



«Για να ζήσουμε, πρέπει να ζούμε με έναν βιώσιμο τρόπο, αλλά η επιλογή του ανάλογου τρόπου ζωής δεν είναι εύκολη ή απλή υπόθεση! Ποιες επιλογές έχουν τον μεγαλύτερο αντίκτυπο στον πλανήτη μας; Ποιες δεν έχουν κανέναν αντίκτυπο; Η απάντηση δεν είναι μία, αλλά εξερευνώντας τις ερωτήσεις, θα φτάσουμε και στην απάντηση.»



Traylor Venus Kulshan
Δάσκαλος, Raffles World Academy, Dubai

Κατανόηση του βιώσιμου τρόπου ζωής

Γνωστικό αντικείμενο

Πολιτικές & Κοινωνικές Επιστήμες, Γεωγραφία, Επιστήμες

Μαθησιακά αποτελέσματα

- Η εξήγηση της έννοιας της βιωσιμότητας
- Η αξιολόγηση διαφόρων τρόπων ζωής με σκοπό τη βιωσιμότητα, χρησιμοποιώντας ένα διαδικτυακό σύστημα υπολογισμού του οικολογικού αποτυπώματος βάσει δεδομένων της πραγματικής ζωής
- Η αναγνώριση δράσεων που μπορούν να κάνουν οι μαθητές για να κάνουν πιο βιώσιμο τον τρόπο ζωής τους

Προετοιμασία

- Προηγούμενη γνώση: οι μαθητές πρέπει να είναι εξοικειωμένοι με την έννοια της μέτρησης, της χρήσης μονάδων και της σύγκρισης τιμών χρησιμοποιώντας ένα γράφημα ράβδων.
- Αποκτήστε πρόσβαση ή κατεβάστε το μουσικό

βίντεο σε έναν υπολογιστή ή ένα κινητό τηλέφωνο. Αν αυτό δεν είναι δυνατόν, εκτυπώστε ή δείξτε τους στίχους από το τραγούδι.

- Εκτυπώστε ένα αντίγραφο με τους στίχους του τραγουδιού για κάθε μαθητή.
- Εκτυπώστε ή δείξτε το γραφικό του οικολογικού αποτυπώματος.
- Εκτυπώστε αρκετά αντίγραφα για τα τέσσερα πακέτα ιστοριών.
- Δώστε στους μαθητές πρόσβαση σε υπολογιστή ή tablet για να χρησιμοποιήσουν το σύστημα υπολογισμού οικολογικού αποτυπώματος. Εάν αυτό δεν είναι εφικτό, εκτυπώστε το κουίζ για να προσδιορίσετε το μέγεθος του αποτυπώματος.
- Ελέγξτε τα πακέτα ιστοριών και το σύστημα υπολογισμού αποτυπώματος για να βεβαιωθείτε ότι το πακέτο ιστορίας ταιριάζει με την έκδοση του συστήματος υπολογισμού αποτυπώματος που έχετε επιλέξει.
- Προετοιμάστε μια ιστορία που να παρουσιάζει έναν μαθητή από το σχολείο σας σύμφωνα με τις υπόλοιπες ιστορίες που παρουσιάζονται εδώ.

Συνολικός χρόνος:



Ηλικίες:



Εισαγωγή και μουσικό βίντεο

5
ΛΕΠΤΑ

Μοιράστε την έντυπη έκδοση των στίχων (Παράρτημα 1) και ζητήστε από τους μαθητές να επισημάνουν/ υπογραμμίσουν όλες τις λέξεις που έχουν να κάνουν με το περιβάλλον και τη βιωσιμότητα, καθώς παρακολουθούν το βίντεο ή ακούν το τραγούδι «Electric Car» (Ηλεκτρικό Αυτοκίνητο) των They Might Be Giants. Σύνδεσμος: <https://www.youtube.com/watch?v=4BPU5mKipNo> (3:45)

Λίστα λέξεων-κλειδίων: αλλαγή, πράσινο, ηλεκτρικό αυτοκίνητο, μηχανή, πετρέλαιο κίνησης, βενζίνη, πάμε μια βόλτα

Ρωτήστε τους μαθητές «τι είναι αυτό το τραγούδι;»

Διαφοροποίηση και εναλλακτικές

Εναλλακτικά, μπορείτε να ζητήσετε από τους μαθητές να επισημάνουν όλες τις λέξεις ή τις φράσεις που είναι ιδιαίτερα σημαντικές για να εξηγήσουμε το μήνυμα του τραγουδιού.

Μπορεί να χρειαστεί να παίξετε το τραγούδι δύο ή περισσότερες φορές.

Δραστηριότητα μάθησης

5
ΛΕΠΤΑ

Παρουσιάστε μια λίστα λέξεων και συμβόλων, όπως πράσινο, οικολογικός, οργανικός, ανακύκλωση ή τα βέλη του συμβόλου της ανακύκλωσης.

Ρωτήστε τους μαθητές τι κοινό έχουν τα σύμβολα μεταξύ τους και ποια είναι τα χαρακτηριστικά αυτών των λέξεων και των συμβόλων.

Θυμηθείτε την εισαγωγή του τραγουδιού και καθοδηγήστε τους μαθητές στη λέξη «βιώσιμος» ως συνώνυμο και γράψτε τη στον πίνακα.

Παρουσιάστε τον ακόλουθο ορισμό της βιωσιμότητας και ζητήστε από τους μαθητές να συζητήσουν σε ζευγάρια τι πιστεύουν ότι σημαίνει, πριν τους πείτε οτιδήποτε:

«Βιώσιμη ανάπτυξη είναι η ανάπτυξη που καλύπτει τις ανάγκες του σήμερα, χωρίς να θέτει σε κίνδυνο τη δυνατότητα των μελλοντικών γενεών να καλύψουν τις δικές τους ανάγκες». Έκθεση Brundtland 1987

Δείτε το Παράρτημα 2: Πρόσθετες συμβουλές για τον ορισμό της βιωσιμότητας για τα παιδιά, που, εάν χρειαστεί, μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως προτροπές.

Ομαδική συζήτηση

10
ΛΕΠΤΑ

Συζήτηση ανοιχτή ή σε μικρές ομάδες:

- Πιστεύετε ότι η ΔΙΚΗ σας ζωή είναι βιώσιμη; Πώς μπορείτε να καταλάβετε εάν η ζωή σας είναι βιώσιμη;
- Πώς μπορούμε να συγκρίνουμε τρόπους ζωής; Πώς θα συγκρίνατε τον τρόπο ζωής σας με αυτόν ενός μαθητή σε μια άλλη χώρα; (Χρησιμοποιήστε ένα σχετικό παράδειγμα, όπως το να συγκρίνετε τον δικό σας τρόπο ζωής με αυτόν ενός ξάδερφου/φίλου σας σε μιαν άλλη χώρα.)

Θέλουμε οι μαθητές να μετρήσουν/συγκρίνουν τα πάντα! Καθοδηγήστε τους στην ιδέα του «Οικολογικού Αποτυπώματος» ως ΜΟΝΑΔΑΣ για τη ΜΕΤΡΗΣΗ και τη ΣΥΓΚΡΙΣΗ διαφορετικών τρόπων ζωής. Το οικολογικό αποτύπωμά μας μάς επιτρέπει να υπολογίσουμε πόση πίεση ασκεί στον πλανήτη ο τρόπος ζωής μας.

Δείτε το Παράρτημα 3 για το σχετικό γραφικό.

Εισαγάγετε μια αναλογία για την «οικολογική λογιστική». Δεν συγκρίνουμε ντιρχάμ με δολάρια και με ρουπίες. Μετατρέπουμε τα πάντα σε ένα μόνο νόμισμα για να κάνουμε τη σύγκριση. Τα οικολογικά αποτυπώματα μετατρέπουν τις επιλογές του τρόπου ζωής – ό,τι κάνουμε κάθε μέρα – πάνω στον πλανήτη Γη, που αναμένεται να τις υποστηρίξει.

Δραστηριότητα μάθησης

10
ΛΕΠΤΑ

- ΣΤΟΧΟΣ: Ο υπολογισμός και η σύγκριση οικολογικών αποτυπωμάτων.
- ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΟΜΑΔΩΝ: Χωρίστε τους μαθητές σε ομάδες των 2-4 ατόμων. (Κάθε ομάδα χρειάζεται 1 υπολογιστή ή 1 tablet με σύνδεση στο Internet.)
- ΣΥΝΟΨΗ: Μοιράστε σε κάθε ομάδα μια ιστορία για έναν μαθητή από μια διαφορετική χώρα (δείτε το Παράρτημα 4). Κάθε ομάδα πρέπει να διαβάσει την ιστορία της και να βρει στοιχεία και πληροφορίες για τον υπολογισμό του οικολογικού αποτυπώματος του χαρακτήρα της ιστορίας, χρησιμοποιώντας το διαδικτυακό εργαλείο «Personal Footprint Calculator» (Σύστημα Υπολογισμού Προσωπικού Αποτυπώματος) (δείτε παρακάτω για σύνδεση). Ορισμένες ομάδες μπορεί να έχουν το ίδιο πακέτο ιστορίας. Εάν έχετε προετοιμάσει κάποια ιστορία για να παρουσιάσετε κάποιον μαθητή του σχολείου σας, μπορείτε να τη συμπεριλάβετε εδώ.

Δώστε στους μαθητές λίγο χρόνο να κοιτάξουν το πακέτο της ιστορίας τους (Παράρτημα 4).

- Πακέτο Ιστορίας - James
- Πακέτο Ιστορίας - Lorena
- Πακέτο Ιστορίας - Adrienne
- Πακέτο Ιστορίας - Surya
- Η ιστορία που έχετε προετοιμάσει για τον μαθητή του σχολείου σας.

Δείξτε στους μαθητές την ιστοσελίδα με το εργαλείο υπολογισμού οικολογικού αποτυπώματος (www.footprintnetwork.org) πρώτα σαν επίδειξη και, στη συνέχεια, βεβαιωθείτε ότι κάθε ομάδα ξεκινά τον υπολογισμό έχοντας επιλέξει τη σωστή χώρα και τη σωστή έκδοση, ανάλογα με την ιστορία.

Διαφοροποίηση και εναλλακτικές

Αντί να χρησιμοποιήσετε το διαδικτυακό εργαλείο υπολογισμού, ζητήστε από τους μαθητές να απαντήσουν στο έντυπο κουίζ (Παράρτημα 5). Αυτό μπορεί να γίνει σε ομάδες με τα πακέτα ιστοριών ή ατομικά.

Δραστηριότητα μάθησης

10
ΛΕΠΤΑ

Αφού τελειώσουν οι μαθητές με τον υπολογισμό, ζητήστε από κάθε ομάδα να βάλει την τιμή του Οικολογικού Αποτυπώματος του χαρακτήρα της ιστορίας της σε ένα συλλογικό γράφημα ράβδων σε έναν πίνακα για να συγκρίνουν τον τρόπο ζωής όλων των χαρακτήρων.

Μόλις τελειώσουν όλοι οι μαθητές, ζητήστε από κάθε ομάδα να φτιάξει μια σύνοψη για τον τρόπο ζωής του χαρακτήρα της ιστορίας της (μπορείτε να περιορίσετε αυτήν την εργασία σε μια παρουσίαση 30 δευτερολέπτων ή σε 10 λέξεις, για παράδειγμα) και να παρουσιάσει την τιμή του Οικολογικού Αποτυπώματος στην τάξη.

Διαφοροποίηση και εναλλακτικές

Οι μεγαλύτεροι μαθητές θα μπορούσαν να εργαστούν εκτός του αποτυπώματος για κάποιους χαρακτήρες.

Οι μαθητές που θα τελειώσουν γρήγορα μπορούν να αναλύσουν ποιες περιοχές του αποτυπώματος είναι μεγαλύτερες και, μετά, να αλλάξουν την ιστορία, ώστε ο χαρακτήρας να ζει με πιο βιώσιμο τρόπο.

Δείτε την ενότητα των αποτελεσμάτων του Συστήματος Υπολογισμού Προσωπικού Αποτυπώματος.

Συζήτηση

10
ΛΕΠΤΑ

Συζητήστε τις διαφορές μεταξύ των αποτυπωμάτων των χαρακτήρων. Ποιοι χαρακτήρες έχουν έναν βιώσιμο τρόπο ζωής; (Ένα Οικολογικό Αποτύπωμα που να χρειάζεται λιγότερο από έναν πλανήτη.)

Ποια είναι η πιο σημαντική αλλαγή που μπορούμε να κάνουμε στον τρόπο ζωής μας για να τον κάνουμε πιο βιώσιμο; Να τρώμε λιγότερο κρέας; Να καταναλώνουμε λιγότερη ενέργεια; Να οδηγούμε ηλεκτρικά αυτοκίνητα; Τι άλλο;

Ποιος είναι ο λόγος που αποφάσισε ο μαθητής μια συγκεκριμένη αλλαγή στον τρόπο ζωής του;

Διαφοροποίηση και εναλλακτικές

Οι μαθητές θα μπορούσαν, επίσης, να γράψουν μια περιγραφή αυτού που δείχνει το γράφημα ράβδων, να αναφέρουν τα δεδομένα, να μιλήσουν για τις τάσεις και οποιαδήποτε μη ομαλότητα.

Εναλλακτικά, θα μπορούσατε να ζητήσετε από τους μαθητές να απαριθμήσουν όλες τις αλλαγές στον τρόπο ζωής, που θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε μικρότερο Οικολογικό Αποτύπωμα.

Ερωτήσεις για τους μαθητές

10
ΛΕΠΤΑ

Ζητήστε από τους μαθητές να σκεφτούν την ακόλουθη ερώτηση:

Τι σας εξέπληξε με αυτές τις συγκρίσεις και τους υπολογισμούς των οικολογικών αποτυπωμάτων;

Διαφοροποίηση και εναλλακτικές

Τους πιο ικανούς μαθητές, μπορείτε να τους ρωτήσετε ποιοι πιστεύουν ότι είναι οι περιορισμοί του συστήματος υπολογισμού οικολογικού αποτυπώματος.

Δράστε για τους Παγκόσμιους Στόχους

Ως εκπαιδευτικός, έχετε τη δύναμη να διοχετεύσετε τη θετική ενέργεια των μαθητών και να τους βοηθήσετε να πιστέψουν ότι δεν είναι αβοήθητοι, ότι η αλλαγή είναι δυνατή και ότι μπορούν να την κάνουν πραγματικότητα.

Η σχολική πρόκληση «I Can - Μπορώ» του κινήματος Design for Change (Σχέδιο για την Αλλαγή) καλεί τους μαθητές να λάβουν δράση, να φέρουν την αλλαγή για τον ίδιο τους τον εαυτό και να το μοιραστούν με άλλα παιδιά σε όλο τον κόσμο

Επισκεφθείτε το www.dfcworld.com για να ξεκινήσετε.

Για να κατεβάσετε σχέδια μαθημάτων ή απλές συμβουλές για την ανάληψη δράσης από τους ίδιους τους νέους, επισκεφθείτε το <https://inactionforabetterworld.com/to-μεγαλύτερο-μάθημα-του-κόσμου/> ή το <https://worldslargestlesson.globalgoals.org/>

DESIGN for
CHANGE

ΠΟΡΟΙ

Το Global Footprint Network (Παγκόσμιο Δίκτυο Αποτυπώματος) είναι μια διεθνής δεξαμενή σκέψης που εργάζεται με σκοπό τη λήψη τεκμηριωμένων, βιώσιμων αποφάσεων σχετικά με πολιτικές σε έναν κόσμο με περιορισμένους πόρους. Μαζί με τους συνεργάτες του, το Global Footprint Network συντονίζει έρευνες, αναπτύσσει μεθοδολογικά πρότυπα και παρέχει στους υπεύθυνους λήψης αποφάσεων ένα μενού εργαλείων που σκοπό έχει να βοηθήσει την ανθρώπινη οικονομία να λειτουργεί εντός των οικολογικών ορίων της Γης. Συνεργαζόμαστε με τοπικές αρχές και εθνικές κυβερνήσεις, επενδυτές και διαμορφωτές κοινής γνώμης για να διασφαλίσουμε ότι όλοι ζουν καλά και εντός των ορίων ενός πλανήτη.

www.footprintnetwork.org

Πληροφορίες για τον εκπαιδευτικό σχετικά με τα οικολογικά αποτυπώματα:

http://www.footprintnetwork.org/en/index.php/GFN/page/basics_introduction/

http://www.footprintnetwork.org/en/index.php/GFN/page/footprint_basics_eoverview/

Στίχοι τραγουδιού «Electric Car» (Ηλεκτρικό αυτοκίνητο)

από τους They Might Be Giants

Ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Σε τόσο σκοτεινούς δρόμους
Για να αλλάξεις το τέλος
Ξαναγράψε την αρχή
Ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Όλα καλά, μέχρι εδώ

Ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Στο πράσινο
Επινόησε μια στροφή
Επινόησε ένα όνειρο
Ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Η νέα μηχανή

Ας πάμε μια βόλτα μ' ένα
ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Στη Δυτική Πλευρά με ένα
ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Πώς μπορείς να πεις όχι σε
ένα ηλεκτρικό αυτοκίνητο;
Δεν θα έρθεις μια βόλτα μαζί μου;
Έλα να κάνεις μια βόλτα μαζί μου

Ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Δίπλα στο δέντρο
Πέρνα από τον μόλο
Πέρνα από τη θάλασσα

Ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Γύρνα ήσυχα τις ρόδες σου
Ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Στους τόσο σκοτεινούς δρόμους
Για να αλλάξεις το τέλος
Ξαναγράψε την αρχή
Ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Όλα καλά, μέχρι εδώ

Ας πάμε μια βόλτα μ' ένα
ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Στη Δυτική Πλευρά με ένα
ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Πώς μπορείς να πεις όχι σε
ένα ηλεκτρικό αυτοκίνητο;
Δεν θα έρθεις μια βόλτα μαζί μου;
Έλα να κάνεις μια βόλτα μαζί μου

Ούτε πετρέλαιο, ούτε ατμός,
ούτε βενζίνη
Ας κάνουμε μια βόλτα μ' ένα
ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Η χαρά βρίσκεται στο
ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Μπορείς και να οδηγήσεις ένα
ηλεκτρικό αυτοκίνητο

Δεν θα έρθεις μια βόλτα μαζί μου;
Έλα να κάνεις μια βόλτα μαζί μου

Ας πάμε μια βόλτα μ' ένα
ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Στη Δυτική Πλευρά με ένα
ηλεκτρικό αυτοκίνητο
Πώς μπορείς να πεις όχι σε ένα
ηλεκτρικό αυτοκίνητο;

Δεν θα έρθεις μια βόλτα μαζί μου;
Έλα να κάνεις μια βόλτα μαζί μου

Συμβουλές για την εξήγηση της βιώσιμης ανάπτυξης στα παιδιά

«Βιωσιμότητα είναι η οικονομική κατάσταση όπου οι απαιτήσεις των ανθρώπων και του εμπορίου από το περιβάλλον μπορούν να ικανοποιηθούν χωρίς να μειωθεί η ικανότητα του περιβάλλοντος να καλύψει τις ανάγκες και των μελλοντικών γενεών. Μπορεί, επίσης, να εκφραστεί με τους απλούς όρους ενός οικονομικού χρυσού κανόνα για την οικονομία αποκατάστασης: αφήστε τον κόσμο καλύτερο απ' ό,τι τον βρήκατε, μην παίρνετε περισσότερα απ' όσα χρειάζεστε, προσπαθείτε να μην βλάπτετε τη ζωή ή το περιβάλλον, κι αν το κάνετε, φτιάξτε το.»

«Η οικολογία του εμπορίου» (Ecology of Commerce) του Paul Hawkin

Κάποιοι από τους ορισμούς που μοιράστηκαν τα παιδιά όταν τους ζητήθηκε να περιγράψουν τι σημαίνει βιωσιμότητα γι' αυτά:

- Κάτι που διαρκεί για μεγάλο χρονικό διάστημα, ίσως για πάντα
- Σαν κύκλος: πάει γύρω-γύρω και όλα χρησιμοποιούνται ξανά
- Η φροντίδα του πλανήτη και των πλασμάτων του
- Κάτι που είναι καλό για όλους
- Αγάπη και φροντίδα για τον πλανήτη και τους άλλους
- Το να μοιραζόμαστε αυτά που έχουμε με τους άλλους και να μην παίρνουμε παραπάνω από το μερίδιό μας
- Το να σκέφτεσαι αυτό που έχεις ανάγκη και όχι το να παίρνεις ό,τι θέλεις
- Το να κάνεις τον κόσμο έναν καλύτερο τόπο για το μέλλον
- Το να φτιάχνουμε κανόνες που μπορούμε όλοι να ακολουθήσουμε
- Η φροντίδα του αέρα, του νερού, της γης και αυτών που ζουν εκεί
- Ένα πράγμα οδηγεί σε ένα άλλο και, μετά, σε ένα άλλο. Ας κάνουμε την αλυσίδα καλή και σωστή.
- Η βιωσιμότητα δεν είναι μόνο να καθαρίζεις το δωμάτιό σου. Είναι να κρατάς καθαρό ένα ακόμη μεγαλύτερο δωμάτιο που ανήκει σε όλους!

www.googolpower.com

ΤΟ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ ΜΕΤΡΑ

πόσο γρήγορα καταναλώνουμε πόρους και παράγουμε απόβλητα



http://www.footprintnetwork.org/en/index.php/GFN/page/footprint_basics_overview/

James

Ηλικία: 13
Χώρα: Η.Π.Α.

Γεια σας. Με λένε James. Είμαι 13 ετών και πάω πρώτη γυμνασίου. Ζω με την οικογένειά μου: τη μαμά μου, τον μπαμπά μου και τη μικρότερη αδερφή μου. Ο μεγαλύτερος αδερφός μου ζει στη Φλόριντα των Ηνωμένων Πολιτειών. Μένουμε σε ένα σπίτι με 5 κρεβατοκάμαρες (περίπου 3.500 τετραγωνικά πόδια με τρεχούμενο νερό και ηλεκτρισμό) κοντά στην πόλη του Μαϊάμι. Και οι δύο μου γονείς δουλεύουν κατά τη διάρκεια της ημέρας, ενώ εγώ με τα αδέρφια μου είμαστε στο σχολείο. Ο μπαμπάς μου είναι μηχανικός και η μαμά μου νοσηλεύτρια.

Κάθε βράδυ, όταν γυρίζουμε στο σπίτι από το σχολείο και τη δουλειά, οι γονείς μου μας φτιάχνουν φαγητό. Συνήθως, κάθε βράδυ, τρώμε κάποιο ψάρι ή κρέας με συνοδευτικά (σαλάτα, φρούτο, λαχανικά, πατάτες κ.λπ.). Κάποιες φορές, τρώμε ζυμαρικά. Στη μαμά μου και στην αδερφή μου, τους αρέσει να πηγαίνουν μαζί να ψωνίζουν λαχανικά από το σουπερμάρκετ. Εκεί πάμε για να αγοράσουμε τα περισσότερα από αυτά που τρώμε.

Επειδή είμαστε μεγάλη οικογένεια, έχουμε διάφορες δουλειές στο σπίτι κάθε μέρα. Αυτά που κάνουμε είναι να βγάζουμε τα σκουπίδια (συνήθως, μία σακούλα την ημέρα) να πλένουμε τα πιάτα, να βάζουμε ηλεκτρική σκούπα και πλυντήριο ρούχων.

Και οι δύο μου γονείς έχουν ένα αυτοκίνητο, το οποίο χρησιμοποιούν για να πηγαίνουν και για να γυρίζουν από τη δουλειά.

Οδηγούν περίπου 60 μίλια την εβδομάδα, γιατί πηγαίνουν εμένα και τα αδέρφια μου για αθλητισμό. Για το σχολείο, παίρνω το λεωφορείο μαζί με τα αδέρφια μου και τα υπόλοιπα παιδιά της γειτονιάς.

Στην οικογένειά μου, αρέσουν τα ταξίδια. Μια φορά τον χρόνο, πάμε για σκι στο Κολοράντο (περίπου 4 ώρες με το αεροπλάνο) για να αποφύγουμε τη ζέστη που κάνει στη Φλόριντα. Μας αρέσει πολύ να περνάμε χρόνο μαζί!



Πηγή φωτογραφίας: <https://www.flickr.com/photos/chrishunkeler/8917825411/>

Lorena

Ηλικία: 8

Χώρα: Βραζιλία

Γεια σας. Με λένε Lorena και είμαι από μια μικρή πόλη της Βραζιλίας, κοντά στο Σάο Πάολο. Ζω σε ένα μεσαίο σπίτι, με τέσσερα δωμάτια, μαζί με τους γονείς μου και τον μικρότερο αδερφό μου. Η γιαγιά και ο παππούς μένουν έναν δρόμο πιο κάτω από εμάς. Το μεγαλύτερο μέρος του ηλεκτρισμού που καταναλώνουμε προέρχεται από ανανεώσιμες πηγές. Χρησιμοποιούμε περίπου 80 kWh τον μήνα.

Το αγαπημένο μου φαγητό είναι το ψάρι. Επειδή μένουμε κοντά στην ακτή, η μαμά μου μαγειρεύει συχνά ψάρι. Τρώμε και διάφορα είδη κρέατος, αλλά όχι τόσο συχνά. Μου αρέσουν και τα γαλακτοκομικά (γάλα και αβγά) αλλά τρώμε λίγες φορές την εβδομάδα. Όλα τα τρόφιμα που τρώμε προέρχονται από τη Βραζιλία. Η μαμά μου ξοδεύει πολύ χρόνο για να μας αγοράζει φρέσκο φαγητό από την αγορά. Πολλά φρούτα και λαχανικά!



Η οικογένειά μου δεν αγοράζει καινούργια πράγματα συχνά. Αγοράζουμε πράγματα μόνο όταν τα χρειαζόμαστε πραγματικά. Στον μπαμπά μου αρέσει να διαβάζει εφημερίδα, αλλά αγοράζει μόνο μια ή δυο φορές την εβδομάδα. Ανακλυκλώνουμε όλα όσα μπορούμε.

Όπου θέλω να πάω, πάω με τα πόδια. Το πρωί, πηγαίνω στο σχολείο με τα πόδια, μαζί με τη μικρότερη αδερφή μου. Η μαμά μου πηγαίνει στη δουλειά με τα πόδια και ο μπαμπάς μου με το λεωφορείο. Δεν παίρνουμε αεροπλάνο συχνά, εκτός από όταν πηγαίνουμε στη Βραζιλία να δούμε την οικογένειά μας, μια φορά κάθε λίγα χρόνια.

Όταν έχω ελεύθερο χρόνο, μου αρέσει να τον περνώ με τους φίλους μου και την οικογένειά μου. Μου αρέσει να πηγαίνω στην παραλία και στην αγορά με τη μαμά μου.

Adrienne

Ηλικία: 6

Χώρα: Ιταλία

Το όνομά μου είναι Adrienne και είμαι από την Ιταλία. Ζω με τη μαμά μου, τον μπαμπά μου και τους δύο μου αδερφούς (ένας μικρότερος, ένας μεγαλύτερος) σε ένα τούβλινο διαμέρισμα που φτιάχτηκε μετά το 1980. Υπάρχουν τέσσερις κρεβατοκάμαρες, μια για μένα, από μία για κάθε μου αδερφό, και μια για τους γονείς μου. Τον χειμώνα, το διαμέρισμά μας ζεσταίνεται με ηλεκτρισμό. Διατηρούμε τη θερμοκρασία γύρω στους 20° C.



Στην οικογένειά μου αρέσει να τρώει πολύ ψάρι και κρέας. Τρώμε σχεδόν κάθε βράδυ. Περιστασιακά, τρώμε αβγά, γάλα και γαλακτοκομικά. Στη μαμά μου και σ' εμένα, μας αρέσει να πηγαίνουμε στην αγορά και, έτσι, το περισσότερο φαγητό που τρώμε είναι φρέσκο και προέρχεται από τον τόπο στον οποίο ζούμε.

Καταναλώνουμε περίπου την ίδια ποσότητα με τους περισσότερους ανθρώπους που ζουν στην πόλη.

Τα αδέρφια μου κι εγώ πηγαίνουμε με τα ποδήλατα στο σχολείο, εκτός από όταν είναι χειμώνας και κάνει πολύ κρύο (τότε μας πηγαίνουν οι γονείς με το αυτοκίνητο). Εάν θέλουμε να πάμε κάπου όλοι μαζί σαν οικογένεια, χρησιμοποιούμε ένα αυτοκίνητο κοινής χρήσης με ειδικό πρόγραμμα (περίπου 3.000 χλμ/έτος) ή χρησιμοποιούμε τα μέσα μαζικής μεταφοράς (περίπου 80 χλμ/έτος).

Στην οικογένειά μου αρέσουν τα ταξίδια και, συνήθως, πηγαίνουμε διακοπές τουλάχιστον μία φορά τον χρόνο. Μας αρέσει να επισκεπτόμαστε άλλες χώρες στην Ευρώπη. Η πιο αγαπημένη μου χώρα από αυτές που έχω επισκεφθεί είναι η Γαλλία. Όταν ταξιδεύουμε, είτε οδηγούμε είτε παίρνουμε το τρένο.

Τα σαββατοκύριακα, διασκεδάζω περνώντας χρόνο με τους φίλους και την οικογένειά μου. Μας αρέσει, με τους φίλους μου, να παίζουμε μαζί και να πηγαίνουμε στο πάρκο όταν είναι καλός ο καιρός. Στα αδέρφια μου αρέσει να παίζουν ποδόσφαιρο και άλλα αθλήματα.

Πηγή φωτογραφίας: <https://www.flickr.com/photos/sleepyjeanie/6262137134/>

Surya

Ηλικία: 11

Χώρα: Ινδία

Με λένε Surya. Είμαι από το Δελχί, στην Ινδία. Ζω μαζί με τους γονείς μου και τον παππού μου. Είμαι μοναχοπαίδι. Τις καθημερινές, πηγαίνω σχολείο την ώρα που δουλεύουν οι γονείς μου. Η μαμά μου είναι λέκτορας στο πανεπιστήμιο και ο μπαμπάς μου προγραμματιστής λογισμικού. Έχουμε έναν σκύλο και μια γάτα για κατοικίδια.

Ζούμε σε ένα σπίτι μεσαίου μεγέθους στην πόλη. Ο καιρός στην Ινδία μπορεί να γίνει πολύ ακραίος. Συνήθως, κάνει ζέστη στο Δελχί και σπάνια χρειάζεται να ζεστάνουμε το σπίτι, αλλά όταν χρειάζεται, χρησιμοποιούμε κάρβουνα.

Δεν τρώμε καθόλου κρέας, ενώ γαλακτοκομικά τρώμε περιστασιακά. Κάποια στιγμή μέσα στην ημέρα, τρώμε ρύζι, φακές και λαχανικά. Αγαπημένο μου φαγητό είναι το κούλφι, το οποίο είναι ένα κατεψυγμένο επιδόρπιο, που μοιάζει με παγωτό.

Τα σαββατοκύριακα ή κάποιες ημέρες μετά το σχολείο, μου αρέσει να αθλούμαι μαζί με τους φίλους μου. Αυτό που μας αρέσει να παίζουμε πιο πολύ είναι ποδόσφαιρο ή κρίκετ, ωστόσο, εμένα μου αρέσει να παίζω και τένις με τους γονείς και τον παππού μου.

Δεν έχουμε δικό μας αυτοκίνητο, αλλά συχνά παίρνουμε ταξί όταν θέλουμε να μετακινηθούμε μέσα στην πόλη. Κάποιες φορές, παίρνουμε και το λεωφορείο. Η μαμά μου συχνά ταξιδεύει για δουλειά και πηγαίνει με αεροπλάνο σε άλλες πόλεις ή χώρες, δύο ή τρεις φορές τον χρόνο. Πηγαίνουμε διακοπές κάθε χρόνο, κυρίως σε άλλα μέρη της Ινδίας, και παίρνουμε το τρένο ή, κάποιες φορές, το αεροπλάνο.



Πηγή φωτογραφίας: <https://www.flickr.com/photos/worldbank/3492484806/>

Σύστημα Υπολογισμού Οικολογικού Αποτυπώματος

Συμπληρώστε κάθε κατηγορία με βάση μια συνηθισμένη ημέρα στο σπίτι σας. Προσθέστε τους πόντους από κάθε κατηγορία για να βγάλετε το μερικό σύνολο και μεταφέρετε όλα τα μερικά σύνολα στο συνοπτικό γράφημα. Χρησιμοποιήστε το γενικό σύνολο για να υπολογίσετε το οικολογικό σας αποτύπωμα. Προσαρμογή από: *Teaching Green - The Middle Years*

Χρήση νερού			
Ερώτηση	Απαντήσεις/Πόντοι	Η βαθμολογία μου	Πόντοι που θα μπορούσα να εξοικονομήσω
1. Το ντους (ή το αφρόλουτρό μου) μια συνηθισμένη ημέρα είναι:	Κανένα ντους/αφρόλουτρο (0) Σύντομο ντους 3-4 φορές την εβδομάδα (25) Σύντομο ντους μία φορά την ημέρα (50) Ντους μεγάλης διάρκειας μία φορά την ημέρα (70) Περισσότερα από ένα ντους την ημέρα (90)		
2. Τραβάω καζανάκι στην τουαλέτα:	Κάθε φορά που τη χρησιμοποιώ (40) Κάποιες φορές (20)		
3. Όταν βουρτσίζω τα δόντια μου:	Αφήνω το νερό να τρέχει. (40) Δεν αφήνω το νερό να τρέχει (0)		
4. Χρησιμοποιούμε λεκάνες εξοικονόμησης νερού	Ναι (-20) Όχι (0)		
5. Χρησιμοποιούμε κεφαλές ντους χαμηλής ροής	Ναι (-20) Όχι (0)		
	Μερικό σύνολο χρήσης νερού:		
Χρήση τροφίμων			
1. Μια συνηθισμένη ημέρα, τρώω:	Κρέας περισσότερες από μία φορά την ημέρα (600) Κρέας μία φορά την ημέρα (400) Κρέας κάποιες φορές την εβδομάδα (300) Χορτοφάγος (200) Φυτοφάγος (150)		
2. Όλα μας τα τρόφιμα καλλιεργούνται τοπικά ή είναι οργανικά	Ναι (-20) Όχι (0)		
3. Φτιάχνω κόμποστ με τα υπολείμματα & τις φλούδες από τα φρούτα & τα λαχανικά.	Ναι (-10) Όχι (0)		
4. Τα περισσότερα τροφίματά μου είναι επεξεργασμένα.	Ναι (20) Όχι (-20)		
5. Λίγα από τα τροφίματά μου είναι συσκευασμένα.	Ναι (-20) Όχι (0)		
6. Σε μια συνηθισμένη ημέρα, πετάω:	Καθόλου φαγητό (0) Ένα τέταρτο του φαγητού μου (25) Ένα τρίτο του φαγητού μου (50) Μισό από το φαγητό μου (100)		
	Μερικό σύνολο για τα τρόφιμα:		
Χρήση μεταφορικών μέσων			
1. Μια συνηθισμένη ημέρα, μετακινούμαι:	Με τα πόδια ή το ποδήλατο (0) Δημόσια μέσα μεταφοράς/σχολικό (30) Ιδιωτικό όχημα, αυτοκίνητο κοινής χρήσης (100) Ιδιωτικό όχημα, 1 άτομο (200)		
2. Η κατανάλωση καυσίμου του αυτοκινήτου μας είναι	Περισσότερο από 30 μίλια/γαλόνι (-50) 24 - 30 μίλια/γαλόνι (50) 17 - 23 μίλια/γαλόνι (100) Λιγότερο από 17 μίλια/γαλόνι (200)		



Ερώτηση	Απαντήσεις/Πόντοι	Η βαθμολογία μου	Πόντοι που θα μπορούσα να εξοικονομήσω
3. Ο χρόνος που περνά σε οχήματα μια συνηθισμένη ημέρα είναι:	Μηδενικός (0) Λιγότερο από μισή ώρα (40) Μισή με μία ώρα (100) Περισσότερο από 1 ώρα (200)		
4. Πόσο μεγάλο είναι το αυτοκίνητο με το οποίο μετακινούμαι μια συνηθισμένη ημέρα;	Δεν χρησιμοποιώ αυτοκίνητο (-20) Μικρό (50) Μεσαίο (100) Μεγάλο (SUV) (200)		
5. Αριθμός αυτοκινήτων στον δρόμο έξω από το σπίτι μας;	Κανένας (-20) Λιγότερο από 1 αυτοκίνητο ανά οδηγό (0) Ένα αυτοκίνητο ανά οδηγό (50) Περισσότερο από 1 αυτοκίνητο ανά οδηγό (100) Περισσότερα από 2 αυτοκίνητα ανά οδηγό (200)		
6. Πτήσεις που κάνω κάθε χρόνο;	0 (0) 1-2 (50) Περισσότερες από 2 (100)		
	(Θυμηθείτε τους πόντους από τις απαντήσεις 1 και 2 στην προηγούμενη σελίδα) Μερικό σύνολο μεταφορικών μέσων:		
Χρήση στέγης			
1. Το σπίτι μου είναι:	Μονοκατοικία σε μεγάλο οικόπεδο (50) Μονοκατοικία σε μικρό οικόπεδο (πόλη) (0) Μονοκατοικία πόλης/μεσοτοιχία (0) Διαμέρισμα (-50)		
2. Διαιρέστε τον αριθμό των δωματίων του σπιτιού (χωρίς τα μπάνια) με τον αριθμό των ατόμων που μένουν στο σπίτι.	1 δωμάτιο/άτομο ή λιγότερο (-50) 1-2 δωμάτια/άτομο (0) 2-3 δωμάτια κατά άτομο (100) Περισσότερα από 3 δωμάτια κατά άτομο (200)		
3. Έχουμε ένα δεύτερο σπίτι, εξοχικό, το οποίο είναι συνήθως άδειο.	Ναι (200) Όχι (0)		
	Μερικό σύνολο στέγης:		
Χρήση ενέργειας			
1. Τους κρύους μήνες, η θερμοκρασία στο σπίτι μας είναι:	Κάτω από 15οC (59οF) (-20) 15 έως 18οC (59 έως 64οF) (50) 19 έως 22οC (66 έως 71οF) (100) 22οC (71οF) ή παραπάνω (150)		
2. Στεγνώνουμε τα ρούχα έξω ή μέσα σε απλώστρα.	Πάντα (-50) Κάποιες φορές (20) Ποτέ (60)		
3. Χρησιμοποιούμε ψυγείο εξοικονόμησης ενέργειας.	Ναι (-50) Όχι (50)		
4. Έχουμε δεύτερο ψυγείο/καταψύκτη.	Ναι (100) Όχι (0)		
5. Χρησιμοποιούμε 5 ή περισσότερους λαμπτήρες φθορισμού.	Ναι (-50) Όχι (100)		
6. Σβήνω λαμπτήρες, υπολογιστή και τηλεόραση, όταν δεν χρησιμοποιούνται.	Ναι (0) Όχι (50)		
7. Για να δροσιστώ, χρησιμοποιώ:	Κλιματιστικό: στο αυτοκίνητο (50) Κλιματιστικό: στο σπίτι (100) Ηλεκτρικό ανεμιστήρα (-10) Τίποτα (-50)		
8. Το πλυντήριο μου είναι:	Με πόρτα από πάνω (100) Με πόρτα μπροστά (50) Αυτόματο (25)		
	Μερικό σύνολο χρήσης ενέργειας:		
			Πόντοι Ι



Ερώτηση	Απαντήσεις/Πόντοι	Η βα- θμολο- γία μου	Πόντοι που θα μπορούσα να εξοικονομήσω
Χρήση ρούχων			
1. Αλλάζω ρούχα κάθε μέρα και τα βάζω στο πλυντήριο.	Ναι (80) Όχι (0)		
2. Φοράω ρούχα με μπαλώματα ή επιδιορθώσεις.	Ναι (-20) Όχι (0)		
3. Ένα τέταρτο (ή περισσότερα) από τα ρούχα μου είναι χειροποίητα ή μεταχειρισμένα.	Ναι (-20) Όχι (0)		
4. Τα περισσότερα από τα ρούχα μου τα αγοράζω καινούργια κάθε χρόνο.	Ναι (200) Όχι (0)		
5. Δίνω τα μεταχειρισμένων ρούχα που δεν φοράω πια.	Ναι (-50) Όχι (100)		
6. Δεν φοράω ποτέ το ___% των ρούχων που έχω στην ντουλάπα μου.	Λιγότερο από το 25% (25) 50% (50) 75% (75) Περισσότερο από το 75% (100)		
7. Αγοράσω ___ καινούργια ζευγάρια παπούτσια κάθε χρόνο.	0-1 (0) 2 έως 3 (20) 4 έως 6 (60) 7 ή παραπάνω (90)		
	Μερικό σύνολο ρούχων:		
Πράγματα που χρησιμοποιώ			
1. Όλα τα σκουπίδια μου από τη σημερινή ημέρα χωράνε σε:	Ένα κουτί παπουτσιών (20) Μικρό κάδο σκουπιδιών (60) Κάδο απορριμμάτων κουζίνας (200) Δεν έκανα καθόλου σκουπίδια σήμερα! (-50)		
2. Ανακυκλώνω όλο το χαρτί, τις κονσέρβες, το γυαλί και το πλαστικό που χρησιμοποιώ.	Ναι (-100) Όχι (0)		
3. Ξαναχρησιμοποιώ πράγματα και δεν τα πετάω.	Ναι (-20) Όχι (0)		
4. Επισκευάζω πράγματα και δεν τα πετάω	Ναι (-20) Όχι (0)		
5. Αποφεύγω τα είδη μιας χρήσης όσο το δυνατόν περισσότερο.	Ναι (-50) Όχι (60)		
6. Χρησιμοποιώ επαναφορτιζόμενες μπαταρίες όποτε μπορώ.	Ναι (-30) Όχι (0)		
7. Στο σπίτι μου, έχουμε ___ ηλεκτρονικές συσκευές. (Υπολογιστής, τηλεόραση, στερεοφωνικό, βίντεο, DVD player, X box, Game boy κ.λπ.)	0-5 (25) 5 -10 (75) 10-15 (100) Πάνω από 15 (200)		
8. Πόσος εξοπλισμός χρειάζεται για συνήθεις δραστηριότητες; (Πολύς = βάρκα, snowmobile, μηχανές κρος, Πολύ λίγος = ποδόσφαιρο, ποδηλασία)	Καθόλου (0) Πολύ λίγος (20) Μερικός (60) Πολύς (80)		
	Υποσύνολο πραγμάτων:		



Σύνοψη

Μεταφέρετε τα υποσύνολά σας από κάθε ενότητα και προσθέστε τα όλα μαζί για να υπολογίσετε το γενικό σύνολο.

Χρήση νερού _____

Χρήση τροφίμων _____

Χρήση μεταφορικών μέσων _____

Χρήση στέγης _____

Χρήση ενέργειας _____

Χρήση ρούχων _____

Πράγματα που χρησιμοποιώ _____

Γενικό Σύνολο _____ ÷ 350 = _____ Πλανήτες «Γη»

Εάν όλοι ζούσαν όπως εγώ, θα χρειαζόμασταν τον παραπάνω αριθμό πλανητών «Γη» για να μπορεί να συντηρηθεί ο πληθυσμός του κόσμου.

Χρησιμοποιήστε την τελευταία στήλη στο γράφημα: Κοιτάξτε τις απαντήσεις σας. Υπάρχουν πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να εξοικονομήσετε πόντους; Σημειώστε τους πόντους που θα μπορούσατε να εξοικονομήσετε. Πόσους «πλανήτες» (350 πόντοι κάθε πλανήτη) θα μπορούσατε να εξοικονομήσετε αλλάζοντας τον τρόπο ζωής σας; _____

Παγκοσμίως, υπάρχουν διαθέσιμα 4,7 βιολογικά παραγωγικά εκτάρια για κάθε άτομο, και αυτό δεν περιλαμβάνει τις ανάγκες των υπόλοιπων φυτών και ζώων.

Μέσος όρος αποτυπωμάτων:

Ηνωμένες Πολιτείες: 24 εκτάρια

Καναδάς: 22 εκτάρια

Ιταλία: 9 εκτάρια

Πακιστάν: Λιγότερο από 2 εκτάρια

