό με τη μορφή ατμών ψύχεται στη συνέχεια σε ένα ορισμένο ύψος και συμπυκνώνεται για να σχηματίσει σύννεφα. Το νερό συνεχίζει να συμπυκνώνεται για να σχηματίσει σύννεφα, αλλά όταν συσσωρεύεται πολύ νερό, τα σύννεφα γίνονται βαριά και στη συνέχεια το νερό πέφτει από τον ουρανό με τη μορφή βροχής, χιονιού ή χαλάζι.

6.Β6.1β. Ερώτηση: Ποια είναι τα 7 βήματα του κύκλου νερού;

Ενδεικτική απάντηση: Είναι πολύ σημαντικό να κατανοήσουμε και να μάθουμε τις διαδικασίες του κύκλου νερού.

6.Β6.1β.1. Εξάτμιση. Ο κύκλος νερού ξεκινά με εξάτμιση.

Εξάτμιση είναι η διεργασία μέσω της οποίας το νερό γίνεται από υγρό αέριο, ή αλλιώς υδρατμός, και αποτελεί το βασικό τρόπο με τον οποίο το νερό από υγρό ξαναμπαίνει στην ατμόσφαιρα και μαζί στον υδρολογικό κύκλο. Οι ωκεανοί, οι θάλασσες, οι λίμνες και τα ποτάμια παρέχουν περίπου το 90% της υγρασίας της ατμόσφαιρας, ενώ τα φυτά, μέσω της διαπνοής παρέχουν το υπόλοιπο 10%.

Η θερμότητα (ενέργεια), που παρέχει ο ήλιος είναι απαραίτητη για την εξάτμιση. Η ενέργεια χρησιμοποιείται για να σπάσουν οι δεσμοί που κρατούν ενωμένα τα μόρια του νερού και γι' αυτό το νερό εξατμίζεται εύκολα στο σημείο βρασμού του (100°C), και εξατμίζεται πιο δύσκολα κοντά στο σημείο πήξης. Όταν η σχετική υγρασία του αέρα είναι 100% (σε κατάσταση κορεσμού) δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί εξάτμιση. Η εξάτμιση αφαιρεί θερμότητα από το περιβάλλον, γεγονός που εξηγεί γιατί όταν εξατμίζεται νερό (ιδρώτας) από την επιδερμίδα μας δροσιζόμαστε.

<u>Εξάτμιση και υδρολογικός κύκλος</u>

Η εξάτμιση από τη θάλασσα είναι ο κύριος τρόπος με τον οποίο το νερό περνά στην ατμόσφαιρα. Η μεγάλη επιφάνεια των ωκεανών (πάνω από το 70% της επιφάνειας της Γης καλύπτεται από ωκεανούς) επιτρέπει μεγάλης κλίμακας εξάτμιση.

Σε παγκόσμιο επίπεδο, η ποσότητα νερού που εξατμίζεται είναι ίση με τη ποσότητα του νερού που επιστρέφει στην επιφάνεια της Γης με τη μορφή κατακρημνισμάτων. Βέβαια, η κατανομή των ποσοτήτων που εξατμίζονται και ξαναπέφτουν μεταβάλλεται γεωγραφικά. Έτσι, στη θάλασσα η εξάτμιση υπερτερεί της βροχής ενώ στη στεριά συμβαίνει το αντίθετο.

Το περισσότερο νερό που εξατμίζεται από τη θάλασσα, ξαναπέφτει σε αυτή και μόνο περίπου το 10% του νερού αυτού μεταφέρεται πάνω από τη στεριά και πέφτει με τη μορφή κατακρημνισμάτων. Από τη στιγμή που εξατμίζεται, ένα μόριο νερού μένει στην ατμόσφαιρα για 10 περίπου ημέρες κατά μέσο όρο.

6.Β6.1β.2. Συμπύκνωση, ή πως λέγεται όταν το νερό μετατρέπεται σε σύννεφο;

Η συμπύκνωση είναι η διαδικασία υδρατμών που μετατρέπεται σε υγρό νερό, με το καλύτερο παράδειγμα να είναι εκείνα τα μεγάλα, αφράτα σύννεφα που επιπλέουν πάνω από το κεφάλι σας. Και όταν τα σταγονίδια νερού στα σύννεφα συνδυάζονται, γίνονται αρκετά βαρύ για να σχηματίσουν σταγόνες βροχής για να πέσουν κάτω στο κεφάλι σας.

6.Β6.1β.3. Εξάχνωση.

Η εξάχνωση είναι η μετατροπή του νερού από τη στερεά μορφή του χιονιού ή του πάγου σε υδρατμό χωρίς να μεσολαβήσει η υγρή μορφή, χωρίς δηλαδή να λιώσει προηγουμένως. Η εξάχνωση πραγματοποιείται πιο εύκολα όταν υπάρχουν συγκεκριμένες καιρικές συνθήκες,όπως ξηρή ατμόσφαιρα και άνεμος.

6.Β6.1β.4. Βροχόπτωση.

Η Βροχή ή βροχόπτωση ή υδατόπτωση είναι μια υγρή κατακρήμνιση και ανήκει στα υδατώδη μετεωρολογικά κατακρημνίσματα ή υδρομετέωρα όπως ονομάζονται τα διάφορα φαινόμενα του υετού, του οποίου άλλα επίσης είδη είναι το χιονόνερο, το χιόνι και το χαλάζι. Για να συμβεί το φαινόμενο στη Γη, χρειάζεται ένα πυκνό στρώμα της ατμόσφαιρας με θερμοκρασία πάνω από το σημείο τήξης του νερού (δηλαδή πάνω από 0 °C) σχετικά κοντά στην επιφάνεια της Γης. Η συγκέντρωση των ατμοσφαιρικών υδρατμών πρέπει να είναι αρκετά υψηλή, ώστε αυτοί να υγροποιηθούν και να σχηματίσουν σταγόνες υγρού νερού, αρκετά βαριές ώστε να πέσουν ως την επιφάνεια.

Τρεις δυνατότητες (και οι συνδυασμοί τους) απαιτούνται για να προκληθεί βροχή:

Να ψυχθεί ο αέρας, δηλαδή να ελαττωθεί η θερμοκρασία του, ώστε να ελαττωθεί η ικανότητά του να συγκρατεί τους υδρατμούς σε αέρια μορφή ή σε μορφή μικρών (υγρών) σταγονιδίων σε κολλοειδή διασπορά (νέφη).

Να αυξηθεί η ατμοσφαιρική πίεση, ώστε να ελαττωθεί η ικανότητά του να συγκρατεί τους υδρατμούς σε αέρια μορφή ή σε μορφή μικρών σταγονιδίων σε κολλοειδή διασπορά (νέφη).

Να αυξηθεί η συγκέντρωση της υγρασίας, ώστε αυτή να υπερβεί την ικανότητα συγκράτησής της για τη συγκεκριμένη θερμοκρασία και πίεση. Σε μερικές ακραίες καταστάσεις πολύ ξηρής ατμόσφαιρας, οι σταγόνες της βροχής εξατμίζονται πριν φτάσουν στην επιφάνεια.

Τα σταγονίδια νερού συνενώνονται σε μεγαλύτερα μέσω της σύγκρουσης μεταξύ τους μέσα στα σύννεφα. Το τελικό μέγεθος των σταγόνων ποικίλλει. Η κανονική βροχή, σε σχετικά μη ρυπασμένη ατμοσφαιρικά περιοχή, έχει pH της τάξης του 5,2 κατά κανόνα, κάνοντάς την ελαφρά όξινη.

6.Β6.1β.5. Διαπνοή.

Στη Μετεωρολογία, είναι η διαδικασία μεταφοράς υγρασίας από τη γη στην ατμόσφαιρα με εξάτμιση νερού και διαπνοή από την επιφάνεια της γης-έδαφος, τις λίμνες, τα ποτάμια, τη θάλασσα ή τα φυτά.

6.Β6.1β.6. Αποστράγγιση.

Το νερό των κατακρημνισμάτων δεν ρέει αποκλειστικά μέσα στους ποταμούς. Κάποιες ποσότητες διαπερνούν το έδαφος (αποστραγγίζονται) με τη λειτουργία της διήθησης και σχηματίζουν το υπόγειο νερό. Μέρος του νερού αυτού μπορεί να ξαναβρεί το δρόμο του προς τα επιφανειακά υδάτινα σώματα (και τους ωκεανούς) ως εκφόρτιση υπόγειου νερού. Όταν βρίσκει διόδους προς της επιφάνεια της γης εμφανίζεται με τη μορφή πηγών.

Ένα άλλο μέρος του υπόγειου νερού πηγαίνει βαθύτερα και εμπλουτίζει τους υπόγειους υδροφορείς, οι οποίοι μπορούν να αποθηκεύσουν τεράστιες ποσότητες νερού για μεγάλα χρονικά διαστήματα. Ακόμα και το νερό αυτό όμως συνεχίζει να κινείται και με τη πάροδο του χρόνου μέρος του ξαναμπαίνει στους ωκεανούς όπου ο κύκλος του νερού “τελειώνει” και “ξεκινάει”.

6.Β6.1β.7. Διήθηση.

Είναι η διαδικασία με την οποία το νερό εισχωρεί από την επιφάνεια του εδάφους μέσα σε αυτό. Η διήθηση είναι μία από τις σημαντικότερες φυσικές διεργασίες που συγκροτούν τον υδρολογικό κύκλο, μια και από τη διηθητική ικανότητα του εδάφους εξαρτάται το ποσοστό του νερού που απορρέει επιφανειακά και καταλήγει στα υδατορεύματα, καθώς και αυτό που θα κινηθεί μέσα στο έδαφος και θα τροφοδοτήσει τους υπόγειους υδροφορείς.

6.Β6.1γ. Βασικές γνώσεις για τον κύκλο του νερού

Πού αποθηκεύεται το μεγαλύτερο μέρος του νερού στη Γη;

Ο ωκεανός κρατά περίπου το 97% του νερού της Γης. Από τη συνολική παροχή νερού παγκοσμίως περίπου 332 εκατομμύρια κυβικά μίλια νερού, βρίσκεται στον ωκεανό. Το υπόλοιπο 3% βρίσκεται στους παγετώνες και στον πάγο, κάτω από το έδαφος, σε ποτάμια και λίμνες.

Πόσο χρονών είναι το νερό που βρίσκεται στη Γη;

Υπάρχουν γεωλογικά στοιχεία που βοηθούν στον περιορισμό του χρονικού πλαισίου για το υγρό νερό που υπάρχει στη Γη. Ένα δείγμα βασάλτη μαξιλαριού (ένας τύπος βράχου που σχηματίστηκε κατά τη διάρκεια μιας υποβρύχιας έκρηξης) ανακτήθηκε από τη ζώνη Isua Greenstone και παρέχει στοιχεία ότι το νερό υπήρχε στη Γη πριν από 3,8 δισεκατομμύρια χρόνια.



Ποια είναι η χρησιμότητα του νερού;

Το νερό μπορεί να χρησιμοποιηθεί για άμεσους (μπάνιο, πόσιμο νερό και μαγείρεμα) και έμμεσους σκοπούς(χρήση νερού στην επεξεργασία ξύλου για την κατασκευή χαρτιού και στην παραγωγή χάλυβα για αυτοκίνητα). Το μεγαλύτερο μέρος της χρήσης νερού στον κόσμο προορίζεται για τη γεωργία, τη βιομηχανία και την ηλεκτρική ενέργεια.

Είναι η ομίχλη σύννεφο;

Τα σύννεφα μπορούν να σχηματιστούν σε πολλά διαφορετικά υψόμετρα. Μπορούν να βρίσκονται σε ύψος 12 μίλια πάνω από την επιφάνεια της θάλασσας ή τόσο χαμηλά όσο το έδαφος. Η ομίχλη είναι ένα είδος νέφους που αγγίζει το έδαφος. Η ομίχλη σχηματίζεται όταν ο αέρας κοντά στο έδαφος κρυώνει αρκετά για να μετατρέψει τους υδρατμούς του σε υγρό νερό ή πάγο.

Γιατί τα σύννεφα ίπτανται;

Τα σύννεφα σχηματίζονται όταν ο ζεστός υγρός αέρας ανεβαίνει και συμπυκνώνεται στον κρύο αέρα. Σταγονίδια νερού στον αέρα συμπεριφέρονται με τον ίδιο τρόπο όπως η σκόνη. Ο δεύτερος λόγος που τα σύννεφα μπορούν να ίπτανται στον αέρα είναι ότι υπάρχει μια συνεχής ροή ζεστού αέρα που ανεβαίνει για να συναντήσει το σύννεφο, ο θερμός αέρας ωθεί προς τα πάνω στο σύννεφο και το κρατάει να ίπταται.

Γιατί τα σύννεφα δεν πέφτουν;

Τα σύννεφα γενικά σχηματίζονται, επιβιώνουν και αναπτύσσονται στον αέρα που κινείται προς τα πάνω. Έτσι, παρόλο που τα τυπικά σύννεφα περιέχουν πολύ νερό, αυτό το νερό απλώνεται για μίλια με τη μορφή μικροσκοπικών σταγονιδίων νερού ή κρυστάλλων, τα οποία είναι τόσο μικρά που η επίδραση της βαρύτητας σε αυτά είναι αμελητέα.

Γιατί τα σύννεφα είναι λευκά;

Όταν τα σύννεφα είναι άσπρα (και πολλά δεν είναι), «επειδή το φως από τον ήλιο είναι λευκό, γιατί προκύπτει από ένα συνδυασμό όλων των χρωμάτων του ουράνιου τόξου». Καθώς το φως κινείται μέσα από τα σύννεφα, αντανακλάται από τα σταγονίδια του νερού.

Έχει ένα σύννεφο κάποιο βάρος;

Μια εκτίμηση της αθροιστικής πυκνότητας νέφους δίνεται στη διεύθυνση https://www.sciencealert.com/this-is-how-much-a-cloud-weighs, ως πυκνότητα περίπου 0,5 γραμμάρια ανά κυβικό μέτρο. Κάνοντας τις μαθηματικές πράξεις: 1.000.000.000 x 0.5 = 500.000.000 γραμμάρια σταγονιδίων νερού στο νέφος μας. Αυτό αντιστοιχεί περίπου σε 500.000 κιλά.

Σύννεφο σωρειτών

Μπορεί να φαίνονται όλα ελαφριά και αφράτα, αλλά η πραγματικότητα είναι ότι τα σύννεφα είναι στην πραγματικότητα αρκετά βαριά. Οι ερευνητές έχουν υπολογίσει ότι το μέσο σύννεφο σωρειτών - το οποίο είναι το ωραίο, λευκό χνουδωτό είδος που βλέπετε σε μια ηλιόλουστη ημέρα - ζυγίζει περίπου 500.000 κιλά.

Γιατί τα σύννεφα βροχής είναι σκοτεινά;

Όταν πρόκειται να βρέξει, τα σύννεφα σκουραίνουν επειδή οι υδρατμοί συσσωρεύονται μεταξύ τους σε σταγόνες βροχής, αφήνοντας μεγαλύτερους χώρους μεταξύ σταγόνων νερού. Λιγότερο φως αντανακλάται. Τότε το σύννεφο βροχής εμφανίζεται μαύρο ή γκρι. Τα σύννεφα σχηματίζονται όταν ο αέρας κορεστεί ή γεμίσει με υδρατμούς.

Γιατί οι ατμοί νερού είναι κακοί για το περιβάλλον;

«Η απόρριψη αερίων του θερμοκηπίου στην ατμόσφαιρα κάνει την ατμόσφαιρα πιο υγρή. Δεδομένου ότι οι υδρατμοί είναι οι ίδιοι αέριο του θερμοκηπίου, η αύξηση της υγρασίας ενισχύει τη θέρμανση του διοξειδίου του άνθρακα. Οι υδρατμοί είναι ο μεγάλος παράγοντας στην ατμόσφαιρα όσον αφορά το κλίμα."

6.Β7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7

Μονοπάτι Νεκρό δέντρο

Σκοπός: Γνωριμία με την ορνιθοπανίδα και ανάπτυξη μαθηματικής σκέψης.
Κατάλληλο για: Κωφοί & Βαρύκοοι.
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Ο προηγούμενος σταθμός, η Περδικόβρυση, πήρε το όνομά της από την ύπαρξη στην περιοχή πολλών ομώνυμων πουλιών. Όσον αφορά την ορνιθοπανίδα της Οίτης, αυτή είναι τυπική των ορεινών οικοσυστημάτων και περιλαμβάνει ως επί το πλείστον δασόβια είδη και φωλιάζοντα είδη των υποαλπικών λιβαδιών. Χαρακτηριστική είναι η παρουσία πολλών ειδών δρυοκολαπτών, όπως ο σταχτής (Picus canus), ο λευκονώτης (Dendrocopos leucotos), ο μαύρος (Dryocopus martius) και ο βαλκανικός (Dendrocopos syriacus).

Συγκεκριμένα, όμως, η παρουσία του σταχτή δρυοκολάπτη ή σταχτοτσικλιτάρα είναι ιδιαίτερα σημαντική, καθώς η Οίτη φιλοξενεί το νοτιότερο πληθυσμό του είδους στην Ευρώπη. Η πετροπέρδικα (Alectoris graeca), ενδημικό είδος της Ευρώπης, που περιλαμβάνεται στα «Τρωτά» είδη στο Κόκκινο Βιβλίο της Ελλάδας, ζει σε μεγάλα υψόμετρα και σε απότομες βραχοπλαγιές με αραιή θαμνώδη βλάστηση.

Βασικότερη απειλή της είναι το κυνήγι, διότι, αν και απειλούμενο με εξαφάνιση, αποτελεί θηρεύσιμο είδος. Είδη των ψευδαλπικών λιβαδιών που απαντώνται στην Οίτη περιλαμβάνουν το βλαχοτσίχλονο (Emberiza hortulana) είδος χαρακτηρισμού για τη ΖΕΠ, καθώς και τα: χιονάδα (Eremophila alpestris), σταρήθρα (Alauda arvensis), χαμοκελάδα (Anthus campestris), χιονοψάλτης (Prunella collaris), καρβουνιάρης (Phoenicurus ochruros), σταχτοπετρόκλης (Oenanthe oenanthe), πετροκότσυφας (Monticola saxatilis), χιονόστρουθος (Montifringilla nivalis). Σημαντική είναι και η παρουσία αρκετών αρπακτικών πουλιών, όπως: ο χρυσαετός (Aquila chrysaetos) και ο φιδαετός (Circaetus gallicus), απειλούμενα είδη που περιλαμβάνονται στο Κόκκινο Βιβλίο, καθώς και ο πετρίτης (Falco peregrinus). Επιπλέον, η καταγραφή φωλιάσματος μαυροπελαργού (Ciconia nigra) στους πρόποδες της Οίτης, είναι αξιοσημείωτη. Έπειτα, λοιπόν από τόσα πουλιά που ενδημούν στην περιοχή, το σημείο είναι ιδανικό για εξοικειωθούμε με την ορνιθοπανίδα της Οίτης.

6.Β7.1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

6.Β7.1α. Διαγωνισμός ηχητικού αρχείου

Με την χρήση του κινητού σας, ηχογραφείστε όσο περισσότερα πουλιά μπορείτε. Το κελάηδημά τους συνθέτει μια μοναδική μελωδία. Απαθανατείστε την και η καλύτερη (μεγαλύτερη σε διάρκεια, ποιοτικότερη και με τα περισσότερα είδη) θα αναρτηθεί και θα είναι διαθέσιμη στην ιστοσελίδα μας, προκειμένου να μπορούν να απολαύσουν την μουσική αυτή συναυλία της φύσης και άτομα που δεν έχουν την δυνατότητα να επισκεφτούν το σημείο. Η αξιολόγηση των αρχείων θα γίνει με ψηφοφορία. Εναλλακτικά...

6.Β7.1β. Μέτρηση δέντρου

Στο σημείο που βρισκόμαστε κείτεται νεκρό ένα μεγάλο δέντρο. Η καταστροφική μανία της φύσης το ξερίζωσε, ενώ άλλο ένα ορθώνεται νεκρό κι αυτό, σαν ζόμπι να στοιχειώνει το δάσος. Όσο μεγαλύτερης ηλικίας είναι ένα δέντρο, τόσο μεγαλύτερη θα είναι και η περιφέρεια του κορμού του. Βέβαια, η περιφέρεια του κορμού ενός δέντρου εξαρτάται, εκτός από την ηλικία του, και από το είδος του δέντρου, καθώς και από τις κλιματικές συνθήκες που επικρατούσαν σε ολόκληρη τη διάρκεια της ζωής του (θερμοκρασία, υγρασία, ηλιοφάνεια κ.α.). Όμως, κατά μέσο όρο, έχει παρατηρηθεί πως αν μετρήσουμε την περιφέρεια ενός δέντρου σε ύψος περίπου 1.5 μέτρου από το έδαφος, τη μετατρέψουμε σε εκατοστά και τη διαιρέσουμε με 2.5, τότε το αποτέλεσμα δίνει κατά προσέγγιση την ηλικία του δέντρου. Χωριστείτε σε ομάδες. Με την χρήση μεζούρας που θα σας δοθεί μετρείστε το την περίμετρο και το ύψος (αν είναι πεσμένα.

6.Β8. ΣΤΑΘΜΟΣ 8

Μονοπάτι: Αμαλιόλακα

Σκοπός: Γνωριμία με την ορνιθοπανίδα και ανάπτυξη μαθηματικής σκέψης.

Κατάλληλο για: Τυφλοί & Αυτιστικοί.

Διάρκεια: 15 λεπτά

Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7



ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Φτάσαμε στο ξέφωτο λιβάδι, γνωστό ως Αμαλιόλακκα. Το όνομα θυμίζει την Αμαλία του Όθωνα, για την σχέση της οποίας με την Οίτη, θα μιλήσουμε στον επόμενο σταθμό. Σε τούτον, θα ασχοληθούμε με την χλωρίδα. Με περισσότερα από 1.149 είδη και υποείδη φυτών, η Οίτη ως το «βουνό των λουλουδιών» φιλοξενεί την μοναδική βερονίκη της Οίτης (Veronica oetaea) και ένα είδος άγριου κρεμμυδιού (Allium lagarophyllum).

Εντυπωσιάζουν με την ομορφιά τους και το άρωμά τους κρίνα (Lilium chalcedonicum, Lilium martagon, Lilium candidum), νάρκισσοι των ποιητών (Narcissus poeticus), κρόκοι (Crocus veluchensis, Crocus sieberi), ορχιδέες (π.χ. Dactylorhiza sp., Orchis sp., Himantoglossum caprinum, Cephalanthera rubra), βιόλες (π.χ. Viola aetolica, Viola graeca), καμπανούλες (π.χ. Campanula versicolor), κενταύριες (π.χ. Centaurea triumfettii), πρίμουλες (Primula veris), ίριδες (Iris pumila ssp. attica) και πολλά άλλα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ
Συλλογή λουλουδιών/φυτών

Αξιοποιήστε όλες τις αισθήσεις σας και περιηγηθείτε στο λιβάδι. Μυρίστε το μεθυστικό άρωμα των λουλουδιών. Αγγίξτε και νιώστε την υφή τους. Ό,τι σας συγκινεί συλλέξτε το, για να το αποξηράνετε και να το καταχωρίσετε στο προσωπικό σας φυτολόγιο. Όσοι διασχίσετε το λιβάδι, στην άλλη άκρη, θα σας υποδεχτεί ο παχύς ίσκιος της κεφαλληνιακής ελάτης, είδος ενδημικό. Μην ολιγωρείτε.

Μην εφησυχάζετε. Μέλισσες και πεταλούδες ενδεχομένως, διεκδικήσουν τα ίδια άνθη με σας. Ζώα, όπως το αγριόγιδο (ενδημικό κι αυτό) ή ζαρκάδι, ίσως θελήσουν να σας παρακολουθήσουν από απόσταση. Το σίγουρο είναι πως την περιήγησή σας θα επενδύσει ηχητικά το μελωδικό κελάηδημα των πουλιών.



6.Β9. ΣΤΑΘΜΟΣ 9

Μονοπάτι: Αμαλιόβρυση
Σκοπός: Πολιτισμός - Άσκηση.
Κατάλληλο για: Κωφοί & Βαρύκοοι.
Διάρκεια: 20 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 2

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Κατά τη διάρκεια της βασιλείας του Όθωνα (1836–1862 μ.Χ.), η σύζυγος του βασίλισσα Αμαλία, επισκέφτηκε επανειλημμένα την περιοχή της Οίτης και για το λόγο αυτό πολλά τοπωνύμια φέρουν το όνομά της (Αμαλώτα, Αμαλιόβρυση, Αμαλιόλακκα). Η πανέμορφη πηγή «Αμαλιόβρυση» είναι περίτεχνα κτισμένη με πελεκητή πέτρα και θυμίζει την βασίλισσα Αμαλία και τον Όθωνα, οι οποίοι, ως λέγεται, αγαπούσαν ιδιαίτερα την Οίτη.

Μεγάλη πηγή με το όνομα «Βρύση της Αμαλίας» βρίσκεται και σε άλλη περιοχή μεταξύ της Οίτης και των Βαρδουσίων, απέναντι από το χωριό Καστριώτισσα και κοντά στο Μακρυκάμπι, όπου οι ίδιοι βασιλείς μαγεμένοι από την ομορφιά του, έμειναν επί μιάν εβδομάδα.Λέγεται, επίσης, ότι η βασίλισσα ανέβηκε τη δεύτερη ψηλότερη κορυφή του βουνού, το Γρεβενό (2.116 μ.), και από τότε το ψηλότερο σημείο αυτής είναι γνωστό ως «σημείο της Βασίλισσας».

6.Β9.1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

6.Β9.1α. Παιχνίδι στο νερό

«Βουτάω και μαζεύω»: ρίχνουμε στην μεγάλη κούπα της βρύσης διάφορα αντικείμενα και οι παίκτες με το σύνθημα βουτούν τα χέρια τους στο νερό και προσπαθούν να τα μαζέψουν.

6.Β9.1β. Παιχνίδι αφής

Σε ένα μεγάλο σάκο βάζουμε διάφορα αντικείμενα και οι παίκτες πρέπει να τα αναγνωρίσουν αγγίζοντάς τα με κλειστά μάτια. Είναι κθισμένοι στα πεζούλια της βρύσης.

6.Β9.1γ. Παιχνίδι Λέξεων

Το όνομα της βασίλισσας Αμαλίας έδωσε αφορμή για να σχηματιστούν τόσα τοπωνύμια. Χωριστείτε σε δύο ομάδες. Χρησιμοποιώντας τα τρία γράμματα –αμα- σχηματίστε και καταγράψτε ομόρριζες λέξεις. Η ομάδα που θα βρει τις περισσότερες κερδίζει.

6.Β9.1δ. Παιχνίδι άσκησης

Μας περιμένει η μεγάλη ανηφόρα της επιστροφής... Τι θα λέγατε εκτός από τα παγούρια μας που θα γεμίσουμε με την δροσιά της «Αμαλιόβρυσης», να παίξουμε μπουγέλο; Γεμίστε με νερό, λάβετε θέσεις και πάμε!



6.Β1Θ. ΣΤΑΘΜΟΣ 1Θ

Μονοπάτι: Πλάτωμα
Σκοπός: Πολιτισμός/Μυθολογία/Ποίηση.
Κατάλληλο για: Τυφλοί & αυτιστικοί.
Διάρκεια: 15 λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

- **Επικοινωνία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Συνεργασία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κριτική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Δημιουργικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Παραγωγική Μάθηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

- **Κοινωνική Ζωή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ψηφιακή Ιθαγένεια:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Επιχειρηματικότητα:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

- **Τεχνολογία:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Διαχείριση Μέσων:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρομποτική:** 1 2 3 4 5 6 7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Η επιστροφή μας στην Περδικόβρυση, όπου και θα αφήσουμε σε ένα κλαδί ένα αποδεικτικό της παρούσας εμπειρίας μας, το μονοπάτι είναι ανηφορικό και αρκετά πλέον κουραστικό.

Ας ξεκουραστούμε σε τούτο το σκιερό πλάτωμα. Καθισμένοι στους κορμούς των πεσμένων δέντρων ας ανασύρουμε μύθους από το παρελθόν και ας δοκιμάσουμε το καλλιτεχνικό μας ταλέντο.



6.Β10.1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

6.Β10.1α. Παιχνίδι αναπαράστασης

Ιστορία: Κατά τη μυθολογία, σε μια κορυφή της Οίτης, που λέγεται «Πυρά», κάηκε σε μεγάλη φωτιά («πυρά») ο Ηρακλής, για να γλιτώσει από τον χιτώνα της Δηιάνειρας. Η Οίτη, γνωστή και ως βουνό του Ηρακλή, έχει μια ιδιαίτερη σχέση με τον μυθικό ήρωα. Σε ένα μικρό ύψωμα, στην είσοδο του οροπεδίου της Καταβόθρας, σώζονται ερείπια αρχαίου ναού που είχε φτιαχτεί προς τιμή του.

Στη θέση αυτή, που ονομάζεται «Πυρά Ηρακλέους», σύμφωνα με τη μυθολογία, έπεσε στις φλόγες για να λυτρωθεί από τους αφόρητους πόνους ο Ηρακλής, στην προσπάθειά του να ελευθερωθεί από το δηλητηριασμένο με το αίμα του Κένταυρου Νέσσου χιτώνα, που του είχε στείλει να φορέσει η γυναίκα του Δηιάνειρα.

Την πυρά για να καεί ο Ηρακλής άναψε ο Φιλοκτήτης, στον οποίον χάρισε το τόξο και τα βέλη του για να τον ευχαριστήσει. Σύμφωνα με τον μύθο, ο Δίας τύλιξε τον Ηρακλή στα σύννεφα και τον ανέβασε στον Όλυμπο, όπου παντρεύτηκε την όμορφη Ήβη, την θεά της Νιότης. Ο μύθος επίσης λέει ότι ο Δίας έριξε τον κεραυνό του και στο σημείο που έπεσε, ανέβλυσε ο ποταμός Γοργοπόταμος (αρχαίος Δύρας) για να δροσίσει τον καιγόμενο ήρωα.

Δοκιμασία Αναπαράστασης: Δραματοποιήστε την ιστορία. Ποιοι εθελοντές θα μας ξεδιπλώσουν το υποκριτικό τους ταλέντο;

6.Β10.1β. Σύνθεση Ποιημάτων

Με ερέθισμα τον παραπάνω μύθο ας επιχειρήσουμε να συνθέσουμε από κοινού ποιήματα σύντομα, σατιρικά ή απλώς κωμικά, α-νοηματικά/ά-λογα. Πρόκειται για λίμερικ ένα είδος ποίησης, που αποτελείται από μια χιουμοριστική στροφή πέντε στίχων και έχει ομοιοκαταληξία που ακολουθεί τον κανόνα αα-ββ-α, δηλαδή ο 1ος στίχος ομοιοκαταληκτεί με τον 2ο και τον 5ο στίχο και ο 3ος με τον 4ο. Ξεκινώ: Ο ήρωας ο Ηρακλής από της Δηιάνειρας τον χιτώνα/ κάηκε μέσ' τον χειμώνα/...Συνεχίστε!

6.Γ. ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Επιπλέον Οδηγίες σχετικά με τα Φύλλα Εργασίας

Ιδιαίτερα βασικό είναι σε κάθε παιχνίδι ή δραστηριότητα που θα προταθεί να υπάρχει το συστατικό του “global force”, της κοινής λοιπόν ώθησης ή ενδιαφέροντος για συγκεκριμένα θέματα, πράγματα, καταστάσεις.

Είναι λοιπόν σημαντικό να υπάρχει ΚΟΙΝΟΣ ΠΑΡΟΝΟΜΑΣΤΗΣ ενδιαφερόντων ώστε να εξασφαλιστεί και η ποιότητα του αποτελέσματος.

Ασκήσεις παρατήρησης «κοινών παρονομαστών» στην καθημερινότητά μας (οι παρακάτω ερωτήσεις μπορούν να μπουν και σε φύλλα εργασίας προσαρμοσμένες).

• Περπάτα εργά γύρω από το σπίτι σου, το γραφείο σου, το σχολείο που εργάζεσαι, κτλ.
• Ρώτα τον εαυτό σου: τι κοινό υπάρχει γύρω σου που παράλληλα υφίσταται ως κατάσσταση, αντικείμενο, πράγμα και σε άλλα σημεία τς πόλης, χώρας, γης;
• Κάνε παρατηρήσεις, φωτογραφίζοντας, σκιτσογραφώντας ή βιντεοσκοπώντας κάτι που βλέπεις.
• Πώς συνδέεσαι με τους κοινούς παρονομαστές (global forces); Γιατί είναι σημαντικοί για εσένα;
• Γράψε τις ιδέες και τις απορίες σου σε ένα χαρτί.

Global Forces/ Κοινοί Παρονομαστές γύρω μας

• Πολιτισμός
• Ανθρώπινα δικαιώματα
• Ελευθερία βούλησης και σκέψης
• Θρησκεία
• Οικονομία
• Διατροφή
• Ψηφιακή επικοινωνία
• Κλιματικές αλλαγές
• Κοινωνική κίνηση
• Δημοκρατία
• Κοινωνική αλληλεγγύη
• Ιστορία
• Ποιότητα ζωής



Θα μπορούσε να είναι πολύ απλά και ο καφές που αποτελεί έναν κοινό παρονομαστή διέγερσης για την αύξηση της απόδοσης, που αξιοποιείται από πολλούς ανά τον κόσμο.

Όσο πιο πολλούς κοινούς παρονομαστές έχουμε στα φύλλα εργασίας μας τόσο πιο πιθανό είναι να αγγίξουμε το ενδιαφέρον και να κινητοποιήσουμε τους συμμετέχοντες.

Στόχος των φύλλων εργασίας θα είναι να:

• Προκύψει αναστοχασμός και αύξηση ενδιαφέροντος για όλα όσα γίνονται γύρω μας και έξω από εμάς. Αυτό προτείνεται να επιτευχθεί μέσω της πιο προσεκτικής παρατήρησης μέσω των 5 αισθήσεων και της τακτικής/ προσπάθειας να μπαίνουμε στη θέση του άλλου πριν αποφασίσουμε για την επόμενή μας κίνηση, σκέψη, φράση.
• Αναπτυχθεί η περιέργεια και η επιθυμία διαλόγου με άλλους που βρίσκονται στην παρέα.
• Εκφράσει απόψεις, να έχει δυνατότητα επιλογών, ελευθερίας έκφρασης και αυθεντικότητας.
• Να διερευνήσει την αλληλεπίδραση και διάδραση μεταξύ ανθρώπων, συστημάτων και κοινών παρονομαστών του παρελθόντος, παρόντος και πιθανών προοπτικών του μέλλοντος.

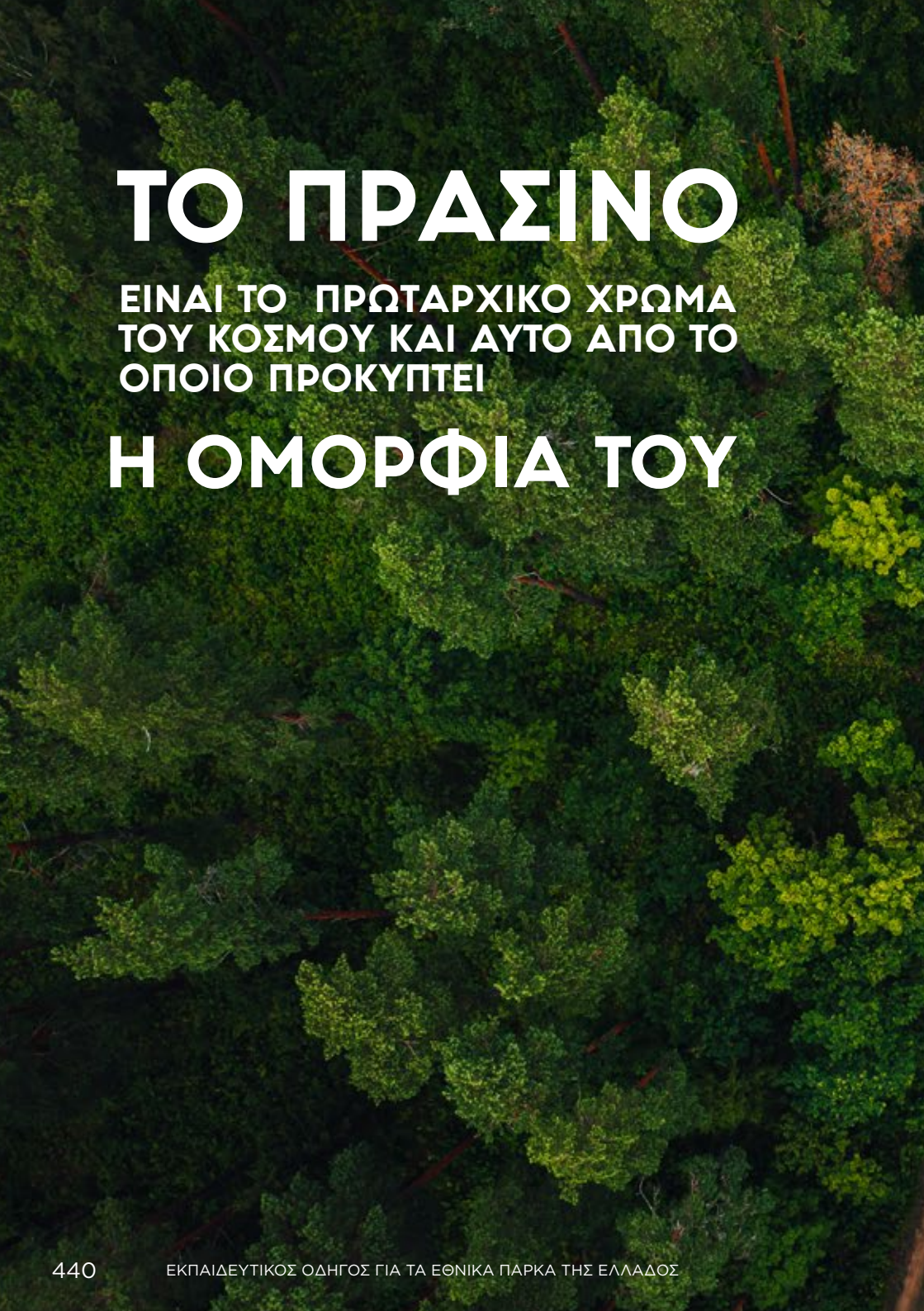
Σημαντικοί Στόχοι Περιεχομένου

• Αντανάκλαση/ σύνδεση με «μεγάλες ιδέες».
• Σύγκριση της παρούσας εμπειρίας με την καθημερινότητα του συμμετέχοντα.
• Προτροπή για κοινό αποθετήριο σκέψεων και αντιλήψεων μεταξύ των συμμετεχόντων δια μέσω του διαλόγου.
• Σύνδεση της παρούσας εμπειρίας με την καθημερινή μας πρακτική.

Προβληματισμοί για τον Συγγραφέα

Αναζήτηση:

- των λόγων που είναι σημαντικό να αναλύσουμε περισσότερο και να ασχοληθούμε με τους κοινούς παρονομαστές μεταξύ της ανθρωπότητας.
- των συνδέσμων που βλέπουμε μεταξύ της συγκεκριμένης άσκησης/ δραστηριότητας με τη γενική πρακτική και μεθοδολογία διδακτικής μας ως εκπαιδευτικοί.



ΤΟ ΠΡΑΣΙΝΟ

ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΠΡΩΤΑΡΧΙΚΟ ΧΡΩΜΑ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΥΤΟ ΑΠΟ ΤΟ ΟΠΟΙΟ ΠΡΟΚΥΠΤΕΙ

Η ΟΜΟΡΦΙΑ ΤΟΥ



”

Pedro Calderón de la Barca

Ισπανός ποιητής-Συγγραφέας



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΠΙΝΔΟΥ



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΠΙΝΔΟΥ



ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η προσπάθεια της παρακάτω παρουσίασης του Εθνικού πάρκου της Πίνδου πραγματοποιήθηκε **με σκοπό την ανάδειξη πληροφοριών για το δρυμό σε άτομα βαρήκοους, κωφούς και ακούοντες που επιθυμούν να γνωρίσουν περισσότερες πληροφορίες για το δρυμό και την επίσκεψη τους σε αυτόν.**

Η δράση αυτή είναι εθελοντική ευελπιστώντας να αποτελέσει μια πρόσθετη πληροφορία για την πληροφόρηση και την προσβασιμότητα των ατόμων με αναπηρία στον δρυμό.

Η ομάδα του Εθνικού Πάρκου
Πίνδου απαρτίζεται από τα εξής άτομα:

•**Ζέρβα Αικατερίνη** | zerba.katerina@gmail.com
Δασολόγος - Εκπαιδευτικός Ειδικής Αγωγής

Η ομάδα αποτελείται από την Αικατερίνη Ζέρβα, εκπαιδευτικό ειδικής αγωγής, τον Αθανάσιο Δήμο για την επεξεργασία των χαρτών, και τη συνεργασία με τον Φορέας Διαχείρισης Προστατευόμενης Περιοχής Εθνικού Πάρκου Βόρειας Πίνδου για την παραγωγή υλικού.

Στο παρόν υλικό, **αναλύεται το όραμα του εθνικού πάρκου, οι σημαντικές στιγμές, οι περιβαλλοντικοί θησαυροί της περιοχής** (χλωρίδα, πανίδα, ερπετά, αμφίβια και ιχθυοπανίδα).

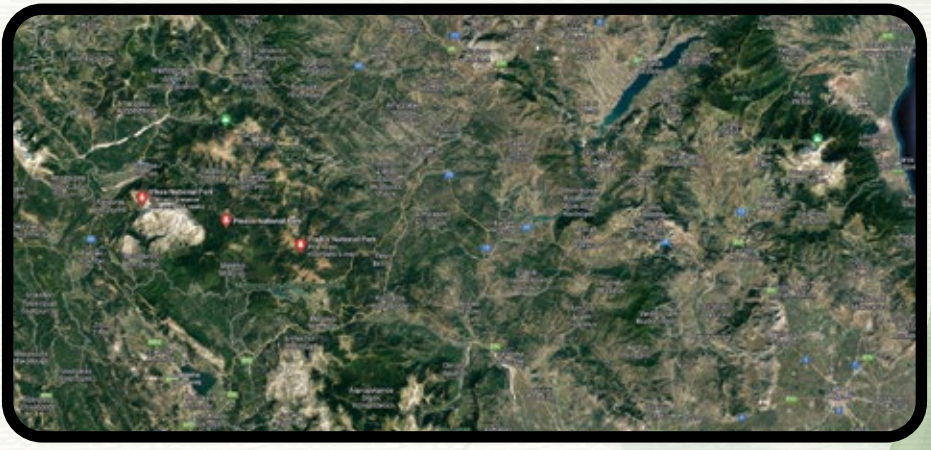
Επίσης, αναφέρονται οι παραδοσιακοί οικισμοί, τα γεφύρια και τα βυζαντινά μοναστήρια της περιοχής. Τέλος, υπάρχουν οι δημοφιλέστερες επιτρεπόμενες δραστηριότητες στο δρυμό και ορισμένα μονοπάτια για αναψυχή και ορειβασία.

Ευχαριστίες

Θερμές ευχαριστίες στο Φορέα Διαχείρισης προστατευόμενης περιοχής Πίνδου και συγκεκριμένα στην κ. Παπιγκιώτη Αλεξάνδρα.

ΠΙΝΔΟΣ
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ





ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ

7.1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η περιοχή της Πίνδου χαρακτηρίστηκε ως Εθνικός Δρυμός το έτος 2005. Επίσης, χαρακτηρίστηκε ως προστατευόμενη περιοχή από το Πανευρωπαϊκό Δίκτυο Προστατευόμενων περιοχών και ανήκει στο δίκτυο Φύση (Natura 2000).

Γενικότερα η περιοχή της Πίνδου έχει ιδιαίτερη οικολογική σημασία και περιλαμβάνει δύο από τα σημαντικότερα εθνικά πάρκα, το Εθνικό πάρκο Πίνδου (Βάλια Κάλντα) και το Εθνικό πάρκο Βίκου-Αώου. Ειδικότερα, το Εθνικό πάρκο της Πίνδου (GR 1310003) έχει έκταση 6. 719, 98 εκτάρια και μαζί με το Εθνικό πάρκο του Βίκου-Αώου (GR 2130001) που έχει έκταση 12. 950,75 εκτάρια έχουν χαρακτηριστεί ως Ειδική Ζώνη Διατήρησης (ΕΔΖ).

7.2. ΤΟ ΟΡΑΜΑ

Το όραμα για το Εθνικό πάρκο της Πίνδου είναι η συνέχιση της διατήρησης και της προστασίας των ειδών χλωρίδας και πανίδας όπως ορίζει και το Πανευρωπαϊκό Δίκτυο Προστατευόμενων Περιοχών (Natura 2000).

Καθώς και η ανάδειξη του παραδοσιακού και πολιτιστικού στοιχείου της περιοχής, με βάση τα πρότυπα της UNESCO, μέσω περιηγήσεων και ορειβατικών μονοπατιών. Επιπλέον, να αποτελέσει μια περιοχή εναλλακτικού τουρισμού για όλους μέσω της ένταξης πρόσθετων πληροφοριών και οδηγιών.

7.3. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ

Από τα μεγαλύτερα επιτεύγματα των ανθρώπων στην περιοχή είναι η διατήρηση των παραδοσιακών οικισμών, γεφυριών και μοναστηριών. Επίσης, σημαντικός είναι ο ρόλος του Φορεά Διαχείρισης Προστατευόμενων Περιοχών Βόρειας Πίνδου όπως και ο Δήμος Ζαγοριού και οι ορειβατικοί και πολιτιστικοί σύλλογοι της περιοχής για την διατήρηση και την ανάδειξη των περιβαλλοντικών, πολιτιστικών και κοινωνικών εκδηλώσεων της περιοχής. Αντιθέτως, οι μεγαλύτερες καταστροφές των ανθρώπων είναι η παράνομη υλοτομία, αλιεία και θήρα.

7.4. ΑΞΙΟΛΟΓΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ & ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ

Αξίζει κανείς να επισκεφτεί τον δρυμό διότι υπάρχουν σπάνια είδη χλωρίδας και πανίδας στην περιοχή που βρίσκονται υπό προστασία. Επίσης, οι οικισμοί που υπάρχουν στην ευρύτερη περιοχή είναι παραδοσιακοί οικισμοί οι οποίοι έχουν ενταχθεί στο πρόγραμμα πολιτιστικής κληρονομιάς της UNESCO.

Παράλληλα, υπάρχουν αρκετά επισκέψιμα παραδοσιακά πέτρινα γεφύρια και βυζαντινά μοναστήρια. Ακόμη, στην περιοχή υπάρχουν διάφορα ποτάμια, λίμνες, ρυάκια, κολυμπήθρες και καταρράκτες. Επιπλέον, ο επισκέπτης στην περιοχή μπορεί να υλοποιήσει διάφορες δραστηριότητες αναψυχής.



7.5. ΓΕΩΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

ΕΔΑΦΟΣ – ΠΕΤΡΩΜΑΤΑ

Στην περιοχή συναντάται ποικιλία εδαφών ανάλογα με το μητρικό πέτρωμα, την επικρατούσα βλάστηση και τις ανθρώπινες επεμβάσεις. **Οι κατηγορίες εδαφών που κυριαρχούν προέρχονται κυρίως από σκληρούς ασβεστόλιθους, δευτερευόντως από τον φλύσχη και τις νεογενείς αποθέσεις.**

Τα εδάφη που προήλθαν από σκληρούς ασβεστόλιθο, είναι αργιλώδη έως αργιλοπηλώδη με ποικίλη χημική αντίδραση, επαρκώς εφοδιασμένα με βάσεις. Πάνω στον ασβεστόλιθο το έδαφος δεν είναι συνεχές (ορθοπλαγιές, βραχώδεις εξάρσεις), αντίθετα αυτό περιορίζεται στις κοιλότητες και σχισμές των βράχων. Γενικά τα εδάφη της κατηγορίας αυτής εμφανίζονται αβαθή με έντονη την παρουσία βράχων, ενώ μόνο κατά θέσεις εμφανίζονται επαρκώς βαθιά εδάφη που συντηρούν δασική βλάστηση. Η συνήθης μορφή βλάστησης που απαντάται στα εδάφη αυτά είναι αυτή των μερικώς δασοσκεπών εκτάσεων. Λόγω της φύσης του μητρικού πετρώματος και του αναγλύφου είναι συχνά τα φαινόμενα επιφανειακής διάβρωσης, γεωκατολισθήσεων και γεωκαταπτώσεων.

Τα εδάφη πάνω στον φλύσχη έχουν υφή αργιλοπηλώδη έως πηλώδη, είναι συνήθως όξινα και επαρκώς εφοδιασμένα με βάσεις. **Εμφανίζονται γενικά ξηρά, λόγω της μικρής υδατοδιαπερατότητας του πετρώματος και είναι πολύ ευαίσθητα σε φαινόμενα διάβρωσης.** Πρόκειται για βαθύτερα από τα προηγούμενα εδάφη, με σημαντικές διακυμάνσεις του βάθους τους και με σαφώς λιγότερα βραχώδη από ότι τα εδάφη της προηγούμενης κατηγορίας, ενώ η παρουσία βράχου περιορίζεται μόνο κατά θέσεις.

Οι νεογενείς αποθέσεις περιλαμβάνουν κυρίως κολλουβιακά εδάφη, τα οποία σχηματίστηκαν από την απόθεση υλικών αποσάθρωσης πετρωμάτων και αλλουβιακά εδάφη τα οποία σχηματίζονται από υλικά που μεταφέρονται με το νερό. Πρόκειται για γόνιμα και παραγωγικά εδάφη, βαθιά στις περισσότερες περιπτώσεις, κατάλληλα για αγροτική καλλιέργεια (αγροτικές εκτάσεις Παπίγκου κ.α στα χαμηλότερα σημεία και κατά μήκος των ορεινών ρεμάτων της περιοχής).



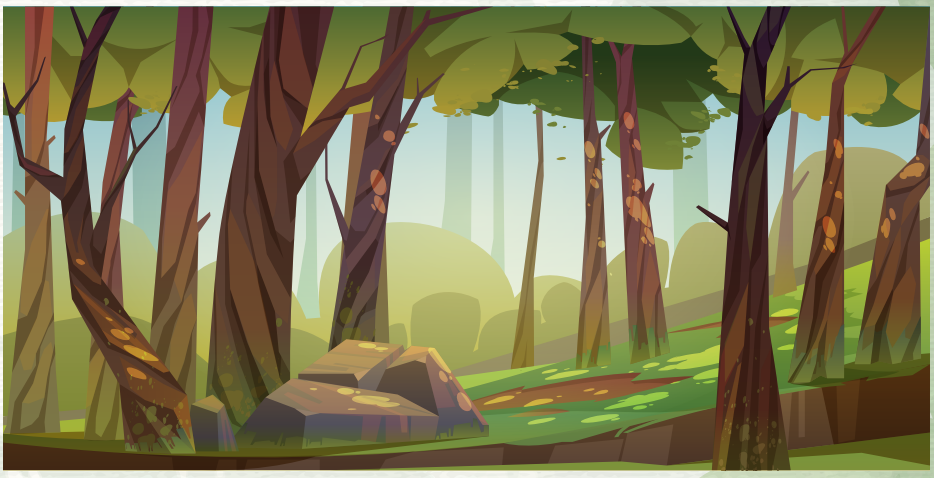
Γενικά το μεγαλύτερο τμήμα της περιοχής μελέτης καλύπτεται από τα πλέον αβαθή εδάφη και βράχους. Είναι σε μεγάλη έκταση υποβαθμισμένα και μόνο όπου υπάρχει βλάστηση είναι προστατευμένα από τη διάβρωση. Η χαραδρωτική διάβρωση κάνει έντονη την εμφάνισή της στο μεγαλύτερο τμήμα της περιοχής, ιδίως εκεί όπου η βλάστηση είναι περιορισμένη και η ανθρωπογενής επίδραση αισθητή.

Στην περιοχή μελέτης, λόγω του έντονου ανάγλυφου και του γεωλογικού υποθέματος είναι έντονη η παρουσία χειμαρρικών φαινομένων, τα οποία συνίστανται σε επιφανειακές και χαραδρωτικές διαβρώσεις καθώς και σε αποσαθρώσεις και γεωκατακριμνήσεις.

ΥΨΟΜΕΤΡΟ

Οι κυριότεροι ορεινοί όγκοι που περιλαμβάνονται στην περιοχή της Πίνδου είναι: **ο Σμόλικας**, το δεύτερο σε ύψος βουνό της Ελλάδας (2.637 m), **η Τύμφη** (2.497 m), **η Βασιλίτσα** (2.249 m), **ο Λύγκος** (2.177 m), **ο Ζυγός** (1.820 m) και αρκετά άλλα μικρότερα σε έκταση και υψόμετρο βουνά όπως **η Τραπεζίτσα** (2.022 m.), **η Τσούκα Ρόσσα** (1.987 m), **το Φλάμπουρο** (1.914 m), **ο Κλέφτης** (1.846 m), **το Μιτσικέλι** (1.810 m), **ο Κουκουρούντζος** (1.785 m), **η Κούστα** (1.731 m), **ο Κοζιακός** (1.622 m) και **ο Όρλιακας** (1.443 m).

Από τις βραχώδεις κορυφές και τις πυκνοδασομένες πλαγιές τους ρέουν πολυάριθμα ρέματα και ποτάμια με κυριότερα τον Αώο, το Βοϊδομάτη, τον Βενέτικο και τους παραπόταμους του Άραχθου: Βάρδα και Ζαγορίτικο. Επίσης το εντυπωσιακό ορεινό ανάγλυφο του εδάφους κοσμούν δεκάδες όμορφα ορεινά χωριά με μακρόχρονη ιστορία και ξεχωριστή αρχιτεκτονική.



ΚΛΙΜΑ

Ο τύπος κλίματος της περιοχής υπάγεται στον Ηπειρωτικό. **Πρόκειται για κλίμα μεταβατικό από το Μεσογειακό με τάση προς το Μεσευρωπαϊκό, διατηρώντας όμως τα χαρακτηριστικά του Μεσογειακού τύπου**. Συναντάται στο εσωτερικό της Ηπείρου με εξαίρεση τους ορεινούς τόπους. Χαρακτηρίζεται από ψυχρό χειμώνα, πλούσιο σε βροχές και ζεστό καλοκαίρι με λίγες τοπικές βροχές.

Η θερμοκρασία τη χειμερινή εποχή φθάνει σε χαμηλά επίπεδα και οι παγετοί είναι συνήθεις από το Νοέμβριο μέχρι τον Απρίλιο. Οι χιονοπτώσεις είναι αρκετές, μεγάλο το ετήσιο θερμοκρασιακό εύρος και η ηλιοφάνεια ελαττωμένη. Όλα αυτά τα χαρακτηριστικά δείχνουν σχετική απομάκρυνση του κλίματος αυτού από το Μεσογειακό και του προσδίδουν κάποια μορφή ηπειρωτικού τύπου.

Ο χειμώνας είναι παρατεταμένος, η άνοιξη συνήθως βραχείας διάρκειας, το θέρος θερμό και το φθινόπωρο σχετικά παρατεταμένο. Η βλάστηση απομακρύνεται από τη Μεσογειακή, αλλά δεν φθάνει σε αυτή της Μεσευρώπης.

7.6. ΧΛΩΡΙΔΑ

Η ευρύτερη περιοχή μελέτης χαρακτηρίζεται από έντονο γεωλογικό υπόβαθρο και από μεγάλο υπερθαλάσσιο εύρος, οι παράγοντες αυτοί δημιουργούν μεγάλη ποικιλομορφία τύπων βλάστησης και εξαιρετικό χλωριδικό και πανιδικό ενδιαφέρον.

Η βλάστηση της μπορεί να διακριθεί κυρίως σε πέντε ζώνες βλάστησης, οι οποίες είναι οι εξής:

Α. **Η ευμεσογειακή ζώνη** που περιλαμβάνει κυρίως χαμηλά δάση αριάς (Quercetalia ilex), φράξου (Fraxinus Ornus), πουρνάρι (Quercus coccifera) κ.α.

Β. **Η παραμεσογειακή ζώνη** που περιλαμβάνει κυρίως πλατύφυλλα δάση από δρυς (Quercus Frainetto), ευθύφλοια δρυς (Quercus cerris), ο γάβρος (Quercus orientalis), η κρανιά (Cornus mas) κ.α.

Γ. **Η ζώνη οξιάς** που περιλαμβάνει κυρίως δάση οξιάς (Fagus sylvatica), ελάτης (Abies borissi-regis) και μαύρης πεύκης (Pinus nigra) κ.α.

Δ. **Η ζώνη ψυχρόβιων κωνοφόρων** που αποτελείται από δάση από Ρόμπολα (Pinus heldreichii) και δασική πεύκη (Pinus sylvestris).

Ε. **Η ανωδασική βλάστηση** που περιλαμβάνει την ποώδη και θαμνώδη βλάστηση της περιοχής.

Από την ποώδη βλάστηση, ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η χλωρίδα των βουνών με οφιολιθικό γεωλογικό υπόστρωμα, δηλαδή του Σμόλικα, της Βασιλίτσας, του Λύγγου, του Φλάμπορου κ.ά. καθώς περιλαμβάνει αρκετά φυτά που έχουν προσαρμοστεί να ζουν σε εδάφη με υψηλές συγκεντρώσεις μετάλλων, όπως:
το άλυσσο του Σμόλικα (Allysum smolicanum), το άλλιο το σφαιροκεφαλοειδές (Allium sphaerocephalon), **η βιόλα η αλβανική** (Viola albanica), **το γκάλιο το οφιολιθικό** (Gallium ophiolithicum), **το κεράστριο του Σμόλικα.**

Επιπρόσθετα, στην περιοχή φύονται πολλά σπάνια, ενδημικά και προστατευόμενα είδη φυτών, όπως είναι τα εξής:
κενταύρειο της Τύμφης (Centaurea tymphaea), **κενταύρεια η βλαχόρειος** (Centaurea vlachorum), **σέδο της Τύμφης** (Sedum tymphaeum), **κενταύρειο του Παβλόφ** (Centaurea pawlowskii), **μπορνμουελέρα της Τύμφης** (Bornmuellera tymphaea), **άλυσσο του Χελδράι**x (Alyssum heldreichi), **σιλινή της Πίνδου** (Silene pindicola), **όνοσμα η ηπειρωτική** (Onosma epirotica), **μινουάρτια η ψευτοσαξιφραγκοειδής** (Minuartia pseudosaxifraga), **βαλεριάνα η κρινοειδής** (Valeriana crinii), **σολδανέλλα της Πίνδου** (Soldanella pindicola), **σαξιφράγκα μπιφλόρα της ηπείρου** (Saxifraga biflora-epirotica), **γκάλιο το σακρόρον** (Galium sacrorum), **ιεράκειο το δασυκράσπεδο** (Hieracium dasycraspedum), κ. ά.

Παράλληλα, στην περιοχή υπάρχει πλούσια ποικιλία μανιταριών και περιλαμβάνει χιλιάδες είδη, ανάμεσα στα οποία έχουν προσδιορισθεί και καταγραφεί μέχρι σήμερα μόνο στην περιοχή των Γρεβενών περίπου 2.000 είδη.
Στα πιο γνωστά μανιτάρια του συγκαταλέγονται τα εξής:
το αγαρικό το πεδινό (Agaricus campestris), **ο κοπρίνος ο τριχωτός** (Coprinus comatus), **ο κανθαρίσκος ο φαγώσιμος** (Cantharellus cibarius), **ο λακτάριος ο νόστιμος** (Lactarius deliciosus), **ο αμανίτης ο μυκογόνος** (Amanita muscaria), **η σαρκοσφαίρα η εστεμμένη** (Sarcosphaera coronaria), **η μορχέλα η νόστιμη** (Morchella deliciosa), **το γαίαστρο το τριπλό** (Geastrum triplex), **η καλβάτια η ασκόμορφη** (Calvatia utriformis), **η ραμάρια η χρυσή** (Ramaria aurea), κ.ά.

Τέλος, στην ευρύτερη περιοχή της Πίνδου υπάρχουν διάφορα μελίσσια με μελισσοκόμους που πουλάνε ή προμηθεύουν μέλι στην τοπική αγορά που προέρχεται κυρίως από άνθη ελάτων, πεύκων, βελανιδιών και καστανιών.

7.7. ΠΑΝΙΔΑ

Στην ευρύτερη περιοχή έχουν καταγραφεί πάνω από 60 είδη θηλαστικών. **Από το σύνολο των ειδών που έχουν καταγραφεί στην περιοχή τα 7 αναγράφονται στο Κόκκινο Βιβλίο των Απειλούμενων Ζώων της Ελλάδας σε διάφορες κατηγορίες κινδύνου.**

Τα είδη υψηλού ενδιαφέροντος είναι: **η ικτίδα** (Mustela putorius), **η βίδρα** (Lutra lutra), **ο λύκος** (Canis lupus), **η αρκούδα** (Ursus Arctos), **η αγριόγατα** (Felix syvestris) και **το αγριόγιδο** (Rupicarpa rupicarpa balcanica), **το ζαρκάδι** (Capreolus capreolus) και **το αγριογούρουνο** (Sus Scrofa). **Επιπλέον, στην περιοχή υπάρχουν μικρότερα θηλαστικά** όπως είναι: **η αλεπού** (Vulpes vulpes), **ο ασβός** (Meles meles), **ο λαγός** (Lepus capenis), **ο σκαντζόχοιρος** (Erinaceus concolor), **ο σκίουρος** (Sciurus vulgaris), **το κουνάβι** (Martes fiona), **το σπάνιο δασοκούναβο** (Martes martes) και άλλα πολλά μικροθηλαστικά και είδη νυχτερίδων.

Ακόμη, αξίζει να σημειωθεί ότι από τα 422 είδη πουλιών που έχουν καταγραφεί στην Ελλάδα μέχρι σήμερα, στην περιοχή του Εθνικού πάρκου (Ε.Δ.) Βίκου – Αώου και γενικότερα στην περιοχή της Πίνδου έχουν παρατηρηθεί 180 είδη πτηνών. **Ο πλούτος αυτός οφείλεται αφενός στην πλούσια γεωμορφολογία της περιοχής και αφετέρου στο γεγονός ότι υπάρχουν μεγάλες, σχετικά αδιατάρακτες, φυσικές εκτάσεις, χωρίς σημαντικές οχλήσεις.**

Από το συνολικό αριθμό των ειδών που έχουν καταγραφεί στην ευρύτερη περιοχή του Ε.Δ. 26 είδη χαρακτηρίζονται ως σπάνια και χρήζονται προστασίας στο παράρτημα Ι της Οδηγίας 79/409 της Επιτροπής των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων, όπως τροποποιήθηκε με την 85/411, ενώ 17 είδη αναγράφονται στις διάφορες κατηγορίες κινδύνου στο Κόκκινο Βιβλίο των Απειλούμενων Σπονδυλωτών της Ελλάδας.

Ειδικότερα, τα κυριότερα είδη πτηνών που απαντώνται στην περιοχή και ανήκουν στην προαναφερθείσα Οδηγία 79/409 είναι τα εξής:

- Aquila chrysaetus (**Χρυσαετός**)
- Bubo bubo (**Μπούφος**)
- Ciconia nigra (**Μαυροπελαργός**)
- Cicraetus qallicus (**Φιδαετός**)
- Dryocopus martius (**Μαυροτσικλιτάρα**)
- Neophron percnopterus (**Ασπροπάρης**)
- Falco eleonorae (**Μαυροπετρίτης**)
- Falco peregrinus (**Πετρίτης**)
- Hieraaetus pennatus (**Γερακαετό**)
- Lanius collurio (**Αντομάχος**)
- Lullura arborea (**Δεντροσταρήχτρα**)
- Pernis apivorus (**Σφηκιάρης**)

Εκτός από τα θηλαστικά και τα πτηνά, ιδιαίτερο ενδιαφέρον έχουν τα ερπετά (30 είδη ερπετών) και τα αμφίβια (14 είδη αμφίβιων) και η ιχθυοπανίδα της περιοχής.

Στο μήκος του Αώου και του Βοϊδομάτη όπου έχει μόνιμα παροχή ύδατος από τις κοντινές πηγές οι οποίες ξεκινάν κοντά στο χωριό Βίκος μέχρι την ένωσή του με τον Αώο, απαντώνται αρκετά είδη ψαριών του γλυκού νερού, με πιο συνηθισμένο **την πέστροφα**, ενώ υπάρχουν και άλλα είδη όπως **ο κέφαλος** (Mugil cephalus), **το γιλάρι ή γουρονομύτης** (Chondrostoma vardarence) **το τσιρωνάκι** (Alburnoides bipunctatus) και **το χέλι** (Anguilla Anguilla).

7.8. ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΤΟΠΙΟΥ

Οι κάτοικοι της Πίνδου για τις καθημερινές τους ανάγκες χρησιμοποιούσαν ανέκαθεν ένα πολυσύνθετο και λειτουργικό δίκτυο μονοπατιών. Παράλληλα, η ιδιαίτερη μορφολογία του εδάφους, το κλίμα με τις συχνές βροχοπτώσεις και χιονοπτώσεις, καθώς και τα πολλά ορμητικά ρέματα και ποτάμια, επέβαλαν την κατασκευή πέτρινων τοξοτών γεφυριών εξυπηρετώντας έτσι την επικοινωνία μεταξύ των οικισμών.

Η κατασκευή των γεφυριών απαιτούσε μεγάλη δεξιοτεχνία, γι' αυτό και το χτίσιμό τους ήταν έργο εξειδικευμένων μαστόρων, οι περισσότεροι από τους οποίους προέρχονταν από τα χωριά της Κόνιτσας και του Βόιου. Τα φυσικά χαρακτηριστικά της θέσης που επέλεγε ο πρωτομάστορας ήταν καθοριστικά για το χτίσιμο του γεφυριού. Όλα τους είναι κατασκευασμένα κατά τη διάρκεια του 18ου και 19ου αιώνα με τη χρηματοδότηση πλούσιων κατοίκων ή τούρκων διοικητών, που έδιναν και το όνομά τους στο γεφύρι.

7.9. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

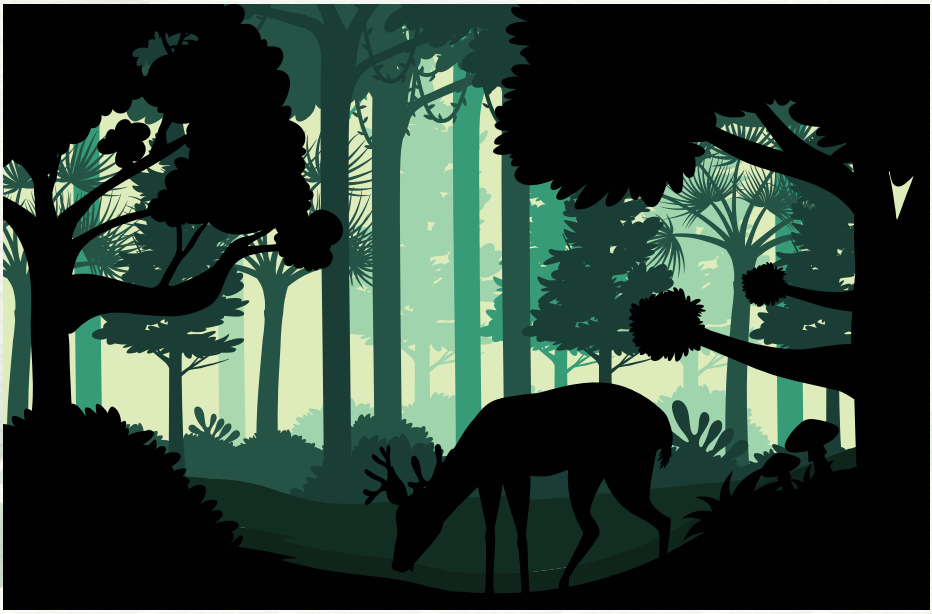
Στην ευρύτερη περιοχή υπάρχουν διάφοροι παραδοσιακοί οικισμοί, γεφύρια και βυζαντινά μοναστήρια που χαρακτηρίστηκαν ως διατηρητέα πολιτιστικής κληρονομιάς από την UNESCO. Η περιοχή αποτελείται από περίπου 68 οικισμούς εντός του ενώ άλλοι 14 οικισμοί βρίσκονται στα όρια αυτού. Οι οικισμοί του διακρίνονται σε πέντε ανθρωπογεωγραφικές ενότητες. Οι ενότητες αυτές περιλαμβάνουν τους οικισμούς του Ζαγορίου, της Κόνιτσας, του Μετσόβου, τα ορεινά Βλαχοχώρια και τα χωριά των Κοπατσαραίων.

7.10. ΑΝΑΨΥΧΗ & ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

Όσο αφορά τις δραστηριότητες αναψυχής στην περιοχή, από τις δημοφιλέστερες επιτρεπόμενες δραστηριότητες του εθνικού πάρκου είναι: η περιήγηση με οχήματα, η πεζοπορία και ορειβασία, οι υδάτινες δραστηριότητες (ράφτινγκ, καγιάκ κ.α.), η αναρρίχηση, η φωτογράφιση, η κολύμβηση, το κυνήγι, το ψάρεμα, η συλλογή βοτάνων και μανιταριών, η κατασκήνωση, το άναμμα φωτιάς και η χιονοδρομία.

7.11. ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

1. Μονοπάτι από τη Βυζαντινή μονή της Κοιμήσεως της Θεοτόκου της Σπηλαιωτίσσης έως τον ποταμό Βοϊδομάτη.
2. Μονοπάτι στο Φαράγγι του Βίκου.



Α
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

ΓΙΑΤΙ ΔΙΑΛΕΞΑΜΕ ΑΥΤΑ ΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

Τα μονοπάτια αυτά συνδυάζουν τον Πολιτισμό με τη Φύση και την Φύση με τις ανθρώπινες δραστηριότητες αναψυχής. Μέσα από την διαδρομή αυτών των μονοπατιών, μπορεί κανείς να θαυμάσει τα είδη χλωρίδας και πανίδας που υπάρχουν στην προστατευόμενη περιοχή του ποταμού Βοϊδομάτη και του φαραγγιού του Βίκου.

ΙΔΙΑΙΤΕΡΟΤΗΤΕΣ

Στις περιοχές που βρίσκονται τα μονοπάτια υπάρχουν διάφορα είδη χλωρίδα και πανίδας που βρίσκονται υπό προστασία. Έτσι, μέσα από την πεζοπορία και την εξερεύνηση, συναντάμε πολλά από αυτά τα είδη. Επίσης, στην περιοχή του Βοϊδομάτη υπάρχει η δυνατότητα για ράφτινγκ με βάση οργανωμένων ομάδων εκπαιδευτών ράφτινγκ.

ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η πεζοπορία στη Φύση και στις προστατευόμενες περιοχές μπορεί να επιτευχθεί με ιδιαίτερη προσοχή. Μέσα από τα συγκεκριμένα μονοπάτια αναμένουμε τα αποτελέσματα της δράσης, την αναψυχής και της διασκέδασης. Επιπλέον, αναμένουμε την αναγνώριση των ειδών χλωρίδας και πανίδας καθώς και την ολοκλήρωση της διαδρομής του φαραγγιού του Βίκου.

ΠΡΟΣΔΩΚΟΜΕΝΗ ΠΡΟΣΤΙΘΕΜΕΝΗ ΑΞΙΑ

Οι συμμετέχοντες μπορούν να ολοκληρώσουν τα φύλλα εργασίας είτε με νέα ψηφιακά μέσα αναπτύσσοντας τις ψηφιακές δεξιότητες είτε με τον παραδοσιακό τρόπο για να κατακτήσουν τη γνώση. Θα χρησιμοποιήσουν διάφορα διαθέσιμα λογισμικά ανοικτής πρόσβασης δωρεάν και θα αναπτύξουν τις δραστηριότητες με παιχνίδι. Τα φύλλα εργασίας που προτείνονται για την περιοχή του Εθνικού πάρκου της Πίνδου και την γνωριμία με την προστατευόμενη περιοχή. Υπάρχουν πληροφορίες στις δραστηριότητες των φύλλων εργασίας που συνδέονται με τα προτεινόμενα μονοπάτια αλλά μπορούν να υλοποιηθούν και ανεξάρτητα από αυτά.

Για την υλοποίηση των προτεινόμενων δραστηριοτήτων είναι απαραίτητη η χρήση smartphone και η σύνδεση στο διαδίκτυο ή η χρήση μολυβιού, χάρακα και γόμα.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΠΟΝΔΥΛΟΕΙΔΟΥΣ ΔΙΑΔΡΟΜΗΣ & ΦΙΛΟΣΟΦΙΑΣ

Εδώ αναφέρεται πώς συνδέονται οι σπόνδυλοι/ σταθμοί μεταξύ τους (παιχνίδι θησαυρού, παζλ μίας ευρύτερης εικόνας/ αντίληψης, πολυθεματική προσέγγιση του ίδιου αντικειμένου ή άλλο). Οι δυο διαδρομές των μονοπατιών συνδέονται μεταξύ τους μέσω του επαρχιακού δρόμου από την περιοχή του χωριού Αρίστη προς την περιοχή του χωριού Βίκου. Το ποτάμι (Βοϊδομάτης) που υπάρχει στη μια διαδρομή εμφανίζει τις εκβολές του και στο φαράγγι του Βίκου. Σε περίπτωση που επιλέξετε να κάνετε ράφτινγκ ένα παιχνίδι θησαυρού στην πορεία του ποταμιού θα σας ακολουθεί.

Πηγές

Φορέας Διαχείρισης Προστατευόμενης Περιοχής Εθνικού Πάρκου, Βόρειας Πίνδου.
https://www.pindosnationalpark.gr



7.Α1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1

Σκοπός: Η γνωριμία με την περιοχή του Εθνικού πάρκου Πίνδου.
Κατάλληλο για: Όλους τους συμμετέχοντες ηλικίας 15 – 30 ετών.
Διάρκεια: 30΄λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 3

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

- **Στρατηγική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Πλάγια Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Υπολογιστική Σκέψη:** 1 2 3 4 5 6 7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

- **Άφη:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Γεύση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Ακοή:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όραση:** 1 2 3 4 5 6 7
- **Όσφρηση:** 1 2 3 4 5 6 7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Η διαδρομή μπορεί να ξεκινήσει από τον επαρχιακό δρόμο του χωριού Αρίστη. Κατηφορίζοντας τον δρόμο με τα πόδια ή μέσω αυτοκινήτου κοντά στο μονοπάτι για τη Βυζαντινή μονή της Κοιμήσεως της Θεοτόκου της Σπηλαιωτίσσης, υπάρχουν διάφορα είδη φυτών δεξιά και αριστερά του δρόμου.

Στη συνέχεια, φτάνοντας στο μονοπάτι, υπάρχει ένας δασικός δρόμος που οδηγεί στη μονή. Στην περιοχή αυτή, υπάρχει η δυνατότητα στάσης για να θαυμάσετε την αρχιτεκτονική της μονής. **Η μονή, τα παλαιότερα χρόνια κατοικούταν από μοναχούς, όμως τα τελευταία χρόνια έχει παραμείνει ως θρησκευτικό μνημείο.**

Στη συνέχεια, μπορείτε να ακολουθήσετε τον επαρχιακό δρόμο όπου θα συναντήσετε μια γέφυρα όπου διέρθετε ο ποταμός Βοϊδομάτης. Ιδιαίτερο χαρακτηριστικό του ποταμού, είναι τα γαλαζοπράσινα χρώματα του νερού του, τα παραποτάμια είδη χλωρίδας καθώς και τα διάφορα είδη ψαριών που υπάρχουν σε αυτό.

Στο σημείο αυτό, υπάρχει η δυνατότητα για να κάνετε ράφτινγκ. Υπάρχουν διάφορες ομάδες ιδιωτών που αναλαμβάνουν τη δραστηριότητα του ράφτινγκ με τον απαραίτητο εξοπλισμό και όλα τα μέτρα ασφαλείας (στολές, σωσίβια κτλ.). Επιπλέον, υπάρχει η δυνατότητα ενοικίασης ποδηλάτου για να διασχίσετε την παραποτάμια διαδρομή. Τέλος, μπορείτε να επιστρέψετε πίσω στην αφετηρία σας μέσω της ίδιας διαδρομής.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Το πρώτο φύλλο εργασίας, αποτελείται από τρεις δραστηριότητες που αφορούν την γνωριμία σας με την περιοχή του Εθνικού πάρκου της Πίνδου. Αναφέρεται, στην αρχική οργάνωση των δραστηριοτήτων σας, τη γνωριμία σας με τα βουνά της περιοχής και την αντιστοίχηση τους με τα υψόμετρα τους. Επίσης, υπάρχει ένα σταυρόλεξο με διάφορες πληροφορίες που αφορούν την προστατευόμενη περιοχή του Εθνικού πάρκου της Πίνδου.

Για την υλοποίηση των δραστηριοτήτων αυτών απαιτείται smartphone με πρόσβαση στο διαδίκτυο ή η χρήση μολυβιού, χάρακα και γόμας στο τέλος κάθε δραστηριότητας.



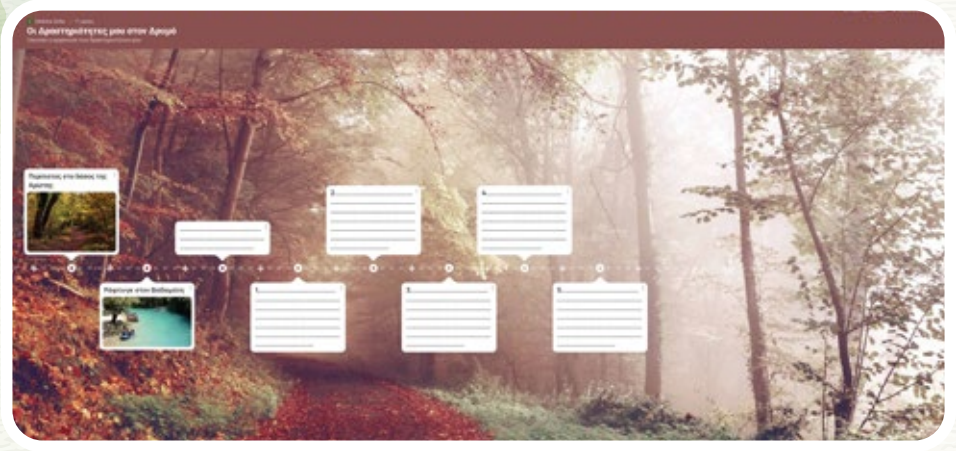
7.Α1.1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1η

Τίτλος: Ξεκινώντας με Οργάνωση των Δραστηριοτήτων μου.

Για να οργανώσετε τον χρόνο σας και τις δραστηριότητες σας, πατήστε στον παρακάτω σύνδεσμο: https://tinyurl.com/3stk88nx

Μπορείτε να προσθέσετε δραστηριότητες με το + όπως στα δυο πρώτα παραδείγματα! Αν δεν έχετε πρόσβαση στο διαδίκτυο (ιντερνέτ) προσθέστε τις δραστηριότητες σας στις τελίτσες της δεύτερης εικόνας!

Παράδειγμα:



Σε περίπτωση που δεν έχετε πρόσβαση στο διαδίκτυο (ίντερνετ), **έχεις τη δυνατότητα να κάνεις την συγκεκριμένη δραστηριότητα μέσω της παρακάτω αντιστοιχίας!**

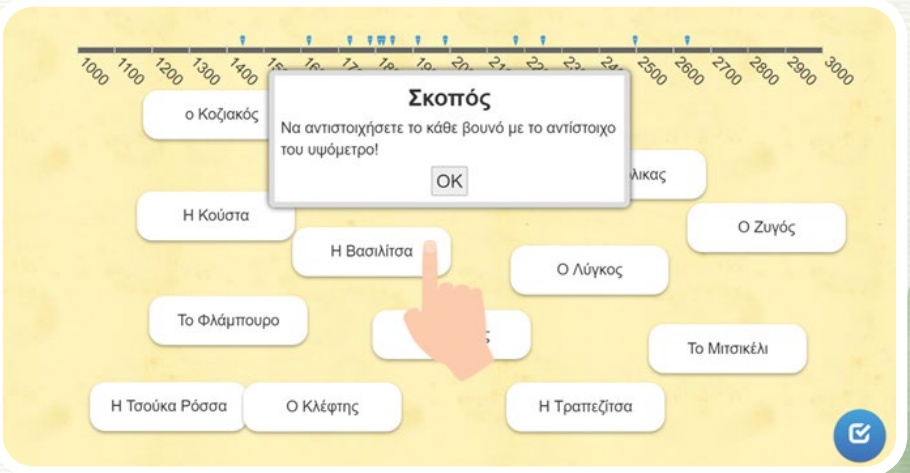
7.Α1.2. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2η

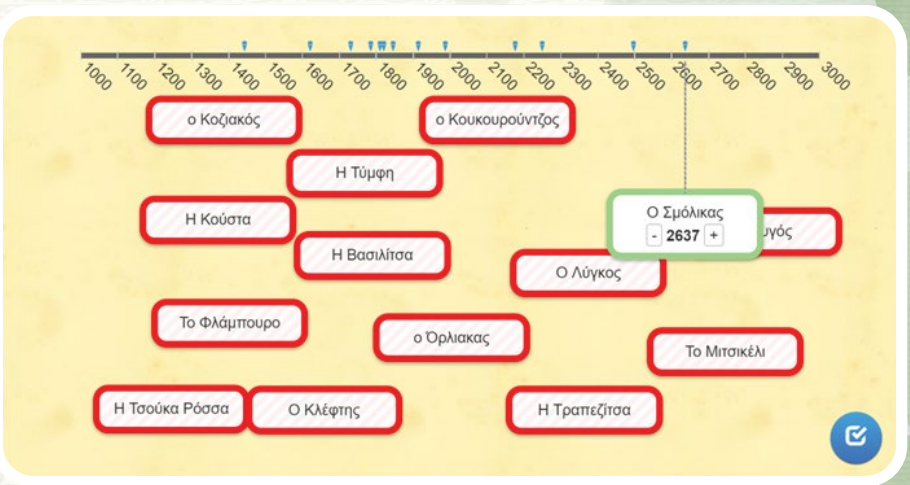
Τίτλος: Τα βουνά του Εθνικού Πάρκου της Πίνδου.

Σε αυτή τη δραστηριότητα καλείστε να αντιστοιχήσετε τα βουνά της Πίνδου με τα αντίστοιχα τους υψόμετρα!

Πατήστε στον παρακάτω σύνδεσμο για να ξεκινήσει η δραστηριότητα
https://tinyurl.com/2p9eunjr

Στη συνέχεια σύρε και άσε το κάθε βουνό στο αντίστοιχο βελάκι με το υψόμετρο και πάτησε το μπλε κουτάκι κάτω δεξιά για να ελέγξεις την απάντηση σου! Παράδειγμα:

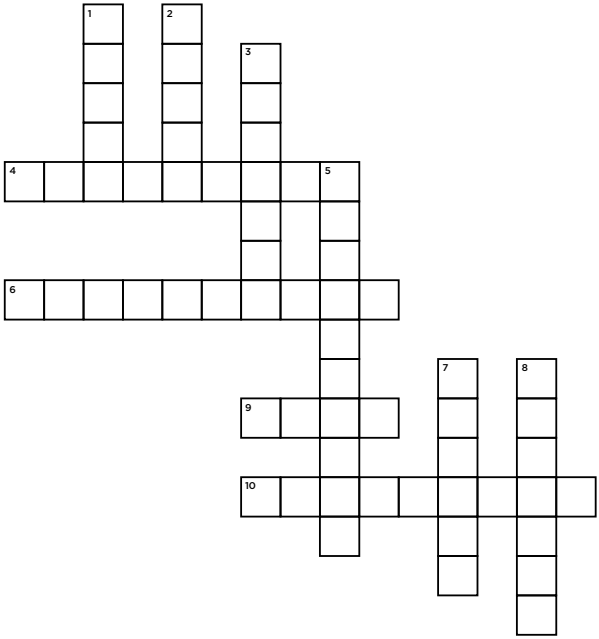




7.Α1.3. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3η

Τίτλος: Σταυρόλεξο - «Η περιοχή του Εθνικού Πάρκου της Πίνδου»

Να απαντήσετε στις παρακάτω ερωτήσεις ώστε να συμπληρώσετε το σταυρόλεξο για την περιοχή του Εθνικού Πάρκου της Πίνδου



ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

4. Η Πίνδος φιλοξενεί πολλά είδη πανίδας που είναι υπό...

6. Στην περιοχή της Πίνδου υπάρχουν πολλά Βυζαντινά...

9. Στην περιοχή της Πίνδου υπάρχουν πολλά σπάνια...

10. Η Πίνδος έχει πολλούς παραδοσιακούς...

ΚΑΘΕΤΑ

1. Τα περισσότερα σπίτια στην περιοχή της Πίνδου είναι από...

2. Η περιοχή της Πίνδου αποτελείται από πολλά ψηλά...

3. Η περιοχή της Πίνδου είναι Προστατευόμενη...

5. Το κλίμα της περιοχής είναι...

7. Η Πίνδος έχει χαρακτηριστεί ως Εθνικός...

8. Η περιοχή της Πίνδου αποτελείται από πολλά πέτρινα..

7.Α2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2

Σκοπός: Η αναγνώριση των ειδών βλάστησης, χλωρίδας και πανίδας της περιοχής του Εθνικού πάρκου της Πίνδου.
Κατάλληλο για: Όλους τους συμμετέχοντες ηλικίας 15 – 30 ετών.
Διάρκεια: 30΄λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 6

ΒΑΡΟΜΕΤΡΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 21ου ΑΙΩΝΑ

• **Επικοινωνία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Συνεργασία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κριτική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Δημιουργικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Παραγωγική Μάθηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ

• **Κοινωνική Ζωή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ψηφιακή Ιθαγένεια:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαμεσολάβηση και Κοινωνική, Ενσυναίσθηση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Επιχειρηματικότητα:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ, ΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

• **Τεχνολογία:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Διαχείριση Μέσων:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρομποτική:**	1	2	3	4	5	6	7

ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

• **Στρατηγική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Πλάγια Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ρουτίνα Σκέψης, Αναστοχασμός:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Κατασκευές, Παιχνίδια, Εφαρμογές:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Υπολογιστική Σκέψη:**	1	2	3	4	5	6	7

ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ

• **Άφη:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Γεύση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Ακοή:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όραση:**	1	2	3	4	5	6	7
• **Όσφρηση:**	1	2	3	4	5	6	7

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Η διαδρομή για το φαράγγι του Βίκου συνδέεται άμεσα με την πρώτη διαδρομή. Καθώς το χωριό Αρίστη βρίσκεται σε κοντινή απόσταση από το χωριό του Βίκου όπου υπάρχει το φαράγγι. Για να ξεκινήσει κανείς τη διαδρομή προς το φαράγγι θα χρειαστεί να έχει πάντα συνοδό και κάποιο γνώστη της περιοχής.

Η διαδρομή είναι εύκολη στην αρχή αλλά στη συνέχεια έχει ορισμένη δυσκολία. Για το λόγο αυτό, θα χρειαστεί να φοράτε ορειβατικά μποτάκια και να έχετε μαζί σας νερό.

Εναλλακτικά, μπορείτε να φτάσετε στην αφετηρία που είναι κοντά στο χωριό του Βίκου και να παρατηρήσετε τη διαδρομή από το παρατηρητήριο κιόσκι που υπάρχει στην περιοχή για να οργανωθείτε καλύτερα.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Το δεύτερο φύλλο εργασίας αποτελείται επίσης από τρεις δραστηριότητες και αφορά την αναγνώριση των ειδών βλάστησης, χλωρίδας και πανίδας του Εθνικού πάρκου της Πίνδου. Αρχικά, αναφέρεται στις διάφορες ζώνες βλάστησης που υπάρχουν στην περιοχή καθώς και στα είδη δασών που υπάρχουν σε αυτές.

Στη συνέχεια, αναφέρεται στα είδη χλωρίδας και πανίδας που υπάρχουν στην περιοχή. Για τα είδη χλωρίδας υπάρχει ένα πάζλ με διάφορες πληροφορίες για τα είδη χλωρίδας και σε περίπτωση που δεν υπάρχει διαδίκτυο υπάρχει μια δραστηριότητα αντιστοίχησης. Παράλληλα, για τα είδη πανίδας υπάρχει μια δραστηριότητα δημιουργίας ζευγαριών για την εκμάθηση των ειδών με την επιστημονική τους ονομασία.

Για την υλοποίηση των δραστηριοτήτων αυτών απαιτείται smart-phone με πρόσβαση στο διαδίκτυο ή η χρήση μολυβιού, χάρακα και γόμας στο τέλος κάθε δραστηριότητας.



7.Α2.1. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1η

Στην περιοχή της Πίνδου, υπάρχουν διάφορες ζώνες βλάστησης με συγκεκριμένα είδη κωνοφόρων και πλατύφυλλων δασών.

Να αντιστοιχήσετε, σύμφωνα με τις πληροφορίες που υπάρχουν για τον Δρυμό, την κάθε ζώνη βλάστησης με τα είδη δασών που την αναλογούν.

1. Η ευμεσογειακή ζώνη	**Α.** Είναι η ζώνη που περιλαμβάνει κυρίως δάση οξιάς (Fagus sylvatica), ελάτης (Abies borissi-regis) και μαύρης πεύκης (Pinus nigra) κ.α.
2. Η παραμεσογειακή ζώνη	**Β.** Είναι η ζώνη που περιλαμβάνει κυρίως χαμηλά δάση αριάς (Quercetalia ilex), φράξου (Fraxinus Ornus), πουρνάρι (Quercus coccifera) κ.α.
3. Η Ζώνη οξιάς	**Γ.** Είναι η ζώνη που περιλαμβάνει την ποώδη και θαμνώδη βλάστηση της περιοχής
4. Η ζώνη ψυχρόβιων κωνοφόρων	**Δ.** Είναι η ζώνη που περιλαμβάνει κυρίως πλατύφυλλα δάση από δρυς (Quercus Frainetto), ευθύφλοια δρυς (Quercus cerris), ο γάβρος (Quercus orientalis), η κρανιά (Cornus mas) κ.α.
5. Η ανωδασική βλάστηση	**Ε.** Είναι η ζώνη που αποτελείται από δάση από Ρόμπολα (Pinus heldreichii) και δασική πεύκη (Pinus sylvestris).

7.Α2.2. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2η

Για να ξεκινήσει η δραστηριότητα πατήστε στον παρακάτω σύνδεσμο:
https://tinyurl.com/36vtmrpx

Σε περίπτωση που δεν έχετε πρόσβαση στο διαδίκτυο (ιντερνέτ), να αντιστοιχήσετε τις παρακάτω εικόνες με την αντίστοιχη λέξη!



Οξιά



Δασική Πεύκη



Βελανιδιά



Μανιτάρι



Ενδημικό φυτό



Άνθη Ελάτου

7.Α2.3. ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3η

Τα είδη πανίδας της Πίνδου

Να ταιριάξετε τα ζευγάρια με τα είδη πανίδας της Πίνδου.
Μπορείτε να συνδεθείτε στον παρακάτω σύνδεσμο και να ξεκινήσετε την δραστηριότητα: https://tinyurl.com/3znw9vwt



Σε περίπτωση που δεν υπάρχει η δυνατότητα πρόσβαση σε σύνδεση με το διαδίκτυο (ιντερνέτ), μπορείτε να αντιστοιχήσετε τα είδη πανίδας στην παρακάτω εικόνα:



Δραστηριότητα Αναστοχασμού - Ανατροφοδότησης

Δραστηριότητα: **Τοποθετώ τις φωτογραφίες που τράβηξα στα αντίστοιχα μέρη του Εθνικού Πάρκου της Πίνδου!**

Για να τοποθετήσετε τις φωτογραφίες, μπορείτε να πατήσετε στον παρακάτω σύνδεσμο και με το + που υπάρχει πάνω δεξιά, να προσθέσετε τις δικές σας φωτογραφίες ώστε να τις μοιραστείτε με τους φίλους σας και οι φίλοι σας να μπορούν να προσθέσουν τις δικές τους στο μέλλον.
Σύνδεσμος της δραστηριότητας:
https://tinyurl.com/k3vfz7fx









ΤΑ ΧΡΩΜΑΤΑ

ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΧΑΜΟΓΕΛΟ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ



”

Leigh Hunt

Άγγλος Ποιητής



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΣΑΜΑΡΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΜΕΝΩΝ
ΠΕΡΙΟΧΩΝ ΔΥΤΙΚΗΣ ΚΡΗΤΗΣ



ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ

ΣΑΜΑΡΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΜΕΝΩΝ
ΠΕΡΙΟΧΩΝ ΔΥΤΙΚΗΣ ΚΡΗΤΗΣ

⠠⠞⠊⠏⠕⠎ ⠋⠕⠗⠑⠁ ⠎⠞⠕ ⠠⠞⠁⠍⠑⠊⠕

Ο συγκεκριμένος εκπαιδευτικός οδηγός αποτελείται από δύο μέρη. Στο πρώτο μέρος, αναλύεται η πλούσια γεωμορφολογία «της κιβωτού των Λευκών Ορέων», το όραμα του Εθνικού πάρκου – πλέον «Εθνικού Πάρκου Σαμαριάς και Προστατευόμενων Περιοχών Δυτικής Κρήτης», οι σημαντικές στιγμές και οι διακρίσεις σε εθνικό και σε διεθνές επίπεδο για την «Ψυχή της Κρήτης», οι περιβαλλοντικοί θησαυροί της περιοχής, χλωρίδα, πανίδα, το τοπίο, ο πολιτισμός, οι παραδοσιακοί οικισμοί στο Φαράγγι της Σαμαριάς, οι δημοφιλέστερες επιτρεπόμενες δραστηριότητες στον δρυμό και ορισμένα μονοπάτια για αναψυχή και ορειβασία.

Στο δεύτερο μέρος προτείνονται από τις: Αρετή Μαρματάκη, Ελένη Μουδατσάκη και Αμαλία Φιλιππάκη , Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες – Φύλλα Εργασίας, σε σημαντικά σημεία - σταθμούς στη Διαδρομή με λεωφορείο από τα Χανιά στον Άη Γιάννη Σφακίων και στη συνέχεια περπατώντας στο Μονοπάτι Άγιος Ιωάννης Σφακίων-Κακός Πόρος, που απευθύνονται σε μεικτές ομάδες, ατόμων γενικού πληθυσμού και ατόμων με ήπιες κινητικές αναπηρίες ή αισθητηριακές διαταραχές, όλων των ηλικιών.

Η ομάδα του Εθνικού Πάρκου Σαμαριάς και προστατευόμενων περιοχών Δυτικής Κρήτης απαρτίζεται από τα εξής άτομα:

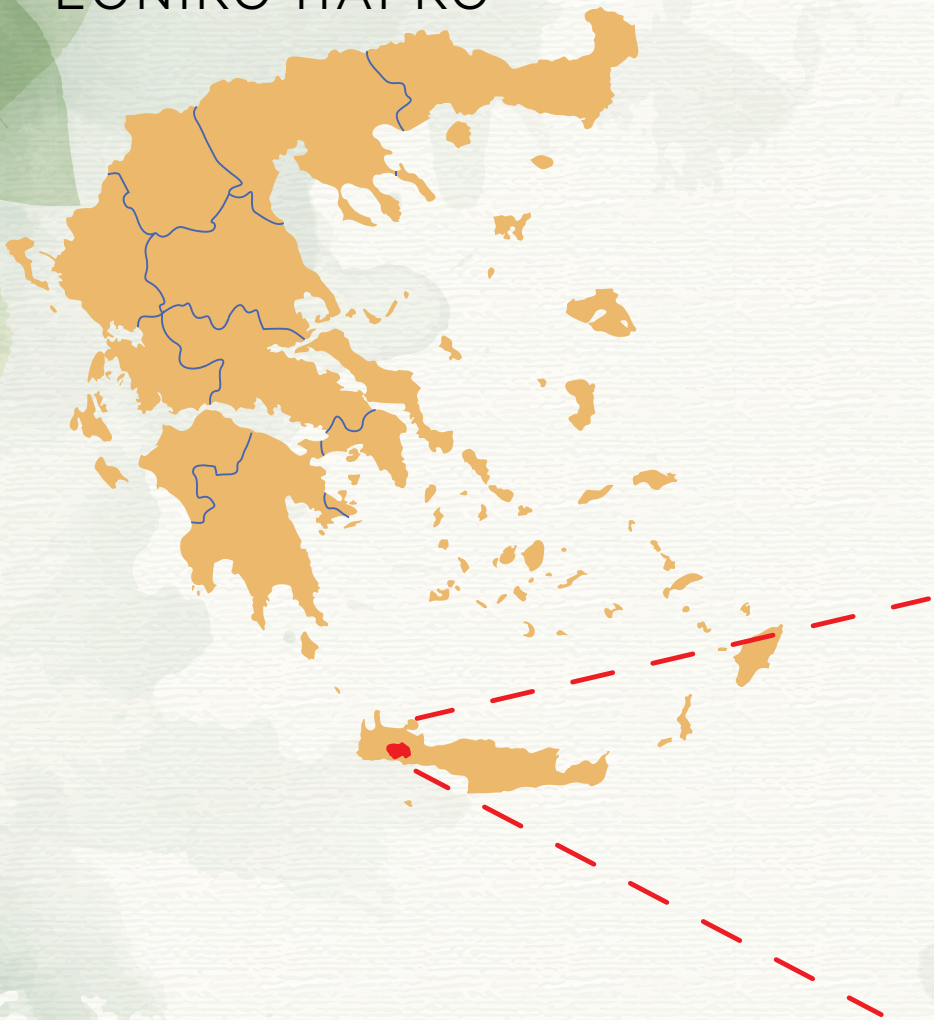
•**Μαρματάκη Αρετή** | ar_marm@yahoo.gr
Κοινωνιολόγος, MSc Προαγωγής & Αγωγής Υγείας Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ
•**Φιλιππάκη Αμαλία** | afilippaki@edc.uoc.gr
Δρ. Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης ΠΤΔΕ Πανεπιστημίου Κρήτης
•**Μουδατσάκη Ελένη** | eleni_moudatsaki@hotmail.com
Εκπαιδευτικός Πληροφορικής, MSc ΤΠΕ, MSc Ειδικής Αγωγής
•**Βαγιωνάκη Ελένη** | vagionaki.eleni@gmail.com
Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής

Ευχαριστίες

Στον Οργανισμό Φυσικού Περιβάλλοντος και Κλιματικής Αλλαγής (Ο.ΦΥ.ΠΕ.Κ.Α.) και πιο συγκεκριμένα στην κ. Αξυπολίτου Μαρία, ειδικό Δασικής Προστασίας, Μονάδας διαχείρισης Εθνικού Πάρκου:

-για την άμεση ανταπόκριση τους στο κάλεσμα μας,
-για την πολύτιμη βοήθεια τους στη χαρτογράφηση των μονοπατιών
-για την παραχώρηση του υλικού (ενημερωτικού και φωτογραφικού) του Εθνικού Πάρκου της Σαμαριάς.

ΣΑΜΑΡΙΑ
ΕΘΝΙΚΟ ΠΑΡΚΟ





ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ ΠΑΡΚΟΥ

8.1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Τα Λευκά Όρη, δικαίως, έχουν παρομοιαστεί με κιβωτό. Μια κιβωτός η οποία έχει διασώσει βιοποικιλότητα, πολιτισμό, αλλά πολλές φορές και τους ίδιους τους ανθρώπους του νησιού από ταραγμένες στιγμές της ιστορίας του.

Τα τελευταία δύο εκατομμύρια χρόνια στα οποία κατά κύριο λόγο διαμορφώθηκε η βιοποικιλότητα που καταγράφουμε σήμερα, η γεωλογική ιστορία ήταν επεισοδιακή:

Οι ορεινοί όγκοι του νησιού ανυψώθηκαν κατά 1000 περίπου μέτρα. Τιτάνιες δυνάμεις, λόγω της μετακίνησης της Αφρικανικής πλάκας έσπρωξαν, συμπίεσαν, ανακάτεψαν, έσκαψαν, έσκισαν και ανύψωσαν τα πετρώματα της Κρήτης. Εμείς διαπιστώνομε τα αποτελέσματα αυτής της πάλης βλέποντας ψηλά βουνά, οροπέδια, και δεκάδες φαράγγια.

Παγετώδεις περίοδοι διαδέχθηκαν μεσοπαγετώδεις. Το κλίμα εναλλασσόταν από πολύ ψυχρό ως το τυπικά Μεσογειακό που βιώνομε και σήμερα. Η στάθμη της θάλασσας ανέβαινε και κατέβαινε με διακυμάνσεις που έφταναν και τα 120 μέτρα. Κατά τις δραματικές αυτές μεταβολές, ζώα και φυτά αναζήτησαν κατάλληλες συνθήκες, πότε ανεβαίνοντας σε μεγαλύτερα υψόμετρα, πότε κατεβαίνοντας, χρησιμοποιώντας τα φαράγγια ως δρόμους μετακίνησης και καταφύγια.

Το αμείλικτο σφυρί της εξέλιξης διαμόρφωσε μοναδικές συνθέσεις οργανισμών που κέρδισαν τον αγώνα της επιβίωσής τους, τουλάχιστον μέχρι τις επόμενες μεγάλες αλλαγές. Οι οργανισμοί αυτοί συνθέτουν την πλούσια και ξεχωριστή βιοποικιλότητα που καταγράφουμε σήμερα με πλήθος ενδημικών μορφών σε μοναδικές συνθέσεις.

Η εικόνα αυτή θα ήταν πολύ διαφορετική και ασφαλώς πολύ πιο φτωχή αν δεν υπήρχε η ασφάλεια που προσέφερε η πλούσια γεωμορφολογία της κιβωτού των Λευκών Ορέων.

Στο σύνολο που αντιλαμβανόμαστε σήμερα έχει ασφαλώς καταλυτική επίδραση και η μακραίωνη ιστορία του ανθρώπου στο νησί. Πολλές από τις επιδράσεις του είναι άμεσα αντιληπτές. Άλλες έχουν ενσωματωθεί τόσο βαθιά στο περιβάλλον, που δεν μπορούμε να τις ξεχωρίσομε ως ανθρώπινες επιδράσεις. Αυτό όμως που πιο δύσκολα αντιλαμβανόμαστε είναι η επίδραση του περιβάλλοντος στον άνθρωπο.

Το φαγητό, τα τραγούδια, τα ήθη και έθιμα, είναι αυτά που είναι, εξ αιτίας και της βαθιάς επίδρασης του Άσπρου Βουνού στον άνθρωπο. Γνωρίζοντας, αγαπάμε και αγαπώντας,διαφυλάσσομε. Ο Φορέας Διαχείρισης του Εθνικού Πάρκου Σαμαριάς έχει διπλό σκοπό:

να εξερευνήσει και το τελευταίο αμπάρι, την πιο σκοτεινή γωνία της μεγαλειώδους αυτής κιβωτού, και να διαδώσει σε όσον περισσότερο κόσμο μπορεί, αυτά που θα αποτυπώσει εκεί.

Ο Πρόεδρος του Δ.Σ. του Φ.Δ.Ε.Δ.Σ.
Πέτρος Λυμπεράκης
Δρ. Βιολόγος
Χανιά 2015
(Βιβλίο : **Λευκά Όρη – Φυσική Ιστορία Φορέας Διαχείρισης Εθνικού Πάρκου Σαμαριάς**)



Η περιοχή της Σαμαριάς ανακηρύχθηκε Εθνικός Δρυμός με το Βασιλικό Διάταγμα 781/1962, οριοθετήθηκε δε με το Β.Δ. 74/1964 καλύπτοντας συνολική έκταση 48.480 στρέμματα.

Οι στόχοι της ίδρυσης του Εθνικού Πάρκου δεν αναφέρονται στο ανωτέρω Β.Δ. της ίδρυσής του. Η προστασία και η διατήρηση των πληθυσμών του κρητικού αιγάγρου θεωρούνται από τους πιο σοβαρούς στόχους αυτής της θεσμοθέτησης. Βεβαίως, συνεπικουρούμενοι από την προστασία και διατήρηση του δάσους της τραχείας πεύκης και του υπόλοιπου δασικού πλούτου της περιοχής.

Η διαχείριση των Εθνικών Δρυμών την εποχή της ανακήρυξης του Εθνικού Πάρκου Σαμαριάς ήταν ταυτόσημη με την απομάκρυνση του ανθρώπου και την τάση της απόλυτης προστασίας. Αυτό εφαρμόστηκε στον Εθνικό Δρυμό με την απαλλοτρίωση του συνόλου των 48.480 στρεμμάτων και τη μετεγκατάσταση των κατοίκων της Σαμαριάς. Από τα βιβλία χρονικών του Δασαρχείου Χανίων φαίνεται ότι η απαλλοτρίωση της περιοχής τελικά έγινε το1965.

Από τότε η διαχείριση της περιοχής γίνεται με κανόνες απολύτου προστασίας, με την απομάκρυνση όλων των παραδοσιακών δραστηριοτήτων (γεωργία, κτηνοτροφία, υλοτομίες κ.λπ.) εκτός της μελισσοκομίας, για την οποία απαιτείται ειδική άδεια.

Το 1985 θεσμοθετήθηκε, με Υπουργική Απόφαση, ο Κανονισμός λειτουργίας του Εθνικού Πάρκου, ο οποίος, όπως ισχύει σήμερα, επιτρέπει την είσοδο σε επισκέπτες αποκλειστικά στο μονοπάτι Ξυλόσκαλο-Αγία Ρουμέλη από τον Απρίλιο μέχρι τον Οκτώβριο, συγκεκριμένες ώρες, χωρίς να επιτρέπει τη διανυκτέρευση στο χώρο παρά μόνο μετά από ειδική άδεια.

Κείμενο : **Χαρίκλεια Καργιολάκη**
(Βιβλίο: **Το Φαράγγι της Σαμαριάς Καταφύγιο Άγριας ζωής ορμητήριο ελευθερίας – Φορέας Διαχείρισης Εθνικού Πάρκου Σαμαριάς – Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση Χανίων** – Χανιά 2008-Επανέκδοση 2015)

8.2. ΤΟ ΟΡΑΜΑ

Μιλώντας για τον Εθνικό Δρυμό Σαμαριάς θα μπορούσαμε να αναφέρομε τις εθνικές και διεθνείς διακρίσεις του για να τεκμηριώσομε την αξία του. Αν προσπαθήσομε να συμπυκνώσομε σε λίγες λέξεις τι σημαίνουν αυτές οι διακρίσεις θα λέγαμε, θεωρώντας ότι δεν υπερβάλλομε, ότι ο Εθνικός Δρυμός Σαμαριάς είναι «**Η Ψυχή της Κρήτης**».

Η προσπάθεια του Φορέα Διαχείρισης είναι να καταγράψει, να αναδείξει και να διατηρήσει τα χαρακτηριστικά που συνθέτουν αυτήν την «Ψυχή» με κεντρικό άξονα το φυσικό περιβάλλον.

Ο Πρόεδρος του Φορέα Διαχείρισης Εθνικού Πάρκου Σαμαριάς
Λυμπεράκης Πέτρος

Τα Λευκά Όρη αποτελούν μια περιοχή με ιδιαίτερη οικολογική σημασία. Αποτελούν τη μεγαλύτερη και δυτικότερη οροσειρά της Κρήτης η οποία κυριαρχεί στο νησί. Συνολικά πάνω από 50 κορυφές της οροσειράς υπερβαίνουν τα 2.000 μέτρα. Παράλληλα, η περιοχή διαιρείται από πλήθος φαραγγιών που διασχίζουν τη γη για να καταλήξουν, τα περισσότερα από αυτά, στο Λιβυκό Πέλαγος.

Η “καρδιά” της οροσειράς είναι το Φαράγγι της Σαμαριάς.
Λόγω της βιογεωγραφικής θέσης της Κρήτης, της γεωγραφικής απομόνωσης, της μεγάλης ποικιλίας των τοπίων, των συνεχιζόμενων γεωλογικών διεργασιών και της μακροπρόθεσμης αλληλεπίδρασης του ανθρώπου με το φυσικό περιβάλλον, η περιοχή φιλοξενεί πλούσιο αριθμό ειδών χλωρίδας και πανίδας και παρουσιάζει υψηλό βαθμό ενδημισμού.

Η ανθρώπινη παρουσία είναι επίσης σημαντική και εμφανής στην περιοχή. Μικρά χωριά στους πρόποδες των βουνών και εφαρμογή παραδοσιακών δραστηριοτήτων συνδυάζονται με την προστασία και τη διατήρηση ενός εμβληματικού φυσικού και παραδοσιακού τοπίου.
Απόρροια των προαναφερθέντων είναι η περιοχή των Λευκών Ορέων, και ειδικότερα το φαράγγι της Σαμαριάς, να έχει βραβευτεί με διαφορετικές διακρίσεις τόσο σε εθνικό όσο και σε διεθνές επίπεδο.

Ο Εθνικός Δρυμός Σαμαριάς αποτελεί μια από τις περισσότερο αναγνωρισμένες και βραβευμένες προστατευόμενες περιοχές της Ελλάδας.

• Έχει λάβει τιμητική διάκριση από το Συμβούλιο της Ευρώπης (CoE) με την απονομή του European Diploma of Protected Areas (Ευρωπαϊκό Δίπλωμα του Συμβουλίου της Ευρώπης).

• Ανήκει στο δίκτυο Αποθεμάτων της Βιόσφαιρας (Biosphere reserve), περιοχών δηλαδή που χαρακτηρίζονται έτσι από το πρόγραμμα «Άνθρωπος και Βιόσφαιρα» της UNESCO (Εκπαιδευτικός, Επιστημονικός και Πολιτιστικός Οργανισμός των Ηνωμένων Εθνών). Το φαράγγι της Σαμαριάς και ο Εθνικός Δρυμός του Ολύμπου είναι οι μοναδικές προστατευόμενες περιοχές της Ελλάδος που έχουν ενταχθεί στο δίκτυο MAB (πρόγραμμα Άνθρωπος και Βιόσφαιρα).

• Έχει ενταχθεί στο Ευρωπαϊκό Δίκτυο Βιογενετικών Αποθεμάτων του Συμβουλίου της Ευρώπης.

• Είναι μια από τις Σημαντικές Περιοχές για τα πουλιά της (IBAS).

• Έχει ενταχθεί στο Ευρωπαϊκό Δίκτυο Προστατευόμενων Περιοχών NATURA 2000 με τον κωδικό GR4340014 (Ζώνη Ειδικής Προστασίας: ΖΕΠ).

• Η ευρύτερη περιοχή των Λευκών Ορέων έχει ενταχθεί στο Ευρωπαϊκό Δίκτυο Προστατευόμενων Περιοχών NATURA 2000 με τον κωδικό GR4340008 και είναι καταγεγραμμένη σαν Τόπος Κοινοτικής Σημασίας (ΤΚΣ).

8.3. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΣΤΙΓΜΕΣ

Ο Εθνικός Δρυμός Σαμαριάς αποτελεί μια από τις περισσότερο αναγνωρισμένες και βραβευμένες προστατευόμενες περιοχές της Ελλάδας.

• Έχει λάβει τιμητική διάκριση από το Συμβούλιο της Ευρώπης (CoE) με την απονομή του European Diploma of Protected Areas (Ευρωπαϊκό Δίπλωμα του Συμβουλίου της Ευρώπης).

• Ανήκει στο δίκτυο Αποθεμάτων της Βιόσφαιρας (Biosphere reserve), περιοχών δηλαδή που χαρακτηρίζονται έτσι από το πρόγραμμα «Άνθρωπος και Βιόσφαιρα» της UNESCO (Εκπαιδευτικός, Επιστημονικός και Πολιτιστικός Οργανισμός των Ηνωμένων Εθνών). Το φαράγγι της Σαμαριάς και ο Εθνικός Δρυμός του Ολύμπου είναι οι μοναδικές προστατευόμενες περιοχές της Ελλάδος που έχουν ενταχθεί στο δίκτυο MAB (πρόγραμμα Άνθρωπος και Βιόσφαιρα).

Έχει ενταχθεί στο Ευρωπαϊκό Δίκτυο Βιογενετικών Αποθεμάτων του Συμβουλίου της Ευρώπης.
• Είναι μια από τις Σημαντικές Περιοχές για τα πουλιά της (IBAS).
• Έχει ενταχθεί στο Ευρωπαϊκό Δίκτυο Προστατευόμενων Περιοχών NATURA 2000 με τον κωδικό GR4340014 (Ζώνη Ειδικής Προστασίας: ΖΕΠ).
• Η ευρύτερη περιοχή των Λευκών Ορέων έχει ενταχθεί στο Ευρωπαϊκό Δίκτυο Προστατευόμενων Περιοχών NATURA 2000 με τον κωδικό GR4340008 και είναι καταγεγραμμένη σαν Τόπος Κοινοτικής Σημασίας (ΤΚΣ).
www.samaria.gr/el/nomiki-prostasia-diakriseis/

8.4. ΑΞΙΟΛΟΓΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ & ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΙ ΘΗΣΑΥΡΟΙ

Το φαράγγι της Σαμαριάς: Πόλος έλξης επισκεπτών από την αρχαιότητα έως σήμερα για αντίστοιχους λόγους. Κατ' αρχήν για λόγους επιβίωσης (εύρεση τροφής, εύρεση καταφυγίου) και στη συνέχεια για σκοπούς λατρευτικούς. Υπήρχαν επίσης οι εξ ανάγκης επισκέπτες ή περαστικοί (ναυτικοί, στρατιωτικοί, έμποροι, υλοτόμοι) αλλά και αυτοί που επισκέπτονταν το φαράγγι με τη θέλησή τους και για συγκεκριμένο σκοπό.

Περιηγητικός προορισμός.

Από τον Μεσαίωνα και μετά, οπότε αρχίζει το ενδιαφέρον των ευρωπαίων για τα μνημεία, την ιστορία και τη φύση της Ελλάδας. Οι λόγοι επίσκεψης των περιηγητών διέφεραν ανάλογα με την παιδεία, τις γνώσεις και τα ενδιαφέροντά τους.

8.5. ΓΕΩΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Τα Λευκά Όρη αποτελούν τη μεγαλύτερη οροσειρά της Κρήτης με μέγιστο υψόμετρο 2453 μέτρα στην κορυφή Πάχνες. Οι πολυάριθμες κορυφές, οι γκρεμοί, τα φαράγγια, τα οροπέδια και άλλες γεωλογικές μορφές συνθέτουν ένα πλούσιο σε γεωμορφολογικά χαρακτηριστικά τοπίο που χαρακτηρίζεται από συνεχείς εναλλαγές.

Δύο ομάδες πετρωμάτων κυριαρχούν στα Λευκά Όρη, η ενότητα των Πλακωδών Ασβεστόλιθων και η ενότητα του Τρυπαλίου. Η πρώτη ομάδα που καταλαμβάνει και το μεγαλύτερο όγκο των Λευκών Ορέων, περιλαμβάνει διάφορα πετρώματα όπως Μαύρους Δολομίτες, στρωματολιθικούς δολομίτες, ισχυρά ανακρυσταλωμένα υπόλευκα μάρμαρα και πλακώδεις ασβεστόλιθους. Στη δεύτερη ομάδα συμμετέχουν πετρώματα όπως γκρίζοι ασβεστόλιθοι, δολομίτες, λατυποπαγείς ασβεστόλιθοι και μάρμαρα.

Η Κρήτη αποτελεί θαλασσογενές νησί υπό την έννοια ότι δεν αποκόπηκε από την ηπειρωτική χέρσο αλλά κυριολεκτικά αναδύθηκε από το βυθό της θάλασσας. Τα ίδια τα πετρώματα που συναντάμε στα Λευκά Όρη δημιουργήθηκαν στο βυθό της Θάλασσας. Η τεράστια αυτή ανύψωση των πετρωμάτων έλαβε χώρα εξαιτίας της σύγκλισης της Ευρασιατικής λιθοσφαιρικής πλάκας με τη Αφρικανική (η οποία υποβυθίζεται κάτω από ευρασιατική). Υπολογίζεται η Κρήτη και τα Λευκά Όρη ανυψώθηκαν 1-2 χιλιόμετρα κατά τα τελευταία 2 εκατομμύρια χρόνια.

Η έντονη τεκτονική δραστηριότητα, η άνοδος και η κάθοδος της στάθμης της θάλασσας, οι εξωτερικές κλιματολογικές και περιβαλλοντικές συνθήκες και η βλάστηση σε συνδυασμό με τη φύση των πετρωμάτων είναι οι κυριότεροι παράγοντες που οδήγησαν στη δημιουργία της πλούσιας γεωμορφολογίας στα Λευκά Όρη.

Ο μεγαλύτερος όγκος των πετρωμάτων στα Λευκά Όρη είναι ανθρακικά, δηλαδή ένα βασικό συστατικό τους είναι το ανθρακικό ασβέστιο. Το συστατικό αυτό είναι διαλυτό στο νερό με αποτέλεσμα την σταδιακή απομάκρυνσή του από το πέτρωμα, διαδικασία η οποία ονομάζεται καρστική διάβρωση. Αυτό έχει οδηγήσει ή συνέβαλε στη δημιουργία εντυπωσιακών γεωμορφών στα Λευκά Όρη όπως τα πολυάριθμα φαράγγια, τα οροπέδια και τα περισσότερα από 1.400 σπήλαια.

Πέρα από το γνωστό φαράγγι της Σαμαριάς, πλήθος άλλων μικρών και μεγάλων φαραγγιών τέμνουν τα Λευκά Όρη κυρίως με κατεύθυνση βορά νότου. Τα φαράγγια της Ίμβρου, της Αράδαινας, της Ελυγιάς, του Κλάδου, της Τρυπητής και της Αγίας Ειρήνης είναι μόνο μερικά από αυτά.

Τα μεγαλύτερα οροπέδια στα Λευκά Όρη είναι αυτά του Ομαλού και του Ασκύφου τα οποία δεν αποτελούν παρά πόλγες δηλαδή επιφανειακές καρστικές μορφές ενώ πλήθος άλλων μικρότερων οροπεδίων κρύβονται ανάμεσα στις κορυφές των Λευκών Ορέων. Όσον αφορά τις υπόγειες γεωμορφές, πέρα από το τεράστιο πλήθος των σπηλαίων, στα Λευκά Όρη βρίσκονται τα δύο βαθύτερα σπήλαια της Ελλάδας, ο Γουργούθακας με βάθος 1.208 μέτρα και η Τρύπα του Λιονταριού με βάθος 1.110 μέτρα.



8.6. ΧΛΩΡΙΔΑ

Στην ευρύτερη περιοχή των Λευκών ορέων έχουν καταγραφεί περίπου 1100 φυτικά taxa (είδη και υποείδη).

Ο χλωριδικός κατάλογος της περιοχής όμως, δεν έχει ολοκληρωθεί ακόμη, γεγονός που επιβεβαιώνεται και από την περιγραφή κάθε τόσο νέων ειδών για την επιστήμη. Πρόσφατα παραδείγματα αποτελούν η Anthemis samariensis που περιγράφηκε το 2008 και πήρε το όνομά της από το φαράγγι της Σαμαριάς, η Gagea omalensis που περιγράφηκε το 2013 και πήρε το όνομά της από το οροπέδιο του ομαλού όπου και φύεται και το Limonium sougiae που περιγράφηκε το 2016 και πήρε το όνομά του από το χωριό της Σούγιας πλησίον του οποίου ανακαλύφθηκε.

Με βάση όσα μας είναι σήμερα γνωστά, τα Λευκά Όρη φιλοξενούν περισσότερα από 900 είδη φυτών, αριθμός που αντιστοιχεί στο 43% των ειδών που φύονται στη φυτογεωγραφική περιοχή της Κρήτης η οποία εκτός από την Κρήτη περιλαμβάνει την Κάσο, τη Κάρπαθο, τη Γαύδο, και όλες τις νησίδες που περιβάλλουν την Κρήτη. Από τη χλωρίδα των Λευκών Ορέων τα 110 είδη είναι κρητικά ενδημικά και από αυτά τα 25 είναι στενότοπα ενδημικά των Λευκών Ορέων (δηλαδή φύονται μόνο στην συγκεκριμένη περιοχή).

Χαρακτηριστικά είδη είναι:

- **Το Bupleurum kakiskalae**, πολυετές είδος που έχει πρωτοβρέθηκε στην περιοχή της Κακιάς Σκάλας κοντά στην τοποθεσία Λινοσέλι των Λευκών ορέων, φτάνει μέχρι και τα 12 έτη, ενώ ξηραίνεται αμέσως μετά την ανθοφορία και καρποφορία (μονοκαρπικό είδος).
- **Η ορχιδέα Cephalanthera cucullata**, ένα πολυετές ποώδες φυτό με κοντά έρποντα ριζώματα που εμφανίζεται σε υψόμετρα από 700-1500 μέτρα.
- **Η Nepeta sphaciotica**, πολυετής αρωματικός θάμνος και ενδημικός των Λευκών Ορέων, που υπάρχει μόνο στην βόρεια πλευρά της κορυφής Σβουριχτή, σε υψόμετρο 2200-2300 μέτρα και πουθενά αλλού στον κόσμο.

Στην περιοχή απαντώνται επίσης αρκετά αρωματικά, φαρμακευτικά και βρώσιμα είδη:

- **Η μαλοτήρα** (τσάι του βουνού) Sideritis syriaca ssp. syriaca, ενδημικό υποείδος της Κρήτης που χρησιμοποιείται ως αφέψημα.
- **Η μαντζουράνα Origanum microphyllum**, ενδημικό φρύγανο με χαρακτηριστική μυρωδιά λεβάντας.
- **Η πετροφιλιά Petromarula pinnata**, ένα πού όμορφο ενδημικό φυτό που αναπτύσσεται σε βραχώδη πρανή.

• **Το δίκταμο ή έρωντας** Origanum dictamnus, ενδημικό είδος που από την αρχαιότητα θεωρείται φαρμακευτικό για πλήθος παθήσεων
• **Η αγράμπελη των Λευκών Ορέων** Clematis elisabethae– carolae που φύεται σε δύο τοποθεσίες σε καρστικά πεδία.
• **Το υπέρικο Hypericum aciferum**, ενδημικό είδος των Λευκών Ορέων, χασμοφυτικός θάμνος που φύεται μονάχα σε παραθαλάσσιες θέσεις των Σφακίων, μεταξύ Σούγιας και Αγίας Ρουμέλης (παραλία της Φουρνωτής).
• **Η τριχωτή νεραγκούλα** Ranunculus radinotrichus, ενδημικό είδος των Λευκών Ορέων, μικρό πολυετές φυτό που φύεται μονάχα σε λίγες θέσεις όπως τα Αμμουτσερά σε υψόμετρα από 1850-2300 m.
• **Η Anthemis samariensis**, ενδημικό είδος της Κρήτης,
που ανακαλύφθηκε πρόσφατα (2007) σε μια απότομη πλαγιά των Λευκών Ορέων μεταξύ των κορυφών Μελινταού και Αυλιμανάκου.
• **Το «Μη με λησμονείς» των Λευκών Ορέων Myosotis solange**, ενδημικό και σπάνιο είδος των Λευκών Ορέων, που φύεται σε μια μόνο τοποθεσία στην κορυφή Άγιο Πνεύμα.
• **Το ελίχρυσο Helichrysum heldreichii**, ενδημικό είδος των Λευκών ορέων, απειλούμενο και προστατευόμενο από το Π.Δ. 67/1981.
• **Το είδος Thlaspi zaffranii**, ενδημικό είδος της περιοχής, που έχει καταγραφεί σε 3 θέσεις (Γκίγκιλο, Βολακιά και Ανώπολη Σφακίων).
• **Η κενταύρια Centaurea lancifolia**, ενδημικό της Κρήτης, με τους πληθυσμούς του να εντοπίζονται σε 3 θέσεις των Λευκών Ορέων. Πρόκειται για χασμόφυτο που φύεται σε υψόμετρα από 1780-1850 m.
• **Ο κέντρανθος Centranthus sieberii**, σπάνιο ενδημικό είδος των Λευκών Ορέων που φύεται σε πετρώδεις τοποθεσίες της ορεινής και αλπικής ζώνης.
• **Η κουσκούτα Cuscuta atrans**, παρασιτικό είδος που φύεται πάνω σε αγκαθωτούς θάμνους και ενδημικό είδος των Λευκών Ορέων.
• **Το κυνόγλωσσο Cynoglossum sphacioticumπου** φύεται σε πετρώδη εδάφη σε μεγάλα υψόμετρα.
• **Γαλατσίδα ή Ευφορβία του Rechinger** Euphorbia rechingeri,νανώδες ενδημικό είδος των Λευκών Ορέων, που φύεται μόνο σε μεγάλα υψόμετρα και σε πετρώδη εδάφη και σχισμές.
• **Η ονοβρύχις Onobrychis sphaciotica**, ένα σπάνιο και ενδημικό είδος των Λευκών Ορέων, που φύεται σε βραχώδεις τοποθεσίες.

8.7. ΠΑΝΙΔΑ

Στα Λευκά Όρη διαβιούν 32 είδη θηλαστικών (από τα οποία τα μισά είναι νυχτερίδες), **2 είδη αμφιβίων, 8 είδη ερπετών, περισσότερα από 200 είδη πτηνών, 73 είδη σαλιγκαριών, περισσότερα από 130 είδη αραχνών και αρκετές εκατοντάδες είδη άλλων ασπόνδυλων όπως έντομα, καρκινοειδή σαρανταποδαρούσες και άλλα.** Πολλά από τα παραπάνω είδη είναι ενδημικά είτε των Λευκών Ορέων είτε της Κρήτης ή της Ελλάδας.

Χαρακτηριστικά είδη είναι:

• **Ο κρητικός αίγαγρος** (Capra aegagrus cretica), το μεγαλύτερο θηλαστικό του νησιού, το οποίο ανήκει στην τάξη των αρτιοδακτύλων ζώων. **Πρόκειται για το είδος εκείνο που χαρακτηρίζει το φαράγγι της Σαμαριάς και τα Λευκά Όρη γενικότερα, και για την προστασία του οποίου έγινε ουσιαστικά και η ανακήρυξη της περιοχής σε Εθνικό Δρυμό.** Εκτός αυτού όμως, αποτελεί και είδος-σύμβολο, όχι μόνο των Λευκών Ορέων αλλά και της Κρήτης γενικότερα, ενώ έχει συσχετισθεί ισχυρά με την προσωπικότητα και ιδιοσυγκρασία των Κρητικών.

Είναι ένα κατεξοχήν είδος των ορεινών περιοχών με βιότοπους μεγάλου εύρους που περιλαμβάνουν από ξηρά βουνά έως και αλπικές περιοχές, γενικά βραχώδεις θέσεις με φρυγανώδη βλάστηση κοντά σε κωνοφόρα δάση. Χαρακτηριστικό της οικολογίας του είδους είναι η προτίμηση του σε περιοχές με κλίσεις μεγαλύτερες από 30%.

Το αγρίμι εισήχθη από τον άνθρωπο στο νησί πριν από 7.000 – 9.000 χρόνια ενώ πρόσφατες γενετικές αναλύσεις κατέδειξαν ότι το αγρίμι δεν αποτελεί υποείδος του αιγάγρου της Μέσης Ανατολής, αλλά συγγενεύει περισσότερο με τις γίδες. Σήμερα, ο πληθυσμός του αγριμιού έχει περιοριστεί αποκλειστικά στην περιοχή των Λευκών Ορέων, ενώ πληθυσμοί του διατηρούνται στα νησιά Θοδωρού, Μονή, Σαπιέτζα, Άγιοι Πάντες και Αταλαντονήσι όπου το είδος έχει εισαχθεί.

• **Η κρητική μυγαλή** (Crocidura zimmermanni), **το μοναδικό ενδημικό θηλαστικό της Ελλάδας, είναι ένα σπάνιο και ελάχιστα μελετημένο είδος το οποίο διαβιοί σε οροπέδια, σε υψόμετρα μεγαλύτερα από 1150 μέτρα αν και ενδέχεται να βρεθεί και σε χαμηλότερα υψόμετρα.**

• **Ο αγριόγατος** (Felis sylvestris cretensis), ένα είδος αγριόγατας που δύσκολα συναντάται και το όνομα του οποίου περιβάλλεται από μυστήριο. **Μέχρι το 1996 θεωρείτο εξαφανισμένο είδος ώσπου επιστήμονες από το Πανεπιστήμιο της Perugia σε συνεργασία με το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας Κρήτης, κατόρθωσαν να συλλάβουν ένα ζωντανό άτομο.** Φέρει χαρακτηριστικούς σκουρόχρωμους δακτυλίους στην ουρά και είναι σημαντικά μεγαλύτερο σε μέγεθος από την κοινή γάτα. Προστατεύεται επίσης από την Σύμβαση της Washington (CITES) για το διεθνές εμπόριο ειδών που απειλούνται με εξαφάνιση.

• **Ο Αγκαθοποντικός** (Acomys minous), είναι ένα ιδιαίτερο είδος τρωκτικού με αγκαθωτές τρίχες στην ράχη του από όπου πήρε και το όνομά του. **Αν και μέχρι πρόσφατα θεωρούνταν ενδημικό, στην πραγματικότητα εισήχθη ακούσια από τον άνθρωπο.** Οι μοναδικοί ευρωπαϊκοί πληθυσμοί του είδους βρίσκονται στην Κρήτη.

• **Ο γυπαετός** (ή κοκκαλάς) Gypaetus barbatus, **ένα από τα σπανιότερα πουλιά της Ευρώπης, είδος γύπα με άνοιγμα φτερών περί τα 2,80 μέτρα. Φέρει στο στήθος και την κοιλιά χαρακτηριστικό βαθύ πορτοκαλί χρώμα που αποκτά με την τριβή του σε ασβεστολιθικά πετρώματα που φέρουν οξείδια του σιδήρου**.



Σε περιοχές που στερούνται πετρωμάτων με οξείδια του σιδήρου, το στήθος και κοιλιά του γυπαετού είναι λευκά. Είναι το μοναδικό είδος παγκοσμίως που τρέφεται σχεδόν αποκλειστικά με κόκκαλα, τα οποία ρίχνει από μεγάλο υψόμετρο για να σπάσουν σε μικρότερα κομμάτια, ακολουθώντας την πορεία τους σε σπειροειδή πτήση.

Εν συνεχεία τα καταπίνει και τα αποδομεί μέσω των ισχυρότατων γαστρικών υγρών που διαθέτει. Πρόκειται για είδος που προτιμά περιοχές μεγάλου υψομέτρου, με το θηλυκό να γεννά δύο αυγά τα οποία επωάζονται για 55-57 ημέρες. Ο γυπαετός σήμερα έχει εξαφανιστεί από την υπόλοιπη Ελλάδα και επιβιώνει μόνο στην Κρήτη.

• **Το όρνιο ή κανναβός** Gyps fulvus, το πιο κοινό είδος γύπα, ένα μεγάλο και βαρύ αρπακτικό με άνοιγμα φτερών περί τα 2,60 μέτρα. Φέρει γυμνό κεφάλι με κολάρο από λογχοειδή κοντά φτερά στην βάση του λαιμού. Η πτήση του διακρίνεται σε μεγάλους και αργούς κύκλους, εκμεταλλευόμενο τα θερμά ανοδικά ρεύματα. Στη Ελλάδα υπολογίζεται ότι διαβιώνουν περίπου 400 ζευγάρια. Τρέφεται με νεκρά ζώα (πτωματοφάγο).

• **Η αράχνη Macrothele cretica**, εξαπλώνεται μόνο στα Λευκά Όρη και πουθενά αλλού στον κόσμο. Στο κόκκινο βιβλίο των απειλούμενων ζώων της Ελλάδας, το είδος αναφέρεται ως τρωτό.

8.8. ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΤΟΠΙΟΥ

Το τοπίο γίνεται αντιληπτό είτε σαν ένα φυσικό στοιχείο είτε σαν μία συμβολική οντότητα.

Είναι δε μια εξαιρετικά σύνθετη και πολυεπίπεδη έννοια με ιδιαίτερη σημασία και κοινωνική αναγνώριση, που λειτουργεί ως φορέας πολλαπλών εννοιών, συμβολισμών, συναισθηματικών συνειρμών και ιστορίας. Το τοπίο έχει οριστεί με πολλούς τρόπους, ανάλογα με τη διαφορετική, κάθε φορά, γωνία θεώρησης. Το γεγονός αυτό οφείλεται εν μέρει στις πολλαπλές φυσικές και συμβολικές – αντιληπτικές ιδιότητες που έχει, ενώ δεν μπορεί να διαχωριστεί σε χαρακτηριστικά στοιχεία, αλλά πρέπει να θεωρείται ως ένα σύνθετο σύνολο που υπερβαίνει το απλό άθροισμα των συστατικών του (θεωρία του ολισμού).

Ιδιαίτερο γνώρισμα του τοπίου είναι ότι αποτελεί μια δυναμική οντότητα, το περιεχόμενο της οποίας μεταβάλλεται στο χώρο και στο χρόνο, ενώ κάθε άνθρωπος μπορεί να αντιληφθεί το τοπίο διαφορετικά, ανάλογα με την ψυχική του διάθεση σε διαφορετικές χρονικές στιγμές. Η φυσική, η πολιτισμική – κοινωνική και η οπτική πλευρά του όχι μόνο συνυπάρχουν και συνδυάζονται μέσω συνδετικών κρίκων, αλλά ομογενοποιούνται πλήρως δημιουργώντας μια αδιάσπαστη ενότητα, η οποία επηρεάζει και επηρεάζεται, διαμορφώνει και διαμορφώνεται.

Το τοπίο της Σαμαριάς

Η ευρύτερη περιοχή της Σαμαριάς αποτελεί μια σαφώς οριοθετημένη και χωρικά προσδιορισμένη έκταση. **Εντός της περιοχής αυτής συναντά κανείς μια ποικιλομορφία στοιχείων τοπίου με ιδιαίτερα χαρακτηριστικά οικολογικής και πολιτισμικής αξίας**, μερικά από τα οποία είναι:

- Το φαράγγι.
- Το χωριό στο κέντρο του φαραγγιού, με τις παλιές καλλιέργειες των ανθρώπων.
- Τα ξωκκλήσια, που πολλές φορές βρίσκονται στον ίδιο τόπο με αρχαία ιερά.
- Τα κάστρα πάνω από τη Σαμαριά και στην έξοδο του φαραγγιού.
- Τα ερείπια της αρχαίας πόλης της Τάρρας.
- Η ιδιαίτερη βιοποικιλότητα του φαραγγιού.
- Το σύνθετο οικοσύστημα.

Τόσο το φαράγγι όσο και ο ευρύτερος χώρος της Σαμαριάς χαρακτηρίζονται από τις ισχυρές συμβολικές ιδιότητες που φέρουν. Ο απλός περιστασιακός «καταναλωτής» του τοπίου της Σαμαριάς αντιλαμβάνεται έντονα την άγρια μορφή του χώρου, διακατέχεται από ένα αίσθημα ελευθερίας, αισθάνεται δέος μπροστά στη συνύπαρξη ενός τόσο αφιλόξενου τόπου με την παρουσία του ανθρώπου, διαισθάνεται την κυριαρχία της φύσης πάνω στον άνθρωπο και ταυτόχρονα συνειδητοποιεί την αδυναμία του να ελέγξει τις φυσικές δυνάμεις.

Ο τοπικός πληθυσμός κυριαρχείται από έντονα αισθήματα περηφάνιας, ενδυναμώνει το αίσθημα του τόπου που φέρει βαθιά ριζωμένο μέσα του, σφυρηλατεί διαρκώς το χαρακτήρα του υπό την παρουσία ενός τόσο επιβλητικού τοπίου.

Όπως ακριβώς ο χαρακτήρας του ανθρώπου είναι το αποτέλεσμα κοινωνικών, πολιτισμικών, πνευματικών, ψυχολογικών, αισθητικών και οικονομικών παραγόντων, και η σύνθεση αυτών παρέχει την αντιληπτή εικόνα της προσωπικότητάς του, έτσι και το τοπίο της Σαμαριάς είναι η αντιληπτή διάσταση ενός αθροίσματος παραγόντων και αξιών που αποδίδονται σε αυτό από τους ανθρώπους.

Το σημαντικότερο, όμως, χαρακτηριστικό του τοπίου της Σαμαριάς είναι η έντονη αλληλεπίδραση ανθρώπου – φύσης. Η σχέση αυτή υφίσταται τόσο στη σημερινή παρουσία του ανθρώπου ως παρατηρητή – περιπατητή όσο και στο ιστορικό αποτύπωμα που έχει αφήσει ο κάτοικος της Σαμαριάς στο χώρο αυτό.

Τα παραδοσιακά οικήματα του χωριού, το ελαιοτριβείο, τα αμπέλια, τα διατηρημένα ξωκκλήσια δηλώνουν τη δυναμική σχέση που είχε ο κάτοικος της Σαμαριάς με το χώρο αυτό και με αυτά που του προσέφερε. Στη σχέση αυτή κρύβεται μια διαπίστωση που ίσως να αποτελεί μια πρώιμη έκφραση της τόσο πολυσυζητημένης έννοιας της αειφορίας: σε αντίθεση με τη σύγχρονη αντίληψη, ο κάτοικος της Σαμαριάς έκτισε τη ζωή του γύρω από τον πυρήνα «φύση» διαμορφώνοντας, οργανώνοντας και ικανοποιώντας τις ανάγκες του με βάση αυτά που προσέφερε ο χώρος.

Με γνώμονα το σεβασμό στην προσφορά της φύσης, ο άνθρωπος απέκλειε κάθε μορφή εκμετάλλευσης σε υπερβολικό βαθμό, καθώς είχε συνειδητοποιήσει πρώιμα ότι η διατήρηση της φυσιογνωμίας του χώρου, είτε λειτουργικά είτε οπτικά, είναι το κλειδί για την επιβίωση του.

8.9. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ

Το φαράγγι της Σαμαριάς είναι το μόνο φαράγγι στο νομό Χανίων που κατοικήθηκε συστηματικά. Στην καρδιά του δημιουργήθηκε ο οικισμός Σαμαριά, ενώ στην έξοδό του η Αγία Ρουμέλη. Το φυσικό περιβάλλον της Σαμαριάς επέδρασε αποφασιστικά και με πολλούς τρόπους στη ζωή των ανθρώπων και στη διαμόρφωση του πολιτισμού τους. Το φαράγγι επηρέασε τον τοπικό πολιτισμό τόσο στο επίπεδο των μυθολογικών, θρησκευτικών, λαογραφικών αφηγήσεων όσο και στο επίπεδο των αξιών. Η ελεύθερη και ασκητική ζωή τού αιγάγρου, με την οποία έχει ταυτιστεί η Σαμαριά, απέκτησε εμβληματική σημασία και συνόψισε τη λεβεντιά και την αγάπη για την ελευθερία, αξίες που αντιπροσώπευαν το νομό Χανίων και την Κρήτη γενικότερα.

Το 1990, εντοπίστηκαν για πρώτη φορά αρχαιότητες και το 1991 σε μικρής διάρκειας ανασκαφική έρευνα αποκαλύφθηκε τμήμα υπαίθριου ιερού. Στην αρχαιότητα, η αρχαία Τάρρα - σημερινή Αγία Ρουμέλη - μικρή, αλλά αυτόνομη πόλη βρισκόταν στην έξοδο του Εθνικού πάρκου της Σαμαριάς προς το Λιβυκό πέλαγος, ανατολικά και δυτικά της εκβολής του ποταμού που τον διασχίζει, η επικοινωνία της οποίας με τον έξω κόσμο εξασφαλιζόταν μέσω της θάλασσας. Το 1415, στην ακτή της Αγίας Ρουμέλης, σύμφωνα με μαρτυρίες, υπήρχαν μνημειακά οικοδομήματα, δεξαμενές, ερείπια ναού από μάρμαρο, τμήματα αγαλμάτων και ειδωλίων.

Γύρω στα 1030, ο Κρητικός Μοναχός Ιωάννης Ξένος έφτασε στους Οπίσω Αιγιαλούς, σε μικρή απόσταση ανατολικά της Αγίας Ρουμέλης, όπου έκτισε τον μικρό σταυρικό με τρούλο ναό του Αγίου Παύλου, που σώζεται μέχρι τις μέρες μας. Η περιοχή των Σφακίων είχε παραχωρηθεί από τον αυτοκράτορα Αλέξιο Κομνηνό στην αριστοκρατική οικογένεια των Σκορδύληδων. Στα χρόνια της Βενετοκρατίας τα Σφακιά απολάμβαναν ένα είδος αυτονομίας. Κατά τους 14ο και 15ο αι. κτίστηκαν οι μικροί ναοί της Οσίας Μαρίας της Αιγυπτίας και της Κοίμησης της Θεοτόκου, στο χωριό της Σαμαριάς και στην Αγία Ρουμέλη. Επίσης, στα 4 χλμ. από την είσοδο του φαραγγιού υπάρχει ο ναός του Αγίου Νικολάου, κτισμένος στα μέσα του 18ου αι., όπως και ο όμοιός του ναός του Χριστού, μέσα στο χωριό της Σαμαριάς. Στο παλιό χωριό της Αγίας Ρουμέλης, σώζεται σε καλή κατάσταση ο ναός της Αγίας Τριάδας. Υπάρχει ακόμη ο ναός του Αγίου Γεωργίου, κτισμένος κατά τον 18ο αι. Τον ίδιο αιώνα χρονολογούνται και τα υπόλοιπα ξωκκλήσια του Εθνικού πάρκου.

Στα χρόνια της τουρκοκρατίας, στα πλέον περίοπτα σημεία των Σφακίων δεσπόζουν οι τούρκικοι κουλέδες. Πρόκειται για μια σειρά μικρών ή μεγαλύτερων πύργων-οχυρών που κατασκεύασαν οι Τούρκοι για την καταστολή της Κρητικής επανάστασης του 1866-1869. Εγκατέστησαν τέσσερις κουλέδες στην Αγία Ρουμέλη, ενώ ένας ακόμη βρίσκεται στη Σαμαριά – στη θέση Πύργος, πάνω από τον οικισμό, ο οποίος έχει οπτική επαφή με το Ξυλόσκαλο και τη Χώρα Σαμαριάς.

Η σφακιανή λαϊκή αρχιτεκτονική έχει έναν έντονο και ιδιότυπο χαρακτήρα. Το σφακιανό λιθόκτιστο, πλατυμέτωπο μονόσπιτο με καμάρα (καμαρόσπιτο) και επίπεδη στέγη, απαντάται στο μεγαλύτερο τμήμα της επαρχίας Σφακίων, με διάφορες παραλλαγές, στους ορεινούς και παραθαλάσσιους οικισμούς. Στη Σαμαριά όμως, τα σπίτια δεν έχουν καμάρα. Είναι δίπατα, στενά, χωρίς καμάρα ή δοκάρι κατά τον επιμήκη άξονα, με επίπεδη στέγη που επιστρώνεται με αργιλόχωμα ή πλάκες, με δοκάρια και στρώση σανιδιών για το πάτωμα. Κατασκευαστές των σπιτιών ήταν συνήθως οι ίδιοι οι κάτοικοι. Η δυνατότητα χρήσης κορμών δέντρων με μεγάλο μήκος ίσως να είναι ο λόγος για τον οποίο δεν ήταν απαραίτητη η χρήση της καμάρας για την ενδιάμεση στήριξη των δοκαριών. Οι κάτοικοι στη Σαμαριά βεγγέριζαν τα βράδια φωτίζοντας το χώρο με δάδες. Οι άνδρες συζητούσαν για τους πολέμους, ενώ οι γυναίκες ασχολούνταν παράλληλα με το νοικοκυριό. Τα παιδιά έπαιζαν τα παραδοσιακά παιγνίδια «χωστό» (κρυφτό), τυφλόμυγα, όπως και αυτοσχέδια παιγνίδια με υλικά από τη φύση (ξύλα, καρπούς, μαλλιά) ή με μικρά ορφανά αγριμάκια που τα έπαιρναν και τα μεγάλωναν.

Οι γάμοι, οι βαφτίσεις και τα πανηγύρια ήταν οι αφορμές για γλέντι και ξεφάντωμα. Το τραγούδι ήταν ο μόνιμος σύντροφος των κατοίκων είτε όταν έβοσκαν τα κοπάδια τους στα βουνά είτε όταν έκαναν άλλες αγροτικές εργασίες είτε όταν ύφαιναν. Πολλοί βίαιοι θάνατοι προκαλούνταν στη Σαμαριά από κατακρημνίσεις στη διάρκεια είτε της βόσκησης των ζώων είτε του κυνηγιού, είτε κατά το κόψιμο ξηρών δέντρων είτε από πτώσεις κεραυνών. Σ' αυτό το είδος θανάτου οφείλονται και τα ειδικά μοιρολόγια της Σαμαριάς. Επίσης, πολλοί θάνατοι οφείλονταν στο κοινωνικό φαινόμενο της «βεντέτας», που ήταν πολύ διαδομένη στην απομονωμένη επαρχία των Σφακίων. Η θνησιμότητα ήταν μεγάλη, καθώς δεν υπήρχαν ούτε γιατρός ούτε φάρμακα. Χρησιμοποιούσαν μόνο την πρακτική ιατρική - τρίψιμο με λάδι, βραστάρια κ.λπ.

Η Σαμαριά εκκενώθηκε το 1962, λόγω της ανακήρυξης του φαραγγιού σε Εθνικό Δρυμό, που ήταν και μία αιτία να αλλάξουν δραματικά οι δεσμοί μεταξύ των κατοίκων της. Η Διεύθυνση Δασών στις αρχές του 2000 προχώρησε στην αποκατάσταση και την επανάχρηση ορισμένων σπιτιών της Πάνω Σαμαριάς για τις ανάγκες του προσωπικού της και για δραστηριότητες περιβαλλοντικής εκπαίδευσης.

8.10. ΑΝΑΨΥΧΗ & ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ

Από την πρώτη μέρα της δημιουργίας του Εθνικού πάρκου, η Διεύθυνση Δασών Χανίων εκτελεί έργα για τη διαμόρφωση των μονοπατιών και την εξυπηρέτηση των επισκεπτών. Για το Φαράγγι της Σαμαριάς αρχικά επετράπη η διέλευση εκτός από το κύριο μονοπάτι και σε κάποια δευτερεύοντα σε συνολικό μήκος 25 χλμ.. Ο Κανονισμός Λειτουργίας του Εθνικού πάρκου όμως που ισχύει σήμερα επιτρέπει τη διέλευση μόνο από το κυρίως μονοπάτι. Για την εξυπηρέτηση των επισκεπτών έχουν κατασκευασθεί από τη Διεύθυνση Δασών Χανίων ιδιαίτερες υποδομές, θέσεις θέας, θέσεις αναψυχής σε χώρους που έχει μεταφερθεί νερό, τουαλέτες, κ.λπ. Στον οικισμό της Σαμαριάς λειτουργεί ιατρείο για την αντιμετώπιση των έκτακτων περιστατικών. Συνήθως οι γιατροί που το στελεχώνουν προέρχονται από τις Ένοπλες Δυνάμεις. Υπάρχουν επίσης αγωγιάτες με μουλάρια, για τη μεταφορά προμηθειών και υλικών στο φαράγγι καθώς και τυχόν ελαφρών τραυματιών Επίσης, έχει γίνει μεταφορά νερού από τις υπάρχουσες πηγές, με αποτέλεσμα να υπάρχει πόσιμο νερό σε διάφορα σημεία του μονοπατιού. Οι επισκέπτες του φαραγγιού εισέρχονται από τις δύο εισόδους (Βόρεια=Ξυλόσκαλο και Νότια = Αγία Ρουμέλη), σύμφωνα με τον Κανονισμό Λειτουργίας του Εθνικού πάρκου.

Το φαράγγι δεν δέχεται επισκέπτες κατά την περίοδο του χειμώνα (Νοέμβρη με τέλος Απρίλη). Ο βασικός λόγος της θεσμοθέτησης συγκεκριμένης εποχής για να δέχεται τους επισκέπτες είναι το γεγονός ότι κατά το χειμώνα είναι αδύνατη η συνολική διάβαση του φαραγγιού, με το νερό του ποταμού να φτάνει στα στενά σημεία (Πόρτες) πάνω από τα 3 μέτρα. Κατά μήκος του μονοπατιού υπάρχουν πινακίδες σχετικές με τη χιλιομετρική απόσταση από την είσοδο, αλλά και με πληροφορίες για στοιχεία του τοπίου (φυτά, ζώα κ.λπ.). Αντίστοιχες πινακίδες υπάρχουν σε πολλά μονοπάτια σε όλο το Εθνικό Πάρκο.

Η Διεύθυνση Δασών Χανίων σε συνεργασία με διάφορους φορείς εκδίδει φυλλάδιο για τον Εθνικό Δρυμό, όπως και πληροφοριακό φυλλάδιο για τον αίγαγρο.

Στο Ξυλόσκαλο, λίγο πριν από την είσοδο του φαραγγιού, λειτουργεί, από το 1995, το Κέντρο Πληροφόρησης του Εθνικού πάρκου Σαμαριάς με στόχο την περιβαλλοντική ενημέρωση των επισκεπτών αλλά και οργανωμένων ομάδων μαθητών. Επίσης, στο χώρο του οικισμού της Σαμαριάς έχει αναστηλωθεί το παλαιό ελαιοτριβείο του χωριού, που πλέον λειτουργεί ως Περίπτερο πληροφόρησης του οικισμού με παλαιές φωτογραφίες από το φαράγγι και την ανθρώπινη παρουσία στη Σαμαριά.

Στην έξοδο του φαραγγιού, στο χωριό της Αγίας Ρουμέλης, έχει επίσης δημιουργηθεί στο παλαιό Δημοτικό Σχολείο ένα θεματικό Κέντρο Πληροφόρησης με θέμα «Άνθρωπος & πέτρα» αφιερωμένο στη γεωλογία του φαραγγιού. Κέντρο Πληροφόρησης Εθνικού πάρκου Λευκών Ορέων λειτουργεί και στο κτήριο Μπικουβάρη στον οικισμό Αμμουδάρι στην περιοχή Ασκύφου Σφακίων.

8.11. ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ (ευρετήριο)

Ο Φορέας Διαχείρισης Εθνικού πάρκου Σαμαριάς-Δυτικής Κρήτης, στο πλαίσιο του Υποέργου 9: Οργάνωση του Συστήματος Ερμηνείας Περιβάλλοντος και Διαχείρισης Επισκεπτών της Πράξης: «ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΠΙΟΥ ΕΘΝΙΚΟΥ ΠΑΡΚΟΥ ΣΑΜΑΡΙΑΣ (ΛΕΥΚΩΝ ΟΡΕΩΝ)» (Επιχειρησιακό Πρόγραμμα «ΚΡΗΤΗ 2014-2020») δημιούργησε μια πιλοτική σειρά επτά (7) διαδρομών ερμηνείας περιβάλλοντος των Λευκών Ορέων, βασισμένη στη τεχνολογία των πομπών Bluetooth Low Energy, με στόχο να προσφέρει στους επισκέπτες μια σύντομη και ολιστική καθοδήγηση στην κατανόηση και αντίληψη του φυσικού και πολιτισμικού κεφαλαίου της πιο εμβληματικής προστατευόμενης περιοχής της Κρήτης.

Με την έννοια της ερμηνείας περιβάλλοντος νοείται μια αναψυχική και εκπαιδευτική δραστηριότητα που στόχο έχει να συγκεράσει το νόημα και τις συσχετίσεις που περιέχονται μέσω της χρήσης των αυθεντικών αντικειμένων – πόρων, της εμπειρίας που αποκομίζεται από την επαφή με την πηγή ή και με τη χρήση εικονογραφημένων μέσων.

Η ερμηνεία περιβάλλοντος αποτελεί ένα ελκυστικό τρόπο επικοινωνίας, παρέχει σαφείς και απλές πληροφορίες, πραγματοποιείται μπροστά στο αντικείμενο για το οποίο προορίζεται και ο στόχος της είναι να αποκαλύψει ένα νόημα. Δεν περιορίζεται μόνο στα στοιχεία του φυσικού περιβάλλοντος αλλά εμπεριέχει ισχυρά και στοιχεία του πολιτισμικού (κοινωνιολογικά, εθνογραφικά, αρχαιολογικά, καλλιτεχνικά, ιστορικά κ.λπ.) προσπαθώντας να ερμηνεύσει την επίδραση του φυσικού περιβάλλοντος στο πολιτισμικό και αντίστροφα. Δεν ταυτίζεται με την απλή παροχή πληροφοριών, όπως συμβαίνει σε πινακίδες απλής σήμανσης ή παρουσίασης αλλά εντούτοις την εμπεριέχει.



Είναι η μετάφραση της γλώσσας του φυσικού και πολιτισμικού περιβάλλοντος στη γλώσσα των ανθρώπων.

Το δίκτυο των διαδρομών εμπίπτει εξ ολοκλήρου στη περιοχή Natura με κωδικό GR4340008 "Λευκά Όρη και Παράκτια Ζώνη και οι διαδρομές για τις οποίες έχει σχεδιασθεί και αναπτυχθεί το σύστημα είναι:

- **Διαδρομή 1:** Φαράγγι Σαμαριάς
- **Διαδρομή 2:** Ξυλόσκαλο-Διάσελο Γκίγκιλου-Βολακιά
- **Διαδρομή 3:** Ξυλοσκαλο-καταφύγιο Καλλέργη
- **Διαδρομή 4:** Άγιος Ιωάννης Σφακίων-Κακός Πόρος
- **Διαδρομή 5:** Άγιος Ιωάννης Σφακίων-Σπήλαιο Κορμοκόπου
- **Διαδρομή 6:** Αγία Ρουμέλη-Όρμος Λύκου (παραθαλασσια διαδρομή)
- **Διαδρομή 7:** Ανώπολη Σφακίων-Λουτρό Σφακίων





ΝΑ ΕΙΣΑΙ ΓΕΝΝΑΙΟΣ ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΤΑΚΤΗΣΕΙΣ ΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ

”

Nirmal Purja
Παγκόσμιος Αθλητής Ορειβασίας

Α
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΕ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

8.Α1. ΣΤΑΘΜΟΣ 1

Έναρξη Περιήγησης στον Εθνικό Δρυμό Λευκών Ορέων - Δυτικής Κρήτης (Σαμαριάς)

Σκοπός: [α] Να γνωριστούν μεταξύ τους τα μέλη της Ομάδας μιλώντας για τα στοιχεία που τους ενώνουν – συνδέουν με τον Εθνικό Δρυμό
[β] Να πουν τις προσδοκίες τους για τη δράση και τη συνύπαρξη στο Δρυμό με τα άλλα άτομα
Κατάλληλο για: Για όλες τις ηλικίες, με ήπια κινητικά προβλήματα
Διάρκεια: 60΄λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

Γνωρίζατε ότι... άλλαξε η ονομασία του Εθνικού πάρκου; Ας γνωριστούε, μιας και θα βαδίσουμε μαζί!

Στην αρχή της δράσης μέσα στο λεωφορείο, ξεκινώντας από Χανιά το 1ο Φύλλο Εργασίας, στον Σταθμό 1 στ΄Ασκύφου το 2ο και 3ο Φύλλο Εργασίας, στον Σταθμό 2 Ανώπολη και Αράδαινα το 4ο Φύλλο Εργασίας, στον Σταθμό 3 Άη Γιάννης το 5ο και 6ο Φύλλο Εργασίας και στον 4ο Σταθμό Κακό Πόρο το 7ο Φύλλο Εργασίας.

8.A1.α. Τί είναι αυτό που σας συνδέει με τον Εθνικό Δρυμό;

8.A1.β. Τι θα θέλατε να αποκομίσετε από τη σημερινή περιήγηση;

8.Α2. ΣΤΑΘΜΟΣ 2

8.Α2.1. Μονοπάτι: Ασκύφου και Κτίριο Παύλου Μπικουβάρη

Σκοπός: [α] Να γνωρίσουν τα βασικότερα σημεία του οροπέδιου Ασκύφου και τα αξιοθέατα που σχετίζονται με αυτά.
[β]Να εντοπίσουν και να καταγράψουν με τη μορφή σταυρόλεξου τα σημαντικότερα χαρακτηριστικά του Δημοτικού Μουσείου στο Κτίριο Μπικουβάρη
Κατάλληλο για: Για όλες τις ηλικίες, με ήπια κινητικά προβλήματα
Διάρκεια: 15΄λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

8.Α2.1α. Δραστηριότητα 1η: Χρησιμοποιήστε τις έννοιες που σας δίνονται για να συμπληρώσετε την παρακάτω περιγραφή του Οροπεδίου Ασκύφου.



Πολεμικό, Πετρές, λαογραφική, Σφακίων, 730 , Γωνί, 394, Λευκά Όρη, Αμμουδάρι, Καρές

Το Ασκύφου είναι Οροπέδιο στα _____και διοικητικά υπάγεται στο δήμο Η τοπική κοινότητα αποτελείται από τους οικισμούς_____, _____,_____ , _____, έχει_____κατοίκους και είναι ο μεγαλύτερος οικισμός του δήμου.

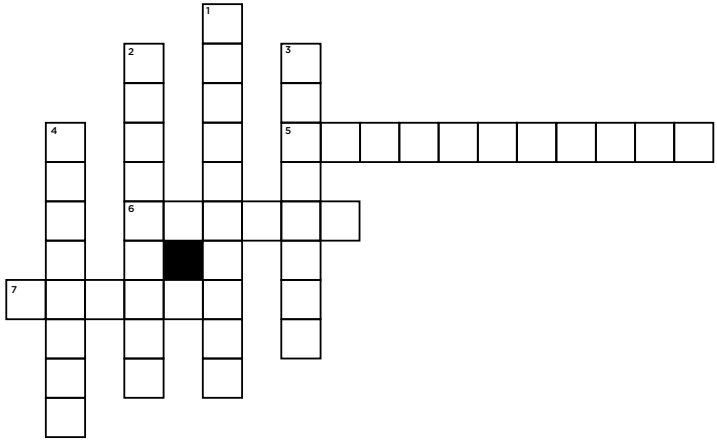
Το Οροπέδιο βρίσκεται σε υψόμετρο_____μέτρων και είναι πάνω στο δρόμο που ενώνει τα Χανιά με τη Χώρα Σφακίων.

Στον οικισμό Καρές βρίσκεται το_____Μουσείο Ασκύφου ενώ από τον οικισμό Αμμουδάρι αρχίζει μονοπάτι προς τα Λευκά Όρη και εκεί βρίσκεται και η_____συλλογή του Κτιρίου Μπικουβάρη.



8.Α2.1β. Δραστηριότητα 2η: Συμπληρώστε το παρακάτω σταυρόλεξο για το Κτίριο Μπικουβάρη, χρησιμοποιώντας τα στοιχεία που σας δίνονται.

Κτίριο Παύλου Μπικουβάρη



Σταυρόλεξο

ΟΡΙΖΟΝΤΙΑ

5. Το Μουσείο περιλαμβάνει χώρο μνήμης Σφακιανών εθελοντών.....και Ηπειρωτικού Αγώνα.

6. Επίσης, στη συλλογή υπάρχει.....κουβέρτα και πετσέτα.

7. Ακόμα, μπορεί κανείς να δει και το..... για το ζύμωμα του ψωμιού.

ΚΑΘΕΤΑ

1. Μέσα στο Μουσείο υπάρχει όμορφη..... συλλογή.

2. Το Μουσείο βρίσκεται στο..... Ασκύφου.

3. Το κτίριο Παύλου Μπικουβάρη λειτουργεί ως ..... Μουσείο.

4. Στη λαογραφική συλλογή μπορεί κανείς να βρει..... στολές.

8.Α2.1γ. Απολογισμός-Αξιολόγηση

- Ποιες είναι οι εντυπώσεις σας από την ευρύτερη περιοχή του Οροπεδίου Ασκύφου;

- Θεωρείτε ότι το Κτίριο Μπικουβάρη αξιοποιήθηκε κατάλληλα ως Δημοτικό Μουσείο;

- Ποια ήταν τα εκθέματα που σας εντυπωσίασαν περισσότερο από τη λαογραφική συλλογή που είδατε;

8.Α3. ΣΤΑΘΜΟΣ 3

Μονοπάτι: Κέντρο Πληροφόρησης Εθνικού πάρκου Λευκών Ορέων στο κτίριο Μπικουβάρη

Σκοπός: [α] Να εντοπίσουν και να αντιστοιχίσουν τα σημαντικότερα τμήματα του κτιρίου Μπικουβάρη όπου βρίσκεται το Κέντρο Πληροφόρησης Εθνικού πάρκου Λευκών Ορέων. [β] Να διαβάσουν τη Μελέτη Περίπτωσης του «Γιώργου» και να καταγράψουν τις προσωπικές τους σκέψεις.
Κατάλληλο για: Για όλες τις ηλικίες, με ήπια κινητικά προβλήματα
Διάρκεια: 15΄λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

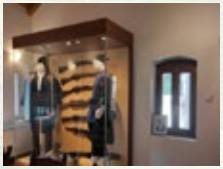
8.Α3.α. Δραστηριότητα 1η: Αντιστοιχίστε τις εικόνες με τα διαφορετικά τμήματα που μπορεί να βρει κανείς στο Κτίριο Μπικουβάρη και το Κέντρο Πληροφόρησης Εθνικού πάρκου Λευκών Ορέων.



Λαογραφική Συλλογή



Κέντρο Πληροφόρησης



Κτήριο Μπικουβάρη



Χώρος μνήμης Σφακιανών εθελοντών Μακεδονικού και Ηπειρωτικού Αγώνα

8.Α3.β. Δραστηριότητα 2η: Μελετήστε την περίπτωση του Γιώργου και καταγράψτε τις προσωπικές σας σκέψεις και αντιδράσεις στα λεγόμενα του.

Ο Γιώργος είναι 15 ετών και είναι μαθητής της Α' Τάξης Λυκείου. Σήμερα, βρέθηκε με τους γονείς του, μετά από δική τους πίεση κα επιμονή, στις εγκαταστάσεις του Κέντρου Πληροφόρησης του Εθνικού πάρκου Λευκών Ορέων.

Ωστόσο, όσο και αν επέμειναν οι δικοί του, ο Γιώργος αρνήθηκε πεισματικά να εισέλθει στο Κέντρο και κάθισε έξω, στην αυλή, περιμένοντας τους δικούς του και παίζοντας με το κινητό του. Διαβάστε παρακάτω τα λεγόμενα του Γιώργου σε σχέση με τη σημερινή του συμπεριφορά και δώστε του τις δικές σας απαντήσεις

Τα λεγόμενα του Γιώργου:	**Τι θα του απαντούσατε;**
«Σιγά μη χάσω το χρόνο μου, μέσα σε ένα Μουσείο. Τα βαριέμαι αυτά!»	« »
«Θέλω να διαβάσω τις ειδοποιήσεις μου. Πού θα ξαναβρώ Wi-fi εδώ πέρα?»	« »
«Εντάξει, άλλη μια συλλογή με αφίσες, δε χάνω και τίποτα.»	« »
«Προτιμώ να ξεκουραστώ λίγο εδώ έξω, για να συνεχίσω τη διαδρομή.»	« »
«Όταν θελήσω, μπορώ να μπω στο ίντερνετ και να δω όλα όσα είδατε εκεί μέσα.»	« »

8.Α3.γ. Απολογισμός- Αξιολόγηση

- Ποιες είναι οι εντυπώσεις σας από την ευρύτερη περιοχή του Οροπεδίου Ασκύφου;

- Θεωρείτε ότι το Κτίριο Μπικουβάρη αξιοποιήθηκε κατάλληλα ως Δημοτικό Μουσείο;

- Ποια ήταν τα εκθέματα που σας εντυπωσίασαν περισσότερο από τη λαογραφική συλλογή που είδατε;

8.Α4. ΣΤΑΘΜΟΣ 4

Μονοπάτι: Περιήγηση στην Ανώπολη και τη Γέφυρα της Αράδαινας Σφακίων

Σκοπός: [α] Να έρθουν σ' επαφή με στοιχεία της ιστορίας του τόπου από τα μνημεία – προτομές
[β] Να γνωρίσουν επιχειρήσεις που δραστηριοποιούνται στην περιοχή και τα παραγόμενα προϊόντα
[γ] Να κατανοήσουν πώς το ανάγλυφο καθόριζε τη διαμόρφωση των οικισμών, την πρόσβαση στην περιοχή και τη σημασία των μονοπατιών.
Κατάλληλο για: Για όλες τις ηλικίες, με ήπια κινητικά προβλήματα
Διάρκεια: 60΄+60' λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

8.Α4.α. Ας πάρουμε μια γεύση από το οροπέδιο της Ανώπολης, Η πλατεία της Ανώπολης και μια στάση στην Αράδαινα.

Γνωρίζετε πώς γινόταν η μετακίνηση στην περιοχή της Αράδαινας και πότε άλλαξε η πρόσβαση; (Η γέφυρα εγκαινιάστηκε στις 12 Δεκεμβρίου 1987)

8.Α4.β. Δραστηριότητα 2η
(Χωριστείτε σε ομάδες και διαλέξτε δραστηριότητα)
Επίσκεψη στο καφενείο και συζήτηση με τους κατοίκους για τους συνοικισμούς την τοπική οικονομία και την ιστορία της περιοχής τους.

Η Ανωπόλη είναι κτισμένη σε υψόμετρο 600, σε ένα εύφορο οροπέδιο διαστάσεων 3 επί 1,5 χιλιόμετρα στα νότια των Λευκών Ορέων, το οποίο καλύπτεται από ελαιώνες και βοσκότοπους. Το χωριό αποτελείται από 10 συνοικισμούς οι οποίοι είναι διάσπαροι στο οροπέδιο, τους Κάμπος, Γύρος, Άσες, Ρίζες Καμπιά, Μαρανά, Σκάλα, Παυλιανά, Λιμνιά, Άγιος Δημήτριος και Βαρδιανά. Το επίνειο της Ανώπολης είναι το Λουτρό. [1] Απέχει περίπου 12 χιλιόμετρα από την Χώρα Σφακίων, με το οποία συνδέεται με ελικοειδή δρόμο, ο οποίος συνεχίζει προς την Αράδενα.)
https://tinyurl.com/ys9zjrdb

8.Α4.γ. Δραστηριότητα 3η
Εντοπίστε στον χάρτη τους συνοικισμούς και το επίνειο της Ανώπολης

8.Α4.δ. Δραστηριότητα 4η
Επισκεφτείτε την πλατεία της Ανώπολης και αποτυπώστε σε έναν χάρτη που θα σχεδιάσετε σε μια κόλλα Α4 την Πλατεία και το Ηρώον, την Εκκλησία, το Δημοτικό Σχολείο και Νηπιαγωγείο, τα καταστήματα και καφενεία και τον προσανατολισμό τους.

8.Α4.ε. Δραστηριότητα 5η
Μιλήστε με τους επιχειρηματίες της περιοχής για την οικονομία, τα παραγόμενα προϊόντα και τη διακίνησή τους.

8.Α4.στ. Δραστηριότητα 6η
Φωτογραφήστε τη Γέφυρα της Αράδαινας και σημειώστε τις απαραίτητες πληροφορίες για τη δημιουργία και τις διαστάσεις της.

8.Α4.ζ. Δραστηριότητα 7η
Επισκεφτείτε τον οικισμό της Αράδαινας και την αρχή του φαραγγιού. Αποτυπώστε σε έναν χάρτη που θα σχεδιάσετε σε μια κόλλα Α4 τον οικισμό με την Εκκλησία, το φαράγγι με το μονοπάτι και τη Γέφυρα με τον προσανατολισμό τους.

8.Α4.η. Δραστηριότητα 8η
Συζητήστε με κατοίκους στην Αράδαινα για τη χάραξη και το ρόλο του μονοπατιού στο φαράγγι της Αράδαινας στην επικοινωνία τους μέχρι τη δημιουργία της Γέφυρας.

8.Α5. ΣΤΑΘΜΟΣ 5

«Λευκά Όρη και Οικοτουριστική Ανάπτυξη»

Σκοπός: [α] Να γνωρίσουν την έννοια της οικοτουριστικής ανάπτυξης ενός τόπου
[β] Να ξεχωρίζουν βιώσιμες και μη βιώσιμες μορφές τουρισμού
[γ] Να αναγνωρίζουν τις συνέπειες της μη βιώσιμη ανάπτυξης ενός τόπου
[δ] Να αναπτύξουν την ενσυναίσθηση
[ε] Να μπορέσουν να επιχειρηματολογήσουν υπέρ της οικοτουριστικής ανάπτυξης ενός τόπου
Κατάλληλο για: Για όλες τις ηλικίες, με ήπια κινητικά προβλήματα
Διάρκεια: 40΄λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

8.Α5.α. Δραστηριότητα 1η
(Χωριστείτε σε ομάδες και διαλέξτε δραστηριότητα)
Επίσκεψη στο καφενείο και συζήτηση με τους κατοίκους για τους συνοικισμούς την τοπική οικονομία και την ιστορία της περιοχής τους

8.Α5.β. Δραστηριότητα 2η
Παιχνίδι Μνήμης
Φτιάχνουμε κάρτες σε μέγεθος τραπουλόχαρτου με εικόνες από διάφορες μορφές τουρισμού εις διπλούν.

Οι κάρτες παίζονται αρχικά σαν παιχνίδι μνήμης (γυρνάμε ανάποδα όλες τις κάρτες και καλούνται τα ένα-ένα παιδιά να σηκώσουν δύο κάρτες, αν είναι ίδιες τις κρατάνε αν δεν είναι ίδιες τις γυρνάνε πάλι ανάποδα στη θέση που ήταν κ.ο.κ..).

Οι φωτογραφίες των καλών πρακτικών θα είναι σε πράσινο φόντο, οι φωτογραφίες των κακών πρακτικών τουρισμού σε κόκκινο. Έτσι ταυτόχρονα με το παιγνίδι μνήμης θα αναγνωρίζει ο μαθητής τις βιώσιμες από τους μη βιώσιμες μορφές τουρισμού.

8.Α5.γ. Δραστηριότητα 3η
Παιχνίδι Ρόλων

Στη συνέχεια και χρησιμοποιώντας την εκπαιδευτική τεχνική “Παιχνίδι ρόλων” θα προσπαθήσουμε να αναδείξουμε τις συνέπειες που μπορεί να έχει ο μαζικός και μη αειφορικός τουρισμός σε έναν τόπο.

Αφού καθοριστούν οι ομάδες, ο εκπαιδευτικός με τους μαθητές συμφωνούν για τους κανόνες της διαδικασίας και της συζήτησης. Πριν ξεκινήσει ο διάλογος οι εκπρόσωποι της κάθε ομάδας θα πρέπει να προετοιμάσουν τα επιχειρήματά τους σε συνεργασία με τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας.

Προτείνεται η αξιοποίηση των τεχνικών παραγωγής γραπτού λόγου και ειδικότερα επιχειρηματολογικού κειμένου. Κατά την έναρξη της προετοιμασίας οι μαθητές μπορούν χρησιμοποιώντας την τεχνική του brain storming να παράξουν ιδέες, να οργανώσουν και να καταγράψουν τα επιχειρήματά τους για το ρόλο που υποδύονται. Προκειμένου να δυναμώσουν την ισχύ των επιχειρημάτων τους, προτείνεται η αναζήτηση σχετικών άρθρων από το διαδίκτυο και γενικότερα η αξιοποίηση πολυσυλλεκτικών πηγών πληροφόρησης.

Ακολουθεί το στάδιο της συζήτησης με τους εκπροσώπους των ομάδων που έχουν ορίσει οι ίδιες από πριν. Προτείνεται στο τέλος της διαδικασίας να ζητηθεί από τους συμμετέχοντες μαθητές στον διάλογο, να συνοψίσουν τα αποτελέσματα της συζήτησης και να καταλήξουν σε προτάσεις ρεαλιστικών λύσεων (λήψης μέτρων κλπ για την αποτελεσματική αντιμετώπιση παρόμοιων προβλημάτων. Ενδεικτικοί τίτλοι κειμένου: « Όταν ο τουρισμός δεν βλάπτει τη βιώσιμη ανάπτυξη» ή «Ο δεκάλογος της βιώσιμης ανάπτυξης στις τουριστικές περιοχές» ή Προ(σ) καλώντας τη βιώσιμη ανάπτυξη στον τόπο μας».

8.Α5.δ. Απολογισμός- Αξιολόγηση
Αναλογιζόμαστε στη συμπεριφορά μας ως τουρίστες
Φτιάχνουμε τον "Δεκάλογο της καλής τουριστικής συμπεριφοράς".

8.Α5.ε. Πιθανές προεκτάσεις
Επισκεπτόμαστε τοπική μονάδα οικοτουρισμού στην περιοχή. Επεξεργαζόμαστε με τον βέλτιστο διδακτικά τρόπο (συλλογικά, σε επιμέρους ομάδες) ερωτήματα, όπως: «Ποιά είναι τα χαρακτηριστικά που την καθιστούν βιώσιμη. Τί δυσκολίες υπάρχουν; Πώς υποθέτετε ότι θα μπορούσαν να ξεπεραστούν;» Διατυπώστε τις ιδέες σας.



8.Α6 ΣΤΑΘΜΟΣ 6

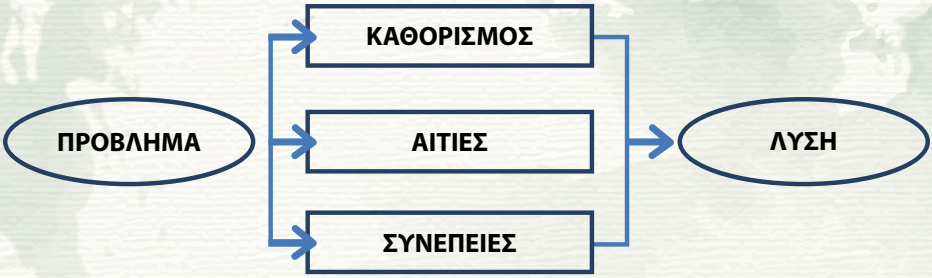
«Ένας Χάρτης γεμάτος... Λέξεις
Χαρτογράφηση εννοιών για τη εισαγωγή ξενικών ειδών»

Σκοπός: [α] Να γνωρίσουν τους πιο σημαντικούς/ κρίσιμους όρους που σχετίζονται με την εισαγωγή ξενικών ειδών σε ένα οικοσύστημα και την επακόλουθη διατάραξη της οικολογικής ισορροπία του συγκεκριμένου οικοσυστήματος.
[β] Να εντοπίσουν ορισμένους από αυτούς στο κρυπτόλεξο.
[γ] Να αναπτύξουν δεξιότητες παρατήρησης, έρευνας, καταγραφής, αξινόμησης, σύγκρισης και αναζήτησης λύσεων.
[δ] Να κατανοήσουν με παιγνιώδη τρόπο την ανάπτυξη ενός εννοιολογικού χάρτη.
Κατάλληλο για: Για όλες τις ηλικίες, με ήπια κινητικά προβλήματα
Διάρκεια: 40΄λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

8.Α6.α. Δραστηριότητα 1η
Φτιάχνοντας τον χάρτη της εισαγωγής ξενικών ειδών

8.Α6.β. Δραστηριότητα 2η
Παρατηρούμε και περιγράφουμε τις φωτογραφίες της ενότητας. Ζητάμε από τους/ τις μαθητές/ τριες να ορίσουν μονολεκτικά το περιεχόμενο κάθε εικόνας. Καταγράφουμε τυχαία τις έννοιες που δίνουν σε ένα χαρτί του μέτρου, ενώ αρχικά στο κέντρο έχουμε γράψει ή κολλήσει μια φωτογραφία με το πρόβλημα.

8.Α6.γ. Δραστηριότητα 3η
Ζητάμε να συσχετίσουν τις φωτογραφίες με εικόνες που παρατηρούν από τη φύση γύρω τους. Όταν ολοκληρώσουν προσπαθούμε να τις ομαδοποιήσουμε. Δίνουμε τις καρτέλες των εννοιών και τις κολλάμε στις «συγγενικές» λέξεις που έδωσαν οι μαθητές/τριες. Ο σκοπός μας είναι οι έννοιες να κατηγοριοποιηθούν σε τέσσερις μεγάλες ομάδες: **Καθορισμός, Αιτίες, Αποτελέσματα- Συνέπειες, Λύση.** Ενώνουμε με βέλη επιχειρώντας να δημιουργήσουμε «σχέσεις» ανάμεσα στις κύριες έννοιες:



8.Α6.δ. Δραστηριότητα 4η

Εντοπίζουμε στο παρακάτω Κρυπτόλεξο τις κρυμμένες έννοιες σχετικά με την εισαγωγή ξενικών ειδών σε ένα οικοσύστημα και την επακόλουθη διατάραξη της οικολογικής ισορροπίας του συγκεκριμένου οικοσυστήματος.

ΤΟ ΚΡΥΠΤΟΛΕΞΟ της ΕΙΣΑΓΩΓΗΣ ΞΕΝΙΚΩΝ ΕΙΔΩΝ

Μ	Μ	Χ	Σ	Ο	Ν	Ο	Σ	Β	Ο
Ε	Ρ	Ε	Ο	Μ	Α	Τ	Α	Α	Ι
Λ	Ε	Α	Ρ	Ε	Φ	Α	Τ	Θ	Κ
Ι	Υ	Ξ	Ε	Ν	Ι	Κ	Α	Φ	Ο
Σ	Α	Ι	Ο	Δ	Δ	Ι	Ρ	Μ	Σ
Σ	Λ	Α	Π	Η	Ι	Κ	Α	Ε	Υ
Ο	Ω	Ρ	Ι	Λ	Α	Δ	Γ	Τ	Σ
Κ	Τ	Ρ	Α	Η	Λ	Ι	Μ	Ρ	Τ
Ο	Ι	Α	Τ	Α	Ρ	Α	Ξ	Η	Η
Μ	Τ	Η	Λ	Η	Τ	Σ	Τ	Α	Μ
Ι	Η	Φ	Α	Η	Ο	Π	Α	Κ	Α
Α	Ρ	Ρ	Ω	Σ	Τ	Ι	Ε	Σ	Ε
Π	Α	Ρ	Ε	Μ	Β	Α	Σ	Η	Κ

Κρυπτόλεξο

8.Α6.ε. Δραστηριότητα 5η
Κρυμμένες Λέξεις
ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ (ανθρώπου)
ΞΕΝΙΚΑ (τοπικό) ΟΙΚΟΣΥΣΤΗΜΑ
ΔΙΑΤΑΡΑΞΗ ΕΙΔΗ (χλωρίδας)
ΑΡΡΩΣΤΙΕΣ (κάποιων ειδών της τοπικής χλωρίδας)
ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΑ (τοπική δραστηριότητα)

8.Α6.στ. Απολογισμός- Αξιολόγηση
Ερωτήσεις προβληματισμού:
Ποιό θεωρείτε πως είναι σε αυτό το οικοσύστημα το ξενικό είδος;
Γιατί νομίζετε ότι είναι επικίνδυνο;
Ποιά πιστεύετε πως είναι η λύση;







8.Α7. ΣΤΑΘΜΟΣ 7

Μονοπάτι: Στην άκρη του Μονοπατιού στον Κακό Πόρο με θέα το Λυβικό

Σκοπός: [α] Να παρουσιάσουν τις εμπειρίες και να μοιραστούν τα συναισθήματα που βίωσαν
[β] Να προτείνουν δράσεις αειφόρου ανάπτυξης
[γ] Να γνωρίσουν τη ζωή στην περιοχή
Κατάλληλο για: Για όλες τις ηλικίες, με ήπια κινητικά προβλήματα
Διάρκεια: 60΄λεπτά
Βαθμός Δυσκολίας: 1

8.Α7.α. Δραστηριότητα 1η
Πάρτε το ρόλο ενός ανθρώπου, φυτού, ζώου, κτηρίου κλπ που γνωρίσατε στη σημερινή διαδρομή και σας εντυπωσίασε. Παρουσιάστε στα μέλη της ομάδας τις προτάσεις σας για το παρόν και το μέλλον της περιοχής από τη σκοπιά του.

8.Α7.β. Δραστηριότητα 2η
Με βάση τις προσδοκίες σας στην αρχή της Διαδρομής μιλήστε για όσα ζήσατε και μοιραστήκατε με τα μέλη της ομάδας.

8.Α7.γ. Δραστηριότητα 3η
Αποτυπώστε σε έναν χάρτη που θα σχεδιάσετε σε μια κόλλα Α4 την ακτογραμμή και τον προσανατολισμό τους όπως τα βλέπετε από ψηλά.

8.Α7.δ. Δραστηριότητα 4η
Μιλήστε με τους επιχειρηματίες της περιοχής για την οικονομία, τα παραγόμενα προϊόντα και τη διακίνησή τους.

8.Α7.ε. Δραστηριότητα 5η
Επισκεφτείτε τον οικισμό του Άη Γιάννη. Αποτυπώστε σε έναν χάρτη που θα σχεδιάσετε σε μια κόλλα Α4 τον οικισμό με την Εκκλησία, το παλιό σχολειό με τον προσανατολισμό τους.

8.Α7.στ. Δραστηριότητα 6η
Συζητήστε με κατοίκους για τη λειτουργία του παλιού σχολείου πριν τη δημιουργία της Γέφυρας της Αράδαινας.


ΟΣΟ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΧΡΟΝΟ
ΠΕΡΝΑΤΕ ΣΤΗ ΦΥΣΗ,
ΤΟΣΟ ΒΑΘΥΤΕΡΗ ΘΑ
ΕΙΝΑΙ Η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ
ΓΙΑ ΤΗ ΖΩΗ!



”

Nitin Namdeo

Συγγραφέας

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΥΓΓΡΑΦΙΚΗΣ ΟΜΑΔΑΣ

ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΥ Σοφία, Msc(c)
Εκπαιδευτικός, Φιλόλογος. Γεννήθηκε στη Λαμία το 1975. Σπούδασε Κλασική Φιλολογία στο Πανεπιστήμιο των Ιωαννίνων. Γνωρίζει άριστα την αγγλική γλώσσα και έχει καλή γνώση γαλλικών και ιταλικών. Είναι ιδιοκτήτρια Φροντιστηρίου Μέσης Εκπαίδευσης, μεταπτυχιακή φοιτήτρια Δημιουργικής Γραφής του ΕΑΠ. πρόεδρος του Συλλόγου Ιδιοκτητών Φροντιστηρίων Φθιώτιδας, Φωκίδας, Ευρυτανίας και πιστοποιημένη από τον Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π. εκπαιδεύτρια Ενηλίκων της Μη Τυπικής Εκπαίδευσης, εκπρόσωπος του Ιστορικού και Λαογραφικού Μουσείου Ρεντίνας. Παράλληλα, είναι μέλος της Επιστημονικής Ένωσης για την Προώθηση της Εκπαιδευτικής Καινοτομίας (Ε.Ε.Π.Ε.Κ www.eepek.gr). Διαθέτει πλήθος ωρών επιμόρφωσης και αντίστοιχες πιστοποιήσεις σε αντικείμενα, όπως η Ειδική Αγωγή, η Διαπολιτισμική Εκπαίδευση, η Σχολική Ψυχολογία, η Διοίκηση στην Εκπαίδευση, ο Επαγγελματικός Προσανατολισμός, η Εκπαίδευση Ενηλίκων. Μετέχει σε καινοτόμες δράσεις, εκπαιδευτικά προγράμματα, ημερίδες και συνέδρια. Αρθρογραφεί στον έντυπο και ηλεκτρονικό τύπο. Συγγράφει φροντιστηριακά βοηθήματα, ενώ το 2017 δημοσίευσε την πρώτη της προσωπική ποιητική συλλογή με τίτλο «Ποίηση...Μέθεξη στα μυστηριακά δρώμενα του Πνεύματος».
Email: logosfront@gmail.com

ΒΑΓΙΩΝΑΚΗ Ελένη
Εκπαιδευτικός, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής. Διετέλεσε Διευθύντρια του Γενικού Λυκείου Σφακίων για 3,5 χρόνια.
Είναι φυσιολάτρης απολαμβάνοντας κάθε δραστηριότητα στην φύση είτε μόνη, είτε με τους μαθητές της. Αυτό αποτέλεσε και την αφορμή για να συμμετέχει στην οργανωτική επιτροπή του φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας “Κωφοί και ακούοντες εν Δράσει” τα τελευταία χρόνια, πιστεύοντας ότι η ενασχόληση με την φύση μέσω διαφόρων δράσεων ,προσφέρει άσκηση σώματος και πνεύματος,άκρως απαραίτητα σε κάθε ανθρώπινο ον.
Email: vagionaki.eleni@gmail.com

ΔΗΜΟΥ Αθανάσιος, Msc (X2)
Μηχανικός Γεωπληροφορικής και Τοπογραφίας. Απόφοιτος του τμήματος Γεωπληροφορικής & Τοπογραφίας του ΤΕΙ Σερρών. Κάτοχος δύο μεταπτυχιακών: (1) Msc ειδίκευσης στη Γεωπληροφορική από το Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο και στις Χωρικές και (2) Δυναμικές & Χωροταξία της Υπαίθρου (Ελληνο-Γαλλικό, DYNTAR) από το Πανεπιστήμιο της Θεσσαλίας. Εργάζεται ως μ.Δ.Υ. στο ΥΠΠΟΑ. Τα επιστημονικά του πεδία έχουν να κάνουν με την επιστήμη της Γεωπληροφορικής (GIS, geodesy, Survey, UAV, Remote Sensing and Photogrammetry, Computer Science and teaching, mapping,cultural heritage). Συμμετείχε ως εισηγητής σε πανελλαδικά και παγκόσμια συνέδρια - ημερίδες με διάφορες θεματολογίες που άπτονται της επιστήμης τη Γεωπληροφορικής και των επιμέρους κλάδων της. Υπήρξε μέντορας και υποστηρικτής σε αρκετά Hackathons, Datathlon κλπ (GreenTech NTUA 2022, MITCovid2020,The GlobalHAck 2020, Nasa Space Apps, Healthahtlon, Tap2open, Copernicus, Ίδρυμα Ευγενίδου - Hack the Lab). Διετέλεσε πρόεδρος του Πανελληνίου Συλλόγου Πτυχιούχων Μηχανικών Γεωπληροφορικής και Τοπογραφίας για τις διετίες 2015-2017,2019-2021 καθώς και είναι Πρόεδρος την τρέχουσα διετία 2021-2023. Μέλος αρκετών Μ.Κ.Ο. εντός και εκτός της χώρας με ενεργό ρόλο καθώς και εξωτερικός συνεργάτης.
Email: dimouatha@gmail.com

ΖΕΡΒΑ Αικατερίνη, Msc (X2), PhD
Δασολόγος - Περιβαλλοντολόγος. Απόφοιτη και διδάκτωρ του Τμήματος Δασολογίας και Διαχείρισης του Περιβάλλοντος και Φυσικών Πόρων του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης. Κατέχει μεταπτυχιακούς τίτλους στην ειδική αγωγή και σε θέματα περιβάλλοντος και αειφορίας. Τέλος, υπηρετεί τα τελευταία χρόνια στη Μέση Εκπαίδευση ως μόνιμη εκπαιδευτικός ειδικής αγωγής σε σχολεία της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης ειδικής αγωγής.
Email: zerba.katerina@gmail.com

ΙΟΡΔΑΝΙΔΟΥ Μάρθα, Msc, MA
Εκπαιδευτικός, Φιλόλογος. Η Μάρθα Ιορδανίδου είναι απόφοιτη της Φιλοσοφικής Σχολής του ΑΠΘ και εργάζεται ως Φιλόλογος στη δημόσια Ειδική Αγωγή. Διαθέτει μεταπτυχιακό Msc στη Σχολική Παιδαγωγική και ΜΑ στη Σχολική Ψυχολογία, ετήσια εξειδίκευση στην εκπαίδευση παιδιών με αναπηρία, τη Σχολική Διαμεσολάβηση , την Αξιοποίηση των ΤΠΕ στην Εκπαίδευση και τη Διαπολιτισμική Εκπαίδευση. Ακόμη, ύστερα από εξετάσεις έλαβε το πιστοποιητικό γνώσης της γραφής Braille και δίπλωμα επάρκειας στην ελληνική νοηματική γλώσσα. Έχει παρακολουθήσει και συνεχίζει να παρακολουθεί σεμινάρια με θεματολογία σχετική με τη διδακτική του γνωστικού της αντικειμένου, την περιβαλλοντική εκπαίδευση, την αξιοποίηση του κινηματογράφου στο σχολείο και άλλα που διοργανώνονται από το ΥΠΑΙΘ, το ΙΕΠ και άλλους δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς. Πριν λίγο καιρό απέκτησε και το δεύτερο πτυχίο της από το Τμήμα Επιστημών Προσχολικής Αγωγής και Εκπαίδευσης (ΤΕΠΑΕ) του ΑΠΘ. Τα τελευταία πέντε χρόνια λειτουργεί ως εθελόντρια επιμορφώτρια στα ετήσια σεμινάρια στην αξιοποίηση των ΤΠΕ στην εκπαίδευση για εκπαιδευτικούς που διοργανώνονται από την εθνική υπηρεσία του Etwinning.
Email: marthaki30@gmail.com

ΚΑΒΑΖΙΔΟΥ Ελένη, Msc, PhD
Εκπαιδευτικός, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής. Πτυχιούχος (i) ΤΕΦΑΑ (1997 ΑΠΘ), (ii) της ΑΕΣΧ Δήμου Θεσσαλονίκης (1997) και (iii) του ΣΩΘ, Τμήμα Τζαζ (2005). Επάρκεια στην Ελληνική Νοηματική Γλώσσα, το γλωσσικό σύστημα ΜΑΚΑΤΟΝ και το σύστημα γραφής Braille. Μιλάει Αγγλικά, Γερμανικά, Ιταλικά και μερικώς, Γαλλικά. Μεταπτυχιακό στη Φυσική Άσκηση και Υγεία, στην κατεύθυνση Ειδική Φυσική Αγωγή και διδακτορικό δίπλωμα στην Άσκηση και Ποιότητα Ζωής με εξειδίκευση στη Χοροκινησιοθεραπεία και τη Διατροφική Συμπεριφορά. Από το 2007 παρακολούθησε διάφορα μαθήματα κατάρτισης στη διαχείριση έργων στην έρευνα και την εκπαίδευση. Ήταν ερευνήτρια στο Εργαστήριο Αθλητικής Υγιεινής και Διατροφής του Τμήματος Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού του ΑΠΘ (2002-2017). Συγγραφέας, ερευνήτρια, (ερασιτέχνης) ραδιοφωνική παραγωγός, αρθρογράφος, ειδική εμπερογνώμων στο Υπουργείο Παιδείας, το Υπουργείο Εργασίας & την ΕΕ (EACEA, Sport sector). Διακρίσεις ΙΚΥ και TEDx. Πλούσια εμπειρία ως προπονήτρια, εκπαιδευτικός, χοροδιδάσκαλος, χορογράφος, εργαζόμενη στον τομέα της νεολαίας, εκπαιδεύτρια ενηλίκων και εκπαιδεύτρια εκπαιδευτών. Μέλος διάφορων ΜΚΟ και Συλλόγων με έντονο ακτιβιστικό ρόλο. Σήμερα εργάζεται ως Δ/ντρια του 4ου Ειδικού Δημοτικού Σχολείου Θεσσαλονίκης.
Email: inele2018@gmail.com

ΚΑΡΟΛΙΔΟΥ Σωτηρία, Msc (X3), PhD(c)
Εκπαιδευτικός, Φιλόλογος. Είναι κάτοχος πτυχίων Φιλολογίας, Θεολογίας και Ψυχολογίας και οι μεταπτυχιακές της σπουδές είναι, κατά κύριο λόγο, προσανατολισμένες στην Ειδική Αγωγή. Είναι υποψήφια διδάκτορας και το ερευνητικό της πεδίο είναι η Συμβουλευτική και η Ειδική Αγωγή. Γνωρίζει την Ελληνική Νοηματική Γλώσσα και τη γραφή BRAILLE. Κατέχει άριστα την Αγγλική και Ιταλική Γλώσσα και έχει λάβει την ανώτατη πιστοποίηση στη χρήση και αξιοποίηση των ΤΠΕ στην Εκπαιδευτική Διδακτική Διαδικασία. Είναι πιστοποιημένη Εκπαιδεύτρια Ενηλίκων. Ολοκλήρωσε το Πρόγραμμα Ειδίκευσης στην Συμβουλευτική και τον Προσανατολισμό (ΠΕΣΥΠ), καθώς και μεγάλης διάρκειας προγράμματα επιμόρφωσης σε θέματα ψυχολογίας, ειδικής αγωγής, διαπολιτισμικής εκπαίδευσης και διοίκησης. Συμμετείχε στη συλλογική συγγραφή και έκδοση βιβλίων, καθώς και στην εκπόνηση εκπαιδευτικών-επιμορφωτικών προγραμμάτων για το ΙΕΠ. Έχει πάρει μέρος ως εισηγήτρια, κριτής, μέλος Προεδρείου καθώς και μέλος Οργανωτικών και Επιστημονικών Επιτροπών σε Επιστημονικά Συνέδρια και Ημερίδες. Είναι Μέλος σε Συλλόγους με ενδιαφέροντα επιστημονικά και εθελοντικά.
Email: karolidou.sot@gmail.com

ΚΟΛΙΟΥΣΚΑ Χριστιάνα, Msc (X2), PhD
Δασολόγος - Περιβαλλοντολόγος. Κάτοχος δύο Μεταπτυχιακών τίτλων σπουδών και Διδάκτορας του Εργαστηρίου Δασικής Πληροφορικής, στον Τομέα Σχεδιασμού & Ανάπτυξης Φυσικών Πόρων του Τμήματος Δασολογίας & Φυσικού Περιβάλλοντος, ΑΠΘ. Τα ερευνητικά της ενδιαφέροντα περιλαμβάνουν τις Τεχνολογίες Πληροφορικής και Επικοινωνιών, το Διαδίκτυο, τις διαδικτυακές υπηρεσίες, τις Βάσεις Δεδομένων, την πολυκριτιριακή ανάλυση στην λήψη αποφάσεων σε θέματα σχετικά με το περιβάλλον και την βιώσιμη ανάπτυξη, την περιβαλλοντική πολιτική της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Έχει δημοσιευμένο ερευνητικό έργο σε εθνικά και διεθνή επιστημονικά συνέδρια και διεθνή επιστημονικά περιοδικά/βιβλία. Τιμήθηκε με Βραβείο Μεταπτυχιακής Εργασίας το 2013. Έχει λάβει υποτροφία για την εκπόνηση της Μεταπτυχιακής της έρευνας και για την εκπόνηση της Διδακτορικής της διατριβής. Μιλάει αγγλικά, γερμανικά και ιταλικά. Είναι μέλος Ελληνικών και Ευρωπαϊκών επιστημονικών εταιριών.
Email: christiana.koliouska@gmail.com

ΚΥΝΔΕΛΕΡΟΥ Δάφνη
Προϊσταμένη ΚΕΠΕΑ Μαρώνειας. Σπούδασε Διοίκηση Τουριστικών Επιχειρήσεων στο ΤΕΙ της Λάρισας (Τμήμα Διοίκησης και Οικονομίας). Πραγματοποίησε σπουδές στην ΠΑΤΕΣ-ΣΕΛΕΤΕ Θεσσαλονίκης και στο ΠΕΣΥΠ Σαπών απ’ όπου έλαβε πτυχίο παιδαγωγικών σπουδών και πτυχίο Συμβούλου Επαγγελματικού Προσανατολισμού και είναι πιστοποιημένη στην παιδαγωγική προσέγγιση STORYLINE για όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης από το ΚΕΔΙΜ Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Επίσης, πραγματοποίησε πολλές επιμορφώσεις στο ΚΕΔΙΜ ΠΑΜΑΚ, Αιγαίου, Παντείου, Θεσσαλίας και ΕΕΠΕΚ, που έχουν ως θέμα το περιβάλλον και πολιτιστική κληρονομιά, σχολική ψυχολογία, Ηγεσία-Διοίκηση στην Εκπαίδευση, Διδακτική Μεθοδολογία Ξεναγού σε Μουσεία, εισαγωγή στην Προπονητική Ζωής, Εναλλακτικές Μορφές Τουρισμού, Εποπτεία-Mentoring, Εκπαίδευση εκπαιδευτών ενηλίκων, Παιδαγωγικές-Διδακτικές προσεγγίσεις κα.. Υπηρέτησε επί 17ετία ως εκπαιδευτικός Δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης του Υπουργείου Παιδείας σε ΕΠΑΛ και ως γραμματέας στο Συμβουλευτικό Σταθμό των Νέων (ΣΣΝ) της ΔΔΕ Λέσβου (Μυτιλήνη). Επίσης, υπηρέτησε επί 6ετία ως ωρομίσθια σε ΔΙΕΚ του ΥΠΑΘ, σε ΙΕΚ και ΕΠΑΣ του Υπουργείου Εργασίας. Εργάστηκε επί 9ετία στον Ιδιωτικό τομέα Ξενοδοχοϋπάλληλος σε 5* της GRECOTEL. Είναι Προϊσταμένη του Κέντρου Εκπαίδευσης για το Περιβάλλον και την Αειφορία Μαρώνειας (Ν. Ροδόπης) επί 12ετία με πολλά Workshop στην Περιβαλλοντική Εκπαίδευση, συμμετοχή-οργάνωση σε ERASMUS+ του ΚΕΠΕΑ Μαρώνειας και το συγγραφικό της έργο αναφέρεται στην Περιβαλλοντική Εκπαίδευση. Έχει συγγράψει το βιβλίο με τίτλο: Το Παιχνίδι ως μέσο Περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης, άθλησης και δράσης. Επίσης, έχει συγγράψει πλήθος εργασιών που έχουν ως θέμα η συμβολή του Σχολικού Επαγγελματικού προσανατολισμού μέσα από τα προγράμματα της Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης: Απόψεις και στάσεις των εκπαιδευτικών Δ.Ε., πολιτιστική κληρονομιά μέσα από τα προγράμματα της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης, Περιβαλλοντική & Ενταξιακή Εκπαίδευση: Φύλλα εργασίας εστιασμένα στο Ευρωπαϊκό Μονοπάτι (Ε6) στην περιοχή της Μαρώνειας προσαρμοσμένα σε μαθητές με μαθησιακές ανάγκες με τη χρήση της εφαρμογής “Wikiloc” κα.
Email: kynder.d@gmail.com

ΜΑΡΜΑΤΑΚΗ Αρετή, Msc(X2)
Κοινωνιολόγος, Εκπαιδευτικός στη Δημόσια Εκπαίδευση από το 1986. Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων της Δ.Δ.Ε. Χανίων από το 2011 και Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας Δ.Δ.Ε. Χανίων από το 2003 έως το 2011. Πτυχιούχος Παντείου Α.Σ.Π.Ε. -Τμήμα Κοινωνιολογίας (1986), με Ειδική Μεταπτυχιακή Εκπαίδευση στην «Κοινωνιολογία της Υγείας» στην Εθνική Σχολή Δημόσιας Υγείας (2001), με Μεταπτυχιακό Τίτλο Σπουδών στην «Προαγωγή και Αγωγή Υγείας» στην Ιατρική Σχολή Ε.Κ.Π. Αθηνών (2007) και Επιμόρφωση από το ΚΕΘΕΑ για τους Υπευθύνους Αγωγής Υγείας (2006). Επιμορφώτρια/Εκπαιδεύτρια σε επιμορφωτικά προγράμματα του ΠΕΚ Ηρακλείου, σε παρεμβατικά προγράμματα του ΚΕΘΙ, σε Προγράμματα του ΟΚΑΝΑ-Κέντρου Πρόληψης Εξαρτήσεων Χανίων. Συμμετοχή σε Εθνικά Θεματικά Δίκτυα Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης α) ως Μέλος της Συντονιστικής Επιτροπής «Τα τοπικά προϊόντα σε μια κοινωνία αειφορίας» ΚΠΕ Κρεστένων και Τοπικού Δικτύου ΚΠΕ Βάμου Ένας Κήπος στο Σχολείο μας και ως μέλος της Παιδαγωγικής Ομάδας με τη συγγραφή παιδαγωγικού υλικού στο ΚΠΕ Μαρώνειας -Εθνικό Θεματικό Δίκτυο: Ευρωπαϊκά Ορειβατικά Μονοπάτια Ε6-Ε4 και στο ΚΠΕ Ομηρούπολης Χίου -Εθνικό Θεματικό Δίκτυο: Όταν η φύση δημιουργεί πολιτισμό. Μέλος Εθνικού Δικτύου Αγωγής Υγείας... Μέλος του Δ.Σ. του Συλλόγου Ελλήνων Κοινωνιολόγων (ΣΕΚ) και της ΔΕ του Παραρτήματος ΣΕΚ Χανίων.
Email: ar_marm@yahoo.gr

ΜΑΓΚΟΥ ΝΑΤΑΣΑ, Msc(c)
Εκπαιδευτικός, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής. Η Μάγκου Νατάσα σπούδασε στη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης και έχει εξειδίκευση στην Ειδική Φυσική Αγωγή – Ενόργανη Γυμναστική. Είναι κάτοχος Μεταπτυχιακού Διπλώματος «Άσκηση και ποιότητα Ζωής» των Τμημάτων Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού των Πανεπιστημίων Δημοκρίτειο Θράκης και Θεσσαλίας με Κατεύθυνση: Παιδαγωγική και Δημιουργική Μάθηση. Είναι υποψήφια διδάκτωρ του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού της ίδιας σχολής. Κατέχει Θέση Ευθύνης στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση, πιστοποιημένη από τον Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π. ως Εκπαιδεύτρια Ενηλίκων μη τυπικής εκπαίδευσης. Συμμετέχει στην Επιτροπή Κριτών των Πανελλήνιων Συνεδρίων της Ε.Ε.Π.Ε.Κ και της ΕΕΛΛΑΚ., ιδρυτικό μέλος σε προγράμματα e-twinning με βραβεύσεις, έχει γράψει στην πλατφόρμα «21+ Εργαστήρια Δεξιοτήτων» του ΙΕΠ, ανήκει στη συγγραφική ομάδα «Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει» και είναι πρέσβειρα της Safe Water Sports» για την ασφάλεια στη θάλασσα, την πισίνα και τα θαλάσσια σπορ Είναι η συγγραφέας του βιβλίου «Ο λύκος στο σχολείο; Πάει χάλασε και αυτός» το οποίο περιλαμβάνει δράσεις Ψυχοκινητικής Αγωγής και Διαφοροποιημένης Διδασκαλίας. Αρθρογραφεί σε εφημερίδες, περιοδικά και ιστοσελίδες αθλητικού, παιδαγωγικού και πολιτισμικού περιεχομένου. Διατελεί εισηγήτρια σε Διεθνή Συνέδρια Εκπαιδευτικών, Διεθνείς Εκθέσεις Βιβλίου, Κολλέγια, είναι επιστημονική συνεργάτης της Ε.Ε.Π.Ε.Κ. καθώς και Πρότυπων Κέντρων Λογοθεραπείας, Εργοθεραπείας & Ψυχοκινητικής. Βραβεύτηκε από το Υπουργείου Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων (ΥΠ.Π.Ε.Θ.) για το Ψηφιακό Διδακτικό Σενάριο με τίτλο: «ΧΟΡΕΥΟΝΤΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΞΕΝΙΤΕΜΕΝΗ ΑΔΕΡΦΗ ΜΑΣ».
Email: maggounat@gmail.com

ΜΟΥΔΑΤΣΑΚΗ Ελένη, Msc (Χ2)
Εκπαιδευτικός, Ειδικότητα Πληροφορικής. Απόφοιτη του Τμήματος Επιστήμης Υπολογιστών του Πανεπιστημίου Κρήτης και κάτοχος δύο μεταπτυχιακών διπλωμάτων με τίτλους «Τεχνολογίες Πληροφορίας και Επικοινωνιών στην Εκπαίδευση» και «Ειδική Αγωγή» . Απόφοιτη της Ανώτατης Σχολής Παιδαγωγικής Κατάρτισης (ΑΣΠΑΙΤΕ) και εργάζεται ως εκπαιδευτικός Πληροφορικής σε σχολικές μονάδες Ειδικής Αγωγής Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης από το 2014 έως σήμερα. Είναι πιστοποιημένη γνώστης του συστήματος γραφής και ανάγνωσης Τυφλών
Braille και έχει παρακολουθήσει τους 2 πρώτους κύκλους εκμάθησης της Ελληνικής Νοηματικής Γλώσσας. Τα ενδιαφέροντα της σχετίζονται με τη μελέτη και περαιτέρω εξειδίκευση σε θέματα αναπηρίας και ειδικών μαθησιακών και ψυχοκοινωνικών δυσκολιών.
Email: eleni_moudatsaki@hotmail.com

ΠΕΤΡΙΔΟΥ Χαριτίνη, Msc (Χ3), PhD
Πτυχιούχος του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, προπονήτρια τοξοβολίας Α κατηγορίας, κάτοχος Διδακτορικού διπλώματος στην Παιδαγωγική/ Ειδική Παιδαγωγική από το πανεπιστήμιο Αγ. Κλιμεντ Οχριντσκι καθώς και τριών μεταπτυχιακών διπλωμάτων με κατεύθυνση την «Πρόληψη – Παρέμβαση - Αποκατάσταση», τη «Σχολική Φυσική Αγωγή» του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού (Δ.Π.Θ.) και της Διοίκησης & Οργάνωσης Εκπαιδευτικών Μονάδων του Διεθνές Πανεπιστημίου της Ελλάδος. Συγγραφέας δυο βιβλίων με αντικείμενο τη φυσική δραστηριότητα των ατόμων με νοητική αναπηρία και του πρώτου ελληνικού εγχειρίδιου σε θέματα τοξοβολίας. Κάτοχος Πιστοποιητικού ειδίκευσης στη συμβουλευτική και τον Προσανατολισμό, γενικών γνώσεων και δεξιοτήτων χρήση των ΤΠΕ, Β1 επιπέδου ΤΠΕ, επιμορφωτών Β επιπέδου στα Νέα Αναλυτικά προγράμματα Φυσικής Αγωγής, στην Διοίκηση και ηγεσία Εκπαιδευτικών Μονάδων του Ε.Κ.Δ.Δ.Α. ενώ έχει παρακολουθήσει πλήθος μεγάλης διάρκειας επιμορφωτικών προγραμμάτων στην Διοίκηση εκπαιδευτικών μονάδων, στην εκπαίδευση ενηλίκων και σε άλλα θέματα γενικού ενδιαφέροντος που σχετίζονται με τη διαδικασία μάθησης. Συμμετέχει με εισηγήσεις και δημοσιεύσεις σε συνέδρια και ημερίδες με θέματα τη τοξοβολία, τη διοίκηση των εκπαιδευτικών οργανισμών, τη φυσική δραστηριότητα και καινοτομίες στην εκπαίδευση.
Email: petrihar@yahoo.gr

ΣΤΟΥΜΠΟΥ Ειρήνη, Msc (Χ2)
Εκπαιδευτικός, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής. Η Στούμπου Ειρήνη γεννήθηκε στην Καστοριά. Σπούδασε στη Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης και έχει εξειδίκευση στην Ειδική Φυσική Αγωγή - Θεραπευτική Γυμναστική. Είναι κάτοχος δύο Μεταπτυχιακών Διπλωμάτων της ίδιας σχολής: α) "Φυσική Δραστηριότητα και Ποιότητα Ζωής", με εξειδίκευση στην Άσκηση ατόμων με Πολλαπλή Σκλήρυνση, και β) "Εκπαίδευση στη Φυσική Αγωγή και στην Προσαρμοσμένη / Ειδική Φυσική Αγωγή", με ειδίκευση σε Προγράμματα Βάδισης Βρεφών, Νηπίων και Παιδιών με Σύνδρομο Down και Εγκεφαλική Παράλυση. Είναι Καθηγήτρια Ειδικής Φυσικής Αγωγή στην Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση και Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής σε Δ.Ι.Ε.Κ., πιστοποιημένη από τον Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π. ως Εκπαιδεύτρια Ενηλίκων μη τυπικής εκπαίδευσης. Ακόμη, εργάζεται εθελοντικά σε συλλόγους και οργανισμούς παιδιών και ενηλίκων με αναπηρίες. Διαθέτει πλήθος ωρών επιμόρφωσης και αντίστοιχες πιστοποιήσεις σε αντικείμενα όπως η γραφή Braille, η Εκμάθηση Κολύμβησης σε Βρέφη και Παιδιά με Αναπηρίες, οι Πρώτες Βοήθειες, η Γυμναστική σε Εγκύους, η Προαγωγή της Ψυχικής Υγείας Παιδιών και Εφήβων, η Διαπολιτισμική Αγωγή και Εκπαίδευση, η Διδασκαλία της Ελληνικής ως Ξένης γλώσσας, η Αγωγή και Προαγωγή της Σεξουαλικής Υγείας στο Σχολικό Περιβάλλον, κ.α. Μετέχει σε καινοτόμες δράσεις, εκπαιδευτικά προγράμματα (Erasmus), ημερίδες και συνέδρια με διεθνή συμμετοχή, στα οποία παρουσίασε έρευνες τις οποίες έχει ολοκληρώσει, όπως "Η ανάπτυξη των χωρικών σχέσεων στα εκ γενετής τυφλά βρέφη", "Μέτρηση της φυσικής κατάστασης και της ποιότητας ζωής σε περιπατητικά άτομα με πολλαπλή σκλήρυνση", "Η επίδραση ενός προγράμματος ελληνικών παραδοσιακών χορών στην υγεία και στην ποιότητα ζωής μετεμμηνοπαυσιακών γυναικών", "Η υδροθεραπεία στην τρίτη ηλικία", κ.α. Επίσης, γνωρίζει άριστα την Αγγλική γλώσσα και έχει καλή γνώση της Γερμανικής γλώσσας.
Email: eirini.stoumpou@gmail.com

ΦΙΛΙΠΠΑΚΗ Αμαλία, Msc, PhD.
Συντονίστρια Εκπαίδευσης για την Αειφορία / ΠΕ.Κ.Ε.Σ. Κρήτης. Εκπαιδευτικός με πολυετή εκπαιδευτική προϋπηρεσία σε δημόσια σχολεία Γενικής και Ειδικής Αγωγής, καθώς και με διοικητική προϋπηρεσία στην Διεύθυνση του Σχολείου Ευρωπαϊκής Παιδείας Ηρακλείου και στη θέση της Συντονίστριας Εκπαίδευσης για την Αειφορία στο ΠΕ.Κ.Ε.Σ. Κρήτης.
Κατέχει Μεταπτυχιακό Τίτλο Σπουδών με Ειδίκευση στην Περιβαλλοντική Εκπαίδευση από το Π.Τ.Δ.Ε. του Πανεπιστημίου Κρήτης, καθώς και Διδακτορικό Δίπλωμα στην Εκπαίδευση για το Περιβάλλον και την Αειφορία από το ίδιο τμήμα. Έχει παρουσιάσει δεκάδες εισηγήσεις σε Πανελλήνια και Διεθνή Συνέδρια καθώς και σε Σεμινάρια Επιμόρφωσης εκπαιδευτικών. Έχουν δημοσιευτεί πληθώρα επιστημονικών άρθρων της σε ελληνικά και διεθνή Επιστημονικά Περιοδικά καθώς και σε Συλλογικούς Τόμους Πρακτικών Συνεδρίων.
Email: afilippaki@edc.uoc.gr

ΧΑΝΑΓΚΙΑΝ Καρέν

Ο Κάρεν Χαναγκιάν γεννήθηκε στις 10 Νοεμβρίου του 2000. Αποφοίτησε από τη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση το 2018 και εισήχθη πέμπτος στο Τμήμα Ελληνική Φιλολογίας (Δ.Π.Θ.) απ΄όπου και πρώτευσε με βαθμό ‘Άριστα’ 9.9/10.

Στη διάρκεια των σπουδών του πραγματοποίησε δύο κινητικότητες στο πανεπιστήμιο του Saarland στη Γερμανία (χειμερινό εξάμηνο 2021-2022) και στο University of Chicago (φθινοπωρινό και χειμερινό εξάμηνο 2022-2023). Έχει συνεργαστεί με το Center for Hellenic Studies of the University of Chicago, το Macquarie University της Αυστραλίας και το Qendra e Gjuhës Greke του Fondacioni Logos. Για το τρέχον ακαδημαϊκό έτος διδάσκει ελληνικά στο πρόγραμμα “Refresh your Greek”, ένα πρόγραμμα του Προξενείου της Ελλάδος στο Σικάγο, του Κέντρου Ελληνικών Σπουδών του Πανεπιστημίου του Σικάγο και του Εργαστηρίου ΣυνΜόρΦωΣη. Έχει συμμετάσχει σε ημερίδες και διεθνή συνέδρια, ενώ έχει ασχοληθεί με τη διαλεκτολογία και τη λαογραφία της περιοχής του, αλλά και με τη διδασκαλία της ελληνικής ως δεύτερης ή ξένης γλώσσας σε ελληνικές κοινότητες του εξωτερικού.

Email: kchanagkian@uchicago.edu

ΠΡΑΚΤΙΚΑ
Παρουσίαση και Προβολή Δράσεων Κοινωνικής Πρόνοιας

1η Πράξη/ 20-09-2020

Την Κυριακή, 20 Σεπτεμβρίου 2020 και ώρα 11:00, στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας "Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει" συνεδρίασαν φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης και άλλοι φορείς κοινωφελούς χαρακτήρα με συναφές έργο και κοινωνική ευθύνη για να συμμετέχουν σε συνάντηση εργασίας με στόχο την "ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΡΑΣΕΩΝ Κοινωνικής Πρόνοιας" του φορέα τους.

Στη συγκεκριμένη συνάντηση συμμετείχαν οι ακόλουθοι φορείς:

•Περιφέρεια Κρήτης > Περιφερειακή Ενότητα Χανίων | Εκπρόσωπος: Μαλανδράκη Σοφία, Εντεταλμένη Περιφερειακή Σύμβουλος

•Δήμος Χανίων > Αντιδημαρχία Κοινωνικής Πολιτικής | Εκπρόσωπος: Ζερβουδάκη Ελένη, Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πολιτικής

•Σωματείο ΑμεΑ Χανίων, εκπρόσωπος: Μπασιά Αμαλία (Πρόεδρος Σωματείου ΑμεΑ, Πρόεδρος Συντονιστικής Επιτροπής Φεστιβάλ 2020-21)

•Λέσχη για τη Διάδοση της Νοηματικής Γλώσσας | Εκπρόσωπος: Καλαϊτζάκης Ανδρέας, Πρόεδρος του Διοικητικού Συμβουλίου

•Ιερά Μητρόπολη Κυδωνίας - Αποκορώνου > Πατριαρχική Εκκλησιαστική Σχολή Κρήτης | ΕΚπρόσωποι: Ζωγράφου Μαρία & Κατσαρού Βασιλική, Εκπαιδευτικοί - Συντονίστριες εκπαιδευτικό πρόγραμμα κοινωνικής ενσωμάτωσης ΑμεΑ της Πατριαρχικής Εκκλησιαστικής Σχολής Κρήτης

•Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός - Παράρτημα Χανίων | Εκπρόσωπος: Γιαννακάκης Νικόλαος, Πρόεδρος ΕΕΣ Παραρτήματος Χανίων

•Πανελλήνιος Σύλλογος Αρωγής Οικογενειών Θυμάτων Τροχαίων Ατυχημάτων Ο ΑΓΙΟΣ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΣ | Εκπρόσωπος: Πολέντας Σταύρος, Πρόεδρος

•Σύλλογος Κωφών ΣΑΜΑΡΙΑ (Χανίων) | Εκπρόσωπος: Καλαϊτζάκης Ανδρέας, Μέλος Διοικητικού Συμβουλίου

•.....Εφορεία Αρχαιοτήτων Χανίων | Εκπρόσωπος: Μιλιδάκης Μιχάλης, Αρχαιολόγος, υπεύθυνος εκπαιδευτικών προγραμμάτων

•Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Χανίων | Εκπρόσωπος: Μαρματάκη Αρετή, Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων (Βασικό Μέλος της Συντονιστικής Επιτροπής του Φεστιβάλ)

•-Περιφερειακή Διεύθυνση Εκπαίδευσης Κρήτης > ΠΕΚΕΣ - Π/θμια Εκπ/ση | Εκπρόσωπος: Ντούλια Αθηνά, Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου Δημοτικής Εκπαίδευσης 1ης Περ. Ενότητας Χανίων

με Συντονίστρια της συζήτησης την Καβαζίδου Ελένη (Υπεύθυνη Επικοινωνίας και Συντονισμού Δράσεων του Δικτύου Πόλεων του φεστιβάλ).

Στη συνάντηση αυτή παρευρέθηκαν περιοδικά (και όχι ταυτόχρονα) οι ακόλουθοι ακροατές:
Καφάτος Πολύβιος
Παναγιώτου Θωμάς
Κακαβελάκης Κωνσταντίνος
Αθανασάκη Ευριδίκη
Παραδά Μαρία
Καπαρουδάκη - Ντουσάκη Ελένη
Ντουσάκης Εμμανουήλ.

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης παρουσίασαν όλοι οι ομιλητές συνοπτικά το έργο του φορέα τους στον τομέα της Κοινωνικής Πρόνοιας και Αλληλεγγύης με προσανατολισμό τη συμπερίληψη πληθυσμών ΑμεΑ και γενικότερα, ευάλωτων πληθυσμών.

Έγιναν πολύ ενδιαφέρουσες τοποθετήσεις καθώς και προτάσεις μεταξύ των οποίων και οι ακόλουθες:
•αναγκαιότητα ορισμού τακτικής επιτροπής με εναρκτήρια την παρούσα για καλύτερο σχεδιασμό, οργάνωση και σύγκλυση δράσεων με παρόμοιο σκοπό και περιεχόμενο και σχετική ετήσια παρουσίαση/ προβολή αυτών σε κάθε επόμενο φεστιβάλ
•οικονομική υποστήριξη και αλληλεγγύη μεταξύ των παρόντων φορέων, ως αποτέλεσμα της διαμεσολάβησης και σχετικών αποφάσεων της σχετικής εν δυνάμει τοπικής επιτροπής
•προσανατολισμός στην ανάπτυξη και βελτίωση των παρεχόμενων υπηρεσιών ψυχολογικής υποστήριξης ατόμων που έγιναν ΑμεΑ στην πορεία της ζωής τους λόγω κάποιου ατυχούς γεγονότος ή ατυχήματος/ δυστυχήματος.
•βελτίωση και τυπική εφαρμογή πρωτοκόλου προτεραιοτήτων αλλά και συμπεριφοράς σε πελάτες/ άτομα ΑμεΑ ξεκινώντας από τις δημόσιες υπηρεσίες
•προσανατολισμός σε υβριδικές καινοτομίες παρά σε καινοτομίες που βασίζονται σε λειτουργικά και υλικοτεχνικά πλατώ. Με άλλα λόγια, αποφυγή σχεδίων που δεν μπορούν να είναι βιώσιμα και με υψηλό βαθμό ουσιαστικής επίδρασης.

Η συνάντηση εργασίας έκλεισε με δέσμευση της εκπροσώπου της Περιφερειακής Ενότητας Χανίων για σχετικές πρωτοβουλίες οργάνωσης της τοπικής επιτροπής εκπροσώπησης δράσεων κοινωνικής αλληλεγγύης. Σταθερό δε σταθμό προβολής και διάχυσης των δράσεων θα αποτελεί το φεστιβάλ. Η Πρόεδρος της Συντονιστικής Επιτροπής του Φεστιβάλ έδωσε έμφαση στις ομιλίες των άλλων φορέων και επίσης δεσμεύθηκε σε σχετική στενή συνεργασία με την ΠΕΧ.

Παρουσίαση και Προβολή Δράσεων Κοινωνικής Πρόνοιας ΧΑΝΙΩΝ

Υπηρεσίες Κοινωνικής Πολιτικής Δήμου Χανίων
Ζερβουδάκη Ελένη
Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πολιτικής

Η Κοινωνική Υπηρεσία του Δήμου Χανίων συγκροτείται με δύο κύριους άξονες. Το Τμήμα Κοινωνικής Πολιτικής Προστασίας ΑΜΕΑ και Ισότητας και τον ΔΟΚΟΙΠΠ (Δημοτικός Οργανισμός Κοινωνικής Πολιτικής και Παιδείας)
Το Τμήμα Κοινωνικής Πολιτικής απαρτίζεται από το Τμήμα Πρόνοιας, το Κέντρο Κοινότητας, το Κοινωνικό Παντοπωλείο, και το Νυχτερινό Καταφύγιο Αστέγων Χανίων, τον ξενώνα Κακοποιημένων Γυναικών, την Παιδική Εξοχή Καλαθά.
Ο ΔΟΚΟΙΠΠ απαρτίζεται από το Συμβουλευτικό Σταθμό, τους Παιδικούς και Βρεφικούς Σταθμούς, τα Κέντρα Παιδικής Δημιουργίας, το Κέντρο Δημιουργικής Απασχόλησης και τα ΚΑΠΗ.
Κοινωνικοί Επιστήμονες του Δήμου Χανίων χειρίζονται πληθώρα περιστατικών όλων των πληθυσμιακών, ηλικιακών και κοινωνικών ομάδων του Δήμου.
•Οικογένεια και παιδί
•Άτομα με αναπηρία
•Ευπαθείς κοινωνικές ομάδες
•Τρίτη ηλικία

εφαρμόζοντας τις αρχές και τις μεθόδους της κοινωνικής εργασίας:
•Κοινωνική εργασία με Άτομα
•Κοινωνική εργασία με Ομάδες
•Κοινωνική Εργασία με Κοινότητα
•Κοινωνική Έρευνα-Σχεδιασμό

Οι Κοινωνικοί Λειτουργοί προωθούν τις απαραίτητες παρεμβάσεις τόσο σε ατομικό όσο και σε κοινοτικό επίπεδο, σεβόμενοι πάντα τις αρχές της επιστήμης της Κοινωνικής Εργασίας. Σεβασμός και εξατομίκευση του εξυπηρετούμενου, αποδοχή του ατόμου ανεξάρτητα από τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς του και της ατομικής και κοινωνικής του ταυτότητας, αναγνώριση του εξυπηρετούμενου ως πολίτη με πλήρη δικαιώματα και ευθύνες.
Στόχοι – Υπηρεσίες
Στόχοι
•Η έρευνα και η κάλυψη των βασικών ανθρώπινων αναγκών του ατόμου
•Η βελτίωση των κοινωνικών συνθηκών και της ποιότητας ζωής των εξυπηρετούμενων
•Η υποστήριξη και η ενδυνάμωση των ατόμων.
•Η πρόληψη ψυχοκοινωνικών δυσλειτουργιών
•Η κοινωνική ευημερία

Υπηρεσίες - Προγράμματα

•Η άμεση συμβουλευτική και ψυχοσυναισθηματική υποστήριξη του ατόμου αλλά και του οικογενειακού του περιβάλλοντος.
•Σχολές γονέων
•Πρόγραμμα στήριξης σε μονογονεϊκές οικογένειες
•Δημιουργική απασχόληση παιδιών.
•Η πληροφόρηση και ενημέρωση και αιτήσεις για τις αντίστοιχες κοινωνικές παροχές – επιδόματα- βοηθήματα που δικαιούται ο εξυπηρετούμενος.
•Έκτακτη στήριξη σε νεοεισαχθέντες μετανάστες.(παροχή στέγασης, σίτισης και πρόσβαση σε υπηρεσίες υγιεινής)
•Συνεργασία-Δικτύωση με άλλες κοινωνικές υπηρεσίες και κοινωνικοπρονοιακούς φορείς, τόσο σε τοπικό όσο και σε ευρύτερο επίπεδο για προώθηση περιστατικών και σχετικές παραπομπές.
•Συνεργασία με την Εισαγγελία Πρωτοδικών - (Διενέργεια εκθέσεων κοινωνικής έρευνας)
•Χορήγηση Έκτακτης Οικονομικής Ενίσχυσης σε περιπτώσεις ατόμων που βρίσκονται σε εξαιρετική και έκτακτη ανάγκη, σύμφωνα με τον Κώδικα Δήμων και Κοινοτήτων.
•Τέλος, οι δομές λειτουργούν ως πλαίσιο Πρακτικής Εργαστηριακής Άσκησης αλλά και ως πλαίσιο Πρακτικής Άσκησης για τους σπουδαστές του Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας, των Σχολών Επαγγελμάτων Υγείας και Πρόνοιας.

Τέλος, να σημειωθεί, ότι στο πλαίσιο την ανάπτυξης των Φορέων Κοινωνικής Πολιτικής ο Δήμος Χανίων προγραμματίζει την οργάνωση και λειτουργία δύο νέων φορέων. Το Κοινωνικό Πλυντήριο, δομή στην οποία οι ωφελούμενοι θα έχουν τη δυνατότητα να φροντίζουν την ατομική τους υγιεινή και να καθαρίζουν τα ρούχα τους.
Επίσης, ενός ΚΔΑΠμεΑ, Κέντρο Δημιουργικής Απασχόλησης Παιδιών και Ατόμων με Αναπηρία που θα απευθύνονται σε παιδιά / εφήβους / νέους ηλικίας από 5 έως 25 ετών, αλλά και σε ενήλικες με αναπηρία άνω των 50 ετών λόγω του ότι δεν υπάρχουν άλλες δομές στις οποίες μπορούν να εξυπηρετηθούν.

Πληροφορίες
Τηλ.: 28213 41 691-3
Email: ezervoudaki@chania.gr

Σχολικές Μονάδες Δ/νσης Π/θμιας Εκπ/σης Χανίων
Ντούλια Αθηνά
Σχολική Σύμβουλος, Δ/νση Π/θμιας Εκπ/σης Χανίων

Η προστασία και συμπερίληψη μαθητών που ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες αποτελεί μέλημα του κράτους και της εκπαιδευτικής κοινότητας. Ιδιαίτερα σε περιόδους υγειονομικής κρίσης, η φροντίδα των ατόμων αυτών κρίνεται επιβεβλημένη και ενισχυμένη. Για την επ ίτευξη του σκοπού αυτού η ύπαρξη υποστηρικτικών δομών αποτελεί επιτακτική ανάγκη, όπως επίσης και η συνεργασία όλων των φορέων κρίνεται αναγκαία καθώς και μια σειρά μέτρων σε μικρο-επίπεδο και μακρο-επίπεδο βάσει ενός στρατηγικού σχεδιασμού.

Πληροφορίες
Τηλ.: 2810 246400 ή 2810 246860
Email: athinad2819@yahoo.gr

Εφορεία Αρχαιοτήτων Χανίων
Μιλιδάκης Μιχάλης
Αρχαιολόγος

Η Εφορεία Αρχαιοτήτων Χανίων, στο πλαίσιο του πολυσχιδούς, υπηρεσιακού, επιστημονικού και εκπαιδευτικού της έργου, τα τελευταία χρόνια δραστηριοποιήθηκε έντονα στον τομέα των εκπαιδευτικών προγραμμάτων με γνώμονα πάντα την επαφή με την τοπική, πολιτιστική κληρονομιά. Παράλληλα, διεύρυνε, για πρώτη φορά, το πεδίο της εκπαιδευτικής δράσης της ανταποκρινόμενη πρόθυμα σε ευαίσθητα κοινωνικά αιτήματα που της κατατέθηκαν. Έτσι, σχεδιάστηκαν και υλοποιήθηκαν τρεις εκπαιδευτικές δράσεις για ευαίσθητες κοινωνικές ομάδες με τη συνεργασία και τη βοήθεια των φορέων και των ειδικών παιδαγωγών που μας προσέ γγισαν. Παρά, λοιπόν, τις υπάρχουσες αντικειμενικές δυσκολίες, ελλείψει μάλιστα της σχετικής εμπειρίας και των ειδικών γνώσεων, η Εφορεία Αρχαιοτήτων Χανίων εγκαινίασε μια νέα κατεύθυνση στην μουσειοπαιδαγωγική της πορεία δημιουργώντας άρρηκτους δεσμούς με την τοπική κοινωνία και θεμελιώνοντας το μέλλον της δράσης της στο πλαίσιο του Νέου Αρχαιολογικού Μουσείου Χανίων.

Πληροφορίες
Τηλ.: 28210 94 487
Email: efacha@culture.gr

Δράσεις Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού Χανίων
Πρόεδρος ΕΕΣ – Παράρτημα Χανίων

Το τμήμα Χανίων του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού ιδρύθηκε το Μάιο του 1921. Η έντονη δραστηριότητα του τα χρόνια εκείνα περιγράφεται επ' ακριβώς στο βιβλίο-μαρτυρία-του καθηγητή της ιατρικής Μαρίνου Γερουλάνου πρώην αντιπροέδρου του Ε.Ε.Σ Αναφέρει ότι: «το τμήμα Χανίων ιδρύθηκε το μήνα Μάιο του 1921,όπου περιέθαλψε τους τραυματίες του πολέμου και τις οικογένειες τους και το 1922 περιέθαλψε τους πρόσφυγες της Μικρασιατικής καταστροφής σε συνεργασία με τη μεγάλη επιτροπή περίθαλψης προσφύγων. .Προσέφερε κλινοσκεπάσματα, ρούχα, φάρμακα, τρόφιμα...Φρόντισε για την οργάνωση αλληλογραφίας και αναζήτηση συγγενών Ελλήνων και Τούρκων αιχμαλώτων».
Και τώρα λίγα λόγια για το τμήμα και τις σημερινές δράσεις του. Το τμήμα Χανίων Ε.Ε.Σ. βρίσκεται στη λεωφόρο Ελευθερίου Βενιζέλου 126. Το ακίνητο είναι δωρεά ενός μεγάλου Ερυθροσταυρίτη, του εμπόρου Γεωργίου Καρδαμάκη και εδρεύει εκεί από το 1968. Διαθέτει σύγχρονο εξοπλισμό, πλήρη μηχανογράφηση, αίθουσα διαλέξεων, ανακαινισμένους αποθηκευτικούς χώρους.
Ενεργοποιούνται εθελοντές που απαρτίζουν τα σώματα:
Εθελοντών Νοσηλευτικής, Εθελοντών Κοινωνικής Πρόνοιας και Εθελοντών Σαμαρειτών, Διασωστών και Ναυαγοσωστών. Τα σώματα αυτά στελεχώνονται από ένα σοβαρό αριθμό εθελοντών που προσφέρουν έντονα στην πόλη μας – στο νοσοκομείο, στα ιδρύματα, στα θεραπευτήρια, στους ανήμπορους, σε παιδιά και ενήλικες με ειδικές ανάγκες, στους φυλακισμένους κ.α. – αλλά και έξω από αυτήν (π.χ. στο καταστροφικό τσουνάμι του 2007) και όπου υπάρχει ανάγκη.
Το σώμα εθελοντών Νοσηλευτικής δραστηριοποιείται κυρίως στο Νοσοκομείο όπου φροντίζει ανθρώπους που είναι μόνοι τους καθώς και βρέφη και παιδιά ασυνόδευτα. Επίσης, έχει δράση σε άλλα ιδρύματα, χώρους αποκατάστασης και θεραπευτήρια της πόλης μας και επιπλέον φροντίζει και στηρίζει ανθρώπους ανήμπορους στα σπίτια τους.
Το σώμα εθελοντών Κοινωνικής Πρόνοιας δραστηριοποιείται στα προνοιακά ιδρύματα της πόλης μας, στο Γηροκομείο, στο Κέντρο Παιδικής Μέριμνας, στους Ψυχιατρικούς ξενώνες, στο κέντρο Αλτζχάιμερ και αλλού.
Βοηθούν παιδιά με ειδικές ανάγκες, ευάλωτες ομάδες, άτομα με αναπηρία και άτομα τρίτης ηλικίας και παρέχουν ψυχολογική υποστήριξη και πρώτες βοήθειες ψυχολογικής υποστήριξης.

Το σώμα εθελοντών Σαμαρειτών, Διασωστών και Ναυαγοσωστών παρέχει υγειονομική κάλυψη σε όλες τις εκδηλώσεις της πόλης μας και παίρνει μέρος σε διασώσεις αστικές, ορεινές και θαλάσσιες σε συνεργασία με την πολιτική προστασία, την πυροσβεστική και άλλους φορείς. Και τα τρία εθελοντικά σώματα συνεργάζονται σε δράσεις όπως:
•Υποδοχή μεταναστών στους χώρους άφιξης τους και στη συνέχεια καθημερινή στήριξη τους ώστε να έχουν ανθρώπινες συνθήκες διαβίωσης.

•Διανομή τροφίμων σε άπορους συνανθρώπους μας όποτε χρειάζεται.
•Συνεργασία σε ακραία καιρικά φαινόμενα και καταστροφές όπως πλημμύρες, πυρκαγιές.
•Συμμετοχή σε ασκήσεις ετοιμότητας με το στρατό, την πυροσβεστική, την αστυνομία, την πολιτική προστασία.
•Καθημερινές βάρδιες στην είσοδο του Νοσοκομείου, όπου βοηθούν τους προσερχόμενους σε αυτό να κινηθούν και να εξυπηρετηθούν. Επίσης βοηθούν το προσωπικό όποτε τους ζητηθεί.
•Φύλαξη ανηλίκων στο Νοσοκομείο μετά από εισαγγελική παρέμβαση.
•Μετακίνηση ανήμπορων συνανθρώπων μας στο Νοσοκομείο για εξετάσεις και ιατρικά ραντεβού τους.

Οι δράσεις του Τμήματος Χανίων:
•Διανομή τροφίμων και ρούχων στους αναξιοπαθούντες της πόλης μας όποτε χρειαστεί και πάντα τα Χριστούγεννα και το Πάσχα.

•Μαθήματα πρώτων βοηθειών με πιστοποίηση σε πολίτες, επαγγελματικούς χώρους, ιδιωτικές εταιρείες και δημόσιους φορείς καθώς και σχολεία.
•Συλλογή καπακιών σε συνεργασία με τους προσκόπους για την απόκτηση αναπηρικών αμαξιδίων.
•Εκπαιδεύει συνεχώς τους εθελοντές του στα νέα δεδομένα με εκπαιδεύσεις και διαλέξεις από ειδικευμένα άτομα.
•Το τμήμα διαθέτει ενεργό σύνδεσμο εθελοντών αιμοδοτών και βοηθά το κράτος στην προσπάθεια του για συλλογή αίματος.
Στη δύσκολη αυτή περίοδο που διανύει όλος ο πλανήτης και η χώρα μας με τον Covid 19, το Τμήμα Χανίων είναι ενεργό όλο το διάστημα όπως και την περίοδο της καραντίνας. Οι εθελοντές έκαναν και κάνουν θερμομέτρηση σε δημόσιες υπηρεσίες, στο Νοσοκομείο, στο Ναυτικό Νοσοκομείο και στα σχολεία. Συντροφιά στους τροφίμους του Γηροκομείου όλο το διάστημα του εγκλεισμού μέσω Skype στον υπολογιστή. Ενημέρωσε τους εθελοντές και το προσωπικό του με τηλεδιασκέψεις από ειδικούς για τον κορωνοιό την περίοδο της καραντίνας. Μοίρασε τρόφιμα σε ανήμπορους συνανθρώπους μας την περίοδο της καραντίνας και στο κτίριο και στα σπίτια όσων δεν μπορούσαν να μετακινηθούν.

Την περίοδο αυτή ανακαινίζεται το κτίριο κληροδότημα στο Τμήμα ΕΕΣ Χανίων, στην οδό Νεάρχου 15, για χρήση του για τις ανάγκες του ΕΕΣ Χανίων.

Δράσεις ΑμΕΑ

Το Τμήμα Χανίων ήταν και είναι πάντα στο πλάι των ανθρώπων με ειδικές ανάγκες. Σε συνεργασία με τον Σύλλογο ΑμΕΑ Χανίων και με όλα τα ιδρύματα και φορείς, βοηθά με όποιο τρόπο του ζητηθεί και μπορεί.

-Μαθήματα Α' βοηθειών στο προσωπικό, στους εκπαιδευτικούς και στα άτομα με ειδικές ανάγκες σε ειδικά σχολεία και φορείς.

-Οργάνωση επισκέψεων και γιορτών σε ιδρύματα από εθελοντές μας.

-Συμμετοχή σε εκδηλώσεις του Συλλόγου ΑΜΕΑ Χανίων, με στόχο την ευαισθητοποίηση των πολιτών.

-Συλλογή καπακιών για αγορά ειδικών αμαξιδίων για συγκεκριμένα περιστατικά ατόμων που χρειάζονται στήριξη

Αυτές είναι σε γενικές γραμμές οι δραστηριότητες του τμήματος Χανίων του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού. Φιλοδοξεί να μεγιστοποιήσει την προσφορά του κάνοντας ό,τι είναι δυνατόν για να δικαιώσει τις φιλειρηνικές και ανθρωπιστικές αρχές που όρισε ο ιδρυτής του Ερρίκος Ντυνάν.

Πληροφορίες
Τηλ.: 28210 43 321
Email: haniadept@redcross.gr

Πατριαρχική Εκκλησιαστική Σχολή Κρήτης - Εκκλησιαστικό Λύκειο και Γυμνάσιο Χανίων

Ζωγράφου Μαρία & Κατσαρού Βασιλική
Εκπαιδευτικοί - Συντονίστριες

Εκπαιδευτικό πρόγραμμα κοινωνικής ενσωμάτωσης ΑμεΑ της Πατριαρχικής Εκκλησιαστικής Σχολής Κρήτης

Την Τρίτη, 3 Δεκεμβρίου 2019, Παγκόσμια Ημέρα Ατόμων με Αναπηρίες, μαθητές και καθηγητές της Πατριαρχικής Εκκλησιαστικής Σχολής Κρήτης περπάτησαν στο κέντρο της πόλης των Χανίων μπαίνοντας στη θέση ενός ατόμου με αναπηρίες. Οι μαθητές, είτε καθήμενοι σε αναπηρικά αμαξίδια, είτε έχοντας δεμένα τα μάτια και κρατώντας λευκό μπαστούνι περιηγήθηκαν στους δρόμους της πόλης με τη βοήθεια του κου Μανόλη Σπανουδάκη, εκπροσώπου της εθνικής ομοσπονδίας τυφλών.

Η παιδαγωγική αυτή δράση, συνάδει απόλυτα, με το παιδαγωγικό πνεύμα του σχολείου μας, καθώς, ακολουθεί την επιστημολογική αντίληψη για την ολιστική προσέγγιση της γνώσης και το πλαίσιο της εποικοδομητικής διάστασης και της κοινωνικο-πολιτισμικής αλληλεπίδρασης στη διαδικασία της μάθησης. Βασικός στόχος μας, είναι να βοηθήσουμε τους μαθητές να αναπτύξουν σχέσεις συνεργασίας και ουσιαστικής επικοινωνίας και να ανακαλύψουν τις ιδιαίτερες δυσκολίες των ανθρώπων με αναπηρίες, έτσι ώστε να αναπτυχθεί η ενσυναίσθηση και να καλλιεργηθεί ο σεβασμός.

Επιδιώκουμε να αναπτύξουμε σχέσεις αλληλεγγύης και εμπιστοσύνης και να προωθήσουμε την αναγκαιότητα μιας άλλης προσέγγισης που θα μας οδηγήσει σε συμπεριφορές αντιρατσιστικές, δημοκρατικές και ανθρωπιστικές. Η ανάπτυξη της δημιουργικής παράλληλα με την κριτική σκέψη θεωρείται αφενός απαραίτητη προϋπόθεση για τη διαμόρφωση ενεργών πολιτών, συνειδητοποιημένων και χειραφετημένων, και αφετέρου αναγκαία ικανότητα για την αποτελεσματική και εύρυθμη λειτουργία των σύγχρονων κοινωνιών και την αντιμετώπιση των προκλήσεων στον 21ο αιώνα.

Πληροφορίες
Τηλ.: 28210 44 475
Email: elkriti@otenet.gr

Σωματείο ΑμεΑ Χανίων
Αμαλία Μπασιά
Πρόεδρος Σωματείου ΑμεΑ Χανίων
Αντιπρόεδρος Περιφερειακής Ομοσπονδίας ΑμεΑ Κρήτης

Το Σωματείο ΑμεΑ Ν. Χανίων λειτουργεί υποδειγματικά 20 χρόνια. Εκπροσωπώντας το Αναπηρικό Κίνημα στα Χανιά. Η πρόεδρος είναι και Α' αντιπρόεδρος της Περιφερειακής Ομοσπονδίας Κρήτης (Π.Ο.Μ.Α.Μ.Ε.Α.) και μέλος ΕΣΑΜΕΑ Εθνικής Συνομοσπονδίας ΑμεΑ εκπροσωπώντας σε όποια συμβούλια χρειάζεται. Το Σωματείο συνεργάζεται με όλους τους εξειδικευμένους συλλόγους και τα Ειδικά σχολεία. Και τους στηρίζει σε όποιο πρόβλημα παρουσιαστεί. Αναπτύσεται έτσι άριστη συνεργασία. Το γραφείο του Σωματείου είναι ανοιχτό σε καθημερινή βάση αποτελώντας το στήριγμα των ΑμεΑ μέσω και της συνεργασίας με την ΕΣΑΜΕΑ. Ο χώρος του γραφείου είναι διαχρονική προσφορά της παλιάς Νομαρχίας-Αντιπεριφέρειας σήμερα.
Ιδιοκτησία του Σωματείου είναι δυο ΛΕΥΚΑ ΤΑΞΙ τα οποία ενοικιάζει το Σωματείο με χαμηλό ενοίκιο για να εξυπηρετούνται καλύτερα οι ανάπηροι συμπολίτες μας με αμαξίδιο. Τα οποία λειτουργούν βάσει του νόμου 2012. Η συνεργασία και η γνώση των μελών με υπηρεσίες και Τοπική Αυτοδιοίκηση, συνετέλεσε τα μέγιστα για το βραβείο προσβασιμότητας στο Δήμο Χανίων από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Όχι ότι είναι όλα τέλεια. Έχουν όμως γίνει τα τελευταία χρόνια αρκετά βήματα. Από το νεοεκλεγέντα Δήμαρχο κ. Παναγιώτη Σημανδηράκη περιμένουμε πολλά περισσότερα.
Κάθε χρόνο την 3η Δεκέμβρη κλείνουμε ραντεβού με τον Δήμαρχο και υποβάλλουμε τα αιτήματά μας. Στοχεύουμε στην ευαισθησία και την στήριξη των Μέσων Μαζικής Επικοινωνίας, στην ευαισθησία των συμπολιτών και στις υπηρεσίες. Αλλά και στην αγωνιστικότητα των μελών μας. Πιστεύουμε ότι η πόλη μας θα γίνει πιο προσβάσιμη. Έχουμε προτάσεις ιεραρχημένες.

Σε επίπεδο τοπικής αυτοδιοίκησης προσβάσιμο περιβάλλον, κτήρια, αγαθά και υπηρεσίες και βέβαια ηλεκτρονική προσβασιμότητα. Άλλωστε το 2020 είναι το καταληκτικό έτος για να εφαρμοστεί η πλήρης προσβασιμότητα των δικαιωμάτων των ΑμεΑ σύμφωνα με την σύμβαση του ΟΗΕ.
Δηλώνουμε ότι θέλουμε να ζήσουμε με αξιοπρέπεια, ισότητα, δικαιοσύνη! Δηλώνουμε ξανά ότι δεν θέλουμε να πληρώσουμε την κρίση που δεν δημιουργήσαμε. Παλεύουμε για την υγεία, την πρόνοια, τα επιδόματα, την εργασία, την δωρεάν ασφάλιση, τις συντάξεις, την ιατροφαρμακευτική κάλυψη και περίθαλψη, την αποϊδρυματοποίηση. Ζητάμε εφειδικευμένη προστασία ως γυναίκες, παιδιά, άνδρες, πρόσφυγες, μετανάστες με αναπηρία. Εμείς τα Άτομα με Αναπηρία που βιώνουμε την διάκριση σε όλους τους τομείς της κοινωνικής ζωής κάνουμε πράξη το σύνθημά μας «Τίποτα για Εμάς, χωρίς Εμάς!».

Τώρα, όμως, με αφορμή το τέλος στην εκπαίδευση για πολλά παιδιά ΑμεΑ επιτέλους πρέπει να λειτουργήσει ένα ΚΔΑΠΜΕΑ (Κέντρο Δημιουργικής Απασχόλησης). Όλα τα παιδιά να μη καταλήξουν πάλι σε εγκλεισμό. Χρήματα από ΕΣΠΑ δίνουν τα ΕΕΤΑΑ. Ο Δήμος πρέπει να βρει το κτίριο. Ας αγωνιστούμε όλοι για να γίνουν τα ΑμεΑ παιδιά του ίδιου Θεού. Αλλά και όταν θα μείνουν χωρίς γονείς να έχουν ένα μέρος για απασχόληση. Επίσης, λειτουργούν σιτράκ σε τρεις παραλίες και δύο τα οποία θα λειτουργήσουν φέτος. Περιμένουμε να ελεγχθούν οι παράλληλες αλυσίδες προσβασιμότητας, δηλαδή τουαλέτες, θέσεις στάθμευσης αυτοκινήτου κλπ.

Ξεκίνησε, επίσης, μια συνεργασία με τον Δήμο Χανίων με πρόταση της COSMOTE για Ηλεκτρονικό πάρκινγκ. Ελπίζουμε ότι το 2021 θα βρεθούν οι 160 θέσεις και θα λειτουργούν. Επιπλέον, κάθε νέο σχέδιο αστικής ανάκτησης καθώς και κάθε ανακατασκευή δημόσιων χώρων και πεζοδρομίων είναι αυστηρά σύμφωνα με τους κανόνες προσβασιμότητας που καθορίζονται από την ελληνική και ευρωπαική νομοθεσία. Πρόσφατα χρησιμοποιείται η χρήση νέων τεχνολογιών προκειμένου να διευκολυνθεί ο εντοπισμός χώρων στάθμευσης και να συμβάλουν στην αίσθηση της αυτονομίας και της αξιοπρεπούς διαβίωσης. Ένα καινοτόμο έξυπνο σύστημα διαχείρισης στάθμευσης για άτομα με ειδικές ανάγκες εργάζεται τώρα για τον δήμο Χανίων. Αποτελείται από αισθητήρες εδάφους για κάθε θέση στάθμευσης, κάρτες μνήμης, πλατφόρμα διαχείρισης, υπηρεσίες κινητής εφαρμογής και διασύνδεσης, προκειμένου να προειδοποιούν και να οδηγούν στους ελεύθερους χώρους στάθμευσης τους εξουσιοδοτημένους χρήστες σε πραγματικό χρόνο και επίσης να εκμεταλλεύονται τις πληροφορίες σχετικά με την παράνομη κατοχή κατευθείαν στα τροχαία. Όπως είναι γνωστό, ο Δήμος Χανίων διαχρονικά λειτουργεί τρία σιτράκ και από το 2021 θα λειτουργήσουν άλλα δυο-έχουν αγοραστεί- για την εύκολη πρόσβαση των κινητικά αναπήρων. Τα οποία αποτελούνται από κατάλληλη καρέκλα και μηχανισμό όπως και ξύλινη δίοδο που οδηγεί μέσα στην θάλασσα.

Η κοινότητα των κωφών στα Χανιά είναι από τις πολυπληθέστερες στην Ελλάδα. Ως Σωματείο ΑμεΑ τη στηρίζαμε και την στηρίζουμε ιδιαίτερα γιατί πιστεύουμε ότι είναι οι πιο αόρατοι ανάμεσα στα αόρατα ΑμεΑ έχουν μεγαλύτερες ανάγκες:
α) Χρειάζεται διερμηνέας νοηματικής σε όλα τα ΚΕΠ, στον Δήμο, στην Περιφέρεια κλπ.
β) Να ορισθεί πάλι (μέχρι το 2011 στα Χανιά το είχαμε καταφέρει) η νοηματική σε όλους τους τηλεοπτικούς σταθμούς της Κρήτης.
γ) Η λέσχη Νοηματικής που υπάρχει και λειτουργεί στα Χανιά να στηριχθεί ώστε να διαδοθεί περισσότερο η νοηματική γλώσσα με δεδομένο ότι είναι επίσημη γλώσσα του κράτους από το 2017.
δ) Για 8η συνεχή χρονιά μια σύμπραξη φορέων αποτελούμενη από:
•εκπρόσωπο της Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Χανίων ,
•Σωματείο ΑμεΑ Χανίων,
•Πολιτιστικός Οργανισμός Μακεδονίας – Θράκης ΕΕΡ
•Λέσχη για τη διάδοση της Νοηματικής Γλώσσας
Σύλλογος Κωφών Χανίων «Η Σαμαριά»

Συμμετέχει και η Αντιπεριφέρεια Χανίων. Πραγματοποιούμε κάθε χρόνο ξεκινώντας από τα Χανιά Πανελλήνιο Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας «Κωφοί και Ακούοντες εν δράσει». Έχουμε κάνει δράσεις στις εξής πόλεις της Ελλάδας:
1Χανιά
2)Αθήνα
3)Θεσσαλονίκη
4)Λιτόχωρο
5)Πρέβεζα
6)Ναύπλιο
7)Θάσο

Προτάσεις για κωφούς
Συγκεκριμένα, προτείνεται, η Περιφέρεια Κρήτης ως συνδιοργανωτής να υποστηρίξει την κοινοπραξία των
-Σωματείο ΑμεΑ Χανίων
-Πολιτιστικό Σύλλογο ΣΑΜΑΡΙΑ, με εκπρόσωπο εκ του Δ.Σ. του συλλόγου
-Δίκτυο Εναλλακτικής Επικοινωνίας του Πανελλήνιου Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας με κινητήρια δύναμη τους εκπαιδευτικούς και τοπικό εκπρόσωπο.

Με επικεφαλή το Σωματείο ΑμεΑ Χανίων που θα συντελέσει στη συστηματική υλοποίηση
-σεμιναρίων
-ψυχαγωγικών δράσεων
-πρωτοβουλιών νεολαίας

Με στόχο την κοινοτική ενδυνάμωση των ΑμεΑ στα Χανια, ενώ παράλληλα θα προκύψει
-Ψηφιακή Βιβλιοθήκη
-δικτυακή διασύνδεση με τα κοινωνικά παντοπωλεία Χανίων και κοινωφελείς οργανισμούς
-ηλεκτρονικό δίκτυο εθελοντών για εξυπηρέτηση ΑμεΑ

Στο πλαίσιο αυτών των δράσεων που θα βασίζονται στον εθελοντισμό είναι απαραίτητη η τακτική οικονομική υποστήριξη στην
-παροχή υπηρεσιών τεχνικής υποστήριξης
-παροχή χώρων
-παροχή επιμορφωτών
-διοικητική υποστήριξη
-δια ζώσης επικοινωνία με εκπροσώπους από άλλες πόλεις

Η Περιφερειακή Ενότητα Χανίων θα μπορούσε να αναλάβει τα ινία στην ισχυροποίηση του τοπικού Δικτύου κοινοτικής ενδυνάμωσης ΑμεΑ αναλαμβάνοντας την 1η επιμόρφωση των εκπροσώπων του Πανελλήνιου Δικτύου κοινοτικής ενδυνάμωσης ΑμεΑ με σχετική διοργάνωση / επιμόρφωση.

Προτάσεις για τυφλούς:
α) Χρειαζόμαστε Η/Υ για εκμάθηση γραφής Braille
β) Λόγω τουρισμού και όχι μόνο χρειάζονται και συνοδοί τυφλών
γ) Τα τυφλά παιδιά στην νηπιακή ηλικία έχουν μεγάλο πρόβλημα. Χρειάζονται βοηθό στην ηλικία του παιδικού σταθμού. Το Σωματείο ΑμεΑ Χανίων προτείνει μέσω μιας σύμπραξης φορέων την τακτική και ουσιαστική παρέμβαση στην αναβάθμιση ποιότητας ζωής των ΑμεΑ με έμφαση στους αόρατους ευάλωτους πληθυσμούς, που μπορούν να παίξουν καθοριστικό ρόλο έναντι των πιο εμγανών, άπραγων, δυσλειτουργικών.

Συνεργαστήκαμε με την Περιφέρεια Κρήτης τον Μάρτιο του 2019, κάναμε προτάσεις για κωφούς και τυφλούς. Επίσης, ζητήσαμε να διοριστεί από την Περιφέρεια Κρήτης ανά νομό στο ΚΕΠ του νομού να εξυπηρετεί τους κωφούς συναδέλφους μας. Είναι πολύ δύσκολο γιατί ζητείται άτομο υγιές να έχει γνώση πιστοποιημένη στη νοηματική. Συνεπώς πρέπει να γίνουν πολλές ενέργειες ακόμα. Τέλος, έγινε για όλα τα θέματα που βάλαμε στο διάλογο μια ημερίδα στην οποία παρέστησαν ως ομιλητές ο κ. Γιάννης Βαρδακαστάνης, ο Ευρωβουλευτής κ. Κυμπουρόπουλος, άνθρωποι του υπουργείου Εργασίας και Κοινωνικής Πρόνοιας και βέβαια όλοι όσοι συμμετείχαμε στις συσκέψεις της Περιφέρειας Κρήτης και κάναμε προτάσεις.

Κατασκήνωση ΚΑΛΑΘΑ
Το 2006 ως εκλεγμένη Δημοτική Σύμβουλος στο δευτεροβάθμιο όργανο του Δήμου στη "Τοπική ένωση Δήμων και κοινοτήτων" ορίστηκα αντιπρόεδρος με πρόεδρο τον Διευθυντή της Πρόνοιας για 4 Χρόνια και μετά ως εκπρόσωπος της ΠΟΣΓΚΑΜΕΑ μέχρι σήμερα.
Τότε στο Καλαθά πήγαιναν μόνο συμβατικά παιδιά. Τα ανάπηρα παιδιά εκείνη τη χρονιά τα είχε αναλάβει η Κοινονική πολιτική του Δήμου Χανίων και πήγαν σε ιδιωτική κατασκήνωση 24 τον αριθμό με 9 συνοδούς. Πρότεινα στο Συμβούλιο και το δέχτηκε ομόφωνα να κάνουμε πρόσβασιμη την κατασκήνωση του Καλαθά η οποία ήταν και καινούρια και σε καλή περιοχή για ΑμεΑ.

Η ΠΟΣΓΚΑΜΕΑ διαχρονικά βοηθούσε σε εκταμίευση πόρων από το Υπουργείο και έτσι έγιναν πολλά: πισίνα, 4 σπιτάκια, τουαλέτες αναπηρικές και προσβάσιμες, νερό από τον ΟΑΔΥΚ, μεγάλωσαν τα γήπεδα και παιδική χαρά γαι τα αμαξίδια. Αρχικά η κατασκήνωση Καλαθά άνηκε διοικητικά στη (Νομαρχία) Περιφερειακή Ενότητα Χανίων μετά τον "ΚΑΛΙΚΡΑΤΗ" Περιήλθε στην Δικαιοδοσία του Δήμου. έκτοτε δια της προέδρου κ. Αμαλία Μπασιά το Σωματείο Ανελλιπώς είχε την ευθύνη λειτουργίας ως εκπρόσωπος της ΠΟΣΓΚΑΜΕΑ σε συνεργασία με τον Δήμο Χανίων μέχρι και το 2017. όπου ότα τα ΑμεΑ είχαν μία περίοδο 10 ημερών. Το 2018 και το 2019 εκπροσωπούμε μόνο τα άτομα του σωματείου ΑμεΑ. Τα δύο αυτά χρόνια τα παιδιά ΑμεΑ συνυπάρχουμε με τα τυπικά παιδιά σε όποια από τις 4 περιόδους θέλουν.

Εν κατακλείδι, η Ευρωπαϊκή πράξη προσβασιμότητας είναι το νέο νομοθέτημα του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και οι νέοι σχεδιασμοί προνοιακής πολιτικής. Είναι ανάγκη για ανεμπόδιστη πρόσβαση στο φυσικό και δομημένο περιβάλλον. Πρόσβαση στην εκπαίδευση και τον πολιτισμό σε όλες τις εκφάνσεις της ζωής. Σύμφωνα με τη Σύμβαση του ΟΗΕ για τα δικαιώματα των ΑμεΑ το οποίο υπέγραψε και η Ελλάδα. Η οποία προσβασιμότητα είναι το «κλειδί» για την εξάλειψη των διακρίσεων.

Ας συνεργαστούμε, λοιπόν, όλοι μαζί Πολιτεία, Αυτοδιοίκηση α' και β' βαθμού και Αναπηρικές οργανώσεις για να κάνουμε την πόλη μας πιο φιλική για όλους. Και οι Πολίτες να αλλάξουμε Νοοτροπία. ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΜΠΟΡΟΥΜΕ.

Πληροφορίες
Τηλ.: 28213 40 155
Email: amea@0531.syzefxis.gov.gr

ΑΘΗΝΑ
Υπεύθυνη Νομού: Πετρίδου Βαρβάρα

2η Πράξη/ 21-09-2020

Τη Δευτέρα, 21 Σεπτεμβρίου 2020 και ώρα 17:00, στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας "Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει" συνεδρίασαν φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης και άλλοι φορείς κοινωφελούς χαρακτήρα με συναφές έργο και κοινωνική ευθύνη για να συμμετέχουν σε συνάντηση εργασίας με στόχο την "ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΡΑΣΕΩΝ Κοινωνικής Πρόνοιας" του φορέα τους.

Στη συγκεκριμένη συνάντηση συμμετείχαν οι ακόλουθοι φορείς:
-Χρυσουλάκης Ιωάννης, Γενικός Γραμματέας Δημόσιας Διπλωματίας και Απόδημου Ελληνισμού Υπουργείου Εξωτερικών
-Μπούρη Γεωργία, Προϊσταμένη Τμήματος Πολιτικών Ισότητας και Αντιμετώπισης Διακρίσεων Δήμου Αθηναίων
-Κοζίδου Μαρία, Προϊσταμένη Υπηρεσίας Εκπαιευσης Εθελοντικού και Επαγγελματικού Δυναμικού - Τομέας Κοινωνικής Πρόνοιας Ελληνικου'Ερυθρού Σταυρού
-Σακαλή Όλγα, Διευθύντρια Αρχαιολογικών Μουσείων, Εκθέσεωςν και Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων και ΕΠικοινωνίας, Υπουργείο Πολιτισμού και Αθλητισμού
-Πιστολά Ελένη, Εκπαιδευτικός Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Β' Αθήνας - ΕΝΕΕΓΥΛ Αγίας Παρασκευής και για Κωφούς και Βαρήκοους μαθητές
-Σταθοπούλου Ιωάννα, Εκπαιδευτικός Δθεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Β' Αθήνας - Ειδικό Γυμνάσιο και Λύκειο ΚΩφών και Βαρηκόων Αγίας Παρασκευής
-Ίσαρης Νικόλαος, Εκπαιδευτικός, Δάσκαλος Νοηματικής, ΕΝΕΕΓΥ-Λ Αγίας Παρασκευής και για Κωφούς και Βαρήκοους Μαθητές

- Γαλανοπούλου Χ. Χριστίνα, Μέλος Επιτροπής Ευρωπαϊκού Αθλητικού Προγράμματος BE-ACTIVE Γ.Γ.Α, Επιχειρησιακό Κέντρο ΚΟΕΣ Covid-19 Περιφέρειας Αττικής – ΙΣΑ.
-Καμπούρης Ραφαήλ, μαθητής του ΕΝΕΓΥ-Λ Αγίας Παρασκευής και για Κωφούς και Βαρήκοους Μαθητές
με Συντονίστρια της συζήτησης την Καβαζίδου Ελένη (Υπεύθυνη Επικοινωνίας και Συντονισμού Δράσεων του Δικτύου Πόλεων του φεστιβάλ).
Η έναρξη της συνάντησης εργασίας έγινε από τον Γενικό Γραμματέα Δημόσιας Διπλωματίας και Απόδημου Ελληνισμού. Ο Γενικός Γραμματέας ήταν ιδιαίτερα θετικός με την πορεία του φεστιβάλ, και όντας ένας από τους σταθερούς υποστηρικτές δεσμεύθηκε να συνεχίσει να υποστηρίζει και να ενισχύει τις δράσεις του φεστιβάλ. Ειδικότερα, έχει ήδη πάρει πρωτοβουλίες με δράσεις υπέρ της βελτίωσης ποιότητας ζωής ατόμων με βαρηκοΐα και κώφωση (Τορίνο, Ιταλία).

Είχε δε (σε προγενέστερο χρόνο) δεσμευθεί για την προώθηση των εκπαδιευτικών οδηγών που αφορούν τη φυσική άσκηση και διατροφή ατόμων με Βαρηκοΐα και Κώφωση (παραγώγων του Συμποσίου του φεστιβάλ) αρκεί να πληρούνται σχετικές ποδιαγραφές και ποιότητα έργου. Ακολούθως τον λόγο πήρε η εκπρόσωπος του Δήμου Αθηναίων, εντεταλμένη εκπρόσωπος της Αλεξίας Έβερτ, ΑΝτιδημάρχου Κοινωνικής Αλληλεγγύης αναφερόμενη στις πολυάριθμες πρωτοβουλίες και αξιόλογο έργο του Δήμου Αθηναίων και στα προσεχή φιλόδοξα σχέδια του Δήμου. Έπειτα, πήρε τον λόγο η εκπρόσωπος του Υπουργείου Πολιτισμού, παρουσιάζοντας ένα αξιοσήμαντο και άγνωστο στους παρόντες- ΠΛΟΥΣΙΟ έργο του ΥΠΠΟΑ με πολυάριθμα εκπαιδευτικά προγράμματα και πρωτοβουλίες, οι οποίες όμως δεν είχαν τακτικότητα, σταθερότητα και βιωσιμότητα. Τοποθετήθηκε δε η εκπρόσωπος, ότι παίζει καθοριστικό ρόλο η συλλογική δράση και ευθύνη σε τέτοιες πρωτοβουλίες που αφορου πληθυσμιακές μειονότητες.

Ακολούθως μίλησαν οι εκπρόσωποι από την εκπαιδευτική κοινότητα, αναφέροντας για διάφορες περιπτώσεις ΑμΕΑ (με φυσικές, νοητικές και αισθητηριακές ανεπάρκειες) και παρουσιάζοντας ένα ιδιαίτερα αξιόλογο έργο με πολυάριθμα προγράμματα και ουσιαστικά αποτελέσματα υπέρ των ΑμΕΑ (σχετική μαρτυρία ακολούθησε από μαθητή του ΕΝΕΓΥ-Λ Αγίας Παρασκευής και του ειδικού σχολείου Αγίας Παρασκευής βαρηκόων και κωφών). Τέλος, η συνάντηση έκλεισε με αναφορά στο έργο του ΕΕΣ. Ο ΕΕΣ πέτυχε μία διατομεακή δραστηριότητα σχεδιασμού, προγραμματισμού και λειτουργίας υπηρεσιών υποστήριξης ευπαθών πληθυσμών. Το έργο τους συνεχίζεται και σταθερά αναπτύσσεται με πολλούς εθελοντές και υποστηρικτές. Η συντονίστρια της συνάντησης συνόψισε τα συμπεράσματα της συνάντησης εργασίας και κράτησε τα πρακτικά της συνάντησης (με σχετικές σημειώσεις και βιντεοσκοπήσεις) όπως αναφέρονται παρακάτω.

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης παρουσίασαν όλοι οι ομιλητές συνοπτικά το έργο του φορέα τους στον τομέα της Κοινωνικής Πρόνοιας και Αλληλεγγύης με προσανατολισμό τη συμπερίληψη πληθυσμών ΑμεΑ και γενικότερα, ευάλωτων πληθυσμών.

<u>Έγιναν πολύ ενδιαφέρουσες τοποθετήσεις καθώς και προτάσεις μεταξύ των οποίων και οι ακόλουθες:</u>

•αναγκαιότητα οργανωμένης και τακτικής συνάντησης φορέων με κοινά ενδιαφέροντα με δέσμευση κατά βάση των κεντρικών διοικήσεων (παρόντες εκπρόσωποι στην περιοχή του Δήμου Αθηναίων)

•συμφωνία και θετική ανταπόκριση (στην πρόταση της ομάδας των Χανίων) για διατήρηση της επαφής των εκπροσώπων των φορέων και δικτύωσης των τοπικών επιτροπών των πόλεων που συμμετέχουν στο συγκεκριμένο φεστιβάλ

•υποστήριξη και αλληλεγγύη μεταξύ των παρόντων φορέων σε δράσεις παρόμοιες με το παρόν φεστιβάλ

•προσανατολισμός στην ανάπτυξη και βελτίωση των παρεχόμενων υπηρεσιών ψυχολογικής υποστήριξης ατόμων που έγιναν ΑμεΑ στην πορεία της ζωής τους λόγω κάποιου ατυχούς γεγονότος ή ατυχήματος/ δυστυχήματος.
•προσανατολισμός σε καινοτομίες που δύναται να είναι βιώσιμες, και εξελίξιμες με ουσιαστική επίδραση στα ΑμΕΑ αλλά και στην ευρύτερη κοινωνία.

Η συνάντηση εργασίας έκλεισε με δέσμευση του Δήμου Αθηναίων να καλέσει τους παρευρισκόμενους σε σχετική πολυ-ήμερη δράση ευαισθητοποίησης πολιτών σε θέματα κοινωνικής προσφοράς και αλληλεγγύης που οργανώνονται κάθε χρόνο από τον τομέα της Κοινωνικής Πρόνοιας και Αλληλεγγύης.

Παρουσίαση και Προβολή Δράσεων Κοινωνικής Πρόνοιας ΑΤΤΙΚΗΣ

Εκπαιδευτικές δράσεις του ΥΠΠΟΑ για την πληθυσμιακή ομάδα των ΑμεΑ

Ανδρομάχη Κατσελάκη
Όλγα Σακαλή

Το Τμήμα Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων και Επικοινωνίας της Διεύθυνσης Αρχαιολογικών Μουσείων, Εκθέσεων και Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων του Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού σχεδιάζει, υλοποιεί και συντονίζει εκπαιδευτικές δράσεις οι οποίες απευθύνονται σε ΑμεΑ, με στόχους αφενός την πρόσβαση και αφετέρου την προσέγγιση, κατανόηση και ερμηνεία των μουσειακών και αρχαιολογικών χώρων από τις παραπάνω πληθυσμιακές ομάδες. Τα τελευταία κυρίως χρόνια τα Μουσεία και οι Εφορείες Αρχαιοτήτων του ΥΠ.ΠΟ.Α. πραγματοποίησαν πολύμορφες δράσεις οι οποίες σχεδιάστηκαν με σκοπό να απευθυνθούν σε ευπαθείς κοινωνικές ομάδες,οι οποίες, κατά κανόνα αποκλείονται ή παρεμποδίζονται από τη μουσειακή εμπειρία (ΑμΕΑ, μετανάστες, πρόσφυγες, κρατούμενοι/ες σε καταστήματα κράτησης, ψυχικά ασθενείς, τοξικοεξαρτημένα άτομα κ.α.). Η παρουσίαση των παραπάνω δράσεων πραγματοποιήθηκε το 2018 στην Επιστημονική Διημερίδα που διοργάνωσε το ΤΕΠΕ με τίτλο «Πολιτισμός για όλους: Μουσεία και μνημεία χωρίς αποκλεισμούς» στην Αθήνα, τα Πρακτικά της οποίας βρίσκονται υπό έκδοση.
Στην παρούσα φάση, το ΤΕΠΕ προγραμματίζει τον σχεδιασμό, συντονισμό και την εκπόνηση εκπαιδευτικών δράσεων για ΑΜεΑ (για την τριετία 2021-2023) σε σημαντικούς αρχαιολογικούς χώρους και μουσεία της χώρας καθώς και τη διοργάνωση επιμορφωτικών σεμιναρίων σε υπαλλήλους του Υπουργείου.

Πληροφορίες
Τηλ.: 2103223051, 6947280791
E-mail: tepe.dmeep@culture.gr, akatselaki@culture.gr, osakali@culture.gr

•προσανατολισμός στην ανάπτυξη και βελτίωση των παρεχόμενων υπηρεσιών ψυχολογικής υποστήριξης ατόμων που έγιναν ΑμεΑ στην πορεία της ζωής τους λόγω κάποιου ατυχούς γεγονότος ή ατυχήματος/ δυστυχήματος.
•προσανατολισμός σε καινοτομίες που δύναται να είναι βιώσιμες, και εξελίξιμες με ουσιαστική επίδραση στα ΑμΕΑ αλλά και στην ευρύτερη κοινωνία.

Η συνάντηση εργασίας έκλεισε με δέσμευση του Δήμου Αθηναίων να καλέσει τους παρευρισκόμενους σε σχετική πολυ-ήμερη δράση ευαισθητοποίησης πολιτών σε θέματα κοινωνικής προσφοράς και αλληλεγγύης που οργανώνονται κάθε χρόνο από τον τομέα της Κοινωνικής Πρόνοιας και Αλληλεγγύης.

Παρουσίαση και Προβολή Δράσεων Κοινωνικής Πρόνοιας ΑΤΤΙΚΗΣ

Εκπαιδευτικές δράσεις του ΥΠΠΟΑ για την πληθυσμιακή ομάδα των ΑμεΑ

Ανδρομάχη Κατσελάκη
Όλγα Σακαλή

Το Τμήμα Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων και Επικοινωνίας της Διεύθυνσης Αρχαιολογικών Μουσείων, Εκθέσεων και Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων του Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού σχεδιάζει, υλοποιεί και συντονίζει εκπαιδευτικές δράσεις οι οποίες απευθύνονται σε ΑμεΑ, με στόχους αφενός την πρόσβαση και αφετέρου την προσέγγιση, κατανόηση και ερμηνεία των μουσειακών και αρχαιολογικών χώρων από τις παραπάνω πληθυσμιακές ομάδες. Τα τελευταία κυρίως χρόνια τα Μουσεία και οι Εφορείες Αρχαιοτήτων του ΥΠ.ΠΟ.Α. πραγματοποίησαν πολύμορφες δράσεις οι οποίες σχεδιάστηκαν με σκοπό να απευθυνθούν σε ευπαθείς κοινωνικές ομάδες,οι οποίες, κατά κανόνα αποκλείονται ή παρεμποδίζονται από τη μουσειακή εμπειρία (ΑμΕΑ, μετανάστες, πρόσφυγες, κρατούμενοι/ες σε καταστήματα κράτησης, ψυχικά ασθενείς, τοξικοεξαρτημένα άτομα κ.α.). Η παρουσίαση των παραπάνω δράσεων πραγματοποιήθηκε το 2018 στην Επιστημονική Διημερίδα που διοργάνωσε το ΤΕΠΕ με τίτλο «Πολιτισμός για όλους: Μουσεία και μνημεία χωρίς αποκλεισμούς» στην Αθήνα, τα Πρακτικά της οποίας βρίσκονται υπό έκδοση.
Στην παρούσα φάση, το ΤΕΠΕ προγραμματίζει τον σχεδιασμό, συντονισμό και την εκπόνηση εκπαιδευτικών δράσεων για ΑΜεΑ (για την τριετία 2021-2023) σε σημαντικούς αρχαιολογικούς χώρους και μουσεία της χώρας καθώς και τη διοργάνωση επιμορφωτικών σεμιναρίων σε υπαλλήλους του Υπουργείου.

Πληροφορίες
Τηλ.: 2103223051, 6947280791
E-mail: tepe.dmeep@culture.gr, akatselaki@culture.gr, osakali@culture.gr

Επιχειρησιακό Κέντρο ΚΟΕΣ Covid-19 Περιφέρειας Αττικής – ΙΣΑ.
Χριστίνα Χ .Γαλανοπούλου

Μέλος Επιτροπής Ευρωπαϊκού Αθλητικού Προγράμματος BE-ACTIVE Γ.Γ.Α || Σύμβουλος Άθλησης Περιφερειάρχη Αττικής || Μέλος Επιστημονικού Συμβουλίου Άθλησης Ελληνικού Διαδημοτικού Δικτύου Υγιών Πόλεων || Πτυχιούχος Φυσικής Αγωγής -Προπονήτρια || Υπεύθυνη Επικοινωνίας Επιχειρησιακού Κέντρου ΚΟΕΣ Covid -19 Περιφέρειας Αττικής –ΙΣΑ.

Η Άθληση σύμφωνα με τις κατευθύνσεις του Ευρωπαϊκού Αθλητικού Προγράμματος BE-ACTIVE της Γ.Γ.Α είναι μια κατάσταση πλήρους σωματικής ,ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας από ευπαθείς και μη ευπαθείς ομάδες και όχι απλώς η έλλειψη ασθένειας η αναπηρίας. Επίσης ορίζεται και ως κατάσταση ευημερίας κατά την οποία οι ομάδες αποτελούμενες μη ευπαθή ατόμων συμβάλουν τα μέγιστα στις ευπαθείς ομάδες να συνειδητοποιήσουν τις ικανότητές τους και να ανταπεξέλθουν στις φυσιολογικές πιέσεις που δημιουργεί η καθημερινότητα. Τα υψηλά επίπεδα ψυχικής υγείας μέσα από την Άθληση είναι αποδεδειγμένο ότι επιτρέπουν την ευχάριστη και ανθρώπινη υγιή βίωση της ζωής

ΝΑΥΠΛΙΟ
Υπεύθυνος Νομού: Γιατράκος Ιωάννης

3η πράξη / 22-09-2020
Την Τρίτη, 22 Σεπτεμβρίου 2020 και ώρα 17:00, στην αίθουσα του 'Βουλευτικού' του Δήμου Ναυπλιέων στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας "Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει", συνεδρίασαν φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης και άλλοι φορείς κοινωφελούς χαρακτήρα με συναφές έργο και κοινωνική ευθύνη για να συμμετέχουν σε συνάντηση εργασίας με στόχο την "ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΡΑΣΕΩΝ Κοινωνικής Πρόνοιας" του φορέα τους.

Στη συγκεκριμένη συνάντηση συμμετείχαν οι ακόλουθοι φορείς:
- Σχοινοχωρίτης Δημήτριος, Αντιπεριφερειάρχης Υγείας και Πρόνοιας της Περιφέρειας Πελοποννήσου,
-Ζέρβας Χρήστος, Αντιδήμαρχος Δήμου Ναυπλιέων,
-Πολύδωρος Βασίλειος, Διευθυντής Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Αργολίδας,
-Μάρα Ελένη, Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Αργολίδας,
-Αντωνιάδης Χαράλαμπος, εκπρόσωπος Εφορείας Αρχαιοτήτων Αργολίδας,
-Τσίγκα Φωτεινή, Εθελόντρια, εκπρόσωπος του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού – Παράρτημα Αργολίδας

με Συντονιστή της συζήτησης τον Γιατράκο Ιωάννη (Υπεύθυνο Σχολικών Δραστηριοτήτων Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Αργολίδας).

Η έναρξη της συνάντησης εργασίας έγινε από τον Αντιπεριφερειάρχη Υγείας και Πρόνοιας. Παρουσίασε την πολιτική και τις δράσεις που έχει αναλάβει η Περιφερειακή Ενότητα στο πλαίσιο της στήριξης των ευπαθών ομάδων.
Ο Αντιδήμαρχος Δήμου Ναυπλιέων αναφέρθηκε ιδιαίτερα στην αναγκαιότητα δράσεων ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των πολιτών.
Ο Διευθυντής Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Αργολίδας, αναφέρθηκε στον ρόλο της εκπαίδευσης όσον αφορά την αποδοχή της διαφορετικότητας. Επίσης τόνισε την ανάγκη ευρύτερης συνεργασίας και ύπαρξης συντονισμού μεταξύ των φορέων, ώστε να υπάρχει καλύτερο αποτέλεσμα.
Η Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Αργολίδας, αναφέρθηκε στα προγράμματα ευαισθητοποίησης και στις δράσεις εθελοντισμού που ανέλαβαν οι σχολικές μονάδες τις Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης.
Ο εκπρόσωπος της Εφορείας Αρχαιοτήτων Αργολίδας, αναφέρθηκε στα έργα που υλοποιήθηκαν στους αρχαιολογικούς χώρους της περιοχής, για την καλύτερη πρόσβαση και ενημέρωση των ατόμων ΑμεΑ.
Ο Υπεύθυνος Σχολικών Δραστηριοτήτων Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Αργολίδας, αναφέρθηκε στην δράση του φεστιβάλ που είχε θέμα: "Στείλε το μήνυμά σου" και παρουσίασε τις εργασίες της σχολικής μονάδας του ΕΝ.Ε.Ε.ΓΥ.Λ. Αργολίδας.
Τέλος τη συζήτηση έκλεισε η εκπρόσωπος του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, η οποία αναφέρθηκε δραστηριότητες υποστήριξης ευπαθών ομάδων.

Ο συντονιστής της συνάντησης εργασίας συνόψισε τα συμπεράσματα και κράτησε τα πρακτικά όπως αναφέρονται παρακάτω:
-αναγκαιότητα οργανωμένης και τακτικής συνάντησης φορέων
-συμφωνία και θετική ανταπόκριση για διατήρηση της επαφής των εκπροσώπων των φορέων που συμμετέχουν στο συγκεκριμένο φεστιβάλ
-προσανατολισμός σε βιώσιμες και εξελίξιμες καινοτομίες που θα έχουν ουσιαστική επίδραση στα ΑμΕΑ αλλά και στην ευρύτερη κοινωνία.

Παρουσίαση και Προβολή Δράσεων Κοινωνικής Πρόνοιας ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ
Δράση του φεστιβάλ με θέμα: "Στείλε το μήνυμά σου" στο ΕΝ.Ε.Ε.ΓΥ.Λ. Αργολίδας.

Λούζη Μαρία
Γεωπόνος
Πιάκου Βασιλική
Κοινωνική Λειτουργός

Τα παιδιά μαζεύτηκαν σε κύκλο στο προαύλιο και ενημερώθηκαν για το σκοπό του φεστιβάλ που είχε θέμα: "Στείλε το μήνυμά σου". Ο στόχος του είναι η αξία της Νοηματικής Γλώσσας. Δηλαδή να κάνει κατανοητό στο ευρύ κοινό την ανάδειξη της επικοινωνίας μεταξύ Κωφών και Ακουόντων . Επίσης τον τρόπο με τον οποίο τα άτομα αυτά θα καταφέρουν να μοιραστούν εμπειρίες, να εκφράσουν τα όνειρα τους και να εκμυστηρευτούν τα σχέδια τους για έναν κόσμο προσβάσιμο και ισότιμο για όλους.
Οι δραστηριότητες επιλέχθηκαν με στόχο να καταφέρουν τα παιδιά να κατανοήσουν τους διαφορετικούς τρόπους επικοινωνίας και να καταφέρουν να συνεργαστούν μέσα από το παιχνίδι, τονίζοντας τη δύναμη της μη λεκτικής επικοινωνίας.

1η Δραστηριότητα : «Βρες το ταίρι σου -Ένα χρώμα μας ενώνει»
2η Δραστηριότητα: «Αντιγράφοντας τους άλλους»
3η Δραστηριότητα: «Στέλνω το μήνυμα»
4η Δραστηριότητα : «Δίνω χέρι βοηθείας»

Πληροφορίες
Τηλ.: 2752 061 638
Email: mail@eneegyl-argol.arg.sch.gr

Σύλλογος Ατόμων με Αναπηρίες Νομού Αργολίδας

Ο Σύλλογος Ατόμων με Αναπηρίες Νομού Αργολίδας, ιδρύθηκε το 1996 από ομάδα γονέων που είχαν παιδιά με αναπηρία και αναγνωρίστηκε με την υπ αριθμ 193/1996 απόφασηη του Μονομελούς Πρωτοδικείου Ναυπλίου.

Οι σκοποί του Συλλόγου είναι:
Η οργάνωση όλων των Αμεα που κατοικούν στο νομό Αργολίδας , η μελέτη, προβολή και επίλυση των θεμάτων των Αμεα και η με κάθέ τρόπο προώθηση και προαγωγή των ανθρωπίνων και κοινωνικών δικαιωμάτων τους.
Η προώθηση και η προαγωγή της συλλογικής δράσης και της συναδελφικής αλληλεγγύης μεταξύ των αμεα και η συνεργασία με συγγενείς φορείς του νομού και της Περιφέρειας. Η συμβολή του Συλλόγου στη διαμόρφωση, συμπλήρωση και τροποποίηση της νομοθεσίας που αφορά στα αμεα
Η προώθηση και ανάπτυξη δομών για την επαγγελματική αποκατάσταση και την απασχόληση των Αμεα
Η προώθηση της κοινωνικής αλληλεγγύης και η διαμόρφωση συνθηκών αλληλοαποδοχής των Αμεα με το κοινωνικό σύνολο.

Διεκδικήσεις – επιτεύγματα:
Όλα αυτά τα χρόνια λειτουργίας του Συλλόγου, υπήρχε ένα όραμα: η δημιουργία ενός χώρου που θα φιλοξενούσε τα νεαρά Αμεα, μετά το πέρας της υποχρεωτικής φοίτησης τους (έως τα 22 έτη), όπου εκεί θα απασχολούνταν και θα εκπαιδεύονταν.

Τον Σεπτέμβριο του 2012, το όραμα αυτό άρχισε να παίρνει σάρκα και οστά, ξεκινώντας η κατασκευή του Κέντρου Δημιουργικής Απασχόλησης Αμεα (ΚΔΑΠμεΑ), στην Πυργέλα Άργους, σε οικόπεδο που μας παραχωρήθηκε από το εκκλησιαστικό συμβούλιο του χωριού, με την έγκρισης της Ιεράς Μητρόπολης Αργολίδας.
Στη συνέχεια, με τη βοήθεια της Περιφερειακής Ενότητας Αργολίδας, το έργο αυτό εντάχθηκε στο ΕΣΠΑ και τον Απρίλιο του 2016, ολοκληρώθηκε η κατασκευή του.
Από το Σεπτέμβρη του 2019 λειτουργούν στις εγκαταστάσεις μας δύο ΚΔΑΠμεΑ, το ΑΡΙΑΔΝΗ Ι και το ΑΡΙΑΔΝΗ ΙΙ, στο πλαίσιο λειτουργίας των οποίων υλοποιούνται προγράμματα εκπαιδευτικά, ψυχαγωγικά αλλά και κοινωνικοποίησης, για 50 Αμεα. Αναφέρουμε ενδεικτικά μερικά από αυτά: αγγειοπλαστική, χειροτεχνίες, ζωγραφική, εκμάθηση Η/Υ, θεατρικό παιχνίδι, μουσική , γυμναστική και εκμάθηση παραδοσιακών χορών.

Δραστηριότητες

Πέραν των προγραμμάτων που υλοποιούνται στα ΚΔΑΠμεα, ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην κοινωνική ένταξη και αποδοχή των νεαρών Αμεα. Για το λόγο αυτό, πραγματοποιούμε ημερίδες, προκειμένου η τοπική κοινωνία να ενημερωθεί και να δραστηριοποιηθεί.

Το πρόγραμμα κοινωνικοποίησης που εφαρμόζουμε πολλά χρόνια τώρα, με τη βοήθεια εθελοντών ψυχολόγων και κοινωνικών λειτουργών, βοηθά στην απόκτηση δεξιοτήτων που αφορούν στην καθημερινότητα των Αμεα.

Σε συνεργασία με την ΠΟΣΓΚΑμεΑ, υλοποιούμε κατασκηνωτικά προγράμματα κάθε χρόνο, που στόχο έχουν την αυτονόμηση των Αμεα.

Τα τελευταία 4 χρόνια ο Σύλλογος μας συμμετέχει στο πρόγραμμα BEST BUDDIES GREECE (ΦΙΛΑΡΑΚΙΑ ΕΛΛΑΔΑΣ), προωθώντας μια πραγματική και αγνή φιλία μεταξύ ενός εθελοντή και ενός Αμεα, εκπαιδεύοντας παράλληλα την κοινωνία για τη σημαντικότητα της κοινωνικής αποδοχής.

Τέλος λαμβάνουμε μέρος τόσο στον Μαραθώνιο Ναυπλίου όσο και στον Παλαμήδειο Άθλο, όπου η στήριξη των διοργανωτών είναι πολύτιμη.

Απολαμβάνουμε επίσης τη στήριξη του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού (παράρτημα Άργους), του Λυκείου Ελληνίδων Άργους, του χορευτικού συλλόγου ΑΝΘΕΜΑ και του Σώματος Εθελοντών Προσκόπων Άργους.

Στόχος μας είναι η δημιουργία ΣΥΔ (Στέγες Υποστηριζόμενης Διαβίωσης) στο νομό μας, που στερείται τέτοιας δομής. Όλα αυτά τα χρόνια λειτουργίας του Συλλόγου, αφουγκραζόμαστε την αγωνία των γονιών, αυτών των παιδιών και την ανησυχία για το μέλλον τους, όταν αυτοί πάψουν να είναι στη ζωή.

Δυστυχώς τίποτα δεν είναι αυτονόητο όσον αφορά τα Αμεα , ακόμα και σήμερα. Ό,τι έχουμε καταφέρει, είναι αποτέλεσμα σκληρής δουλειάς και επιμονής. Αξίζει να αναφέρουμε ότι ο Δήμος Ναυπλιέων στέκεται αρωγός , στηρίζοντας όλες μας τις δραστηριότητες

Πληροφορίες

Τηλ.: 2752 044 412 & 2751 025 638

Email: info@ameaargolidas.gr

Δράσεις εθελοντισμού των σχολείων της Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Αργολίδας

με αποδέκτες Συλλόγους Αμεα του Νομού,
Ειδικά Σχολεία αρμοδιότητας της ΔΠΕ Αργολίδας,
Ιδρύματα - Οργανισμούς με κοινωνική Δράση

Στη ΔΠΕ Αργολίδας στο πλαίσιο του Σχεδιασμού και της Υλοποίησης Προγραμμάτων Σχολικών Δραστηριοτήτων, καθώς και της υλοποίησης εγκεκριμένων εκπαιδευτικών προγραμμάτων, αλλά και ευκαιριακών – επετειακών δράσεων που αφορούν στην οργάνωση της σχολικής ζωής και της σχολικής κουλτούρας έχουν αναπτυχθεί δράσεις και συνεργασίες που αφορούν σε:

•Ενίσχυση του Συσσιτίου της Μητρόπολης Αργολίδας με τρόφιμα και άλλα είδη πρώτης ανάγκης
•Συμμετοχή μαθητών στην προετοιμασία του Συσσιτίου
•Συμμετοχή μαθητών στο σερβίρισμα και τη συσκευασία του Συσσιτίου
•Ενίσχυση του Συσσιτίου του Ε.Ε.Σ Άργους με τρόφιμα
•Προσφορά προς το Κοινωνικό Παντοπωλείο του Δήμου Άργους-Μυκηνών τροφίμων και άλλων ειδών πρώτης ανάγκης
•....Προσφορά προς το Γηροκομείο Δήμου Άργους βοτάνων από το σχολικό βοτανόκηπο
•Προσφορά προς το Γηροκομείο Ναυπλίου τροφίμων και γλυκισμάτων
•Επισκέψεις στο Γηροκομείο Ναυπλίου και υλοποίηση μικρής χριστουγεννιάτικης δράσης με τραγούδια Χριστουγεννιάτικα και απαγγελίες ποιημάτων
•Επισκέψεις στο ΚΑΠΗ Ναυπλίου και υλοποίηση μικρής χριστουγεννιάτικης δράσης με τραγούδια Χριστουγεννιάτικα και απαγγελίες ποιημάτων
•Στολισμός Χριστουγεννιάτικου δέντρου και της πόλης του Ναυπλίου
•Στολισμός με έργα των μαθητών και του Συλλόγου Γονέων και Κηδεμόνων με Πρωτομαγιάτικα στεφάνια
•Συμμετοχή σχολείων στα Χριστουγεννιάτικα Παζάρια των Δήμων και προσφοράς χρηματικού ποσού στο Χαμόγελο του Παιδιού
•Επίσκεψη σχολείων στο Χαμόγελο του Παιδιού και προσφορά τροφίμων και ειδών πρώτης ανάγκης
•Επίσκεψη σχολείου στο Ειδικό Σχολείο Άργους και υλοποίησης κοινών δράσεων και παιχνιδιών, καθώς και κατασκευή πασχαλινών λαμπάδων
•Προσφορά πλαστικών καπακίων στο Σύλλογο Αμεα Αργολίδας και στο Σύλλογο Ατόμων με Ειδικές Ανάγκες «Οδυσσέας» για αγορά αναπηρικών αμαξιδίων
•Ανάρτηση έργων μαθητών στο Νοσοκομείο του Άργους
•Υλοποίηση δράσεων προσομοίωσης αναπηρίας μέσω βιωματικών εργαστηρίων σε συνεργασία με τη ΔΔΕ Αργολίδας , το Δήμο Ναυπλιέων και το Σύλλογο Ατόμων με Αναπηρία Αργολίδας

Πληροφορίες
Τηλ.: 27520 28 251
Email: mail@dipe.arg.sch.gr

ΠΡΕΒΕΖΑ
Υπεύθυνος Νομού: Λιόλιος Ιωάννης

4η Πράξη/ 23-09-2020
Την Τετάρτη, 23 Σεπτεμβρίου 2020 και ώρα 17:00, με Σύνδεσμο συνάντησης https://zoom.us/j/99652491120? προσκλήθηκαν οι τοπικοί συνεγάτες του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας "Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει", φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης και άλλοι φορείς κοινωφελούς χαρακτήρα με συναφές έργο και κοινωνική ευθύνη για να συνεδριάσουν για να συμμετέχουν σε συνάντηση εργασίας με στόχο την "ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΡΑΣΕΩΝ Κοινωνικής Πρόνοιας" του φορέα τους.

Για τη συγκεκριμένη συνάντηση έδειξαν ενδιαφέρον οι ακόλουθοι φορείς:
•Δήμος Πρέβεζας, Δομές Κοινωνικής Πρόνοιας
•Νοσοκομείο Πρέβεζας, Πρόγραμμα Ψυχαργώς
•Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός Ιωαννίνων
•Εφορεία Αρχαιοτήτων Πρέβεζας
•ΕΕΕΕΚ Πρέβεζας
•Σύλογος με τημα ΑμεΑ Ταεκβοντο Ευκλέας Λούρου/ Εκπρόσωπος από τη ΔΙεθνή Ομοσπονδία Τάεκβοντο για ΑμεΑ
•ΕΚπρόσωπος από την Beactive HELLAS (με μαρτυρίες παραολυμπιονικών και ειδικό σχολείο Ν. Ιωαννίνων)
που λόγω όμως των σχετικών περιορισμών και απαγορεύσεων προς αποφυγή συγχρωτισμού, καθώς και πολλών αναστολών των εκπροσώπων προέκυψε η έσχατη λύση εξ αποστάσεως επικοινωνίας με σύγχρονη τηλεδιάσκεψη.
Η αντιπρόταση συνάθροισης δια τηλεδιάσκεψης προέκυψε λίγες ημέρες προ της καθορισμένης ημερομηνίας και σε συγκεκριμένη ημερομηνία και ώρα & δεν έγινε εκ της διοργάνωσης προηγούμενη τηλεφωνική επικοινωνία και σχετική επιβεβαίωση ανά άτομο και φορέα, καθώς ήδη έτρεχαν οι δράσεις του φεστιβάλ σε άλλες πόλεις. Η συνάθροιση αν και ορίσθηκε δεν υπήρχε συμμετοχή. Σχετικές περιλήψεις των φορέων που απεσαλησαν θα αξιοποιηθούν για την αναφορά στο έργο του Νομού Πρέβεζας στα σχετικά πρακτικά του φεστιβάλ και του συμποσίου του.

Σύμφωνα λοιπόν, με τα πεπραγμένα παρακάτω παρατίθεται η σχετική αναφορά του υπεύθυνου επικοινωνίας Ν. Πρεβέζης:
Από τους προσκληθέντες, τελικά παρευρέθηκαν, μέσω διαζώσης επικοινωνίας οι τοπικοί συνεργάτες του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας "Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει" Νομού Ιωαννίνων, με συντονιστή τον κο Λιόλιο Ιωάννη καθηγητή φυσικής αγωγής και την υπεύθυνη συντονισμού των πανελλήνιων δράσεων, κα Καβαζίδου Ελένη. Συγκεκριμένα, παρευρέθηκε ο κος Στραγάλης Σταύρος Εθνικός προπονητής τζούντο της Παραολυμπιακής Ελληνικής Αποστολής στο Ρίο 2016 και στο Τόκυο 2022 και η κα Ιντζίδου Αργυρώ καθηγήτρια καλλιτεχνικών στο ΕΕΕΕΚ Γρεβενών.

Το θέμα της συζήτησης που ακολούθησε ήταν το κατά πόσο τα άτομα με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες μετά το τέλος στης σχολικής τους ζωής ,είναι έτοιμα και μπορούν να ανταπεξέλθουν στην ευρύτερη κοινωνία και στην αγορά εργασίας. Τον λόγο πρώτα ανέλαβε ο κος Στραγάλης Στ. , όπου από την πλευρά του και ιδιαίτερα από την πλευρά του Εθνικού Προπονητή ανέλυσε την πορεία των αθλητών του , από το ξεκίνημά τους στην παιδική τους ηλικία μέχρι και το τέλος της αποφοίτησης τους από το σχολείο τους.
Τα εφόδια που έχουν πάρει κατά την διάρκεια της ενασχόληση τους με τον αθλητισμό και ιδιαίτερα την καλύτερη ψυχολογική τους κατάσταση, την επιβράβευση και προπάντων με την ενσυναίσθηση ότι δεν διαφέρουν σε τίποτα με τα άλλα παιδιά της ηλικίας τους.
Το μελανό σημείο ήταν όταν ο κος Στραγάλης μας υπενθύμισε ,ότι η πολιτεία δεν βοηθάει αρκετά στην εξέλιξη των αθλητών των παραολυμπιακών ομάδων με συνέπεια πολλοί αθλητές να σταματάνε με την πρώτη δυσκολία(οικονομική –ψυχολογική) και ακόμα ότι υπάρχει τεράστια δυσκολία πρόσβασης στου αθλητικούς χώρους προπόνησης τους.

Η κα Ιντζίδου Αρ. από την πλευρά της μας μίλησε για το ΕΕΕΕΚ Γρεβενών και την ιδιαίτερη του δραστηριότητα. Οι μαθητές του σχολείου παρουσιάζουν σοβαρά προβλήματα υγείας, αναπτυξιακές διαταραχές και ψυχοσυναισθηματικά προβλήματα και προέρχονται στο σύνολό τους από μη υποστηρικτικά οικογενειακά περιβάλλοντα. Αν και η λειτουργία αποτιμάται θετικά θα πρέπει να ληφθεί μέριμνα για τη μετάβαση των μαθητών σε άλλη βαθμίδα εκπαίδευσης, αλλά και προς την αγορά εργασίας, σε συνεργασία με διάφορους φορείς .Σημείο προς βελτίωση η βασική προτεραιότητα αποτελεί η ολοκλήρωση προηγούμενων και η η οργάνωση νέων Προγράμματων Erasmus.
Η πρόοδος των μαθητών μέσα από τις συνεργατικές δραστηριότητες έδωσαν επιπλέον ώθηση στη βελτίωση των σχέσεων οικογένειας και σχολείου και αποτελεί θετική εξέλιξη η προθυμία συνεργασίας των οικογενειών των μαθητών και η ανάληψη πρωτοβουλιών για την διοργάνωση και άλλων εκδηλώσεων και ιδιαίτερα καλλιτεχνικών εκδηλώσεων.

Παρουσίαση και Προβολή Δράσεων Κοινωνικής Πρόνοιας ΠΡΕΒΕΖΑΣ

Δομές του Τμήματος Κοινωνικής Προστασίας του Δήμου Πρέβεζας

ΔΗΜΟΣ ΠΡΕΒΕΖΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ,
ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ – ΠΑΙΔΕΙΑΣ &
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝ. ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

Στο Τμήμα Κοινωνικής Προστασίας του Δήμου Πρέβεζας λειτουργούν οι παρακάτω δομές:

1. Κέντρο Κοινότητας
2. Κέντρο Συμβουλευτικής Γυναικών
3. Κοινωνικό Παντοπωλείο
4. Κοινωνικό Φαρμακείο
5. Βοήθεια στο Σπίτι
6. ΚΑΠΗ (Κέντρο Ανοιχτής Φροντίδας Ηλικιωμένων)
7. ΚΔΑΠ-ΜΕΑ (Κέντρο Δημιουργίας και Απασχόλησης ατόμων με αναπηρία)
8. ΚΗΦΗ (Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας Ηλικιωμένων)

1. Κέντρο Κοινότητας

Τα Κέντρα Κοινότητας είναι δομές που σχεδιάστηκαν από το Υπουργείο Εργασίας, Κοινωνικής Ασφάλισης και Κοινωνικής Αλληλεγγύης, ιδρύθηκαν σε Δήμους και χρηματοδοτούνται από το ΕΣΠΑ 2014-2020.

Το Κέντρο Κοινότητας είναι το πρώτο σημείο επαφής του πολίτη με την κοινωνική υπηρεσία του κάθε Δήμου. Από εκεί ο πολίτης ενημερώνεται για όλα τα επιδόματα που δικαιούται, όλους τους φορείς, υπηρεσίες και προγράμματα που του παρέχουν κοινωνική φροντίδα οποιαδήποτε μορφής, σε επίπεδο Δήμου, Περιφέρειας ή επικράτειας. Επομένως, είναι οι αισθητήρες κάθε Δήμου για όλες τις υπηρεσίες κοινωνικής προστασίας που χρειάζεται ο πολίτης.

Μπορούν να απευθύνονται όλοι οι πολίτες της περιοχής οι οποίοι αντιμετωπίζουν κάποιο κοινωνικό πρόβλημα οι ίδιοι ή μέλη της οικογένειάς τους (ανεργία, οικονομική αδυναμία, έλλειψη στέγης, προβλήματα διαβίωσης λόγω αναπηρίας ή γήρατος) και χρειάζονται τη συνδρομή της Πολιτείας.

Συγχρόνως τα Κέντρα Κοινότητας παρέχουν υπηρεσίες συμβουλευτικής υποστήριξης σε θέματα όπως η προσέγγιση της τοπικής αγοράς για εύρεση εργασίας, η δημιουργία ευκαιριών για νέους ώστε να ξεκινήσουν την επαγγελματική τους ζωή, προβλήματα ενδοοικογενειακής βίας ή οικογενειακών δυσαρμονιών, ζητήματα νομικού χαρακτήρα, μαθησιακή στήριξη παιδιών και εφήβων, διοργάνωση τοπικών εκδηλώσεων με επιμορφωτικό, ενημερωτικό και κοινωνικό περιεχόμενο.

2. Κέντρο Συμβουλευτικής Δήμου Πρέβεζας

Το Κέντρο Συμβουλευτικής του Δήμου Πρέβεζας ξεκίνησε τη λειτουργία του τον Οκτώβριο του 2013, προσφέροντας σημαντικές και υποστηρικτικές υπηρεσίες στις γυναίκες του Δήμου αλλά και της ευρύτερης περιοχής. Το Κέντρο στελεχώνεται από ψυχολόγο, κοινωνιολόγο και κοινωνικό λειτουργό. Οι υπηρεσίες του Κέντρου παρέχονται ΔΩΡΕΑΝ και είναι οι εξής:

-Συμβουλευτική και Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη γυναικών

-Εργασιακή Συμβουλευτική -Υπηρεσία παραπομπής και συνοδείας περιστατικών σε ξενώνες φιλοξενίας, αστυνομικές αρχές, δικαστήριο, νοσοκομεία, κέντρα ψυχικής υγείας, φορείς αρμόδιους για προνοιακά ή άλλα επιδόματα, φορείς προώθησης της απασχόλησης και της επιχειρηματικότητας, φορείς προστασίας και στήριξης παιδιών, ψυχοθεραπείας του θύτη κλπ.

-Νομική συμβουλευτική

-Δράσεις ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης της τοπικής κοινωνίας, με στόχο την πρόληψη και την καταπολέμηση όλων των μορφών βίας κατά των γυναικών.

Το Κέντρο απευθύνεται σε γυναίκες που έχουν υποστεί οποιαδήποτε μορφή βίας (σωματική, ψυχολογική, λεκτική, βιασμό, σεξουαλική παρενόχληση, σωματεμπορία) και σε γυναίκες θύματα πολλαπλών διακρίσεων (άνεργες, μονογονείς, ΑΜΕΑ, στα όρια της φτώχειας, κλπ).

3. Κοινωνικό Παντοπωλείο Δήμου Πρέβεζας

Η δομή του Κοινωνικού Παντοπωλείου του Δήμου Πρέβεζας εντάσσεται στο Ε.Π. Ήπειρος Κωδ.8, Άξονας προτεραιότητας 5, "ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ, ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΝΤΑΞΗ ΚΑΙ ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΙΣΗ ΔΙΑΚΡΙΣΕΩΝ". Με θεματικό στόχο την προώθηση της κοινωνικής ένταξης και της καταπολέμησης της φτώχειας και κάθε διάκρισης και ειδικό στόχο τη βελτίωση της πρόσβασης ευπαθών ομάδων σε υπηρεσίες κοινωνικής φροντίδας.

Το Κοινωνικό Παντοπωλείο έχει ως αντικείμενο λειτουργίας τη διανομή σε σταθερή και τακτική βάση τροφίμων μακράς διαρκείας, νωπών και ευαλλοίωτων προϊόντων που απαιτούν ψυγείο, ειδών παντοπωλείου, ειδών ατομικής υγιεινής, ειδών ένδυσης και υπόδησης, βιβλίων, παιχνιδιών κ.α. σε ωφελούμενα άτομα και οικογένειες που τα έχουν ανάγκη.

Ωφελούμενοι των υπηρεσιών που παρέχει η δομή είναι άτομα /νοικοκυριά που διαμένουν στον Δήμο Πρέβεζας τα οποία βάσει κριτηρίων και σχετικών αποδεικτικών στοιχείων, βρίσκονται σε κατάσταση φτώχειας ή απειλούνται από φτώχεια, όπως άτομα με πολύ χαμηλό εισόδημα, άνεργοι, ανασφάλιστοι και ΑΜΕΑ.

<u>Τα στελέχη του Κοινωνικού Παντοπωλείου προβαίνουν σε ενέργειες που αφορούν:</u>

•στη γνωστοποίηση της λειτουργίας της δομής στους δυνητικά ωφελούμενους και στην ευρύτερη τοπική κοινωνία

•στη προσέλκυση εθελοντών και συλλογικών φορέων

•στη συνεργασία με επιχειρήσεις για εξεύρεση δωρεών, χορηγιών κλπ

•στη διασύνδεση και συνεργασία με το Κέντρο Κοινότητας και το Κοινωνικό Φαρμακείο του Δήμου Πρέβεζας (και με λοιπές Υπηρεσίες αυτού όταν κρίνεται απαραίτητο) για την παροχή ολοκληρωμένων υπηρεσιών ψυχοκοινωνικής στήριξης των ωφελουμένων.

4. Κοινωνικό Φαρμακείο Δήμου Πρέβεζας

Το Κοινωνικό Φαρμακείο ξεκίνησε τη δράση του το 2018, υλοποιούμενο μέσω του νέου ΕΣΠΑ 2014-2020 από το ΕΚΤ, την Περιφέρεια Ηπείρου και τον Δήμο Πρέβεζας στο πλαίσιο της πράξης με τίτλο ''ΔΟΜΗ ΠΑΡΟΧΗΣ ΒΑΣΙΚΩΝ ΑΓΑΘΩΝ'' Κοινωνικό Παντοπωλείο-Κοινωνικό Φαρμακείο και συνεχίζει να παρέχει υπηρεσίες έως και σήμερα.

Το Κοινωνικό Φαρμακείο αποσκοπεί στην κάλυψη της ιατρο-φαρμακευτικής περίθαλψης ανασφάλιστων απόρων και αναξιοπαθούντων πολιτών του Δήμου που ανήκουν σε ευπαθείς ομάδες και που ζουν κάτω από τα όρια της φτώχειας. Στις παρεχόμενες υπηρεσίες της Δομής υπάγονται:

•Η δωρεάν παροχή πρωτοβάθμιων υπηρεσιών υγείας και φαρμάκων/υγειονομικού υλικού (κατόπιν ιατρικής γνωμάτευσης) τα οποία προέρχονται από δωρεές πολιτών, Φαρμακείων, Νοσοκομείων και Κέντρων Υγείας

•Η ψυχοκοινωνική υποστήριξη και συμβουλευτική των ατόμων.

Το Κοινωνικό Φαρμακείο στελεχώνεται από έγκυρο επιστημονικό προσωπικό που απαρτίζεται από μία Κοινωνική Λειτουργό και μία Φαρμακοποιό.

5. Βοήθεια στο Σπίτι (Α΄ πιλοτικό πρόγραμμα)

Το Α πιλοτικό πρόγραμμα Βοήθεια στο Σπίτι Πρέβεζας ξεκίνησε τη λειτουργία του το 1998. Φορέας υλοποίησης του αποτελεί ο Δήμος Πρέβεζας με έδρα το ΚΑΠΗ. Σκοπός του προγράμματος είναι η παραμονή των ηλικιωμένων και των ατόμων με αναπηρίες στο οικείο φυσικό και κοινωνικό τους περιβάλλον, η διατήρηση της συνοχής της οικογενείας τους, η αποφυγή χρήσης ιδρυματικής φροντίδας ή καταστάσεων κοινωνικού αποκλεισμού, η εξασφάλιση αξιοπρεπούς και υγιούς διαβίωσης και η βελτίωση της ποιότητας ζωή τους.

Γενικός στόχος είναι η παροχή οργανωμένης και συστηματικής πρωτοβάθμιας κοινωνικής φροντίδας από ειδικούς επιστήμονες και καταρτισμένα στελέχη όπως και από εθελοντές και φορείς κοινωνικής αλληλεγγύης της κοινότητας, σε μη αυτοεξυπηρετούμενους πολίτες, ηλικιωμένους, άτομα με αναπηρίες με προτεραιότητα σε αυτούς που διαβιούν μόνοι τους και το εισόδημά τους δεν τους επιτρέπει να εξασφαλίσουν τις απαιτούμενες υπηρεσίες εξυπηρέτησης, ώστε να διευκολυνθεί η καθημερινή τους ζωή και μέσω της ενδυνάμωσης να αποκτήσουν τη μέγιστη δυνατή αυτονομία και την κοινωνική ευημερία.

Το Βοήθεια στο Σπίτι στελεχώνεται από μια νοσηλεύτρια και μια οικογενειακή βοηθό.

6. ΚΑΠΗ (Κέντρο Ανοιχτής Φροντίδας Ηλικιωμένων)

Η φιλοσοφία του θεσμού της ανοιχτής προστασίας των ηλικιωμένων είναι η παραμονή τους στο οικείο περιβάλλον της οικογένειας, της γειτονιάς, του φιλικού περίγυρου. Φαινόμενα όπως η «ασυλοποίηση» και ο «ιδρυματισμός» και πολλές φορές η «κατάθλιψη», έκαναν επιτακτική την ανάγκη προστασίας και παραμονής της Τρίτης ηλικίας στον φυσικό της χώρο, μακριά από τον απρόσωπο χαρακτήρα των Ιδρυμάτων κλειστής περίθαλψης και άλλης μορφής ασύλων. Στο πλαίσιο αυτό, σκοπός του ΚΑΠΗ είναι:

•Η πρόληψη βιολογικών, ψυχολογικών και κοινωνικών προβλημάτων των ηλικιωμένων, ώστε να παραμείνουν αυτόνομα, ισότιμα και ενεργά μέλη του κοινωνικού συνόλου.

•Η διαφώτιση και η συνεργασία του ευρύτερου κοινού και των ειδικών φορέων σχετικά με τα προβλήματα και τις ανάγκες των ηλικιωμένων.
• Η έρευνα σχετικών θεμάτων με τους ηλικιωμένους όσον αφορά την υγεία, τα κοινωνικά και άλλα προβλήματά τους.
•Η ενεργοποίηση των ηλικιωμένων με τη συμμετοχή τους στις δραστηριότητες των Κέντρων και η προώθηση της ιδέας των «Δραστήριων και Ευαισθητοποιημένων Ηλικιωμένων».
•. Η παραμονή των ηλικιωμένων στο φυσικό και κοινωνικό τους περιβάλλον.
•Η ανάπτυξη της κοινωνικής αλληλεγγύης και του εθελοντισμού.

7. ΚΔΑΠ-ΜΕΑ (Κέντρο Δημιουργίας & Απασχόλησης ατόμων με αναπηρία)
Με γνώμονα πάντα τη θετική παρέμβαση το Κ.Δ.ΑΠ-ΜΕΑ προσφέρει εξειδικευμένες και εξατομικευμένες υπηρεσίες για το κάθε παιδί, έφηβο, άτομο καθώς δεν υπάρχει όριο ηλικίας στη συμμετοχή και παρακολούθηση του προγράμματος.
Γενικός σκοπός του Κέντρου και των ανθρώπων του είναι η δημιουργική απασχόληση των ατόμων και η σωστή αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου τους. Οι ωφελούμενοι μέσα από το παιχνίδι , τις ατομικές και ομαδικές δραστηριότητες έχουν τη δυνατότητα να αναπτύξουν την κοινωνικότητα τους, να ψυχαγωγηθούν, να καλλιεργήσουν τις αισθητικές και καλλιτεχνικές δεξιότητες, να εκφράσουν την φαντασία τους, να εξερευνήσουν τα ταλέντα τους, να ενισχύσουν την αυτοπεποίθηση τους και την έκφραση των συναισθημάτων τους.

8. ΚΗΦΗ (Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας Ηλικιωμένων)
Το Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας Ηλικιωμένων "ΚΗΦΗ" στο Δήμο Πρέβεζας είναι σύγχρονη ανοικτή δομή ημερήσιας φιλοξενίας ηλικιωμένων. Βρίσκεται στην περιοχή Πάρκου Νεάπολης στην Πρέβεζα και διαθέτει δυνατότητα πρόσβασης /διευκολύνσεις σε ΑμεΑ.
Λειτουργεί από τον Ιούνιο 2010 με την συγχρηματοδότηση της Περιφέρειας Ηπείρου στα πλαίσια του ΕΣΠΑ (2007 – 2013) / Άξονας Προτεραιότητας 4 "Πλήρης ενσωμάτωση του συνόλου του ανθρώπινου δυναμικού σε μια κοινωνία ίσων ευκαιριών"/ και ειδικότερα της πράξης "ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΧΡΗΖΟΥΝ ΒΟΗΘΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΙΜΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΕΜΜΕΣΩΣ ΩΦΕΛΟΥΜΕΝΩΝ ΑΤΟΜΩΝ". Έχει ενταχθεί στο Επιχειρησιακό Πρόγραμμα 'ΗΠΕΙΡΟΣ 2014-2020' Περιφέρειας Ηπείρου από 01/07/2016 έως 30/06/2020 και συγχρηματοδοτείται από το Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο (Ε.Κ.Τ.).

Πληροφορίες
Τηλ.: 2682 089 006
Email: pronoia@preveza.gr

Δομές Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης
Πολυκλαδική Θεραπευτική Ομάδα των Δομών
Μπώρου Βασιλική
Εκπαιδεύτρια

Λειτουργία των Δομών Ψυχ/κής Απ/σης του Γ.Ν.Πρέβεζας
Οι Δομές Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης του Γ.Ν. Πρέβεζας – ένας Ξενώνας και δύο Προστατευόμενα διαμερίσματα – δημιουργήθηκαν στα πλαίσια του ¨Ε. Π. Ψυχαργώς Α' και Β΄φάση», το οποίο εκφράζει την προσπάθεια για ψυχιατρική μεταρρύθμιση που υλοποιείται στη χώρα μας και απευθύνεται σε εκείνες τις ομάδες του πληθυσμού που, για κάποιους υποκειμενικούς ή αντικειμενικούς λόγους, είναι αποκλεισμένες ή κινδυνεύουν να αποκλειστούν από οποιοδήποτε υγιές κομμάτι της φυσιολογικής ζωής. Ο ξενώνας λειτουργεί από το 2000 και τα Προστατευόμενα διαμερίσματα από το 2004. Φιλοξενούνται και στις τρεις Δομές 16 ένοικοι, με ψυχικές διαταραχές και σοβαρά Ψυχοκοινωνικά προβλήματα.
Στόχος του προγράμματος είναι η θεραπεία, η διαβίωση, η ψυχοκοινωνική υποστήριξη και κατάρτιση, η επανάκτηση της αυτοεκτίμησης του ατόμου και της προσωπικής του ταυτότητας, αλλά και η συντροφικότητα, η Κοινωνική αλληλεγγύη, ο προσδιορισμός στόχων και ρόλων ζωής επιθυμητών και κοινωνικά αποδεκτών, με σκοπό την επίτευξη ικανοποιητικού βαθμού ανεξάρτητης λειτουργίας στην κοινότητα.

Οι βασικές θεραπευτικές πράξεις και δραστηριότητες για την επίτευξη των στόχων αυτών είναι:
1. Φαρμακευτική αγωγή
2. Ο καθορισμός προσώπου αναφοράς για κάθε ένοικο.
3. Εκτίμηση και αναγνώριση των αναγκών και των δυνατοτήτων του καθενός
4. Διαμόρφωση και αξιολόγηση εξατομικευμένου προγράμματος και ο επαναπροσδιορισμός στόχων.
5. Εκπαίδευση σε δεξιότητες ανεξάρτητης διαβίωσης και Κοινωνικές δεξιότητες.
6. Δραστηριότητες καθημερινής ζωής.
7. Δραστηριότητες αξιοποίησης ελεύθερου χρόνου.
8. Εκπαιδευτικές δραστηριότητες
9. Θεραπευτικές δραστηριότητες.
10. Ομάδες προσωπικού – προγράμματα εκπαίδευσης για το προσωπικό.
11. Αγωγή και ενημέρωση της Κοινότητας, σε θέματα Ψυχικής Υγείας για την καταπολέμηση του Κοινωνικού στίγματος και των προκαταλήψεων που σχετίζονται με τις ψυχικές διαταραχές.
12. Πρόληψη υποτροπής και αποφυγή της επαναεισαγωγής στο Ψυχιατρείο.
13. Ψυχολογική στήριξη στους ίδιους και στις οικογένειές τους.
14. Επαγγελματική κατάρτιση με στόχο την αποκατάσταση.χώρα μας – στέκεται πάντα δίπλα μας με ευελιξία, ευαισθησία, καλοπροαίρεση και συνεργάζεται μαζί μας, «ανοίγοντας δρόμους».

Το πρόγραμμα αποκατάστασης των δομών, στηρίζει η Πολυκλαδική Θεραπευτική Ομάδα, η οποία αποτελείται από εννέα (9) επαγγελματίες ψυχικής υγείας, διαφόρων ειδικοτήτων. Οι προσεγγίσεις προσπαθούμε να είναι κοινά αποδεκτές απ΄ όλους και με κοινές μεθόδους, να οδηγούμαστε σε κοινές πρακτικές, εξασφαλίζοντας έτσι σχέσεις συμπληρωματικότητας και ισοτιμίας, μεταξύ των μελών αλλά και των ενοίκων των δομών.

Θα πρέπει να τονιστεί ιδιαίτερα, πως ο Ξενώνας εισέπραξε τα εύσημα της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την ποιότητα και τον τρόπο λειτουργίας του, ως δομή Ψυχικής Υγείας, μετά από επίσκεψη τριών εμπειρογνωμόνων της, τον Οκτώβριο του 2001.

Το Γ. Ν. Πρέβεζας - ένα πρωτοπόρο νοσοκομείο στην προσπάθεια της αποσυλοποίησης και της Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης στη χώρα μας – στέκεται πάντα δίπλα μας με ευελιξία, ευαισθησία, καλοπροαίρεση και συνεργάζεται μαζί μας, «ανοίγοντας δρόμους».

Τέλος, να επισημάνουμε πως σημαντική συμβολή στην επιτυχημένη πορεία των δομών, είχε η αποδοχή και το «αγκάλιασμα» του προγράμματος Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης και επανένταξης, απ΄ την πόλη της Πρέβεζας, κάτι που απηχεί και είναι προέκταση σε μεγάλο βαθμό, της συμπεριφοράς και της στάσης τόσο των ενοίκων, όσο και της θεραπευτικής ομάδας.

Ο Δήμος της Πρέβεζας είναι ο πρώτος ίσως και ο μοναδικός Δήμος , που βράβευσε τις δομές το Δεκέμβρη του 2006 – εν μέσω αντιδράσεων σε άλλες ελληνικές πόλεις, για την εγκατάσταση και λειτουργία ανάλογων δομών εκεί « για την επιστημονική και κοινωνική τους προσφορά στην πόλη», όπως χαρακτηριστικά αναφέρεται στο βραβείο.

Το «Ψυχαργώς» στην Πρέβεζα είναι πραγματικότητα, έχει γίνει πεποίθηση του συνόλου και αποτελεί στάση ζωής. Από πολύ νωρίς, αναγνωρίσαμε την ανάγκη και αναλάβαμε την δέσμευση, να προχωρήσουμε και να λειτουργούμε «ουσιαστικά» και όχι διεκπεραιωτικά. Αυτό σήμαινε συχνή προσπάθεια, κινητοποίηση, εγρήγορση και ευρηματικότητα, για να έχουμε τα εργαλεία εκείνα, ώστε η διαμόρφωση ποιοτικών συνθηκών διαβίωσης και απασχόλησης των ενοίκων, να λέμε σήμερα πως είναι τρόπος συμπεριφοράς στις Δομές και όχι πλέον, μόνο οραματισμός. Επειδή τα προαναφερόμενα εργαλεία δεν ήταν και δεν είναι πάντα προσιτά και αυτονόητα και επειδή σταδιακά μεταβήκαμε σε μεταιχμιακές, στάσιμες, αδιέξοδες και χαοτικές φάσεις, αλλά ταυτόχρονα πιστεύουμε και αγωνιζόμαστε για υψηλό επίπεδο λειτουργίας και παροχής υπηρεσιών στις δομές, κινητοποιηθήκαμε και δημιουργήσαμε το «μικρό ταμείο» των δομών, το οποίο μας δίνει τη δυνατότητα μιας «ιδιότυπης» αυτονομίας και μιας καθημερινής λειτουργίας των Δομών, απεγκλωβισμένης απ΄τη δυσκίνητη λειτουργία της γραφειοκρατίας και του Δημοσίου. Αυτό το ταμείο αρχικά ενισχύθηκε απ' την πώληση κάθε χρόνο Χριστουγεννιάτικων ημερολογίων και σταδιακά, από δωρεές ευαισθητοποιημένων συμπολιτών μας, και κυρίως από μια εκδήλωση για τσάι και καφέ που πραγματοποιούμε τα τελευταία χρόνια, γύρω στο Μάρτιο, σε συνεργασία με Φιλανθρωπικά σωματεία της πόλης μας και το τοπικό παράρτημα του Σώματος Ελληνικού οδηγισμού. Τα χρήματα του «μικρού ταμείου» χρησιμοποιούνται για ανάγκες των ενοίκων, για διαμόρφωση και καλλωπισμό του χώρου ώστε να είναι μοναδικοί, ζεστοί, φιλόξενοι και οικογενειακοί, για εκδηλώσεις μέσα στις δομές με συμμετοχή ανθρώπων απ' την κοινότητα, για εξόδους και εκδρομές.

Στα πλαίσια της Αγωγής Κοινότητας διοργανώνουμε με χρήματα απ' το «μικρό ταμείο», μία εκδήλωση στα πλαίσια της Παγκόσμιας ημέρας Ψυχικής Υγείας και κάθε Μάιο – Ιούνιο, διοργανώνουμε μία Ημερίδα, που αφορά τόσο θέματα Ψυχικής Υγείας, αλλά έχει και γενικότερο εκπαιδευτικό χαρακτήρα.

. Όσοι ένοικοι έχουν τη δυνατότητα ενθαρρύνονται, είτε γιατί πρέπει πια λόγω περικοπών απ' το Νοσοκομείο, είτε λόγω της καλλιέργειας δεξιοτήτων καθημερινής ζωής και αυτονομίας, να συνδράμουν για τη βελτίωση της ποιότητας της καθημερινότητάς τους και της ζωής τους γενικότερα. Αυτό επιδιώκεται, με την ταυτόχρονη ανάπτυξη του ενδιαφέροντος για τον εαυτό τους και την ανάληψη πρωτοβουλιών.

Η λογική έγκειται, στο ότι για να διεκδικήσεις μία θέση στη φυσιολογική ζωή, πρέπει αφού το θέλεις και το αναγνωρίσεις να συμμετέχεις ενεργά και να προσαρμόζεσαι στις ανάγκες, τις απαιτήσεις, τις υποχρεώσεις και τις προϋποθέσεις της. Από το 2006 έως το 2010 σε συνεργασία με το Κέντρο Εκπαίδευσης Ενηλίκων γίνανε αρκετές ομάδες αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου, με αξιόλογα αποτελέσματα όπως: ομάδα Ελληνικής μουσικής, θεάτρου, κινηματογράφου, τοπικής εφημερίδας, διατροφής, τοπικής ιστορίας, ζωγραφικής, Μουσείων, φωτογραφίας κ.άλλ.

Όλα τα χρόνια λειτουργίας των Δομών, μέσα απ' την αγωγή κοινότητας, τις εκδηλώσεις, την επαφή των συμπολιτών μας με το πρόγραμμα, την πρακτική άσκηση στα πλαίσια των σπουδών τους Επαγγελματιών Υγείας στο χώρο των δομών, αναπτύχθηκε μια σχέση αμοιβαίας εμπιστοσύνης, εκτίμησης, αναγνώρισης και συμπόρευσης. Έχει δημιουργηθεί έτσι ένα ισχυρό δίκτυο εθελοντών από συμπολίτες μας, οι οποίοι είναι διαθέσιμοι να προσφέρουν «τις υπηρεσίες» τους, για τις ανάγκες των Δομών.

Σε συνεργασία με το Κέντρο Ψυχικής Υγείας, από εργαζόμενους του Κέντρου γίνονται ομάδες με τους ενοίκους μας όπως ομάδα χορού – χορωδίας και φωτογραφίας – ντοκιμαντέρ.

΄΄Όλες τις παραπάνω πρακτικές, προσπαθούμε να τις εμπλουτίζουμε και να τις ανανεώνουμε, ώστε να είμαστε συνεπείς στη δέσμευση που έχουμε αναλάβει απέναντι στους ανθρώπους που φροντίζουμε και έχει να κάνει, με το ότι δικαιούνται να ζήσουν τη ζωή που όλοι μας ζούμε και εκείνοι τη στερήθηκαν.

Πληροφορίες
Τηλ.: 2682 060251
E-mail: xenonasestiapr@yhahoo.gr

ΟΛΥΜΠΟΣ
Υπεύθυνη Νομού: Παππά Μυράντα

5η Πράξη/ 24-09-2020
Την Πέμπτη, 24 Σεπτεμβρίου 2020 και ώρα 17:00, στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας "Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει" συνεδρίασαν φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης και άλλοι φορείς κοινωφελούς χαρακτήρα με συναφές έργο και κοινωνική ευθύνη για να συμμετέχουν σε συνάντηση εργασίας με στόχο την "ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΡΑΣΕΩΝ Κοινωνικής Πρόνοιας" του φορέα τους. Τη συνάντηση τίμησε με την παρουσία του και ο Υφυπουργός Μακεδονίας Θράκης, ορίζοντας την έναρξη των εργασιών της συνάντησης. Μεταξύ των αναφορών του, δεσμεύθηκε να βοηθήσει την πρωτοβουλία αυτή και να συμβάλλει στην αναβάθμιση των κατά τόπο δράσεων που φιλοξενούνται σε Μακεδονία και Θράκη (Δίον Όλυμπος, Θεσσαλονίκη, Θάσος, Μαρώνεια).

Στη συγκεκριμένη συνάντηση συμμετείχαν οι ακόλουθοι εκπρόσωποι φορέων:
1.Ζουρζούρα Σοφία, Αντιδήμαρχος Παιδείας | Δήμος Δίου Ολύμπου
2.πατήρ Μιχαήλ Κουρσιουμπάς, εκπρόσωπος Σεβασμιώτατου Μητροπολίτη, | Μητρόπολη Κίτρους Κατερίνης και Πλαταμώνος
3.Κατσάλη Γεωργία, Πρόεδρος της Οργάνωσης και Ενίσχυσης Δράσεων Κοινωνικής Στήριξης ΑμεΑ και Ευπαθών Κοινωνικών Ομάδων και Φορέων Κοινωνικής Αλληλεγγύης της Μακεδονίας και Θράκης "ΣΤΗΡΙΖΩ", Αντιπρόεδρος του Συλλόγου Γονέων Κηδεμόνων και Φίλων ΕΕΕΕΚ Κατερίνης
4.Παπαθανασίου Μαρία, Εφορεία Αρχαιοτήτων Πιερίας
5.Βασιλού Σοφία, Εκπαιδευτικός Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής, ΕΕΕΕΚ Κατερίνης, εκπρόσωπος του Χρήστου Αντωνίου, Προέδρου της ΕΛΜΕ Πιερίας και Διευθυντή του ΕΕΕΕΚ Κατερίνης
6.Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Πιερίας
7.Ομπράντοβιτς Σβετλάνα, Διευθύντρια του ΕΝΕΓΥΛ Κατερίνης
8.Λαζαρίδης Κυριάκος, Υπ. Ι. Μητροπόλεως Κίτρους Κατερίνης και Πλαταμώνος

με συντονισμό από την Αντιδήμαρχο Παιδείας του Δήμου Δίου Ολύμπου και υποστήριξη της συζήτησης και τήρηση πρακτικών από την Καβαζίδου Ελένη (Υπεύθυνη Επικοινωνίας και Συντονισμού Δράσεων του Δικτύου Πόλεων του φεστιβάλ).
Ο Υφυπουργός Εσωτερικών κ. Θεόδωρος Καράογλου εστίασε στη σημασία και την ανάγκη ενίσχυσης της στήριξης των ατόμων με προβλήματα ακοής και ευρύτερα των ΑμεΑ αναφέρθηκε κατά το χαιρετισμό του. Η Αντιδήμαρχος Παιδείας κα Σοφία Ζουρζούρα αναφέρθηκε στο έργο του Κέντρου Κοινότητας του Δήμου Δίου-Ολύμπου, στόχος του οποίου είναι η ανάπτυξη ενός τοπικού σημείου αναφοράς για την υποδοχή, εξυπηρέτηση και διασύνδεση των πολιτών με όλα τα κοινωνικά προγράμματα και υπηρεσίες που υλοποιούνται στην περιοχή αλλά και σε εθνικό επίπεδο. Διάβασε επίσης το χαιρετισμό της Αντιπεριφερειάρχη Πιερίας Σοφίας Μαυρίδου, που λόγω ανειλημμένων υποχρεώσεων δεν κατάφερε να παραστεί στην εκδήλωση.

Την συνεισφορά και το πλούσιο κοινωνικό έργο της Ιεράς Μητρόπολης Κίτρους, Κατερίνης και Πλαταμώνος παρουσίασε ο Πρωτοπρεσβύτερος κ. Μιχαήλ Κουρσιουμπάς, ως εκπρόσωπος του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη Κίτρους, Κατερίνης και Πλαταμώνος κ.κ. Γεώργιου. Τις «βιωματικές δράσεις χωρίς αποκλεισμούς» της Εφορείας Αρχαιοτήτων Πιερίας παρουσίασε η κα Μαρία Παπαθανασίου, Συντηρήτρια Αρχαιοτήτων, Εφορεία Αρχαιοτήτων Πιερίας, ενώ τα καίρια ζητήματα που πλήττουν την καθημερινότητα και την ποιότητα ζωής των ατόμων με αναπηρία κάθε ηλικίας επισήμανε, μεταξύ άλλων, η κα Σβετλάνα Ομπράντοβιτς, Διευθύντρια του Ενιαίου Ειδικού Επαγγελματικού Γυμνασίου και Λυκείου (ΕΝΕΕΓΥΛ) Κατερίνης. Κατά τη διάρκεια της συνάντησης και προς το τέλος αυτής τοποθετήθηκε και η Πρόεδρος του Συλλόγου Γονέων ΑμεΑ του ΕΕΕΚ Πιερίας που εξέφρασε την επιθυμία φιλοξενίας δράσεων συναφών με την Ολυμπιακή Ιδέα και την Ολυμπιακή Φλόγα στον Όλυμπο, κάτι που έχει επανεπιχειρηθεί από διάφορους φορείς και ιδιωτικές πρωτοβουλίες.
Η εκδήλωση ολοκληρώθηκε με συζήτηση με τη συμμετοχή της κας Σοφίας Βασάλου, εκπαιδευτικού Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής του Εργαστηρίου Ειδικής Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης (ΕΕΕΕΚ) Κατερίνης που εκπροσώπησε τον πρόεδρο της ΕΛΜΕ Πιερίας και διευθυντή του ΕΕΕΚ Κατερίνης Χρήστο Αντωνίου και της κας Γεωργίας Κατσαλή, Προέδρου του Συλλόγου Γονέων, Κηδεμόνων και Φίλων ΑΜΕΑ Πιερίας «Στηρίζω».
Φέτος, στο πλαίσιο της τήρησης των μέτρων προστασίας κατά της νόσου Covid-19, η εκδήλωση πραγματοποιήθηκε στην αίθουσα συνεδριάσεων του Δήμου Δίου-Ολύμπου στο Λιτόχωρο χωρίς την παρουσία κοινού, σε απευθείας μετάδοση μέσω της ιστοσελίδας του Φεστιβάλ στο facebook (facebook.com/dhiafest). Σχετικά αποσπάσματα μπορείτε να παρακολουθήσετε στην ιστοσελίδα του Δήμου στο www.dion-olympos.gr/8ο-festival-entaksiakis-koultouras-kofoi-kai-akouontes

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης παρουσίασαν όλοι οι ομιλητές συνοπτικά το έργο του φορέα τους στον τομέα της Κοινωνικής Πρόνοιας και Αλληλεγγύης με προσανατολισμό τη συμπερίληψη πληθυσμών ΑμεΑ και γενικότερα, ευάλωτων πληθυσμών. Έγιναν πολύ ενδιαφέρουσες τοποθετήσεις καθώς και προτάσεις μεταξύ των οποίων και οι ακόλουθες:
-αναγκαιότητα οργανωμένης και τακτικής συνάντησης φορέων με κοινά ενδιαφέροντα με δέσμευση κατά βάση των κεντρικών διοικήσεων (παρόντες εκπρόσωποι στην περιοχή του Δήμου Αθηναίων)
-συμφωνία και θετική ανταπόκριση (στην πρόταση της ομάδας των Χανίων) για διατήρηση της επαφής των εκπροσώπων των φορέων και δικτύωσης των τοπικών επιτροπών των πόλεων που συμμετέχουν στο συγκεκριμένο φεστιβάλ
- υποστήριξη και αλληλεγγύη μεταξύ των παρόντων φορέων σε δράσεις παρόμοιες με το παρόν φεστιβάλ
- πρόταση για φιλοξενία δράσεων αφής της ολυμπιακής φλόγας σε τακτική βάση και στο πλαίσιο δραστηριοτήτων συναφών με ΑμεΑ
- πρόταση για συνέργειες που θα εξυπηρετήσουν στην επαγγελματική αποκατάσταση και αυτοσυντήρηση ΑμεΑ με την υποστήριξη της τοπικής κοινωνίας (ειδικοί ξενώνες και οικήματα, προτεραιότητες σε συγκεκριμένες θέσεις εργασίας, ομαλή μετάβαση στην κοινωνική ζωή του τόπου κ.α. περί επαγγελματικής αποκατάστασης, δια βίου μάθησης και ψυχαγωγικής απασχόλησης ΑμεΑ).

- δέσμευση του Υφυπουργού να υποστηρίξει έμπρακτα τους εμπλεκόμενους φορείς και πόλεις την επόμενη χρονιά για την καλύτερη οργάνωση των δραστηριοτήτων του φεστιβάλ.

Παρουσίαση και Προβολή Δράσεων Κοινωνικής Πρόνοιας ΟΛΥΜΠΟΥ
Δράσεις Κέντρου Κοινότητας Δήμου Δίου Ολύμπου
Ουρανία Κατσάμπα
Δημαρχιακή Σύμβουλος
Ο νέος φορέας απονομής των επιδομάτων και λοιπών προνοιακών παροχών που αφορούν σε άπορους και ανασφάλιστους πολίτες ΑΜΕΑ, καθώς και σε άλλες ευάλωτες ομάδες πληθυσμού οι οποίες χρήζουν στήριξης, είναι πλέον ο ΟΠΕΚΑ (Οργανισμός Προνοιακών Επιδομάτων και Κοινωνικής Αλληλεγγύης). Ο νέος φορέας κατάρτισε, λεπτομερή οδηγό των προγραμμάτων στήριξης, των κατά περίπτωση παροχών και των προϋποθέσεων που απαιτούνται για την ένταξη σε αυτά.
Οι ενδιαφερόμενοι πολίτες μπορούν να συμβουλεύονται το σχετικό οδηγό, και να απευθύνονται στο Κέντρο Κοινότητας Δήμου Δίου-Ολύμπου για περαιτέρω πληροφορίες και υποβολή των σχετικών αιτημάτων. Το Κέντρο Κοινότητας Δήμου Δίου – Ολύμπου στελεχώνεται από Κοινωνική Λειτουργό και Ψυχολόγο.

Ειδικότερα, το κέντρο κοινότητας παρέχει τις ακόλουθες υπηρεσίες:
Α) Υποδοχή, ενημέρωση, υποστήριξη πολιτών
Β) Συνεργασία με υπηρεσίες και δομές
Γ) Παροχή Υπηρεσιών που θα αποσκοπούν στη βελτίωση του βιοτικού επιπέδου και θα διασφαλίζουν την κοινωνική ένταξη των ωφελούμενων.

Στόχος:
Με τη λειτουργία του Κέντρου επιδιώκεται η ανάπτυξη ενός τοπικού σημείου αναφοράς για την υποδοχή, εξυπηρέτηση και διασύνδεση των πολιτών με όλα τα κοινωνικά προγράμματα και υπηρεσίες που υλοποιούνται στην περιοχή αλλά και σε εθνικό επίπεδο.
Ειδικότερα, το Κέντρο Κοινότητας μπορεί:
•να πληροφορεί και να διασυνδέει τους πολίτες με φορείς και προγράμματα κοινωνικής προστασίας, αλληλεγγύης και κοινωνικής ένταξης που υλοποιούνται σε τοπικό, περιφερειακό και εθνικό επίπεδο,
•να υποστηρίζει τους πολίτες για την ένταξή τους στα προγράμματα κοινωνικής προστασίας και στη διαδικασία υποβολής αιτήσεων,
•να παρέχει ολοκληρωμένη υποστήριξη στους ωφελούμενους του Προγράμματος«Ελάχιστο Εγγυημένο Εισόδημα» (πρώην «Κοινωνικό Εισόδημα Αλληλεγγύης»), από τη διαδικασία της υποβολής της αίτησης και την ορθή συμπλήρωσή της έως τις απαραίτητες οδηγίες για την προσκόμιση και παραλαβή των απαραίτητων δικαιολογητικών.

•να συνεργάζεται και παραπέμπει αιτήματα σε άλλες δομές καθώς και σε υπηρεσίες απασχόλησης, που παρέχονται στα γεωγραφικά όρια της περιοχής λειτουργίας του
•να παρέχει συμβουλευτική υποστήριξη,
•να αναπτύσσει δράσεις δημιουργικής απασχόλησης και κοινωνικής ένταξης,
•να συγκεντρώνει και διανέμει βασικά αγαθά,
•να συμπράττει στην ανάπτυξη Δικτύου Εθελοντισμού
•να διοργανώνει εκδηλώσεις πολιτισμικού, επιμορφωτικού, κοινωνικού περιεχομένου.
Το Κέντρο Κοινότητας, μπορεί να εξυπηρετεί και να υποστηρίζει παιδιά και εφήβους σε θέματα επαγγελματικού προσανατολισμού, μαθητές με μαθησιακές δυσκολίες και γενικότερα κάθε πολίτη που προσέρχεται ζητώντας να λάβει τις προσφερόμενες υπηρεσίες.

Πληροφορίες
Τηλ.: 235 2083 780
Email: moula@dion-olympos.gr, brousia@dion-olympos.gr
Εφορεία Αρχαιοτήτων Πιερίας

Καλώς τους. Μέριμνα και δράσεις της Εφορείας Αρχαιοτήτων Πιερίας για ευπαθείς ομάδες

Ελένη Κλινάκη, Σοφία Κουλίδου, Μαρία Παπαθανασίου,
Βασιλική Κυπριανού
Αρχαιολόγοι

Ο πολιτισμός οφείλει να υπηρετεί το αυτονόητο: τη διαφορετικότητα, την ενσυναίσθηση, τον αυτοσεβασμό, την αυτοπεποίθηση, τη γνώση, τη χαρά. Η Εφορεία Αρχαιοτήτων Πιερίας, σε αυτό το αξιακό πλαίσιο, υλοποιεί επί σειρά ετών,έργα υποδομών και δράσεις, με σεβασμό στη διαφορετικότητα και ισότιμη συνύπαρξη ανθρώπων με και χωρίς αναπηρία, συμβάλλοντας στην υπέρβαση των διακρίσεων όχι μόνο σε πολιτισμικό αλλά κυρίως σε κοινωνικό επίπεδο.
Στην ανακοίνωση θα παρουσιαστούν οι υποδομές καιοι διαδρομές με δυνατότητα πρόσβασης ΑΜΕΑ και οι διαδραστικές και βιωματικές δράσεις που έχουν πραγματοποιηθεί τα τελευταία χρόνια, με την πολύτιμη συνεργασία φορέων όπως το Κέντρο Εκπαίδευσης και Αποκατάστασης Τυφλών Ελλάδος-Παράρτημα Θεσσαλονίκης το Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Ολύμπου, ο Φορέας Εθνικού Δρυμού Ολύμπου, τοΦεστιβάλ «Κωφοί και Ακούοντες εν δράσει».

Πληροφορίες
Τηλ/Email: Μαρία Παπαθανασίου, 2351053644e-mail: mariaolymbou@gmail.com
Βάσω Κυπριανού 23510 33884e-mail: vakyprianou@yahoo.gr

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
Υπεύθυνος Νομού: Τομπούλογλου Ιωάννης

6η Πράξη/ 25-09-2020
Την Παρασκευή, 25 Σεπτεμβρίου 2020 και ώρα 17:00, στην Αίθουσα Μανώλη Αναγνωστάκη του Δημαρχιακού Μεγάρου Θεσσαλονίκης, στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας "Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει" συνεδρίασαν φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης και άλλοι φορείς κοινωφελούς χαρακτήρα με συναφές έργο και κοινωνική ευθύνη για να συμμετέχουν σε συνάντηση εργασίας με στόχο την "ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΡΑΣΕΩΝ Κοινωνικής Πρόνοιας" του φορέα τους. Τη συνάντηση τίμησαν αξιοσήμαντα στελέχη δημόσιας διοίκησης, κοινωνικής αλληλεγγύης και εκπαιδευτικής πολιτικής και συγκεκριμένα ο Αρχιμανδρίτης Δαμασκηνός Πέτικας, Υπεύθυνος Γενικού Φιλόπτωχου Ταμείου Ιεράς Μητρόπολης Θεσσαλονίκης, ο Διευθυντής Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτικής Θεσσαλονίκης, Φροσύνης Αθανάσιος & ο Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πολιτικής Δήμου Θεσσαλονίκης, Ανδονόπουλος Χάρης. Η δράση τελούσε υπό την αιγίδα της Αντιδημαρχίας Κοινωνικής Πολιτικής του Δήμου Θεσσαλονίκης.

Στη συγκεκριμένη συνάντηση συμμετείχαν οι ακόλουθοι εκπρόσωποι φορέων:
Καρασαββίδου Σιλβάνα, τ. Πρόεδρος του Κέντρου Κοινωνικής Πρόνοιας της Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας και νυν Πρόεδρος του Συλλόγου Μαζί για την Οικογένεια και το Παιδί
1.Ανδονόπουλος Χαράλαμπος (Χάρης), Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πολιτικής Δήμου Θεσσαλονίκης
2.Αρχιμανδρίτης Δαμασκηνός Πέτικας, Υπεύθυνος Γενικού Φιλόπτωχου Ταμείου Ιεράς Μητροπόλεως Θεσσαλονίκης
3.Φροσύνης Αθανάσιος, Διευθυντής Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτικής Θεσσαλονίκης
4.Ιωαννίδου Ειρήνη, Συντονίστρια ΕΚπαιδευτικού Έργου Αειφορίας Δυτικής Θεσσαλονίκης
5.Τομπούλογλου Γιάννης, Υπεύθυνος Αγωγής Υγείας Π//θμιας Εκπ/σης Ανατολ. Θεσ/νίκης, Γενικός Γραμματέας Πανελλήνιου Συλλόγου ΕΚπαιδευτικών Αγωγής Υγείας, Μέλος της Οργανωτικής Επιτροπής του
6.Ντέρρη Ιωάννα, Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας Δ/θμιας Εκπ/σης Ανατ. Θεσ/νίκης, Μέλος του Πανελλήνιου Συλλόγου ΕΚπαιδευτικών Αγωγής Υγείας
7.Μιχαηλίδου Μαρία, Διευθύντρια Ειδικού Γυμνασίου Λυκείου Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης Κωφών και Βαρηκόων Θεσσαλονίκης
8.Ευαγγέλου Αλεξάνδρα, Διευθύντρια Ειδικού Δημοτικού Σχολείου Θεσσαλονίκης για Παιδιά με Αυτισμού
9.Καβαζίδου Ελένη, ΕΚπαιδευτικός 3ου Πειραματικού Δημοτικού Σχολείου Ευόσμου,
Ταμείας του Πανελλήνιου Συλλόγου Εκπαιδευτικών Αγωγής Υγείας, Υπεύθυνη Επικοινωνίας του ΔΙκτύου Πόλεων του 8ου Φεστιβάλ ΕΝταξιακής Κουλτούρας Φέτος, στο πλαίσιο της τήρησης των μέτρων προστασίας κατά της νόσου Covid-19 χωρίς την παρουσία κοινού, σε απευθείας μετάδοση μέσω της ιστοσελίδας του Φεστιβάλ στο facebook (facebook.com/dhiafest).

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης παρουσίασαν όλοι οι ομιλητές συνοπτικά το έργο του φορέα τους στον τομέα της Κοινωνικής Πρόνοιας και Αλληλεγγύης με προσανατολισμό τη συμπερίληψη πληθυσμών ΑμεΑ και γενικότερα, ευάλωτων πληθυσμών. Έγιναν πολύ ενδιαφέρουσες τοποθετήσεις καθώς και προτάσεις μεταξύ των οποίων και οι ακόλουθες:

-αναγκαιότητα οργανωμένης και τακτικής συνάντησης φορέων με κοινά ενδιαφέροντα

-δικτύωση φορέων ΑμεΑ, και ο ρόλος του συλλόγου “Μαζί για την Οικογένεια και το Παιδί”

-συμφωνία και θετική ανταπόκριση (στην πρόταση της ομάδας των Χανίων) για διατήρηση της επαφής των εκπροσώπων των φορέων και δικτύωσης των τοπικών επιτροπών των πόλεων που συμμετέχουν στο συγκεκριμένο φεστιβάλ υποστήριξη και αλληλεγγύη μεταξύ των παρόντων φορέων σε δράσεις παρόμοιες με το παρόν φεστιβάλ

πρόταση για συνέργειες που θα εξυπηρετήσουν στην επαγγελματική αποκατάσταση και αυτοσυντήρηση ΑμεΑ με την υποστήριξη της τοπικής κοινωνίας (ειδικοί ξενώνες και οικήματα, προτεραιότητες σε συγκεκριμένες θέσεις εργασίας, ομαλή μετάβαση στην κοινωνική ζωή του τόπου κ.α. περί επαγγελματικής αποκατάστασης, δια βίου μάθησης και ψυχαγωγικής απασχόλησης ΑμεΑ)

προβληματισμοί για την εκπαιδευτική πολιτική σχολικών μονάδων ειδικής αγωγής, δυνατότητες συμπερίληψης σε τυπικά σχολεία, διλήμματα, προβληματισμοί, αναγκαιότητες και κοινωνικοπολιτικές ανεπάρκειες που δυσχεραίνουν προς μία τέτοια κατεύθυνση. Πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα της συμπεριληπτικής διδασκαλίας ανά περίπτωση ΑμεΑ (φάσμα του αυτισμού, φυσικές αναπηρίες, αισθητηριακές διαταραχές, σοβαρές διαταραχές επικοινωνίας και λόγου, νοητική υστέρηση κτλ), ειδικό εκπαιδευτικό προσωπικό και σχετική εξειδίκευση κτλ.

Παρουσίαση και Προβολή Δράσεων Κοινωνικής Πρόνοιας ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
Οι Δράσεις του Τμήματος Αγωγής Υγείας της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ανατολικής Θεσσαλονίκης

Δρ Ιωάννα Ντέρη
Φιλόλογος Ψυχολόγος

Στη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ανατολικής Θεσσαλονίκης ανήκουν 4 Εργαστήρια Ειδικής Επαγγελματικής Εκπαίδευσης & κατάρτισης (Ε.Ε.Ε.Ε.Κ.), 1 Ειδικό Γυμνάσιο, 2 Ενιαία Ειδικά Επαγγελματικά Γυμνάσια/Λύκεια, 1 Ειδικό Γυμνάσιο/Λύκειο ΕΑΕ Κωφών & Βαρηκόων Θεσσαλονίκης και το Ειδικό Γυμνάσιο με Λυκειακές Τάξεις του Νοσοκομείου Παπανικολάου.
Το Τμήμα Αγωγής Υγείας έχει μακρόχρονη συνεργασία με τα περισσότερα από αυτά τα σχολεία, μέσα από την υλοποίηση προγραμμάτων Αγωγής Υγείας που υλοποιούνται σ΄αυτά Από την παρακολούθηση της δουλειάς των εκπαιδευτικών με τους μαθητές /τριές τους, και του τελικού παραγόμενου έργου στο τέλος της χρονιάς, προσκομίζουμε την άρτια επαγγελματική εξειδίκευση των εκπαιδευτικών και την ικανοποίηση και χαρά των μαθητών και μαθητριών. Αποτελεί για εμάς μια ουσιαστική εμπειρία επικοινωνίας.
Θα σταθούμε σε δύο σημεία που έχουν σχέση με την επικοινωνία ή μη ανάμεσα σε άτομα με αναπηρία, ειδικές αναπτυξιακές ανάγκες και στο λοιπό πληθυσμό. Μια σημαντική έλλειψη που έχουμε, αφορά στην επιμόρφωση σχετικά αφενός με τις πολιτικές και τις πρακτικές που εφαρμόζονται σε σχέση με την συνεκπαίδευση και την ένταξη παιδιών με αναπηρίες και ειδικές αναπτυξιακές ανάγκες και αφετέρου με την επικοινωνία και συνεργασία που μπορεί να αναπτυχθεί ανάμεσα σε μονάδες Ειδικής Αγωγής και Γενικής Εκπαίδευσης.
Η εμπειρία μας από την παρακολούθηση κοινών εκδηλώσεων και συνεργασιών σχολικών μονάδων των δύο ομάδων που προαναφέρθηκαν έχει μόνο θετικές αναφορές και για τις δύο ομάδες. Συμβάλλει θετικά στην κοινωνικοποίηση των παιδιών κι εφήβων των σχολείων Ειδικής Αγωγής, όσο στην εξάλειψη κάθε είδους προκαταλήψεων εκείνων που φοιτούν στη γενική εκπαίδευση.

Πληροφορίες
Τηλ.: 2310.524-838
Email: mail@dide-a.thess.sch.gr

Οι Δράσεις του Πολιτιστικού Οργανισμού Μακεδονίας Θράκης Εσαεί εν Ροή
Ο Πολιτιστικός Οργανισμός Μακεδονίας Θράκης ΕΣΑΕΙ ΕΝ ΡΟΗ
από το 2003 ξεκίνησε συνεργασίες με διάφορους φορείς για ομαλή συνένταξη ταλαντούχων νέων με Αναπηρία σε εκθέσεις ζωγραφικής, χοροθεατρικά δρώμενα και καλλιτεχνικές δράσεις. Μάλιστα, συχνά συμπεριλαμβάνονταν μέσα στις ομάδες εθελοντών άτομα με λιγότερες ευκαιρίες, ευπαθείς πληθυσμοί και ΑμεΑ.

Επίσης, από το 2013 συναποτελεί οργανιμό μέλος της ομάδας οργάνωσης και διοίκησης του Πανελλήνιου Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας μεριμνώντας για την επάνδρωση των δράσεων με εθελοντές και διοικητική υποστήριξη των δράσεων.
Από το 2018 εντάχθηκε στους πιστοποιημένους φορείς του Εὐρωπαϊκού Σώματος Αλληλεγγύης και υλοποιεί προγράμματα με οικολογικό και κοινωνικό ενδιαφέρον υπέρ της ενδυνάμωσης των κοινοτήτων ευπαθών πληθυσμών με έμφαση σε πληθυσμιακές μειονότητες Ατόμων με Αναπηρία και ανάπτυξης επαγγελματικών δεξιοτήτων ατόμων με λιγότερες ευκαιρίες.

Πληροφορίες
Τηλ.: 2314 042 342
Email: esai@esai.gr

ΘΑΣΟΣ
Υπεύθυνη Νομού: Καλούδη Αποστολία

7η Πράξη/ 26-09-2020

Το Σάββατο, 26 Σεπτεμβρίου 2020 και ώρα 09:00, στο Καλογερικόν του Δήμου Θάσου, στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας "Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει" συνεδρίασαν φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης και άλλοι φορείς κοινωφελούς χαρακτήρα με συναφές έργο και κοινωνική ευθύνη για να συμμετέχουν σε συνάντηση εργασίας με στόχο την "ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΡΑΣΕΩΝ Κοινωνικής Πρόνοιας" του φορέα τους.
Τη συνάντηση τίμησαν αξιοσήμαντα στελέχη δημόσιας διοίκησης, κοινωνικής αλληλεγγύης και δημόσιας ασφάλειας και συγκεκριμένα, εκπρόσωπος της Ελληνικής Αστυνομίας (τοπικό παράρτημα) και ένας βουλευτής εκ της Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης.
Στη συγκεκριμένη συνάντηση, με συντονιστές τον πατήρ Παντελεήμων και την Καλούδη Αποστολία, εκπαιδευτικό, συμμετείχαν οι ακόλουθοι εκπρόσωποι φορέων:

1. Αρχιμανδρίτης κ. Παύλος Κίτσος, Ιεροκήρυξας, Ιερά Μητρόπολη Φιλίππων, Νεαπόλεως και Θάσου
2. Εκπρόσωπος του Δήμου Θάσου
3. Σμάραγδος Κρεμμύδας, Πρόεδρος Περιφερειακής Ένωσης Τυφλών Ανατολικής Μακεδονίας
4. Ελένη Καβαζίδου, ΕΚπρόσωπος των Δράσεων #Beactive ης Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, εκπαιδευτικός
5. Μπαχάς Γιάννης, εκπρόσωπος της Προτέκτα και Αθλητικών Σωματείων στον Νομό Θεσσαλονίκης, εκπαιδευτικός
6. Καλούδη Αποστολία, εκπαιδευτικός ειδικής αγωγής, μαθηματικός
7. Εκπρόσωπος Αστυνομικού Παραρτήματος Θάσου
8. Ζέρβα Ευθυμία, Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός, Τομέας Σαμαρειτών...??? , Παράρτημα Καβάλας.

Το πρόγραμμα ήτο ακριβώς όπως σχεδιάσθηκε και ήταν από τις λίγες πόλεις που δεν έλειπε κανείς από τους προσκεκλημένους. Αξιοσήμαντο ότι ο η συνέργεια τοπικής εκκλησιαστικής κοινότητας, δήμου, περιφέρειας και εκπαιδευτικής κοινότητας καθώς και κοινοτήτων ΑμΕΑ ήταν αμοιβαία και συγκινητική, από άποψη δεσμεύσεων, προσδοκιών και αμοιβαίας αλληλεγγύης, όπως άλλωστε και το 2019.
Φέτος, στο πλαίσιο της τήρησης των μέτρων προστασίας κατά της νόσου Covid-19 η συνεδρίαση έγινε χωρίς την παρουσία κοινού, σε απευθείας μετάδοση μέσω της ιστοσελίδας του Φεστιβάλ στο facebook (facebook.com/dhiafest).
Κατά τη διάρκεια της συνάντησης παρουσίασαν όλοι οι ομιλητές συνοπτικά το έργο του φορέα τους στον τομέα της Κοινωνικής Πρόνοιας και Αλληλεγγύης με προσανατολισμό τη συμπερίληψη πληθυσμών ΑμεΑ και γενικότερα, ευάλωτων πληθυσμών.

Έγιναν πολύ ενδιαφέρουσες τοποθετήσεις καθώς και προτάσεις μεταξύ των οποίων και οι ακόλουθες:
αναγκαιότητα οργανωμένης και τακτικής συνάντησης φορέων με κοινά ενδιαφέροντα συμφωνία και θετική ανταπόκριση (στην πρόταση της ομάδας των Χανίων) για διατήρηση της επαφής των εκπροσώπων των φορέων και δικτύωσης των τοπικών επιτροπών των πόλεων που συμμετέχουν στο συγκεκριμένο φεστιβάλ υποστήριξη και αλληλεγγύη μεταξύ των παρόντων φορέων σε δράσεις παρόμοιες με το παρόν φεστιβάλ εκπαιδευτική πολιτική και αναγκαιότητες υποστήριξης δομών ΑμεΑ κοινωνική πολιτική, ποιότητα ζωής ΑμΕΑ και προσδοκίες των σωματείων ΑμΕΑ από την πολιτική ηγεσία και τις υπηρεσίες κοινωνικής πρόνοιας.

Παρουσίαση και Προβολή Δράσεων Κοινωνικής Πρόνοιας ΘΑΣΟΥ
Οι Δράσεις του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού Καβάλας

Το Σώμα εθελοντών Σαμαρειτών, Διασωστών & Ναυαγοσωστών του Περιφερειακού Τμήματος Καβάλας του Ε.Ε.Σ. δραστηριοποιείται στην Καβάλα από το 2008, έτος ίδρυσής του.
Το πεδίο δράσης των εθελοντών Σαμαρειτών είναι ιδιαίτερα ευρύ: οι εθελοντές Σαμαρείτες α) κινητοποιούνται άμεσα σε περιπτώσεις φυσικής καταστροφής, όπως πυρκαγιές, πλημμύρες, σεισμούς, σε συνεργασία πάντα με την πολιτική προστασία και τους φορείς της, β) παρέχουν πρώτες βοήθειες σε κάθε είδους διοργάνωση (πολιτιστική, αθλητική, εθελοντική αιμοδοσία), γ) βοηθούν τις ευάλωτες και ευπαθείς κοινωνικές ομάδες (π.χ. συλλογή και διανομή τροφίμων), δ) υλοποιούν δράσεις για την προστασία του περιβάλλοντος (π.χ. πυρασφάλειες, δενδροφυτεύσεις), ε) οργανώνουν σεμινάρια πρώτων βοηθειών για πολίτες με σκοπό την εκπαίδευση των πολιτών.
Πρωταρχικός στόχος των εθελοντών Σαμαρειτών, όπως και όλων των εθελοντών του Ε.Ε.Σ. (Νοσηλευτικής, Κοινωνικής Πρόνοιας) είναι η παροχή βοήθειας σε όσους έχουν ανάγκη, με εστίαση κυρίως στις ευπαθείς κι ευάλωτες ομάδες του πληθυσμού.
Ενδεικτικά αναφέρουμε ότι οι δράσεις κατά το παρελθόν των εθελοντών Σαμαρειτών, Διασωστών & Ναυαγοσωστών του Περιφερειακού Τμήματος Καβάλας του Ε.Ε.Σ. σε σχέση με τις ευπαθείς ομάδες υπήρξαν οι εξής: α) συλλογή και διανομή τροφίμων σε τακτά διαστήματα σε οικογένειες της περιοχής που έχουν ανάγκη, β) συλλογή τροφίμων για το Χαμόγελο του παιδιού, γ) υποστήριξη προσφύγων στο λιμάνι της Καβάλας (2015), δ) συλλογή φαρμακευτικού υλικού για τους πυρόπληκτους στο Μάτι (2018), ε) Συλλογή τροφίμων για τους σεισμόπληκτους στην Αλβανία (2019).

Οι δράσεις μας κατά το παρελθόν σε σχέση με άτομα με αναπηρία ήταν: α) υγειονομική κάλυψη όλων των αγώνων μπάσκετ με αμαξίδιο στο κλειστό γυμναστήριο Αλεξάνδρα Δήμογλου σε συνεργασία με το Κέντρο Κοινωνικής Πρόνοιας Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας-Θράκης, β) συλλογή καπακιών με την απόκτηση αναπηρικού αμαξιδίου και παράδοσή τους στον Νομαρχιακό Σύλλογο ΑμεΑ. Καβάλας, γ) επίδειξη πρώτων βοηθειών σε μέλη του Νομαρχιακού Συλλόγου ΑμεΑ Καβάλας, της Περιφερειακής Ένωσης Τυφλών Μακεδονίας, του Συλλόγου Νεφροπαθών Καβάλας, του Συλλόγου Γονέων-Κηδεμόνων-Φίλων ατόμων με αυτισμό της Π.Ε. Καβάλας σε συνεργασία με τον Νομαρχιακό Σύλλογο ΑμεΑ Καβάλας. Η ευαισθησία των Συλλόγων και των φορέων με τους οποίους συνεργαστήκαμε, η προθυμία τους στο να πραγματοποιηθούν οι παραπάνω δράσεις συνέβαλε στην επιτυχή υλοποίησή τους.

Οι σκέψεις για το μέλλον αφορούν κυρίως:

α) στη σύναψη νέων συνεργασιών με αφορμή το συμπόσιο, β) στη στοχευμένη υλοποίηση δράσεων σε συγκεκριμένες ομάδες/κατηγορίες ΑμεΑ με σκοπό την προσαρμογή της δράσης στις ανάγκες της κάθε ομάδας, γ) στην επίδειξη πρώτων βοηθειών στο ίδρυμα Μέριμνας για το ειδικό παιδί Αγία Μαρίνα Καβάλας. Γενικά, το περιβάλλον και η υγεία μας ενώνουν: οι πρώτες βοήθειες και η προστασία του περιβάλλοντος (δενδροφύτευση, καθαρισμός αστικών μονοπατιών, δασών, παραλιών) είναι οι δύο παράγοντες, στους οποίους θα εστιάσουμε στο μέλλον σε σχέση με την διεύρυνση της συνεργασίας μας με τα άτομα με αναπηρία και τους συλλόγους τους.

Πληροφορίες
Τηλ.: 2510 223 318
Email: kavala.dpt@redcross.gr

ΜΑΡΩΝΕΙΑ – ΣΑΠΕΣ
Υπεύθυνη Νομού: Κυνδελέρου Δάφνη

8η Πράξη/ 27-09-2020

Την Κυριακή, 27 Σεπτεμβρίου 2020 και ώρα 09:00-14:00, στην Αίθουσα Πολλαπλών Χρήσεων του Φορέα Διαχείρισης ΕΘνικου Δρυμού Δέλτα, Βιστωνίδας και Ισμαρίδας, συνοριακά της Μαρώνειας και της Ξάνθης, στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας "Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει" συνεδρίασαν φορείς της τοπικής αυτοδιοίκησης και άλλοι φορείς κοινωφελούς χαρακτήρα με συναφές έργο και κοινωνική ευθύνη για να συμμετέχουν σε συνάντηση εργασίας με στόχο την "ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΡΑΣΕΩΝ Κοινωνικής Πρόνοιας" του φορέα τους στη Μαρώνεια και ευρύτερα, στον Νομό Ροδόπης. Τη συνάντηση τίμησαν αξιοσήμαντα στελέχη δημόσιας διοίκησης, κοινωνικής αλληλεγγύης και εκπαιδευτικής πολιτικής, μεταξύ των οποίων ο ΑΝτιπεριφερειάρχης Κοινωνικής Πολιτικής Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας κος Ιμαλμόγλου Τζιχάν και αξιοσήμαντα στελέχη της Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης.

Στη συγκεκριμένη συνάντηση συμμετείχαν οι ακόλουθοι εκπρόσωποι φορέων, όπως καταγράφηκαν σε σχετικό παρουσιολόγιο και με την ακόλουθη σειρά:

Στρογγυλή Τράπεζα Συμποσίου
ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΡΑΣΕΩΝ Κοινωνικής Πρόνοιας
(με εναλλαγή συνέδρων με μέγιστο αριθμό παρόντων εντός της αίθουσας τα 9 άτομα

1.Φιλιππάκη Αμαλία, Συντονίστρια Εκπαίδευτικού Έργου για την Αειφορία στο ΠΕΚΕΣ Κρήτης
2. Αφεντουλίδου Άννα, Συντονίστρια ΕΚπαιδευτικού Έργου για την Αειφορία στην Περιφέρεια Ανατολικής Μακεδονίας & Θράκης
3. Μπαχάς Ιωάννης, Δημοσιογράφος, Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής ασποσπασμένος στην Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης (παράρτημα Θεσσαλονίκης)
4. Εμμανουηλίδης Κωνσταντίνος, εκπρόσωπος Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού (Παράρτημα Κομοτηνής)
5. Κυνδελέρου Δάφνη, ΥΠεύθυνη Κέντρου Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Μαρώνειας
6. Ιομέρη ΑΘανασία, Διευθύντρια ΕΝΕΕΓΥΛ Κομοτηνής
7. Χικιμτζής Δημήτριος, Εκπαιδευτικός Πληροφορικής, ΕΝΕΓΥΛ Κομοτηνής
8. Πολίτη Χριστίνα, Διευθύντρια ΕΕΕΕΚ Κομοτηνής
9. Μαρματάκη Αρετή, Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων Δ/θμιας Εκπ/σης Χανίων, Βασικό Μέλος της Οργανωτικής Επιτροπής του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει
10. Δαλακούρα Νάγια, Αρχαιολόγος Εφορείας Αρχαιοτήτων Ροδόπης
11. Ιμαλμόγλου Τζιχάν, Αντιπεριφερειάρχης Κοινωνικής Πολιτικής
12. Ιωαννίδου Ειρήνη, Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου του ΠΕΚΕΣ Κεντρικής Μακεδονίας
13. Μεθημάκης Γιάννης, Εκπρόσωπος της Ιεράς Μητροπόλεως Μαρωνείας και Κομοτηνής
14. Καβαζίδου Ελένη, ΕΚπαιδευτικός 3ου Πειραματικού Δημοτικού Σχολείου Ευόσμου, Ταμίας του Πανελλήνιου Συλλόγου Εκπαιδευτικών Αγωγής Υγείας, Υπεύθυνη Επικοινωνίας του ΔΙκτύου Πόλεων του 8ου Φεστιβάλ ΕΝταξιακής Κουλτούρας

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης παρουσίασαν όλοι οι ομιλητές συνοπτικά το έργο του φορέα τους στον τομέα της Κοινωνικής Πρόνοιας και Αλληλεγγύης με προσανατολισμό τη συμπερίληψη πληθυσμών ΑμεΑ και γενικότερα, ευάλωτων πληθυσμών. Έγιναν πολύ ενδιαφέρουσες τοποθετήσεις καθώς και προτάσεις μεταξύ των οποίων και οι ακόλουθες:
-αναγκαιότητα οργανωμένης και τακτικής συνάντησης φορέων με κοινά ενδιαφέροντα
-δικτύωση φορέων ΑμεΑ με άλλους φορείς με παρόμοιο έργο και ευθύνη συμφωνία και θετική ανταπόκριση (στην πρόταση της ομάδας των Χανίων) για διατήρηση της επαφής των εκπροσώπων των φορέων και δικτύωσης των τοπικών επιτροπών των πόλεων που συμμετέχουν στο συγκεκριμένο φεστιβάλ

υποστήριξη και αλληλεγγύη μεταξύ των παρόντων φορέων σε δράσεις παρόμοιες με το παρόν φεστιβάλ
ενθάρρυνση και αναγνώριση του αξιόλογου έργου όλων των φορέων με ιδιαίτερη έμφαση στο δύσκολο έργο των εκπαιδευτικών
δέσμευση του Αντιπεριφερειάρχη Κοινωνικής Πολιτικής, έως τον ερχόμενο χρόνο να προκύψουν σημαντικές αναπτυξιακές δραστηριότητες με συνεργατική διάθεση μεταξύ των παρευρισκομένων
Φέτος, στο πλαίσιο της τήρησης των μέτρων προστασίας κατά της νόσου Covid-19 χωρίς την παρουσία κοινού, σε απευθείας μετάδοση μέσω της ιστοσελίδας του Φεστιβάλ στο facebook (facebook.com/dhiafest).

Συνάντηση Εργασίας στο πλαίσιο του Συμποσίου
Συγγραφή Εκπαιδευτικού Οδηγού για τους Εθνικούς Δρυμούς και τα Γεωπάρκα της Ελλάδος
δια ζώσης:
1.Φιλιππάκη Αμαλία, Συντονίστρια Εκπαίδευτικού Έργου για την Αειφορία στο ΠΕΚΕΣ Κρήτης
2.Κυνδελέρου Δάφνη, ΥΠεύθυνη Κέντρου Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Μαρώνειας
3.Μπαχάς Ιωάννης, Δημοσιογράφος, Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής ασποσπασμένος στην Ομοσπονδία Χειροσφαίρισης (παράρτημα Θεσσαλονίκης)
4.Μαρματάκη Αρετή, Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων Δ/θμιας Εκπ/σης Χανίων, Βασικό Μέλος της Οργανωτικής Επιτροπής του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας Κωφοί και Ακούοντες εν Δράσει
5.Ιωαννίδου Ειρήνη, Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου του ΠΕΚΕΣ Κεντρικής Μακεδονίας
6.Καβαζίδου Ελένη, ΕΚπαιδευτικός 3ου Πειραματικού Δημοτικού Σχολείου Ευόσμου, Ταμίας του Πανελλήνιου Συλλόγου Εκπαιδευτικών Αγωγής Υγείας, Υπεύθυνη Επικοινωνίας του ΔΙκτύου Πόλεων του 8ου Φεστιβάλ ΕΝταξιακής Κουλτούρας
εξ αποστάσεως:
1.Καρολίδου Σωτηρία, εκπαιδευτικός Δ/θμιας Εκπ/σης, μέλος της ομάδας ΚΕΣΥ Δ/θμιας Εκπ/σης Δυτ. Θεσσαλονίκης στον τομέα της Συμβουλευτικής και του Επαγγελματικού Προσανατολισμού
2.Κολιζερά Κωνσταντίνα, Διευθύντρια Ειδικού Γυμνασίου - Λυκείου Αθηνών, πρώην στέλεχος σε κεντρική υπηρεσία του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων
3.Κολιούσκα Χριστιάνα, Περιβαλλοντολόγος - Δασολόγος, ερευνήτρια, ακαδημαϊκή απασχόληση, Θεσσαλονίκη
4.Ιορδανίδου Μάρθα, φιλόλογος, εκπαιδευτικός Ειδικής Αγωγής στο Ειδικό Γυμνάσιο - Λύκειο Κωφών και Βαρηκόων Θεσσαλονίκης
5.Μουδατσάκη Ελένη, απόφοιτος επιστήμης Υπολογιστών και εξειδίκευση στην Ειδική Αγωγή και στις Τεχνολογίες Πληροφορίας και Επικοινωνιών στην Εκπαίδευση, συνεχής επαγγελματική εκπαίδευση και κατάρτιση εντός κι εκτός Ελλάδος (βάση: Ηράκλειο Κρήτης)

6.Δήμου Αθανάσιος, μηχανικός Γεωπληροφορικής και Τοπογραφίας, υπάλληλος ΥΠΠΟΑ, Αθήνα
7.Ηλιοπούλου Μάρθα, Ιδιοκτήτρια Κέντρου Αγωγής Παιδιού και Εφήβου “Εξέλιξη” στη Σπάρτη Λακωνίας
8.Πετρίδου Χαριτίνη, ΠΕ11 Φυσικής Αγωγής, ΕΕΕΕΚ Αγ. Νικολάου Λασιθίου
9.Στούμπου Ειρήνη, ΠΕ11, περιοδική απασχόληση, με μεταπτυχιακές σπουδές και συνεχόμενη εκπαίδευση και κατάρτιση (βάση: Θεσσαλονίκη)

Σχεδόν όλα τα μέλη της συγγραφικής ομάδας παρατηρήθηκε ότι πέραν των μεταπτυχιακών τους σπουδών και του υωηλού επιπέδου κατάρτισης, είχαν αξιόλογο εκπαιδευτικό, επιμορφωτικό ή ερευνητικό έργο.
Αν και προέκυψαν σημαντικά τεχνικά προβλήματα η ομάδα συνεργατών ήταν ιδιαίτερα ανεκτική και συμβιβαστική με τις αντιξοότητες. Αφού συστήθηκαν όλοι, συζητήθηκαν λεπτομέρειες σχετικά με τη συγγραφή του εκπαιδευτικού οδηγού. Όλοι οι παρόντες ενημερώθηκαν ότι προηγήθηκε συναίνεση από τους Εθνικούς Δρυμούς και τα Γεωπάρκα οι οποίοι:
παραχωρούν το ενημερωτικό τους υλικό σε ηλεκτρονική μορφή, ενώ κάποιοι και σε έντυπη.
Δέχονται να ορισθεί υπεύθυνος επικοινωνίας για την περαιτέρω συνεννόηση με τη συγγραφική ομάδα.

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης συστήθηκε κάθε συμμετέχων/ - ουσα και αναφέρθηκαν προβληματισμοί, αναστολές και προσδοκίες. Αναφέρθηκε ότι είναι ιδιαίτερα σημαντική η δέσμευση της συγγραφικής ομάδας και διεκπεραίωση των καθηκόντων που θα αναλάβουν ώστε θα ακολουθούσε σχετική επίσημη δήλωση προτιμήσεων και δυνατοτήτων εμπλοκής ανά άτομο. Προτάθηκε ο καταμερισμός καθηκόντων και η σύσταση ομάδων εργασίας ξεχωριστά για κάθε περιοχή και συγκεκριμένα για τα:
•Γεωπάρκο ΣΗΤΕΙΑΣ
•Γεωπάρκο ΛΕΣΒΟΥ
•Γεωπάρκο ΒΙΚΟΥ ΑΩΟΥ (Ήπειρος)
•Γεωπάρκο ΧΕΛΜΟΥ ΒΟΥΡΑΪΚΟΥ (Πελοπόννησος)
•Γεωπάρκο ΨΗΛΟΡΕΙΤΗ (Λευκά Όρη)
Εθνικοί Δρυμοί
•ΣΑΜΑΡΙΑΣ (Κρήτη)
•ΣΟΥΝΙΟΥ
•ΠΑΡΝΑΣΟΥ
•ΠΑΡΝΗΘΑΣ (Στερεά Ελλάδα)
•ΑΙΝΟΥ (Ιόνιο)
•ΟΙΤΗΣ (Στερεά Ελλάδα - Ήπειρος)
•ΒΙΚΟΥ ΑΩΟΥ (Ήπειρος)
•ΠΙΝΔΟΥ (Ήπειρος)
•ΟΛΥΜΠΟΥ (Μακεδονία)
•ΠΡΕΣΠΩΝ (Μακεδονία)
•ΔΕΛΤΑ ΝΕΣΤΟΥ, ΒΙΣΤΩΝΙΔΑΣ ΙΣΜΑΡΙΔΑΣ & ΘΑΣΟΥ (Ανατ. Μακεδονία ΘΡΑΚΗ)

Το αρχικό πλάνο που παρουσιάσθηκε είχε ως εξής:
- Ηλεκτρονική Φόρμα με προτιμήσεις και σειρά προτιμήσεων
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ: Οριστικοποίηση Ομάδων Εργασίας Μελέτη Ενημερωτικού Υλικού
ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ: 1η συνάντηση ομάδων εργασίας και σχεδιασμός σταδίων συγγραφής με προσαρμο-σμένο χρονοδιάγραμμα . Επιτόπια Ανιχνευση Δρυμού/ Γεωπάρκου, Επιλογή 5 Υποθεματικών
και συναφών Τίτλων ανά Προστατευόμενη Περιοχή Προτάσεις για Δραστηριότητες και Φύλα Εργασίας (Orientiering, Μουσειοπαιδαγωγικές Δραστηριότητες, Δραστηριότητες Αναψυχής)
ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ: Κατανομή Εργασίας (Εικονογραφηση, Απλοποίηση Κειμένου, Δραστηριότητες)
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ: Ολομέλεια, Παρουσίαση Κατάστασης Έργου Ομάδων Εργασίας, 1ο Πρόχειρο Σχέδιο του ΕΚπαιδευτικού Οδηγού/ Παρουσίαση του έργου κάθε ομάδας, προτάσεις - αναπροσαρμογές
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ: Ορισμός Ομάδας Επιμέλειας του Εκπαιδευτικού Οδηγού
ΜΑΡΤΙΟΣ: Ολοκλήρωση Σχεδίου
ΑΠΡΙΛΙΟΣ: Διεκπεραίωση, Προβολή, Διάχυση

Παρουσίαση και Προβολή Δράσεων Κοινωνικής Πρόνοιας ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Εκπαιδευτικές πολιτικές και συμπερίληψη στο ελληνικό σχολείο.

Τοζακίδης Ανανίας
Συντονιστής Εκπαιδευτικού Έργου ΑΜΘ

Η ειδική αγωγή από το 1994 με την διακήρυξη της Σαλαμάνκα, η οποία υιοθετήθηκε από πολλά κράτη, έφερε στο φως την αξία της συμπερίληψης. Η συμπερίληψη προσφέρει το δικαίωμα σε κάθε παιδί με αδυναμίες που χρήζει ειδικής εκπαίδευσης, να βρίσκεται και να υποστηρίζεται στο τυπικό σχολείο. Επιπροσθέτως, τα παιδιά που προέρχονται από διαφορετικό πολιτισμικό και εθνικό πλαίσιο, είναι πολύ πιθανό, να ενταχθούν σε πρόγραμμα υποστήριξης.. Οι συμπεριληπτικές πολιτικές στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση εμπεριέχουν τις εξής υποστηρικτικές δομές:
1.Τμήματα ένταξης
2.Παράλληλη στήριξη
3.Τμήματα υποδοχής ΖΕΠ
4.Τα σχολικά δίκτυα ΣΔΕΥ-ΕΔΕΑΥ
5.Τα κέντρα διάγνωση και υποστήριξης (ΚΕΣΥ)
Συγχρόνως όμως με τις παραπάνω συμπεριληπτικές δομές, διακρίνουμε στο εκπαιδευτικό μας σύστημα τρία ειδικά σχολεία, το ειδικό σχολείο στην πρωτοβάθμια καθώς και δυο ειδικά στην δευτεροβάθμια (ΕΕΕΕΚ & ΕΝΕΓΥΛ).

Από τα παραπάνω μας γεννούνται κάποια ερωτήματα:
1.Οι εκπαιδευτικές πολιτικές που εφαρμόζονται στα ελληνικά σχολεία, υπηρετούν την αξία της συμπερίληψης;
2.Ανιχνεύουμε κάποια παραδοξότητα όσο αφορά τις πολιτικές για τη σωστή εφαρμογή της συμπερίληψης;
3.Αρκεί το εκπαιδευτικό προσωπικό να εξυπηρετήσει τις αρχές της συμπερίληψης;
4.Ποιες είναι οι προσδοκίες των γονέων παιδιών με δυσκολίες-αναπηρία, όσο αφορά την εκπαίδευση των παιδιών τους;
5.Υπάρχει μια κεντρική κατεύθυνση στις εκπαιδευτικές πολιτικές, ώστε κάποια στιγμή να φτάσουμε στην πολυπόθητη συμπεριληπτική εκπαίδευση;
Τα παραπάνω, είναι μερικά απ' τα ερωτήματα που θα γίνει μια προσπάθεια να απαντηθούν στην παρούσα εργασία.

Πληροφορίες
Τηλ.:
Email: 6syn70-amth@sch.gr, & tananias@sch.gr

«Η ενταξιακή κουλτούρα στις Σχολικές Δραστηριότητες των Ε.Ε.Ε.Ε.Κ και ΕΝ.Ε.Ε.ΓΥ.Λ Κομοτηνής»

Αθανασία Ιομέρη
Διευθύντρια στο Ειδικό Επαγγελματικό Γ/σιο-Λύκειο Κομοτηνής
Χριστίνα Πολίτη
Διευθύντρια στο Ειδικό Επαγγελματικό Εργαστήριο Εκπαίδευσης Κομοτηνής

Οι σύγχρονες παιδαγωγικές, διδακτικές και πολιτισμικές απαιτήσεις οδήγησαν, εδώ και αρκετά χρόνια, το ελληνικό σχολείο στην υιοθέτηση μιας δοκιμασμένης ευρωπαϊκής ομαδοσυνεργατικής-διερευνητικής εκπαιδευτικής πρακτικής, αυτής των Καινοτόμων Προγραμμάτων. Στο πλαίσιο αυτό, εισήχθη, μεταξύ άλλων, ο θεσμός των Προγραμμάτων Σχολικών Δραστηριοτήτων (Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης, Αγωγής Υγείας, Πολιτιστικών Θεμάτων, Αγωγής Σταδιοδρομίας), τα οποία διαθέτουν ευρεία θεματολογία, προκρίνουν την ενεργοποίηση των μαθητών και τη δυναμική είσοδό τους στην ευρύτερη κοινωνία που τους περιβάλλει. Όταν, μάλιστα, τέτοια προγράμματα υλοποιούνται σε σχολικές μονάδες Ειδικής Αγωγής, το όφελος για τους συμμετέχοντες μαθητές είναι ευλόγως πολλαπλό. Τέτοιες είναι το Ε.Ε.Ε.Ε.Κ και το ΕΝ.Ε.Ε.ΓΥ.Λ Κομοτηνής. Το έργο που συντελείται σε αυτές παρουσίασαν συνοπτικά οι δύο διευθύντριές τους Αθανασία Ιομέρη (Ειδικό Επαγγελματικό Γ/σιο-Λύκειο Κομοτηνής) και Χριστίνα Πολίτη (ΕΕΕΕΚ Κομοτηνής).

Το Ε.Ε.Ε.Ε.Κ (Ειδικό Επαγγελματικό Εργαστήριο Εκπαίδευσης) Κομοτηνής ανήκει στην Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση και σε αυτό φοιτούν μαθητές ηλικίας 14-22 ετών, με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες. Καλύπτει το φάσμα της υποχρεωτικής εκπαίδευσης, επιπέδου Γυμνασίου. Σύμφωνα με το Ν.2817/2000, τα Ε.Ε.Ε.Ε.Κ. σκοπό έχουν να παρέχουν στους μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες επαγγελματική κατάρτιση, με απώτερο σκοπό την κοινωνική ένταξη και συμμετοχή τους στην παραγωγική διαδικασία. Οι εκπαιδευτικές δράσεις που πραγματοποιούνται έχουν ως κύριο σκοπό τη κοινωνικοποίηση των μαθητών, την ένταξη και την αποδοχή τους από την τοπική κοινότητα και οι εκπαιδευτικές επισκέψεις παίζουν σημαντικό ρόλο σε αυτόν το σκοπό. Μερικές ενδεικτικές επισκέψεις και δράσεις που πραγματοποιήθηκαν σε αυτή την κατεύθυνση είναι οι εξής: Πραγματοποίηση Χριστουγεννιάτικου και Πασχαλινού Bazzar με προϊόντα που κατασκευάστηκαν στο σχολείο από τους μαθητές και τους εκπαιδευτικούς, επισκέψεις σε επιχειρήσεις της περιοχής, σε εργοστάσια, σε εκθέσεις εικαστικών τεχνών για επαφή με την τοπική κοινωνία και ποικίλες εκφάνσεις της (οικονομική ζωή, επιχειρηματικότητα, πολιτισμός κλπ), σε Κέντρα Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης και τόπους οικολογικού ενδιαφέροντος στο πλαίσιο του εργαστηρίου Γεωπονίας που λειτουργεί, μεταξύ άλλων, στο σχολείο, αλλά και πρακτική άσκηση εβδομαδιαίας συχνότητας σε τοπικούς φορείς της πόλη, ώστε οι μαθητές να αναπτύξουν επαγγελματικές και κοινωνικές δεξιότητες και να εξοικειωθούν με κανόνες συμπεριφοράς στον εργασιακό χώρο.

Το ΕΝΕΕΓΥΛ Κομοτηνής (Ειδικό Επαγγελματικό Γυμνάσιο-Λύκειο), αν και μόλις τριετές στην ηλικία του, έχει να επιδείξει σημαντικές παρόμοιες δράσεις. Οι κοινωνικές του δράσεις είναι, για παράδειγμα, ποικίλες κι αποσκοπούν στην πολύπλευρη καλλιέργεια των μαθητών. Έτσι, ανέβηκαν μικρές θεατρικές παραστάσεις ενταγμένες σε κάποια γιορτή ή επέτειο (π.χ. «Διδάσκοντας την Ιστορία», «Τενεκεδούπολη»), επιχειρήθηκε η βιωματική προσέγγιση της Ιστορίας και συμμετοχή των μαθητών στην Ολυμπιάδα και σε Ημέρα Αθλητισμού. Επιπλέον, υλοποιήθηκαν δράσεις Επαγγελματικού Προσανατολισμού, που επιδίωξαν τη γνωριμία των μαθητών με διάφορα επαγγέλματα τόσο του ιδιωτικού, όσο και του δημόσιου τομέα, καθώς και την ενίσχυση και καλλιέργεια των δεξιοτήτων και των ταλέντων των μαθητών (επισκέψεις σε τοπικές επιχειρήσεις και ΙΕΚ). Αναπτύχθηκαν και περιβαλλοντικές δράσεις (δενδροφύτευση και επίσκεψη σε ΚΠΕ), με στόχους αφενός την καλλιέργεια περιβαλλοντικής συνείδησης και αφετέρου τη γνωριμία των μαθητών με τα επαγγέλματα που συνδέονται με τη γεωπονία, καθώς λειτουργεί στο σχολείο Τομέας Γεωπονίας. Η καλλιέργεια των κοινωνικών δεξιοτήτων των μαθητών, η ενίσχυση του ψυχολογικού προφίλ τους, καθώς και η προσαρμογή τους σε νέα κοινωνικά πλαίσια επιτεύχθηκαν με ποικίλες ψυχαγωγικές δράσεις, όπως οργάνωση φιλανθρωπικών αγορών, παρακολούθηση θεατρικής παράστασης, επίσκεψη στο Πολεμικό Μουσείο, συμμετοχή στον ξανθιώτικο καρναβάλι και στη διασχολική εκδήλωση «Όλοι μαζί, όλοι ίσοι».

«Όλοι μαζί, όλοι ίσοι» είναι, εξάλλου, και το βαθύτερο νόημα όλων των ενταξιακών προσπαθειών που επιχειρούνται μέσω τέτοιων δράσεων από τις δύο παραπάνω σχολικές μονάδες της Ροδόπης: η διαμόρφωση μιας κοινωνίας ισότητας και αλληλοσεβασμού, χωρίς διακρίσεις, χωρίς αποκλεισμούς.

Πληροφορίες
ΕΕΕΕΚ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ
Τηλ.: 2531 070 458
Email: mail@eeeek.rod.sch.gr

ΕΝΕΕΓΥΛ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ
Τηλ.: 2531 089 088
Email: mail@gym-ee-komot.rod.sch.gr

Σχολικές Δραστηριότητες της Δ/νσης Δευτεροβάθμιας Εκπ/σης Ν. Ροδόπης
Δρ. Άννα Αφεντουλίδου
Συντονίστρια Εκπαίδευσης για την Αειφορία ΑΜΘ
Θεματικά δίκτυα: "ρίχνουν τα δίχτυα τους" για όλους»

Πώς μέσα από το «δια» -διαδραστικά, διαθεματικά, διακαλλιτεχνικά- που εμπεριέχει ένα θεματικό δίκτυο, το «εσείς» γίνεται «εμείς» και όσοι βρίσκονται «έξω» μπαίνουν «μέσα»; Πώς τα «άτομα με αναπηρία» γίνονται σκέτο... «παιδιά» και φαντάζονται, δημιουργούν, τέρπονται μαζί με άλλα «παιδιά»; Στην παρούσα εισήγηση παρουσιάζονται δύο θεματικά δίκτυα, ένα τοπικό και ένα περιφερειακό, που λειτούργησαν αντίστοιχα κατά τα σχολικά έτη 2017-2019 και 2019 έως σήμερα στην Περιφερειακή Ενότητα ΑΜΘ, και τα οποία με όχημα τη μυθοπλασία, τη λογοτεχνία και τις τέχνες κατάφεραν να «πλέξουν», να «ρίξουν» και να «χωρέσουν» όλους στα «δίχτυα» τους.

Στοιχεία επικοινωνίας:
Τηλ.: 6972030861
Email: synaeif-amth@sch.gr, aeif.afent.anna@gmail.com

Εκπαιδευτικά Προγράμματα του Κέντρου Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Μαρώνειας

Δάφνη Κυνδελέρου
Υπεύθυνη λειτουργίας του ΚΠΕ Μαρώνειας)

Το ΚΠΕ Μαρώνειας ανήκει στο Δίκτυο των Κέντρων Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης. Από τη σχολική χρονιά 2011-12 λειτουργεί ως Κέντρο Δια Βίου Μάθησης για το Περιβάλλον και την Αειφορία. Ο ρόλος μας είναι διττός, υλοποιώντας προγράμματα, σεμινάρια και δράσεις για την τυπική εκπαίδευση αφ΄ ενός και σεμινάρια, δράσεις και προγράμματα ενημέρωσης κι ευαισθητοποίησης των μελών της τοπικής κοινωνίας αφ΄ ετέρου.
Λειτουργεί από το Μάρτιο του 2007 και φιλοδοξεί να αποτελέσει χρήσιμο εργαλείο για κάθε ενδιαφερόμενο σε θέματα περιβαλλοντικής εκπαίδευσης, τα σεμινάρια, τις ημερίδες που υλοποιούνται από αυτό και άλλες δραστηριότητες. Στο ΚΠΕ Μαρώνειας υλοποιούνται 2 τριήμερα και 7 μονοήμερα προγράμματα περιβαλλοντικής εκπαίδευσης για εκπαιδευτικούς με μαθητές Νηπιαγωγείων, Δημοτικών Σχολείων, Γυμνασίων, Λυκείων και Ειδικής Αγωγής.
Στόχος των προγραμμάτων είναι η απόκτηση από τους εκπαιδευτικούς των κατάλληλων εφοδίων που θα τους βοηθήσουν στην υλοποίηση προγραμμάτων με τους μαθητές τους στο πλαίσιο της ευέλικτης ζώνης (για το δημοτικό) και των σχεδίων εργασίας (λυκειακές τάξεις). Επίσης, το ΚΠΕ Μαρώνειας στα πλαίσια της περιβαλλοντικής ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης διαφόρων κοινωνικών ομάδων(πληθυσμιακές κοινωνικές μειονότητες), υλοποιεί προγράμματα, δράσεις και ενημερώσεις, για θέματα προστασίας και διαχείρισης του φυσικού περιβάλλοντος στην περιοχή της Μαρώνειας(παιχνίδι προσανατολισμού, πεζοπορία κα.) και στο Εθνικό Πάρκο της ΑΜΑΘ στην Λίμνη Πτελέα, Έλος και Ισμαρίδα του Ν. Ροδόπης.

Πρόγραμμα: Ναι, Ανακυκλώνω! Ανακυκλώνω... Σωστά;
Οι στόχοι του συγκεκριμένου προγράμματος είναι η ενημέρωση για το πρόβλημα και την ανάγκη ορθολογικής διαχείρισης των αστικών απορριμμάτων (Ανακύκλωση-ΚΔΑΥ,ΧΥΤΥ, ΧΥΤΑ), να ενημερωθούν για τις βασικές κατηγορίες απορριμμάτων: Καθαρά ανακυκλώσιμα (Χαρτί, Γυαλί, Πλαστικά, αλουμίνιο-μέταλλα), Οργανικό κλάσμα, κομποστοποιήσιμο (Φλούδες, χόρτα, κόκκαλα και γενικά ό,τι προέρχεται από την κουζίνα), να διαμορφώσουν έναν διαφορετικό κώδικα συμπεριφοράς απέναντι στα υλικά αγαθά καθημερινής χρήσης και να εξοικειωθούν με την πρακτική διαχωρισμού των οικιακών απορριμμάτων στη βάση και να αναπτύξουν οικολογική συνείδηση και υπεύθυνη στάση απέναντι στο περιβάλλον. Στο εργαστήριο του προγράμματος κατασκευάζουμε mobile από θαλασσόξυλα και κοχύλια, καράβι από κορμούς δέντρων και λινάτσα, διακοσμητικό στεφάνι από εφημερίδα και λινάτσα.

Πρόγραμμα: Οι λιμνοθάλασσες της Ροδόπης και η Λίμνη Ισμαρίδα
Οι στόχοι του συγκεκριμένου προγράμματος είναι να γνωρίσουν από κοντά την αξία και το ρόλο που επιτελούν οι λιμνοθάλασσες, γνωρίζοντας τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του φυσικού αλλά και ανθρωπογενούς περιβάλλοντος με την επίσκεψή τους στο πεδίο. Στο πλαίσιο του εργαστηρίου επισκεπτόμαστε την Λίμνη Πτελέα και συμμετέχουν σε μια σειρά εργαστηρίων και παιχνιδιών που περιλαμβάνουν, εκτός άλλων, χρήση ειδικών τηλεσκοπίων μέσω των οποίων ασκούνται στην παρατήρηση πουλιών (birdwatching),την αναγνώριση και ταυτοποίηση ειδών και να αντιληφθούν με ευχάριστο και βιωματικό τρόπο την ανάγκη για την προστασία του φυσικού περιβάλλοντος. Η παρατήρηση πουλιών εντυπωσιάζει κάθε επισκέπτη και αποτελεί στοιχείο της βιωματικής προσέγγισης τους με την φύση και μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως θεραπευτικό εργαλείο.

Πρόγραμμα: Ποδηλάτρες στη φύση
Οι στόχοι του συγκεκριμένου προγράμματος είναι να αξιολογήσουν οι μαθητές τα οικολογικά πλεονεκτήματα της χρήσης του ποδηλάτου έναντι των υπολοίπων μέσων μεταφοράς, να προσεγγίσουν με έναν διαφορετικό τρόπο και να γνωρίσουν τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του φυσικού αλλά και ανθρωπογενούς περιβάλλοντος, να γνωρίσουν την ευεργετική επίδραση της χρήσης ποδηλάτου στην ευεξία και υγεία του ανθρώπου και να παρατηρήσουν την χλωρίδα και την πανίδα της περιοχής με "άλλες ταχύτητες".

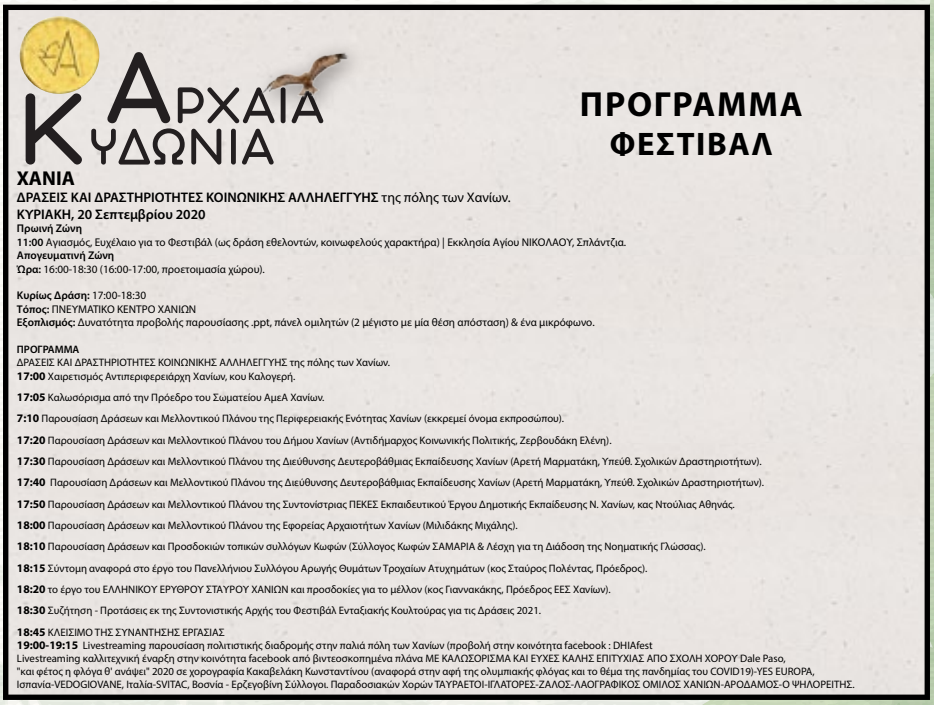
Πρόγραμμα:Ψάρι, Ψαράκι...Πώς Ήρθες Στο Πιατάκι;
Οι στόχοι του συγκεκριμένου προγράμματος είναι να έρθουν οι μαθητές σε επαφή με το θαλάσσιο περιβάλλον, να ενημερωθούν για τα βασικά είδη αλιευμάτων και την εποχικότητά τους, να μάθουν για τους κινδύνους της υπεραλίευσης αλλά και της μόλυνσης του θαλάσσιου οικοσυστήματος, να γνωρίσουν και να συνομιλήσουν με ψαράδες που ασκούν παραδοσιακή αλιεία και να μάθουν για τον τρόπο εργασίας τους και να εκτιμήσουν την διατροφική αξία των ψαριών για τον άνθρωπο.

Πρόγραμμα: Το Ευρωπαϊκό Μονοπάτι Ε6 (Μαρώνεια)
Οι στόχοι του συγκεκριμένου προγράμματος είναι να κατανοήσουν τον ιδιαίτερο ρόλο που μπορούν να παίξουν τα περιπατητικά μονοπάτια στην ανάπτυξη ορθής περιβαλλοντικής συμπεριφοράς, να εκτιμήσουν τις πολλαπλές αξίες των περιπατητικών μονοπατιών στην ανάδειξη των ανεκτίμητων ομορφιών του φυσικού περιβάλλοντος,να γνωρίσουν την ιστορία, τις παραδόσεις, τα ήθη, τα έθιμα και την πολυπολιτισμική φυσιογνωμία της περιοχής,να αναπτύξουν δεξιότητες όπως η χρήση πυξίδας, χάρτη, προσανατολισμού και να μυηθούν στις βασικές αρχές ασφαλούς πεζοπορίας και ορειβασίας και η συμβολή στην καλλιέργεια αξιών, που θα συμβάλει στην ανάπτυξη θετικών στάσεων, συμμετοχικών συμπεριφορών και τη διαμόρφωση μελλοντικής υπεύθυνης στάσης ενεργού πολίτη για την προστασία της οικολογικής ισορροπίας.

Τίτλος: «Θεματικά δίκτυα: "ρίχνουν τα δίχτυα τους" για όλους»
Πώς μέσα από το «δια» -διαδραστικά, διαθεματικά, διακαλλιτεχνικά- που εμπεριέχει ένα θεματικό δίκτυο, το «εσείς» γίνεται «εμείς» και όσοι βρίσκονται «έξω» μπαίνουν «μέσα»; Πώς τα «άτομα με αναπηρία» γίνονται σκέτο... «παιδιά» και φαντάζονται, δημιουργούν, τέρπονται μαζί με άλλα «παιδιά»; Στην παρούσα εισήγηση παρουσιάζονται δύο θεματικά δίκτυα, ένα τοπικό και ένα περιφερειακό, που λειτούργησαν αντίστοιχα κατά τα σχολικά έτη 2017-2019 και 2019 έως σήμερα στην Περιφερειακή Ενότητα ΑΜΘ, καιτα οποία με όχημα τη μυθοπλασία, τη λογοτεχνία και τις τέχνες κατάφεραν να «πλέξουν», να «ρίξουν» και να «χωρέσουν» όλους στα «δίχτυα» τους.

Πληροφορίες
Τηλ.: 2533 022 596
Email: mail@kpe-maron.rod.sch.gr, info@kpemaronias.gr

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ



ΑΡΧΑΙΑ ΚΥΔΩΝΙΑ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

ΧΑΝΙΑ

ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ της πόλης των Χανίων.

ΚΥΡΙΑΚΗ, 20 Σεπτεμβρίου 2020

Πρωινή Ζώνη

11:00 Αγιασμός, Ευχέλαιο για το Φεστιβάλ (ως δράση εθελοντών, κοινωφελούς χαρακτήρα) | Εκκλησία Αγίου ΝΙΚΟΛΑΟΥ, Σπλάντζια.

Απογευματινή Ζώνη

Ώρα: 16:00-18:30 (16:00-17:00, προετοιμασία χώρου).

Κυρίως Δράση: 17:00-18:30

Τόπος: ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΧΑΝΙΩΝ

Εξοπλισμός: Δυνατότητα προβολής παρουσίασης .ppt, πάνελ ομιλητών (2 μέγιστο με μία θέση απόσταση) & ένα μικρόφωνο.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ της πόλης των Χανίων.

17:00 Χαιρετισμός Αντιπεριφερειάρχη Χανίων, κου Καλογερή.

17:05 Καλωσόρισμα από την Πρόεδρο του Σωματείου ΑμεΑ Χανίων.

7:10 Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Περιφερειακής Ενότητας Χανίων (εκκρεμεί όνομα εκπροσώπου).

17:20 Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου του Δήμου Χανίων (Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πολιτικής, Ζερβουδάκη Ελένη).

17:30 Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Χανίων (Αρετή Μαρματάκη, Υπεύθ. Σχολικών Δραστηριοτήτων).

17:40 Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Χανίων (Αρετή Μαρματάκη, Υπεύθ. Σχολικών Δραστηριοτήτων).

17:50 Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Συντονίστριας ΠΕΚΕΣ Εκπαιδευτικού Έργου Δημοτικής Εκπαίδευσης Ν. Χανίων, κας Ντούλιας Αθηνάς.

18:00 Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Εφορείας Αρχαιοτήτων Χανίων (Μιλιδάκης Μιχάλης).

18:10 Παρουσίαση Δράσεων και Προσδοκιών τοπικών συλλόγων Κωφών (Σύλλογος Κωφών ΣΑΜΑΡΙΑ & Λέσχη για τη Διάδοση της Νοηματικής Γλώσσας).

18:15 Σύντομη αναφορά στο έργο του Πανελλήνιου Συλλόγου Αρωγής Θυμάτων Τροχαίων Ατυχημάτων (κος Σταύρος Πολέντας, Πρόεδρος).

18:20 το έργο του ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΕΡΥΘΡΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥ ΧΑΝΙΩΝ και προσδοκίες για το μέλλον (κος Γιαννακάκης, Πρόεδρος ΕΕΣ Χανίων).

18:30 Συζήτηση - Προτάσεις εκ της Συντονιστικής Αρχής του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας για τις Δράσεις 2021.

18:45 ΚΛΕΙΣΙΜΟ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

19:00-19:15 Livestreaming παρουσίαση πολιτιστικής διαδρομής στην παλιά πόλη των Χανίων (προβολή στην κοινότητα facebook : DHIAfest
Livestreaming καλλιτεχνική έναρξη στην κοινότητα facebook από βιντεοσκοπημένα πλάνα ΜΕ ΚΑΛΩΣΟΡΙΣΜΑ ΚΑΙ ΕΥΧΕΣ ΚΑΛΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ ΑΠΟ ΣΧΟΛΗ ΧΟΡΟΥ Dale Paso,
"και φέτος η φλόγα θ' ανάψει" 2020 σε χορογραφία Κακαβελάκη Κωνσταντίνου (αναφορά στην αφή της ολυμπιακής φλόγας και το θέμα της πανδημίας του COVID19)-YES EUROPA,
Ισπανία-VEDOGIOVANE, Ιταλία-SVITAC, Βοσνία - Ερζεγοβίνη Σύλλογοι. Παραδοσιακών Χορών ΤΑΥΡΑΕΤΟΙ-ΙΓΛΑΤΟΡΕΣ-ΖΑΛΟΣ-ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΧΑΝΙΩΝ-ΑΡΟΔΑΜΟΣ-Ο ΨΗΛΟΡΕΙΤΗΣ.

Αρχαία Πολις Αθηνων

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

ΑΘΗΝΑ
Δευτέρα, 21 Σεπτεμβρίου 2020
Ώρα: 16:00-18:30 (16:00-16:30, προετοιμασία χώρου)
Κυρίως Δράση: 16:30-18:30

Προβλεπόμενος Αριθμός Συμμετεχόντων: Ένας εκπρόσωπος ανά φορέα.
Θα ακολουθηθούν αυστηρά πρωτόκολλα ασφάλειας των παρόντων για την προστασία της υγείας τους από την πανδημία του **COVID-19.**
Τόπος: Αμφιθέατρο Αντώνη Τρίτση, Πνευματικό Κέντρο Δήμου ΑΘΗΝΑΙΩΝ.

Εξοπλισμός: Δυνατότητα προβολής παρουσίασης .ppt, πάνελ ομιλητών (2 μέγιστο με μία θέση απόσταση) & ένα μικρόφωνο για τη συνάντηση εργασίας που σχεδιάζουμε να οργανώσουμε **με θέμα:**
Τοπικές Δράσεις Κοινωνικής Αλληλεγγύης για Ευπαθείς Πληθυσμούς με έμφαση στην πληθυσμιακή μειονότητα των ΑμεΑ ν(με νοητική, φυσική, αισθητηριακή, συναισθηματική ανεπάρκεια ή σοβαρή διαταραχή).

16:30 Υπουργείο Εξωτερικών, Γενικός Γραμματέας Δημόσιας Διπλωματίας και Απόδημου Ελληνισμού (Ιωάννης Χρυσουλάκης).

16:45 Εισαγωγική Ομιλία / Παρουσίαση Δράσεων
ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ, Γαλανοπούλου, ριστίνα Χ .Γαλανοπούλου, Μέλος Επιτροπής Ευρωπαϊκού Αθλητικού Προγράμματος BE-ACTIVE Γ.Γ.Α, Σύμβουλος Άθλησης Περιφερειάρχη Αττικής,, Μέλος Επιστημονικού Συμβουλίου Άθλησης Ελληνικού Διαδημοτικού Δικτύου Υγιών Πόλεων,
Πτυχιούχος Φυσικής Αγωγής -Προπονήτρια. Υπεύθυνη Επικοινωνίας Επιχειρησιακού Κέντρου ΚΟΕΣ Covid -19 Περιφέρειας Αττικής –ΙΣΑ.

17:00 Δήμος Αθηναίων, κα Αλεξία Έβερτ, Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Αλληλεγγύης.

17:15 Υπουργείο Πολιτισμού > Διεύθυνση Αρχαιολογικών Μουσείων, Εκθέσεων και Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων Τμήμα Εκπαιδευτικών Προγραμμάτων και Επικοινωνίας.

17:30 Υπουργείο Παιδείας > ΙΝΕΔΙΒΙΜ (εκκρεμεί).

17:45 Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Β Αθήνας, ομάδα 3 εκπαιδευτικών με 2 μαθητές παρουσιάζοντας το έργο της τοπικής σχολικής και εκπαιδευτικής κοινότητας (Συντονίστρια: Βαρβάρα Πετρίδου, Υπεύθυνη Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης ΔΔΕ Β Αθηνών).

18:00 Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός, **Μαρία Ζυγούρη** (Κοινωνική Λειτουργός, Συντονίστρια Συμμετοχικότητας, Επικοινωνίας και Δέσμευσης του Τομέα Κοινωνικής Πρόνοιας).

18:15 Σύντομη παρουσίαση του έργου της Παραολυμπιακής Επιτροπής από τον νέο Πρόεδρο (εκκρεμεί).

18:30 Συζήτηση - Συμπεράσματα για τις Δράσεις 2022 με νέα πόλη την Πολιτιστική Πρωτεύουσα της Ευρώπης, την ΕΛΕΥΣΙΝΑ.

18:45-19:15 Πολιτιστική Διαδρομή στο Ιστορικό Κέντρο της Πόλης Αθηνών (live streaming).

Αρχαία Ναύπλια

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

ΒΟΥΛΕΥΤΙΚΟΝ ΔΗΜΟΥ ΝΑΥΠΛΙΕΩΝ
ΝΑΥΠΛΙΟ
Τρίτη, 22 Σεπτεμβρίου 2020
Ώρα: 17:00-18:30

Προβλεπόμενος Αριθμός Συμμετεχόντων: Ένας εκπρόσωπος ανά φορέα.
Θα ακολουθηθούν αυστηρά πρωτόκολλα ασφάλειας των παρόντων για την προστασία της υγείας τους από την πανδημία του **COVID-19.**
Τόπος: Βουλευτικόν, Δήμου Ναυπλιέων.

Τοπικές Δράσεις Κοινωνικής Αλληλεγγύης για Ευπαθείς Πληθυσμούς με έμφαση στην πληθυσμιακή μειονότητα των ΑμεΑ (με νοητική, φυσική, αισθητηριακή, συναισθηματική ανεπάρκεια ή σοβαρή διαταραχή).

17:00
Χαιρετισμός και Εισαγωγική Ομιλία απο τον Δήμο Ναυπλιέων.

17:10
Διευθυντής Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Αργολίδας.

17:20
Υπεύθυνος Σχολικών Δραστηριοτήτων Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Αργολίδας, (Γιατράκος Ιωάννης).

17:30
Υπεύθυνη Σχολικών Δραστηριοτήτων Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Αργολίδας, (Μάρα Ελένη).

17:45
Εκπρόσωπος Εφορείας Αρχαιοτήτων Αργολίδας.

18:00
Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός.

18:10
Εκπρόσωπος της Ιεράς Μητρόπολης Αργολίδας.

18:20
Ορισμός Τοπικής Επιτροπής - Συζήτηση.

18:30
Κλείσιμο Συνάντησης Εργασίας.

18:45-19:15 Πολιτιστική Διαδρομή στο Ιστορικό Κέντρο της Πόλης Ναυπλιέων (live streaming).

Αρχαία Νικόπολις

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

ΠΡΕΒΕΖΑ

Δευτέρα, 23 Σεπτεμβρίου 2020
Ώρα: 17:00-17:45

Θέμα: Τοπικές Δράσεις Κοινωνικής Αλληλεγγύης για Ευπαθείς Πληθυσμούς με έμφαση στην πληθυσμιακή μειονότητα των ΑμεΑ (με νοητική, φυσική, αισθητηριακή, συναισθηματική ανεπάρκεια ή σοβαρή διαταραχή).

Προτεινόμενο Πρόγραμμα
17:05
ΓΙΑΝΝΗΣ ΛΙΟΛΙΟΣ, παρουσίαση αθλητικών δράσεων και της σημασίας τους για την κοινωνική ενσωμάτωση ΑμεΑ (με τη συμπαρουσία και αυτοπαρουσίαση ενός παραολυμπιονίκη και ενός προπονητή ΑμεΑ).
17:10
ΔΗΜΟΣ ΠΡΕΒΕΖΑΣ αναφορά στις ΔΟΜΕΣ και το έργο Κοινωνικής Πρόνοιας του Δήμου (ανάπτυξη με βάση τις παρακάτω ερωτήσεις).
17:15
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΠΡΕΒΕΖΑΣ, ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΨΥΧΑΡΓΩΣ (περί του προγράμματος ΨΥΧΑΡΓΩΣ και συναφής ανάπτυξη με βάση τις παρακάτω ερωτήσεις).
17:20
ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΕΡΥΘΡΟΣ ΣΤΑΥΡΟΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ (ανάπτυξη με βάση τις παρακάτω ερωτήσεις).
17:25
ΕΦΟΡΕΙΑ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΩΝ ΠΡΕΒΕΖΑΣ (ανάπτυξη με βάση τις παρακάτω ερωτήσεις)-(εκκρεμεί).
17:30
ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΗ ΝΙΚΟΠΟΛΕΩΣ ΚΑΙ ΠΡΕΒΕΖΗΣ (ανάπτυξη με βάση τις παρακάτω ερωτήσεις)-(εκκρεμεί).
17:35
ΕΕΕΕΚ ΠΡΕΒΕΖΑΣ (ανάπτυξη με βάση τις παρακάτω ερωτήσεις).
17:40
ΣΥΖΗΤΗΣΗ - ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ & Ορισμός της ομάδας εκπροσώπων ως προσωρινή επιτροπή εκκίνησης συνεργατικών δράσεων των άνωθεν φορέων με απώτερο σκοπό τη συστηματική και προοδευτική πορεία και παρουσία της ΠΡΕΒΕΖΑΣ σε μελλοντικές δραστηριότητες, δράσεις, πρωτοβουλίες, μεταξύ των οποίων και το φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας.
19:15 - 19:30
Προτάσεις e-Πολιτιστικών Διαδρομών στην Αρχαία Νικόπολη.

ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ/ ΤΕΧΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ: Καβαζίδου Ελένη

Αρχαίο Δίον

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

ΟΛΥΜΠΟΣ

Δευτέρα, 24 Σεπτεμβρίου 2020
Ώρα: 17:00-18:30

Θέμα: Τοπικές Δράσεις Κοινωνικής Αλληλεγγύης για Ευπαθείς Πληθυσμούς με έμφαση στην πληθυσμιακή μειονότητα των ΑμεΑ (με νοητική, φυσική, αισθητηριακή, συναισθηματική ανεπάρκεια ή σοβαρή διαταραχή).

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ ΔΙΟΥ ΟΛΥΜΠΟΥ
17:00
Χαιρετισμός από τον Υφυπουργό Μακεδονίας Θράκης (κ. Καράογλου Θεόδωρου), σύντομη παρουσία και συζήτηση κατά τη διάρκεια της συνάντησης εργασίας.
17:10
Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου του Δήμου Δίου Ολύμπου (Ζουρζούρα Σοφία, Αντιδήμαρχος Παιδείας).
17:25
Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Ιεράς Μητρόπολης Κίτρους, Κατερίνης και Πλαταμώνος (Εκπρόσωπος του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη: Πρωτοπρεσβύτερος πατήρ Μιχαήλ Κουρσιουμπάς).
17:40
Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Εφορείας Αρχαιοτήτων Πιερίας (Παπαθανασίου Μαρία).
17:55
Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Πιερίας (Χρήστος Αντωνίου, Πρόεδρος ΕΛΜΕ και Διευθυντής στο ΕΕΕΕΚ Κατερίνης, Σβετλάνα Ομπράντοβιτς- Διευθύντρια του ΕΝΕΓΥΛ Κατερίνης, Μυράντα Παπά, Υπεύθυνη Καινοτόμων Δράσεων Δευτεροβάθμιας Εκπ/σης Πιερίας).
18:10
Προτάσεις εκ της Συντονιστικής Αρχής του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας για τις Δράσεις 2021.
18:20
Συζήτηση - ΚΛΕΙΣΙΜΟ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ.

19:15
Πολιτιστική Διαδρομή / Πεζοπορία στον Αρχαιολογικό Χώρο Δήμου Δίου Ολύμπου.

ΑΡΧΑΙΑ ΠΟΛΙΣ ΘΑΣΟΥ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

ΘΑΣΟΣ
Σάββατο, 26 Σεπτεμβρίου 2020
Τόπος: Αίθουσα του Καλογερικού
Ώρα προσέλευσης: 9:00
Ώρα: 9:30-11:00

Θέμα: Τοπικές Δράσεις Κοινωνικής Αλληλεγγύης για Ευπαθείς Πληθυσμούς με έμφαση στην πληθυσμιακή μειονότητα των ΑμεΑ (με νοητική, φυσική, αισθητηριακή, συναισθηματική ανεπάρκεια ή σοβαρή διαταραχή).

Το πρόγραμμα της εκδήλωσης
Σάββατο 26 Σεπτεμβρίου 2020, Θάσος
09.30-11.00
Συνάντηση εργασίας, Καλογερικό Λιμένος Θάσου
09.30-09.35
Χαιρετισμός Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτου Φιλίππων, Νεαπόλεως και Θάσου κ.Στεφάνου.
09.35-09.45
Παρουσίαση δράσεων και μελλοντικού πλάνου του Δήμου Θάσου από τον Δήμαρχο Θάσου κ. Ελευθέριο Κυριακίδη.
09.45-09.55
Παρουσίαση δράσεων και μελλοντικού πλάνου της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού από την κα. Ελένη Καβαζίδου.
09.55-10.05
Παρουσίαση δράσεων και μελλοντικού πλάνου της Ιεράς Μητροπόλεως Φιλίππων, Νεαπόλεως και Θάσου από τον Πανοσιολογιώτατο Αρχιμανδρίτη κ.Παύλο Κίτσο, Ιεροκήρυκα
10.05-10.15
Παρουσίαση δράσεων και μελλοντικού πλάνου της Περιφερειακής Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης από τον συντονιστή εκπαιδευτικού έργου κ. Ανανία Τοζακίδη.
10.15-10.25
Παρουσίαση δράσεων και μελλοντικού πλάνου του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού (παραρτήματος Καβάλας) και του Σώματος Εθελοντών Σαμαρειτών του περιφερειακού τμήματος Καβάλας από την υπεύθυνη του Σώματος κα. Ευθυμία Ζέρβα.
10.25-10.35
Παρουσίαση δράσεων και μελλοντικού πλάνου της Περιφερειακής Ένωσης Τυφλών Αν.Μακεδονίας από τον πρόεδρο κ. Σμάραγδο Κρεμύδα.
10.35-10.45
Παρουσίαση δράσεων και μελλοντικού πλάνου της τοπικής κοινωνίας του νησιού στον εκπαιδευτικό χώρο για ευπαθείς πληθυσμούς και ΑμεΑ, από την καθηγήτρια μαθηματικό ειδικής αγωγής κα. Αποστολία Καλούδη.
10.45-11.00
Συζήτηση-Προτάσεις - Λήξη εκδήλωσης

ΑΡΧΑΙΑ ΠΟΛΙΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
Παρασκευή, 25 Σεπτεμβρίου 2020
Τόπος: Αίθουσα Μανώλη Αναγνωστάκη, Δημαρχιακό Μέγαρο Θεσσαλονίκης.
Ώρα: 17:00-18:30

Θέμα: Τοπικές Δράσεις Κοινωνικής Αλληλεγγύης για Ευπαθείς Πληθυσμούς με έμφαση στην πληθυσμιακή μειονότητα των ΑμεΑ (με νοητική, φυσική, αισθητηριακή, συναισθηματική ανεπάρκεια ή σοβαρή διαταραχή).

Το πρόγραμμα της εκδήλωσης
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
17:00
Χαιρετισμός από την Καρασαββίδου Σιλβάνα, πρώην Πρόεδρος του Κέντρου Κοινωνικής Πρόνοιας Περιφέρειας Κεντρικής Μακεδονίας.
17:05
Χαιρετισμός Οικοδεσπότη & Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Κοινωνικής Πολιτικής του Δήμου Θεσσαλονίκης
(Αηδονόπουλος Χαράλαμπος, Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πολιτικής)
17:15
Χαιρετισμός από τον Διευθυντή Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτικής Θεσσαλονίκης, κον Φροσύνη Αθανάσιο)
17:25
Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Ιεράς Μητρόπολης Θεσσαλονίκης, (Εκπρόσωπος του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη)
17:35
Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Εφορείας Αρχαιοτήτων Θεσσαλονίκης
17:45
Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού Θεσσαλονίκης
17:55
Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης Ανατολικής Θεσσαλονίκης
(Τομπούλογλου Γιάννης, Υπεύθυνος Αγωγής Υγείας Π/θμιας Εκπ/σης Ανατ. Θεσσαλονίκης)
18:00
Παρουσίαση Δράσεων και Μελλοντικού Πλάνου της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ανατολικής Θεσσαλονίκης
(Ντέρρη Ιωάννα, Υπεύθυνη Αγωγής Υγείας Δ/θμιας Εκπ/σης Ανατ. Θεσσαλονίκης)
Ειδικό Δημοτικό Σχολείο για παιδιά με αυτισμό | Ευαγγέλου Αλεξάνδρα, Διευθύντρια
Ειδικό Γυμνάσιο / Λύκειο Κωφών και Βαρηκόων | Μιχαηλίδου Μαρία, Διευθύντρια
18:10
ΕΚπρόσωπος του Συλλόγου Παιδιών με Σύνδρομο Down
18:20
Συζήτηση/ Σύνοψη - Προτάσεις εκ της Συντονιστικής Αρχής του Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας για τις Δράσεις 2021
18:30 ΚΛΕΙΣΙΜΟ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ
19:15 Πολιτιστική Διαδρομή / Πεζοπορία στον Αρχαιολογικό Χώρο Ρωμαϊκής Αγοράς

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΦΕΣΤΙΒΑΛ

ΜΑΡΩΝΕΙΑ
Σάββατο, 26 Σεπτεμβρίου 2020 - Κυριακή 27 Σεπτεμβρίου 2020
Τόπος: Κέντρο Πληροφόρησης Βιστωνίδας Ισμαρίδας

Θέμα: Τοπικές Δράσεις Κοινωνικής Αλληλεγγύης για Ευπαθείς Πληθυσμούς με έμφαση στην πληθυσμιακή μειονότητα των ΑμεΑ (με νοητική, φυσική, αισθητηριακή, συναισθηματική ανεπάρκεια ή σοβαρή διαταραχή).

Το πρόγραμμα της εκδήλωσης
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 8ου Πανελλήνιου Φεστιβάλ Ενταξιακής Κουλτούρας "Γνωριμία με τους Εθνικούς Δρυμούς & Γεώπαρκα της Ελλάδος, για άτομα με βαηκοϊα και κώφωση"

Σάββατο 26 Σεπτεμβρίου 2020
11:30 - 12:00
Επίσκεψη στο <Αρχοντικό Ταβανιώτη> στη Μαρώνεια.
12:00 - 13:30
Ξενάγηση στο Αρχαίο Θέατρο Μαρώνειας απο αρχαιολόγο της Εφορείας Αρχαιοτήτων Ροδόπης.
14:00 - 15:00
Μέταβαση στην Μαρώνεια. Το Ευρωπαϊκό Μονοπάτι Ε6.
Δραστηριότητες πεδίου στον παραδοσιακό οικισμό της Μαρώνειας.
Εισηγήτρια: Δάφνη Κυνδελέρου.
15:00 - 16:30
Μεσημεριανό Γεύμα στην Πανσιόν ΠΕΤΡΑΝ.
17:00 - 19:00
Οι λιμνοθάλλασες της Ροδόπης. Επίσκεψη στη Λίμνη Πτελέα.

Κυριακή 27 Σεπτεμβρίου 2020
08:00 - 08:30
Προσέλευση - Εγγραφές.
08:30 - 09:00
Χαιρετισμός Εκπροσώπου της Περιφέρειας Ανατολικής Μακεδονίας & Θράκης.
Χαιρετισμός Εκπροσώπου του Δήμου Μαρώνειας - Σαπών.
------>

09:00 - 10:30
-Δράσεις και Πλάνο Ιεράς Μητρόπολης Μαρωνείας & Κομοτηνής Σεβασμιοτάτου Μητροπολίτη, πατήρ ΔΑΜΑΣΚΗΝΟΣ.
-Δράσεις και Πλάνο Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού
-Δράσεις και Μελλοντικό πλάνο Διεύθυνσης Π/θμιας Εκπ/σης σε θέματα Ενταξιακής κουλτούρας (Σιγούρος Ιωάννης, Υπεύθυνος Σχολικών Δραστηριότητων Π/θμιας Εκπ/σης Ροδόπης).
Ειδικό Επαγγελματικό Γ/σιο-Λύκειο Κομοτηνής (Ιομέρη Αθανασία, Διευθύντρια & Χικιντζής Δημήτριος, Εκπαιδευτικός)
ΕΕΕΕΚ Κομοτηνής (Πολίτη Χρίστινα, Διευθύντρια ΕΕΕΕΚ Κομοτηνής).
-Δράσεις και Μελλοντικό Πλάνο Διεύθυνσης Π/θμιας Εκπ/σης σε θέματα Ενταξιακής Κουλτούρας (Σιγούρος Ιωάννης, Υπεύθυνος Σχολικών Δραστηριότητων Π/θμιας Εκπ/σης Ροδόπης).

10:30 - 11:30
"Πολυσυμμετοχικά - πολυαισθητηριακά εκπαιδευτικά πρόγραμματα στο Αρχαιολογικό Μουσείο Κομοτηνής" Δρ. Δαλακούρα Νάγια , αρχαιολόγος-Μουσειολόγος/Μουσειοπαιδαγωγός Εφορείας Αρχαιοτήτων Ροδόπης.
Θεματικά Δίκτυα: "ρίχνουν τα δίχτυα τους" γαι όλους.
Αφεντουλίδου Άννα, Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου της Αειφορίας.
Οι Λιμνοθάλλασες της Ροδόπης και η Λίμνη Ισμαρίδα και Εκπαιδευτικά προγράμματα (Κυνδελέρου Δάφνη Υπεύθυνη ΚΠΕ Μαρώνειας)

11:45 - 14:00
Σύγκλιση συντονιστικής επιτροπής του Συμποσίου-Στρογγυλή Τράπεζα.
14:00 - 15:00 Μεσημεριανό γεύμα.

“Η δημιουργική δύναμη της φύσης είναι πολύ ανώτερη, από το καταστροφικό ένστικτο του ανθρώπου.”

Jules Verne
Γάλλος Συγγραφέας

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Το συγκεκριμένο πόνημα είναι απόσταγμα γνώσης έμπειρων εκπαιδευτικών του δημόσιου και ιδιωτικού τομέα, καθώς και ειδικών συνεργατών από οκτώ Εθνικά Πάρκα της Ελλάδος, φέροντας μέσα γνώση πολύτιμη για όσους επιθυμούν να ασχοληθούν με την κοινωνική ενσωμάτωση ΑμεΑ σε δραστηριότητες αναψυχής με παιδαγωγικό χαρακτήρα.

Στον εκπαιδευτικό αυτό οδηγό αξιοποιούνται ψηφιακά εργαλεία προς διευκόλυνση των συμμετεχόντων και απόλαυση της νέας τεχνολογίας με έναν πιο δημιουργικό τρόπο από τον συνηθισμένο.

Ευχόμαστε να συναντηθούμε όλοι μαζί σε αυτά τα μονοπάτια, πολυμορφικά και διαθεματικά, για να ανακαλύψουμε και να απολαύσουμε την ομορφιά και τον πλούτο της ελληνικής φύσης.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ & ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ
ΤΣΙΛΟΠΟΥΛΟΣ ΡΑΦΑΗΛ