





Κείμενα: Θεοδώρα Σιάηλου

Επιμέλεια κειμένου: Balazs D' Szabo

Εικόνες: Μαριλίνα Σκαρπέτα, Εργαλεία Τεχνητής Νοημοσύνης

Ηλεκτρονική επιμέλεια: Νικολέτα Ελεονώρα Παγδατή

Εκτύπωση: Η Loizides Ltd

Copyright © Soteris Shaelos Plants & Flowers Ltd

Το παρόν έργο είναι πνευματική ιδιοκτησία και προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Κυπριακού νόμου (Ν. 59/1976 όπως τροποποιήθηκε και ισχύει σήμερα) καθώς και τις διεθνείς συμβάσεις περι πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής άδειας του συγγραφέα κατά οποιοδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και η εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή ή αναμετάδοση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

Αγαπητές/οί εκπαιδευτικοί,

το Kids Community – Φύση & Παράδοση της Κύπρου είναι μια εκπαιδευτική πρωτοβουλία που δημιουργήθηκε με στόχο να φέρει τα παιδιά πιο κοντά στη φύση, την πολιτιστική κληρονομιά και τις αξίες της Κύπρου, μέσα από βιωματικό, παιδοκεντρικό και επιστημονικά επιμελημένο υλικό.

Κάθε μήνα, όλα τα Δημοτικά Σχολεία της Κύπρου λαμβάνουν δωρεάν εκπαιδευτικό υλικό, το οποίο μπορεί να αξιοποιηθεί ευέλικτα στην τάξη και λειτουργεί συμπληρωματικά στο Αναλυτικό Πρόγραμμα, χωρίς να το αντικαθιστά.

### **Σκοπός της δράσης**

Βασικός σκοπός του Kids Community είναι:

να καλλιεργήσει στα παιδιά σχέση σεβασμού, φροντίδας και σύνδεσης με τη φύση και την παράδοση της Κύπρου, ώστε να αναπτύσσουν περιβαλλοντική συνείδηση, πολιτισμική ταυτότητα και ενεργό στάση ως πολίτες.

Η δράση δίνει έμφαση όχι μόνο στη γνώση, αλλά και στη διαμόρφωση στάσεων, αξιών και υπεύθυνης συμπεριφοράς, μέσα από μικρές, εφικτές και ουσιαστικές δράσεις.

Παιδαγωγικοί & μαθησιακοί στόχοι

(σε συνάφεια με το Αναλυτικό Πρόγραμμα)

Μέσα από το μηνιαίο υλικό επιδιώκεται:

#### **Γνώση**

- γνωριμία με το φυσικό περιβάλλον της Κύπρου (φυτά, ζώα, οικοσυστήματα),
- κατανόηση βασικών εννοιών όπως η βιοποικιλότητα, η βιώσιμη ανάπτυξη και η σχέση ανθρώπου–φύσης.

#### **Δεξιότητες**

- παρατήρηση και διερεύνηση,
- ανάπτυξη επιστημονικού γραμματισμού σε απλή μορφή,
- κριτική και δημιουργική σκέψη,
- έκφραση (προφορική, γραπτή, εικαστική).

#### **Στάσεις & αξίες**

- σεβασμός και φροντίδα προς τη φύση,
- ενσυναίσθηση και υπευθυνότητα,
- συνεργασία και συλλογική δράση,
- ενίσχυση της κυπριακής πολιτισμικής ταυτότητας.

Οι στόχοι αυτοί ευθυγραμμίζονται με τη φιλοσοφία του Αναλυτικού Προγράμματος της Κυπριακής Δημοκρατίας και τις αρχές της Εκπαίδευσης για την Αειφόρο Ανάπτυξη.

### **Λίγα λόγια για το παραμύθι του Κιού**

Στο πλαίσιο της δράσης, το Σχολείο του Μήνα θα λαμβάνει ως δώρο δύο παραμύθια του Κιού.

Το παραμύθι «Ο Κιού και ο Μαγικός Κήπος» περιγράφει με φανταστικό και συμβολικό τρόπο τη δημιουργία των θεματικών χώρων του φυτωρίου Q Gardens Cyprus, μέσα από το ταξίδι του ήρωα σε διαφορετικούς «πλανήτες»-χώρους. Κάθε πλανήτης αντιπροσωπεύει μια διαφορετική όψη της φύσης και της σχέσης του ανθρώπου μαζί της, μετατρέποντας την επίσκεψη σε ένα ταξίδι φαντασίας, γνώσης και αξιών.

### **Το Σχολείο του Μήνα**

Κάθε μήνα θα επιλέγεται ένα σχολείο που ξεχώρισε για τη συμμετοχή και την αξιοποίηση του υλικού.

Το σχολείο αυτό θα λαμβάνει:

- φυτά αξίας 100€ για τον σχολικό του χώρο
- δύο παραμύθια του Κιού

Το Kids Community φιλοδοξεί να αποτελέσει έναν σύμμαχο του/της εκπαιδευτικού και μια γέφυρα ανάμεσα στο σχολείο, τη φύση και την παράδοση της Κύπρου.

## **Σημείωση – Όροι Χρήσης Εκπαιδευτικού Υλικού & Αποποίηση Ποινικής και Αστικής Ευθύνης**

### **(Μηνιαίο Εκπαιδευτικό Πρόγραμμα & Δράσεις Εντός Σχολείου)**

Το παρόν υλικό αποτελεί μέρος μηνιαίας εκπαιδευτικής αποστολής στο πλαίσιο του προγράμματος Kids Community – Q Gardens Cyprus, με σκοπό την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση και τη γνωριμία των μαθητών με τη Φύση της Κύπρου. Παρέχεται δωρεάν και έχει παιδαγωγικό, ενημερωτικό και υποστηρικτικό χαρακτήρα.

Το υλικό αξιοποιείται συμπληρωματικά στο Αναλυτικό Πρόγραμμα και δεν αντικαθιστά σχολικά εγχειρίδια, θεσμοθετημένες οδηγίες ή επίσημες εγκυκλίους του Υπουργείου Παιδείας, Αθλητισμού και Νεολαίας.

Η αποστολή του υλικού και η υλοποίηση δράσεων στο σχολείο δεν συνιστούν σύμβαση παροχής εκπαιδευτικών υπηρεσιών ούτε δημιουργούν οποιαδήποτε νομική ή οικονομική υποχρέωση μεταξύ του φορέα αποστολής και της σχολικής μονάδας, εκτός εάν υπάρχει ξεχωριστή γραπτή συμφωνία.

Η χρήση και εφαρμογή του υλικού πραγματοποιείται αποκλειστικά με την παιδαγωγική κρίση και υπό την ευθύνη του/της εκπαιδευτικού και της σχολικής μονάδας, σύμφωνα με τις ανάγκες της τάξης και τις ισχύουσες σχολικές διαδικασίες.

Ο/Η δημιουργός και ο φορέας διάθεσης του υλικού δεν φέρουν οποιαδήποτε αστική ή ποινική ευθύνη για τον τρόπο εφαρμογής του, για τυχόν ατυχήματα, τραυματισμούς ή ζημιές που ενδέχεται να προκύψουν κατά την υλοποίηση δραστηριοτήτων, καθώς και για οποιαδήποτε παράλειψη τήρησης των κανόνων ασφάλειας, επίβλεψης και προστασίας που ισχύουν στη σχολική μονάδα.

Οποιαδήποτε δραστηριότητα περιλαμβάνει κίνηση μαθητών, χρήση φυσικών υλικών (χώμα, φυτά, κομποστοποίηση), ή επαφή με αρωματικά φυτά και υλικά περιβάλλοντος, υλοποιείται μόνο με κατάλληλη επίβλεψη και τήρηση των κανόνων υγείας και ασφάλειας του σχολείου. Το σχολείο οφείλει να λαμβάνει υπόψη πιθανές αλλεργίες ή ευαισθησίες μαθητών, καθώς και να εφαρμόζει τις σχετικές διαδικασίες προστασίας ανηλίκων.

Το περιεχόμενο παρέχεται ως εκπαιδευτικό υλικό γενικής χρήσης («ως έχει»). Παρότι έχει καταβληθεί προσπάθεια για επιστημονική ακρίβεια και επικαιροποίηση, ενδέχεται να υπάρξουν διαφοροποιήσεις ή ανάγκη μελλοντικής αναθεώρησης. Η τελική αξιολόγηση της καταλληλότητας του υλικού και της εφαρμογής του γίνεται από τον/την εκπαιδευτικό.

Το παρόν υλικό δεν προϋποθέτει συλλογή ή επεξεργασία προσωπικών δεδομένων μαθητών. Οποιαδήποτε φωτογράφιση ή βιντεοσκόπηση δραστηριοτήτων (εντός ή εκτός σχολείου), καθώς και οποιαδήποτε δημοσιοποίηση υλικού (π.χ. εικόνες, βίντεο, ηχογραφήσεις ή παρουσιάσεις μαθητών), πραγματοποιείται αποκλειστικά σύμφωνα με την πολιτική της σχολικής μονάδας και μόνο εφόσον υπάρχει σχετική γονική/κηδεμονική συγκατάθεση, όπως προβλέπεται από την ισχύουσα νομοθεσία περί προστασίας προσωπικών δεδομένων (GDPR).

Σε περίπτωση δημιουργικών δράσεων ή διαγωνισμών (π.χ. δημιουργία τραγουδιού από μαθητές με θέμα τη Φύση της Κύπρου), η συμμετοχή πραγματοποιείται με ευθύνη της σχολικής μονάδας και υπό την επίβλεψη του/της εκπαιδευτικού. Τυχόν βραβεύσεις ή δώρα έχουν αποκλειστικά συμβολικό/εκπαιδευτικό χαρακτήρα και δεν δημιουργούν οποιαδήποτε οικονομική ή άλλη νομική αξίωση.

Η χρήση του παρόντος υλικού συνεπάγεται την πλήρη και ανεπιφύλακτη αποδοχή των πιο πάνω όρων.

Επιπρόσθετοι διεκρινηστικοί όροι:

1. Ο/η δημιουργός και ο φορέας διάθεσης του υλικού δεν φέρουν καμία ευθύνη για παραβίαση των υποχρεώσεων προστασίας δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα από πλευράς του σχολείου ή τρίτων. Η συμμόρφωση με την ισχύουσα νομοθεσία περί προσωπικών δεδομένων (GDPR) αποτελεί αποκλειστική ευθύνη του σχολείου.
2. Με τη χρήση του παρόντος υλικού, το σχολείο και οι εκπαιδευτικοί δηλώνουν ότι έχουν διαβάσει, κατανοήσει και αποδεχθεί πλήρως τους όρους της παρούσας αποποίησης και παιδαγωγικής διευκρίνισης.
3. Το σχολείο οφείλει να διασφαλίζει ότι όλες οι δραστηριότητες πραγματοποιούνται σύμφωνα με τις ισχύουσες διαδικασίες υγείας και ασφάλειας, και ο/η δημιουργός ή ο φορέας διάθεσης του υλικού δεν φέρουν καμία ευθύνη για τυχόν ατυχήματα, τραυματισμούς ή ζημιές που τυχόν προκύψουν κατά τη χρήση του υλικού.
4. Το περιεχόμενο παρέχεται ως εκπαιδευτικό υλικό γενικής χρήσης «ως έχει», χωρίς οποιαδήποτε εγγύηση. Η αξιολόγηση της καταλληλότητας, της αποτελεσματικότητας και των παιδαγωγικών αποτελεσμάτων του υλικού αποτελεί αποκλειστική ευθύνη του/της εκπαιδευτικού που το χρησιμοποιεί.





**Ένας σπόρος αρκεί - Γίνε κι εσύ Φύλακας της Φύσης  
Γνωρίζω τη γη μου - Η φύση και η παράδοση της Κύπρου**



**Μάρτιος**



**March**

# Μάρτιος



Μικρέ μου φύλακα,  
Θυμάσαι τον σπόρο που κρατούσες τον Γενάρη; Θυμάσαι τη  
σιωπηλή δύναμη του Φλεβάρη, που δούλευε κρυφά κάτω από το  
χώμα;

Τώρα... άκου.

Η γη αρχίζει να ψιθυρίζει ξανά.

Ο χειμώνας φεύγει σιγά-σιγά και η Κύπρος αλλάζει φόρεμα. Τα  
χωράφια γεμίζουν πράσινο, τα βουνά μοσχοβολούν λεβάντα και  
θυμάρι, μικρά λουλούδια ξεπροβάλλουν εκεί που πριν υπήρχε  
μόνο χώμα.

Οι σπόροι που φυτέψαμε τον Γενάρη, το νερό που  
προστατεύσαμε τον Φλεβάρη, η φροντίδα που μάθαμε να  
δίνουμε... τώρα ξυπνούν.

Ο Μάρτιος δεν φωνάζει. Ανθίζει.

Είναι ο μήνας που μας δείχνει πως ό,τι φροντίζεται με αγάπη,  
πάντα βρίσκει τρόπο να μεγαλώσει.



# Γνωρίζω τα Αρωματικά Φυτά



Τον Ιανουάριο φυτέψαμε τον σπόρο. Τον Φεβρουάριο μάθαμε την υπομονή και τη σιωπηλή δύναμη της γης. Και τώρα... ο Μάρτιος φέρνει το πρώτο άρωμα της άνοιξης.

Αυτό το μήνα θα γνωρίσουμε τη λεβάντα.

Παλαιότερα, σχεδόν σε κάθε αυλή της υπαίθρου, υπήρχε ένας θάμνος λεβάντας. Οι γιαγιάδες έκοβαν τα μυρωδάτα άνθη της μαζί με μικρά κλωνάρια και τα έδεναν σε μικρά δεματάκια.

Τα τοποθετούσαν στα ερμάρια και στα μπαούλα, για να μοσχοβολούν τα ρούχα και για να προστατεύονται από τον σκώρο τη λεγόμενη «βόττρια» και το «ψαρούδιν» που καταστρέφει κυρίως τα μάλλινα υφάσματα.

Η λεβάντα δεν είναι μόνο όμορφη. Είναι ένα φυτό που υπηρετεί τη φύση και τον άνθρωπο.

Το άρωμά της ηρεμεί. Τα άνθη της προστατεύουν. Και η παρουσία της φέρνει ισορροπία.

Ο Κιού σου ψιθυρίζει:

«Η φύση της Κύπρου δεν ανθίζει τυχαία. Κάθε φυτό έχει ρόλο. Και κάθε άρωμα κρύβει μια ιστορία.»

Κρατάς ένα μικρό κλωνάρι στα χέρια σου. Μυρίζεις.

Και τότε καταλαβαίνεις...

Η άνοιξη δεν έρχεται μόνο με χρώματα. Έρχεται και με μνήμες.

## Λίγη γνώση

Λεβάντα

**Επιστημονική ονομασία:** Lavandula spp.

**Οικογένεια:** Χειλανθών (Lamiaceae)

Η λεβάντα:

- είναι θαμνώδες, καλλωπιστικό, αρωματικό και φαρμακευτικό φυτό.
- Φτάνει σε ύψος περίπου 60 εκ. έως 1 μέτρο.
- Έχει στενόμακρα φύλλα, μήκους περίπου 8 εκατοστών.
- Τα άνθη της είναι μπλε ή λιλά και εμφανίζονται στις άκρες των κλαδιών.
- Ανθίζει από την άνοιξη έως τις αρχές του καλοκαιριού, ανάλογα με το είδος.
- Από τα άνθη και τα φύλλα της παράγεται, με απόσταξη, πολύτιμο αιθέριο έλαιο που χρησιμοποιείται στην αρωματοποιία.
- Πολλαπλασιάζεται συνήθως με μοσχεύματα.



Κάθε σπόρος κρύβει ένα θαύμα.



**Δραστηριότητα**  
(Προσοχή σε περίπτωση αλλεργίας)  
«Η παράδοση της λεβάντας»

1. Φτιάχνουμε ένα μικρό δεματάκι λεβάντας.
2. Το δένουμε με σπάγκο.
3. Γράφουμε σε ένα χαρτάκι: «Η φύση μάς φροντίζει, όταν τη φροντίζουμε.»  
Το τοποθετούμε στην τάξη ή στο σπίτι.



## Γνωρίζω τα Αρωματικά Φυτά

### Πού τη βρίσκουμε στην Κύπρο;

Η ήμερη λεβάντα καλλιεργείται κυρίως σε κήπους και αυλές. Στο παρελθόν υπήρχε σχεδόν σε κάθε σπίτι της υπαίθρου.

Αγαπά:

- τον ήλιο
- τα ξηρά και καλά στραγγιζόμενα εδάφη
- το μεσογειακό κλίμα της Κύπρου

### Η άγρια λεβάντα της Κύπρου...Η Μυροφόρα

Επιστημονική ονομασία: *Lavandula stoechas*  
(γνωστή και ως αγριολεβάντα ή πασχαλιά)

Η αγριολεβάντα είναι συγγενικό είδος της καλλιεργούμενης λεβάντας.

- Είναι αυτοφυές φυτό της Κύπρου.
- Ανθίζει από Φεβρουάριο έως Μάιο.
- Έχει μικρά στακτοπράσινα φύλλα καλυμμένα με λεπτό τρίχωμα.
- Φθάνει περίπου τα 60 εκ. ύψος.
- Ευδοκίμει κυρίως σε ξηρά εδάφη και στις ημιορεινές περιοχές του Τροόδους.

### Γιατί λέγεται «Μυροφόρα»;

Ανθίζει την περίοδο του Πάσχα και παλαιότερα στόλιζε τον Επιτάφιο τη Μεγάλη Παρασκευή. Το όνομά της συνδέεται με τις Μυροφόρες της χριστιανικής παράδοσης.

### Από την Αρχαιότητα μέχρι σήμερα

- Ο Ησύχιος την ονόμαζε «λαβαντίς» (από το λατινικό *lavare* = πλένω).
- Ο Διοσκουρίδης την ανέφερε ως «στοιχάς».
- Χρησιμοποιούνταν από την Αρχαιότητα ως φαρμακευτικό και μυριστικό φυτό.
- Τα άνθη της τοποθετούνταν σε ζεστό νερό για χαλάρωση.

### Γιατί είναι σημαντική για τη φύση;

- Προσελκύει μέλισσες και ωφέλιμα έντομα.
- Συμβάλλει στην επικονίαση.
- Υποστηρίζει τη βιοποικιλότητα.
- Είναι ιδανική για το μεσογειακό κλίμα της Κύπρου και ανθεκτική στην ξηρασία



Ο Ακάμας είναι NATURA 2000: ένας προστατευόμενος θησαυρός της Κύπρου με σπάνια χλωρίδα και πανίδα.



### Το Δάσος του Ακάμα

Αυτό είναι το Δάσος του Ακάμα, το βορειοδυτικό άκρο της Κύπρου. Είναι ένας τόπος άγριος και πανέμορφος, όπου το δάσος συναντά τη θάλασσα.

Η χερσόνησος του Ακάμα ξεκινά από τα Λουτρά της Αφροδίτης, περνά από το ακρωτήριο Αρναούτης και καταλήγει στον Άγιο Γεώργιο Πέγειας. Προς το εσωτερικό περιβάλλεται από χωριά όπως η Πέγεια, ο Κάθηκας, οι Αρόδες, η Ίνεια, η Δρούσεια, το Νέο Χωριό και άλλα.

Ο Ακάμας δεν είναι πυκνό δάσος όπως το Τρόδος. Το μεγαλύτερο μέρος του είναι χαμηλή θαμνώδης βλάστηση, γεμάτη αρώματα, λουλούδια και μικρούς θησαυρούς της φύσης. Εδώ έχουν καταγραφεί πάνω από 600 είδη φυτών! Και πολλά από αυτά είναι σπάνια ή ενδημικά, δηλαδή υπάρχουν μόνο στην Κύπρο.

Γι' αυτό ο Ακάμας προστατεύεται ως περιοχή NATURA 2000 και θεωρείται ένας από τους πιο σημαντικούς φυσικούς βιότοπους της χώρας μας.

### Τα δέντρα και τα φυτά του Ακάμα

Πεύκο (*Pinus brutia*), Αγριελιά (*Olea europaea*)  
Αόρατος (*Juniperus phoenicea*),  
Χαρουπιά / Αγριοχαρουπιά (*Ceratonia siliqua*),  
Σχινιά (*Pistacia lentiscus*), Θυμάρι (*Thymbra capitata*),  
Αροδάφνη (*Nerium oleander*),  
Μαζιά (*Sarcopoterium spinosum*)

### Στον Ακάμα συναντούμε και πολύ σπάνια φυτά όπως:

Ζουλατζιά (*Bosea cypria*)  
Κρίνο του γιαλού (*Pancreatium maritimum*)  
Τουλίπα του Ακάμα (*Tulipa akamasica*)  
Κενταύρεια του Ακάμα (*Centaurea akamantis*)

### Τα ζώα και τα πουλιά του Ακάμα

Αλεπού (*Vulpes vulpes*)  
Λαγός (*Lepus europaeus*)  
Σκαντζόχοιρος (*Hemiechinus auritus*)

Στις σπηλιές ζουν πολλές νυχτερίδες, ανάμεσά τους και ο νυχτοπάππαρος (*Rousettus aegyptiacus*), η μεγαλύτερη νυχτερίδα της Κύπρου.

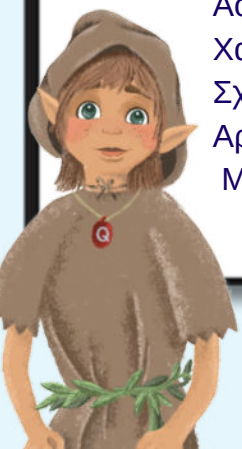
### Ο Ακάμας είναι σταθμός για πολλά πουλιά:

- Σπιζαετός / Περδικοσιάχινο (*Aquila fasciata*) (είναι το μοναδικό είδος αετού που φωλιάζει στην Κύπρο)
- Αετογερακίνα (*Buteo rufinus*)
- Τρυπομάζης της Κύπρου (*Sylvia melanothorax*) (ενδημικό)
- Θαλασσοκόρακας (*Phalacrocorax aristotelis*)
- Κίτρινοποδαρού γλάρος (*Larus michahellis*)

### Στον Ακάμα υπάρχουν και ερπετά όπως:

- Κουρκουτάς (*Laudakia stellio*)
- Χαμαιλέοντας (*Chamaeleo chamaeleon*)
- Φίνα / Κουντούρα (*Macrovipera lebetina*)
- Θερκό (*Dolichophis jugularis*)

**Σημαντικό:** Στη φύση δεν πλησιάζουμε ποτέ φίδια. Αν δούμε φίδι, απομακρυνόμαστε ήρεμα.



## Το θαλάσσιο θαύμα του Ακάμα

Στις ακτές του Ακάμα υπάρχει ένας πολύ σημαντικός θαλάσσιος οικότοπος: η Ποσειδωνία (*Posidonia oceanica*), ένα φυτό που ζει κάτω από τη θάλασσα και δίνει οξυγόνο. Οι παραλίες της περιοχής Λάρας – Τοξεύτρας είναι επίσης τόπος ωοτοκίας για τις θαλάσσιες χελώνες: Πράσινη χελώνα (*Chelonia mydas*) Καρέττα-καρέττα (*Caretta caretta*) Κάθε χρόνο γεννιούνται εκεί χιλιάδες μικρά χελωνάκια!

## Από πού πήρε το όνομά του ο Ακάμας;

Υπάρχουν τρεις εκδοχές:

1. Από τον μυθικό ήρωα Ακύμαντα, που ίδρυσε την Ακαμαντίδα.
2. Από το α- + κάμνω, δηλαδή ακάμωτος (= ακαλλιέργητος).
3. Από το α- + καίω, δηλαδή άκαος (= που δεν καίγεται), επειδή λέγεται πως ήταν περιοχή που δεν κάηκε σε παλιές επιδρομές.



## ✦ Μυστικό του δάσους

✦ Μυστικό του δάσους Ο Ακάμας είναι ένας από τους πιο ξεχωριστούς τόπους της Κύπρου, γιατί έχει μοναδική γεωλογία. Εδώ μπορείς να βρεις σχεδόν όλους τους γεωλογικούς σχηματισμούς που υπάρχουν και σε άλλα μέρη του νησιού!

Η φύση έχει δημιουργήσει φαράγγια, αμμοθίνες, θαλάσσιες σπηλιές και βράχια. Ένα από τα πιο εντυπωσιακά μέρη είναι το φαράγγι του Άβακα.

Και όταν περπατήσεις στα μονοπάτια του Ακάμα, θα νιώσεις κάτι μαγικό:

η Κύπρος κρύβει μέσα της έναν ολόκληρο φυσικό κόσμο



## Επιστημονικό Κουτί – Τουλίπα του Ακάμα (*Tulipa akamasica*)

**Πού φυτρώνει:** Μόνο στη Χερσόνησο του Ακάμα (ενδημικό φυτό της Κύπρου).

**Υψόμετρο:** Περίπου 370 μέτρα.

**Τι είναι:** Όρθια βολβώδης πόα (φυτό που φυτρώνει από βολβό).

**Ύψος:** Έως 30 εκ.

**Άνθος:** Έντονο κόκκινο χρώμα.

**Βλαστός:** Πράσινος στη βάση, κοκκινωπός προς το άνθος, με λευκό λεπτό τρίχωμα.

**Ανθοφορία:** Μάρτιος – Απρίλιος.

**Καρποφορία:** Ολοκληρώνεται τον Μάιο.

**Πληθυσμός:** Πολύ μικρός, λιγότερα από 200 φυτά παγκοσμίως.

**Κατάσταση:** Χαρακτηρίζεται ως Κρισίμως Κινδυνεύον.

**Απειλή:** Η ανεξέλεγκτη βόσκηση μειώνει τον πληθυσμό.

**Προστασία:** Προτείνεται επέκταση περιφράξης και περιορισμός βόσκησης την περίοδο ανθοφορίας.

**Ξέρεις ότι...** Η Τουλίπα του Ακάμα αναγνωρίστηκε επίσημα ως νέο είδος μόλις το 2014, αν και είχε εντοπιστεί από το 1991!

Δεν κόβουμε ποτέ σπάνια άγρια λουλούδια. Η προστασία της βιοποικιλότητας σημαίνει σεβασμό σε κάθε μοναδική μορφή ζωής.



### Επιστημονικό Κουτί – Νυχτοπάππαρος (*Rousettus aegyptiacus* – Egyptian fruit bat)

**Κατηγορία:** Πανίδα – Θηλαστικό (Νυχτερίδα)

**Τάξη:** Μεγαχειρόπτερα (είδος φρουτονυχτερίδας)

**Πού ζει:** Σε σπηλιές, τρύπες βράχων και παλιά λατομεία στον Ακάμα και σε άλλες περιοχές της Κύπρου.

**Εξάπλωση:** Κύπρος, Αφρική (εκτός Σαχάρας), Μέση Ανατολή έως Πακιστάν & Βόρεια Ινδία.

**Ιδιαίτερο στοιχείο:** Η Κύπρος είναι η μοναδική χώρα της Ε.Ε. που φιλοξενεί το είδος.

**Μέγεθος:** Άνοιγμα φτερών περίπου 60 εκ., μήκος σώματος ~15 εκ.

**Χρώμα:** Ανοιχτό καφέ σώμα, πιο σκούρα φτερά.

**Δραστηριότητα:** Νυκτόβιο – βγαίνει για τροφή μετά το ηλιοβασίλεμα.

**Τροφή:** Φρούτα (κυρίως ώριμα και υπερώριμα). Είναι το μοναδικό είδος νυχτερίδας στην Κύπρο που τρέφεται με φρούτα.

**Ρόλος στη φύση:** Διασκορπίζει σπόρους και βοηθά στη φυσική αναγέννηση των φυτών.

**Ιδιαίτερη ικανότητα:** Είναι από τις λίγες φρουτονυχτερίδες που χρησιμοποιούν ηχοεντοπισμό με κλικ από τη γλώσσα.

**Κατάσταση στην Κύπρο:** Προστατευόμενο είδος – ο πληθυσμός έχει μειωθεί λόγω καταστροφής βιοτόπων και παλαιότερων διώξεων.

✦ **Ξέρεις ότι...** Ο νυχτοπάππαρος δεν τρώει συνήθως τα «καλά» φρούτα της αγοράς, αλλά συχνά εκείνα που είναι ήδη ώριμα ή χτυπημένα, βοηθώντας έτσι να περιορίζονται έντομα όπως η μεσογειακή μύγα.



### Επιστημονικό Κουτί

#### Καρέττα-Καρέττα (*Caretta caretta*)

**Κατηγορία:** Πανίδα – Ερπετό (θαλάσσια χελώνα)

**Επιστημονική ονομασία:** *Caretta caretta*

**Μέγεθος:** περίπου 1 μέτρο

**Βάρος:** περίπου 90 κιλά

**Τροφή:** μέδουσες (τσούχτρες), θαλάσσια φυτά και μικρά θαλάσσια ζώα

**Πού γεννά στην Κύπρο;**

- Λάρα – Τοξεύτρα (Ακάμας)
- Πόλη Χρυσοχούς – Λίμνη

**Πώς γεννά;**

- Γεννά το καλοκαίρι περίπου 100 αυγά σε κάθε φωλιά.
- Τα μικρά βγαίνουν μετά από 2 μήνες και τρέχουν προς τη θάλασσα.

**Κίνδυνοι**

- πλαστικές σακούλες (τις μπερδεύει με μέδουσες)
- φώτα στις παραλίες
- δίχτυα ψαρέματος
- ταχύπλοα σκάφη

**Τι μπορούμε να κάνουμε;**

Όχι σκουπίδια στις παραλίες, λιγότερο πλαστικό, Προστασία των φωλιών

✦ **Ξέρεις ότι...** Η Καρέττα επιστρέφει να γεννήσει στην ίδια παραλία όπου γεννήθηκε!

### Επιστημονικό Κουτί – Ποσειδωνία (*Posidonia oceanica*)

**Πού φυτρώνει:** Στον βυθό της Μεσογείου, σε καθαρά ρηχά νερά (και στις θάλασσες του Ακάμα).

**Τι είναι:** Θαλάσσιο ανθοφόρο φυτό (όχι φύκι).

**Μορφή:** Σχηματίζει πυκνά υποθαλάσσια λιβάδια.

**Ρίζες:** Κρατούν την άμμο σταθερή και προστατεύουν τις ακτές.

**Ρόλος:** Παράγει οξυγόνο και απορροφά διοξείδιο του άνθρακα.

**Σημασία:** Προσφέρει καταφύγιο και τροφή σε ψάρια και θαλάσσιους οργανισμούς.

**Κατάσταση:** Προστατευόμενο είδος – οικότοπος προτεραιότητας (NATURA 2000).

**Απειλές:** Ρύπανση, άγκυρες σκαφών, καταστροφή βυθού.

✦ **Ξέρεις ότι...** Τα λιβάδια Ποσειδωνίας θεωρούνται οι «πνεύμονες» της Μεσογείου;



Το δάσος δεν μπορεί να μιλήσει... γι' αυτό χρειάζεται ανθρώπους που το ακούν.

### Επάγγελμα του Μαρτίου – Ο Δασονόμος / Δασοφύλακας

**Ποιος είναι:** Ο άνθρωπος που φροντίζει, προστατεύει και επιβλέπει τα δάση και τη ζωή που υπάρχει μέσα τους.

**Τι προστατεύει:** Δέντρα, φυτά, ζώα, πηγές νερού και ολόκληρα οικοσυστήματα.

**Πού εργάζεται:** Σε δάση, προστατευόμενες περιοχές (όπως ο Ακάμας), μονοπάτια της φύσης και δασικές εκτάσεις.

#### Τι κάνει καθημερινά:

- Περιπολεί στο δάσος και παρατηρεί τη φύση.
- Ελέγχει αν υπάρχει κίνδυνος πυρκαγιάς.
- Προστατεύει τα ζώα και τους βιότοπους τους.
- Ελέγχει αν υπάρχουν παρανομίες (παράνομη υλοτομία, παράνομη βοσκή, παράνομο κυνήγι).
- Βοηθά στην πρόληψη εμπρησμών και καταστροφών.

#### Κίνδυνοι & δυσκολίες:

- Εργάζεται σε δύσκολες καιρικές συνθήκες (ζέστη, κρύο, άνεμο).
- Περπατά πολλές ώρες σε βουνά και μονοπάτια.
- Μπορεί να αντιμετωπίσει πυρκαγιές ή ανθρώπους που δεν σέβονται τη φύση.

**Σημασία:** Χωρίς τον δασονόμο, το δάσος μπορεί να κινδυνεύσει από φωτιά, καταστροφή και εξαφάνιση ζώων και φυτών.

#### Τι μαθαίνουμε:

- Ότι η φύση χρειάζεται φύλακες.
- Ότι η προστασία του δάσους είναι ευθύνη όλων μας.
- Ότι κάθε δέντρο και κάθε ζώο είναι μέρος της ζωής της Κύπρου.



#### ✨ Μυστικό του μήνα

Ο καλύτερος φύλακας του δάσους δεν είναι μόνο αυτός που το προστατεύει... αλλά και αυτός που το αγαπά. Αν προστατεύσουμε το δάσος σήμερα, θα έχουμε καθαρό αέρα, νερό και ζωή για πάντα.



Μιχάλης Τερλικκός - Ο Δασονόμος  
Τραγούδι

## Κλιματική Αλλαγή & Προστασία του Περιβάλλοντος

### Φυτοπλαγκτό: Ο αόρατος ήρωας της θάλασσας

Τον Ιανουάριο μάθαμε ότι εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής οι βροχές λιγοστεύουν και η θερμοκρασία αυξάνεται. Το Φεβρουάριο μάθαμε πως η κλιματική αλλαγή επηρεάζει την επιβίωση των μελισσών και ποιες επιπτώσεις έχει αυτό για το περιβάλλον. Τον Μάρτιο θα μάθουμε πώς η κλιματική αλλαγή μπορεί να επηρεάσει τη θάλασσα και το φυτοπλαγκτό.

#### Τι είναι το φυτοπλαγκτό;

- Είναι μικροσκοπικά φυτά και φύκη που ζουν στην επιφάνεια της θάλασσας.
- Παρασύρονται από τα θαλάσσια ρεύματα.
- Είναι η αρχή της ζωής μέσα στον ωκεανό.

#### Γιατί είναι τόσο σημαντικό;

- Παράγει περίπου το μισό οξυγόνο του πλανήτη.
- Απορροφά διοξείδιο του άνθρακα (CO<sub>2</sub>).
- Είναι η βάση της τροφής για πολλά θαλάσσια ζώα.

#### Γιατί είναι τόσο σημαντικό;

- Παράγει περίπου το μισό οξυγόνο του πλανήτη.
- Απορροφά διοξείδιο του άνθρακα (CO<sub>2</sub>).
- Είναι η βάση της τροφής για πολλά θαλάσσια ζώα.

#### Το φυτοπλαγκτό και η τροφική αλυσίδα

- Τα μικρά ψάρια τρέφονται από αυτό.
- Μετά τρέφονται τα μεγαλύτερα ψάρια.
- Και έτσι επιβιώνουν χελώνες, δελφίνια και πολλά άλλα ζώα.

#### Πώς επηρεάζει η κλιματική αλλαγή το φυτοπλαγκτό;

- Η θάλασσα ζεσταίνεται.
- Το φυτοπλαγκτό δυσκολεύεται να αναπτυχθεί σωστά.
- Η ισορροπία του οικοσυστήματος αλλάζει.

#### Ο ωκεανός χάνει οξυγόνο

- Όσο ανεβαίνει η θερμοκρασία, μειώνεται το οξυγόνο στο νερό.
- Έτσι δημιουργούνται περιοχές όπου τα ψάρια δυσκολεύονται να ζήσουν.
- Αυτές οι περιοχές λέγονται “νεκρές ζώνες”.

#### Πώς επηρεάζει η ρύπανση το φυτοπλαγκτό;

- Τα σκουπίδια, τα λύματα και τα χημικά μολύνουν τη θάλασσα.
- Το πλαστικό διαλύεται σε μικρά κομμάτια και μπαίνει στην τροφική αλυσίδα.
- Η ρύπανση μπορεί να αλλάξει την ανάπτυξη του φυτοπλαγκτού.

#### Αν καταστραφεί το φυτοπλαγκτό...

- Μειώνεται το οξυγόνο της Γης.
- Μειώνεται η τροφή των θαλάσσιων ζώων.
- Πολλά είδη κινδυνεύουν.
- Η ζωή στη θάλασσα αποδυναμώνεται.



## Tips: Πώς προστατεύουμε τις θάλασσες (στο σπίτι, στο σχολείο, στην παραλία)

### Λιγότερα σκουπίδια

- Δεν πετάμε ποτέ σκουπίδια στη θάλασσα ή στην άμμο.
- Μαζεύουμε πλαστικά μπουκάλια και σακούλες.
- Ανακυκλώνουμε σωστά.

### Λιγότερο πλαστικό

- Χρησιμοποιούμε παγούρι αντί πλαστικά μπουκάλια.
- Παίρνουμε υφασμάτινη τσάντα στο ψώνισμα.
- Αποφεύγουμε καλαμάκια και πλαστικά ποτήρια.

### Προσοχή στα χημικά

- Δεν ρίχνουμε λάδια ή χημικά στον νεροχύτη.
- Χρησιμοποιούμε λιγότερο απορρυπαντικό.
- Προτιμούμε πιο φιλικά προϊόντα για το περιβάλλον.

### Προστατεύουμε το κλίμα

- Σβήνουμε φώτα όταν δεν τα χρειαζόμαστε.
- Δεν σπαταλάμε νερό.
- Περπατάμε ή χρησιμοποιούμε ποδήλατο όταν μπορούμε.

### Προστατεύουμε τη ζωή της θάλασσας

- Δεν αγγίζουμε φωλιές χελωνών στις παραλίες.
- Δεν πετάμε φαγητά ή σκουπίδια στη θάλασσα.
- Σεβόμαστε τα ζώα και το περιβάλλον τους.

### Ζωγραφίζω δύο Θάλασσες

Διπλώνουμε ένα χαρτί στα δύο.

#### Αριστερά:

Θάλασσα καθαρή

- Φυτοπλαγκτόν
- Ψάρια
- Χελώνες
- Ήλιος

#### Δεξιά:

Θάλασσα ρυπασμένη

- Πλαστικά
- Πετρέλαιο
- Λιγότερα ψάρια
- Σκοτεινά νερά

#### Συζήτηση:

- Ποια θάλασσα έχει περισσότερο οξυγόνο;
- Πού θα ήθελες να ζεις;



### ✨ Μήνυμα του Κιου Φύλακα της Φύσης

Το φυτοπλαγκτό είναι μικρό...  
αλλά μας χαρίζει ανάσα.  
Αν προστατεύσουμε τη θάλασσα,  
προστατεύουμε τη ζωή.

Συμπλήρωσε τις 5 προτάσεις σαν να είσαι φυτοπλαγκτόν:

Ζω κοντά στην επιφάνεια.....

Χρειάζομαι ήλιο.....

Φοβάμαι όταν.....

Χωρίς εμένα.....

Θέλω από εσένα.....



# Λίγη εξερεύνηση



## Πείραμα 1: Το Φυτοπλαγκτόν και το Οξυγόνο

**Θέμα:** Φωτοσύνθεση - Η αναπνοή του πλανήτη

**Σκοπός:** Να κατανοήσω πώς η φωτοσύνθεση βοηθά τη ζωή στη Γη.

**Υλικά:**

- Διαφανές βάζο, νερό, φρέσκα φύλλα και φως.

**Βήματα:**

- Βύθισε τα φύλλα στο νερό και τοποθέτησέ τα στον ήλιο για 20 λεπτά.

**Σκέψου σαν Επιστήμονας (CER):**

- Ισχυρισμός: Ερώτηση: Τι παράγουν τα φυτά όταν έχουν φως; Απάντηση: Τα φυτά παράγουν οξυγόνο όταν έχουν φως.
- Τεκμήριο: Ερώτηση: Τι παρατήρησες; Απάντηση: Είδαμε φυσαλίδες οξυγόνου να βγαίνουν από τα φύλλα.
- Αιτιολόγηση: Ερώτηση: Γιατί συμβαίνει αυτό; Απάντηση: Τα φυτά κάνουν φωτοσύνθεση και απελευθερώνουν οξυγόνο.

**Ερώτηση διερεύνησης:** Τι θα συμβεί αν βάλουμε το ποτήρι στο σκοτάδι; Θα εμφανιστούν φυσαλίδες;

**Μικρό μυστικό των επιστημόνων:** Το φυτοπλαγκτόν στη θάλασσα κάνει ακριβώς το ίδιο πράγμα με τα φυτά της στεριάς: μας δίνει οξυγόνο και κρατά την ισορροπία της ζωής!

## Πείραμα 2: Οι "Φλέβες" των Φυτών

**Θέμα:** Μεταφορά νερού και θρεπτικών συστατικών στα φυτά.

**Υλικά:**

- Ποτήρια με νερό, χρώματα ζαχαροπλαστικής, κλωνάρια σέλινου ή λευκά γαρίφαλα.

**Βήματα:**

- Ρίξε χρώμα στο νερό και τοποθέτησε μέσα το φυτό.
- Παρατήρησε πώς αλλάζει το χρώμα στα φύλλα μετά από μερικές ώρες.

**Σκέψου σαν Επιστήμονας (CER):**

- Ισχυρισμός: Ερώτηση: Πώς φτάνει το νερό στα ψηλότερα σημεία του φυτού; Απάντηση: Τα φυτά έχουν εσωτερικούς "σωλήνες" που μεταφέρουν το νερό παντού.
- Τεκμήριο: Ερώτηση: Τι παρατήρησες στις άκρες των φύλλων; Απάντηση: Οι άκρες των φύλλων πήραν το χρώμα που βάλαμε στο νερό.
- Αιτιολόγηση: Ερώτηση: Γιατί άλλαξε το χρώμα των φύλλων; Απάντηση: Το φυτό "ρουφάει" το νερό μέσω μικροσκοπικών σωλήνων για να τραφεί.

**Ερώτηση διερεύνησης:** Τι θα συνέβαινε στο φυτό αν το νερό στο ποτήρι ήταν μολυσμένο με ουσίες που δεν φαίνονται;

**⚠️ Ασφάλεια:** Προσοχή με τα χρώματα για να μη λερώσουμε τα ρούχα μας. Χρήση ψαλιδιού μόνο με επίβλεψη.

## Παροιμίες & Σοφία του Μάρτη

Ο Μάρτης είναι ο πρώτος μήνας της άνοιξης!

Γι' αυτό και οι παροιμίες τον περιγράφουν με χιούμορ αλλά και σοφία:

«Μάρτης γδάρτης και κακός παλουκοκάφτης» →  
Μας θυμίζει πώς ο καιρός του Μάρτη είναι άστατος: τότε ζέστη, τότε κρύο.

«Από Μαρτιού πουκάμισο κι απ' Αύγουστο σεγκούνι»  
Δείχνει πώς ο Μάρτης φέρνει ήλιο και ζέστη.

«Του Μάρτη ο ήλιος βάφει και πέντε μήνες δεν ξεβάφει»  
Ο ήλιος δυναμώνει, κι ό,τι "βάψει" στον Μάρτη, μένει.

Οι παλιοί ξεχώριζαν καθαρά τις εποχές. Σήμερα όμως, με τη ρύπανση και την κλιματική αλλαγή, ο καιρός έχει μπερδευτεί και συχνά χάνουμε τα όρια των εποχών. Αυτό μάς καλεί να φροντίσουμε περισσότερο τη Γη.



# ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΜΕΡΑ ΑΓΡΙΑΣ ΖΩΗΣ

## 3 ΜΑΡΤΙΟΥ

Γεια σας, μικροί εξερευνητές!

Ξέρατε ότι η Κύπρος είναι ένα νησί γεμάτο μυστικά;

Μέσα στα δάση, στα βουνά, στις κοιλάδες και στις ακτές της... ζουν ζώα που περπατούν αθόρυβα, πετούν ψηλά, κρύβονται στις σπηλιές ή ταξιδεύουν μέσα στη θάλασσα.

Κάθε ένα από αυτά έχει έναν ρόλο. Και όλα μαζί κρατούν τη φύση ζωντανή.

Η Παγκόσμια Μέρα Άγριας Ζωής (3 Μαρτίου) είναι μια υπενθύμιση: η άγρια ζωή δεν είναι “κάτι μακρινό”... είναι η καρδιά της Γης.

### Η Κύπρος: Ένα μικρό νησί... με τεράστια ζωή!

Στην Κύπρο υπάρχουν περίπου 30 είδη θηλαστικών, αλλά και πολλά πουλιά, ερπετά, έντομα και θαλάσσια πλάσματα.

Κάποια είναι σπάνια. Κάποια είναι ενδημικά (δηλαδή υπάρχουν μόνο εδώ!).

Και κάποια κινδυνεύουν.

Έλα να γνωρίσουμε τους «ήρωες» της κυπριακής άγριας φύσης.

### Η Κυπριακή Αλεπού – Η Έξυπνη Γειτόνισσα

Μια φορά κι έναν καιρό... μια αλεπού βοήθησε δύο παιδιά να μοιράσουν χαλλούμι. Μόνο που... το “βοήθησε” λίγο παραπάνω απ’ όσο έπρεπε Ζύγιζε – έτρωγε... ζύγιζε – έτρωγε... μέχρι που δεν έμεινε τίποτα!

Έτσι η αλεπού έμεινε στα παραμύθια ως πονηρή. Όμως στην πραγματικότητα είναι πολύ χρήσιμη.

Η κυπριακή αλεπού (*Vulpes vulpes indutus*) είναι το μοναδικό σαρκοφάγο θηλαστικό της Κύπρου. Ζει παντού: σε δάση, βουνά, χωράφια... ακόμα και κοντά σε πόλεις.

### Τι προσφέρει στη φύση;

Τρώει ποντίκια, έντομα και μικρά ζώα, και έτσι κρατά την ισορροπία στο οικοσύστημα.

### Τι την απειλεί;

- Αυτοκίνητα στους δρόμους
- Δηλητήρια που βάζουν κάποιοι άνθρωποι
- Καταστροφή του φυσικού της χώρου



### Ο Σκαντζόχοιρος – Ο Νυχτερινός Ιππότης

Ο σκαντζόχοιρος της Κύπρου είναι ένα μικρό αγκαθωτό θηλαστικό που βγαίνει τη νύχτα. Το ενδημικό υποείδος λέγεται *Hemiechinus auritus dorotheae*.

Έχει μεγάλα αυτιά που τον βοηθούν να μην υπερθερμαίνεται και σώμα γεμάτο αγκάθια από κερατίνη.

### Τι προσφέρει στη φύση;

Τρώει έντομα, σαλιγκάρια και γυμνοσάλιαγκες, και βοηθά τους κήπους και τις καλλιέργειες.

### Τι τον απειλεί;

- Αυτοκίνητα (πολλοί σκοτώνονται στους δρόμους)
- Φυτοφάρμακα που δηλητηριάζουν τον ίδιο και την τροφή του
- Πυρκαγιές που καταστρέφουν τις φωλιές του



### Το Αγρινό – Ο Άρχοντας της Κύπρου

Το αγρινό είναι σύμβολο της Κύπρου. Ζει εδώ πάνω από 8.000 χρόνια και δεν υπάρχει πουθενά αλλού στον κόσμο.

Το ενδημικό αγρινό λέγεται *Onis orientalis orhion* και σήμερα ζει κυρίως στο Δάσος της Πάφου.

#### Γιατί είναι τόσο σημαντικό;

Είναι το μεγαλύτερο άγριο θηλαστικό της Κύπρου και αποτελεί κομμάτι της ιστορίας μας.

#### Τι τον απειλεί;

- Ασθένειες που μπορεί να μεταδοθούν από οικόσιτα ζώα
- Αδέσποτοι σκύλοι που επιτίθενται
- Μείωση δασών και φυσικών περιοχών

Το αγρινό προστατεύεται αυστηρά από νόμους και ειδικά σχέδια διαχείρισης.



### Ο Σπιζαετός – Ο Φύλακας του Ουρανού

Ο σπιζαετός (*Aquila fasciata*) είναι ο μοναδικός αετός που φωλιάζει στην Κύπρο. Στην Κύπρο υπάρχουν περίπου 40–50 ζευγάρια.

Ζει σε ήσυχες περιοχές, και φτιάχνει φωλιές κυρίως σε ψηλά πεύκα.

#### Τι προσφέρει στη φύση;

Ρυθμίζει τους πληθυσμούς μικρών ζώων και κρατά την ισορροπία.

#### Τι τον απειλεί;

- Καλώδια ηλεκτρισμού (ηλεκτροπληξία)
- Ενόχληση κοντά στις φωλιές
- Μείωση τροφής



### Ο Γύπας – Ο Καθαριστής της Υπαιθρου

Ο γύπας (*Gyps fulvus*) είναι το μεγαλύτερο αρπακτικό πουλί της Κύπρου, αλλά και το πιο απειλούμενο.

Δεν είναι επικίνδυνος. Αντίθετα, είναι ο «γιατρός» της φύσης.

**Τι προσφέρει στη φύση;** Τρώει νεκρά ζώα και έτσι καθαρίζει την ύπαιθρο και εμποδίζει την εξάπλωση ασθενειών.

#### Τι τον απειλεί περισσότερο;

- Δηλητηριασμένα δολώματα (ο μεγαλύτερος κίνδυνος)
- Μείωση τροφής λόγω αλλαγής στην κτηνοτροφία
- Ενόχληση την περίοδο φωλιάσματος



### Η Καρέτα-Καρέτα – Η Θαλάσσια Ταξιδιώτισσα

Η θαλάσσια χελώνα καρέτα-καρέτα ζει στη Μεσόγειο και γεννά και στις ακτές της Κύπρου. Κάθε φωλιά μπορεί να έχει περίπου 100 αυγά.

Τα μικρά όταν γεννηθούν πρέπει να τρέξουν στη θάλασσα μόνα τους.

**Γιατί είναι σημαντική;** Κρατά τη θάλασσα υγιή και είναι μέρος της θαλάσσιας ισορροπίας.

#### Τι την απειλεί;

- Πλαστικά (οι σακούλες μοιάζουν με μέδουσες)
- Φώτα στις παραλίες που μπερδεύουν τα μικρά
- Ταχύπλοα σκάφη
- Ρύπανση και σκουπίδια



### **Ο Νυχτοπάππαρος – Ο Μυστικός Φυτευτής**

Ο νυχτοπάππαρος (*Rousettus aegyptiacus*) είναι η μεγαλύτερη νυχτερίδα της Κύπρου. Έχει άνοιγμα φτερών περίπου 60 εκατοστά.

Το πιο εντυπωσιακό; Η Κύπρος είναι η μοναδική χώρα της Ευρωπαϊκής Ένωσης που φιλοξενεί αυτό το είδος!

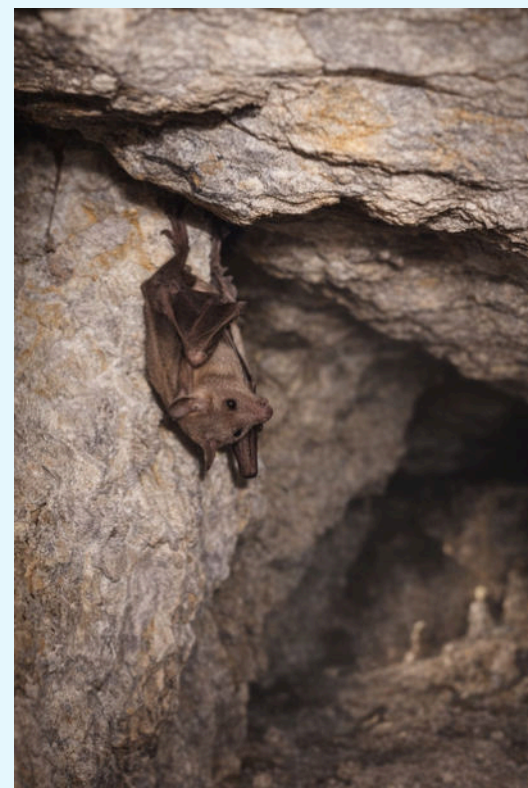
**Τι προσφέρει στη φύση;** Τρώει ώριμα και υπερώριμα φρούτα και διασπείρει σπόρους.

Έτσι βοηθά να φυτρώσουν νέα φυτά.

Επίσης, βοηθά έμμεσα στη γεωργία γιατί μειώνει την εξάπλωση εντόμων όπως η μεσογειακή μύγα.

### **Τι τον απειλεί;**

- Καταστροφή σπηλιών και καταφυγίων
- Φόβος και κακή φήμη
- Ρύπανση και απώλεια βιότοπου



### **Από τι κινδυνεύει η άγρια ζωή της Κύπρου γενικά;**

Η φύση της Κύπρου είναι πανέμορφη... αλλά εύθραυστη.

Οι μεγαλύτεροι **κίνδυνοι** είναι:

Πυρκαγιές: καταστρέφουν σε λίγα λεπτά το “σπίτι” χιλιάδων ζώων.

Σκουπίδια και πλαστικά: πληγώνουν ζώα και μολύνουν το νερό και τη γη.

Δρόμοι και αυτοκίνητα: πολλά ζώα σκοτώνονται προσπαθώντας να περάσουν απέναντι.

Φυτοφάρμακα και δηλητήρια: δηλητηριάζουν ζώα και εξαφανίζουν την τροφή τους.

Κλιματική αλλαγή: προκαλεί μεγαλύτερη ζέστη, λιγότερο νερό, λιγότερη τροφή.

### **Γιατί πρέπει να μας νοιάζει;**

Γιατί στη φύση όλα είναι συνδεδεμένα σαν αλυσίδα.

Αν χαθεί ένα ζώο... χάνεται ένας κρίκος.

Και αν σπάσει η αλυσίδα... η φύση γίνεται πιο αδύναμη.

Και όταν η φύση αρρωσταίνει... αρρωσταίνουμε κι εμείς.

### **Μικροί Φύλακες της Φύσης – Τι μπορούμε να κάνουμε εμείς;**

Δεν χρειάζεται να είσαι επιστήμονας ή δασονόμος.

Αρκεί να έχεις καρδιά

- Να μην αφήνεις σκουπίδια σε δάση και παραλίες
- Να σέβεσαι τα ζώα (δεν τα κυνηγάμε, δεν τα τρομάζουμε)
- Να μιλάς στους μεγάλους όταν βλέπεις κάτι λάθος
- Να οδηγούμε προσεκτικά σε περιοχές με φύση
- Να προστατεύουμε τα δέντρα και το νερό

### **Μήνυμα Μαρτίου**

**Η άγρια ζωή της Κύπρου δεν έχει φωνή...  
αλλά έχει εμάς.**

**Και αν εμείς τη φροντίσουμε, θα συνεχίσει  
να γεμίζει τα δάση με ήχους, τον ουρανό με  
φτερά, και τη θάλασσα με ζωή.**

**Εσύ... θα γίνεις Φύλακας της Άγριας Ζωής;**

## Τι Έκαναν τα Παλιά Χρόνια στην Κύπρο οι Άνθρωποι τον Μάρτιο

Τον Μάρτιο, οι άνθρωποι στην Κύπρο ήταν πολύ δραστήριοι, καθώς ήταν η αρχή της άνοιξης και οι αγροτικές εργασίες βρίσκονταν σε πλήρη εξέλιξη. Εδώ είναι μερικές από τις κύριες δραστηριότητες που έκαναν τον Μάρτιο:

### Αγροτικές Εργασίες

#### Σπορά και Φύτευση:

Με την άνοιξη να ξεκινά, οι γεωργοί ξεκινούσαν να σπέρνουν και να φυτεύουν διάφορα λαχανικά και δημητριακά, όπως σιτάρι, κριθάρι, φασόλια και αρακά.

Οι αγρότες προετοιμάζαν τα χωράφια τους, φρεζάροντας το έδαφος και σπέρνοντας σπόρους.

#### Φροντίδα των Αμπελιών:

Το κλάδεμα των αμπελιών συνεχίζεται και τον Μάρτιο, καθώς οι αγρότες προετοιμάζουν τα αμπέλια τους για την επερχόμενη καλλιεργητική περίοδο.

Επίσης, έβαζαν κοπριά για να θρέψουν τα αμπέλια και να ενισχύσουν την ανάπτυξή τους.

#### Συλλογή Άγριων Χόρτων:

Οι κάτοικοι των χωριών μάζευαν άγρια χόρτα από τα χωράφια και τους αγρούς, όπως αγριοράδικα, καυκαλήθρες και τσουκνίδες. Τα χόρτα αυτά τα χρησιμοποιούσαν για να φτιάξουν νόστιμες παραδοσιακές πίτες και σαλάτες.

### Κτηνοτροφία

#### Φροντίδα Ζώων:

Οι κτηνοτρόφοι ασχολούνταν με τη φροντίδα των ζώων τους, όπως τα πρόβατα και τις κασικές. Αυτό περιλάμβανε το τάισμα και το άρμεγμα.

Τον Μάρτιο γεννιόντουσαν πολλά αρνιά και κασίκια, οπότε οι κτηνοτρόφοι φρόντιζαν να τα προσέχουν και να τα προστατεύουν.

### Πολιτιστικές και Θρησκευτικές Δραστηριότητες:

Τον Μάρτιο γιορτάζεται η Καθαρά Δευτέρα, η αρχή της Σαρακοστής. Οι άνθρωποι πήγαιναν στην εξοχή για να γιορτάσουν με σαρακοσιανά εδέσματα και χαρταετούς.

Η Σαρακοστή είναι μια σημαντική περίοδος νηστείας και προετοιμασία για το Πάσχα, οπότε οι θρησκευτικές εκδηλώσεις ήταν πολύ σημαντικές.



## Ταξίδι στην Πάφο – Η Γη της Αφροδίτης

Κλείσε τα μάτια σου για λίγο.

Φαντάσου πως ταξιδεύεις χιλιάδες χρόνια πίσω. Δεν υπάρχουν αυτοκίνητα. Δεν υπάρχουν πολυκατοικίες.

Μπροστά σου απλώνεται μια πόλη γεμάτη ναούς, παλάτια και αγορές.

Καλωσόρισες στην αρχαία Πάφο.

Η Πάφος δεν είναι απλώς μια πόλη. Είναι ένας από τους πιο σημαντικούς αρχαιολογικούς τόπους της Κύπρου και ανήκει στα Μνημεία Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO. Αυτό σημαίνει πως θεωρείται θησαυρός ολόκληρης της ανθρωπότητας.

### Η Παλαίπαφος – Το Ιερό της Αφροδίτης

Στο χωριό Κούκλια, 14 χιλιόμετρα ανατολικά της Πάφου, βρίσκεται η Παλαίπαφος.

Εδώ υπήρχε ένα από τα πιο σημαντικά ιερά του αρχαίου κόσμου: το Ιερό της Αφροδίτης.

Η λατρεία της θεάς ξεκίνησε πριν από περισσότερα από 3.000 χρόνια. Στην αρχή λατρευόταν ως «Μεγάλη Θεά της Γονιμότητας» και αργότερα ταυτίστηκε με την Αφροδίτη.

**Ενδιαφέρον στοιχείο:** Οι αρχαίοι δεν είχαν άγαλμα της θεάς. Την συμβόλιζαν με έναν ιερό κωνικό λίθο (βαίτυλο). Η λατρεία ήταν ανεικονική – χωρίς ανθρώπινη μορφή. Από όλη τη Μεσόγειο έρχονταν άνθρωποι για να προσκυνήσουν. Η Πάφος ήταν τότε ένα μεγάλο θρησκευτικό και πολιτιστικό κέντρο.

### Σήμερα, στον χώρο μπορείς να δεις:

- Το αρχαίο τέμενος (ιερή αυλή)
- Τμήματα στοών
- Τη Μεσαιωνική Αγρέπαυλη
- Το Τοπικό Αρχαιολογικό Μουσείο

Η Παλαίπαφος εντάχθηκε στην UNESCO το 1980.



### Οι Ρωμαϊκές Έπαυλες – Τα Ψηφιδωτά που Μιλούν

Στην Κάτω Πάφο θα βρεις ρωμαϊκές επαύλεις.

Ήταν σπίτια πλούσιων Ρωμαίων αξιωματούχων.

Το πιο εντυπωσιακό τους στοιχείο είναι τα ψηφιδωτά δάπεδα.

### Τι είναι τα ψηφιδωτά;

Εικόνες φτιαγμένες από χιλιάδες μικρές πέτρες και γυάλινα κομμάτια.

Οι καλλιτέχνες τα τοποθετούσαν ένα-ένα με απίστευτη υπομονή.

### Τα θέματα προέρχονται από τη μυθολογία:

- Ο Θησέας και ο Μινώταυρος
- Ο Διόνυσος
- Η Λήδα και ο Κύκνος

Τα ψηφιδωτά είναι σαν τα πρώτα «εικονογραφημένα βιβλία» της ιστορίας. Μας δείχνουν πώς ζούσαν, τι πίστευαν και τι θεωρούσαν όμορφο οι άνθρωποι της εποχής



## Η Πέτρα του Ρωμιού - Μύθος και Τοπίο

Στη νότια ακτή της Πάφου υψώνεται ένας μεγάλος βράχος μέσα στη θάλασσα.

Ονομάζεται Πέτρα του Ρωμιού.

Σύμφωνα με μεταγενέστερη παράδοση, εδώ αναδύθηκε η Αφροδίτη από τα κύματα. Οι αρχαίες πηγές δεν αναφέρουν ακριβώς το σημείο, όμως η περιοχή της Πάφου συνδέεται έντονα με τη λατρεία της θεάς.

Το τοπίο είναι εντυπωσιακό – ειδικά στο ηλιοβασίλεμα. Η ομορφιά της φύσης εξηγεί γιατί ο τόπος συνδέθηκε με τη θεά της ομορφιάς.

### Τι άλλο μπορείς να δεις στην Παλαίπαφο;

- Τη Μεσαιωνική Αγρέπαυλη των Λουζινιανών
- Την Εκκλησία της Παναγίας της Καθολικής
- Τη Βορειοανατολική Πύλη των αρχαίων οχυρώσεων
- Νεκροπόλεις της Ύστερης Εποχής του Χαλκού
- Τον μεσαιωνικό ζαχαρόμυλο

Η Πάφος δεν είναι μία εποχή. Είναι πολλές εποχές μαζί.

Από την προϊστορία στην αρχαιότητα στον Μεσαίωνα μέχρι σήμερα.

### Γιατί είναι σημαντικά όλα αυτά;

Τα μνημεία δεν είναι απλώς πέτρες.

Είναι η μνήμη μας.

Μας βοηθούν να καταλάβουμε:

- Ποιοι ήμασταν
- Πώς ζούσαν οι άνθρωποι πριν από εμάς
- Πώς εξελίχθηκε ο πολιτισμός μας

Όταν προστατεύουμε τα μνημεία, προστατεύουμε την ταυτότητά μας.

### ✨ Μήνυμα για σένα

Η ιστορία δεν είναι μακριά. Βρίσκεται κάτω από τα πόδια σου.

Κάθε φορά που επισκέπτεσαι έναν αρχαιολογικό χώρο:

- περπάτα με σεβασμό
- μην αγγίζεις τα ευρήματα
- μην αφήνεις σκουπίδια

Η πολιτιστική κληρονομιά είναι ένα δώρο που δανειζόμαστε από το παρελθόν και το παραδίδουμε στο μέλλον.

Και ίσως... κάποια μέρα, εσύ να γίνεις ο επόμενος αρχαιολόγος που θα ανακαλύψει κάτι νέο.

Η Πάφος δεν είναι απλώς η γη της Αφροδίτης. Είναι η γη της μνήμης, της τέχνης και της ιστορίας.



## Δημιουργική Δραστηριότητα 1 (Ομαδική) «Το Ψηφιδωτό της Τάξης μας!»

### Στόχος

Να συνεργαστούμε σαν πραγματικοί καλλιτέχνες της αρχαιότητας και να δημιουργήσουμε όλοι μαζί ένα αυθεντικό ψηφιδωτό, όπως αυτά που βλέπουμε στις Ρωμαϊκές Έπαυλες της Πάφου. Στο τέλος, θα έχουμε το δικό μας “Ψηφιδωτό της Τάξης”, που θα μείνει για πάντα ως έργο ομάδας!

### Υλικά

- Ένα μεγάλο ξύλο ή χοντρό χαρτόνι (βάση έργου)
- Μικρές χρωματιστές πέτρες (βότσαλα) ή χαλικάκια
- Μικρά κομμάτια από πλακάκι ή κεραμικό (αν υπάρχει δυνατότητα)
- Κόλλα δυνατή (τύπου ξυλόκολλα ή κόλλα πλακιδίων – με βοήθεια ενήλικα)
- Μαρκαδόρος ή μολύβι
- Ένα μικρό πλαστικό ποτηράκι για κάθε ομάδα (για τις πέτρες)
- Γάντια (προαιρετικά)
- Ένα βρεγμένο πανάκι για καθάρισμα

### Τι θα φτιάξουμε;

Η τάξη αποφασίζει να δημιουργήσει ένα κοινό σύμβολο που θα αντιπροσωπεύει όλους. Ιδέες σχεδίου:

- Έναν ήλιο (σύμβολο φωτός και ζωής)
- Κύματα (η θάλασσα της Κύπρου)
- Δελφίни (η ελευθερία της φύσης)
- Κλαδί ελιάς (ειρήνη)
- Κοχύλι (η Αφροδίτη και η Πάφος)

### Βήματα Δημιουργίας

Επιλέγουμε σχέδιο (όλοι μαζί)

Η τάξη ψηφίζει ποιο σχέδιο θα γίνει το ψηφιδωτό.

Το σχέδιο πρέπει να είναι απλό και μεγάλο.

Σχεδιάζουμε πάνω στη βάση

Ο/η δάσκαλος/α ή ένας μαθητής σχεδιάζει το περίγραμμα του ψηφιδωτού πάνω στο ξύλο ή χαρτόνι.

Χωριζόμαστε σε ομάδες “ψηφοθετών”

Η τάξη χωρίζεται σε μικρές ομάδες, για παράδειγμα:

- Ομάδα Μπλε (θάλασσα)
- Ομάδα Πράσινο (φύση)
- Ομάδα Κίτρινο (ήλιος)
- Ομάδα Κόκκινο (λεπτομέρειες)

Κάθε ομάδα έχει τη δική της περιοχή στο ψηφιδωτό.

Τοποθετούμε τις πέτρες (σαν αληθινοί Ρωμαίοι!)

Βάζουμε κόλλα σε μικρό μέρος κάθε φορά. Τοποθετούμε τις πέτρες κοντά-κοντά, χωρίς μεγάλα κενά. Πιέζουμε απαλά για να κολλήσουν καλά.

**Σημαντικό:** Δεν βιαζόμαστε! Τα αληθινά ψηφιδωτά χρειάζονταν υπομονή και συνεργασία.

Το αφήνουμε να στεγνώσει

Το έργο μένει ακίνητο για 24 ώρες.

### Δίνουμε όνομα στο έργο

Στο τέλος, η τάξη αποφασίζει έναν τίτλο όπως:

✨ «Το Ψηφιδωτό της Τάξης μας – Πάφος 2026» ✨ «Οι Μικροί Καλλιτέχνες της Κύπρου»

✨ «Η Θάλασσα και η Γη της Αφροδίτης»

## Κουτί Γνώσης (σαν χρυσή πληροφορία!)

Τα ψηφιδωτά της Πάφου ήταν τόσο ανθεκτικά, που έχουν αντέξει πάνω από 2.000 χρόνια!

Οι Ρωμαίοι τα έφτιαχναν για να στολίζουν:

- σπίτια
- παλάτια
- δημόσια κτήρια

και να δείχνουν ιστορίες, θεούς, ζώα και σύμβολα.

Όταν φτιάχνουμε το δικό μας ψηφιδωτό, είναι σαν να συνεχίζουμε μια τέχνη που ταξιδεύει στον χρόνο!

## Μήνυμα στο τέλος

Το ψηφιδωτό μας δεν είναι μόνο πέτρες.

Είναι συνεργασία, είναι ιστορία, είναι η ταυτότητα της τάξης μας.

Και όπως τα ψηφιδωτά της Πάφου έμειναν για αιώνες... έτσι και το δικό μας έργο θα θυμίζει πάντα ότι όταν ενωνόμαστε, μπορούμε να δημιουργήσουμε κάτι σπουδαίο.

## Δημιουργική Δραστηριότητα 2

### «Ο Αρχαίος Χάρτης της Πάφου - Παιχνίδι Κρυμμένου Θησαυρού»

#### Αποστολή Εξερευνητών

Μικροί εξερευνητές... η Πάφος κρύβει ένα μυστικό! Κάπου ανάμεσα στα αρχαία μνημεία, τους βράχους και τις ιστορίες της θεάς Αφροδίτης, βρίσκεται ένας χαμένος θησαυρός.

Η αποστολή σας: Να φτιάξετε έναν αρχαίο χάρτη και να οργανώσετε ένα παιχνίδι, για να βρείτε τον Θησαυρό της Πάφου!

#### Μέρος Α – Κατασκευή Χάρτη

##### Υλικά

- Μεγάλο χαρτί (A3 ή χαρτί του μέτρου)
- Μολύβι & μαρκαδόροι
- Καφέ ή τσάι (για να «παλιώσει» το χαρτί)
- Πινέλο ή βαμβάκι
- Κεράκι (προαιρετικό – μόνο με βοήθεια ενήλικα)

##### Βήματα

#### Σχεδίασε έναν απλό χάρτη της Πάφου

Δεν χρειάζεται να είναι τέλειος ή ακριβής. Ο χάρτης είναι «αρχαίος» και φτιαγμένος με φαντασία!

#### Σημείωσε πάνω στον χάρτη τα 3 μεγάλα μνημεία:

Ιερό της Αφροδίτης (Παλαίπαφος – Κούκλια) Πέτρα του Ρωμιού Ρωμαϊκές Έπαυλες & Ψηφιδωτά (Κάτω Πάφος)

#### Πρόσθεσε στοιχεία στο χάρτη σου

Ζωγράφισε:

- θάλασσα
- λόφους
- δρόμους
- ποτάμι ή ρυάκι
- μικρά σύμβολα (στήλες, αγγεία, κοχύλια, ναούς)

Κάνε τον χάρτη «παλιό» σαν αληθινός!

Βούτηξε ελαφρά ένα πινέλο σε καφέ ή τσάι και πέρασε τον χάρτη απαλά.

Άφησέ τον να στεγνώσει.

#### Σύμβολα Χάρτη (για να μοιάζει αληθινός!)



Μνημείο



Θάλασσα



Σημείο-κλειδί



Γρίφος



Θησαυρός

## Μέρος Β – Παιχνίδι Κρυμμένου Θησαυρού

### Πώς παίζουμε

#### 1. Φτιάξτε ομάδες

Χωριστείτε σε 2 ή 3 ομάδες εξερευνητών.

#### 2. Κρύψτε τον θησαυρό

Ένα παιδί ή μία ομάδα κρύβει τον «θησαυρό».

Ο θησαυρός μπορεί να είναι:

- ένα μικρό αντικείμενο (κοχύλι, πέτρα, νόμισμα-παιχνίδι)
- ένα μήνυμα σε χαρτάκι
- ένα “πιστοποιητικό εξερευνητή”
- ένα μικρό αγαματάκι ή σύμβολο της Αφροδίτης

#### 3. Δώστε γρίφους με βάση τα μνημεία

Σε κάθε σημείο του χάρτη, η ομάδα βρίσκει έναν γρίφο που την οδηγεί στο επόμενο.

### Παραδείγματα Γρίφων

#### Γρίφος 1

«Εκεί όπου κάποτε οι άνθρωποι ταξίδευαν από όλη τη Μεσόγειο για να τιμήσουν τη θεά της ομορφιάς...» Ιερό της Αφροδίτης (Παλαίπαφος - Κούκλια)

#### Γρίφος 2

«Εκεί που οι πέτρες έγιναν εικόνες, και οι ιστορίες ζωγραφίστηκαν στο πάτωμα...» Ρωμαϊκές Έπαυλες & Ψηφιδωτά

#### Γρίφος 3

«Εκεί που η θάλασσα αγκαλιάζει τον μεγάλο βράχο και οι άνθρωποι ψιθυρίζουν ιστορίες για θεές...» Πέτρα του Ρωμιού

#### Τελικός Γρίφος

«Ο θησαυρός δεν είναι χρυσός... είναι η γνώση που κερδίζει όποιος εξερευνά!» Αναζήτησε το σημείο στο χάρτη!

#### Τι Μαθαίνουμε;

Με αυτή τη δραστηριότητα μαθαίνουμε:

1. Πώς λειτουργεί ένας χάρτης
2. Πού βρίσκονται σημαντικά μνημεία της Πάφου
3. Πώς συνδέονται ιστορία και γεωγραφία
4. πώς η ιστορία γίνεται παιχνίδι
5. Πώς η συνεργασία κάνει κάθε αποστολή πιο δυνατή

#### Τελικό Μήνυμα

Η ιστορία δεν είναι μόνο βιβλία. Είναι χάρτες, μυστήρια, τέχνη και παιχνίδι.

Όταν δημιουργείς, όταν εξερευνάς, όταν συνεργάζεσαι γίνεσαι κι εσύ κομμάτι της ιστορίας της Κύπρου.

Η Πάφος δεν είναι απλώς ένας τόπος. Είναι μια περιπέτεια που περιμένει να την ανακαλύψεις.

## Δημιουργική Δραστηριότητα «Το Εργαστήριο Αποξήρανσης Αρωματικών» Φτιάχνω το δικό μου βάζο μυρωδιών!

### Στόχος

Να μάθουμε πώς αποξηραίνουμε σωστά αρωματικά φυτά ώστε να διατηρούν το άρωμα και την ποιότητά τους και να δημιουργήσουμε το “βαζάκι της τάξης”.

### Υλικά

- Ρίγανη ή θυμάρι ή δεντρολίβανο ή δάφνη
- Σπάγκος ή λαστιχάκια
- Ψαλίδι (με επίβλεψη ενήλικα)
- Χαρτοσακούλες (προαιρετικά)
- Γυάλινο βαζάκι με καπάκι
- Ετικέτες και μαρκαδόροι

### Βήματα

#### 1. Η σωστή στιγμή

Κόβουμε τα αρωματικά αργά το πρωί, όταν έχει φύγει η πρωινή δροσιά και τα φύλλα είναι στεγνά.

Κανόνας επιστήμονα: Δεν κόβουμε ποτέ φυτά όταν είναι υγρά!

#### 2. Καθαρισμός

Τα τινάζουμε απαλά. Αν χρειάζεται, τα ξεπλένουμε γρήγορα και τα στεγνώνουμε πολύ καλά με χαρτί.

Η υγρασία μπορεί να προκαλέσει μούχλα.

#### 3. Φτιάχνουμε δεματάκια

Χωριζόμαστε σε ομάδες. Κάθε ομάδα δένει ένα μικρό δεματάκι, όχι πολύ χοντρό, για να περνάει αέρας.



1.

### Κρέμασμα ανάποδα

Κρεμάμε τα δεματάκια ανάποδα σε χώρο:

✓ Στεγνό ✓ Με καλό αερισμό ✓ Χωρίς δυνατό ήλιο  
Μπορούμε να τα καλύψουμε με χάρτινη σακούλα με μικρές τρυπούλες για προστασία.

### 4. Υπομονή

Περιμένουμε 1–3 εβδομάδες.

Κάθε λίγες μέρες ελέγχουμε: Αν τα φύλλα τρίβονται εύκολα και σπάνε σε μικρά κομματάκια, είναι έτοιμα!

### 5. Αποθήκευση

Τρίβουμε απαλά τα φύλλα. Τα τοποθετούμε σε στεγνό γυάλινο βαζάκι.

Γράφουμε ετικέτα: Όνομα φυτού – Ημερομηνία – Ομάδα

### Κουτί Γνώσης

Γιατί χρειάζεται σκιά και αέρας;

Ο δυνατός ήλιος μπορεί να μειώσει το άρωμα.

Η υγρασία μπορεί να χαλάσει το βότανο.

Ο καλός αερισμός βοηθά να στεγνώσει σωστά.

### Μικρό Παιχνίδι

«Ντετέκτιβ Αρωμάτων»

Κλείνουμε τα μάτια. Μυρίζουμε δύο βαζάκια. Προσπαθούμε να μαντέψουμε ποιο είναι ποιο.

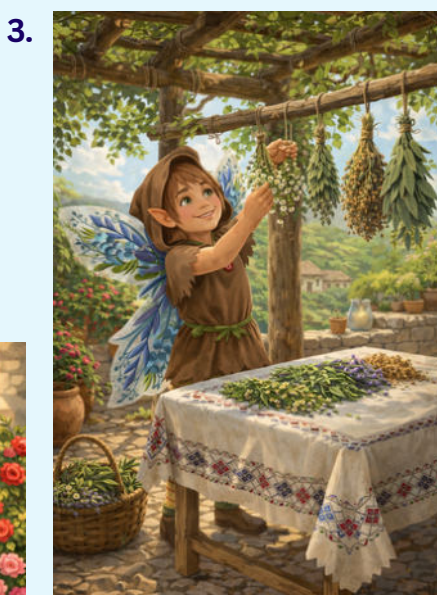
Γράφουμε: «Μου θυμίζει...»

### Τελικό Μήνυμα

Όταν αποξηραίνεις αρωματικά, κρατάς μέσα σε ένα βάζο... τη μυρωδιά της φύσης. Και κάθε φορά που το ανοίγεις, θυμάσαι πως η φύση χρειάζεται φροντίδα όπως κι εμείς.



5.



3.



4.



# ΣΥΝΤΑΓΕΣ

## Καράολοι (Σαλιγκάρια) Σουβλάκια

### Λαογραφικό πλαίσιο

Την άνοιξη, μετά τις πρώτες βροχές, οι πλαγιές και τα χωράφια της Κύπρου γεμίζουν καράολους. Οι παππούδες και οι γιαγιάδες έβγαιναν νωρίς το πρωί με καλάθια για να τους μαζέψουν, πριν τους ζεστάνει ο ήλιος.

Οι καράολοι ήταν νηστίσιμο φαγητό, αλλά και αγαπημένος μεζές στα χωριά. Τους περνούσαν σε ξύλινα σουβλάκια, τους πασπάλιζαν με αλεύρι και δεντρολίβανο και τους τηγάνιζαν σε καυτό ελαιόλαδο. Το άρωμα του δεντρολίβανου ανακατευόταν με τη μυρωδιά της γης και της άνοιξης.

Οι καράολοι θυμίζουν τη σοφία της κυπριακής φύσης: τίποτα δεν πάει χαμένο. Όλα έχουν τη θέση και την αξία τους. Συμβολίζουν τη σύνδεση του ανθρώπου με τη γη και τις εποχές.

Σκάνναρε δίπλα για να βρεις τη συνταγή.



## Ταχίνι

### Λαογραφικό πλαίσιο

Το ταχίνι φτιάχνεται από αλεσμένο σουσάμι, έναν σπόρο μικρό, αλλά γεμάτο δύναμη.

Στην Κύπρο χρησιμοποιείται εδώ και αιώνες, ιδιαίτερα στις περιόδους νηστείας.

Οι οικογένειες το ανακάτευσαν με λεμόνι, σκόρδο και ελαιόλαδο και το έβαζαν στο τραπέζι δίπλα σε ψωμί, ελιές και χόρτα.

Είναι απλό, αλλά θρεπτικό. Παραδοσιακό, αλλά διαχρονικό. Το ταχίνι συμβολίζει: τη λιτότητα, τη δύναμη και τη σοφία της μεσογειακής διατροφής.

Από έναν μικρό σπόρο γεννιέται μια τροφή που τρέφει σώμα και ιστορία.

Σκάνναρε δίπλα για να βρεις τη συνταγή.



## Ημερολόγιο Φύσης – Μάρτιος

Στο Δάσος του Ακάμα

Όνομα: \_\_\_\_\_ Ημερομηνία: \_\_\_\_\_ Τοποθεσία: \_\_\_\_\_

Καιρός

Ήλιος  Λίγα σύννεφα  Συννεφιά  Άνεμος  Βροχή

Θερμοκρασία: \_\_\_\_\_ °C

Τι παρατηρώ στο Δάσος του Ακάμα;

Χλωρίδα (φυτά που είδα)

1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

(π.χ. λαδανιά, θυμάρι, κυκλάμινο, άγριες ορχιδέες)

Πανίδα (ζώα ή ίχνη ζώων που είδα)

1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_

(π.χ. αλεπού, λαγός, σκαντζόχοιρος, πουλιά, σαύρες)

Τι άκουσα;

Κελάηδημα πουλιών  Θρόισμα φύλλων  Κύματα από τη θάλασσα  Μέλισσες

Άλλο: \_\_\_\_\_

Τι μύρισα;

Άρωμα θυμαριού  Υγρό χώμα  Αλμύρα θάλασσας  Ρητίνη πεύκου

Μικρή Έρευνα

★ Ένα φυτό του Ακάμα που υπάρχει μόνο στην Κύπρο:

Ένα ζώο που προστατεύεται στην περιοχή:

Από τι κινδυνεύει το δάσος του Ακάμα;

Πυρκαγιές  Σκουπίδια  Παράνομη δόμηση  Κλιματική αλλαγή

1. Αν μπορούσα να μιλήσω στο Δάσος του Ακάμα, θα του έλεγα....

2. Αν μπορούσε να μιλήσει το Δάσος του Ακάμα, τι θα μου έλεγε...

-----  
-----  
-----  
-----

Μήνυμα Φύλακα της Φύσης

Ο Ακάμας δεν είναι απλώς ένα δάσος.

Είναι ένας ζωντανός θησαυρός γεμάτος ενδημικά φυτά, σπάνια ζώα και ιστορίες χιλιάδων χρόνων.

Όταν τον παρατηρώ, όταν τον σέβομαι, όταν δεν αφήνω πίσω μου σκουπίδια

γίνομαι κι εγώ προστάτης του



## Αναστοχασμός Μαρτίου

«Μάρτιος - Το άρωμα της άνοιξης & οι φύλακες της ζωής»

### Αναστοχασμός

- Τι ένιωσα όταν είδα την Κύπρο να “ξυπνά” και να πρασινίζει;
- Τι έμαθα για τη λεβάντα και την ιστορία της στις αυλές της Κύπρου;
- Ποιο σημείο από τον Ακάμα μου έκανε τη μεγαλύτερη εντύπωση (φυτό/ζώο/θάλασσα);

### Σύνδεση με τη φύση & την παράδοση

- Αν η λεβάντα μπορούσε να μιλήσει, τι θα μου έλεγε για τη φροντίδα και την ηρεμία;
- Τι σημαίνει για μένα ότι ο Ακάμας είναι NATURA 2000 και προστατεύεται;
- Πώς συνδέεται η παράδοση (βότανα, νησίσιμα, ταχίνι, καράολοι, μυρωδιές στο σπίτι) με το “σέβομαι τη φύση”;

### Δράση (το δικό μου βήμα)

- Ποιο μικρό βήμα μπορώ να κάνω από σήμερα για να προστατεύω γη, δάσος και θάλασσα;
- Τι μπορώ να αλλάξω στις συνήθειές μου για λιγότερο πλαστικό/σκουπίδια;
- Ποια “φροντίδα” θέλω να συνεχίσω μέχρι τον Απρίλιο;

### Κουτί Γνώσης Μαρτίου (σύντομο & δυνατό)

Ο Μάρτιος μας έδειξε ότι η ζωή είναι παντού: στο άρωμα της λεβάντας, στα μονοπάτια του Ακάμα, στην άγρια ζωή της Κύπρου, ακόμη και στο αόρατο φυτοπλαγκτόν που μας χαρίζει οξυγόνο. Όταν προστατεύουμε τη φύση, προστατεύουμε και το μέλλον μας.

### Υπόσχεση Φύλακα – Μάρτιος

«Υπόσχομαι να ανθίζω... και να προστατεύω»

Μικρέ μου φύλακα, ο Μάρτιος μου έδειξε ότι η άνοιξη δεν έρχεται με θόρυβο. Έρχεται με άρωμα, με ζωή και με μικρές πράξεις. Από τη λεβάντα έμαθα τη γαλήνη. Από τον Ακάμα έμαθα τον σεβασμό. Από το φυτοπλαγκτόν έμαθα ότι κάτι μικρό μπορεί να κρατά τον κόσμο ζωντανό. Από την άγρια ζωή έμαθα ότι η φύση χρειάζεται φύλακες.

Και τώρα υπόσχομαι:

Υπόσχομαι να:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

### ✨ Μικρή φράση-σφραγίδα μήνα (σαν “υπογραφή”)

«Ό,τι φροντίζω με αγάπη... ανθίζει. Κι ό,τι σέβομαι... συνεχίζει να ζει.»



## Βιβλιογραφική ανασκόπηση

<https://www.polignosi.com/cgibin/hweb?-A=7704&-V=limmata>

## Μεγάλη Κυπριακή Εγκυκλοπαίδεια

<https://akamas.org.cy/el/a-proud-heritage/akamas-peninsula/>

<https://www.moa.gov.cy/moa/fd/fd.nsf/All/6267689D94794621C2258504002A7090?OpenDocument>

<https://www.polignosi.com/cgibin/hweb?-A=1116&-V=limmata>

<https://www.cypruspost.post/el/europe-2019>

<https://www.visitcyprus.com/el/el-anakalypste-ten-kypro/el-politismos-threskeia-el-anakalypste-ten-kypro/el-axiotheata-mnemeia-el-politismos-threskeia-el-anakalypste-ten-kypro/palaipafos-kouklia-archaeological-site-2/>

<https://www.culture.gov.cy/dmculture/da/da.nsf/All/2AB57D1E4CEFEFA0C225719B00248E46?>

OpenDocument



**Σχέδιο του μήνα!**

# Σημειώσεις

# Σημειώσεις

# Σημειώσεις

# Σημειώσεις

# Σημειώσεις

# Σημειώσεις

# Σημειώσεις

# Σημειώσεις

# Σημειώσεις