

“Υγεία και ευημερία σε σχέση με το περιβάλλον”

Πρόγραμμα: Οικολογικά Σχολεία

Γυμνάσιο Αγίου Ιωάννου Χρυσοστόμου – Λακατάμια 2025 2026

Υπεύθυνη προγράμματος: Χριστίνα Μικελλίδου Δημητρίου -
Καθηγήτρια Βιολογίας



1. Η οικολογική επιτροπή του σχολείου μας

Α'	Όνοματεπώνυμο		Τμήμα
1	ΑΛΑΒΑΝΤ	ΜΩΧΑΜΕΤ	A1
2	ΓΙΑΝΝΟΥΡΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	A1
3	ΔΗΜΟΣΘΕΝΟΥΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	A1
4	ΚΥΡΙΑΚΟΥ	ΙΩΑΝΝΗΣ	A1
5	ΚΩΣΤΕΑ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	A1
6	ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΗ	ΣΤΑΥΡΟΣ	A1
7	ΜΙΧΑΗΛ	ΑΓΓΕΛΟΣ	A1
8	ΠΑΥΛΙΔΗΣ	ΟΡΕΣΤΗΣ	A1
9	ΠΕΡΟΥ	ΝΙΚΟΛΑΣ	A1
10	ΣΑΒΒΑ	ΓΑΒΡΙΗΛ	A1
11	ΣΟΥΛΟΥ	ΜΥΡΣΙΝΗ	A1
12	ΣΤΑΥΡΟΥ	ΣΩΤΗΡΗΣ	A1
13	ΣΤΥΛΙΑΝΟΥ	ΧΡΙΣΤΟΣ	A1
14	ΤΡΑΧΙΛΗ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	A1
15	ΤΡΥΦΩΝΟΣ	ΝΕΦΕΛΗ	A1
16	ΙΩΑΝΝΟΥ	ΕΛΕΝΗ	B4
17	ΠΑΝΤΕΛΗ	ΣΤΑΥΡΙΝΗ	B4
18	ΠΑΝΤΕΛΗ	ΣΩΤΙΑ	B4

19	ΧΑΤΖΗΟΔΥΣΣΕΩΣ	ΦΛΩΡΕΝΤΙΑ	B4
20	Αλεξάνδρου	Κυριάκος	B6
21	Βελάζης	Ορέστης	B6
22	Γιούφκα	Αγάθη	B6
23	Δημητρίου	Ανδρονίκη	B6
24	Ηροδότου	Γεώργιος	B6
25	Κτίστης	Μιχάλης	B6
26	Κυριάκου	Άντρεα	B6
27	Μαρκαντώνη	Μιράντα	B6
28	Μουσουλίδης	Ανδρέας	B6
29	Νικολάου	Αντρέας	B6
30	Παπαγεωργίου	Μιχάλης	B6
31	Πατσαλή	Βασιλική	B6
32	Τζιωνής	Μάριος	B6
33	Χόπλαρος	Παντελής	B6
34	Χριστοδούλου	Ιωάννα	B6
35	Χρίστου	Αντρέας	B6
36	Σταύρου	Κωνσταντίνα	Γ2
37	Χόπλαρου	Μικαλίνα	Γ4
38	Λαδά	Σοφία	Γ6

2. Σχέδιο δράσης

Σχέδιο Δράσης 2025 2026				
A/A	Δραστηριότητες	ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΔΡΑΣΤ.	ΧΡΟΝΟΔΙΑ-ΓΡΑΜΜΑ	ΗΜΕΡ. ΥΛΟΠ.
1.	Εξωραϊσμό του σχολικού περιβάλλοντος	Όλο η επιτροπή	Τέλος Φεβρουαρίου	
2.	Καμπάνια για μείωση πλαστικού στο σχολείο (π.χ. χρήση παγουριών, επαναχρησιμοποιημένα δοχεία)	Όλο η επιτροπή	Όλη τη σχολική χρονιά	
3.	Από το χωράφι στο πιάτο: έρευνα για τοπικά προϊόντα (σε χωριά από γονείς, παππού, γιαγιά)	Μαθητή;	Μέσα Δεκεμβρίου	
4.	Έρευνα: τι σημαίνει υγεία, ευημερία και πως συνδέονται με το περιβάλλον	Μαθητή;	Μέσα Δεκεμβρίου	
5.	Εκστρατεία ενημέρωσης: Τρώω υγιεινά – Μεσογειακή διατροφή - σέβομαι τη Γη	Μαθητή;	Μέσα Δεκεμβρίου	
6.	Ρύπανση και ευεξία: επιπτώσεις μικροπλαστικών, καυσαερίων στην υγεία μας	Μαθητή;	Μέσα Δεκεμβρίου	
7.	<ul style="list-style-type: none"> Καθαρός αέρας – η σημασία του για καθαρούς πνεύμονες. Καθαρό νερό και υγεία – η σημασία του για τον άνθρωπο αλλά και για τις καλλιέργειες. 	Μαθητή;	Μέσα Δεκεμβρίου	
8.	Ετικέτες τροφίμων: μελέτη συστατικών σε συσκευασμένα τρόφιμα – τι είναι υγιεινό και τι όχι.	Μαθητή;	Μέσα Δεκεμβρίου	
9.	Φωτογραφικό project "Πράσινοι χώροι και ψυχική υγεία": φωτογραφίες από χώρους πράσινου που βοηθούν στην ηρεμία και χαλάρωση (πάρκα, δάση, βόλτα στο χωριό....)	Μαθητή;	Μέσα Δεκεμβρίου	
10.	Κόμικς: ο θόρυβος και η επίδραση στην υγεία μας.	Μαθητή;	Μέσα Δεκεμβρίου	
11.	Μαγειρικό βιβλιάρaki: υγιεινές συνταγές βασισμένες σε τοπικά προϊόντα ή παραδοσιακές συνταγές γιαγιάς, παππού στο χωριό.	Μαθητή;	Μέσα Δεκεμβρίου	
12.	Ο θόρυβος γύρω μας και η επίδραση του στην υγεία: τι είναι ηχορύπανση, πώς ο θόρυβος επηρεάζει τη σωματική και ψυχική υγεία. Προτείνετε τρόπους μείωσης του θορύβου στο σχολείο και στη γειτονιά σας.	Μαθητή;	Μέσα Δεκεμβρίου	
13.	Τηγανοκίνηση, καθημερινή επίβλεψη	Μαθητές;	Όλο τη σχολική χρονιά	
14.	Οικολογικός κώδικας: θετικά μηνύματα/συνθήματα για να έχουμε υγεία και ευεξία με σεβασμό στο περιβάλλον	Μαθητή;	Όλο τη σχολική χρονιά	
15.	Ανακύκλωση: χαρτί, πλαστικό, μπαταρίες, χρησιμοποιημένο λάδι. Συμπλήρωση στο έντυπο ανακύκλωσης ποσότητες (λάδι και μπαταρίες) από τον Σύμβουλο κάθε τμήματος. Θα δοθούν ΔΔΚ στους μαθητές/τριες που θα συμμετέχουν στην ανακύκλωση.	Ο σύμβουλος κάθε τμήματος	Όλο τη σχολική χρονιά	
16.	Φυλλάδιο:γιορτή του δέντρου	Χριστίνα Δημητρίου	Φεβρουάριος	
17.	Συμμετοχή Net Zero for Youth	Όλο η επιτροπή	Όλο τη σχολική χρονιά	
18.	Αερόδραφτυσα ή δημιουργία σχολικού λαχανόκηπου για βελτίωση της διάθεσής μας	Χριστίνα Δημητρίου/Μιχάλης Χριστοδουλίδης	Ιανουάριος	

2. Σχέδιο δράσης

19.	Τήρηση πινακίδας	Όλη η επιτροπή	Όλη τη σχολική χρονιά	
20.	Υγιεινό πρόγευμα.	Χρ. Δημητρίου/Μιχ. Χριστοδουλίδης	Νοέμβριο /Δεκέμβριο	
21.	Διάλεξη/παρουσίαση με θέμα "Σκουπίδια στη θάλασσα" που θα παρουσιάσει εκπαιδευτής του Κέντρου Μελετών και Έρευνας ΑΚΤΗ	Χριστίνα Δημητρίου	Ιανουάριο	

Οικολογικά Σχολεία 🌱 - Περιβαλλοντική Επισκόπηση
Οκτώβριος 2025 - Αποτελέσματα

Δράσεις για το Κλίμα 🌡️

Ερώτηση	Ναι ✅	Λίγα 😊	Καθόλου ❌
Μαθαίνετε για το πώς αλλάζει το κλίμα μας;	5	5	2
Μαθαίνετε για το πώς οι ανθρώπινες δράσεις προκαλούν την κλιματική αλλαγή;	6	6	-
Κάνετε δράσεις για να βοηθήσετε το κλίμα στο σχολείο και στο σπίτι;	8	4	-

Σημειώσεις / Ιδέες:

~~Φωτοβολταϊκά~~
 Φωτοβολταϊκά στο σχολείο/Μελέτη για το θέμα-να προωθηθεί στα σπίτια/Ανακύκλωση, φύτεμα, καθαρισμός του σχολείου

Σκουπίδια & Απόβλητα 🗑️

Ερώτηση	Ναι/Αρκετά ❌	Λίγα/Μερικά 😊	Καθόλου ✅
Κοιτάζοντας μέσα στο κτήριο, πόσα σκουπίδια βλέπετε;	5	5	2
Κοιτάζοντας έξω από το κτήριο, πόσα σκουπίδια βλέπετε (μέσα και έξω από την αυλή);	6	6	-
	Ναι/Αρκετά ✅	Λίγα/Μερικά 😊	Καθόλου ❌
Πετάτε πράγματα μόνο όταν δεν μπορούν να επαναχρησιμοποιηθούν;	9	3	-
Ανακυκλώνετε όλα τα ανακυκλώσιμα υλικά που δεν μπορούν να επαναχρησιμοποιηθούν;	9	2	-

3. Επισκόπηση περιβάλλοντος και καταγραφή των παρατηρήσεων από τους μαθητές/τριες της επιτροπής του Οικολογικού Προγράμματος.

Σημειώσεις / Ιδέες:

Ανακύκλωση- κάλαθοι ανακύκλωσης στις τάξεις/Πολλά σκουπίδια στις αίθουσες του σχολείου μας/Δωρεά αντικειμένων-φιλανθρωπική δράση

Υγεία & Ευεξία 🧘

Ερώτηση	Ναι ✅	Λίγα 😊	Καθόλου ❌
Μαθαίνετε πώς να είστε υγιείς (σωματικά και ψυχικά);	10	2	-
Το σχολείο σας προσφέρει υγιεινές επιλογές διαβίωσης (π.χ. υγιεινά τρόφιμα, νερό, δραστηριότητες);	5	7	-
Είναι το σχολείο σας ασφαλές και φιλικό για όλους;	7	4	1

Σημειώσεις / Ιδέες:

Να δίνονται καθημερινά φρούτα ή υγιεινά σνακ στους μαθητές/τριες/Σεμινάρια για σωματική και ψυχική υγεία/Περισσότερα υγιεινά τρόφιμα στο κυλικείο/Ερωτηματολόγια για τις επιλογές των μαθητών/τριων που επηρεάζουν την υγεία τους (π.χ. τρόφιμα, ύπνος)

Μεταφορές 🚶 🚲

Ερώτηση	Ναι ✅	Λίγα 😊	Καθόλου ❌
Μαθαίνετε πώς τα καυσαέρια επηρεάζουν τον πλανήτη;	12	-	-
Κάνετε πράγματα για να προστατεύσετε το σχολείο από τα καυσαέρια;	-	2	9
Μπορείτε να περπατήσετε, να κάνετε πατίνι ή ποδήλατο με ασφάλεια για να πάτε στο σχολείο;	2	2	8

Σημειώσεις / Ιδέες:

Λεωφορεία για να κινούνται λιγότερα αυτοκίνητα/Πράσινα οικολογικά λεωφορεία για να μεταφέρουν τους μαθητές/Να γίνουν ποδηλατοδρόμοι και πεζόδρομοι/Ενημερωτικά φυλλάδια για το θέμα.

Γενικές Ερωτήσεις Eco-Schools

Ερώτηση	Ναι <input checked="" type="checkbox"/>	Λίγο 😊	Καθόλου ❌
Συμμετέχετε στον προγραμματισμό του προγράμματος Οικολογικά Σχολεία;	9	1	-
Σας κάνει χαρούμενους η συμμετοχή στο πρόγραμμα Οικολογικά Σχολεία;	9	1	-

Σημειώσεις / Ιδέες:

Όσο περισσότερες δράσεις από τα Οικολογικά Σχολεία , ενημέρωση μαθητών.

Από τις ιδέες στους στόχους 🌱

Καταγράψτε στόχους και δράσεις για το μέλλον:

Στόχος	Δράσεις
Περισσότερο πράσινο στο σχολείο	Φυτεύουμε στο σχολείο
Μείωση καυσαερίων από αυτοκίνητα	Να υπάρχει χώρος στο σχολείο για παρκάρισμα ποδηλάτων
Προστασία του περιβάλλοντος	Κάλαθοι ανακύκλωσης στις τάξεις
Καθαρό σχολείο	Κομποστοποίηση στο σχολείο
Μείωση σπατάλης τροφίμων	Καθαρίζουμε το σχολείο μας
Μείωση χρήσης πλαστικών μπουκαλιών νερού	
Περισσότερα σημεία ανακύκλωσης	

Επιτροπή Περιβάλλοντος – Οικολογικό Πρόγραμμα

Γυμνάσιο Αγίου Ιωάννου Χρυσοστόμου

4.Τηγανοκίνηση - Ανακύκλωση

ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ ΤΟΥ ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ

ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ 2025-2026

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

ΘΕΜΑ: ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

Θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι το σχολείο μας σε μια κοινή προσπάθεια για την ενίσχυση της περιβαλλοντικής συνείδησης και την προστασία του περιβάλλοντος, θα συμβάλει με τους πιο κάτω τρόπους:

(α) Πρόγραμμα Τηγανοκίνησης



Ανακυκλώνουμε το χρησιμοποιημένο μαγειρικό λάδι και εξασφαλίζουμε σημαντικά έσοδα για την σχολική μας μονάδα. Μπορείτε να μεταφέρετε στο σχολείο μας, το χρησιμοποιημένο λάδι που θα πετούσατε, μέσα σε πλαστικά δοχεία. Επίσης αν μπορείτε να διαμεσολαβήσετε για να έρθουμε σε επαφή με εστιατόρια που χρησιμοποιούν τηγανέλαια.

Τα τηγανέλαια να αφήνονται κοντά στο μπλε βαρέλι συλλογής που βρίσκεται μετά το γραφείο 20 στο τέλος της αυλής (μετά το νέο στέγαστρο)! Θα αδειάζονται στο βαρέλι από μαθητές της επιτροπής Οικολογικού προγράμματος.

(β) Ανακύκλωση μπαταριών

Μπορείτε να φέρετε τις μπαταρίες και να τις αφήνετε στον κάδο ανακύκλωσης ΑΦΗΣ που βρίσκεται στον προθάλαμο του σχολείου μας.



Παρακαλώ να ενημερώνετε τον σύμβουλο του μαθητικού σας συμβουλίου για να καταγράψει/σημειώνει στο Έντυπο Ανακύκλωση της τάξης σας (που του έχει δοθεί), το χρησιμοποιημένο λάδι και τις μπαταρίες που έχετε φέρει στο σχολείο δίπλα από το όνομά σας. Οι μαθητές με τις μεγαλύτερες ποσότητες θα πάρουν στο τέλος της χρονιάς μονάδες στο ΔΔΚ!!!!

(γ) Συνεχίζεται η ανακύκλωση χαρτιού και πλαστικού στο σχολείο σε σχετικούς κάδους.

ΜΕΙΩΝΟΥΜΕ, ΕΠΑΝΑΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ, ΑΝΑΚΥΚΛΩΝΟΥΜΕ για ένα καλύτερο περιβάλλον!!!!

ΑΠΟ ΤΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

ΓΙΑ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

(α) Τηγανοκίνηση: γέμισε το μισό βαρέλι του σχολείου μας με χρησιμοποιημένο μαγειρικό λάδι. Θα επικοινωνήσουμε για παραλαβή του λαδιού από την ΑΚΤΗ Κέντρο Μελετών και Έρευνας.



The infographic features a large green leaf-like shape with a white drop-shaped area in the center. At the top, the word 'Τηγανοκίνηση' is written in a handwritten style, with a small illustration of a frying pan below it. The central text is in green and black, and a white speech bubble on the left contains a question. At the bottom left are three logos: the Hellenic Republic coat of arms, a person with a recycling symbol, and the AKTH logo. At the bottom right, contact information is provided.

Τηγανοκίνηση

Ανακυκλώνοντας τα μαγειρικά σου λάδια **εξοικονομείς** χρήματα, **μειώνεις** τα απόβλητα, **βελτιώνεις** την ποιότητα του αέρα, **αναπτύσσεις** περιβαλλοντική συνείδηση και **κάνεις** τα σχολεία μας πιο πράσινα!

Ήξερες ότι 1 λίτρο λαδιού μπορεί να μολύνει 1 εκατομμύριο λίτρα πόσιμου νερού;

Τηλ: 22458485, 97870808
Email: tiganokinisi@akti.org.cy
Website: www.akti.org.cy

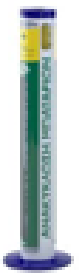


(β) Ανακύκλωση μπαταριών



(β) Ανακύκλωση μπαταριών

Μπορείτε να φέρνετε τις μπαταρίες και να τις αφήνετε στον κάδο ανακύκλωσης ΑΦΗΣ που βρίσκεται στον προθάλαμο του σχολείου μας.



Παρακαλώ να ενημερώνετε τον σύμβουλο του μαθητικού σας συμβουλίου για να καταγράψει/σημειώνει στο Έντυπο Ανακύκλωση της τάξης σας (που του έχει δοθεί), το χρησιμοποιημένο λάδι και τις μπαταρίες που έχετε φέρει στο σχολείο δίπλα από το όνομά σας. Οι μαθητές με τις μεγαλύτερες ποσότητες θα πάρουν στο τέλος της χρονιάς μονάδες στο ΔΔΚ!!!!

Έντυπο για ΔΔΚ

Έντυπο που δόθηκε στον σύμβουλο (του μαθητικού συμβουλίου κάθε τμήματος του σχολείου μας – 18 τμήματα). Στο έντυπο αυτό σημειώνονται οι μαθητές/τριες που συμμετέχουν στην ανακύκλωση και θα πάρουν ΔΔΚ τέλος της σχολικής χρονιάς (π.χ. Α1)

Έντυπο Ανακύκλωσης - Συμπληρώνεται από τον ΣΥΜΒΟΥΛΟ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ				
Επώνυμο	Όνομα	Τμήμα	Ανακύκλωση Λαδιού	Μπαταρίες
ΑΛΑΒΑΝΤ	ΜΩΧΑΜΕΤ	Α1		
ΑΝΔΡΕΟΥ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ	Α1		
ΓΙΑΝΝΟΥΡΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	Α1		
ΔΗΜΟΣΘΕΝΟΥΣ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	Α1		
ΚΟΚΚΟΛΗΣ	ΙΩΑΝΝΗΣ	Α1		
ΚΥΡΙΑΚΟΥ	ΙΩΑΝΝΗΣ	Α1		
ΚΩΣΤΕΑ	ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	Α1		
ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΗ	ΣΤΑΥΡΟΣ	Α1		
ΜΙΧΑΗΛ	ΑΓΓΕΛΟΣ	Α1		
ΜΙΧΑΗΛ	ΣΤΕΦΑΝΟΣ	Α1		
ΞΕΝΟΦΩΝΤΟΣ	ΜΑΡΙΛΕΝΑ	Α1		
ΠΑΠΑΚΩΣΤΑ	ΜΑΡΙΝΑ	Α1		
ΠΑΥΛΙΔΗΣ	ΟΡΕΣΤΗΣ	Α1		
ΠΑΥΛΟΥ	ΕΥΤΥΧΙΑ ΑΝΤΡΕΑΝΑ	Α1		
ΠΕΡΟΥ	ΝΙΚΟΛΑΣ	Α1		
ΣΑΒΒΑ	ΓΑΒΡΙΗΛ	Α1		
ΣΟΥΛΟΥ	ΜΥΡΣΙΝΗ	Α1		
ΣΤΑΥΡΟΥ	ΜΑΡΙΑ	Α1		
ΣΤΑΥΡΟΥ	ΣΩΤΗΡΗΣ	Α1		
ΣΤΥΛΙΑΝΟΥ	ΧΡΙΣΤΟΣ	Α1		
ΤΡΑΧΙΛΗ	ΧΡΙΣΤΙΝΑ	Α1		
ΤΡΥΦΩΝΟΣ	ΝΕΦΕΛΗ	Α1		
ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ	ΧΑΡΑ	Α1		
ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΥ	ΣΙΜΩΝΗ	Α1		

Οι μαθητές με τις μεγαλύτερες ποσότητες θα πάρουν στο τέλος της χρονιάς μονάδες ΔΔΚ.
Ευχαριστώ για τη συνεργασία, Χριστίνα Δημητρίου, Βιολόγος.

**5. Θέματα εργασιών που ανατέθηκαν
στους μαθητές/τριες της επιτροπής του
προγράμματος μας:**

Ανάθεση εργασιών σε ομάδες

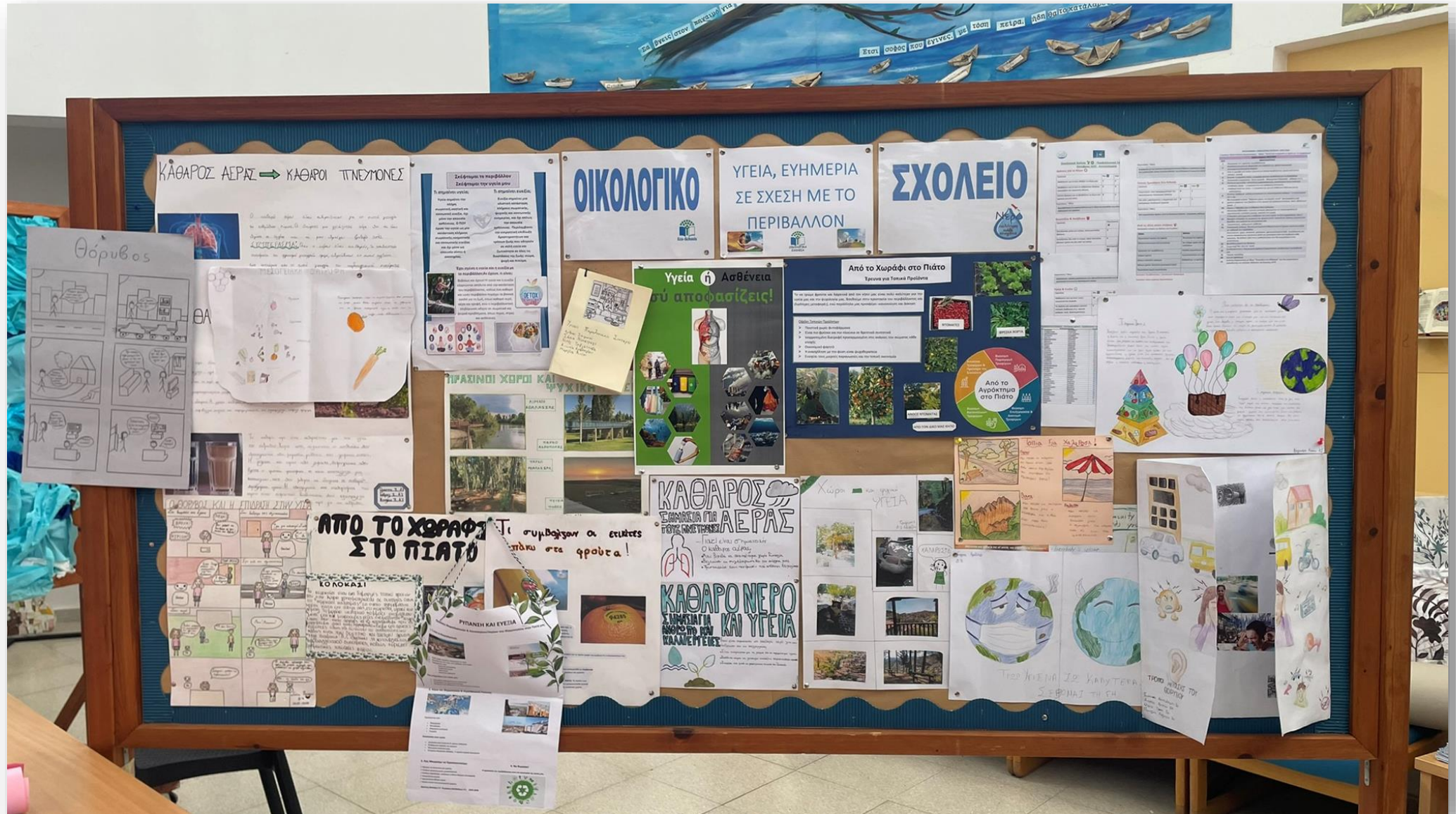
Περιβαλλοντική επιτροπή - Οικολογικά σχολεία - Γυμνάσιο Αγίου Ιωάννη Χρυσοστόμου 2025-2026

Α'	Όνοματεπώνυμο	Τμήμα	Εργασία -project - παράδοση 9/12/2025
1	ΑΛΑΒΑΝΤ ΜΩΧΑΜΕΤ	A1	Ρύπανση και ευεξία: επιπτώσεις μικροπλαστικών, καυσαερίων στην υγεία μας - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
2	ΓΙΑΝΝΟΥΡΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	A1	Ρύπανση και ευεξία: επιπτώσεις μικροπλαστικών, καυσαερίων στην υγεία μας - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A3
3	ΔΗΜΟΣΘΕΝΟΥΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	A1	Εκστρατεία ενημέρωσης: Τρώω υγιεινά – Μεσογειακή διατροφή - σέβομαι τη Γη - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
4	ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΙΩΑΝΝΗΣ	A1	Εκστρατεία ενημέρωσης: Τρώω υγιεινά – Μεσογειακή διατροφή - σέβομαι τη Γη - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
5	ΚΩΣΤΕΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	A1	Έρευνα: τι σημαίνει υγεία, ευημερία και πως συνδέονται με το περιβάλλον - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
6	ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΗ ΣΤΑΥΡΟΣ	A1	Έρευνα: τι σημαίνει υγεία, ευημερία και πως συνδέονται με το περιβάλλον - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
7	ΜΙΧΑΗΛ ΑΓΓΕΛΟΣ	A1	Έρευνα: τι σημαίνει υγεία, ευημερία και πως συνδέονται με το περιβάλλον - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
8	ΠΑΥΛΙΔΗΣ ΟΡΕΣΤΗΣ	A1	*Καθαρός αέρας – η σημασία του για καθαρούς πνεύμονες. *Καθαρό νερό και υγεία – η σημασία του για τον άνθρωπο αλλά και για τις καλλιέργειες -Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
9	ΠΕΡΟΥ ΝΙΚΟΛΑΣ	A1	*Καθαρός αέρας – η σημασία του για καθαρούς πνεύμονες. *Καθαρό νερό και υγεία – η σημασία του για τον άνθρωπο αλλά και για τις καλλιέργειες -Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
10	ΣΑΒΒΑ ΓΑΒΡΙΗΛ	A1	*Καθαρός αέρας – η σημασία του για καθαρούς πνεύμονες. *Καθαρό νερό και υγεία – η σημασία του για τον άνθρωπο αλλά και για τις καλλιέργειες -Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
11	ΣΟΥΛΟΥ ΜΥΡΣΙΝΗ	A1	Ετικέτες τροφίμων: μελέτη συστατικών σε συσκευασμένα τρόφιμα – τι είναι υγιεινό και τι όχι -Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
12	ΣΤΑΥΡΟΥ ΣΩΤΗΡΗΣ	A1	Ετικέτες τροφίμων: μελέτη συστατικών σε συσκευασμένα τρόφιμα – τι είναι υγιεινό και τι όχι -Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
13	ΣΤΥΛΙΑΝΟΥ ΧΡΙΣΤΟΣ	A1	Φωτογραφικό project “Πράσινοι χώροι και ψυχική υγεία”: φωτογραφίες από χώρους πράσινου που βοηθούν στην ηρεμία και χαλάρωση (πάρκα, δάση, βόλτα στο χωριό....)Φωτογραφίες σε χαρτόνι
14	ΤΡΑΧΙΛΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	A1	Φωτογραφικό project “Πράσινοι χώροι και ψυχική υγεία”: φωτογραφίες από χώρους πράσινου που βοηθούν στην ηρεμία και χαλάρωση (πάρκα, δάση, βόλτα στο χωριό....)Φωτογραφίες σε χαρτόνι
15	ΤΡΥΦΩΝΟΣ ΝΕΦΕΛΗ	A1	Φωτογραφικό project “Πράσινοι χώροι και ψυχική υγεία”: φωτογραφίες από χώρους πράσινου που βοηθούν στην ηρεμία και χαλάρωση (πάρκα, δάση, βόλτα στο χωριό....)Φωτογραφίες σε χαρτόνι
16	ΙΩΑΝΝΟΥ ΕΛΕΝΗ	B4	Κόμικς: ο θόρυβος και η επίδραση στην υγεία μας -Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
17	ΠΑΝΤΕΛΗ ΣΤΑΥΡΙΝΗ	B4	Κόμικς: ο θόρυβος και η επίδραση στην υγεία μας -Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
18	ΠΑΝΤΕΛΗ ΣΩΤΙΑ	B4	Κόμικς: ο θόρυβος και η επίδραση στην υγεία μας -Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
19	ΧΑΤΖΗΟΔΥΣΣΕΩΣ ΦΛΩΡΕΝΤΙΑ	B4	Μαγειρικό βιβλιαράκι: υγιεινές συνταγές βασισμένες σε τοπικά προϊόντα ή παραδοσιακές συνταγές για γιάς, παππού στο χωριό.

Ανάθεση εργασιών σε ομάδες

20	Αλεξάνδρου	Κυριάκος	B6	Ρύπανση και ευεξία: επιπτώσεις μικροπλαστικών, καυσαερίων στην υγεία μας - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
21	Βελάζης	Ορέστης	B6	Ρύπανση και ευεξία: επιπτώσεις μικροπλαστικών, καυσαερίων στην υγεία μας - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A3
22	Γιούφκα	Αγάθη	B6	Από το χωράφι στο πιάτο: έρευνα για τοπικά προϊόντα (σε χωριά από γονείς, παππού, γιαγιά) - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
23	Δημητρίου	Ανδρονίκη	B6	Από το χωράφι στο πιάτο: έρευνα για τοπικά προϊόντα (σε χωριά από γονείς, παππού, γιαγιά) - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
24	Ηροδότου	Γεώργιος	B6	Εκστρατεία ενημέρωσης: Τρώω υγιεινά – Μεσογειακή διατροφή - σέβομαι τη Γη - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
25	Κτίστης	Μιχάλης	B6	Εκστρατεία ενημέρωσης: Τρώω υγιεινά – Μεσογειακή διατροφή - σέβομαι τη Γη - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
26	Κυριάκου	Άντρα	B6	Μαγειρικό βιβλιαράκι: υγιεινές συνταγές βασισμένες σε τοπικά προϊόντα ή παραδοσιακές συνταγές γιαγιάς, παππού στο χωριό.
27	Μαρκαντώνη	Μιράντα	B6	Μαγειρικό βιβλιαράκι: υγιεινές συνταγές βασισμένες σε τοπικά προϊόντα ή παραδοσιακές συνταγές γιαγιάς, παππού στο χωριό.
28	Μουσουλίδης	Ανδρέας	B6	*Καθαρός αέρας – η σημασία του για καθαρούς πνεύμονες. *Καθαρό νερό και υγεία – η σημασία του για τον άνθρωπο αλλά και για τις καλλιέργειες - Αφίσα σε χαρτόνι A3 ή A2
29	Νικολάου	Αντρέας	B6	Τηγανοκίνηση, καθημερινή επίβλεψη για το χρησιμοποιημένο λάδι που φέρνουν οι μαθητές/τριες στο σχολείο μας
30	Παπαγεωργίου	Μιχάλης	B6	Τηγανοκίνηση, καθημερινή επίβλεψη για το χρησιμοποιημένο λάδι που φέρνουν οι μαθητές/τριες στο σχολείο μας
31	Πατσαλή	Βασιλική	B6	Μαγειρικό βιβλιαράκι: υγιεινές συνταγές βασισμένες σε τοπικά προϊόντα ή παραδοσιακές συνταγές γιαγιάς, παππού στο χωριό.
32	Τζιωνής	Μάριος	B6	Ο θόρυβος γύρω μας και η επίδραση του στην υγεία: τι είναι ηχορύπανση, πώς ο θόρυβος επηρεάζει τη σωματική και ψυχική υγεία. Προτείνετε τρόπους μείωσης του θορύβου στο σχολείο και στη γειτονιά σας.
33	Χόπλαρος	Παντελής	B6	Ο θόρυβος γύρω μας και η επίδραση του στην υγεία: τι είναι ηχορύπανση, πώς ο θόρυβος επηρεάζει τη σωματική και ψυχική υγεία. Προτείνετε τρόπους μείωσης του θορύβου στο σχολείο και στη γειτονιά σας.
34	Χριστοδούλου	Ιωάννα	B6	Ο θόρυβος γύρω μας και η επίδραση του στην υγεία: τι είναι ηχορύπανση, πώς ο θόρυβος επηρεάζει τη σωματική και ψυχική υγεία. Προτείνετε τρόπους μείωσης του θορύβου στο σχολείο και στη γειτονιά σας.
35	Χρίστου	Αντρέας	B6	Ο θόρυβος γύρω μας και η επίδραση του στην υγεία: τι είναι ηχορύπανση, πώς ο θόρυβος επηρεάζει τη σωματική και ψυχική υγεία. Προτείνετε τρόπους μείωσης του θορύβου στο σχολείο και στη γειτονιά σας.
36	Σταύρου	Κωνσταντίνα	Γ2	Οικολογικός κώδικας: θετικά μηνύματα/συνθήματα για να έχουμε υγεία και ευεξία με σεβασμό στο περιβάλλον - Δίνω παράδειγμα τον περσινό οικολογικό κώδικα
37	Χόπλαρου	Μικαλίνα	Γ4	Οικολογικός κώδικας: θετικά μηνύματα/συνθήματα για να έχουμε υγεία και ευεξία με σεβασμό στο περιβάλλον - Δίνω παράδειγμα τον περσινό οικολογικό κώδικα
38	Λαδά	Σοφία	Γ6	Οικολογικός κώδικας: θετικά μηνύματα/συνθήματα για να έχουμε υγεία και ευεξία με σεβασμό στο περιβάλλον - Δίνω παράδειγμα τον περσινό οικολογικό κώδικα

6. Τήρηση πινακίδας στο σχολείο



Από το χωράφι στο πιάτο – έρευνα για τοπικά προϊόντα

ΥΓΕΙΑ νερό για τον άνδρα. Νικόλαος Π. Α΄

ΑΠΟ ΤΟ ΧΩΡΑΦΙ ΣΤΟ ΠΙΑΤΟ

ΚΟΚΟΚΑΣΙ

Το κοκοκάσι είναι ένα δημοφιλές τοπικό προϊόν που στην Κύπρο χρησιμοποιείται σε συνταγές όπως το κοκοκάσι καπταμάς το οποίο περιλαμβάνει κρέας, κασα στην αλοιφή σας, το κοκοκάσι, υαρού και χέμον. Το κρέας υενερίας πο κμάσι ονομάζεται μπαπά ενώ τα κινρόσερες ρίξες ονομάζονται πογες. Επίσης δεν είναι ασφαλές να το παραναλυνθεί πριν το μαγειρεύμα, γιατί είναι δηλητηριώδες. Ακόμη έχει αρκετές τοξικές όπως να εο νώνει εο ανοδοποιητικό καθώς είναι πολύ θρεπτικό και αποτελεί πηροία την εικαμίτων Α, C. Βελτιώνει τη λειτουργία εου καρδιαγγειακού συστήματος, καθώς περιέχει ιοντανικές ποσότητες.

Τα αυτοκόλλητα πάνω στα φρούτα φέρουν στοιχεία παρέχουν πληροφορίες σχετικά με τη βιολογικός ή γενετικά τροποποιημένος, την Αυτοί οι κωδικό βοηθούν τους εμπορικούς λιανητές να ενοστή την στο ταμείο.


Από το Χωράφι στο Πιάτο

Έρευνα για Τοπικά Προϊόντα


Το να τρώμε φρούτα και λαχανικά από τον κήπο μας είναι πολύ καλύτερο για την υγεία μας και την ψυχολογία μας. Βοηθούμε στην προστασία του περιβάλλοντος και (λιγότερες μεταφορές), ενώ παράλληλα μας προσφέρει ικανοποίηση και άσκηση

Οφέλη Τοπικών Προϊόντων




- Ποιοτικά χωρίς φυτοφάρμακα
- Είναι πιο φρέσκα και πιο πλούσια σε θρεπτικά συστατικά
- Ισορροπημένη διατροφή προσαρμοσμένη στις ανάγκες του σώματος κάθε εποχής
- Οικονομικό φαγητό
- Η ενασχόληση με την φύση είναι ψυχοθεραπεία
- Ενισχύει τους μικρούς παραγωγούς και την τοπική οικονομία



ΝΤΟΜΑΤΕΣ




ΦΡΕΣΚΑ ΧΟΡΤΑ



ΑΝΘΟΣ ΝΤΟΜΑΤΑΣ

ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΙΚΟ ΜΑΣ ΚΗΠΟ



Από το Αγρόκτημα στο Πιάτο

- Βιώσιμη Παραγωγή Τροφίμων
- Βιώσιμη Κατανάλωση Τροφίμων
- Βιώσιμη Επεξεργασία & Διανομή Τροφίμων
- Απόλυση Τροφίμων & Πρόληψη της Σπατάλης

πάνω στα

ΡΥΠΑΝΣΗ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ

Επιπτώσεις Μικροπλαστικών & Καυσαερίων/Αερίων του Θερμοκηπίου στην Υγεία μας

1. Τι είναι τα Μικροπλαστικά;

Πολύ μικρά κομμάτια πλαστικού (<5 mm). Εντοπίζονται στο νερό, στα τρόφιμα, στον αέρα. Προέρχονται από:

- πλαστικά μπουκάλια
- συνθετικά ρούχα
- καλλυντικά
- ελαστικά οχημάτων

Πώς επηρεάζουν την υγεία μας:

- Προκαλούν φλεγμονές στον οργανισμό
- Επηρεάζουν το ανοσοποιητικό σύστημα
- Μπορούν να επιβαρύνουν το αναπνευστικό σύστημα

2. Αέρια του Θερμοκηπίου & Ατμοσφαιρική Ρύπανση

Προέρχονται από:

- Βιομηχανία
- Μεταφορές
- Θέρμανση κατοικιών
- Γεωργία

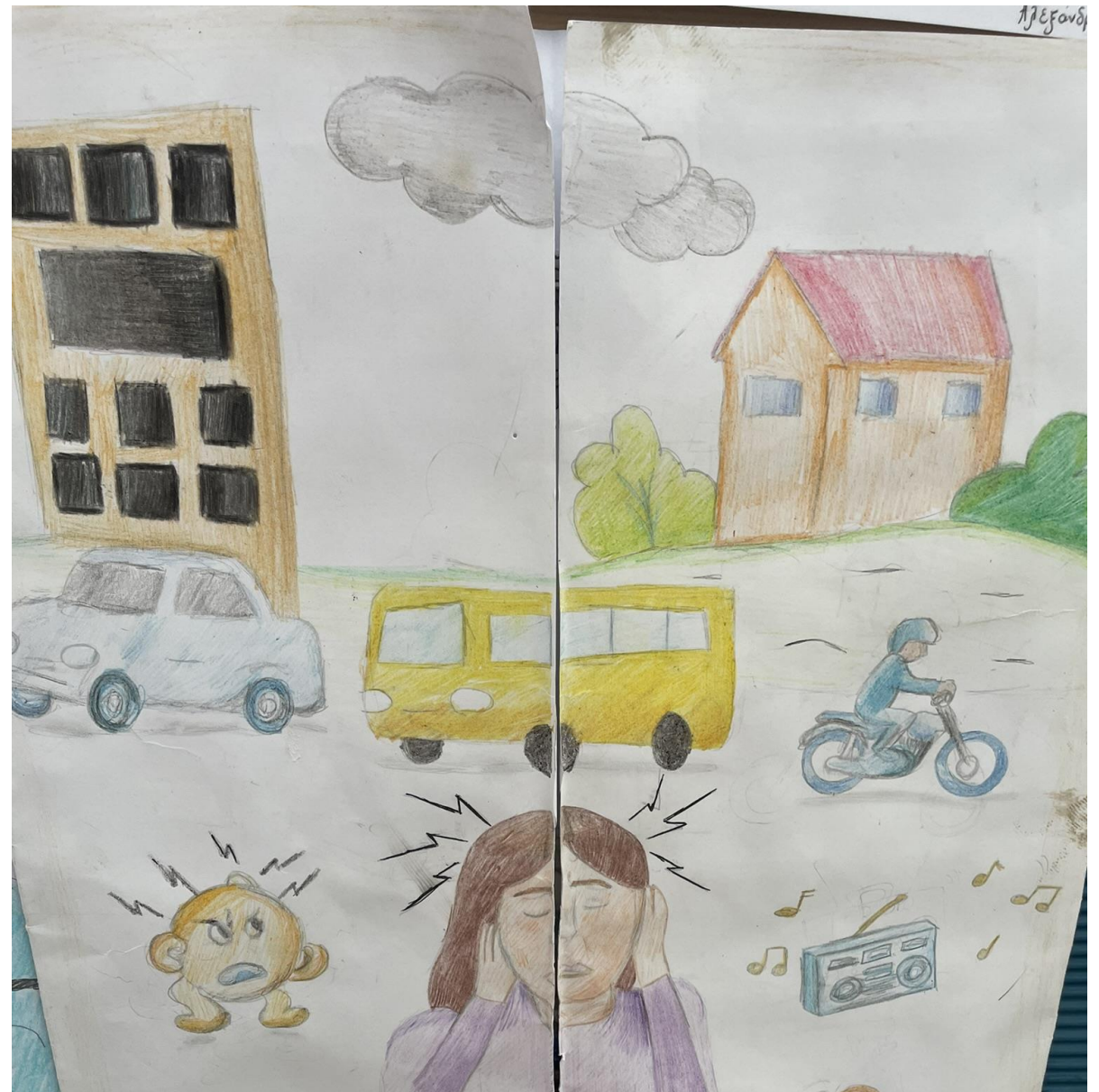
Επιπτώσεις στην υγεία

- Δυσκολία στην αναπνοή & κρίσεις άσθματος
- Επιβάρυνση καρδιάς και αγγείων
- Μεταμηνιαία σύνδρομο
- Ενίσχυση κλιματικής αλλαγής → ακραία καιρικά φαινόμενα

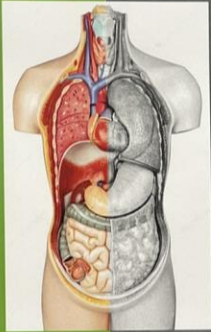
3. Πώς Μπορούμε να Προστατευτούμε;

Επιπλέον πληροφορίες:

- Μην και το πρώτο ψηφίο του κωδικού
- καλιεργηθεί με συμβατικό
- και να
- και να
- 4011): Το προϊόν είναι χρησιμοποιηθεί φυσικά τυνθτικά χημικά.



Εσύ αποφασίζεις!



Το να
υγεία
(λιγότε

Οδ

- ✓
- ✓
- ✓
- ✓
- ✓

α.θ. Γ.α.
23-2026

ΚΑΘΑΡΟΣ ΣΗΜΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΠΝΕΥΜΟΝΕΣ ΑΕΡΑΣ



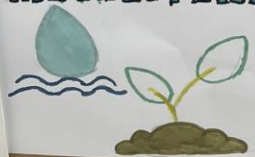
→ Γιατί είναι σημαντικός
ο καθαρός αέρας.

- Μας βοηθά να αναπνεύσουμε χωρίς δυσκολία
- Βελτιώνει τη συγκέντρωση και την ενέργεια μας
- Προστατεύει τους πνεύμονες από ασθένειες και μολύνσεις

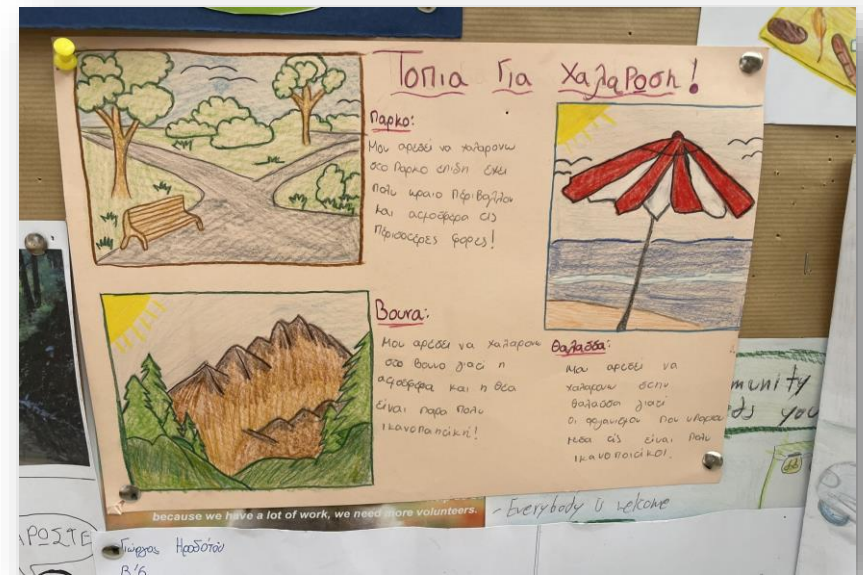
ΚΑΘΑΡΟ ΝΕΡΟ ΣΗΜΑΣΙΑ ΓΙΑ ΑΝΘΡΩΠΟ ΚΑΙ ΚΑΛΙΕΡΓΕΙΕΣ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ

Γιατί είναι σημαντικό το καθαρό νερό για τον
άνθρωπο και τις καλλιέργειες

- Είναι απαραίτητο για να ζούμε και να παράγουμε ενέργεια
- Βοηθά το σώμα να χημειορρυθμιστεί (π.χ. πέψη, κυκλοφορία αίματος)
- Επιφέρει στα φρούτα να μεγαλώνουν σωστά και δυνατά.



Πράσινοι χώροι και ψυχική υγεία - χαλάρωση





Μείωση σπατάλης τροφίμων	Κομποστοποίηση στο σχολείο
Μείωση χρήσης πλαστικών μπουκαλιών νερού	Καθαρίζουμε το σχολείο
Περισσότερα σημεία ανακύκλωσης	

Επιτροπή Περιβάλλοντος - Οικολογικό Πρόγραμμα
Γυμνάσιο Αγίου Ιωάννου Χρυσοστόμου

19.	Τήρηση πινακίδας
20.	Υγιεινό πρόγευμα.
21.	Διάλεξη/παρουσίαση με θέμα "Σκουπίδια στη θάλασσα" που θα παρουσιάσει εκπαιδευτής του Κέντρου Μελετών και Έρευνας ΑΚΤΗ

Τι σημαίνει Υγεία;

...λουν χρειάζονται σφαιρικές της υγείας. Η σωματική υγεία και η κανονική υγεία. Γενικά η υγεία είναι να μπορείς να κάνεις τις καθημερινές σου δραστηριότητες χωρίς πόνο, να νιώθεις καλά σωματικά και να έχεις καλές σχέσεις με τους άλλους. Επίσης η υγεία είναι μια κατάσταση πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας, και όχι η απουσία ασθενειών ή αναπηριών.

Πως συνδέεται με το περιβάλλον;

Η υγεία και η ευημερία εξαρτώνται από το περιβάλλον μας. Η ατμόσφαιρα, το νερό, το έδαφος, ο καθαρός αέρας και η καθαρή τροφή βοηθούν το σώμα να λειτουργήσει σωστά. Η ρύπανση και οι επιβλαβείς ουσίες στο περιβάλλον μπορούν να προκαλέσουν ασθένειες.

Τι σημαίνει Ευημερία;

Ευημερία είναι η κατάσταση όπου η ζωή σου "κινείται" καλά και νιώθεις ασφαλέστερα και ελεγχόμενα. Επίσης είναι να έχεις καλό και άνετα, σωματικά, ψυχικά και οικονομικά. Είναι να μπορείς να εφιστάσαι και να κάνεις όνειρα. Να έχεις καλές σχέσεις και σταθερότητα στην ζωή σου.

Αρεζονόρα Κωσσο

7. Διάλεξη/παρουσίαση/βιωματικό

Την Παρασκευή 24/04/2026 την 3^η και 4^η περίοδο, διοργανώθηκε διάλεξη/παρουσίαση για τους μαθητές/τριες του σχολείου μας που συμμετέχουν στην επιτροπή του Οικολογικού Σχολείου.

- Θέμα της διάλεξης/παρουσίασης: “Υφάσματα φτιαγμένα από ανακυκλώσιμα μπουκάλια”.
- Βιωματικό: Ζωγραφική από τους μαθητές/τριες σε ομαδικό φουλάρι πάνω σε ύφασμα φτιαγμένο από ανακυκλώσιμα πλαστικά.
- Διεκπεραιώθηκε από τον σχεδιαστή υφασμάτων Μιχάλη Παντελίδη.

Ο σχεδιαστής ενθουσίασε με τη παρουσίαση της δουλειάς του:

- χρησιμοποιεί υφάσματα φτιαγμένα από ανακυκλώσιμα μπουκάλια
- τα σχέδια που δημιουργεί πάνω στα υφάσματα είναι εμπνευσμένα από τον βυθό της θάλασσας της Λάρνακας αλλά και από την κυπριακή κουλτούρα και παράδοση.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ
Θέμα: Πρόγραμμα Οικολογικά Σχολεία

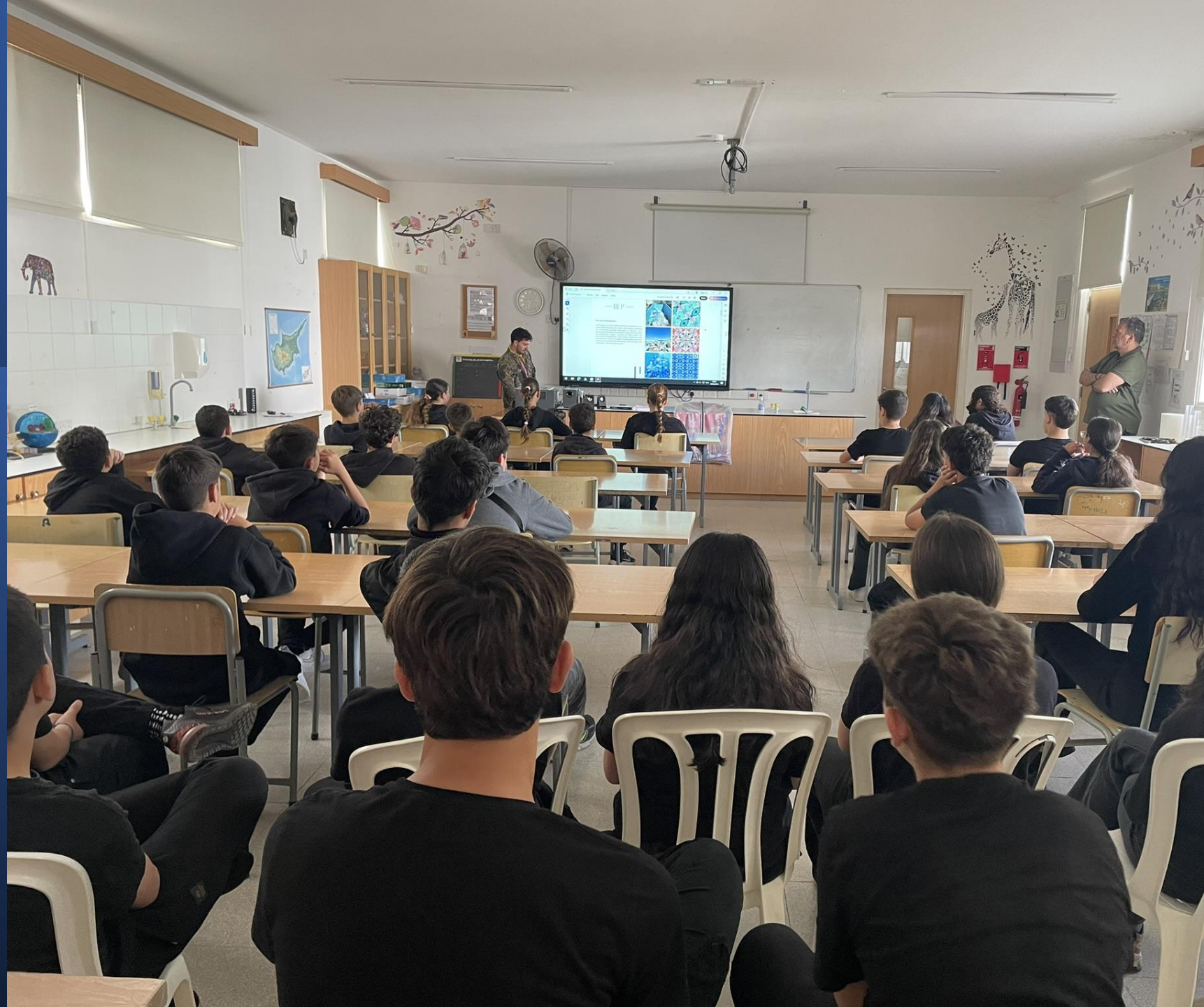
Στο πλαίσιο του προγράμματος “ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ”, διοργανώνεται διάλεξη/παρουσίαση με θέμα “Υφάσματα φτιαγμένα από ανακυκλώσιμα μπουκάλια” που θα παρουσιάσει ο σχεδιαστής υφασμάτων Μιχάλη Παντελίδη.
Η διάλεξη/παρουσίαση θα διεξαχθεί την Παρασκευή 24/04/2026 την 3^η και 4^η περίοδο, στην αίθουσα Βιολογίας (107) και θα την παρακολουθήσουν οι πιο κάτω μαθητές/μαθήτριες του σχολείου μας που συμμετέχουν στην επιτροπή του Οικολογικού Προγράμματος:

A'	Όνοματεπώνυμο	Τμήμα
1	ΑΛΑΒΑΝΤ ΜΩΧΑΜΕΤ	A1
2	ΓΙΑΝΝΟΥΡΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	A1
3	ΔΗΜΟΣΙΘΕΟΥΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	A1
4	ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΙΩΑΝΝΗΣ	A1
5	ΚΩΣΤΕΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	A1
6	ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΗ ΣΤΑΥΡΟΣ	A1
7	ΜΙΧΑΗΛ ΑΓΓΕΛΟΣ	A1
8	ΠΑΥΛΙΔΗΣ ΟΡΕΣΤΗΣ	A1
9	ΠΕΡΟΥ ΝΙΚΟΛΑΣ	A1
10	ΣΑΒΒΑ ΓΑΒΡΙΗΛ	A1
11	ΣΟΥΛΟΥ ΜΥΡΣΙΝΗ	A1
12	ΣΤΑΥΡΟΥ ΣΩΤΗΡΗΣ	A1
13	ΣΤΥΛΙΑΝΟΥ ΧΡΙΣΤΟΣ	A1
14	ΤΡΑΧΙΛΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	A1
15	ΤΡΥΦΩΝΟΣ ΝΕΦΕΛΗ	A1
16	ΙΩΑΝΝΟΥ ΕΛΕΝΗ	B4
17	ΠΑΝΤΕΛΗ ΣΤΑΥΡΙΝΗ	B4
18	ΠΑΝΤΕΛΗ ΣΩΤΙΑ	B4
19	ΧΑΤΖΗΟΔΥΣΣΕΩΣ ΦΛΩΡΕΝΤΙΑ	B4
20	Αλεξάνδρου Κυριάκος	B6
21	Βελάτης Ορέστης	B6
22	Γιούφκα Αγάθη	B6
23	Δημητρίου Ανδρονίκη	B6
24	Ηροδότου Γεώργιος	B6
25	Κτίστης Μιχάλης	B6
26	Κυριάκου Αντρεα	B6
27	Μαρκαντώνη Μιράντα	B6
28	Μουσουλιδής Ανδρέας	B6
29	Νικολάου Αντρέας	B6
30	Παπαγεωργίου Μιχάλης	B6
31	Πατσαλή Βασιλική	B6
32	Τζωνής Μάριος	B6
33	Χόπλαρος Παντελής	B6
34	Χριστοδούλου Ιωάννα	B6
35	Χρίστου Αντρέας	B6
36	Σταύρου Κωνσταντίνα	Γ2
37	Χόπλαρου Μικαλίνα	Γ4
38	Λαδά Σοφία	Γ6

Σχετική
ανακοίνωση



Φωτογραφίες από την
παρουσίαση/διάλεξη





Παρουσίαση από τον σχεδιαστή
υφασμάτων



Προετοιμασία για το βιωματικό



Οι μαθητές της
ομάδας Α
δημιούργησαν το
δικό τους πανό με
οικολογικό μήνυμα



- Οι μαθήτριες της ομάδας Β με την δική τους δημιουργία

8. Φυλλάδιο εβδομάδα δέντρου



Γυμνάσιο Αγίου Ιωάννου Χρυσοστόμου

Αγαπητοί μαθητές και μαθήτριες,

Στην Κύπρο το δέντρο άρχισε να γιορτάζεται από το 1920. Αυτή η μακρόχρονη εκδήλωση τιμής και αγάπης προς το δέντρο, φανερώνει την μεγάλη αξία και προσφορά που έχουν τα δέντρα στη ζωή του ανθρώπου, αλλά και μας υπενθυμίζει την αναγκαιότητα για προστασία και επέκταση του πρασίνου.

Στην αρχαιότητα η Κύπρος ήταν σκεπασμένη με δάση, γι αυτό και ήταν γνωστή ως το **πράσινο νησί της Μεσογείου**. Τα πλούσια αυτά δάση υπέστησαν έντονη εκμετάλλευση για χιλιάδες χρόνια, για την κατεργασία του χαλκού, είτε από τους διάφορους κατακτητές, είτε για οικιστικούς και άλλους σκοπούς.

Δεν πρέπει να ξεχνάμε τα πολύ **σημαντικά οφέλη** που έχει ο άνθρωπος από τα δάση.

Τέτοια είναι:

- Η ξυλεία είναι χρήσιμη στην επιπλοποιία, την παραγωγή χαρτιού, κ.ά.
- Οι καρποί που μας δίνουν για τη διατροφή μας.
- Τα φύλλα και άλλα μέρη τους από τα οποία παράγονται χρήσιμα προϊόντα, όπως χρωστικές ουσίες, φάρμακα, αρώματα, κ.α.
- Το οξυγόνο που μας δίνουν, για να αναπνέουμε, μέσω της φωτοσύνθεσης.
- Με τις ρίζες τους συγκρατούν τα νερά της βροχής και δεν επιτρέπουν σε αυτά να σχηματίσουν χείμαρρους, εμποδίζοντας έτσι τη διάβρωση του εδάφους.
- Ομορφαίνουν το περιβάλλον.

Δυστυχώς όμως, ο σημερινός πολιτισμένος άνθρωπος προκαλεί την καταστροφή. Οι αρνητικές συνέπειες των δραστηριοτήτων του ανθρώπου, ο τεχνολογικός πολιτισμός, και η βιομηχανική ανάπτυξη είναι οι κυριότερες αιτίες της καταστροφής. Η αλόγιστη εκμετάλλευση των φυσικών πόρων, η ρύπανση του περιβάλλοντος από την εκπομπή αερίων στην ατμόσφαιρα, η μόλυνση του νερού, του εδάφους, έχει σαν αποτέλεσμα τα δάση μας σήμερα να έχουν λιγότεψει σε επικίνδυνο βαθμό.

Η αγάπη και η φροντίδα μας, ας μην περιορισθεί σε μια μόνο βδομάδα. Τότε μόνο θα έχει αποτέλεσμα η προσπάθειά μας, όταν θα πετύχουμε να γίνει συνείδηση στον καθένα μας, ότι τα δέντρα χρειάζονται τη φροντίδα και την προστασία μας.

Κάθε χρόνο το Τμήμα Δασών καθορίζει το δέντρο της χρονιάς που για φέτος είναι η Μελικουκιά ή Κονναρκά:

Φυλλοβόλο δέντρο το οποίο ανθίζει τον Μάρτιο και καρποφορεί λίγο αργότερα. Είναι είδος που ευδοκimeί στη Λεκάνη της Μεσογείου και τη Δυτική Ασία. Στην Κύπρο έχει περιορισμένη εξάπλωση. Στον Μεσαίωνα, ο καρπός της Μελικουκιάς αναφέρεται ως ο «Λωτός των αρχαίων» για τον οποίο πίστευαν ότι ήταν η τροφή των θεών. Το αφέψημα τόσο των φύλλων όσο και των καρπών του χρησιμοποιείται για τη θεραπεία της δυσεντερίας, των κολικών και των πεπτικών ελκών. Το ξύλο του είναι σκληρό, εύκαμπτο, ανθεκτικό και χρησιμοποιείται από τεχνίτες ξυλουργούς. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως καλλωπιστικό και είναι ανθεκτικό στην ατμοσφαιρική ρύπανση. Παράλληλα, λόγω της οικολογικής της αξίας, η Μελικουκιά μπορεί να παρέχει καταφύγιο και τροφή σε μεγάλο αριθμό εντόμων, πτηνών και θηλαστικών, συμβάλλοντας στη διατήρηση της βιοποικιλότητας.

Χριστίνα Μικελλίδου - Δημητρίου
Βιολόγος.

9. Συμμετοχή στη δράση «Ο Μαγικός Κόσμος της Καλλιέργειας» στο πλαίσιο του προγράμματος Net Zero 4 Youth (NZ4Y) των Οικολογικών Σχολείων

Μαθητές/τριες (μέλη της επιτροπής του προγράμματος) συμμετείχαν στη δράση «Ο Μαγικός Κόσμος της Καλλιέργειας» στο πλαίσιο του προγράμματος Net Zero 4 Youth (NZ4Y) των Οικολογικών Σχολείων.

Στόχος της δράσης αυτής:

- να ενεργοποιήσει/κινητοποιήσει τη νεολαία,
- να δώσει ευκαιρία για βιωματικές εμπειρίες και δράσεις
- να κτίσει γνώσεις και υπευθυνότητα.

Επιλέγηκαν 22 μαθητές/τριες από την επιτροπή. Φύτεψαν ο κάθε ένας, σπόρους σπανάκι ή παντζάρι σε γλάστρα. Ο κάθε μαθητής/τρια πότιζε και παρακολουθούσε την πρόοδο του φυτού του/της στο δικό του χώρο στο σπίτι του/της.

Οι μαθητές/τριες
που επιλέγηκαν
για την δράση
αυτή

NZ4Y - Οικολογικά σχολεία - Γυμνάσιο Αγίου Ιωάννη Χρυσοστόμου 2025-2026

A'	Όνοματεπώνυμο		Τμήμα
1	ΓΙΑΝΝΟΥΡΗΣ	ΓΕΩΡΓΙΟΣ	A1
2	ΚΥΡΙΑΚΟΥ	ΙΩΑΝΝΗΣ	A1
3	ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΗ	ΣΤΑΥΡΟΣ	A1
4	ΠΑΥΛΙΔΗΣ	ΟΡΕΣΤΗΣ	A1
5	ΣΤΥΛΙΑΝΟΥ	ΧΡΙΣΤΟΣ	A1
6	ΤΡΥΦΩΝΟΣ	ΝΕΦΕΛΗ	A1
7	ΙΩΑΝΝΟΥ	ΕΛΕΝΗ	B4
8	ΠΑΝΤΕΛΗ	ΣΩΤΙΑ	B4
9	Αλεξάνδρου	Κυριάκος	B6
10	Γιούφκα	Αγάθη	B6
11	Κτίστης	Μιχάλης	B6
12	Κυριάκου	Άντρεα	B6
13	Μαρκαντώνη	Μιράντα	B6
14	Μουσουλίδης	Ανδρέας	B6
15	Πατσαλή	Βασιλική	B6
16	Τζιωνής	Μάριος	B6
17	Χόπλαρος	Παντελής	B6
18	Χριστοδούλου	Ιωάννα	B6
19	Σταύρου	Κωνσταντίνα	Γ2
20	Χόπλαρου	Μικαλίνα	Γ4
21	Λαδά	Σοφία	Γ6
22	Σούλου	Μυρσίνη	A1

Συμμετοχή στη δράση «Ο Μαγικός Κόσμος της Καλλιέργειας» στο πλαίσιο του προγράμματος Net Zero 4 Youth (NZ4Y) των Οικολογικών Σχολείων.

Οι μαθητές πήραν οδηγίες:

Καλωσόρισες στον Μαγικό Κόσμο της Καλλιέργειας!

Φέτος, θα έχεις την ευκαιρία να καλλιεργήσεις το δικό σου λαχανικό:

Σπανάκι ή Παντζάρι (παντζαρόφυλλα)!

Ο Μαγικός Κόσμος της Καλλιέργειας είναι μια ξεχωριστή εμπειρία μάθησης μέσα από τη φύση. Θα ανακαλύψεις πώς ένα μικροσκοπικό σποράκι μπορεί, με φροντίδα και υπομονή, να μεταμορφωθεί σε φυτό γεμάτο ζωή! 🌱

◆ Πώς θα ξεκινήσεις:

Η/ο εκπαιδευτικός σου θα σου δώσει:

- Μια **άδεια γλαστρούλα**
- **Φυτόχωμα**
- **5 σπόρους**

Μαζί με την ομάδα σου:

1. Φυτέψτε τους σπόρους σύμφωνα με τα βήματα πιο κάτω.
2. Βγάλτε **ομαδικές φωτογραφίες** από τη διαδικασία!
3. Στο τέλος της ημέρας, **ο καθένας θα πάρει τη δική του φυτεμένη γλαστρούλα** στο σπίτι! 🏠

Μοιράσου την πρόδοό σου!

Κάθε εβδομάδα:

- **Ανέβασε** μία φωτογραφία του φυτού σου στον λογαριασμό σου στην πλατφόρμα **NZ4Y** → +10 πόντοι
- **Κάνε “Like”** σε μέχρι 5 φωτογραφίες άλλων συμμετεχόντων → +2 πόντοι ανά φωτογραφία (μέγιστο +10 πόντοι)
- Για κάθε **“Like”** που λαμβάνει η φωτογραφία σου παίρνεις +1 πόντο!


Διάρκεια

Ο Μαγικός Κόσμος της Καλλιέργειας διαρκεί **μέχρι τις 31 Μαρτίου 2026**.

ΒΗΜΑΤΑ

Οδηγίες Καλλιέργειας

1. Γέμισε το γλαστράκι με φυτόχωμα.
2. Κάνε **5 μικρές τρυπούλες** (βάθος 1–2 εκ.).
3. Τοποθέτησε **έναν σπόρο** σε κάθε τρυπούλα.
4. Κάλυψε τους σπόρους με λίγο χώμα.
5. Πότισε **σιγά και προσεκτικά**, ώστε το χώμα να είναι υγρό αλλά όχι μουσκεμένο.
6. **Προσοχή στο νερό!**
 - Πολύ → μουχλιάζει το χώμα και δημιουργούνται μύκητες.
 - Λίγο → το φυτό ξεραίνεται.

 *Χρησιμοποίησε ψεκαστήρα νερού — είναι η καλύτερη λύση!*
7. Τοποθέτησε τη γλάστρα σε **σημείο με φως** (κατά προτίμηση ήλιο το πρωί).
8. Κάνε **έρευνα στο διαδίκτυο** μαζί με τους συμμαθητές/τριές σου και τη/τον εκπαιδευτικό σας — μάθετε ποιοι παράγοντες βοηθούν περισσότερο την ανάπτυξη των φυτών.

Καλή επιτυχία!

Να θυμάσαι: το φυτό σου μεγαλώνει όπως κι εσύ — **με φροντίδα, υπομονή και αγάπη.** ❤️

Μπόνους Πόντοι

Κάθε εβδομάδα μπορείτε να **ψηφίζετε τις αγαπημένες σας φωτογραφίες!** Κερδίζετε πόντους όταν κάνετε **“Like”** και όταν σας κάνουν **“Like”!**



Likes

5 ❤️

Από

eleni12



Σχολείο

Αγ. Ιωάννου

Χρυσοστόμου

- Ο κάθε μαθητής/τρια φρόντιζε το δικό του φυτό στο σπίτι.
- Ανέβαζαν φωτογραφίες στην πλατφόρμα του NZ4Y με την εξέλιξη του φυτού τους.

10. Παρουσίαση /βιωματικό για το παιχνίδι:

“Αξιοποίηση της
χαρτογράφησης του
σχολείου μας”

- Το σχολείο μας κέρδισε το παιχνίδι: “Χαρτογράφηση του σχολείου μας” από την συμμετοχή του στις δράσεις του NZ4Y τις δυο προηγούμενες χρονιές.
- Την κατασκευή του παιχνιδιού – χαρτογράφηση του σχολείου μας, έκανε η εταιρεία Lakonizein.
- Το συγκεκριμένο παιχνίδι παρουσιάστηκε στους μαθητές/τριες του προγράμματος την Τετάρτη 22/04/2026 από τον κύριο Χρίστο Αλιφέρη.

Σχετική ανακοίνωση

ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΑΓΙΟΥ ΙΩΑΝΝΟΥ ΤΟΥ ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ
ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ:2025-2026

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ Θέμα: Δράση Οικολογικού Σχολείου

Στο πλαίσιο του προγράμματος “ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΑ ΣΧΟΛΕΙΑ”, διοργανώνεται διάλεξη/παρουσίαση με θέμα “Χαρτογράφηση του σχολείου μας” που θα παρουσιάσει ο κύριος Χρήστος ~~Αλωφράς~~ ~~Αλωφράς~~. Η διάλεξη/παρουσίαση θα διεξαχθεί την **Τετάρτη 22/04/2026** την 3^η και 4^η περίοδο, στην αίθουσα Βιολογίας (107) και θα την παρακολουθήσουν οι πιο κάτω μαθητές/ μαθήτριες του σχολείου μας που συμμετέχουν στην επιτροπή του Οικολογικού Σχολείου και στην επιτροπή του προγράμματος ΕΔΣΠΥ (Διατροφικές Διαταραχές):

Α'	Όνοματεπώνυμο	Τμήμα
1	ΑΛΑΒΑΝΤ ΜΩΧΑΜΕΤ	A1 (Οικολογικό)
2	ΓΙΑΝΝΟΥΡΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	A1(Οικολογικό)
3	ΔΗΜΟΣΘΕΝΟΥΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ	A1(Οικολογικό)
4	ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΙΩΑΝΝΗΣ	A1(Οικολογικό)
5	ΚΩΣΤΕΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	A1(Οικολογικό)
6	ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΗ ΣΤΑΥΡΟΣ	A1(Οικολογικό)
7	ΜΙΧΑΗΛ ΑΓΓΕΛΟΣ	A1(Οικολογικό)
8	ΠΑΥΛΙΔΗΣ ΟΡΕΣΤΗΣ	A1(Οικολογικό)
9	ΠΕΡΟΥ ΝΙΚΟΛΑΣ	A1(Οικολογικό)
10	ΣΑΒΒΑ ΓΑΒΡΙΗΛ	A1(Οικολογικό)
11	ΣΟΥΛΟΥ ΜΥΡΣΙΝΗ	A1(Οικολογικό)
12	ΣΤΑΥΡΟΥ ΣΩΤΗΡΗΣ	A1(Οικολογικό)
13	ΣΤΥΛΙΑΝΟΥ ΧΡΙΣΤΟΣ	A1(Οικολογικό)
14	ΤΡΑΧΙΛΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ	A1(Οικολογικό)
15	ΤΡΥΦΩΝΟΣ ΝΕΦΕΛΗ	A1(Οικολογικό)
16	ΙΩΑΝΝΟΥ ΕΛΕΝΗ	B4 (Οικ. +ΕΔΣΠΥ)
17	ΠΑΝΤΕΛΗ ΣΤΑΥΡΙΝΗ	B4(Οικολογικό)
18	ΠΑΝΤΕΛΗ ΣΩΤΙΑ	B4(Οικολογικό)
19	ΠΕΚΡΗ ΑΝΝΑ ΜΑΡΙΑ	B4 (ΕΔΣΠΥ)
20	ΣΤΥΛΙΑΝΟΥ ΧΡΥΣΑΝΘΗ	B4 (ΕΔΣΠΥ)
21	ΧΑΤΖΗΟΔΥΣΣΕΩΣ ΦΛΩΡΕΝΤΙΑ	B4 (Οικ. +ΕΔΣΠΥ)
22	ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ ΚΥΡΙΑΚΟΣ	B6(Οικολογικό)
23	ΒΕΛΑΖΗΣ ΟΡΕΣΤΗΣ	B6(Οικολογικό)
24	ΠΟΥΦΚΑ ΑΓΑΘΗ	B6(Οικολογικό)
25	ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΑΝΔΡΟΝΙΚΗ	B6 (Οικ. +ΕΔΣΠΥ)
26	ΗΡΩΔΟΤΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΣ	B6(Οικολογικό)
27	ΚΤΙΣΤΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ	B6(Οικολογικό)
28	ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΑΝΤΡΕΑ	B6(Οικολογικό)
29	ΜΑΡΚΑΝΤΩΝΗ ΜΙΡΑΝΤΑ	B6(Οικολογικό)
30	ΜΟΥΣΟΥΛΙΔΗΣ ΑΝΔΡΕΑΣ	B6(Οικολογικό)
31	ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΑΝΤΡΕΑΣ	B6(Οικολογικό)
32	ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΜΙΧΑΛΗΣ	B6(Οικολογικό)
33	ΠΑΤΣΑΛΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ	B6(Οικολογικό)
34	ΤΖΙΩΝΗΣ ΜΑΡΙΟΣ	B6(Οικολογικό)
35	ΧΟΠΛΑΡΟΣ ΠΑΝΤΕΛΗΣ	B6(Οικολογικό)
36	ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ	B6 (Οικ. +ΕΔΣΠΥ)
37	ΧΡΙΣΤΟΥ ΑΝΤΡΕΑΣ	B6(Οικολογικό)
38	ΣΤΑΥΡΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	Γ2(Οικολογικό)
39	ΧΟΠΛΑΡΟΥ ΜΙΚΑΛΙΝΑ	Γ4(Οικολογικό)
40	ΛΑΔΑ ΣΟΦΙΑ	Γ6 (Οικ. +ΕΔΣΠΥ)
41	ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ	Γ6(ΕΔΣΠΥ)
42	ΣΤΡΟΥΘΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ	Γ6(ΕΔΣΠΥ)



Φωτογραφίες από τη δράση

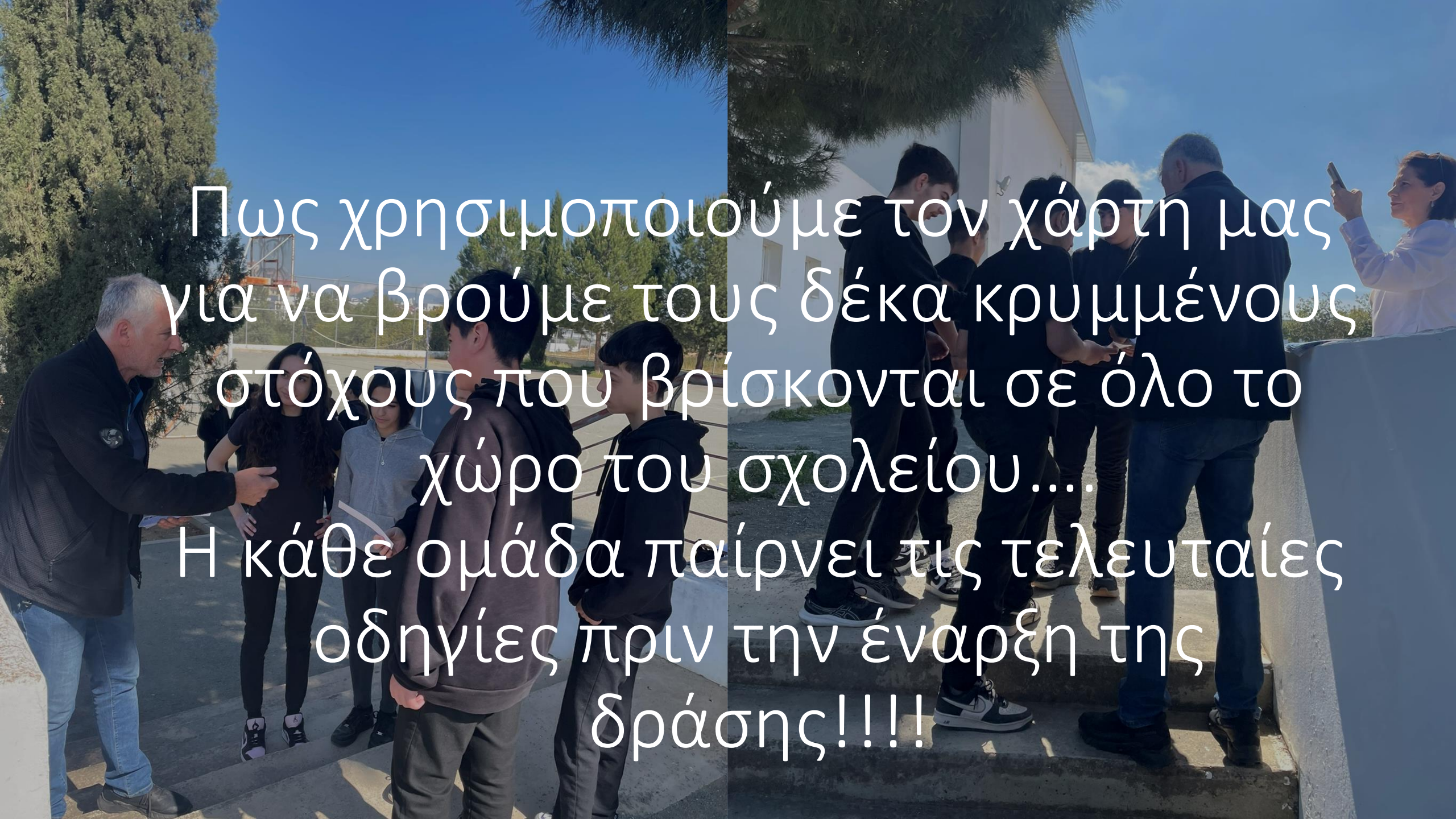




Οδηγίες πως θα
χρησιμοποιήσουμε τον
χάρτη μας



Προσανατολισμός και η σημασία του



Πως χρησιμοποιούμε τον χάρτη μας
για να βρούμε τους δέκα κρυμμένους
στόχους που βρίσκονται σε όλο το
χώρο του σχολείου...
Η κάθε ομάδα παίρνει τις τελευταίες
οδηγίες πριν την έναρξη της
δράσης!!!!

Ο χάρτης μας
με τα δέκα
κρυμμένα
σημεία



Ανακοίνωση των αποτελεσμάτων



11. Υγιεινό πρόγευμα

Στο πλαίσιο του προγράμματος προσφέρθηκε υγιεινό πρόγευμα (τοστ με μαύρο ψωμί, γαλοπούλα και τυρί) σε όλους τους μαθητές/τριες του σχολείου μας, με στόχο την προώθηση σωστών διατροφικών συνηθειών και την ενίσχυση μιας ισορροπημένης διατροφής.

Το υγιεινό πρόγευμα προσφέρθηκε την **Δευτέρα 1^η Δεκεμβρίου 2025** το **πρώτο διάλειμμα**.

Η δράση αυτή υλοποιήθηκε με την πολύ σημαντική συνεισφορά της εταιρίας **Fresh and French Pastries** την οποία και ευχαριστούμε.

Διαδικασία διανομής του προγεύματος: Ο/Η πρόεδρος ή ο/η αντιπρόεδρος του κάθε τμήματος του σχολείου μας παρέλαβε από τον μεγάλο καθηγητικό σύλλογο το υγιεινό πρόγευμα για το τμήμα του/της. Η κατανομή των τοστ έγινε μέσα στην τάξη λίγο πριν κτυπήσει κουδούνι για διάλειμμα.



**Φωτογραφίες από την διανομή του
προγεύματος**

A group of six children, three boys and three girls, are standing in a line on a paved outdoor area, likely a school courtyard. They are all wearing dark clothing and are eating bread. In the background, there is a modern, multi-story school building with many windows. A large rainbow flag is visible behind the children. The text "Φωτογραφίες από τη δράση υγιεινό προγεύματος" is overlaid in white on the image.

Φωτογραφίες από τη δράση υγιεινό
προγεύματος

12. Κατασκευή πινακίδας

Κατασκευή πινακίδας έξω από το εργαστήριο Βιολογίας για τοποθέτηση εργασιών μαθητών/τριων και ανακοινώσεων που αφορούν το οικολογικό πρόγραμμα. Υλοποιήθηκε με το κονδύλι των 200 ευρώ από την χρηματοδότηση του προγράμματος και την συνεισφορά της σχολικής εφορείας.

Οικολογικός Κώδικας

Τοποθετήθηκε ο Οικολογικός Κώδικας στην πινακίδα κάθε τμήματος.

Οικολογικός κώδικας 1



ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΩΔΙΚΑΣ – ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ ΜΕ ΣΕΒΑΣΜΟ ΣΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΝΕΡΟΥ

- Κλείσε τη βρύση όταν πλένεις δόντια – γλιτώνεις λίτρα νερού κάθε μέρα.
- Κλείσε τη βρύση – άνοιξε το μέλλον.
- Μάζεψε βρόχινο νερό για τα φυτά σου – απλό και οικονομικό.



ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ ΥΛΙΚΩΝ

- Φέρε τις μπαταρίες σε ειδικούς κάδους – δεν ανήκουν στη χωματερή.
- Χώρισε τα σκουπίδια σου: χαρτί, ρουχισμό, πλαστικό, γυαλί, μέταλλο.
- Βάλε την φαντασία σου και δημιούργησε όμορφα πράγματα με υλικά που θα μόλυναν το περιβάλλον.

ΡΥΠΑΝΣΗ

- Σβήσε τη μηχανή αν περιμένεις πάνω από 1 λεπτό – λιγότερη ρύπανση, λιγότερη βενζίνη.
- Περπάτησε ή πάρε ποδήλατο για αποστάσεις κοντινές.
- Ένταξε τα μέσα μαζικής μεταφοράς στην καθημερινή σου ζωή.



ΣΚΟΥΠΙΔΙΑ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑ

- ❖ Η Γη δεν είναι κάδος απορριμμάτων, μην πετάς τα σκουπίδια σου σ' αυτήν.
- ❖ Ένα σκουπίδι λιγότερο, μια ανάσα περισσότερη για το περιβάλλον.

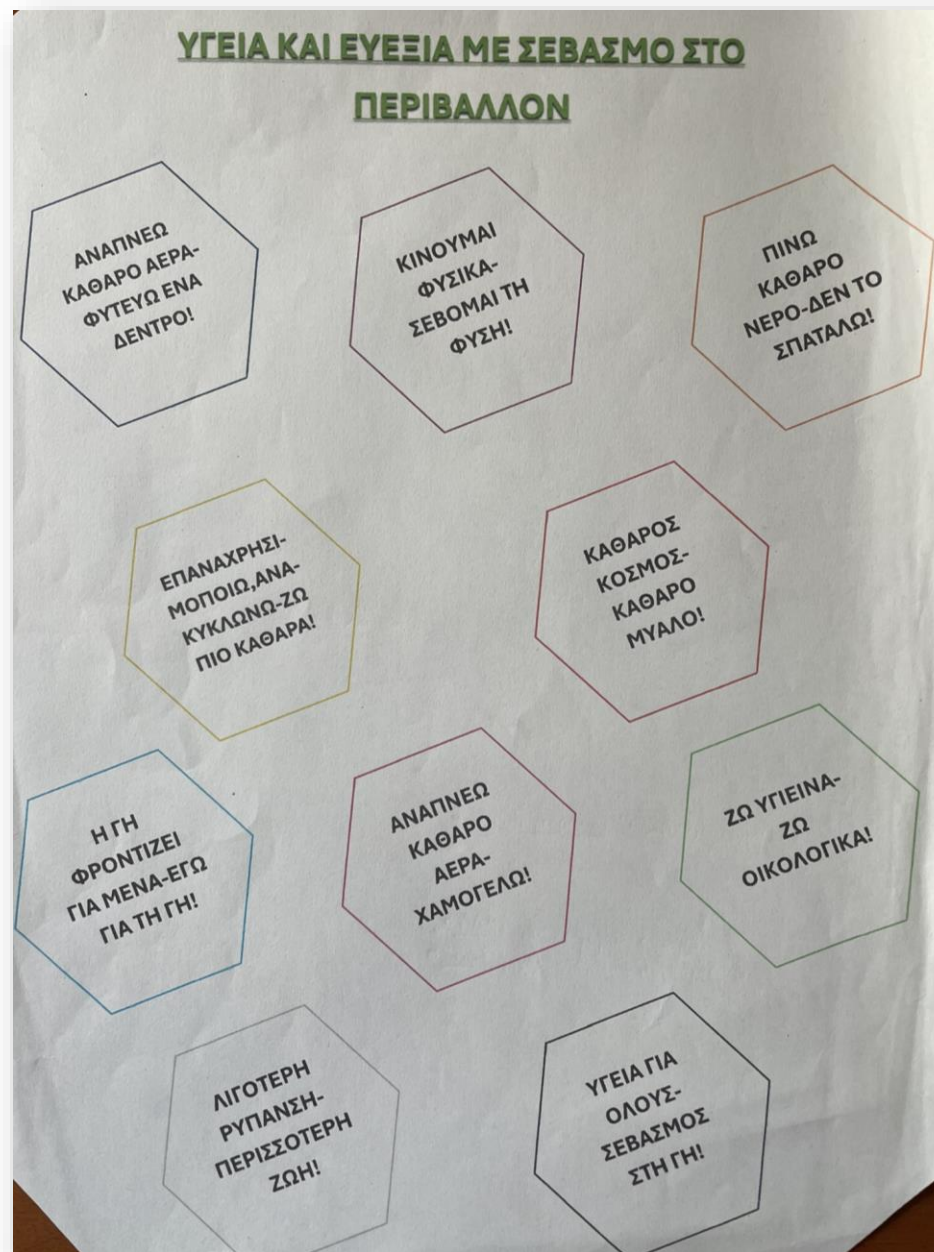


ΕΝΕΡΓΙΑ

- ✓ Σβήσε το φως, άναψε αλλαγή για το περιβάλλον.
- ✓ Χρησιμοποίησε ανανεώσιμες πηγές ενέργειας. Το περιβάλλον σε βοηθά, μην το καταστρέφεις.



Οικολογικός κώδικας 2



Ο τελικός
οικολογικός
κώδικας που
αναρτήθηκε στις
πινακίδες των
τμημάτων

ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΩΔΙΚΑΣ

ΥΓΕΙΑ, ΕΥΞΕΙΑ ΜΕ ΣΕΒΑΣΜΟ ΣΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Το μέλλον του πλανήτη μας βρίσκεται στα χέρια μας και με μικρές καθημερινές πράξεις θα δούμε μεγάλα αποτελέσματα

ΚΑΘΕ ΣΤΑΓΟΝΑ ΝΕΡΟΥ ΜΕΤΡΑ



ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΤΕ ΕΝΕΡΓΕΙΑ, ΣΩΣΤΕ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ



ΚΑΘΑΡΗ ΓΗ ΠΑ ΕΝΑ ΚΑΘΑΡΟ ΜΕΛΛΟΝ

ΖΟΥΜΕ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΟΤΑΝ ΖΟΥΜΕ ΣΕ ΚΑΘΑΡΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ



ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΣΤΑΥΡΟΥ Γ΄2

Γυμνάσιο Αγίου Ιωάννου Χρυσοστόμου Λακατάμειας

Οικολογικό Σχολείο 2025-2026