



Bringing CHOICE into Environmental Education

Βιωματικό εργαστήριο για βιώσιμες
διατροφικές επιλογές και σπατάλη τροφίμων

www.climatechoice.eu



Dr. Karachalios Ilias - National Technical Univeristy of Athens
CHOICE Ambassador





ΤΙ ΘΑ ΚΑΝΟΥΜΕ ΣΗΜΕΡΑ

Σήμερα θα:

- σκεφτούμε πώς οι διατροφικές επιλογές συνδέονται με το περιβάλλον
- μιλήσουμε για food waste
- συζητήσουμε χωρίς σωστές και λάθος απαντήσεις



www.climatechoice.eu





ΒΑΣΙΚΟΣ ΚΑΝΟΝΑΣ

Δεν ψάχνουμε ποιος έχει δίκιο.
Ακούμε, σκεφτόμαστε, συμμετέχουμε.





ΑΡΧΙΚΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

Πριν ξεκινήσουμε, συμπληρώνουμε ένα σύντομο ανώνυμο ερωτηματολόγιο.
Χρόνος: 3-4 λεπτά.





ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ CHOICE?

Το CHOICE είναι ένα ευρωπαϊκό ερευνητικό έργο που μελετά πώς οι επιλογές μας στο φαγητό συνδέονται με το κλίμα, την υγεία, την κοινωνία και το περιβάλλον.

www.climatechoice.eu





FOOD CARDS ENERGISER

Θα πάρετε μία κάρτα με ένα τρόφιμο.
Κρατήστε την κάρτα σας μέχρι το τέλος της δραστηριότητας.

Πώς παίζεται;

Καθόμαστε σε κύκλο σε καρέκλες. 1 συμμετέχων/ουσα βρίσκεται όρθιος/α στο κέντρο.
Ακούτε μία πρόταση.
Αν πιστεύετε ότι ταιριάζει στο τρόφιμό σας, σηκώνεστε και αλλάζετε θέση.
Αυτός που βρίσκεται όρθιος στο κέντρο, προσπαθεί να κάτσει στη θέση κάποιου που σηκώθηκε.
Απαντάτε με βάση αυτό που πιστεύετε.





FOOD CARDS ENERGISER

Να αλλάξουν θέση όσοι κρατούν τρόφιμο:

- που το τρώνε συχνά
- που θεωρούν θρεπτικό
- που έχει αρκετή πρωτεΐνη
- που είναι σχετικά οικονομικό
- που δεν μπορούν να αγοράζουν όλοι εύκολα
- που έχει μεγάλο περιβαλλοντικό αποτύπωμα
- που χαλάει εύκολα
- που συχνά πετιέται στα σπίτια





ΠΑΙΡΝΩ ΘΕΣΗ - TAKE A STAND

Θα ακούσετε κάποιες προτάσεις.
Στέκεστε στον χώρο ανάλογα με τη γνώμη σας:
Συμφωνώ - Δεν είμαι σίγουρος/η - Διαφωνώ

Κανόνας συζήτησης
Μιλάμε σύντομα.
Ακούμε χωρίς να διακόπτουμε.
Μπορούμε να αλλάξουμε γνώμη, άρα και θέση στον χώρο





ΠΑΙΡΝΩ ΘΕΣΗ

Οι ατομικές διατροφικές επιλογές έχουν μικρή σημασία αν δεν αλλάξουν οι μεγάλες εταιρείες και οι πολιτικές αποφάσεις.





ΠΑΙΡΝΩ ΘΕΣΗ

Η βιώσιμη διατροφή είναι προνόμιο για όσους έχουν χρόνο και χρήματα.





ΠΑΙΡΝΩ ΘΕΣΗ

Είναι πιο ρεαλιστικό να πετάμε λιγότερο φαγητό παρά να αλλάξουμε αυτά που τρώμε.





ΠΑΙΡΝΩ ΘΕΣΗ

Αν κάποιος ξέρει τι είναι σωστό
για το περιβάλλον αλλά δεν το
κάνει, τότε φταίει ο ίδιος.





ΠΑΙΡΝΩ ΘΕΣΗ

Οι εικόνες / καμπάνιες που μας κάνουν να νιώθουμε ενοχές είναι αποτελεσματικές.





ΠΑΙΡΝΩ ΘΕΣΗ

Οι καταναλωτές έχουν περισσότερη δύναμη από όσο νομίζουν, γιατί η αγορά ακολουθεί τις επιλογές τους.





ΠΑΙΡΝΩ ΘΕΣΗ

Η Περιβαλλοντική Εκπαίδευση πρέπει να λέει καθαρά στους ανθρώπους ποιες επιλογές είναι σωστές και ποιες λάθος.





ΠΑΙΡΝΩ ΘΕΣΗ

Αν μια περιβαλλοντική δράση δεν αλλάζει κάτι στην καθημερινή ζωή, τότε δεν έχει πραγματική αξία.





ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3: OPEN CAFE



Θα χωριστούμε σε ομάδες.
Κάθε ομάδα βλέπει μία
εικόνα/καμπάνια και συζητά.





OPEN CAFE

Ερωτήσεις για κάθε τραπέζι:

- Τι μήνυμα καταλαβαίνετε;
- Σας πείθει;
- Τι συναίσθημα προκαλεί;
- Σε ποιον απευθύνεται;
- Τι θα αλλάζατε;

Μετακίνηση ομάδων

Μετά από λίγα λεπτά, αλλάζουμε τραπέζι. 1 Συμμετέχοντας παραμένει σταθερός. Κάθε ομάδα βλέπει όλες τις καμπάνιες.





OPEN CAFE - PRESENTATION

- Ποια καμπάνια μας έκανε μεγαλύτερη εντύπωση;
- Γιατί;
- Τι μήνυμα κρατάμε;





ΩΡΑ ΓΙΑ QUIZ

Παίζουμε ένα σύντομο quiz.
Οι σωστότεροι και γρηγορότεροι παίρνουν τους
περισσότερους βαθμούς



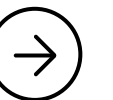
REFLECTION

- Τι κρατάω από σήμερα;



REFLECTION

- Ποια μικρή αλλαγή μπορώ να κάνω;



REFLECTION

- Τι με δυσκολεύει περισσότερο;





ΤΕΛΙΚΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

Πριν κλείσουμε, συμπληρώνουμε το τελικό ανώνυμο ερωτηματολόγιο.
Χρόνος: 5 λεπτά.





THANK YOU!

dr. Karachalios Ilias
National Technical University of Athens



Funded by the Horizon 2020
Framework Programme of the
European Union



www.climatechoice.eu