

Πώς να μειώσετε το
αποτύπωμα άνθρακά
σας από τα ρούχα;

Εκπαιδευτικές πηγές για γονείς





Εισαγωγή

Αγαπητοί γονείς,

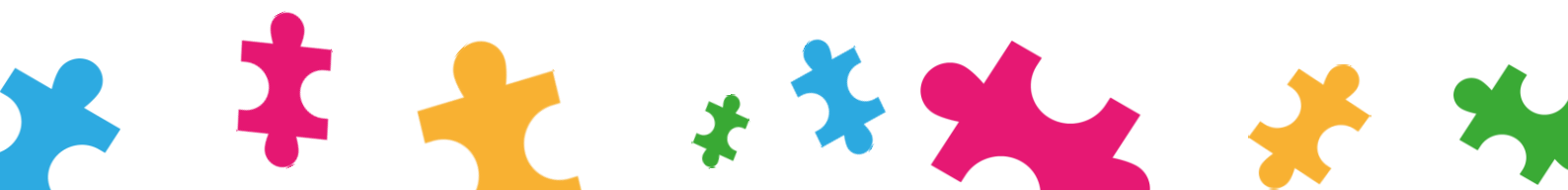
Φροντίζετε τα παιδιά σας και τους διδάσκετε σημαντικές δεξιότητες ζωής. Αποτελείτε πρότυπα γι' αυτά και διαμορφώνετε την προσωπικότητά τους. Συνεπώς, ο ρόλος σας στη ζωή τους είναι αναντικατάστατος και καθοριστικός.

Η οικολογία και το μέλλον του πλανήτη μας είναι ένα θέμα πολύ πιο σημαντικό για τους νέους από ό,τι ήταν για εσάς, κατά την παιδική και εφηβική σας ηλικία. Ως γονείς, θα πρέπει να συμβαδίζετε με τα παιδιά σας. Ο πλανήτης Γη είναι ο μοναδικός πλανήτης που έχει ζωή και είναι κοινός για όλους τους ανθρώπους. Εδώ σας παρουσιάζουμε εκπαιδευτικά εργαλεία για γονείς, τα οποία περιλαμβάνουν σύντομα εκπαιδευτικά βίντεο, ασκήσεις για το σπίτι και συμβουλές στον τομέα της οικολογίας.

Το θέμα αυτού του σετ εκπαιδευτικών πηγών είναι «Πώς να μειώσετε το αποτύπωμα άνθρακά σας από τα ρούχα». Εδώ σας δίνεται η ευκαιρία να μάθετε για το θέμα, για οικολογικές και εκπαιδευτικές δραστηριότητες που μπορείτε να κάνετε με τα παιδιά σας και πώς η οικογένειά σας μπορεί να συμβάλει στην περαιτέρω μείωση των αρνητικών επιπτώσεων στον πλανήτη Γη.

Εκπαιδευτικό Βίντεο

Παρακολουθήστε ένα βίντεο για το πώς να μειώσετε το αποτύπωμα άνθρακα από τα ρούχα στον ακόλουθο σύνδεσμο: <https://youtu.be/xrceJR46d3c>



Άσκηση για το σπίτι

Θέμα (1 στα 12): 7. Πώς να μειώσετε το αποτύπωμα άνθρακά σας από τα ρούχα

Τίτλος Άσκησης	Καθαρίστε το γεμάτο ντουλάπι σας/ Μάθετε από τη διαδικασία αυτή		
Διάρκεια Άσκησης (σε λεπτά)	Μερικές ώρες (2 ώρες)	Απαραίτητο Υλικό	Σακούλα σκουπιδιών, χαρτί, στυλό
Εισαγωγή	Καθαρίστε το γεμάτο ντουλάπι σας		
Λεπτομερείς Οδηγίες	<p>Υπάρχει ένα κόστος πίσω από κάθε ρούχο, το οποίο οι περισσότεροι άνθρωποι δεν αντιλαμβάνονται. Σύμφωνα με στοιχεία του Περιβαλλοντικού Προγράμματος των Ηνωμένων Εθνών (UNEP), χρειάζονται 3.781 λίτρα νερού για την κατασκευή ενός τζιν, από την παραγωγή βαμβακιού μέχρι την παράδοση του τελικού προϊόντος στο κατάστημα.</p> <p>Ας ξεκινήσουμε με το καθάρισμα της ακατάστατης ντουλάπας σας.</p> <p>Βήμα 1: Το πρώτο βήμα είναι να την αδειάσετε εντελώς. Αφαιρέστε τα πάντα, συμπεριλαμβανομένων των ρούχων, των κρεμαστών και των παπουτσιών και ρίξτε τα όλα στο κρεβάτι ή στο πάτωμα.</p> <p>Βήμα 2: Ετοιμάστε 2 μεγάλες σακούλες και δώστε τους ονόματα: ΓΙΑ ΔΩΡΕΑ και ΓΙΑ ΣΚΟΥΠΙΔΙΑ</p> <p>Βήμα 3: Ορίστε σαφείς κανόνες Οι κανόνες είναι δικοί σας, αλλά εδώ σας δίνεται ένα παράδειγμα: Αν δεν έχετε φορέσει το ρούχο εδώ και ένα χρόνο και είναι ακόμα σε καλή κατάσταση, βάλτε το στη σακούλα ΔΩΡΕΑ. Αν είναι πολύ μικρό σας (μην περιμένετε μέχρι να σας ξαναμπεί) ή πολύ μεγάλο, βάλτε το στη σακούλα ΔΩΡΕΑ. Αν είναι κατεστραμμένο, πολύ παλιό και δεν μπορεί να διορθωθεί ή να χρησιμοποιηθεί ξανά, ρίξτε το στη σακούλα ΣΚΟΥΠΙΔΙΑ.</p> <p>Βήμα 4: Τελειώστε. Τώρα πρέπει απλώς να βάλετε όλα όσα δεν είναι στις σακούλες πίσω στη ντουλάπα σας. Δώστε τη σακούλα ΔΩΡΕΑ σε μια τοπική φιλανθρωπική οργάνωση και πάρτε τη σακούλα ΣΚΟΥΠΙΔΙΑ σε ένα μέρος όπου αυτά τα απόβλητα μπορούν να διατεθούν με τον πιο φιλικό προς το περιβάλλον τρόπο.</p> <p>Βήμα 5. Μάθετε από τη διαδικασία καθαρισμού της ντουλάπας σας. Συνειδητοποιήστε ότι υπάρχουν πολλά πράγματα που αγοράσατε και δεν φορέσατε. Ξοδέψατε πολλά χρήματα χωρίς λόγο. Ξεκινήστε να αγοράζετε</p>		



	<p>ρούχα με έξυπνο τρόπο. Αγοράστε ρούχα που θα φοράτε συχνά και με χαρά, ποιοτικά ρούχα, ακόμα κι αν είναι πιο ακριβά. Να γνωρίζετε ότι ένα φτηνό μπλουζάκι που φοράτε μόνο μία ή δύο φορές είναι στην πραγματικότητα πολύ πιο κακή αγορά από ένα ακριβό μπλουζάκι που φοράτε εκατό φορές. Να είστε έξυπνοι, να εξοικονομείτε χρήματα και να μειώνετε το αποτύπωμα άνθρακα από τα ρούχα!</p>
--	---

Συμβουλές για γονείς

Συμβουλή 1. Επιλέξτε ποιότητα παρά ποσότητα

Αγοράστε ποιοτικά ρούχα που εσείς ή τα παιδιά σας θα φοράτε συχνά και για μεγάλο χρονικό διάστημα.

Συμβουλή 2. Επιλέξτε φυσικές ίνες

Οι φυσικές ίνες είναι το βαμβάκι, το μαλλί, το λινό, το μετάξι, η κάνναβη και η γιούτα. Αν και έχουν διαφορετικό αποτύπωμα άνθρακα, είναι βιοδιασπώμενα υλικά και δεν συμβάλλουν στη ρύπανση των μικροϊνών. Ορισμένες μικροσκοπικές φυσικές ίνες καταλήγουν στο νερό, αλλά επειδή είναι μικροσκοπικές και βιοδιασπώμενες, διασπώνται γρήγορα.

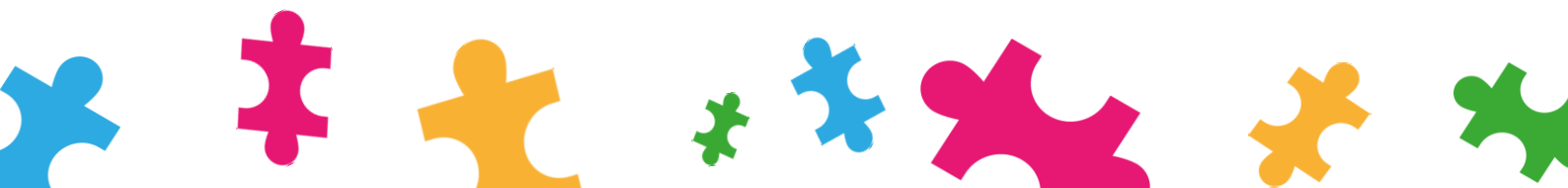
Οι συνθετικές ίνες, όπως ο πολυεστέρας, το ακρυλικό, το νάιλον και το spandex, είναι πλαστικές. Κατασκευάζονται από ορυκτά καύσιμα και δεν είναι βιοδιασπώμενα υλικά. Μόλις πεταχτούν, θα παραμείνουν στη χωματερή ή στο νερό για μεγάλο χρονικό διάστημα.

Συμβουλή 3. Να είστε επιλεκτικοί με τα προϊόντα που αγοράζετε

Για να μην αγοράζετε από εταιρείες που εκμεταλλεύονται τους εργαζομένους τους, επιλέγετε πάντα προϊόντα με πιστοποίηση δίκαιου εμπορίου. Εκτός από την αποτροπή αθέμιτων μισθών, η πιστοποίηση δίκαιου εμπορίου απαιτεί από τις εταιρείες να είναι και περιβαλλοντικά υπεύθυνες.

Αν αγοράζετε κάτι που προέρχεται από κάποιο ζώο, να κοιτάζετε για ηθική πιστοποίηση. Η κακοποίηση ζώων είναι ανεξέλεγκτη στις επιχειρήσεις βιομηχανικής κλίμακας και πρέπει να αποφευχθεί! Vegan ρούχα (όπως vegan τρόφιμα) είναι οτιδήποτε κατασκευάζεται χωρίς ζωικά προϊόντα (για παράδειγμα, ψεύτικη γούνα).

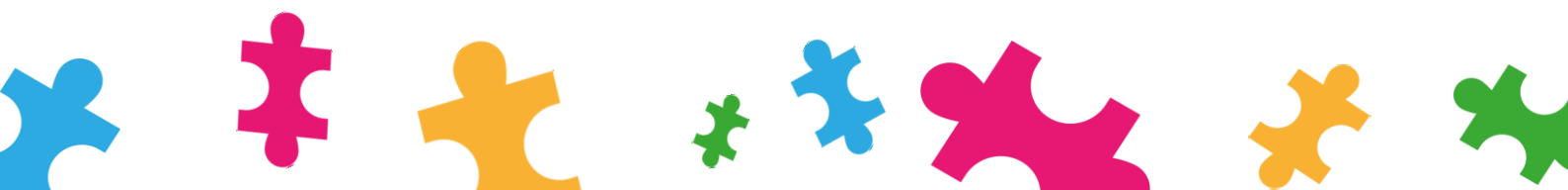
Οι πρώτες ύλες με βιολογική πιστοποίηση, όπως το βαμβάκι, η κάνναβη ή το λινό, είναι καλύτερες για το περιβάλλον. Η βιολογική γεωργία είναι καλύτερη γιατί οι καλλιέργειες μεγαλώνουν πιο γρήγορα, προκαλεί λιγότερη ρύπανση των υπόγειων υδάτων και έχει λιγότερες αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία των αγροτών. Έρευνες έχουν δείξει ότι το βιολογικό βαμβάκι προκαλεί 98% λιγότερη ρύπανση των υδάτων από το συμβατικό καλλιεργούμενο βαμβάκι.





Συμβουλή 4. Πλένετε τα ρούχα σας αποτελεσματικά

Αν ένα ρούχο δε μυρίζει και δεν έχει λερωθεί, ξαναφορέστε το. Η χρήση του πλυντηρίου μόνο όταν είναι γεμάτο είναι η πιο αποδοτική επιλογή όσον αφορά την ενέργεια και το νερό. Πλύνετε τα ρούχα με πιο κρύο νερό - θα μειώσετε την κατανάλωση ενέργειας κατά περισσότερο από 50% σε σχέση με τη χρήση ζεστού νερού. Τα ρούχα σας θα διαρκέσουν περισσότερο όταν δεν τα πλένετε τόσο συχνά και δεν τα εκθέτετε σε υψηλή θερμοότητα στο πλυντήριο και το στεγνωτήριο.





GRETA

Challenge-based Learning in Primary Schools for Climate Change Awareness



Istituto Comprensivo "Don Milani" di Lanciano



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."

Project Number: 2020-1-EL01-KA201-078808