



**GREEN LEAGUE**  
Sport Alliance for the Environment

# Συλλογή μελετών περίπτωσης

## Καλές πρακτικές για τον αθλητισμό και την προστασία του περιβάλλοντος



Με τη χρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. [Αριθμός έργου: 101050262]

## Ευχαριστίες

Αυτή η συλλογή δημιουργήθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ “Green League - αθλητική συμμαχία για το περιβάλλον”.

### Συνεργάτες:

- CESIE, Ιταλία (συντονιστής)
- Vini Sano Onlus, Ιταλία
- Zavod APGA, Σλοβενία
- Κέντρο Μέριμνας Οικογένειας και Παιδιού (ΚΜΟΡ), Ελλάδα
- EINURO EHF (Einurd), Ισλανδία
- Κέντρο Προώθησης Έρευνας και Ανάπτυξης στην Εκπαιδευτική Τεχνολογία, (CARDET), Κύπρος
- Out of the Box International (OTB), Βέλγιο

### Εκδότης: APGA

### Συγγραφείς:

- APGA, Agencija za promocijo gibalnih aktivnosti, Σλοβενία,
- CARDET, Κύπρος,
- CESIE, Ιταλία,
- EINURD, Ισλανδία,
- ΚΜΟΡ, Ελλάδα,
- OTB, Βέλγιο
- VIVI SANO ETS, Ιταλία

### Έκδοση: Ηλεκτρονική

Αριθμός αναφοράς έργου: 101050262-Green League-ERASMUS-SPORT-2021-SCP



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

## ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΕΣ ΠΟΥ ΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΣΤΗΝ ΙΤΑΛΙΑ



Με τη χρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. [Αριθμός έργου: 101050262]

## ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 1: ΚΑΘΑΡΙΣΤΕ ΚΑΙ ΤΡΕΞΤΕ - PLOGGING

### ΣΚΟΠΟΣ

Ο στόχος είναι να τρέξεις και να μαζέψεις τα σκουπίδια στον δρόμο.

### ΟΜΑΔΑ - ΣΤΟΧΟΣ

Δρομείς, οργανώσεις που δραστηριοποιούνται στον τομέα του περιβάλλοντος, νέοι, όλοι όσοι αθλούνται και αγαπούν τη φύση.

### ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΧΗ

Ιταλία

1ο στάδιο: Isola d'Elba: Marciana Marina

2ο στάδιο Castagneto Carducci - Pomaia

3ο στάδιο Orciano Pisano - Pontedera

4ο στάδιο Revet S.p.A. - Capannori

5ο στάδιο Olbia - Calangianus

6ο στάδιο Bortigiadas - Chiaramonti

7ο στάδιο Cargeghe - Stintino

### ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ Ή ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Περπάτημα, Τρέξιμο

### ΕΜΠΛΕΚΟΜΕΝΟΙ ΦΟΡΕΙΣ

Η πρωτοβουλία προωθείται από τον Roberto Cavallo, Διευθύνοντα Σύμβουλο της Società Cooperativa ERICA (<https://www.cooperica.it/>) που από το 1996 προωθεί την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση, και στοχεύει στη διεύρυνση των επαγγελματιών του αθλητισμού που ενδιαφέρονται για περιβαλλοντικά θέματα.

Άλλα ενδιαφερόμενα μέρη είναι το υπουργείο οικολογικής μετάβασης, η τράπεζα Unicredit και οι δήμοι που επηρεάζονται από τις στάσεις.

Ο δικαιούχος της πρακτικής είναι ολόκληρη η κοινότητα στην οποία πραγματοποιείται η δραστηριότητα.

### ΠΗΓΕΣ

<https://keepcleanandrun.com>

<https://www.gazzetta.it/running/11-04-2022/keep-clean-and-run-for-peace-2022-elba-sardegna.shtml>

<https://tg24.sky.it/cagliari/2022/05/07/eco-maratona-al-traguado-con-373-kg-di-rifiuti-raccolti>

### ΣΥΝΤΟΜΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Η πρωτοβουλία ξεκίνησε το 2015 με την πρώτη διοργάνωση του αγώνα *plogging* (αγώνες που περιλαμβάνουν μάζεμα σκουπιδιών). Έκτοτε, κάθε χρόνο διοργανώνεται μια εκδήλωση *plogging* σε διάφορα μέρη της Ιταλίας.

Η τελευταία διοργάνωση έγινε την άνοιξη του 2022 και περιγράφεται ως ο “μεγαλύτερος αγώνας *plogging* στον κόσμο”. Επικεντρώνεται στα απορρίμματα, διαδίδοντας το μήνυμα ότι η πρακτική αυτή έχει τεράστιο αντίκτυπο στην υγεία της θάλασσας και πρέπει να καταπολεμηθεί στους τόπους προέλευσής της, την ενδοχώρα.

Στόχος είναι η ευαισθητοποίηση σχετικά με την περιβαλλοντική κατάσταση, ενθαρρύνοντας τους ανθρώπους να φροντίζουν τη φύση.

Η μεθοδολογία που χρησιμοποιείται είναι το *plogging*, η πρακτική που συνδυάζει τον αθλητισμό και τη συλλογή απορριμμάτων.

Η πρωτοβουλία χρηματοδοτήθηκε και τεκμηριώθηκε με την πάροδο των ετών και η τοπική διοίκηση και κοινότητα εμπλέκονταν σε κάθε στάδιο της λειτουργίας, ενθαρρύνοντας τη συμμετοχή στον καθαρισμό.

#### **ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ**

Η διοργάνωση τέτοιων εκδηλώσεων απαιτεί τεράστια προσπάθεια, τόσο κατά τη φάση της προετοιμασίας όσο και κατά τη διάρκεια της ίδιας της εκδήλωσης. Η δυσκολία αυτή μπορεί να μειωθεί με τη συμμετοχή των σχολείων και της δημόσιας διοίκησης για την υποστήριξη της διοργάνωσης και της προώθησης.

#### **ΑΝΤΙΚΤΥΠΟΣ**

Στην τελευταία διοργάνωση συμμετείχαν περισσότερα από 300 άτομα σε δραστηριότητες καθαρισμού. Αυτό σημαίνει ότι οι άνθρωποι έχουν μεγαλύτερη επίγνωση της σημασίας της φροντίδας του περιβάλλοντος.

#### **ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ**

Τα σχολεία και τα ιδρύματα, καθώς και οι αθλητικοί εκπαιδευτές θα μπορούσαν να προωθούν τακτικά τις εκδηλώσεις για την αύξηση της ευαισθητοποίησης. Δεν είναι απαραίτητο να υπάρχει μεγάλος προϋπολογισμός γι' αυτό, και τα οφέλη θα είναι πολύ μεγαλύτερα από το κόστος.

#### **ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΙΚΟΤΗΤΑ**

Η πρακτική αυτή μπορεί να αναπαραχθεί σε μεγάλη κλίμακα. Μπορεί να γίνει σε οποιοδήποτε περιβάλλον με διαφορετικά χαρακτηριστικά (στην πόλη, στην ύπαιθρο, στη θάλασσα, στα ποτάμια...) και δεν απαιτεί υψηλό κόστος για να εφαρμοστεί.

#### **ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ**

Η ορθή πρακτική είναι αξιοσημείωτη και προσαρμόζεται εύκολα σε διαφορετικό πλαίσιο.

Ο Rossano Ercolini, καθηγητής, οικολογικός ακτιβιστής και τώρα διευθυντής του ZeroWaste Italy, δεν έχει αμφιβολίες, δηλώνοντας ότι *"[για να υπάρξει αντίκτυπος] είναι απαραίτητο να προωθηθεί η συμμετοχή και η εμπλοκή των ανθρώπων. Πρέπει να αισθάνονται πρωταγωνιστές"* (Rossano Ercolini)

Αυτή η μελέτη περίπτωσης δείχνει ότι οι άνθρωποι νοιάζονται πραγματικά για το περιβάλλον, αν το κάνουν και άλλοι. Είναι μια διαδικασία που μπορεί να απαιτήσει κάποιο χρόνο, αλλά χάρη σε τέτοιου είδους πρωτοβουλίες οι άνθρωποι συνειδητοποιούν τη σημασία της προστασίας του τόπου στον οποίο ζουν.

Ως εκ τούτου, ήταν θεμελιώδους σημασίας η εμπλοκή των μαθητών για την πρόληψη της κακής συμπεριφοράς στο μέλλον.



## ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 2: ΚΥΝΗΓΙ ΠΛΑΣΤΙΚΟΥ - CACCIA ALLA PLASTICA

### ΣΚΟΠΟΣ

Ο στόχος είναι οι συμμετέχοντες να μαζεύουν πλαστικά ενώ κολυμπούν.

### ΟΜΑΔΑ- ΣΤΟΧΟΣ

Ο στόχος είναι η τοπική κοινότητα στο σύνολό της.

### ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΧΗ

Ιταλία, Προστατευόμενη περιοχή Gaiolo, Νάπολη, Καμπανία.

### ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ή ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Κολύμπι, περπάτημα.

### ΕΜΠΛΕΚΟΜΕΝΟΙ ΦΟΡΕΙΣ

Η πρωτοβουλία διοργανώνεται από την N'Sea Yet σε συνεργασία με την UISP NAPOLI, σε συμφωνία με τη θαλάσσια προστατευόμενη περιοχή Parco Sommerso di Gaiola, και με τη συμμετοχή των ενώσεων Let's do it Italy, Cleanap, Round Table, CSI Gaiola Onlus FAI και τα αγόρια του σωφρονιστικού ιδρύματος ανηλίκων της Nisida.

Άλλοι υποστηρικτές της εκδήλωσης είναι: ο ολυμπιονίκης της κολύμβησης Massimiliano Rosolino, η τραγουδίστρια Malika Ayane, οι δημοτικοί σύμβουλοι του Δήμου της Νάπολης Emanuela Ferrante, Paolo Mancuso, Vincenzo Santagada και Luca Trapanese.

Δικαιούχοι της πρωτοβουλίας είναι η τοπική κοινωνία και οι ανήλικοι του σωφρονιστικού ιδρύματος ανηλίκων.

Είναι μια ευκαιρία να δοθεί προσοχή στη σημασία της συνεργασίας και των κοινών αποτελεσμάτων: για να κερδίσουμε είναι απαραίτητο να συνεισφέρουν όλοι.

### ΠΗΓΕΣ

<https://www.areamarinaprotettagaiola.it/single-post/presentazione-evento-caccia-alla-plastica-swimming-edition-2022>

<https://www.uisp.it/napoli/pagina/caccia-alla-plastica-swimming-edition-ii>

<https://www.ilroma.net/curiosita/liniziativa-solidale/caccia-alla-plastica-swimming-edition-sport-tutela-dellambiente-e>

<https://www.fondalicampania.com/napoli-caccia-alla-plastica-2-km-di-nuoto-a-sostegno-dellambiente/>

<https://www.dalsociale24.it/3-luglio-caccia-alla-plastica/>

<https://www.facebook.com/events/1185319862231393>

<https://www.youtube.com/watch?v=yD6gsgyhxWg>

### ΣΥΝΤΟΜΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ





Η πρώτη εκδήλωση έγινε το 2020, αλλά βρίσκεται στη δεύτερη διοργάνωσή της.

Πριν από μερικά χρόνια, η ένωση N 'Sea Yet ξεκίνησε το "Prendi 3 - Get 3" στη Νάπολη. Η ιδέα ήταν να ανακτηθούν τρία κομμάτια πλαστικού από την παραλία, τη θάλασσα και τον δρόμο, ώστε να βοηθηθεί ο κόσμος να γίνει πιο καθαρός. Από τα τρία, τα κομμάτια πλαστικού αυξήθηκαν. Έτσι, η ένωση διοργάνωσε διάφορες δραστηριότητες ευαισθητοποίησης και συλλογής. Μία από τις πιο επιτυχημένες ήταν το κυνήγι των πλαστικών. Στις 3 Ιουλίου η πρωτοβουλία αναβίωσε, αυτή τη φορά σε άλλη τοποθεσία, μεταξύ Νησίδας και Γαϊόλα. Ήταν μια μέρα αφιερωμένη στη διαφύλαξη της θάλασσας, απαλλάσσοντάς την όσο το δυνατόν περισσότερο από το πλαστικό.

Οι ομάδες αποτελούνται από 4 άτομα (1 επαγγελματίας κολυμβητής και 3 κυνηγοί). Οι κυνηγοί θα πρέπει να συλλέξουν όσο το δυνατόν περισσότερα πλαστικά κατά μήκος ολόκληρης της ακτής Posillipo, ενώ ο κολυμβητής θα πρέπει να ολοκληρώσει τη διαδρομή του αγώνα (από τη Νησίδα έως τη Γαϊόλα) στον συντομότερο δυνατό χρόνο. Για κάθε κιλό που συλλέγεται από τους κυνηγούς, θα γίνεται έκπτωση 1 δευτερολέπτου στον χρόνο του κολυμβητή.

Η ομάδα με τον κολυμβητή που έχει τον χαμηλότερο χρόνο θα κερδίσει.

Μια άλλη επιλογή είναι να συμμετάσχετε στην πρωτοβουλία και ως οδηγός καγιάκ.

Ο αγώνας στη θάλασσα προορίζεται μόνο για τους ανταγωνιστικούς κολυμβητές του Uisp, ενώ όλοι οι υπόλοιποι συμμετέχοντες, μαζί με τους συλλόγους και τα παιδιά των φυλακών ανηλίκων της Νησίδας, θα αγωνιστούν στην ομάδα ξηράς, ταυτόχρονα με τους κολυμβητές.

#### ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

Η εμπλοκή των ανθρώπων και των νέων συχνά απαιτεί μεγάλη προσπάθεια, ιδίως αν η δραστηριότητα απαιτεί καθαρισμό και συλλογή σκουπιδιών.

#### ΑΝΤΙΚΤΥΠΟΣ

Στην πρωτοβουλία συμμετείχαν πολλοί άνθρωποι και πολλοί οργανισμοί που έχουν ασχοληθεί με το πρόβλημα του πλαστικού στις θάλασσες. Συγκεντρώθηκαν 70 κιλά πλαστικού και δόθηκε έμφαση στην κατανάλωση και τη λανθασμένη απόρριψη του πλαστικού. Μετά τη διαδήλωση, δημιουργήθηκε ένα ψήφισμα, στο [change.org](http://change.org), για να αντιταχθεί η κατασκευή ενός αποχετευτικού αγωγού κοντά στην προστατευόμενη περιοχή.

#### ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ

Για την υλοποίηση αυτής της πρωτοβουλίας δεν είναι υποχρεωτική η επένδυση μεγάλων κεφαλαίων. Ωστόσο, είναι απαραίτητη η συμμετοχή της τοπικής πραγματικότητας. Απαιτείται μεγάλη οργανωτική και επικοινωνιακή προσπάθεια.

#### ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

Η πρωτοβουλία μπορεί εύκολα να επεκταθεί και σε άλλες περιοχές με θάλασσες, ποτάμια και λίμνες. Είναι επίσης δυνατό να προσαρμοστεί η μεθοδολογία σε άλλα αθλήματα, όπως για παράδειγμα το τρέξιμο. Αυτό θα καθιστούσε δυνατή την ευρεία επέκταση της πρακτικής.



## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Συμπερασματικά, μπορούμε να πούμε ότι η πρακτική αυτή είναι ελκυστική και μπορεί να αναπαραχθεί, τόσο για την τοπική κοινότητα όσο και για τους εμπλεκόμενους φορείς. Πράγματι, το ζήτημα της προστασίας του περιβάλλοντος είναι ένα βαθιά αισθητό ζήτημα σε εθνικό επίπεδο.

*"Η Gaiola, ως προστατευόμενη περιοχή, έχει δεσμευτεί για αυτά τα θέματα εδώ και 20 χρόνια"* εξηγεί ο Maurizio Simeone, διευθυντής του υποθαλάσσιου πάρκου της Gaiola και προσθέτει: *"υποδεχτήκαμε αυτή τη δεύτερη εκδοχή της πρωτοβουλίας για την υποστήριξη της ευαισθητοποίησης σε θέματα περιβαλλοντικής και θαλάσσιας προστασίας με ενθουσιασμό και χαρά και μας άρεσε η σύνδεση με την αθλητική δραστηριότητα"*.

*"Η Gaiola, η ακτή του Posillipo και η Bagnoli κινδυνεύουν με περαιτέρω άνοιγμα του αποχετευτικού αγωγού με διπλασιασμό του συστήματος κοντά στην Cala Badessa, γεγονός που αποτελεί περαιτέρω κίνδυνο περιβαλλοντικής ρύπανσης"* λέει η Francesca Zazzera, εθελόντρια της GreenPeace στην Νάπολη και συνεχίζει: *"Στο Change.org ξεκινήσαμε ένα ψήφισμα για να ζητήσουμε την ακύρωση αυτού του έργου. Οι άνθρωποι πρέπει να αισθάνονται πρωταγωνιστές."*



## ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 3: ΒΟΛΤΑ ΧΩΡΙΣ ΠΛΑΣΤΙΚΟ

### ΣΚΟΠΟΣ

Αυτή η μελέτη περίπτωσης θέλει να δείξει ότι ο καθένας μπορεί να κάνει τη διαφορά με μικρές ενέργειες.

### ΟΜΑΔΑ ΣΤΟΧΟΣ

Οργανώσεις που δραστηριοποιούνται στον τομέα του περιβάλλοντος, νέοι, όλοι όσοι ενδιαφέρονται να δράσουν για το περιβάλλον, εκπαιδευτές, ενδιαφερόμενοι.

### ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΧΗ

Διαφορετικό τμήμα της Ιταλίας και της Ευρώπης, σε διαφορετικά έτη (2019-2022)

### ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ή ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Ποδηλασία

### ΕΜΠΛΕΚΟΜΕΝΟΙ ΦΟΡΕΙΣ

Το έργο υποστηρίζεται από:

- <https://www.scott-sports.com/it/it/>
- <https://www.scott-sports.com/it/it/news/bike/scott-italia-progetto-plastic-free-ride>
- <https://www.bergamont.com/it/it/>
- <https://www.rudyproject.com/>
- <https://www.the-lab.it/>

Είναι δυνατόν να ληφθεί υπόψη ολόκληρη η κοινότητα. Όσοι ενδιαφέρονται, μπορούν να συμμετέχουν, να μοιραστούν την πρακτική καθαρισμού και να κατανοήσουν καλύτερα την αξία ενός καθαρού περιβάλλοντος.

### ΠΗΓΕΣ

Υπάρχει ένας ειδικός ιστότοπος (<https://www.plasticfreeride.it/>) που χρησιμοποιούν οι 2 αναβάτες για να επικοινωνούν τα νέα και τα προγραμματισμένα ταξίδια. Η ιστοσελίδα συγκεντρώνει επίσης τα άρθρα και το περιοδικό που αναφέρει τα νέα.

2022

<https://www.ildolomiti.it/societa/2022/da-arco-a-budapest-in-bici-per-ripulire-piu-di-mille-chilometri-dai-rifiuti-la-coppia-plastic-free-ride-ancora-troppe-mascherine-e-bottiglie-di-plastica-lasciate-per-terra>

<https://www.ladige.it/territori/riva-arco/2022/06/27/in-bicicletta-da-arco-a-budapest-a-caccia-di-rifiuti-di-plastica-da-raccogliere-1.3248972>

<https://www.facebook.com/479026179096759/posts/pfbid0CKRvXEFcRpCMX3NWbro1DeX1ozLETfA1wTyGgKPNwZFKrEpstdPkhs1KvQYnTKCbl/?d=n>

<https://pedaling.it/2022/03/30/plasticfreeride/>

<https://www.qdpnews.it/comuni/pederobba/pulire-le-strade-pedalando-armati-di-pinze-e-cestini-plastic-free-ride-sbarca-a-pederobba-grazie-a-wamii-maggio-onorati-di-averli-qui/>

<https://ebiketravel.it/plastic-free-ride-uniniziativa-green-su-due-ruote/>



<https://www.vitadueruote.it/soluzioni-sostenibili-bike-plogging-a-impatto-meno-uno-e-suonare-con-strumenti-musicali-riciclati/>

### ΣΥΝΤΟΜΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Το έργο υλοποιείται από δύο αναβάτες που αγαπούν να ταξιδεύουν με ποδήλατο, μακριά από τη ρύπανση. Ποδηλατούν με ό,τι χρειάζονται για να καθαρίσουν το περιβάλλον από τα απορρίμματα, με στόχο να ενημερώσουν τον κόσμο και να συμβάλουν στην υπεράσπιση του φυσικού περιβάλλοντος.

Το *PlasticFreeRide* γεννήθηκε το 2019 από ένα όνειρο και μεγαλώνει κάθε μέρα, κάθε φορά που κάποιος μοιράζεται ένα κομμάτι του δρόμου με αυτούς τους 2 αναβάτες και πιστεύει στο έργο τους.

Η προσέγγιση που χρησιμοποιεί αυτή η πρακτική είναι πολύ απλή: προγραμματίζετε μια βόλτα με το ποδήλατο σε αργή κίνηση, σταματάτε για να καθαρίσετε στη διαδρομή τα σκουπίδια που συναντάτε και αξιοποιείτε την ευκαιρία, για να μιλήσετε με ανθρώπους που συναντάτε και να μεταφέρετε τις γνώσεις σας.

### ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

Η πρόκληση είναι να εμπλακούν οι άνθρωποι στην υιοθέτηση βιώσιμων συμπεριφορών. Αυτό δεν είναι πάντα εύκολο και απαιτεί χρόνο και καλή επικοινωνία.

Οι αναβάτες, που προωθούν την πρωτοβουλία, έπρεπε να αναζητήσουν κάποιους χορηγούς, για να τους παρέχουν τα απαραίτητα εργαλεία: σφινγκήρες, καρότσια ποδηλάτων... βρήκαν υποστήριξη σε ορισμένα καταστήματα αθλητικών ειδών που προωθούν έναν υγιεινό και βιώσιμο τρόπο ζωής.

### ΑΝΤΙΚΤΥΠΟΣ

Η καλή πρακτική έχει προφανώς αντίκτυπο στην τοπική περιοχή, η οποία καθαρίζεται από τα σκουπίδια, αλλά και στην τοπική κοινότητα από την οποία περνάει η ποδηλατοδρομία. Οι άνθρωποι συνειδητοποιούν τη σημασία της συμβολής τους στην προστασία του περιβάλλοντος.

### ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ

Είναι εύκολο να αναπαραχθεί, καθώς δεν χρειάζονται κονδύλια για την υποστήριξη αυτής της πρωτοβουλίας και είναι δυνατόν να βρεθούν ποδηλατόδρομοι σε κάθε πόλη και χώρα.

### ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

Η καλή αυτή πρακτική μπορεί να αναπαραχθεί σε διάφορες πόλεις και χώρες. Θα πρέπει να εμπλακούν άνθρωποι που ενδιαφέρονται για το θέμα και η πρωτοβουλία θα μπορούσε να αναπαραχθεί παντού, σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο.

### ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Είναι δυνατόν να δηλωθεί ότι η ορθή πρακτική έχει σχετικό αντίκτυπο στον τόπο που εφαρμόζεται.

*“Είμαι ένθερμος περιβαλλοντολόγος”, δηλώνει ο Raffaele. “Αποφάσισα να αναλάβω αυτό το έργο καθώς πιστεύω ότι με τον δικό μας μικρό τρόπο μπορούμε να κάνουμε πολλά. Φυσικά, ίσως δεν θα αλλάξει η μοίρα του πλανήτη, αλλά μπορεί να αποτελέσει ένα μήνυμα. Ένα σήμα για την*





**GREEN LEAGUE**  
Sport Alliance for the Environment

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

*αλλαγή. Ή ίσως ένα ερέθισμα και για άλλους. Αν το κάνω μόνο εγώ, τίποτα δεν αλλάζει. Αλλά αν αρχίσουμε να το κάνουμε πολλοί, τότε ίσως κάτι αρχίσει να αλλάζει”.*

Το Plastic Free Ride είναι ένας τρόπος ζωής και οι άνθρωποι μπορούν να εμπνευστούν από αυτό το παράδειγμα. Το πιο σημαντικό μάθημα που μπορούμε να πάρουμε είναι το γεγονός ότι ακόμη και μικρές αυθόρμητες χειρονομίες μπορούν να κάνουν τη διαφορά και να επιφέρουν μια μικρή αλλαγή.



**Με τη χρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης**

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. [Αριθμός έργου: 101050262]

## ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 4: ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΗ ΠΕΖΟΠΟΡΙΑ - ΟΛΑ ΕΙΝΑΙ ΜΕΡΟΣ ΤΟΥ ΟΥΡΑΝΟΥ

### ΣΚΟΠΟΣ

Συνδυάζοντας τον αθλητισμό και την αστρονομία σε μια αξέχαστη εκδήλωση πεζοπορίας και παρατήρησης των άστρων.

### ΟΜΑΔΑ ΣΤΟΧΟΣ

Αθλητικές οργανώσεις, ενώσεις.

### ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ ΠΕΡΙΟΧΗ

Monte San Giovanni in Sabina, Ριέτι, Λάτσιο, Ιταλία.

### ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ ή ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ

Περπάτημα, Πεζοπορία.

### ΕΜΠΛΕΚΟΜΕΝΟΙ ΦΟΡΕΙΣ

Η πρωτοβουλία προωθήθηκε από το Open Sky υπό την αιγίδα της Περιφέρειας του Λάτσιο και του Δήμου του Ριέτι.

Συμμετείχαν ο περιβαλλοντικός οδηγός πεζοπορίας Mauro Carpelletti και εμπειρογνώμονες από την Αστρονομική Ένωση (Εθνικό Δίκτυο Αστρονομικού Τουρισμού, το οποίο πιστοποιεί τις ιδανικές τοποθεσίες για αστροτουρισμό και τους πιο όμορφους ουραμούς στην Ιταλία, όπου μπορείτε να ατενίσετε τα αστέρια).

Η διαδρομή, πολύ απλή και ανοιχτή σε όλους δωρεάν, επέτρεψε σε όποιον ήθελε να λάβει μέρος στην εκδήλωση.

### ΠΗΓΕΣ

Η πρακτική αυτή έχει κοινοποιηθεί σε πολλά κανάλια και τοπικές εφημερίδες, καθώς και στους δικτυακούς τόπους των ενδιαφερομένων μερών.

[https://www.virgilio.it/italia/monte-san-giovanni-in-sabina/eventi/tutto-partito-dal-cielo-una-giornata-tra-eco-trekking-e-astronomia-alla-scoperta-di-monte-san-giovanni-in-sabina\\_8062149\\_6](https://www.virgilio.it/italia/monte-san-giovanni-in-sabina/eventi/tutto-partito-dal-cielo-una-giornata-tra-eco-trekking-e-astronomia-alla-scoperta-di-monte-san-giovanni-in-sabina_8062149_6)

<https://lifefactorymag.com/2022/08/26/tutto-e-partito-dal-cielo-una-giornata-tra-eco-trekking-e-astronomia-a-monte-san-giovanni-in-sabina/>

<https://www.gazzettadiroma.it/tutto-e-partito-dal-cielo-una-giornata-tra-eco-trekking-e-astronomia-a-monte-san-giovanni-in-sabina/>

[https://www.ilmessaggero.it/rieti/rieti\\_eco\\_trekking\\_monte\\_tancia\\_natura\\_evento-6885494.html](https://www.ilmessaggero.it/rieti/rieti_eco_trekking_monte_tancia_natura_evento-6885494.html)

<https://www.italiansnews.it/tutto-e-partito-dal-cielo/>

<https://www.openskynoprofit.org/tutto-e-partito-dal-cielo/>

<https://www.zarabaza.it/2022/08/09/tutto-e-partito-dal-cielo-una-giornata-tra-eco-trekking-e-astronomia-a-monte-san-giovanni-in-sabina/>

<https://www.facebook.com/479026179096759/posts/pfbid0CKRvXEFcRpCMX3NWbro1DeX1ozLETfA1wTyGgKPNwZFKrEpstDPkhs1KvQYnTKCbI/?d=n>

<https://pedaling.it/2022/03/30/plasticfreeride/>

<https://www.qdpnews.it/comuni/pederobba/pulire-le-strade-pedalando-armati-di-pinze-e-cestini-plastic-free-ride-sbarca-a-pederobba-grazie-a-wamii-maggio-onorati-di-averli-qui/>  
<https://ebikettravel.it/plastic-free-ride-uniniziativa-green-su-due-ruote/>

### ΣΥΝΤΟΜΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ

Στόχος της πρωτοβουλίας είναι μια εμπειρία περιβαλλοντικής και πολιτιστικής ευαισθητοποίησης με χαρούμενο τρόπο, σε μια υποβλητική και ελάχιστα γνωστή περιοχή όπου συναντιούνται ο αθλητισμός, το φαγητό, η μουσική και η επιστήμη, με σεβασμό στη φύση.

Η εκδήλωση διαρκεί ένα βράδυ, αλλά στόχος είναι να γίνει γνωστή η περιοχή, ενισχύοντας τις δυνατότητές της.

Η δραστηριότητα αρχίζει με μια στιγμή εσωτερικού διαλογισμού υπό την καθοδήγηση ενός δασκάλου διαλογισμού και συνεχίζεται με οικολογική πεζοπορία. Η διαδρομή περιλαμβάνει έναν περίπατο για όλους, μέσα από ένα μονοπάτι μεγάλης φυσιολατρικής αξίας. Συνιστάται στους πεζοπόρους να έχουν μαζί τους γάντια και σακούλες για τη συλλογή τυχόν απορριμμάτων που θα συναντήσουν στη διαδρομή. Επιστρέφοντας από τον περίπατο, οι συμμετέχοντες θα ενημερωθούν για τη διαδρομή, τι είναι η οικολογική πεζοπορία, την ηθική του πεζοπόρου και πώς να περιορίσουν τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις μιας εκδρομής.

Οι ειδικοί της Αστρονομικής Ένωσης (Εθνικό Δίκτυο Αστρονομικού Τουρισμού, το οποίο πιστοποιεί τις ιδανικές τοποθεσίες για αστροτουρισμό και τους πιο όμορφους ουρανοί στην Ιταλία, όπου μπορείτε να ατενίσετε τα αστέρια), θα παρουσιάσουν το θέμα της φωτορύπανσης και θα διαθέσουν τα ισχυρά τηλεσκόπια τους, βοηθώντας τους συμμετέχοντες στην ανακάλυψη πλανητών και αστερισμών. Το κοινό θα μπορέσει να συμμετάσχει σε μια πραγματική αστρονομική παρατήρηση.

### ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

Η μεγαλύτερη προσπάθεια αφορούσε την οργάνωση. Η ιδέα της συγκέντρωσης διαφορετικών πτυχών ήταν, χωρίς αμφιβολία, πολύ δύσκολη. Η διερεύνηση και η επικοινωνία των διαφόρων πτυχών όσον αφορά την περιβαλλοντική βιωσιμότητα έπρεπε να έχει μια ισχυρή σύνδεση μεταξύ όλων των στοιχείων.

### ΑΝΤΙΚΤΥΠΟΣ

Ο αντίκτυπος αυτής της πρακτικής ήταν μεγαλύτερη συνειδητοποίηση της σημασίας της φροντίδας του περιβάλλοντος σε όλες του τις μορφές. Όχι μόνο της ρύπανσης από πλαστικά και αέρα, αλλά και της φωτορύπανσης.

### ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ

Χάρη στους εμπλεκόμενους φορείς και τους διοργανωτές κατέστη δυνατή η υλοποίηση της πρωτοβουλίας. Για την επανάληψη μιας εμπειρίας όπως αυτή, είναι απαραίτητο να υπάρχουν επαγγελματίες και εμπειρογνώμονες που μπορούν να καθοδηγήσουν το κοινό και που διαθέτουν τα τεχνικά εργαλεία για να το κάνουν.

### ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

Υπάρχει μεγάλη πιθανότητα να μπορέσει να αναπαραχθεί η πρωτοβουλία, δεδομένου ότι είναι ελκυστική και, με τους κατάλληλους εταίρους, δεν είναι τόσο δύσκολο να εφαρμοστεί. Άλλες οργανώσεις, σε διαφορετικά μέρη, θα μπορούσαν να εμπνευστούν από αυτήν. Είναι μια καλή ευκαιρία να εμπλακεί η τοπική κοινότητα εκτός των πόλεων.





**GREEN LEAGUE**  
Sport Alliance for the Environment

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

### **ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ**

Εν κατακλείδι, μπορεί να ειπωθεί ότι η πρακτική αυτή αποδείχθηκε πολύ ενδιαφέρουσα και χρήσιμη, για να φέρει τους ανθρώπους πιο κοντά στα διάφορα προβλήματα περιβαλλοντικής ρύπανσης. Συμμετείχαν πολλοί ενδιαφερόμενοι και άνθρωποι με διαφορετικό υπόβαθρο. Το πιο ενδιαφέρον στοιχείο είναι σίγουρα η συνένωση πολλών κλάδων: πεζοπορία, αστρονομία και ευθύνη του πολίτη.

Η πρακτική αυτή προώθησε την περιβαλλοντική και κλιματική εκπαίδευση σε πολλές πτυχές, δίνοντας τη δυνατότητα να προσεγγίσει κανείς τα περιβαλλοντικά ζητήματα που μερικές φορές οι άνθρωποι δεν έχουν την ευκαιρία να παρατηρήσουν.



**Με τη χρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης**

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. [Αριθμός έργου: 101050262]



EINURD



CARDET



Με τη χρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. [Αριθμός έργου: 101050262]