

Σχολικό Έτος 2013-2014

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

«Και γίναμε όλοι...σταφίδα»

Στις 18 Ιανουαρίου αρχίσαμε το ταξίδι μας στο δρόμο της σταφίδας.

Δύσκολα, ίσως, θα φανταζόμασταν τότε ότι ο μικρός της καρπός είχε τόσο μεγάλη αξία, σε εποχές παλαιότερες κυρίως, ότι θα γινόταν για μας μια τόσο ευχάριστη, εβδομαδιαία διέξοδος. Είχαμε την ευκαιρία να γνωρίσουμε και να γνωριστούμε μέσα από παιχνίδια και αστεία



Γίναμε ομάδες κι αναζητήσαμε τα χνάρια της σταφίδας από την αρχαιότητα , μέχρι τον Μεσαίωνα και τους νεότερους χρόνους. Συγκεκριμένα, κάποιοι από μας προσεγγίσαμε τη σταφίδα από τους αρχαίους χρόνους μέχρι τις αρχές του 19^{ου} αιώνα κι είδαμε ποια ήταν η εξέλιξη της καλλιέργειας του προϊόντος την περίοδο 1830-1880.

Άλλη ομάδα μελέτησε τα χρόνια της ακμής της από το 1880-1893. Τότε που η σταφίδα αποτέλεσε το εθνικό προϊόν και έδωσε το έναυσμα για την οικονομική ανάπτυξη του τόπου με έργα υποδομής, πολιτισμού. Συντέλεσε στην εμφάνιση νέων επαγγελματιών και στην ενίσχυση των κοινωνικών δομών. Μια άλλη ομάδα κάλυψε τα χρόνια της κρίσης, από το 1893-1903 , τις αιτίες της , τις δραματικές πολιτικές και κοινωνικές εξελίξεις και τις ατελέσφορες λύσεις που έδωσαν οι κυβερνήσεις της εποχής.

Άλλα παιδιά ερεύνησαν το ζήτημα της μετανάστευσης και της εκβιομηχάνισης της περιοχής μας ως απόρροια της σταφιδικής κρίσης. Τέλος, δε θα μπορούσαμε να μην ασχοληθούμε με την παρουσία της σταφίδας στις τέχνες- τη ζωγραφική, τη λογοτεχνία, τη μουσική- καθώς και με τη δεσπόζουσα θέση της στη διατροφή.

Για να μάθουμε τα μυστικά της καλύτερα, πήραμε συνέντευξη από ειδικούς στο χώρο της σταφίδας και μάθαμε από πρώτο χέρι τη διαδρομή της από το χωράφι μέχρι το τραπέζι μας.



Περπατήσαμε μαζί την πόλη μας και την κοιτάξαμε με άλλη ματιά ,
τώρα που είχαμε μάθει πόσο στενά συνδέθηκε στο παρελθόν με τη σταφίδα.



Η αναζήτησή μας μάς οδήγησε και σε πιο μακρινά μονοπάτια . Πήγαμε
στην Πάτρα , επισκεφτήκαμε το οινοποιείο ΑΧΑΪΑ ΚΛΑΟΥΣ . Πήγαμε και
στο πανεπιστήμιο, στο τμήμα ιατρικής , για να ακούσουμε αλλά και να
πειραματιστούμε σε θέματα διατροφής.



Και να μην ξεχνιόμαστε ...είχαμε μια χούφτα σταφίδα να μασουλάμε σε
κάθε μας εξόρμηση. Γιατί η σταφίδα αποτελεί πλέον συνειδητή διατροφική μας
επιλογή και πρέπει να γίνει και δική σας. Να , μερικοί από τους λόγους για
τους οποίους η μαύρη κορινθιακή σταφίδα αξίζει να έχει εξέχουσα θέση στο
διαιτολόγιό μας.

Σταφίδα



Η σπουδαιότητα της σταφίδας ως εμπορικού προϊόντος φαίνεται πως έχει ρίζες στην αρχαιότητα, Η σταφίδα δεν είναι παρά η αποξηραμένη μορφή του σταφυλιού, και αν και συχνά συγκαταλέγεται στους ξηρούς καρπούς, ωστόσο ανήκει στην κατηγορία των φρούτων.



Η θετική της επίδραση στην υγεία μας, έγκειται στο γεγονός ότι περιέχουν αντιοξειδωτικές ουσίες, φυτικές ίνες, κάλιο, σελήνιο, βιταμίνη Α, βιταμίνες του συμπλέγματος Β και σίδηρο. Οι αντιοξειδωτικές της ιδιότητες, ενισχύουν το ανοσοποιητικό μας σύστημα. Οι φυτικές της ίνες βοηθούν στην αντιμετώπιση της δυσκοιλιότητας και στη μείωση της χοληστερόλης.

Ο σίδηρος που περιέχει σε φυτική μορφή, βοηθά στην αντιμετώπιση της σιδηροπενικής αναιμίας. Το κάλιο που περιέχει η σταφίδα συμβάλλει και στη μείωση της αρτηριακής πίεσης. Οι βιταμίνες Α και Β έχουν ευεργετική επίδραση στη μνήμη, την όραση, τη διάθεση, την αναπαραγωγή κτλ.

Οι βιταμίνες Α και Β έχουν ευεργετική επίδραση στη μνήμη, την όραση, τη διάθεση, την αναπαραγωγή κτλ. Ακόμη η σταφίδα περιέχει σελίνιο που συμβάλλει στην καλή λειτουργία του θυρεοειδούς, ενώ η αντιμικροβιακή της δράση προστατεύει από την τερηδόνα. Η σταφίδα δίνει ιδιαίτερη γεύση σε πολλές γευστικές συνταγές: κουλουράκια, σαλάτες, κέικ, χαλβά και πολλές-πολλές άλλες επιλογές.



Κι όσο καλύτερα γνωρίζαμε τα μυστικά της, τόσο περισσότερο η γλύκα της οδηγούσε τη φαντασία μας και τα χέρια μας σε έργα ζωγραφικής, ντεκουπάζ, θέατρο.



Έρθε κι η πρόταση της Καταναλωτικής Συνείδησης και του Υπεύθυνου Σχολικών Δραστηριοτήτων κ. Γοροζίδη να μας ωθήσει και σε άλλες δημιουργικές δράσεις.

4^ο Γυμνάσιο Πύργου

Τοπικά προϊόντα Ηλειακή κορινθιακή σταφίδα



Οι συμμετέχοντες μαθητές

ΟΜΑΔΑ Α΄

ΜΕΛΗ: Ζέζα Κατερίνα, Κλεφτονικολού Ελένη, Ζωγόπουλος Χαράλαμπος, Βαρουξής Νικόλαος, Ηλιοπούλου Γεωργία , Φώτης Αλέξανδρος

ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΜΕΛΕΤΗΣ: Η πρώτη εμφάνιση της σταφίδας , αρχαιότητα - αρχές 19^{ου} αι. / Η κατάσταση την περίοδο 1830-1880

ΟΜΑΔΑ Β΄

ΜΕΛΗ: Δρακοπούλου Αθανασία, Πέκο Μαριλένα, Πετρόγιαννη Γεωργία, Γέρου Ειρήνη, Μαυρομάτη Γεωργία

ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΜΕΛΕΤΗΣ: Τα χρόνια της ακμής (1880-1893): οικονομία -επαγγέλματα/ αστικοποίηση -υποδομές/ κοινωνία

ΟΜΑΔΑ Γ΄

ΜΕΛΗ: Ζέζας Χαράλαμπος, Ζερντέτσκι Αντρέας, Μιχαλοπούλου Χριστίνα, Κρητικού Χαραλαμπία

ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΜΕΛΕΤΗΣ: Η κρίση της σταφίδας :αίτια, λύσεις από την κυβέρνηση

ΟΜΑΔΑ Δ΄

ΜΕΛΗ: Κωστοπούλου Παναγιώτα, Μικελοπούλου Κωνσταντίνα, Πόπα Βαλεντίνα, Κατσώλη Νικολία, Βασιλοπούλου Δήμητρα

ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΜΕΛΕΤΗΣ: Τα θέματα της μετανάστευσης και της εκβιομηχάνισης στην περιοχή του Πύργου για την εκτόνωση της κρίσης.

ΟΜΑΔΑ Ε΄

ΜΕΛΗ: Τσόπελα Αγγελική , Παυλοπούλου Αναστασία, Φωτεινοπούλου Νίκη, Τζουάνος Δημήτρης, Χριστακόπουλος Παναγιώτης

ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΜΕΛΕΤΗΣ: 1.Η παρουσία της σταφίδας στις τέχνες (μουσική, ζωγραφική, λογοτεχνία)

2.Η διατροφική αξία της σταφίδας , τα οφέλη της για την υγεία, γευστικές συνταγές με σταφίδα.

Οι υπεύθυνες καθηγήτριες :

Αφροδίτη Τζανέτου ΠΕ06

Γεωργία Ταγαρίδη ΠΕ02