



**GREEN LEAGUE**  
Sport Alliance for the Environment

# Ferilsathuganir

## Hagnýt dæmi um umhverfisvænni íþróttaiðkun



## Þakkir

Þessi bók er afurð *Erasmus+sport* projekts “Green League – sport Alliance for the Environment”

### Samstarfsaðilar:

- CESIE, Ítalía, Vivi Sano Onlus, Ítalía,
- Zavod APGA, Slóvenía,
- Kentro Merimnas Oikogeneias Kai Paidiou (KMOP), Grikkland,
- EINURÐ EHF, Ísland,
- Cardet- Centre For The Advancement Of Research & Development In Educational Technology Limited (CARDET), Kýpur,
- Out of the Box International (OTB), Belgía.

### Ritstjórn: APGA

### Höfundar:

- APGA, Agenija za promocijo gibalnih aktivnosti, Slóvenía,
- CARDET, Kýpur,
- ESIE, Ítalía,
- EINURÐ, Ísland,
- KMOP, Grikkland,
- OTB, Belgía
- VIVI SANO ETS, Ítalía

### Eintak: rafrænt

Tilvísunarnúmer verkefnis: 101050262-Green League-ERASMUS-SPORT-2021-SP



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).



## ÍÞRÓTTA- OG UMHVERFISFRAMTAK Í GRIKKLANDI



## VERKEFNI 1: UMHVERFISÞÁTTUR ALÞJÓÐLEGA UMHVERFISDAGSINS 2022

### MARKMIÐ

Að vekja áhuga á umhverfismálum og fyrirbyggjandi aðgerðum til að vernda umhverfið með hjálp knattspyrnuhreyfingarinnar.

### MARKHÓPUR

Fótboltamenn og áhugamenn á öllum aldri.

### SVÆÐI

Serres, borg í Norður Grikklandi, nálægt aðstöðu knattspyrnufélagsins Panserraikos (PAOK).

### HREYFING VERKEFNIS

Ganga, knattspyrna.

### HAGSMUNA- OG SAMSTARFSADILAR

Verkefnið var mögulegt vegna skipulagningar og frumkvæðis knattspyrnufélagsins Panserraikos F í samstarfi við Umhverfisstofnun Sameinuðu Þjóðanna (SP) og tileinkun stofnunarinnar þess verkefnis sem snýr að endurbyggingu vistkerfisins á árunum 2021-2030 í samstarfi við bæjarstjórn Serres. Verkefnið var í samræmi við markmið SP númer #15 og #17.

### HEIMILDIR

<https://www.mgspanserraikos.gr/δράσεις-για-το-9ο-τουρνουά-ακαδημιών-πο/>

<https://www.mgspanserraikos.gr/ο-πανσερραϊκός-στηρίζει-την-δεκαετία/>

### INNGANGUR OG AÐFERÐAFRÆÐI

Laugardaginn 4. júní 2022 tók knattspyrnuakademía Panserraikos F þátt í umhverfisverkefni þar sem fólk, bæði íþróttamenn, tóku til á svæðinu nálægt Omonia Sports Park. Þetta var til að fagna Alþjóðlega Umhverfisdeginum.

Fólk fékk þau tól nauðsynleg til verkefnisins (pokar, hanskar o.fl.) og daginn eftir, 5. júní, voru leikar haldnir á svæðinu til að fagna verkinu.

Verkefnið notaðist við viðmið Umhverfisstofnunar Sameinuðu Þjóðanna og tileinkun þess til að endurbyggja vistkerfið á árunum 2021-2030 með Alþjóðlega Umhverfisdeginum.

### ÁSKORANIR

Erfitt var að halda úti verkefninu vegna COVID-19 heimsfaraldursins. Þurfti því að fresta næstu verkefnum.

### ÁHRIF

Þessi viðburður er sá fyrsti í röð viðburða sem Knattspyrnuakademían Panserraikos F hóf í samræmi við verkefni SP sem snýr að uppbyggingu vistkerfisins frá 2021-2030. Ef taka má mið af greinum sem skrifaðar voru um verkefnið voru áhrifin töluverð og þátttakendur meira en fullnægjandi.

### SJÁLFBÆRNI

Verkefnið virðist að öllu leyti sjálfbært, sér í lagi þar sem það nýtur styrks frá sjóði SP þar sem verkefnið er skipulegt og áberandi sem hvetur fleiri félög til að taka þátt í slíkum verkefnum.

### YFIRFÆRSLA

Önnur félög geta fylgt fordæmi Panserraikos og farið eftir verkferlum SP sem snúa að endurheimt vistkerfisins.



**GREEN LEAGUE**  
Sport Alliance for the Environment

[www.green-league.eu](http://www.green-league.eu)

### **NIÐURSTÖÐUR OG LÆRDÓMUR**

Verkefnið hafði áhrif á alla þá sem tóku þátt og vakti fólk til umhugsunar hvað umhverfið varðar og kynnti sér einnig Alþjóðlega Umhverfisdag SP og markmið þeirra. Þá eru áhrif á ungt fólk enn mikilvægara þar sem það er undir yngri kynslóðum komið að stuðla að vitundarvakningu um mikilvægi umhverfisins.

Einn stærsti þáttur velgengni verkefnisins var nýting á knattspyrnuakademíunni og tengslum hennar. Knattspyrna er vinsælasta íþrótt Grikklands og í heiminum öllum og þ.a.l. var auðveldara að safna saman fólk til að taka þátt í verkefninu. Sú staðreynd að verkefnið var unnið í samstarfi við SP gaf þeim enn meira vægi.



**Funded by  
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. [Project Number: 101050262]

## VERKEFNI 2:STRANDHREINSUN UNGRA ÍPRÓTTAMANNA

### MARKMIÐ

Markmið verkefnisins var að kynna sjálfbærniástarf ungu íþróttamönnum með því að taka þátt í að hreinsa strandlengjuna.

### MARKHÓPUR

Fótboltamenn og áhugamenn á öllum aldri.

### SVÆÐI

Strönd í þéttbýli Alykes í Epanomi, Þessaloníkí.

### HREYFING VERKEFNIS

Ganga, knattspyrna.

### HAGSMUNA- OG SAMSTARFSADILAR

Knattspyrnuakademía PAOK, nánar tiltekið samtök þeirra *PAOK ACTION*, ásamt umhverfisstofnuninni iSea og *Simeonidis Tours* sem skipulögðu þátttöku strandhreinsunar með ungmennunum.

### HEIMILDIR

<http://staging-action.paokfc.gr/perivallon/mathima-ethelontismou-gia-tis-k20-ke-k17/>

### INNGANGUR OG AÐFERÐARFRÆÐI

Þótt meginmarkmið PAOK akademíunnar sé að þjálfar gríska fótboltamenn þá stendur PAOK einnig fyrir uppeldisfræði og því markmiði að móta ekki bara fótboltamenn heldur að móta einstaklinginn í heild sinni.

Í verkefninu fengu leikmenn mikilvæga lexíu í mikilvægi þess að hugsa um umhverfið og hreinsun þess.

Ungu fótboltamennirnir tóku þátt í því að hreinsa strönd í þéttbýli Alykes í Epanomi, Þessaloníkí, og tóku þátt í verkefni PAOK ACTION og umhverfissamtökunum iSea.

Íþróttamennirnir voru upplýstir um mikilvægi þess að taka þátt í verndun umhverfisins, hófu starfið og enduðu daginn á því að slaka á og njóta sín á því svæði sem þeir höfðu hreinsað.

Þar sem aðalmarkmið verkefnisins var að kynna mikilvægi þess að bjóða sig fram ungu íþróttamönnum, var ekki eingöngu talað um það ferli að hreinsa til á ströndinni, heldur einnig að predika mikilvægi þess að taka þátt í slíkum verkefnum. Í lok verkefnisins höfðu þátttakendur lært um hin ýmsu vandamál sem við stöndum frammi fyrir hvað umhverfið varðar.

### ÁSKORANIR

Engar

### ÁHRIF

Knattspyrnuakademía PAOK er ein sú stærsta í Grikklandi og býr yfir gríðarlegum fjölda aðdáanda, þjálfara og leikmanna. Þar af leiðandi voru áhrif verkefnisins marktæk.

### SJÁLFBÆRNI

Verkefnið er sjálfbært þar sem það byggir á umhverfisverkefnum sem þegar eru til staðar. Þar af leiðandi er skipulagning og þátttaka auðveld í framkvæmd.

### YFIRFÆRSLA

Þetta verkefni er hægt að yfirfæra á önnur svæði og nú þegar eru fleiri félög í Grikklandi sem byggja á verkefninu; meðal annars eftir skógaelda eða annars konar skaða sem umhverfið hefur orðið fyrir.

Skipulagsaðilar þurfa á sjálfbærniástarf að halda og knattspyrnuakademíur líkt og hjá PAOK þurfa að

kenna ungum íþróttamönnum mikilvægi þess að taka þátt í sjálfbærliðastarfi. Það er eitt markmiða SP í verndun umhverfisins.

### NIÐURSTÖÐUR OG LÆRDÓMUR

Umhverfisframtak þetta hafði víðtækari áhrif en eingöngu það að taka til á svæðinu. Ungir þátttakendur áttuðu sig á mikilvægi þess að bjóða sig fram til að taka þátt í slíkum verkefnum og að með tiltölulega smáum verki lærðu þau um stærri umhverfisvanda og hvað þarf til að endurheimta heilbriggt vistkerfi.

Ungir íþróttamenn lærðu margt jákvætt sem hægt er að skipta niður í eftirfarandi flokka:

- Hvernig skal stuðla að hreinsun strandlengjunnar (með því að taka sjálf þátt í henni og læra hvernig það skuli gert)
- Hin almenna ánægja sem fylgir því að bjóða sig fram í slík verkefni (með því að taka því rólega á fallet og hreinni strönd)
- Hin ýmsu vandamál tengd umhverfinu og hvernig samfélagið ber ábyrgð á því að sporna við frekari mengun og taka skref í áttina að því að snúa við þeirri slæmu þróun sem þegar hefur átt sér stað..

## VERKEFNI 3:STRANDHREINSUN UNGRA ÍPRÓTTAMANNA OG FJÖLSKYLDNA

### MARKMIÐ

- Hreinsun strandlengju Katakolo og Pyrgos Ilias
- Að leyfa foreldrum og ungum íþróttamönnum að senda sín eigin skilaboð hvað betra umhverfi og framtíð varðar.

### MARKHÓPUR

Þetta verkefni snertir á þátttöku ungra íþróttamanna hjá knattspyrnufélaginu Ólympíakos, akademíu Pyrgos Ilias, og fjölskyldum þeirra.

### SVÆÐI

Katakolo strönd, Pyrgos Ilias, Grikklandi.

### HREYFING VERKEFNIS

Ganga, íþróttir.

### HAGSMUNA- OG SAMSTARFSADILAR

Þetta verkefni var skipulagt af knattspyrnufélaginu Ólympíakos, Pyrgos Ilias akademíunni og samtökunum "Let's Do It Greece".

### HEIMILDIR

<https://www.olympiacos.org/2017/04/03/perivallontiki-drasi-apo-tin-scholi-pyrgoy/>

### INNGANGUR OG AÐFERÐAFRÆÐI

Knattspyrnuakademía Olympiakos í Pyrgos Ilias að frumkvæði yfirmanns akademíunnar, Tasos Ferekides, í samvinnu með börnum og foreldrum þeirra sem vildu taka þátt í verkefninu sem sneri að hreinsun strandarinnar í Katakolon. Akademían tók þátt í því að skipuleggja verkefnið og studdi herferðina "Be the change you expect..." í verkefninu "Let's Do It Greece".

Börn, foreldrar þeirra og þjálfarar akademíunnar tileinkuðu morgni sunnudagsins 2. apríl hreinsun á ströndum svæðisins og sendu með því skilaboð til heilbrigðara umhverfis framtíðar.

Aðferð verkefnisins var að nýta knattspyrnuakademíu Olympiakos, sem og samfélag Pyrgos Ilias, til að vekja athygli á umhverfismálum og þeirri samfélagslegu þörf að hreinsa umhverfið og stuðla að betri framtíð.

### ÁSKORANIR

Engar

### ÁHRIF

Þeir sem nutu góðs af voru þátttakendur þar sem það sameinaði börn og foreldra þeirra sem og unga íþróttamenn og þjálfara þeirra í gegnum sameiginleg markmið, þ.e. að vernda umhverfið.

### SJÁLFBÆRNI

Verkefnið virðist vera sjálfbært þótt ekki sé hægt að segja til um endanlegan kostnað þess. Sú staðreynd að stórt knattspyrnufélag sem Ólympíakos tók þátt í verkefninu og skipulagningu þess skiptir miklu máli þar sem það er mjög þekkt félag.

### YFIRFÆRSLA

Þar sem tengslanet Olympiakos er gríðarlegt stórt er auðvelt að fá ásættanlegan fjölda þátttakenda. Fleiri félög gætu fetað í fótspor Olympiakos og þannig endurtekið og yfirfært verkefnið á önnur svæði.





**GREEN LEAGUE**  
Sport Alliance for the Environment

[www.green-league.eu](http://www.green-league.eu)

### **NIÐURSTÖÐUR OG LÆRDÓMUR**

Yfirmaður akademíunnar, Tasos Feredikis, fjallaði um verkefnið og sagði “Það er skylda okkar að þjálfa rétta fólkið og búa til góða knattspyrnumenn. Akademían okkar er þó ekki bundin við verkefni innanvallar, heldur tekur einnig þátt í verkefnum samfélagsins og að sýna skuli gott fordæmi. Við þökkum Olympiakos fyrir stuðning sinn í öllu því sem við höfum gert og fyrir að stuðla að betri framtíð barna okkar”.

Ungu íþróttamennirnir lærður einnig mikilvægi þess að bjóða sig fram og hvernig hægt er að hafa jákvæð áhrif á umhverfið. Með því að þrifa stendur í sínu nærumhverfi læra þeir erfiðleika og mikilvægi þess að snúa við þeirri slæmu þróun og eyðileggingu umhverfisins, og hvernig eigi að stuðla hreinni náttúru.



**Funded by  
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. [Project Number: 101050262]

## VERKEFNI 4: TAKMÖRKUN UMHVERFISFÓTSPORS OG SJÁLFBÆRNI SIGLINGA

### MARKMIÐ

Markmið verkefnisins var að vekja athygli á áhrifum siglinga á mengun hafsins og hvernig skuli takast á við þann vanda. Megináhersla var á þá viðburði sem þegar voru til staðar, mengun Eyjahafs og hafsins umhverfis grísku eyjanna. Með þessu var athygli vakin á mikilvægu málefni hjá gríðarlegum fjölda fólks á stóru svæði.

### MARKHÓPUR

Siglingaípróttamenn.

### SVÆÐI

Eyjar Grikklands: Amorgos, Lipsi og Paros.

### HREYFING VERKEFNIS

Siglingar.

### Hagsmuna- og samstarfsaðilar

Þeir sem njóta góðs af og notendur verkefnisins voru siglingamenn sem fengu að kynna umhverfisvænni leiðum til siglinga og tóku sig saman til að vekja athygli á mengun sjávar. Verkefninu var hrundið af stað af Panhellenic Open Water Sailing club í samstarf við HELMERA og öðrum tengdum samtökum.

### HEIMILDIR

<https://istioploikoskosmos.gr/perivalon/>

<https://www.piraeus365.gr/2018/07/55o-ράλλυ-αιγαίου-20-30-ιουλίου-2018/>

[https://www.sailing.org/tools/documents/ISAFGreenEventGuidance-\[9984\].pdf](https://www.sailing.org/tools/documents/ISAFGreenEventGuidance-[9984].pdf)

<https://www.amorgos-news.gr/οι-ιστιοπλόοι-του-55ου-ράλλυ-αιγαίου-καθ/>

### INNGANGUR OG AÐFERÐARFRÆÐI

Samkvæmt viðmiðum 55. siglingakeppni Eyjahafs var því heitið að vekja athygli á mengun hafsins. Viðmiðunarreglur ISAF voru notaðar í verkefninu um hvernig skyldi koma í veg fyrir það umhverfisfótspor sem fylgir siglingum. Keppnin var haldin 20.-30. júlí, 2018.

Í verkefninu var m.a. þátttaka siglingamanna og sýnidæmi þeirra á hvernig hægt væri að sigla á umhverfisvænni hátt nýtt til að kenna öðrum. Markmiðið var að vekja athygli á mengun hafsins og hvernig hægt er að takast á við það og hvetja til annarra gjörða, t.d. að hreinsa ströndina.

Verkefnið var byggt með ISAF verkferla að leiðarljósi að frumkvæði Panhelleni Open Water Sailing Club.

### ÁSKORANIR

Engar.

### ÁHRIF

Ef taka má mið af þeim greinafjölda sem skrifaður var og umtöluðum fjölda þátttakenda í verkefninu má gera ráð fyrir marktækum áhrifum.

Þeir bátar sem tóku þátt í siglingakeppni Eyjahafs báru þau skilaboð "Save the seas" til að vekja athygli á málefningu. Fulltrúi HELMEPA var einnig til staðar á öllum þeim eyjum sem heimsóttar voru í verkefninu til að samstillta hreinsun stranda og dreifingu upplýsinga, í samstarfi við yfirvöld hvers svæðis. Þetta átti sér stað 23. júlí á Amorgos, 25. júlí á Lipsi og 27. júlí á Paros.

Skipstjórar og áhafnir urðu því sendiherrar verkefnisins og siglingamenn reyndu að nota eins lítið af plasti og mögulegt var þar sem eftir var á árinu og til frambúðar.

Vert er að nefna að alþjóðlega ólympíunefndin tók nátt í herferð SP til að vekja athygli á mengun hafs meðal íþróttamanna og þátttakenda.

### SJÁLFBÆRNI

Þar sem verkefnið byggir á árlegum viðburði sem þegar er til staðar er það sjálfbært. Ennfremur er verkefnið vel til þess fallið að endurtaka þar sem það byggir á viðburði sem þegar er til og að þeir sem skipuleggja og styrkja eru þegar til staðar.

### YFIRFÆRSLA

Stærri og fleiri siglingakeppnir væri hægt að skipuleggja í gjörvöllu Eyjahafi og ætti framkvæmd þess ekki að reynast of erfið.

### NIÐURSTÖÐUR OG LÆRDÓMUR

Rannsóknir sýna að innan 50 ára mun meira plast vera í hafinu en fiskar. Árlega losum við 100,000-300,000 tonnum af plasti í Miðjarðarhafið og er Grikkland einn stærsti mengunarvaldurinn en Grikkir losa um 39 tonn á hverjum degi. Um það bil 43-51% af því sorpi sem er að finna á ströndum og í hafi er plast.

Í grísku höfunum er enn mikið af sjaldgæfum dýrategundum sem eru í útrýmingarhættu vegna mengunnar. Áhrif þess að henda plasti í hafið eru víðtæk, m.a. á minni fiskafla og túrisma.

Þessi gríðarstór umhverfisvanda leiddi til þess að í 55. siglingakeppni Eyjahafs hafði að leiðarljósi leiðir til að draga úr plastmengun í hafinu og þeir sem tóku þátt voru sagðir fylgja umhverfisvænni siglingaraðferðum og tóku þátt í hreinsun strandlengjunnar á svæðum sem þess var þörf.

Þátttakendurnir vöktu athygli á mengun hafsins með áherslu á umhverfisfótspor siglinga. Þá lærðu þeir einnig umhverfisvænni leiðir til siglinga og voru áhugasamir um þátttöku í öðrum umhverfisvænum viðburðum.



EINURÐ



CARDET



Funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. [Project Number: 101050262]