

**Μαλαματή Δίτσιου, Δρ Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης,
Υπεύθυνη Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Δ' Δ/σης ΔΕ Αθήνας**

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ: ΨΑΡΙΑ, ΠΡΟΣΕΧΟΥΜΕ ΓΙΑ ΝΑ ΕΧΟΥΜΕ

Στόχοι:

• Υπάρχει *δίλημμα* όταν γνωρίζουμε ότι πρέπει μεν να τρώμε αρκετά ψάρια για να είμαστε υγιείς, ταυτόχρονα όμως απαιτείται να προστατεύουμε τα παγκοσμίως μειούμενα αποθέματα ψαριών. Για το αειφόρο ή βιώσιμο σχολείο, ισχύει...

• *Η ατζέντα της φροντίδας:*

λ φροντίδα για τον εαυτό μας,

λ φροντίδα για τους άλλους και

λ φροντίδα για τον πλανήτη/περιβάλλον

Αυτό το πλαίσιο ενσωματώνεται σε ερωτήσεις που βοηθάνε τους μαθητές να ανακαλύψουν την έννοια της βιωσιμότητας σε ότι αφορά ζητήματα προσωπικής συμπεριφοράς και επιλογών.

Προετοιμασία:

Γνωρίζουμε ότι μια ανθυγιεινή διατροφή συνεισφέρει σε παχυσαρκία και πιθανή έλλειψη συγκέντρωσης από τους μαθητές. Η υγιεινή τροφή και αυτή που έχει φτάσει στο πιάτο μας μέσω διαδικασιών ηθικού εμπορίου, μπορεί να προσφέρει θρεπτικά οφέλη, ενώ ταυτόχρονα προστατεύει το περιβάλλον και υποστηρίζει τους ντόπιους παραγωγούς και προμηθευτές. Στην Αγγλία πχ η κυβέρνηση επιδιώκει μέχρι το 2020 (τα παιδιά τρώνε μέσα στα σχολεία) όλα τα σχολεία να είναι παραδείγματα προς μίμηση σε ότι αφορά τα υγιεινά, ντόπια και βιώσιμα τρόφιμα και ποτά, που υποστηρίζουν το περιβάλλον, την κοινωνική υπευθυνότητα και την καλή μεταχείριση των ζώων και που κάνουν τη μεγαλύτερη δυνατή χρήση των ντόπιων προμηθευτών.

Το δίλημμα που τίθεται είναι πώς μπορούμε να σιγουρευτούμε ότι η κατανάλωση ψαριών είναι βιώσιμη;

Υπάρχουν πολλά και σοβαρά διατροφικά επιχειρήματα για τα οποία οι άνθρωποι θα πρέπει να τρώνε ψάρια. Από την άλλη υπάρχει η αναμφισβήτητη αλήθεια ότι τα πιο διαδεδομένα είδη ψαριών (στο πιάτο μας) χαρακτηρίζονται από υπεραλίευση, με δραματικές συνέπειες στη θαλάσσια βιοποικιλότητα.

Απαραίτητα Υλικά: πίνακας και μαρκαδόρος, overhead προβολέας, 4 «κάρτες φροντίδας» τυπωμένες χωριστά ή μέσω προβολέα στην οθόνη, 3 «ερωτήσεις φροντίδας» που προβάλλονται στην οθόνη.

Διαδικασία: Για να εισαγάγεις το δίλημμα βλέπεις τις τρεις «κάρτες φροντίδας» και τις «ερωτήσεις φροντίδας». Εξηγούμε στα παιδιά ότι η πρακτική της Βιώσιμης Ανάπτυξης απαιτεί από εμάς την φροντίδα για τον εαυτό μας (την υγεία μας και την καλή συνολική κατάσταση), την φροντίδα για τους άλλους (σε διαφορετικές κουλτούρες, αποστάσεις και γενεές) και την φροντίδα για το περιβάλλον (τοπικό και μακρινό/παγκόσμιο).

Η ατζέντα της φροντίδας:

- 1. φροντίδα για τον εαυτό μας:* «ερωτήσεις φροντίδας». Το να τρώω ψάρια είναι καλό για μένα; Βελτιώνει την ποιότητα ζωής μου; Γιατί; Ποια είναι τα οφέλη;
- 2. φροντίδα για τους άλλους:* «ερωτήσεις φροντίδας». Είναι δίκαιο για τους άλλους στην κοινότητά μου και σε άλλα μέρη του κόσμου; Μήπως περιορίζει τις επιλογές για μελλοντικές γενεές; Εάν τρώω λιγότερα ψάρια μήπως υποβαθμιστεί το επάγγελμα των σημερινών ψαράδων; Μήπως το δικαίωμά μου / η ανάγκη μου να τρώω ψάρια επηρεάσει τις ανάγκες και τα δικαιώματα των μελλοντικών γενεών;
- 3. φροντίδα για τον πλανήτη/περιβάλλον:* «ερωτήσεις φροντίδας». Θα επηρεαστεί το περιβάλλον και η βιοποικιλότητα; Μήπως αν προτιμάμε να τρώμε συγκεκριμένα είδη ψαριών και να αποφεύγουμε άλλα, έχει μικρότερες επιδράσεις στο περιβάλλον;

Καταγράφουμε τις απόψεις των παιδιών. Το να κάνουμε βιώσιμα τα σχολεία μας, συχνά περιλαμβάνονται διλήμματα που δεν έχουν μια και μοναδική σωστή απάντηση. Συχνά τα πράγματα που ξέρουμε για ένα θέμα είναι πολύ λίγα.

Ζητάμε από 4 μαθητές να διαβάσουν δυνατά τις πληροφορίες που υπάρχουν στις 4 κάρτες. Κάποιες ερωτήσεις που μπορεί να προκύψουν και δεν ξέρουμε τις απαντήσεις μπορούμε να τις παραπέμψουμε για επόμενες συναντήσεις.

Δίλημμα Κάρτα 1: Τρώμε ψάρια; Όφελος στην υγεία

Τα ψάρια περιέχουν Ω3 λιπαρά, απαραίτητα λιπαρά οξέα που το σώμα μας δεν μπορεί να παράγει μόνο του. Είναι απαραίτητα για την ανάπτυξη του εγκεφάλου, του νευρικού συστήματος και της όρασης. Μειώνουν τον κίνδυνο για αρθρίτιδα, πίεση, κάποιους καρκίνους και καρδιακές ασθένειες. Ψάρια όπως ο σολωμός, η ρέγγα, το σκουμπρί και η σαρδέλα είναι ιδιαίτερα πλούσια σε Ω3. Τα λιπαρά ψάρια είναι ακόμη καλή πηγή βιταμίνης D η οποία βοηθάει το σώμα να διατηρήσει τα απαραίτητα επίπεδα ασβεστίου και φωσφόρου στο αίμα. Όταν λείπει η βιταμίνη D έχουμε ραχίτιδα στα παιδιά και οστεομαλακία στους ενήλικες. Οι πιο πλούσιες πηγές βρίσκονται στα αυγά των ψαριών (χαβιάρι)

Δίλημμα Κάρτα 2: Τρόποι αλιείας

Το ποσό των ψαριών που αλιεύονται αποτελεί ένα μέτρο της παραγωγικότητας και της υγείας του θαλάσσιου οικοσυστήματος που καλύπτει το 70% του πλανήτη. Η παγκόσμια

ζήτηση σε αλιεύματα είναι εκρηκτική και ωθεί σε μη βιώσιμα αποτελέσματα, μειώνονται τα αποθέματα των ψαριών καθώς και οι ποσότητες που αλιεύονται και υποβαθμίζονται οι «ψαρότοποι». Το 1950 τα αλιεύματα έφθαναν (fish catch person)τα 18.7 εκατ τόν., το 2000 έφθασε στα 95.5 εκατ.τον.και το 2003 έφθασε τα 90.2 εκατ τον. Τα ψάρια που κινδυνεύουν περισσότερο να μειωθούν ανησυχητικά είναι αυτά που χρησιμοποιούν στα 'fish and chips' της Αγγλίας όπως μπακαλιάρος, και γλώσσα. Ο σολομός που είναι εξίσου δημοφιλής βρίσκεται και αυτός σε ανησυχητικούς αριθμούς για την επιβίωσή του.

Δίλημμα Κάρτα 3: Ιχθυοτροφεία

Όσο η απαίτηση για ψάρια ανεβαίνει, κάποιοι βλέπουν ως λύση τα Ιχθυοτροφεία. Τα Ιχθυοτροφεία έχουν ρίξει τις τιμές για κάποια είδη ψαριών και συνέβαλλαν στο να γίνουν οι προμήθειες σε ψάρια πιο σταθερές και αξιόπιστες. Στην Αγγλία τα Ιχθυοτροφεία με σολομό είναι μεγάλη βιομηχανία. Στην Ελλάδα περισσότερο εκτρέφουν τσιπούρες, λαυράκια, μπακαλιάρους, μύδια κλπ Τα απόβλητα των ψαριών, η τροφή που δεν καταναλώθηκε, τα υπολείμματα των αντιβιοτικών κ.ά.είναι αναμενόμενο ότι ρυπαίνουν τα γύρω νερά. Αυτό απειλεί συχνά την επιβίωση μικρότερων ψαριών εκεί γύρω. Η Greenpeace λέει ότι τα Ιχθυοτροφεία αν και προμηθεύουν πλέον του 30% της πρωτεΐνης ψαριού που καταναλώνεται ετησίως στον κόσμο, είναι ταυτόχρονα υπεύθυνα για την καταστροφή πολλών οικοσυστημάτων και ειδικότερα για τις κοινότητες αλιέων που στηρίζονται επάνω τους.

Δίλημμα Κάρτα 4: Σχολικά γεύματα και ψάρια

Γενικά υπάρχει μια σύσταση για μεταφορά από τα άσπρα στα λιπαρά ψάρια τα οποία με τη σειρά τους θα πρέπει να καταναλώνονται τόσο συχνά ώστε να τηρούνται κάποιες αρχές βιωσιμότητας (τουλάχιστον μια φορά στις τρεις βδομάδες). Το ψάρι επίσης θα πρέπει να συνοδεύεται από πιστοποιητικό από αντίστοιχη αρχή ότι προέρχεται από αναγνωρισμένο και πιστοποιημένο βιώσιμο Ιχθυοτροφείο... Στη χώρα μας αλήθεια τι ισχύει; Που θα πρέπει να απευθυνθούμε για να είμαστε πιο ενήμεροι καταναλωτές; Να συντάξουμε ένα ερωτηματολόγιο για να πάρουμε τις πληροφορίες που θέλουμε από τους αρμόδιους φορείς.

Αναστοχασμός:

Επιστρέψτε στις «ερωτήσεις φροντίδας» μια κάθε φορά και την πιθανή μετατροπή τους από τους μαθητές. Οι νέες ερωτήσεις ίσως απαιτούν περισσότερη έρευνα και σκέψη. Ολοκληρώστε με μια συζήτηση σχετικά με το τι πιθανή δράση θα μπορούσε να οργανωθεί στα πλαίσια του σχολείου (διαφορετικά βέβαια για τα σχολεία που τα παιδιά τρώνε εκεί και τις περιπτώσεις που τα παιδιά τρώνε στο σπίτι τους)

Τελικά μήπως τις ερωτήσεις

- ◆ Είναι καλό για μένα;
- ◆ Είναι δίκαιο;
- ◆ Μήπως κάνει κακό στο περιβάλλον;

μπορούμε να τις θυμόμαστε καθημερινά σε ένα πλήθος επιλογών και αποφάσεων που παίρνουμε.

(βλ προσπάθεια Jamie Oliver " It's time to junk the junk food" on Channel 4)

