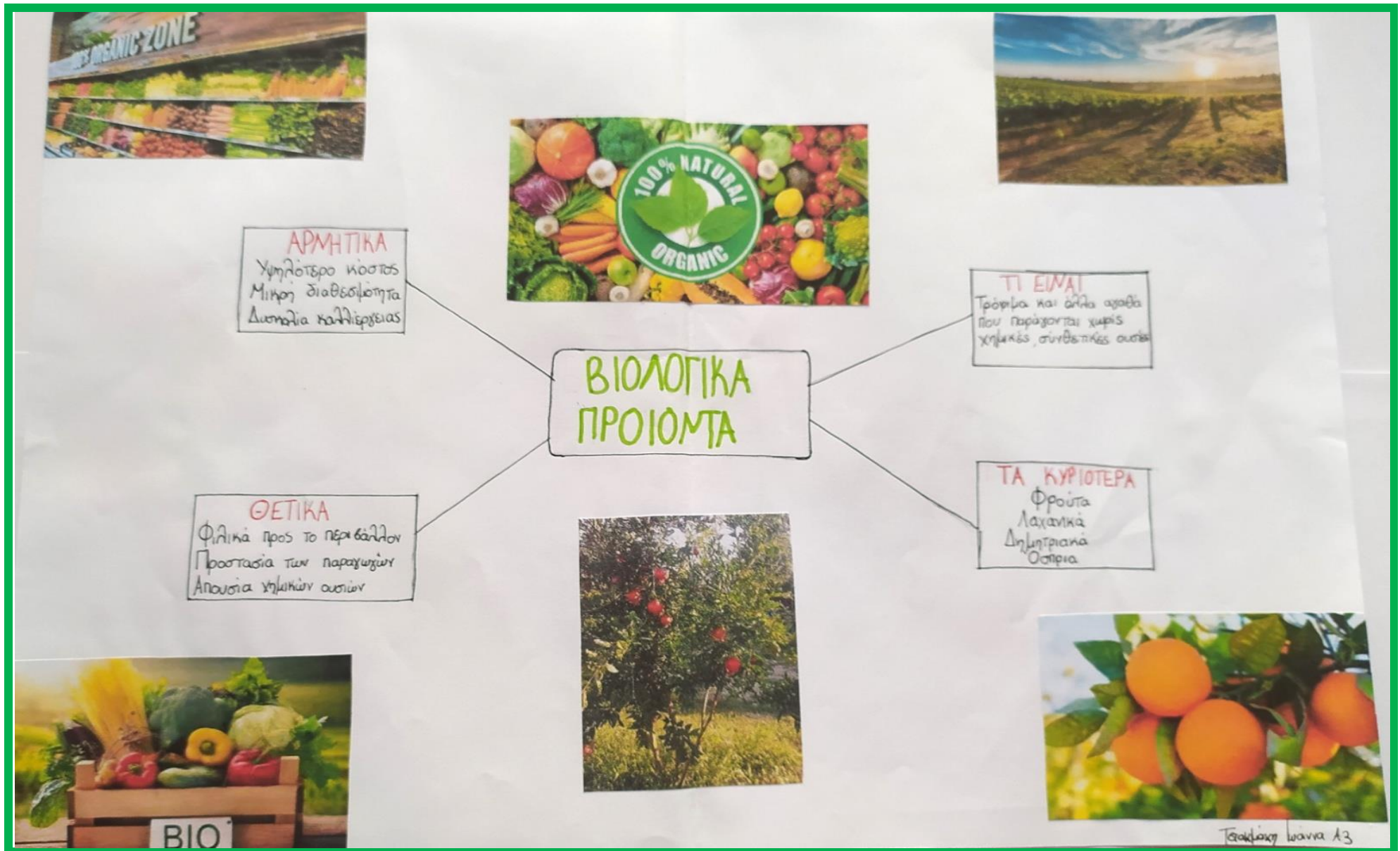


ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ - ΕΡΓΑ (Α΄ΤΑΞΗ)



ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΚΡΗΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Βασικά Συστατικά:

Φυτικά τρόφιμα:

1. Φρούτα & Λαχανικά
2. Οσπρία
3. Δημητριακά
4. Ξηροί καρποί

Λιπαρά:

α) Ελαιόλαδο

Πρωτεΐνες:

1. Ψάρι
2. Γαλακτοκομικά
3. Κρέας

Άλλα στοιχεία:

α) Χρυσά



Οφέλη:

1. Πρόληψη Καρδιαγγειακών Νοσημάτων
2. Μείωση Καρκίνου και Νευροεκφυλιστικών Ασθενειών
3. Υψηλή Ποσότητα Ορεκτικών Συστατικών
4. Φυσική Ενέργεια



Συστατικά

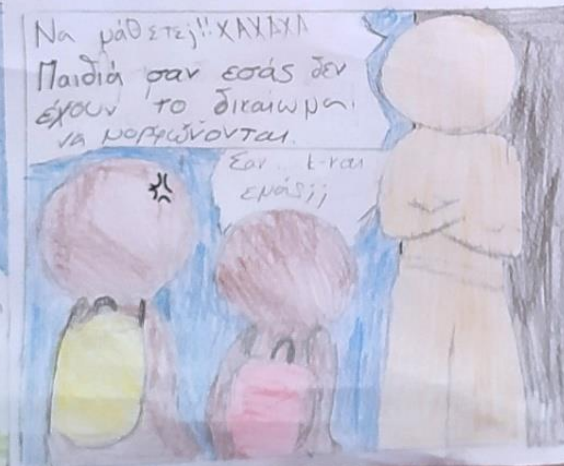


Η παραδοσιακή διατροφή βασίζεται σε φυτικά τρόφιμα, όπως φρούτα, λαχανικά, οσπρία και δημητριακά ολικής αλέας, με ελαιόλαδο ως κύρια πηγή λιπαρών. Περιλαμβάνει επίσης ψάρι σε μέτρια κατακόνη, γαλακτοκομικά προϊόντα διαούρι και κρέας σε μέτρες ποσότητες και η κατανάλωση κόκκινου κρέατος είναι πολύ περιορισμένη.



Α. Μαρία Αφενάκη, Λόγια Δόξα

ΚΑΤΑΠΑΤΗΣΗ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΑΝΘΡΩΜΑΤΩΝ



ΕΠΙΛΙΘΗ
ΕΧΟΥΜΕ ΤΟ
ΔΙΚΑΙΩΜΑ



ΚΑΤΑΠΛΗΘΙΣΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ



A1
Κουτουκτοή Αναστασία
Αρχιτεκτονικού Ειρήνη

ΠΑΙΔΙΚΟΣ

ΑΝΑΛΦΑΒΕΤΙΣΜΟΣ :

opinion *opinion* - a statement of what one thinks or believes about something. It is often based on personal experience or knowledge.

Needs

[illegible]

ΑἰΤΙΩ

Ta. Samia Nera cirai:

- Φαίμενα και αιτιατικές διαταραχές
 - Παιχνίδια συμφορές και ατελειότητες
 - Κοινωνικές αντιστάσεις (απόρριψη, μοιραϊσμός, αλληλεπιδράσεις)
 - Παιδί και σχολείο
 - Έλλειψη σχολικής υποδομής
 - Οικονομικά προβλήματα
 - Πολυπονημένοι παράγοντες
- 



Συνέληες

Σημ. 101810:

- Περιορισμένες επαγγελματικές ευκαιρίες στο βέλλαν.
- Χαμηλό εισόδημα και φτώχεια (στο βέλλαν)
- Κοινωνικός αποκλεισμός
- Αυξημένος κίνδυνος εκβιασμού
- Περιορισμένη πρόσβαση σε πληροφόρηση σχετικά.

Συνέπεια σε κοινωνικά επίπεδα:

- ΕΠΙΒΡΕΒΥΝΤΙ ΑΙΚΑΔΗΜΙΚΗΣ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ
- ΑΥΞΗΣΗ ΑΝΕΡΓΙΑΣ
- ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΝΙΣΟΤΗΤΑ
- ΠΕΡΙΟΡΙΣΤΕΥΜΕΝΗ ΘΗΡΟΚΡΑΤΙΚΗ ΕΥΦΟΡΙΑ
- ΑΝΟΡΘΟΓΩΓΙΑ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ ΟΝΣ ΧΕΙΛΟ ΣΕ ΧΕΙΛΟ

SYNOPSIS

Eligibility ~~considering~~ ~~expans~~ 6-11 (cont)

1p1 to 8aqlia Elna/Soren/Elna (15-17 enry)

- 130 εκατομμύρια περίπου σε όλες τις ηλικίες είναι ελαστικοί.

Oι χυδές δε τς λεγαίνετες αναλογίες παίδων
είναι έκδοσιον εἰς τὴν ἀπρίκην καὶ τὴν κερπίκην
καὶ Νόμον Ἀσίου.

Τρόποι Καταστροφής

1. Δυσχερές και υποχρεωτική εκπαίδευση
2. Ενίσχυση φτωχών οικογενειών
3. Προσβάσιμοι εργαζόμενοι λαοί
4. Εκπαίδευση ενηλίκων
5. Υποδομή εκπαίδευσης
6. Διεθνείς όργανα



“Illiteracy”

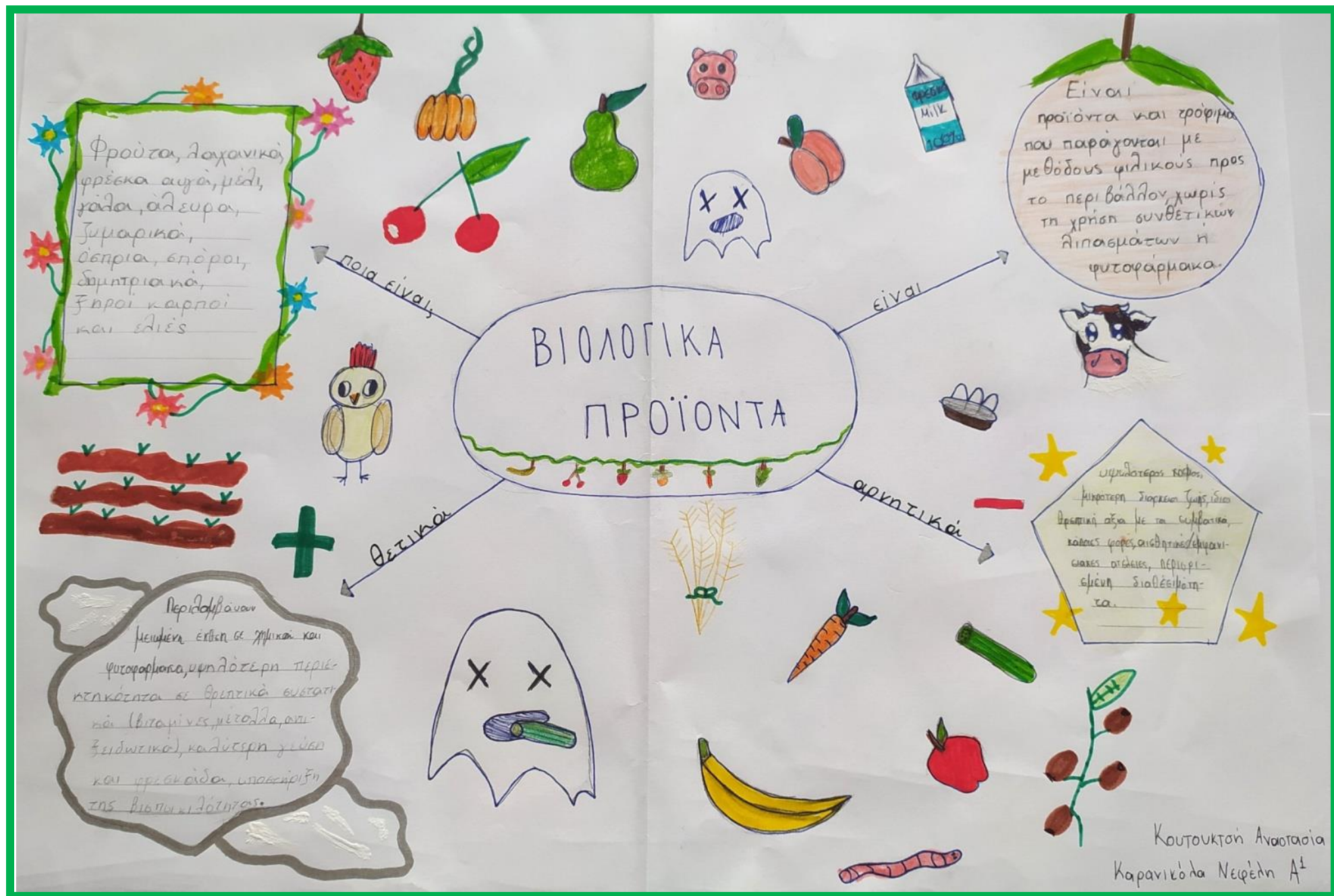


Νικόλαος Κασσώπουλος
Ελευθέριος Κοζινέρης

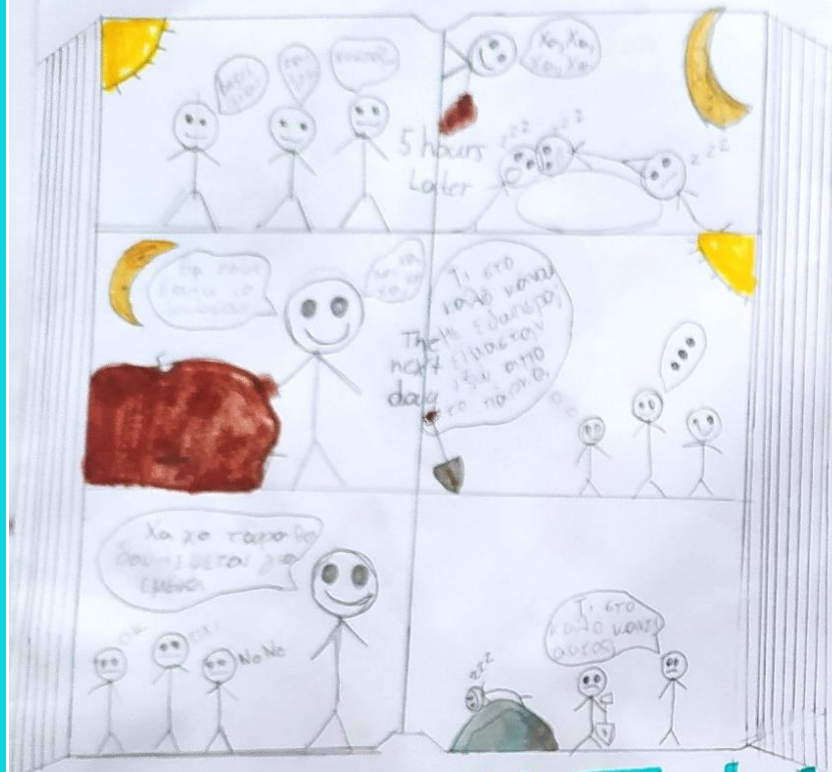
ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

Κατερίνα Λυκοπούλου
Μαρία Μάτη Α2





ΠΑΙΔΙΚΗ



ΕΡΓΑΣΙΑ



Ναζιζο Βαρανικα
Ανδρεας Κοτσοκωστος



Τα βιολογικά προϊόντα είναι τρόφιμα που παράγονται με φυσικές μεθόδους χωρίς συνθετικά χημικά λιπάσματα, φυτοφάρμακα, ορμόνες, αντιβιοτικά και εκλεκτικές αναπαραγωγικές συσκευές υφιστάμενες προδιαγραφές και ελέγχους με σκοπό τη βελτιστοποίηση την ποιότητα του περιβάλλοντος και την υγεία, προσφέροντας συχνά πιο έντονη γεύση και λιγότερα πρόσθετα.



1. Καλύτερα για την υγεία
2. Προστατεύουν το περιβάλλον
3. Καλύτερη ποιότητα και γεύση
4. Καλύτερη μεταχείριση ζώων
5. Στήριξη τοπικών παραγωγών



ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

ΘΕΤΙΚΑ

ΛΗΠΤΙΚΑ

1. Πιο ασφαλή
2. Διεύρυνση εύρους
3. Μικρότερη παραγωγή
4. Μικρότερη διάρκεια ζωής
5. Χρησιμοποιούνται στην οικιακή οικονομία



Τα κυριότερα βιολογικά προϊόντα περιλαμβάνουν φρέσκα φρούτα, λαχανικά, αυγά, κρέας, ψάρια, σιτηρά, γαλακτοκομικά, ελαιόλαδο, τυριά, αλεύρι, μέλι, φυτικά έλαια και επεξεργασμένα προϊόντα όπως μαρμελάδες, αλλαντικά, εναλφικά γαλακτα, όλα παραγόμενα χωρίς χημικά λιπάσματα, φυτοφάρμακα, ορμόνες ή αντιβιοτικά.



Μαρία Αδελαΐ
Μαρία Δοξοπού

ΚΑΤΑΠΛΗΘΥΝΣΗ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ !!!



HUMAN
RIGHTS



Μάρθα Μπαλόγλου & Αγαθός Παναγιώτης Βαϊνά Α'2

ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ:

- ✗ Πιο ακριβά
- ✗ Μικρότερη διάρκεια ζωής
- ✗ Μικρότερη ποσότητα παραγωγής

ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ:

- ✓ Πιο υγιεινά και πιο νόστιμα
- ✓ Περισσότερες βιταμίνες και μέταλλα
- ✓ Λιγότερα κηρίνα
- ✓ Φίλικα προς περιβάλλον



ΤΙ ΕΙΝΑΙ;

Είναι προϊόντα που παράγονται με μεθόδους φιλικές προς το περιβάλλον, χωρίς τη χρήση κηρικών, λιπασμάτων και φυτοφαρμάκων!

ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ;

Αυγά

Κρέας

Καρποί

Δημητριακά

Φρούτα

Λαχανικά

Α'1

ΓΚΙΝΔΗ & ΑΘΑΝΑΣΕΡΗ
ΜΑΓΙΑ & ΔΗΜΗΤΡΑ

ΚΑΤΑΠΑΤΗΣΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ



Η καταπάτηση ανθρωπίνων δικαιωμάτων συμβαίνει όταν θεμελιώδεις ελευθερίες και δικαιώματα, όπως ορίζονται από το διεθνές δίκαιο, αγνοούνται, περιορίζονται ή παραβιάζονται από κράτη, οργανώσεις ή άτομα.

ΣΚΛΑΒΙΑ



HUMAN RIGHTS



ΔΟΥΛΕΙΑ



ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Κύριες μορφές καταπάτησης

- Βία και σωματική ακεραιότητα: βασανισμός, εξωδικαστικές εκτελέσεις, γενοκτονία και χρήση παιδιών στρατιωτών
- Προσωπική ελευθερία: αυθαίρετες συλλήψεις, καταναγκαστική εργασία, δουλεία και εμπόριο ανθρώπων
- Κοινωνικές/Πολιτικές ελευθερίες: Διακρίσεις λόγω φύλης/φύλου, καταστολή της ελευθερίας λόγου
- Βασικές ανάγκες: στέρηση τροφής, καθαρού νερού και υγιεινότητας περιβάλλοντος

A¹

Κατουνιστή Αναστασία
Αρχιτεκτονίδου Ειρήνη

ΟΙΚΟΥΜΕΝΙΚΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗ & ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ



Γιωργος
Καλλιμαχης Αλ
Παιδαγωγικη
Κατηγορια

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΕΡΟΙ ΣΤΑΘΜΟΙ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ

539 μ.Χ.

Ο Κώδικας του Κύρου

Θεωρείται ο πρώτος χαρτης των δικαιωμάτων του Ανθρώπου. Έχει μεταφραστεί στις 6 επίσημες γλώσσες του ΟΗΕ και οι διατάξεις του προσιδιάζουν στα τέσσερα πρώτα άρθρα της Οικουμενικής Διακήρυξης των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων.



1215 μ.Χ.

Η Magna Charta ή Μάτζεν Χάρτης

Ήταν σημαντική πρώτη επιρροή στην ευρεία ιστορική διαδικασία που οδήγησε στον κανόνα του συνταγματικού δικαίου στον σημερινό αγγλόφωνο κόσμο. Θεωρείται από τα πλέον σημαντικά νομικά έγγραφα στην εξέλιξη της σύγχρονης δημοκρατίας και αποτέλεσε ένα σημαντικό κομμάτι στην μάχη για την θεμελίωση της ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ.



1776 μ.Χ.

Διακήρυξη της Ανεξαρτησίας

Η Διακήρυξη έδωσε έμφαση σε 2 θέματα: στα ατομικά δικαιώματα και στο δικαίωμα στην επανάσταση. Αυτές οι ιδέες, καθώς υποστηρίχθηκαν ευρύτατα από τους Αμερικανούς και διαδόθηκαν διεθνώς, επηρέασαν ειδικά τη Γαλλική Επανάσταση.

1789 μ.Χ.

Η Διακήρυξη των Δικαιωμάτων του ανθρώπου

Υιοθετήθηκε από την Εθνική Συνταγματική Συνέλευση ως το πρώτο βήμα για τη σύνταξη του συντάγματος της Γαλλικής Δημοκρατίας.

1948 μ.Χ.

Η Οικουμενική Διακήρυξη των Δικαιωμάτων του Ανθρώπου.

Είναι η Διακήρυξη που υιοθετήθηκε από τη Γενική Συνέλευση του Ο.Η.Ε.



Αννα Γιόχανη
Γιαννούτσου ΑΔ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΑΙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Η μεσογειακή διατροφή είναι ένα διατροφικό πρότυπο που βασίζεται στις παραδοσιακές διατροφικές συνήθειες των λαών που ζουν στις χώρες γύρω από τη Μεσόγειο και συνδέεται με τη μακροζωία και τη χαμηλή συχνότητα εμφάνισης χρόνιων ασθενειών, την πρόληψη καρδιαγγειακών νοσημάτων, διαβήτη τύπου 2 και κάποιων μορφών καρκίνου.

Οφέλη:

Η μεσογειακή διατροφή έχει συνδεθεί με πολλαπλά οφέλη για την υγεία, όπως η προστασία από καρδιαγγειακές παθήσεις, η ρύθμιση του σακχάρου στο αίμα και η υποστήριξη της γνωστικής λειτουργίας.



ΒΑΣΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Φυτικά Τρόφιμα:

Δίνεται έμφαση σε μεγάλη ποσότητα φρούτων, λαχανικών, οσπρίων, ξηρών καρπών και δημητριακών ολικής άλεσης.

Ελαιόλαδο:

Αποτελεί την κύρια πηγή λίπους.

Ψάρια και Πουλερικά:

Καταναλώνονται σε μέτρια ποσότητα.

Γαλακτοκομικά σε μέτριες ποσότητες,

Κρασί: με μέτρο, κυρίως κόκκινο.



Γιαννοπούλου
Γεωργία Άννα

ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ

ΠΑΙΧΝΙΑΙ



ΠΕΡΙΟΜΨΗ

ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ

ΕΘΝΙΚΟΤΗΤΑ

φορές προστασίας στην Ελλάδα
- Συμφωνία του παιδιού
- Το χαρτολάι του παιδιού
- Εθνική γραμμή παιδικής προστασίας



ΑΣΦΑΛΕΙΑ

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

ΨΑΓΗΤΟ



ΝΕΡΟ



Μορφές καταπίεσης
→ Βία και κακοποίηση
→ παιδική εργασία
→ Έλλειψη πρότερης βι
βιστικής αρωσία
→ βίαιη διακρίση
→ πρώτα γαχοί

ΜΑΓΙΑ ΓΚΙΝΔΗ

ΑΘΑΝΑΣΙΑ ΔΗΜΗΤΡΑ

Είναι προϊόντα
χωρίς χημικά
και χωρίς
φάρμακα που
βλάπτουν την υγεία

ΘΕΤΙΚΑ

- Είναι καλά για την υγεία
- Δεν περιέχουν χημικά
- Είναι πιο φιλικά προς το δέντρο
- Είναι γρήγορα προς το περπάτημα



ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

ΑΡΝΗΤΙΚΑ

Τα περισσότερα βιολογικά
προϊόντα είναι
φρούτα και λαχανικά
π.χ. μήλα, παρμπρίζ,
φασολάδες, κ.λπ.

- Είναι αργότερα πιο
αυξημένη η τιμή
τους
- Δεν τα βάζουν
ευκολότερα
- Δεν τα βάζουν
ευκολότερα

Αριστερή Τεχνική
Επικριτική Ιστορία

ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ!!!

Τα παιδιά έχουν φωνή
ας την ακούσουμε!!!

Κανένα παιδί μόνο του!

Σχολείο για όλα τα παιδιά!

Το μέλλον ανήκει

προστατέψτε στα
παιδιά

Μικρές φωνές
μεγάλα δικαιώματα



Όλα τα παιδιά ίσα!

Παιδιά ασφαλή, κοινωνία δικτύου!

Ένα χαμόγελο για κάθε
παιδί!

Ελένη Μπαλόγλου Α2
Ευφροσύνη Κυριακίδου

Η ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ

ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ



ΜΗΝΙΑΙΑ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΑ

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ



Η πυραμίδα της Μεσογειακής Διατροφής προσδιορίζει κάθε είδος τροφής και την συχνότητα τους σε καθημερινά, εβδομαδιαία και μηνιαία χρονικά διαστήματα.

Καλό είναι να αποφεύγονται ανθυγιεινές τροφές που περιέχουν συνθετικά όπως:

- Ζάχαρη
- επεξεργασμένα αλεύρα
- λιπαρά
- μεταποιημένο κρέας.

ΓΚΙΝΔΗ ΜΑΓΙΑ
ΑΘΑΝΑΣΙΕΡΗ
ΔΗΜΗΤΡΑ

A'1

ΠΡΟΣΤΑΤΕΣ ΤΩΝ
ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ



Καρακίτσου Μαρίνα, Αρσενίδου Σίσσυ Α1'

Βιολογικά προϊόντα είναι τρόφιμα και προϊόντα που παράγονται χωρίς χημικά λιπάσματα, συνθετικά φυτοφάρμακα, ορμόνες ή γενετικά τροποποιητικούς οργανισμούς (ΓΤΟ). Η παραγωγή τους βασίζεται σε φυσικές μεθόδους καλλιέργειας και εκτροφής.



- Πιο γρήγορα χάνει αποστείρωση ~ πιο "καθαρά" τρόφιμα
- Πιο φισκή γεύση για πολλούς καταναλωτές



ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

Τι είναι:

Μειονεκτήματα

Μειονεκτήματα

Τα κυριότερα:



- Ξυνηθιά πιο ακριβά
- Όχι απαραίτητα πιο δρεπτική σε όλη τις περιπτώσεις



Αγαθό και Μάρδα

- Φρούτα & λαχανικά
- Γαλακτοκομικά
- Κρέας & αυγά
- Δημητριακά & όσπρια
- Ελαιόλαδο & λάδι
- Άρσσι, μέλι & βούτυρο
- Έκτομα προϊόντα με βιολογικές πρώτες ύλες.

ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΑΡΧΑΙΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ

Δημητριακά

Η βάση της διατροφής των αρχαίων Ελλήνων ήταν τα δημητριακά, τα οποία συνήθως συνοδεύονταν από σπαραγμητευτικά (λαχανικά, κρεμμύδια, φακές και ρεβίθια). Οι Έλληνες καταναλώναν ιδιαίτερος τα δημητριακά και κυρίως το σιτάρι.

Κρέας

Οι αγροτικές οικογένειες είχαν πρόσβαση σε πτηνά και θαλάσιους, πουλερικά και χήνες οι πλούσιότεροι. Μπορούσαν να διατηρούν κοπάδια με πρόβατα, κατσίκες και γουρούνια. Οι περισσότεροι έτρωγαν κρέας αρνίσιο ή κατσίκινο μούαλα σε σιρότες.

Ψάρια

Οι σαρδέλες, οι γαύροι και οι μαρίδες αποτελούσαν φαγητά της καθημερινότητας για τους Αρχαίους Αθηναίους.

Ελαιόλαδο-Κρασί

Το ελαιόλαδο ήταν απαραίτητο και χρησιμοποιούνταν καθημερινά στη διατροφή των Αρχαίων Ελλήνων. Το φαγητό συνόδευε κρασί σκόνη, λευκό ή ροζέ αναμειγμένο με νερό.

Καθημερινά Μαρίνα, Καθημερινά Αναστασία 2020



Προστάτες των ανθρωπίνων δικαιωμάτων



Οι προστάτες των ανθρωπίνων δικαιωμάτων είναι άτομα ή οργανώσεις που αγωνίζονται για την προστασία της ελευθερίας, της ιδιότητας και της αξιοπρέπειας όλων των ανθρώπων. Δρούν ενάντια σε αδικίες όπως φτώχεια, ρατσισμός, βία και διακρίσεις, προωθώντας τη δικαιοσύνη και την ειρήνη. Σοφά αναγνωρίζουν δυσκολίες ή κινδύνους, αλλά συνεχίζουν να υπερασπίζονται τα δικαιώματα των ανθρώπων με θάρρος.

Η Ρίφα Πάρκς (1913-2005)

ήταν αμερικανίδα ακτιβίστρια για την κατάργηση της ρατσιστικής διακρίσεως. Είχε παρτίκι στο σχολείο για την αγωγή της να παρακολουθεί τη θέση της σε ένα λεωφόρο με διαφάνεια στο Μοντγκόμερι της Αλμπέρτα.



Ο Μαρτίν Λούθε Κινγκ Τζούνιορ ήταν ο κορυφαίος ηγέτης του αμερικανικού κινήματος κατά των διακρίσεων, προωθώντας την ειρήνη και την ενότητα.



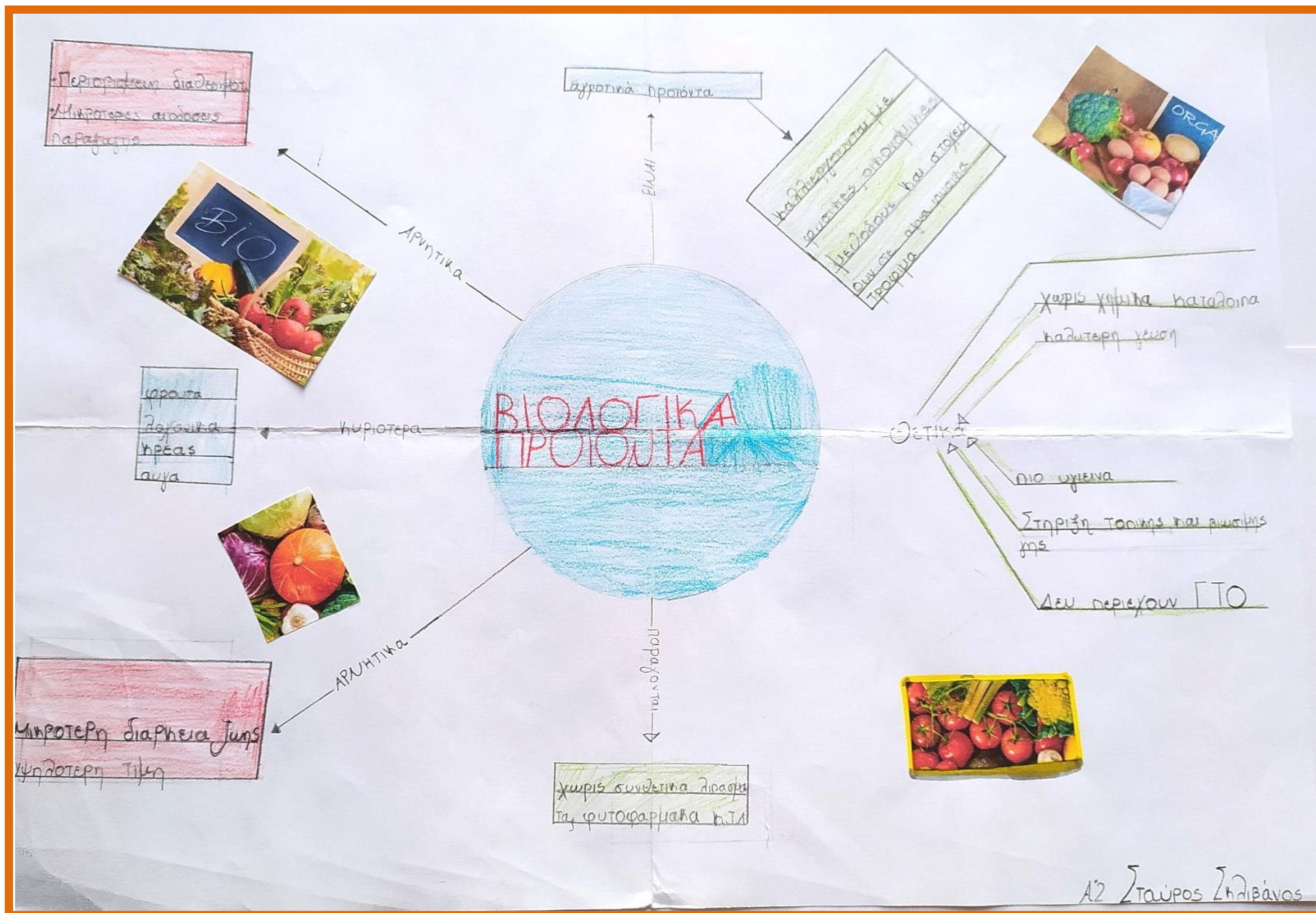
Ο Μαχάτμα Γανννν (1869-1948) ήταν ένας διακεκριμένος και παγκόσμιος ηγέτης που οδήγησε την Ινδία στην ανεξαρτησία από τη βρετανική κυριαρχία. Είναι παγκόσμιος γνωστός για τη φιλοσοφία της μη βίαιης αντίστασης, η οποία ενέπνευσε κινήματα για τα πολιτικά δικαιώματα και την ελευθερία σε όλο τον κόσμο.



Ο Μπαράκ Ομπάμα (44ος Πρόεδρος των ΗΠΑ) παραμένει μιστός της πιο εδαφικής προοπτικής, λογαριασμός παγκόσμιος, εστιάζοντας στην ειρήνη και την νέας γενιάς ηγετών και την προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.



Ιωάννα Στεκοίδη
Αριάνη Τσαλτσού



Α2 Σταύρος Ζηζιβάκος

« Καταπάτηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων »



Συνέπειες =

Άμεση συνέπεια της κατάπασης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων είναι η ημιτελής ανάπτυξη του ανθρώπου σε κάθε πλευρά της δραστηριότητάς του. Πιο συγκεκριμένα, ο έννοιος «ανθρώπος» περιφρονείται, η ανθρωπινή πρωτοποριότητα εξευτελίζεται και η αξιοπρέπεια του ατόμου χάνεται. Επιπλέον, διαμορφώνεται αντικοινωνικός χαρακτήρας που οδηγεί στην εξορία του αφορολήσιμου και περιορίζονται οι ηνευμάζικοι ορίζοντες. Έτσι οι αρχές της αξιοκρατίας και της ισότητας προσβάλλονται, ο φανατισμός και η μεθολλοδός ενισχύονται, και τελικά κυριόρχουν η βία και η αναρχία.



Ορισμός:

Η κατάσταση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων είναι η προση παραποίηση των θιμελών ελευθέρων και δικαιωμάτων που ανήκουν σε όλους τους ανθρώπους, ανεξαρτήτως φύλης, φυλής, εθνικότητας, θρησκείας ή άλλων χαρακτηριστικών. Περιλαμβάνει από ακραίες μορφές, όπως γινοκτονία, βασανιστήρια, μέχρι καθημερινά διακρίσεις, εκμετάλληση και άρνηση πρόσβασης σε βασικά αγαθά και υπηρεσίες.



VIOLATION OF HUMAN RIGHTS



Καταπάτηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων

Α/2 Αναστοσία ΚΡΕΤΣΟΥ Ευαγγελία Ηααααα

ΚΡΗΤΙΚΗ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ :)

Η Κρητική διατροφή είναι το καλύτερο μοντέλο της « Μεσογειακής Διατροφής ». Μετά από έρευνα ^{αποδείχθηκε} διατροφή που χαρίζει μακροζωία και καλή υγεία. Οι κάτοικοι της Κρήτης τρώνε τοπικά, εποχιακά προϊόντα, λίγο κόκκινο κρέας και καθόλου επεξεργασμένα τρόφιμα. Η διατροφή τους είναι απλή και περιλαμβάνει ελαιόλαδο, κρασί, μέλι, γαλακτοκομικά, ψωμί, παξιμάδια, λαχανικά, φρούτα, άχρια χόρτο, βότανα και μυρωδικά. Χαρακτηριστικά πιάτα της Κρήτης είναι η σαλάτα ντάκος, μισοθρόνητα, χοχλιοί μπαμπούριετοι (βαλιχάρια), χεμιντά και πολλά άλλα.



Οφέλη για την υγεία

Η κρητική διατροφή σχετίζεται με:

- ▶ Μακροζωία
- ▶ Μειωμένα ποσοστά καρδιαγγειακών παθήσεων
- ▶ Καλύτερο έλεγχο του σακχάρου και της χοληστερίνης
- ▶ Χαμηλότερο κίνδυνο για καρκίνο και νευροεκφυλιστικές ασθένειες.



A1

Ελευθέριο Καζινέρης
Νικόλας Κασσάπουλος

Τσατζίκι

- 1** Προετοιμασία: Στραγγίζετε το γιαούρτι για να γίνει πιο πηχτό.



- 2** Τρίψιμο: Τρίβετε αγγούρι και σκόρδο

- 3** Αναμίξηση: Ανακατεύετε το γιαούρτι, το αγγούρι, το σκόρδο και προσθέτετε ελαιόλαδο, ζυδί και αλάτι.



- 4** Βερβίρισμα: Αφήνετε στο ψυγείο για λίγο για να δέσουν οι χεύσεις before serving.

Νεφέλη

ΚΑΤΑΠΙΣΤΗ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ (ΘΕΜΑ 4:)

Ποιος είναι ο ορισμός;

Ως καταπίστη ή παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων ορίζεται κάθε ενέργεια, πράξη ή παράλειψη από πλευρά κράτους, κρατικών οργάνων, οργανισμών ή ατόμων που αφορά περιορισμό, έλλειψη ή παραβίαση των θεμελιωδών ελευθεριών και τα δικαιώματα που αναγνωρίζονται σε κάθε άνθρωπο βάσει διεθνών συνθηκών και ως Οικουμενικής Διακήρυξης των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων.

Μορφές Καταπίστης:

- Βασανιστήρια
- Αυθαίρετες συλλήψεις
- Διοκρίσεις
- Εμπορία ανθρώπων
- Ίσχυση βασικών αναγκών

Κοσμοδόξηση

Αυτό που μπορεί να κριθεί καταρχήν είναι επιμέρους στους νέους καθώς είναι η επιβολή γενιά, ώστε να θυμίσουν για αυτή ώστε να ξεκινούν μελλοντικά τα παθήματα της καταπίστης. Έπειτα πολλές φορές η καταπίστη γίνεται μέσω παιδών, όπως μπορεί να είναι νόμοι για το πως πρέπει μια καταπίστη να γίνει να επιπιδείσει στον υποκαταλήφτο λαό. Επίσης να είναι κατόπιν ενέργειας ώστε να μην υπάρχουν πρόσφυγες χωρίς επίτρε και αναγκαία πράγματα για την επιβίωσή τους.



ΟΛΟΙ ΕΙΜΑΣΤΕ
ΕΝΑ

Συνέπεια καταπίστης!

- Ψυχολογικά και σωματικά τραύματα
- Κοινωνική αστάθεια
- Υποβάθριση της ποιότητας ζωής
- Διεθνείς κυρώσεις



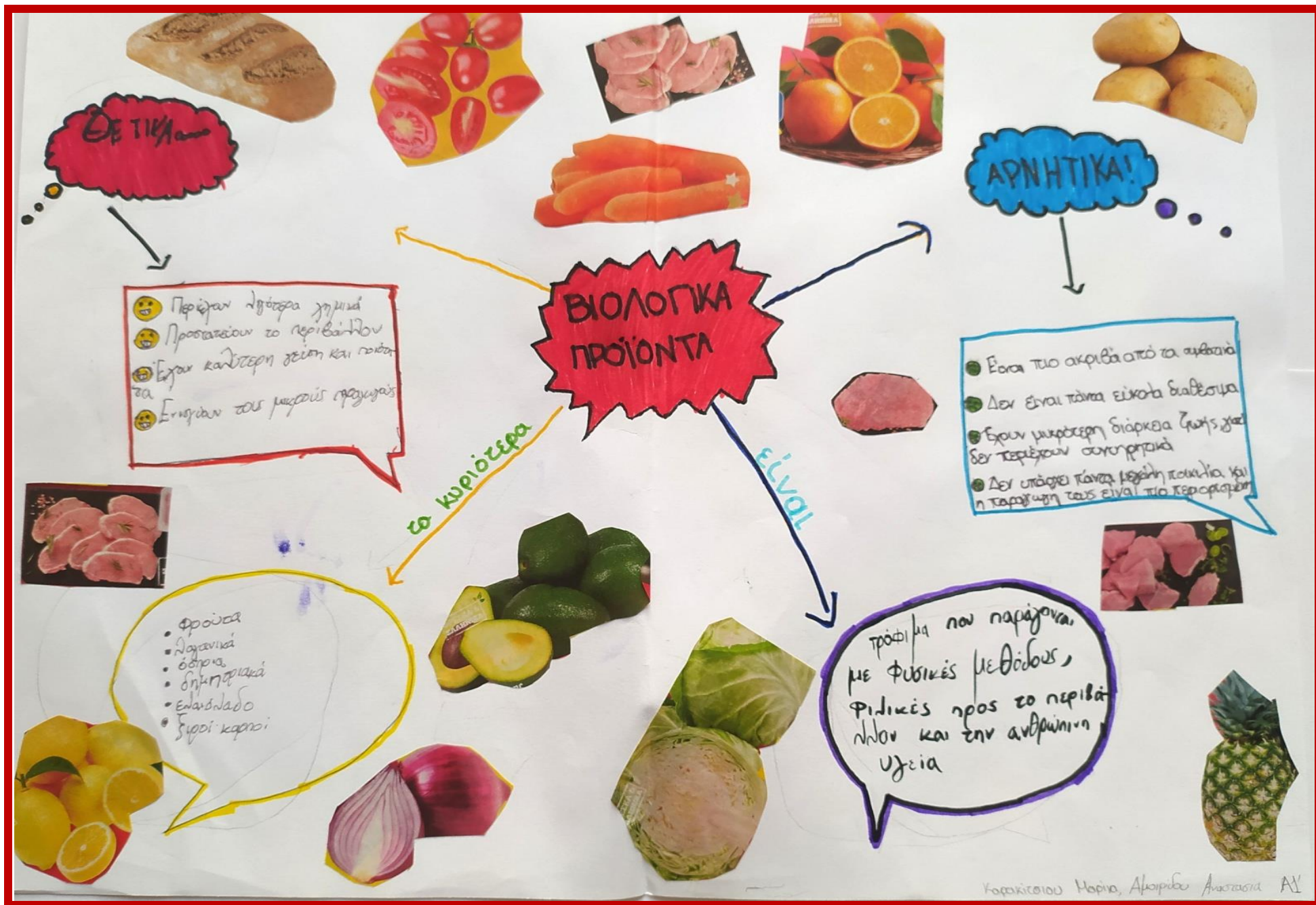
Μερικά ανθρώπινα δικαιώματα που καταλαμβάνονται είναι:

- Παιδική εργασία (για να μην σε ληστείες χώρες όπως η Κίνα)
- Το δικαίωμα του ελεύθερου πνεύματος
- Δικαιώματα γυναικών (πρόσβαση)

Γιατί συμβαίνει η καταπίστη;

Η καταπίστη ανθρωπίνων δικαιωμάτων συμβαίνει όταν κράτη, ομάδες ή άτομα αγνοούν, αρνούνται ή παραβιάζουν τις θεμελιώδεις ελευθερίες και τις αξίες που προσπαθείται από διεθνείς συνθήκες.





ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

1. Δικαίωμα Επιβίωσης = τη στέγη
2. Δικαίωμα Ανάπτυξης
3. Δικαίωμα Προστασίας, από βία και ένοπλες συγκρούσεις
4. Δικαίωμα Συμμετοχής σε δραστηριότητες
5. Δικαίωμα στο υπέρτατο συμφέρον του παιδιού
6. Δικαίωμα στη μη διάκριση
7. Δικαίωμα στη ζωή την επιβίωση και την ανάπτυξη
8. Δικαίωμα στην ελευθερία έκφρασης και την θρησκεία



Σε ποιες χώρες καταπατούνται τα δικαιώματα

Λαϊκή Δημοκρατία του Κογκό

Σομαλία και την Μισηρία

Σουδάν, Ουκρανία και Αιτή

Νότια Ασία και Υποσαχάρα Αφρική



Κάρτες με τα δικαιώματα των παιδιών



Τοιοφάνης Ιωάννης, Σαφάρη Άννα-Μαρία

ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ



Η μεσογειακή διατροφή οφείλει στην καρδιά του εγκεφάλου και τη γενική υγεία μειώνοντας τον κίνδυνο χρόνιων ασθενειών και συμβάλλοντας στην μακροβιότητα, χάρη στην πλούσια κατανάλωση ξηρών καρπών, λαχανικών, φρούτων, ψαριών, οσπρίων, και την περιορισμένη πρόσληψη επεξεργασμένων τροφών.



ΟΦΕΛΗ

1. Οφέλη για την καρδιά και το κυκλοφορικό σύστημα
2. Προστασία από χρόνιες ασθένειες
3. Μειώνει τον κίνδυνο καρδιακών παθήσεων
4. Ρυθμίζει της αρτηριακής πίεσης
5. Οφείλει για τον εγκέφαλο και την γνωστική λειτουργία
6. Οφείλει για την μεταβολική υγεία και τον έλεγχο βάρους

Δίκαιη Δίκη



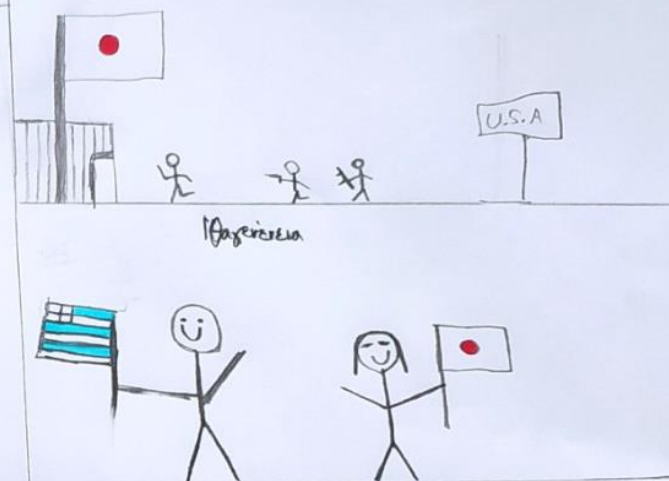
Πρωτική Ζωή



Ελευθερία μετακίνησης



ΑΣΥΛΟ



Γάμος και οικογένεια



Περιουσία



Πίστη και σκέψεις



Ελευθερία λόγου



ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΕΙΣ ΚΑΙ
ΘΕΛΟΥΜΕ ΕΚΛΟΓΕΣ



ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ



1 Η Μεσογειακή προσφέρει πολλά οφέλη για την υγεία. Βοηθά στην υγεία της καρδιάς μίνοντας τον κίνδυνο καρδιαγγειακών νοσημάτων, ενώ υποστηρίζει τη σωστή διαχείριση του σακχάρου και μειώνει τον κίνδυνο διαβήτη τύπου 2.



2 Προάγει τη σωστή λειτουργία του εντέρου και συνδέεται με καλύτερη ποιότητα ζωής και καλύτερη βιολογική συνολικά.



* Διατροφή



3 Η διατροφή προάγει την απώλεια βάρους, βελτιώνει τον κορεσμό και μειώνει τη υπερκατανάλωση τροφής. Επίσης, προστατεύει από την γήρανση και το χαμηλό φλεγματικό ενώ ενισχύει την υγεία του εγκεφάλου, μειώνοντας το κίνδυνο για άνοια και άλλες εξυλιστικές παθήσεις.



A¹
Καρανικόλα
Νεφέλη
Κοσταντίνη
Αναστασία

ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Τι είναι η παιδική εργασία;

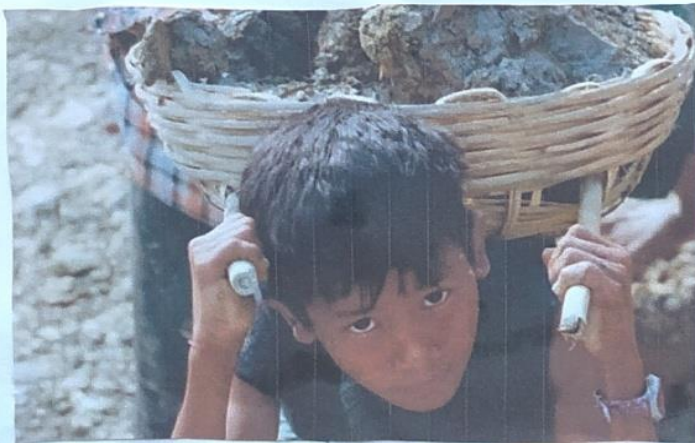
Η παιδική εργασία αναφέρεται σε ό,τι εμποδίζει την εκπαίδευση των παιδιών και εκμεταλλεύεται την παιδική τους ηλικία.

Μελετάται και ορίζεται από οργανισμούς όπως η UNICEF.



Σε ποιες χώρες παρατηρείται έντονα;

Παρατηρείται έντονα η παιδική εργασία σε φτωχότερες περιοχές. Κυρίως στην Αφρική, στην Ασία, και την Λατινική Αμερική.



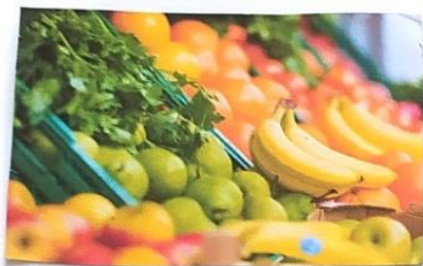
Ποια είναι τα αίτια της παιδικής εργασίας;

Τα αίτια είναι η φτώχεια, καθώς πολύ σημαντική είναι και η έλλειψη εκπαίδευσης. Επίσης, οι πόλεμοι και οι κρίσεις.

Ποιες είναι οι συνέπειες;

Η παιδική εργασία έχει σοβαρές συνέπειες, όπως σωματική και ψυχική καταπόνηση, στέρηση εκπαίδευσης και περιορισμένες ευκαιρίες για ένα καλύτερο μέλλον.

Μελίνα Χρυσήλδου
Σία Τζίτζικα Α3'



ΥΨΗΛΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΞΙΑ

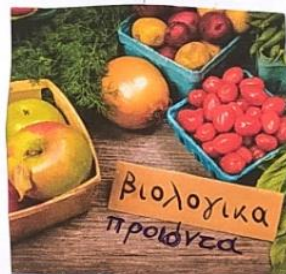
- Λιγότερα χημικά φυτοφάρμακα
- Προστασία του περιβάλλον

Θετικά

- Πλούσια γεύση
- Καλύτερη ευζωία περιβάλλοντος



Τα βιολογικά προϊόντα είναι τροφή και είδη καλλιέργειας που παράγονται με φυσικές μεθόδους, χωρίς τη χρήση χημικών φυτοφαρμάκων, συνθετικών λιπασμάτων ή γενετικά τροποποιημένων οργανισμών (μεταλλαγμένα).



αρνητικά

- Υψηλότερο κόστος
- Μικρότερη διάρκεια ζωής

- Περιορισμένη διαθεσιμότητα

- Κακή εμφάνιση
- Κίνδυνος επιμόλυνσης



Ελευθέριος Κασινέρ
Νικόλας Κασερόπουλος

♥ ΑΝΑΛΦΑΒΗΤΙΣΜΟΣ - ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΝΕΟΙ ΕΚΤΟΣ ΣΧΟΛΕΙΟΥ ♥

Αναλφαβητισμός είναι η αδυναμία ενός ατόμου να διαβάζει και να γράφει ένα από κείμενο στην καθημερινή του ζωή.



Χώρες με τα μεγαλύτερα ποσοστά αναλφαβητισμού

- 1) Γουινέα: 27%
- 2) Μάλι: 31%
- 3) Νιγηρία: 37%
- 4) Νότιο Σουδάν: 35%
- 5) Αφγανιστάν: Είναι στην κορυφή της Ασιατικής αίστας
- 6) Κεντροαφρικανική Δημοκρατία: Αιφραία φτωχικά: αδύνατη φοίτηση σε σχολείο

ΜΟΡΦΕΣ

- 1 Πλήρης αναλφαβητισμός = Δεν γνωρίζει αλφάβητα
- 2 Λειτουργικός αναλφαβητισμός = γνωρίζει τα βασικά



Η κατάσταση Παγκοσμίως:

- Παιδιά εκτός σχολείου: 244 εκατομμύρια
- Πειτουρητικός αναλφαβητισμός: 20% των απόφοιτων Γυμνασίου
- ΣΥΝΟΛΟ: 757-763 εκατομμύρια



Ποσοστά συμβαίνει αυτό:

- 1 Πόλεμοι
- 2 Παιδική εργασία
- 3 Ανόρεξη

Τα κυριότερα μειονεκτήματα των βιολογικών προϊόντων είναι το υψηλό κόστος, η μικρότερη διάρκεια ζωής επειδή δεν έχουν συντηρητικά, εμφάνιση ασθενειών.



Τα πλεονεκτήματα των βιολογικών προϊόντων είναι ότι έχουν λιγότερα φυτοφάρμακα, υψηλότερη θρεπτική αξία, μέταλλα, αντιοξειδωτικά, καλύτερη γεύση και ποιότητα και είναι πιο φιλικά στον άνθρωπο. Δεν έχει κάποια αλλεργία.

βιολογικά προϊόντα



Τι είναι τα βιολογικά προϊόντα

Τα κυριότερα προϊόντα



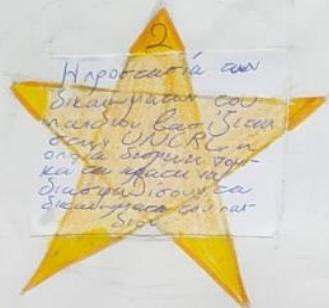
Τα βιολογικά προϊόντα παράγονται με φυσικές μεθόδους, χωρίς γενετικά τροποποιημένους οργανισμούς, τεχνητά λιπάσματα ή φυτοφάρμακα και συχνά έχουν υψηλότερη θρεπτική αξία.



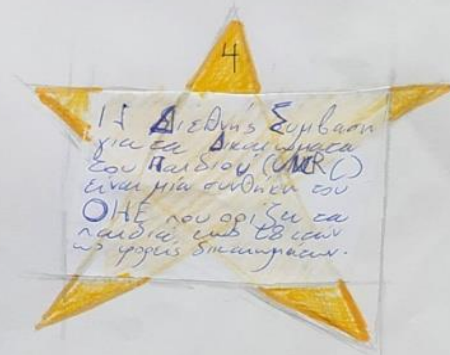
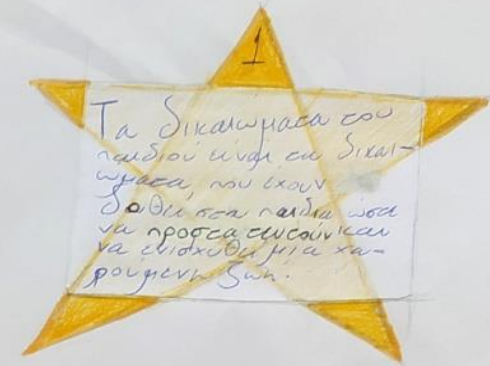
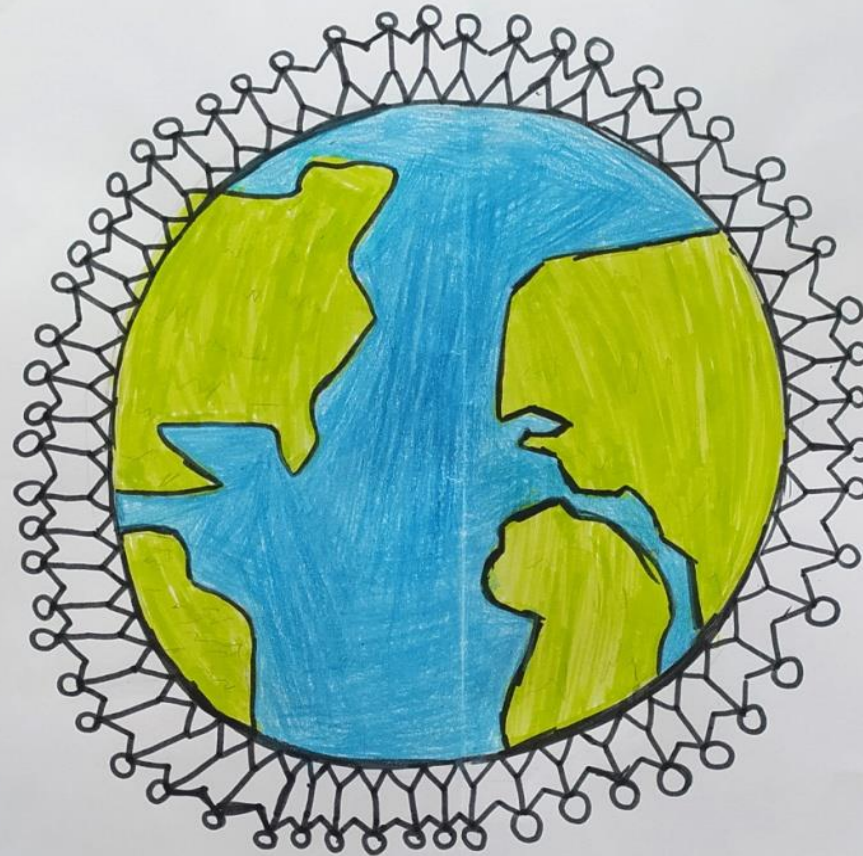
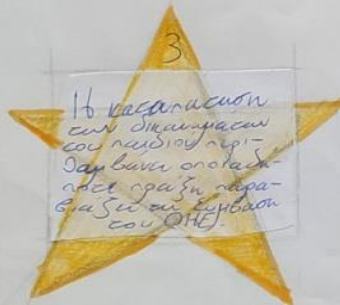
Τα κυριότερα βιολογικά προϊόντα είναι τα φρούτα και τα λαχανικά όπως τα σταφύλια, το καρπούζι, το αβοκάντο και τα μαρούλια.

Ευφροσύνη Κυριακίδα
Ελένη Μπαλόγλου Α2

ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ



Τα παιδιά έχουν το δικαίωμα σε όνομα και εθνικότητα, σε δικαίωμα σε μια ασφαλή κοινωνία, σε δικαίωμα σε άμεση ιατρική περίθαλψη, σε δικαίωμα σε ελεύθερη εκφραστική και στο να εκφράζουν τις ιδέες τους, σε δικαίωμα στην εκπαίδευση, και πολλά άλλα.



Μαρία Ηόζη
Χαρίτσια Νικολαίου

A2

ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Προστασία της
καρδιάς: μειώνει την
χολεστερίνη, την αρτηριακή
πίεση και κίνδυνο εφραγματος



Υγιής απώλεια και διατήρηση
βάρους χάρη στην έμφαση σε
φυτικές τροφές και καλα λιπαρά

Βελτίωση της εγκεφαλικής υγείας
μειώνει τον κίνδυνο Alzheimer
και άλλων μορφών άνοιας



Αγαθὴ Παναγιῶτα Βαί-ρα Α2

11 Είμαστε Πάντα Αδελφοί μέχρι Απερίσπαστος του
Εναντίου

12 Το Δικαίωμα στην Ισότητα Ζωή

13 Ελευθερία Κίνησης

14 Το Δικαίωμα στο να Αναζητάς Ασφάλεια
Τόπο να Ζήσεις

15 Δικαίωμα στην Ιθαγένεια

16 Έμφος και Οικογένεια

17 Το Δικαίωμα στα Δικά σου προγράμματα

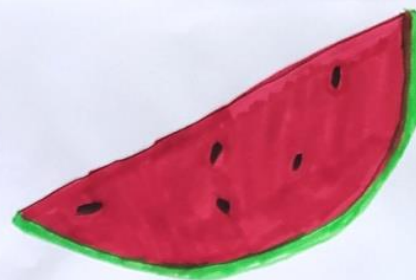
18 Ελευθερία Έκφρασης

19 Ελευθερία Έκφρασης

20 Το Δικαίωμα στις Δημόσιες
Ευχευόμενες



Ανδρέας - Ανδριος Α2



Τα βιολογικά προϊόντα είναι τρόφιμα και άλλα αγροτικά προϊόντα που παράγονται με φυσικές μεθόδους, χωρίς τη χρήση συνθετικών χημικών ουσιών, με βεβαίωση στο περιβάλλον και την υγεία του ανθρώπου.

- Χωρίς χημικά φυτοφάρμακα
- Χωρίς γενετικά τροποποιημένους οργανισμούς
- Φιλικά προς το περιβάλλον
- Καλύτερη γεύση

Θετικά +

Βιολογικά
προϊόντα

-
αρνητικά

- Υψηλότερη τιμή
- Μικρότερη διάρκεια ζωής
- Περιορισμένη διαθεσιμότητα
- Μικρότερη παραγωγή

Πείρα

Ποιά είναι

Τα βιολογικά προϊόντα είναι πολλά και χωρίζονται σε κατηγορίες. Τα πιο συνηθισμένα είναι τα εξής: φρούτα, λαχανικά, όσπρια, δημητριακά, ξηροί καρποί, γαλακτοκομικά, αυγά, κρέας, μέλι.



Ιάκωβος Καρανός
Ζαβατέρης Νικόλαος Α1



«Το ελαιόλαδο στη Μεσογειακή Διατροφή»



Το ελαιόλαδο αντικαθιστά το βούτυρο και τα ζωικά λίπη. Επίσης το ελαιόλαδο μειώνει την κακή χοληστερίνη και αυξάνει την καλή. Το ελαιόλαδο χρησιμοποιείται ως κύρια πηγή λιπαρών κυρίως μονοακόρεστων. Επίσης προστίθεται υψώ σε σαλάτες, μαργαριτά, φρυγανιά, ψάρια και λαδερά. Το ελαιόλαδο είναι το πιο αγνό λάδι αλλά και το πιο ακριβό!



ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ



Το
ελαιόλαδο
είναι βασικό.
ΕΙΝΑΙ ΟΤΙ
ΠΡΕΠΕΙ!



Ελαιόλαδο
Μεσογειακή
Διατροφή

Αναστασία και Μάρθα



ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ

- Η προσθήκη κοπριάς ενδέχεται να μολύνει τις λίπνες, το πότισμα ή τα υπόγεια ύδατα που διέρχονται από καλλιέργεια.
- Η τελική παραγωγή ανά στρέμμα είναι μειωμένη σε σχέση με τη συμβατική καλλιέργεια.

μειονεκτήματα

είναι

Τα βιολογικά τρόφιμα, επίσης γνωστά ως οικολογικά ή οργάνικα τρόφιμα, αναφέρονται σε τρόφιμα και ποτά που παράγονται με μεθόδους που συμμορφώνονται με τα πρότυπα της βιολογικής γεωργίας.

Παραδείγματα βιολογικών τροφίμων είναι τα φρούτα και τα λαχανικά, τα δημητριακά και τα επεξεργασμένα τρόφιμα (πχ. αναψυκτικά, μπισκότα, υποκατάστατα γαλακτοκομικών προϊόντων).

- Στήριζει φθινικές καλλιεργητικές μεθόδους.
- Προστατεύει τις μέλισσες και τους επικονιαστές.
- Φροντίζει για τη διατήρηση των οικοσυστημάτων.

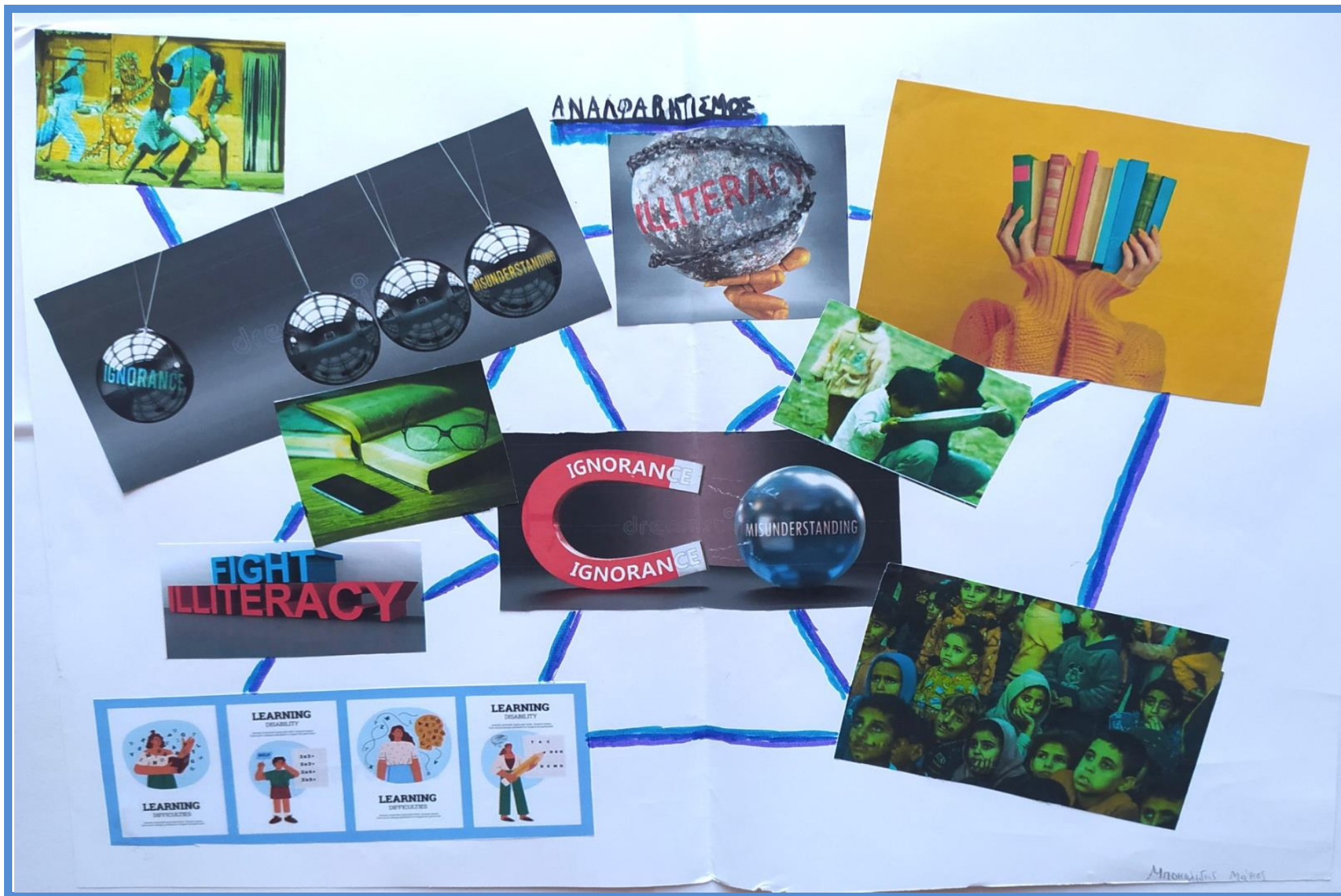
προνεκτήματα

είναι

Η παραγωγή τους εστιάζει στη βιωσιμότητα, τη διατήρηση της βιοποικιλότητας, τη βελτίωση της ποιότητας του εδάφους και την προστασία του νερού υπόκειται σε αυστηρούς ελέγχους από εξειδικευμένους οργανισμούς πιστοποίησης.



Μιχάλα Γεωργία
Σοφία Σαβίτη
Ιωάννα Παύλου



Προστάτες των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.



Υπερασπιστές των ανθρωπίνων δικαιωμάτων είναι κάποιος που ατομικά ή μαζί με άλλους δρα για να προωθήσει ή να υπερασπιστεί τα ανθρωπίνα δικαιώματα. Υπερασπιστές των ανθρωπίνων δικαιωμάτων είναι εκείνοι οι άνδρες και οι γυναίκες που ενεργούν ειρηνικά για την προώθηση και προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Ήτον απόστο των θηρηοδων του Β' παγκοσμίου πολέμου υπήρχε οσο και μεγαλυτερη κανωκη καινοστη προσταση



Μαρία Αραπίδου
Μαρία Τσεκιντζη

Καταπάτηση των Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων

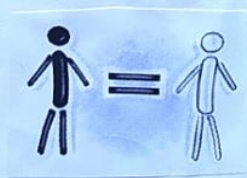
Ορισμός:

Καταπάτηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων είναι κάθε πράξη ή παράλειψη από το κράτος, οργανισμό ή άτομο που παραβιάζει, περιορίζει ή στερεί τα θεμελιώδη δικαιώματα και τις ελευθερίες της ελευθερίας που ανήκουν σε άνθρωπο, όπως το δικαίωμα στη ζωή, την ελευθερία, την ισότητα, την αξιοπρέπεια και την ελεύθερη έκφραση.



Συχνές μορφές καταπάτησης:

- Βία και βασανιστήρια: Σωματική και ψυχολογική βία
- Περιορισμός Ελευθεριών: Νοσοκρέσια
- Διακρίσεις: Ρατσισμός
- Γενοκτονίες και Πόλεμοι: Σοβαρές παραβιάσεις σε ζωές συγκρούσεων Σ.Π.Χ. Συρία, Γαζα, Ουκρανία.



Καταπολέμηση:

Σε κρατικό και θεσμικό επίπεδο:

- Σεβασμός και εφαρμογή των νόμων που προστατεύουν τα ανθρώπινα δικαιώματα.
- Ανεξάρτητη δικαιοσύνη και τιμωρία όσων παραβιάζουν τα δικαιώματα.
- Δημοκρατικοί θεσμοί και ελευθερίες, δικαιοεξασφάλιση
- Συνεργασία με διεθνείς οργανισμούς (ΟΗΕ, Συμβούλιο της Ευρώπης)



Τζωή Μιρέλα
Σοφία Σοφία
Φαίη Ιωάννα

Η ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Η διατροφική πυραμίδα είναι μια αναπαράσταση των βέλτιστων αριθμών μερίδων που πρέπει να τρώγονται κάθε μέρα από κάθε μία από τις βασικές ομάδες τροφίμων. Η πρώτη πυραμίδα εκδόθηκε στη Σουηδία το 1974. Όσο πιο πάνω ή πιο κάτω βρίσκεται ένα τρόφιμο στην διατροφική πυραμίδα, τόσο περισσότερο ή λιγότερο συστήνεται η κατανάλωσή του.

Στα μέσα της δεκαετίας του 1990 το **Ανώτατο Εθνικό Επιστημονικό Συμβούλιο Υγείας** από την αιγίδα του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας ζήτησε η αλλαγή των διατροφικών συνηθειών ενός μεγάλου και συνεχώς αυξανόμενου εφήμερου του Ελληνικού πληθυσμού, το οποίο επιβαρύνεται από την παραδοσιακή μεσογειακή διατροφή υιοθετώντας άεστες διατροφικές συνήθειες και τρόπο ζωής, αποτελούσαν βασικό παράγοντα των αυξανόμενων που έχουν παρατηρηθεί τα τελευταία 35 χρόνια στην εμφάνιση καρδιαγγειακών νοσημάτων και νεοπλασιών. Έξαιτίας αυτής παραπάνω κρίθηκε αναγκαίο να πραγματοποιηθεί η έρευνα και εφαρμογή διατροφικών αλλαγών.



Πυραμίδα Μεσογειακής Διατροφής



ΑΝΔΡΕΑΣ - ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ

Ένα από τα μειονεκτήματα των βιολογικών προϊόντων είναι το υψηλότερο κόστος, η παραγωγή βιολογικών προϊόντων είναι πιο σκληρή, καθώς απαιτεί αυστηρή τήρηση κανονισμών. Άλλο ένα είναι η μικρότερη διάρκεια ζωής. Επίσης ο περιορισμός στην προστασία καλλιεργειών, δίνει η χρήση φυσικών φυτοφαρμάκων μπορεί να είναι λιγότερο αποτελεσματική στην διαχείριση παράσιτων και ασθενειών.

Μειονεκτήματα

Τα πλεονεκτήματα των βιολογικών προϊόντων είναι αμέτρητα. Μερικά όπως ξεχωρίζουν. Απαλλαγής από τοξικές ουσίες, συνήθως καλλιεργούνται χωρίς συνθετικά φυτοφάρμακα, ζιζανιοκτόνα, ορμόνες ή αντιβιοτικά, μειώνοντας την έκθεση σε συνθετικά επικινδύνες ουσίες. Προσφέρουν καλύτερη γεύση, προστασία των οικοσυστημάτων, πιο πλούσια γεύση και άρωμα, χωρίς προετα όπως τα συντηρητικά, χρωστικά κ.α. Είναι ιδανικά υγιεινά για βρέφη, παιδιά, αλλεργικές γυναίκες.

Πλεονεκτήματα



ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ



ΟΤΟΧΟΥΣ

Κυριότερα

Τα βιολογικά προϊόντα έχουν στόχους όπως τη βιωσιμότητα, την προστασία του περιβάλλοντος και την υγεία. Προσφέρουν συχνά πιο έντονη γεύση και λιγότερα προσθετικά.

ΕΙΝΑΙ

Τα κυριότερα βιολογικά προϊόντα περιλαμβάνουν φρέσκα γεωργικά προϊόντα (φρούτα, λαχανικά, ελιές), φρέσκο βοδινό κρέας, γαλακτομικά, κρέατα, ελαιόλαδο, ποτά και συμπληρωμένα διατροφικά, όλα παραχόμενα με οικολογικές μεθόδους.

Τα βιολογικά προϊόντα είναι τρόφιμα που παράγονται με συγκεκριμένους μεθόδους χωρίς συνθετικά υλικά, φυτοφάρμακα κ.τ.λ. Ακολουθούν αυστηρές νομοθετικές προδιαγραφές.

Αναστασία Κρετίκου

Ευδοκία Ηλιάδου

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΕΡΟΙ ΣΤΑΘΜΟΙ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ

ΕΝΕΥΘΕΡΙΑ, ΙΣΟΤΗΤΑ

ΑΔΕΛΦΟΣ ΥΝΗ

ΨΗΦΟΣ ΣΤΙΣ
ΓΥΝΑΙΚΕΣ

ΓΕΝΙΟΜΑΣΤΕ ΜΕ ΤΑ
ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ

ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΔΕΝ ΧΑΡΙΖΟΝΤΑΙ

ΣΠΑΜΕ ΤΙΣ ΑΛΥΣΙΔΕΣ

ΚΑΝΕΝΑΣ ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ ΚΑΝΕΝΟΣ

Pininos Miphs A2

Έννοια και χαρακτηριστικά της μεσογειακής διατροφής

Η μεσογειακή διατροφή χαρακτηρίζεται από

- Χυδαία κατανάλωση φυτικών τροφίμων
- Ελαιόλαδο ως κύρια πηγή λίπους
- Μέτρια κατανάλωση ψαριού και ιασιού
- Χαμηλή κατανάλωση κρέατος ειδικά κοκκίνου



Σταυρός Σιρίανος
Καραγιάννης Σταυρός



ΟΙΚΟΥΜΕΝΙΚΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ



έτσι κέρβου τις ζωές
βιώνε μια φωνή
που λέει πως ο άνθρωπος
αξίζει τη ζωή
χωρίς ρόλο χωρίς σινοί
χωρίς διαβαθρία
να περπατά ελεύθερος
σε κάθε γειτονιά.



Δεν έχει χρώμα η ελευθερία
ουσε φυλή
ουσε σύνορα που κλείνουν
την φύση
κάθε παιδί κάθε καρδιά
που γυρνά
έχει έκπνομα στο φως
και στη χαρά.



Κι αν κάποτε σιωπάδι
απλωθεί στη γη
μία στήθα δικαιοσύνης
θα ξαναγεννηθεί
Γιατί τα δικαιώματα δεν είναι
αβλος λόγος
του ανθρώπου ή ελπίδα
και ο δράκος



Ανδρέας - Στέριος Αλ

ΕΝΝΟΙΑ ΚΑΙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

A2 30/9/2025
Κατερίνα Δικονοπούλου
Μαρία Μοι

Η Μεσογειακή διατροφή είναι μια σύγχρονη διατροφή εμπνευσμένη από τις διατροφικές συνήθειες της Ελλάδας, της Νοτίου Ιταλίας, της Γαλλίας και της Ισπανίας, της Αλβανίας, της Αιγύπτου, της Αλγερίας στη δεκαετία του 1940 και το 1950. Τα εφόδια της βασίζονται στην κατανάλωση ελαιολάδου, φρούτων, λαχανικών, όσπρων, δημητριακών.



Τα κύρια χαρακτηριστικά αυτής της διατροφής περιλαμβάνουν αναλογικά υψηλή κατανάλωση ελαιολάδου, όσπρων, ανεξεργασμένων δημητριακών, φρούτων και λαχανικών, μέτρια προς υψηλή κατανάλωση ψαριού, μέτρια κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων και κρασιού και χαμηλή κατανάλωση κρέατος.

ΟΙΚΟΥΜΕΝΙΚΗ ΔΙΑΚΗΡΥΞΗ

(Διακήρυξη 11-258)



11. Δίκαιη Δίκη

Είμαι αθώος μέχρι να αποδειχθεί ότι έκανες κάτι κακό

12. Ισοτική Ζωή

Κανείς δεν έχει το δικαίωμα να μηδέκεται χωρίς λόγο στην προσωπική σου ζωή

13. Ελευθερία μετακίνησης

Μπορείς να παγαινεύς όπου θέλεις στη χώρα σου και να φύγεις ή να επιστρέψεις

14. Άσυλο

Αν σε κινδυνεύει στη χώρα σου, μπορείς να ζητήσεις προστασία σε άλλη χώρα

15. Ιθαγένεια

Έχεις δικαίωμα να ανήκεις σε μια χώρα

16. Γάμος και οικογένεια

Οι άνθρωποι μπορούν να παντρευτούν και αν θέλουν να κάνουν οικογένεια

17. Περιουσία

Μπορείς να έχεις πράγματα δικά σου και κανείς δεν μπορεί να σου τα πάρει άδεια

18. Πόση και σχέσεις

Μπορείς να πηγαίνεις όστι θέλεις και να αλλάξεις γνώμη ή θρησκεία

19. Ελευθερία λόγου

Μπορείς να πεις τη γνώμη σου και να μαθαίνει πληροφορίες

20. Συγκεντρώσεις και ομάδες

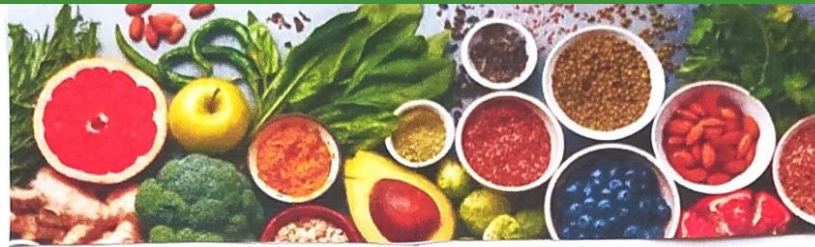
Μπορείς να συζητάς σε ομάδες και ειρηνικούς συγκεντρώσεις αν θέλεις



HUMAN RIGHTS

Ιάδωνας Καραμάνος } Α 1 2025-26
Δημήτρης Γκουρζιούδης }

Είναι φρούτα και λαχανικά, γαλακτοκομικά, κρέατα, ψάρια, ελαιόλαδο, μέλι, αυγά, αρτοσκευάσματα, δημητριακά, όσπρια, φυτικά γάλατα, χυμούς και καλλυντικά.



Τα βιολογικά τρόφιμα, επίσης γνωστά ως οικολογικά ή οργανικά τρόφιμα, αναφέρονται σε τρόφιμα και ποτά που παράγονται με μεθόδους που συμμορφώνονται με τη βιολογική γεωργία.

ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ

ισοζύγιο

ισοζύγιο

είναι βιολογικά:



μειονεκτήματα

πλεονεκτήματα

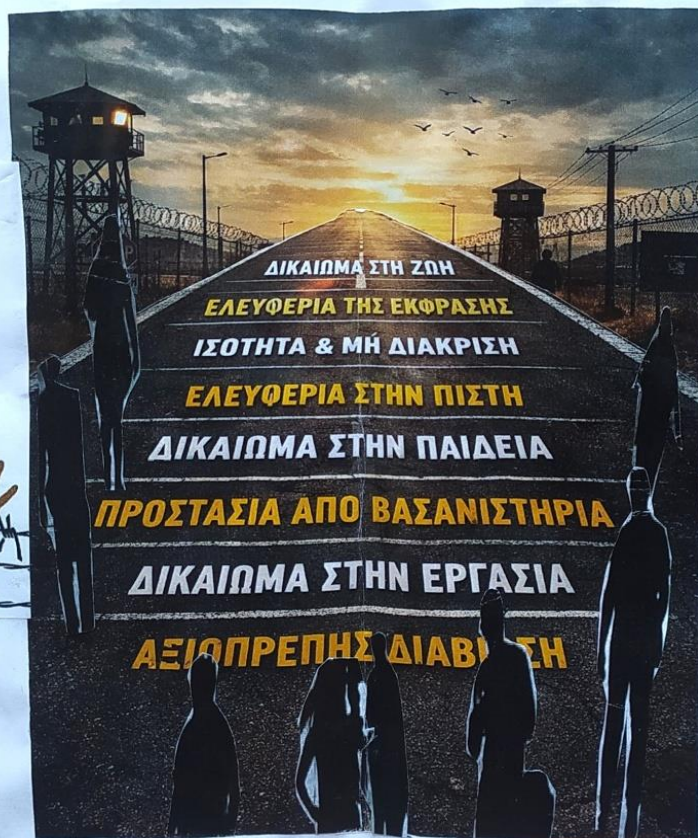
Τα βασικά μειονεκτήματα των βιολογικών προϊόντων είναι το υψηλότερο κόστος λόγω των πιο δαπανηρών μεθόδων παραγωγής ή μικρότερη διάρκεια ζωής γιότανε πιο γρηγορά επειδή δεν περιέχουν συντηρητικά.

Τα πλεονεκτήματα των βιολογικών προϊόντων περιλαμβάνουν υψηλότερη θρεπτική **αξία**, περισσότερες βιταμίνες, αντιοξειδωτικά, απουσία φυτοφαρμάκων και χημικών, καλύτερη γεύση, προστασία το **φύλλα** προς **περιβάλλοντος** τη φύση.

Α 2

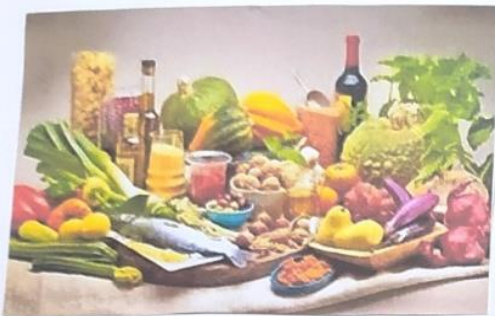
ΑΣΤΕΡΙΟΣ ΤΕΓΟΣ - ΑΝΔΡΕΑΣ

Θ Καταπάτηση των Ανθρωπίνων Δικαιομάτων Θ



Μιχαέλα Τ. Σαρά
Σοφία Σακίρη
Φάβια Ιωάννα

Η ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ



Τι περιλαμβάνει η Μεσογειακή Διατροφή:
Καθημερινά στην βάση της πυραμίδας:

Φρούτα, λαχανικά, δημητριακά ολικής αλέσεως, όσπρια, ξηροί καρποί, εσπερίδια, βότανα και μπαχαρικά, ελαιόλαδο.

Εβδομαδιαία κατανάλωση:

Ψάρια και θαλασσινά, πουλερικά, αυγά και γαλακτομικά προϊόντα.

Μηνιαία κατανάλωση:

Κόκκινο κρέας και προϊόντα κρέατος.

Σπάνια κατανάλωση:

Γλυκά, επεξεργασμένα τρόφιμα, ενακ, τηχαγητά, αλκοόλ και αναψυκτικά.



Η πυραμίδα της Μεσογειακής Διατροφής είναι ένας οδηγός που απεικονίζει τις ερωτες και τις ευχόμενες κατανάλωσες τους. Στη βάση της βρίσκονται τα τρόφιμα που κατανάλωνται καθημερινά, όπως τα φρούτα, τα λαχανικά, τα δημητριακά ολικής αλέσεως, τα όσπρια, οι ξηροί καρποί, τα εσπερίδια, τα βότανα και το ελαιόλαδο. Στο επόμενο επίπεδο, η κατανάλωση είναι εβδομαδιαία (ψάρια, πουλερικά, αυγά, γαλακτομικά), μηνιαία (κόκκινο κρέας) και τέλος, σπάνια, γλυκά, επεξεργασμένα τρόφιμα, αλκοόλ.



Μιχαέλα Καφουράκη, Ευτυχία Μπαλαίου

ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΤΕΡΟΙ ΣΤΑΘΜΟΙ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ



Παραδοσιακή Κρητική Διατροφή

Κύρια χαρακτηριστικά της κρητικής διατροφής

- Ελαιόλαδο
- λαχανικά και χόρτα
- Οσπρία
- φρούτα και ξηροί καρποί
- λιγότερο κρέας
- περισσότερο ψάρι
- Γαλακτοκομικά

Παραδοσιακή κρητική διατροφή

- Ισορροπικό πλαισιο

- ✓ Ιε διατροφικές συνήθειες του 1950
- ✓ Εμνε σε αγροτικές κοινότητες της κρήνης



Η Παραδοσιακή Κρητική Διατροφή

Προσέλκυται από: όσπρια, φρούτα λαχανικά, αλάτι, κάρφι και έχει ελάχιστη επεξεργασία τροφίμων. Η κρητική διατροφή είναι υγιεινή και βασικά προϊόντα όπως τυρί και γαλακτοκομικά.



Α'2 Νέστορα Κρέου Σελίνα Νουμά

«ΣΥΝΘΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΠΛΗ- ΤΗΣΗ ΤΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ»

ΑΓΑΠΗ=ΑΝΘΡΩΠΙΝΟ
ΔΙΚΑΙΩΜΑ



• Σήκω, μίλα, διεκδίκησε τα δικαιώματά σου!

• Χτίζουμε χέρφρες, όχι τείχη.

• Η Ισότητα δεν μπορεί να περιμένει



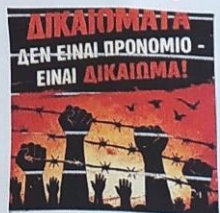
• Όχι φόβος, όχι βίωση, τα δικαιώματα ανήκουν σε κάθε ψυχή!

• Η ανθρωπινή αξία δεν παζαρεύεται!

• Ισότητα, σεβασμός και ελευθερία, αυτά ζητά η κοινωνία!

• Ένα βιβλίο, ένα στυλό, ένα παιδί, μπορούν να αλλοιάσουν τον κόσμο!

• Η φωνή μας σηάει τις αλυσίδες!!!





Τα βιολογικά προϊόντα είναι τα προϊόντα που παράγονται με μεθόδους φυσικές προς το περιβάλλον, αποκλείοντας συνθετικά φυτοφάρμακα, χημικά λιπάσματα κλπ.



Τα κυριότερα βιολογικά προϊόντα είναι: φρέσκα φρούτα, λαχανικά, δημητριακά όπως αλεύρι, σόρβες, ζάχαρο, γαλακτοκομικά, κρέας, αυγά, μέλι, βότανα, κρασί.

Βιολογικά Προϊόντα

Προϊόντα με βάση το κρέας



Καύσιμη θερμική αξία (η ποσότητα θερμότητας που απελευθερώνεται κατά την καύση), παρουσία σιδήρου, χαμηλά επίπεδα λίπους, πρόσφατα, περιβάλλοντος, επιρροή φυτών, ποσότητα ζύμης και καύσιμη πέτρα.

Προϊόντα με βάση το ψάρι



Υψηλό ποσοστό χαμηλής παραγωγής, υψηλή σκληρότητα, διατήρηση ουσίων, υψηλή θερμική αξία.



Μαρία, Μάρι
Κασέρινα Λυκαοπούλου Α2

ΤΑ ΟΡΕΑΝ ΤΗΣ ΜΕΣΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Η μεσογειακή διατροφή προσφέρει πολλά οφέλη για την υγεία, καθώς βασίζεται στην κατακλιμένη φύση και βασικών τροφών όπως φρούτα, λαχανικά, οσπρία και ελαιόλαδο. Συμβάλλει στην πρόληψη της καρδιάς, στη μείωση του κυρτωτικού βάρους και στην πρόληψη ασθενειών όπως ο διαβήτης και η υπέρταση. Επιπλέον βελτιώνει τη λειτουργία του εγκεφάλου και την ψυχική υγεία, προάγει τη μακροζωία και την ευεξία.



Η μεσογειακή διατροφή προσφέρει πολλά οφέλη που είναι σαν είναι ευεξία, μακροζωία. Βελτιώνει τη λειτουργία του εγκεφάλου, χαμηλώνει τον κίνδυνο να αρρωστήσει τα φρούτα, τα λαχανικά και τα οσπρία όπως οι αμύγδαλοι, ενώ συμβάλλει και στη ρύθμιση των ορμονών, μέσω των φυτικών λιπιδίων του ελαιολάδου και των φυτικών. Παράλληλα, προσφέρει ευεξία και ψυχολογικά μέσα από την κατανάλωση βασίζεται σε φυσικές τροφές και συνδυάζει υδατάνθρακες. Επιπλέον, περιέχει την χρήση αλάτι, χωρίς να παύει να είναι καλή στα αρωματικά βότανα και τα μπαχαρικά που προσλαμβάνει. Τέλος, η μεσογειακή διατροφή έχει αναγνωριστεί από το UNESCO ως Άυλη Πολιτιστική Κληρονομιά της Ανθρωπότητας, γεγονός που υπογραμμίζει τη διαφορά και πολιτιστική βάση.



Η μεσογειακή διατροφή δεν υφίσταται μόνο στην καλή και το βίος, αλλά προσφέρει και πολλά άλλα οφέλη για τον οργανισμό. Ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα, στις αρτηρίες και τα αντιοξειδωτικά που περιλαμβάνονται στα λαχανικά και το ελαιόλαδο. Συμβάλλει επίσης στην διατήρηση της καλής λειτουργίας του εγκεφάλου, μείωση του κινδύνου εμφάνισης αλτσάιμερ, ενώ βοηθά στην υγεία των οστών και στην πρόληψη της οστεοπόρωσης.

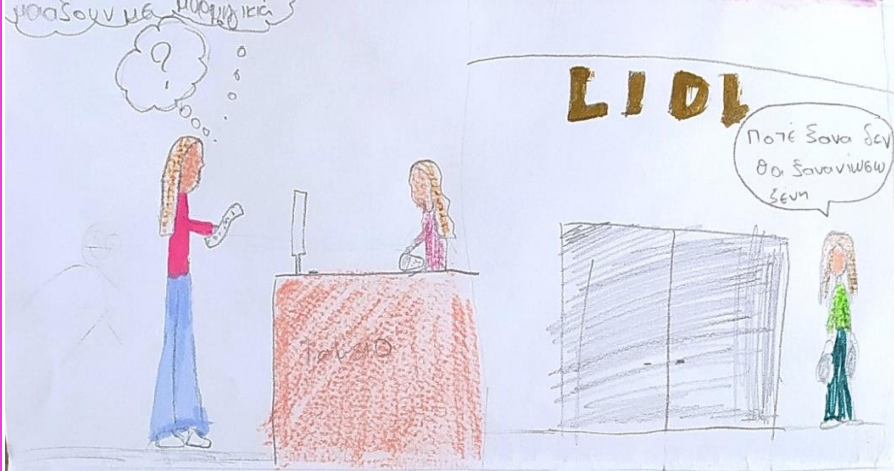


Ειδικά, είναι μια διατροφή υγιεινή πριν το αργότερο, καθώς βασίζεται κυρίως σε φυσικές τροφές, και προσφέρει έναν ισορροπημένο τρόπο ζωής που ενισχύει τόσο τη φυσική, όσο και τη ψυχική υγεία και μακροζωία.

13

Ανδρέας Τσαλίκης, Γεωργία Στεφάνου

ΑΝΑΛΦΑΒΗΤΙΣΜΟΣ- ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΨΟΛΕΚΤΟΡΕΣ 2 ΧΩΡΕΙΟΥ



Στο περιβάλλον του κόσμου, μακριά από το θρανίο, υπάρχουν παιδιά που δεν ηρεμούν βιβλίο.

Μα ο αλφάβητισμός δεν πρέπει να εξέρχεται κανένα από την γνώση που του κόσμος προχωρεί.

Διηγήματα έχουν όλα τα παιδιά στην τάξη να βρεθούν να δράσουν, να διαβάσουν, την ζωή να ονειρευτούν

Κανένα παιδί, να μην κοιτάσει εμπρός, για κάθε ένα από αυτά λάβει ο ανοικτός ορίζοντας και ο υγιεινός οδός

Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΑΡΧΑΙΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ

Τα φαγητά που έτρωγαν οι αρχαίοι Έλληνες



Η διατροφή των αρχαίων Ελλήνων ήταν πλούσια σε δημητριακά, λαχανικά, φρούτα, γαλακτοκομικά και λάδι. Συγκεκριμένα, οι αρχαίοι Έλληνες συμπεριλάμβαναν στην διατροφή τους το μέλι το οποίο έτρωγαν συχνά με δημητριακά ως βραστό χυλό, τα λαχανικά και τα οσπρώδη όπως τα σικά, το κρέας, τα καρβέλια, τα όσπρια όπως τις φακές και τα ρεβίθια, τα κουλούρια από κριθάρι, τα γλυκά όπως τα γλυκά τσίφου και οι μελόπιτες. Πολλά εδέσματα τα έτρωγαν ψητά ή βραστά, ενώ χρησιμοποιούσαν και καρυκεύματα στο φαγητό τους.



ΕΛΙΑ



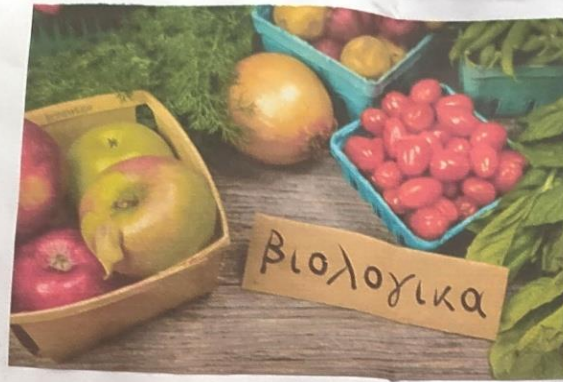
Ευφροσύνη Κυριακή
Ελένη Μπαλογά

ΚΑΤΑΠΟΛΕΨΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ



Σχολιασμός: 10/01/13

- Αρέθη σαν υγεία
- Περιστασιακά θρεπτικά αερατικά
- υποστηρίζουν την τοπική οικονομία
- μειώνουν την επιβάρυνση του περιβάλλοντος



Προϊόντα που παράγονται με φυσικές μεθόδους, χωρίς συνθετικά φυτοφάρμακα, χημικά λιπάσματα, γενετικά τροποποιημένους οργανισμούς

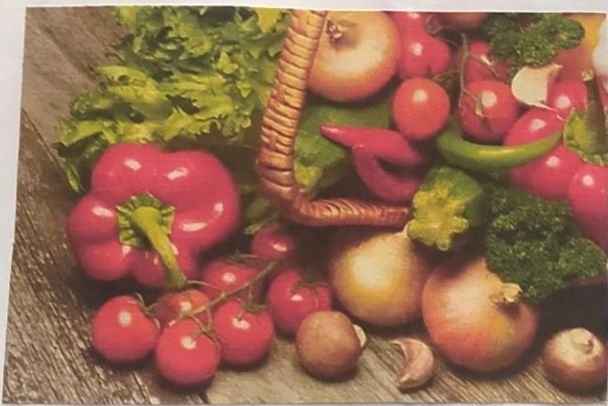
Τι είναι;

Πλεονεκτήματα

ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

Μειονεκτήματα

Ποιά είναι;



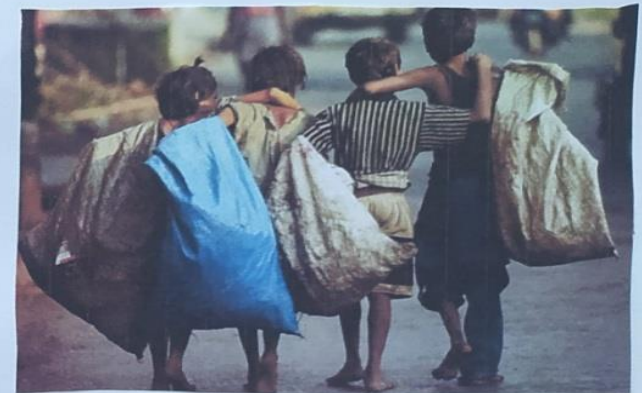
- υψηλότερο κόστος, λόγω των πιο δαπανηρών μεθόδων παραγωγής
- μικρότερη διάρκεια ζωής (χαλάει πιο γρήγορα)

Τα λαχανικά, φρούτα, δημητριακά, άσπρα, φυσικά έλαια, μέλι και προϊόντα κτηνοτροφίας (γάλα, κρέας κ.)

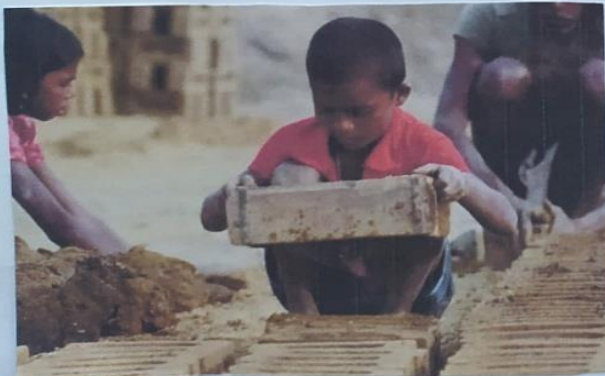
ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ



ΌΛΟΙ ΈΧΟΥΝ ΊΣΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ



ΌΛΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΈΧΟΥΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑ
ΣΤΗΝ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ.



ΌΧΙ ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ



Μελίνα Λησώνη
Σταθ. 11/11/99

ΕΝΝΟΙΑ ΚΑΙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ.

Η Μεσογειακή Διατροφή είναι ένα διατροφικό πρότυπο που βασίζεται στις παραδοσιακές διατροφικές συνήθειες των λαών που ζουν στις χώρες της Μεσογείου. Δεν είναι απλώς μία "δίαιτα", αλλά ένας τρόπος ζωής. Συνδυάζει την εφορημένη διατροφή με τη σωματική δραστηριότητα και την απόλαυση του φαγητού με μέτρο.



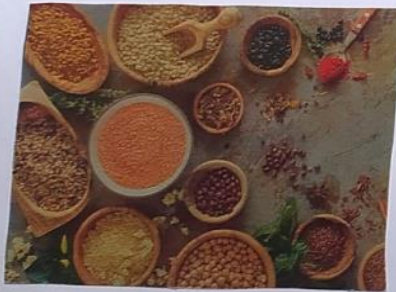
Υψηλή κατανάλωση φρούτων και λαχανικών:



Καθημερινή κατανάλωση δημητριακών ολικής άλεσης:



Κατανομή αμυγνών και ξηρών καρπών.



Μέτρια κατανάλωση γαλακτοκομικών.



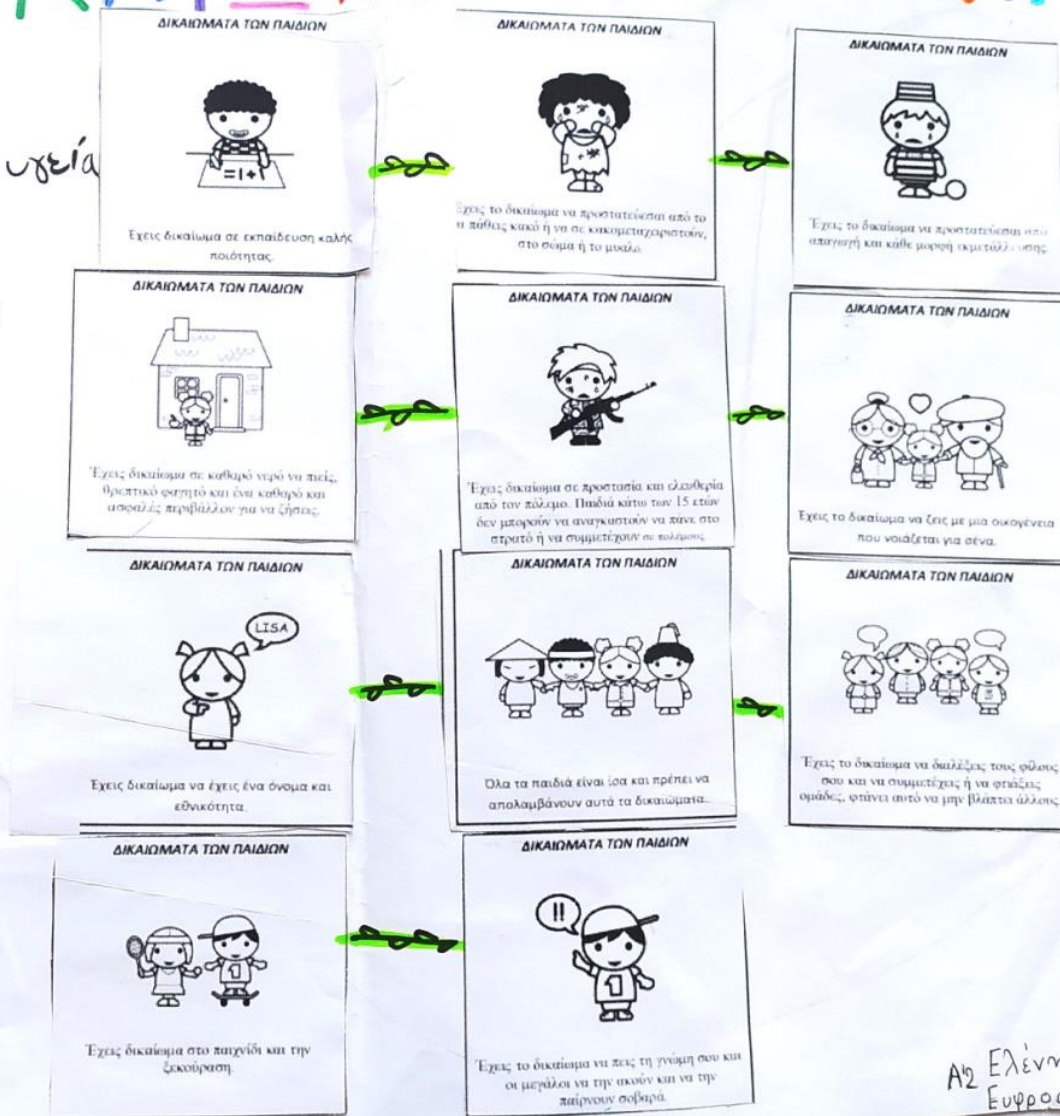
Το ελαιόλαδο είναι βασικό στοιχείο της διατροφής.



Μελίνα Χαβελίσση
Αθηνά ΤΣΙΤΣΙΦΑ
Α3'

ΤΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ!!!

- Δικαίωμα στη Ζωή και την υγεία
- Δικαίωμα στην Ταυτότητα
- Δικαίωμα στην Εκπαίδευση
- Δικαίωμα στην Προστασία
- Δικαίωμα στην Συμμετοχή
- Δικαίωμα στην Οικογένεια
- Δικαίωμα στο Παιχνίδι
- Δικαίωμα στην Ενημέρωση
- Ελευθερία γνώμης
- Υγεία
- Στέγη
- Ταυτότητα
- Πληροφόρηση
- Φροντίδα



Α2 Ελένη Μπαλόχλου
Ευφροσύνη Κυριακίδου

Τα βιολογικά προϊόντα είναι τρόφιμα και άλλα αγαθά που παράγονται σύμφωνα με συγκεκριμένους κανόνες βιολογικής γεωργίας και κτηνοτροφίας, χωρίς τη χρήση ουσιών και με σεβασμό στο περιβάλλον.



ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

τι είναι;

ποιά είναι
τα καλύτερα;

- Φρούτα και λαχανικά: (Μήλα, αγγούρια, πατάτες)
- Δημητριακά: (βρώμη, ψυμί, ζυμαρικά)
- Γαλακτοκομικά προϊόντα: (Γάλα, γιαούρτι)
- Όσπρια και ξηροί καρποί: (φακές, φασόλια, αμύγδαλα)



1. Λιγότερα χημικά και υπολοίπων φυτοφαρμάκων
2. Φιλικά προς το περιβάλλον
3. Η βιολογική γεωργία απρέχει στην α) προστασία του εδάφους β) μείωση ρύπανσης υδάτων και εδάφους
4. Καλύτερη μεταχείριση ζώων
5. Δεν λαμβάνουν προληπτικά αντιβιοτικά

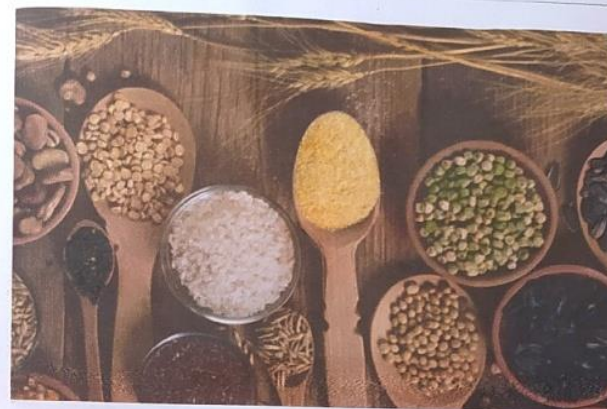
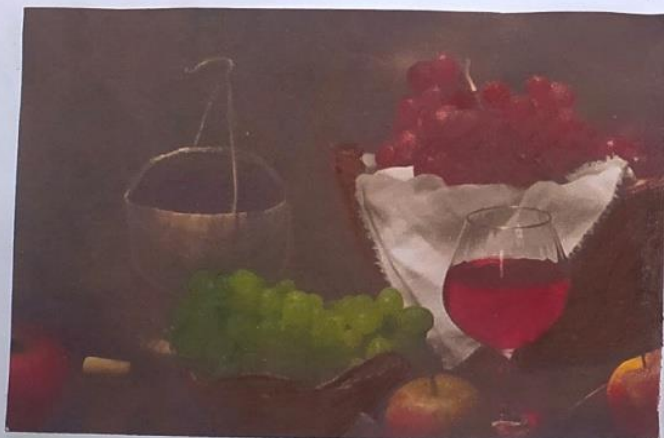


- 1) Υψηλότερη τιμή λόγω μικρότερων αποδόσεων παραγωγής και μεγαλύτερη χειρωνακτική εργασία
- 2) Μικρότερη διάρκεια ζωής, επειδή δε χρησιμοποιούνται συντηρητικά ή ισχυρά φυτοφάρμακα καθώς πιο δηλητήρια
- 3) Μικρότερη διαθεσιμότητα

Σία Τσιτζίφα
Μελίνα Χρυσελίδα

Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΑΡΧΑΙΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ

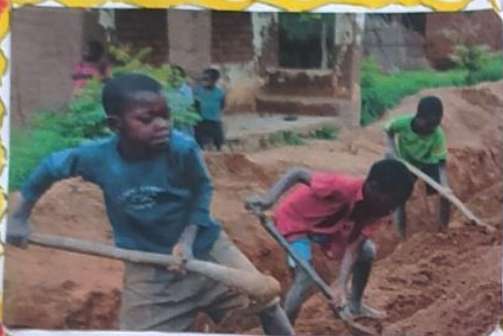
Στη βάση της διατροφής των αρχαίων Ελλήνων απαντώνται τα δημητριακά και σε περιπτώσεις ανάγκης, μείγμα κριθαριού με βιτάρι, από το οποίο παρασκευάζονταν ο άρτος. Τα δημητριακά συνοδεύονταν συνήθως από σπιροκρηπεντικά (λάχανα, κρεμμύδια, φακές και ρεβίθια). Η κατανάλωση κρέατος και θαλασσινών σχετιζόταν με την οικονομική κατάσταση της οικογένειας, αλλά και με το αν κατοικούσε στην πόλη, στην ύπαιθρο ή κοντά στη θάλασσα. Το φαγητό συνοδεύον με κρασί (κόκκινο, λευκό ή ροζέ) αναμεμειγμένο με νερό.



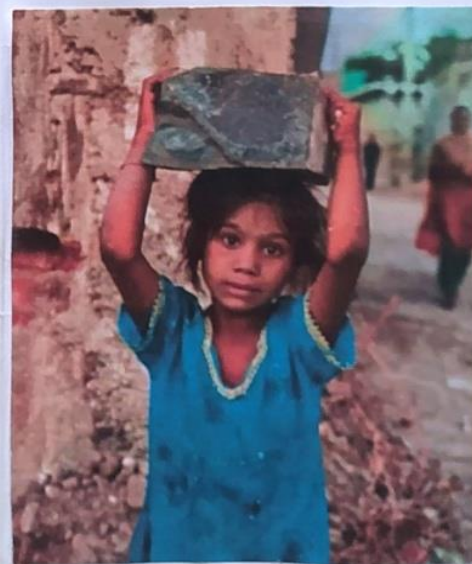
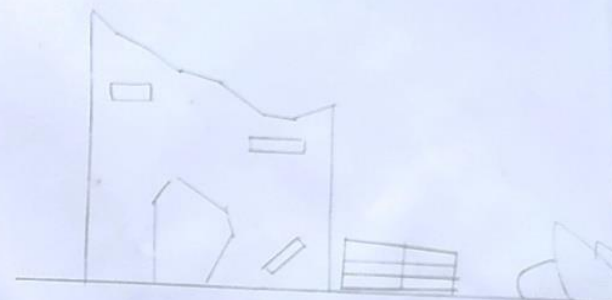
Για τους αρχαίους Έλληνες τα γεύματα της ημέρας ήταν τρία στον αριθμό. Το πρώτο από αυτά αποτελούσε κριθαρένιο ψωμί βουτηγμένο σε κρασί συνοδευόμενο από εύκα ή ελιές. Το δεύτερο λάμβανε χώρα το μεσημέρι ή νωρίς το απόγευμα. Το φυτό το οποίο ήταν και το ποτό θεμενικό της ημέρας, σε γενικές γραμμές καταναλώνονταν αφού η νύχτα είχε πλέον πέσει. Σε αυτά μπορεί να προστεθεί ένα επιπλέον ελαφρύ γεύμα **αργά** το απόγευμα. Τέλος το άριστόδειπνον ήταν ένα κανονικό γεύμα που μπορούσε να σερβιριστεί αργά το απόγευμα στη θέση του δείπνου.

13
Λωίδα Σιδηροπούλου
Αννα - Μαρία Σαράφα

ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ



Η παιδική εργασία αφορά εκατομμύρια παιδιά παγκοσμίως, κυρίως σε αναπτυσσόμενες χώρες. Πολλά παιδιά εργάζονται σε επικίνδυνες συνθήκες χωρίς υγιεινή και ασφαλή με αποτέλεσμα πολλά παιδιά να τραυματίζονται από εργαλεία ή να αρρωστήσουν λόγω των ηρώων.



Η παιδική εργασία επίσης έλπει από εκατομμύρια παιδιά την εκπαίδευση και την ασφαλή παροχή τροφής. Τα έτη είναι κύριοι φτωχότερα τροφοδοτείται κυρίως από την οικονομική ανείχε και την έλλειψη σχολικών υποδομών με τα περισσότερα παιδιά να απασχολούνται κυρίως με τον πρωτογενή τομέα.

Νεφέλη Κοραντζο
Αναστασία Κοτσοκωστή
Α1

Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΑΡΧΑΙΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ

Στη βάση της διατροφής των αρχαίων Ελλήνων αποτελούντα τα δημητριακά και σε περιπτώσεις ανάγκης, μέγιστο κριθιάρι με σπάρη, από το οποίο παρασκευάζονταν ο αρτός. Τα δημητριακά συνοδεύονταν συνήθως από οπωροκηπευτικά (σταφυλιές, κρεμμύδια, φασόλες και ρεβίθια).

Η κατανάλωση κρέατος και θαλασσινών σχετιζόταν με την οικονομική κατάσταση της οικογένειας, αλλά και με το αν κατοικούσε στην πόλη, στην ύπαιθρο ή κοντά στη θάλασσα. Οι Έλληνες καταλάβαιναν ιδιαίτερα τα θαλασσινά και κυρίως το τυρί. Το βούτυρο ήταν γνωστό, αλλά αντί αυτού/γινόταν χρήση κυρίως του ελαιόλαδου, καθώς αυτό θεωρούνταν περισσότερο υγιεινό. Το φασητό συνόδευε κρασί (κόκκινο, λευκό ή ροζέ αναμειγμένο με νερό.)

Το σιτάρι που σκευάζονταν προκειμένου να γίνει μαλακό και κατόπιν επεξεργάζονταν με δύο πιθανούς τρόπους: Πρώτη περίπτωση ήταν το άλεσμα του προκευμένου να γίνει χυλός, ώστε να αποτελέσει συστατικό του λαγάνη. Η δεύτερη περίπτωση ήταν να μετατρέπεται σε αλεύρι (ζυμάρι) από το οποίο προέκυπτε το τυρί (άρτος) ή διάφορες πίτες, σκέτες ή γεμιστές με τυρί ή μέλι. Η μέθοδος «κουσκουράτος» του ψωμιού ήταν γνωστή. Κατά τη ρωμαϊκή εποχή οι Έλληνες χρησιμοποιούσαν κάποιο αλκαλικό συστατικό ή μαγιά σαν κατάλυτη της διαδικασίας.

Τα σημαντικά αποτελούσαν τη βάση της διατροφής των αρχαίων Ελλήνων, κατά τη μυκηναϊκή, τη ρωμαϊκή και την κλασική περίοδο. Χαρακτηριστικό είναι πως η Αθήνα του Περικλή αποτελούσε τον μεγαλύτερο εισαγωγέα σιτηρών του αρχαίου κόσμου. Τα εφόδια που κατέφθαναν από τη Μάκεδον θάλασσα και Ελληνιστικό ανέρχονταν κατά μέσο όρο σε 17.000 τόνους.



Η διατροφή των αρχαίων Ελλήνων βασίζονταν κυρίως σε ζωικά προϊόντα. Τα ζωικά προϊόντα συνέβαλαν σημαντικά στη θερμική τους προσθήκη, κυμαινόμενα από 40% έως 90% με μέσο όρο 70% έως 80%. Αυτές οι πληροφορίες προέρχονται από την Ισοροπική ανάλυση αρχαίων εστών, η οποία αποκαλύπτει τους τύπους τροφής που καταναλάιναν αυτοί οι πληθυσμοί.



Σοφία
Σαχιν
ΤΖΑΛΗ
ΜΙΧΑΕΛΑ

ΠΡΟΣΤΑΤΕΣ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ

Nelson Mandela



Αγωνίστηκε ενάντια στο αпарtheid

Έβρισε 27 χρόνια φυλακή για τις ιδέες του
1994 έγινε ο πρώτος μαύρος πρόεδρος

Γεννήθηκε το 1918 πέθανε το 2013

Είναι σύμβολο συγχώρεσης και ειρήνης

W. Luther Kyrie



Οργάνωσε ειρηνικές πορείες

Δίστηξη ειρήνη "I have a dream"

Βραβεύτηκε με νोβελ ειρήνης το 1964

δημοσίευσε για τα δικαιώματα των αμερικήανων.

Γεννήθηκε το 1929 πέθανε το 1968

ΟΛΟΙ ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΕΧΟΥΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ!



Μαχάτμα Γανν

Γεννήθηκε το 1869 Πέθανε το 1948
Μερίκη λόγια του

Τα εγώ που δεν πρέπει να έχεις: Πλάτος χωρίς
Μαχάτμα, Γνώση χωρίς χαρακτήρα, Πολιτεία
χωρίς αρχές, Δημοκρατία χωρίς συνείδηση,
Εμπόριο χωρίς ηθός, Επιστήμη χωρίς ανθρωπιά,
Ανάπτυξη χωρίς ουσία

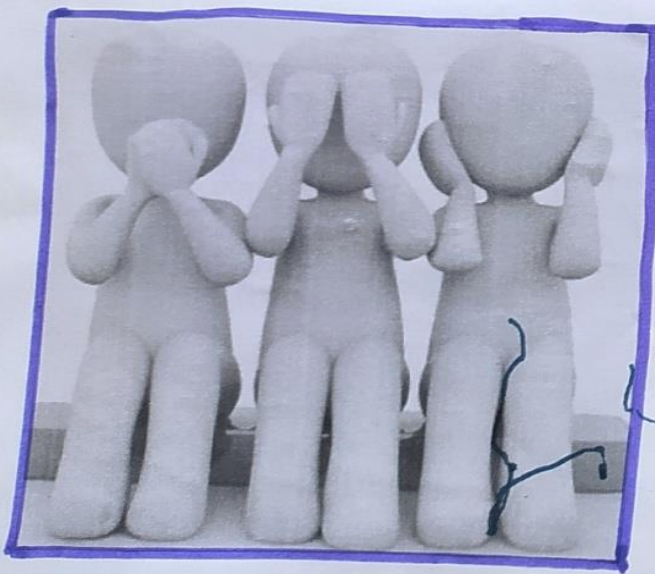
Ιάσονας Α2'
Σταυρος Α2'

ΚΑΤΑΠΙΑΤΗΣΗ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ

ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ

• ΟΡΙΣΜΟΣ:

Είναι η άρνηση ή η βέρρβη δικαιωμάτων όπως η ζωή, η ελευθερία έκφρασης, η ιβόσητα και η ασφάλεια. Όταν ο νόμος της βχχης υπερίβχχει του δικαίου



• ΑΙΤΙΕΣ:

- Απολυταρχική καθεσώτα
- Πόλεμοι
- Ρωχία
- Προκαταλήψεις



• ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ:

- Φόβος, ανασφάλεια
- Κοινωνική αποσταθεροποίηση
- Προσφυγία
- Απώλεια ζωής



• ΜΟΡΦΕΣ

• Παραβίαση της ιδιωτικότητας:
παρακωσθήη προσωπικών δεδομένων και επικοινωνιών

• Περιβαλλοντική αδικία:
Η καταστροφή του περιβάλλοντος από κοινωχίες το δικαίωμα σε καθαρό νερό και τροφή

• ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ

- Παίδεια: καλλιέρχεια σεβασμού απο μικρή ηλικία.
- Ενηέρωση: καταγγελία των αυθαρεσίων και ανάδειξη της αλήθειας
- Διεθνής συνεργασία: λτήρηση οργανικών (x ΟΗΕ)
- Νομική θωρακίσή: Αυστήρη εφαρμογή των νόμων που προστατεύουν τον πολίτη.

Μάρθα Μπαλόχου & Αγάθη Παπαχρήστ Βαϊνά η'α

ΕΝΝΟΙΑ ΚΑΙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Η μεσογειακή διατροφή είναι ένα κυρίως φυτικό διατροφικό πρόγραμμα που περιλαμβάνει δημητριακά ολικής αλέσεως, ελαιόλαδο, φρούτων, λαχανικών, ξηρών καρπών, βοτάνων και μπαχαρικών. Ο όρος ελινόσηθηκε από το φυτικό λέξο Αιόελ κς για να περιγράψει τη διατροφή την οποία ακολουθούσαν οι λαοί της Μεσογείου. Τα οφέλη της μεσογειακής διατροφής είναι πολλαά και επισημονικά τεκμηριωμένα. Οι ευεργετικές δυνάμεις της έχουν ανείκτυπο όχι μόνο στην καλή υγεία αλλά και στην αιώητα βάρους.

Βασικά Χαρακτηριστικά:

- Κύριο Λιπαρό: Το ελαιόλαδο ιδιαίτερα το έλτρα παρθένο.
- Ζωικές Πρωτεΐνες: Ψάρια και θαλασσινά, μεγαλύτερη συχνότητα κατανάλωσης, σύμφωνα με την πυραμίδα της διατροφής αυτής.
- Απώλεια και αυγά: Συχνή αλλά όχι καθημερινή κατανάλωση.
- Γαλακτοκομικά: Μέτρια κατανάλωση κυρίως γιαούρτι και τυρί.
- Κόκκινο Κρέας: Περιορισμένη και σπάνια κατανάλωση.
- Υγρά: Άφρονο νερό και μέτρια κατανάλωση κρασιού.
- Επιδόρπιο: Φρέσκα φρούτα αντί για γλυκά.



Α'3
Παναγιώτης Κούσης
Γιώργος Τσανάκης

ΠΟΙΗΜΑ

Γεννήθηκα με όνειρα, σ' αυτή τη γη τη σφαίρα,

Στην το φως, στην ζωή, και πιο πολύ στην ήρα,

Αν είναι μόνο επιθυμία, ούτε ανήλ' ευχή,

είναι δικαίωμα ~~από~~ που έχει κάθε παιδί.

Έχω δικαίωμα στο όνειρό, να ξέρουν πως είμαι,

να έχω μια σιρομέλια, ένα σπίτι ζεστό.

Να τρέχω στα σχολεία μου, τη γνώση να γευτώ,

και τις παιδικές καρές ελεύθερα να παίξω.

Μη μου σέρεις το φαγητό, το καθαρό νερό,

αν αρρωστήσω, δίνω μου να έχω ένα γιατρό.

Κι αν η φωνή μου είναι ήικη, σφείδεις να μ' ακούσεις,

τον κόσμο αυτόν που μου χρωστάς, να μην τον παρατήσεις.

Χρήμα, θρησκεία και φυλή, ως μην μας ξεχωρίζουν,

τα δικαιώματά μας αυτά, του κόσμου αποφαίνονται.

Χρήμα το πένι μου σφικτά, διώξε κάθε φοβία,

κάθε παιδί έχει δικαίωμα στην ελευθερία!

Εύη Μοφτιάδου
Μαρία Νεφελιάρη
Ποσειδάει Α3*



ΑΝΑΛΟΓΗΤΙΜΟΣ ΤΩΝ ΠΙΛΩΝ

Ορισμός

ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ

Μεταβλητή

Συνθήκη

Αίτια

Συνθήκη

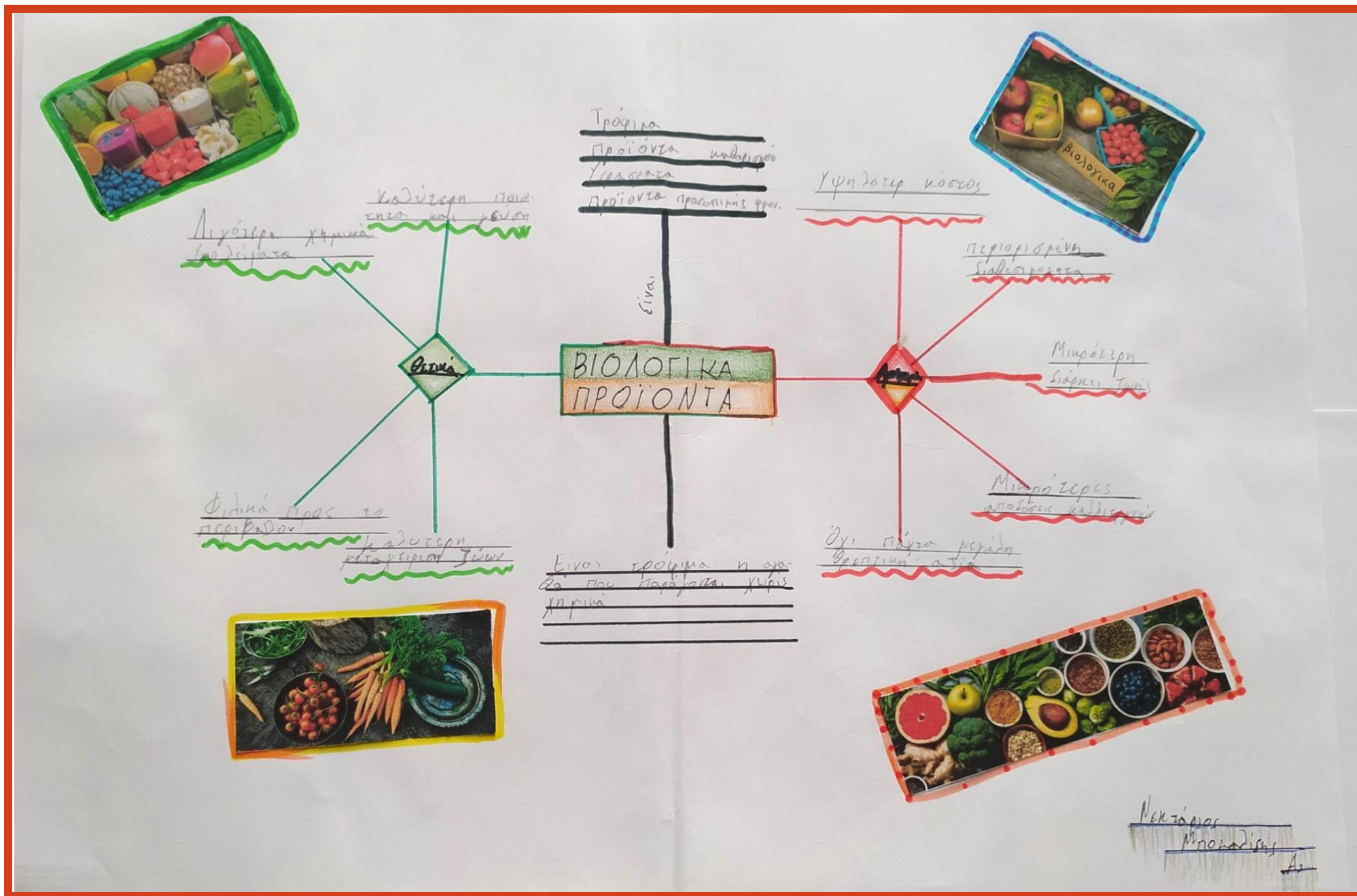


• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών

• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών
• Η αναλογησιμότητα των πλών

• Σε αναλογησιμότητα
• Σε αναλογησιμότητα





Αναφορική Επίσημος των παιδιών

Ορισμός

Αναφορικός, με την κλασική έννοια του όρου, είναι η αδυναμία στο χρωματισμό γραμμάτων, η αδυναμία ανάγνωσης και γραφής.



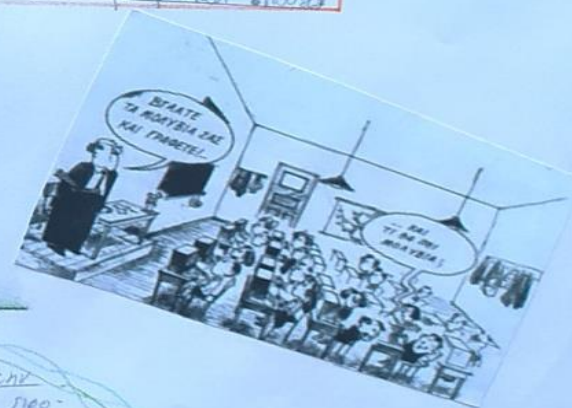
Οι αναφορικοί χωρίζονται στην σε δύο μεγάλες κατηγορίες:

- Τους οργανικά αναφορικούς
- Τους λειτουργικά αναφορικούς



Λειτουργία

- Λειτουργικός αναφορικός
- Οικογενειακοί λόγοι
- Αδιαφορία γράμματος
- Κοινωνικές ανισότητες
- Μετανοστήση, προσοχή
- Πόλεμος
- Πολιτικά συστήματα
- Η εθνητική ανισότητα
- Χαμηλό πνευματικό επίπεδο
- Μεγάλοι αριθμοί νεκρών
- Επιστολική βία και ανισότητα



Στατιστικά

500.000 άτομα στην Ελλάδα αντιμετωπίζουν πρόβλημα αναφορικών

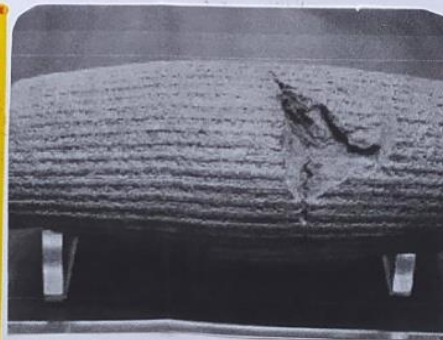
1 ανά 5 λειτουργικά αναφορικός

Νεκτάριος
43 Χρήσιμος

« Σημαντικότεροι σταθμοί στην ιστορία των δικαιωμάτων του ανθρώπου »

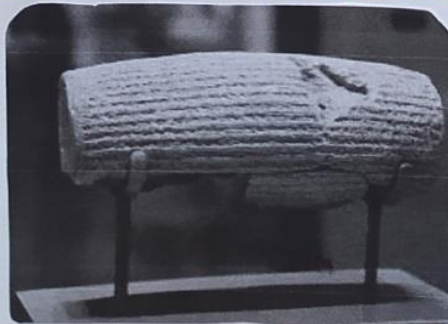
Magna Carta (1215)
• περίορις για πρώτη φορά την εξουσία του βασιλιά

Bill of Rights (1689)
• ελευθερία λόγου στο κοινοβούλιο



Διακήρυξη της ανεξαρτησίας των Η.Π. (1776)

Διακήρυξη των δικαιωμάτων του ανθρώπου και του πολίτη (1789)



Ο κύλινδρος του Κύρου
Μια πήλινη πινακίδα που περιέχει εφχαγγελίες που σηματοδοτούν την πρώτη διακήρυξη ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

Γεώργιος Αδρόνικας
Γεωργίου Αθανάσιος
A3.

ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΟΧΙ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΤΑ ΣΧΟΛΕΙΑ

ΒΙΒΛΙΑ ΟΧΙ ΔΟΥΛΕΙΑ

ΑΦΗΣΤΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΝΑ ΟΝΕΡΕΥΟΝΤΑΙ

ΣΟΣΤΕ ΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

ΤΕΛΟΣ ΕΚΜΕΤΑΜΕΥΣΗ

ΠΑΙΔΙΑ ΟΧΙ ΕΡΓΑΤΕΣ

ΜΟΡΦΩΣΗ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ

ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΚΑΙ ΓΝΩΣΗ

Γιώργος Τέχος, Σπύρος Καραφωτίδης

ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ



Η καθημερινή βίωση στους δρόμους των μετανάστευ-
σαντων με τα δικά τους παιδιά να εργάζονται σε
πρώτες ύλες και παράνομα σε ανήλικους εργάτες
βιώνοντας σκληρά τα παιδιά της χώρα-αποστολή αλλά
ψάχνοντας μερικά πως η εποχή της άδυναμίας διακόψει
τον χρόνο, οι παλιές φίλες είναι άγνωστες για παιδιά
που διακρίνονται να είναι από την τριτογενή και
όχι η ίδια στο χωριό της εργασίας και της παραγωγής.



Η παιδική εργασία-εξμετάφραση δεν είναι
σύγχρονο φαινόμενο, αλλά αναπτύσσεται
χιτάνοντα βίω μερικές και για το λόγο
αυτά οφείλουμε να το προσεχίζουμε με
υπεύθυνη και σεβαστική η θέση που δίνει
μετα καινούρια στα παιδιά της, χαρακτηρίζεται
το παιδαγωγικό επίπεδο στο οποίο
αρχίζει και τον παιδαγωγό που υπηρετεί>>



Ταίριαζει ότι η εργασία της παιδικής
εργασίας δεν μπορεί να επιτευχθεί χωρίς
να συμβαίνει κάποια οι βασικές συνθήκες
που είναι τις οικονομικές να στέλνουν τα
παιδιά τους στην εργασία ή και τη φτώχεια
Καθοριστικές σημασίες είναι
έτσι η προσφορά των δικαιωμάτων
των συνθηκών στο δικαίωμα στη
συνολική διαφύλαξη και το
δικαίωμα στην αμετάκλητη εργασία-ως
παιδαγωγία για την εβδόμη
της παιδικής εργασίας.

Σταύρος Χατζηγεωργίου
Θάνα Χατζηγεωργίου

Θέμα: «Το ελαιόλαδο στη Μεσογειακή Διατροφή»



Το ελαιόλαδο κατέχει
κεντρική θέση στη μεσογειακή διατροφή.
Είναι ένα τρόφιμο πλούσιο σε
συμπυκνωμένα θρεπτικά που συμβάλλουν
στην υγεία του οργανισμού.

Το ελαιόλαδο είναι χαρακτηριστικό της
μεσογειακής διατροφής και ξεχωρίζει
και τα μονοκόρεστα λιπαρά και τα
πολυακόρεστα του. Συμβάλλει στη μείωση
του κινδύνου καρδιοαγγειακών, στη ρύθμιση
της χοληστερίνης και στην προστασία
του οργανισμού από φλεγμονές. Ενώ ταυτόχρονα
δίνει γεύση και θρεπτική αξία στα
πιάτα της καθημερινής διατροφής.

Το ελαιόλαδο βρίσκεται

στη βάση της μεσογειακής πυραμίδας
και καταναλώνεται καθημερινά σε κάθε γεύμα
αποτελώντας την κύρια πηγή
πρόσληψης λίπους.

Τακτοχρονιάς ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ

Ταίρης ΑΝΔΡΟΝΙΚΟΣ
Α3*

Οι σημαντικότεροι σταθμοί στην ιστορία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων: Κόμικ.

Παλαιότερη ιστορία



Ο Κύβερτας αυτός είναι η πρώτη διακήρυξη των ανθρωπίνων δικαιωμάτων από τον Κύρο.

-Βασιλιάς: συμπολίζες μου θα πρέπει να υπογράψω όλα αυτά τα χαρτιά;

-Πολίτες: ναι βασιλιά μας είναι για τα δικαιώματά μας!

-Στέγη βασιλιά: μα καλά με το που έγινα έχω βασιλιάς θυμηθήκανε ότι έχουν δικαιώματα!

Το 1689 έχουμε την Αγγλική διακήρυξη των δικαιωμάτων. Ο βασιλιάς δεν είχε τόσες εξουσίες σε αντίθεση με τους πολίτες, που ενδεδειγμένα τα δικά τους δικαιώματα!!

Γαλλική επανάσταση [1789] καθιερώθηκε η ιδέα των ανέναντι στο νόμο. Επίσης υπάρχει πλέον ελευθερία έκφρασης!



Νεότερη ιστορία

Το 1945 μετά το Β' παγκόσμιο πόλεμο ιδρύεται ο Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών (ΟΗΕ), ο οποίος διαχειρίζεται κράτη την προώθηση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

-Λαοί υμνοεί αυτό το χαρτί με τα δικαιώματα των ανθρώπων. Θα το κομμάτιαρω, να το βδέ-
καμε κάθε μέρα και να μην το ξεχνάμε ποτέ.

Το 1950 γίνεται η Ευρωπαϊκή Σύμβαση Δικαιωμάτων του Ανθρώπου.

Το 1966, τα Διεθνή Σύμφωνα για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα. Ο ΟΗΕ υιοθέτησε το Σύμφωνο για τα ατομικά, πολιτικά, οικονομικά, κοινωνικά και τα μορφωτικά δικαιώματα.



Το Δεκέμβριο 1948. Η Οικουμενική Διακήρυξη των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Πρώτο διεθνές καταστατικό.

Το 2002 έχουμε την ίδρυση του Διεθνούς Πανικού Δικαστηρίου.

Παναγιώτης Κούσης
Γιώργος Τσικαλός

13

ΠΑΙΔΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΟΡΙΣΜΟΙ

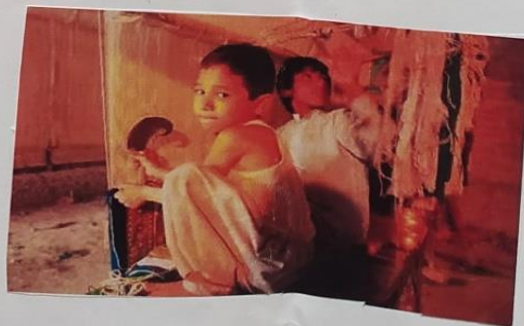
1. Είναι ενήλικες και ανήλικες
2. Εμποδίζουν την φοίτηση
3. Βλάπτουν τη σωματική και ψυχική κατάσταση τους

ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ

- Περίπου 160εκ. παιδιά εργάζονται παγκοσμίως
- Σχεδόν τα 70% διαμένουν στην χώρα
- Περισσότερα αγόρια από κορίτσια σε ηλικία 5-14 ετών

ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ

Για τα παιδιά	Για την κοινωνία
ΕΜΦΙΨΗ ΜΟΡΦΩΣΗΣ	ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΗ
ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΑ ΤΡΑΥΜΑΤΑ	ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΑΝΑΣΤΡΟΦΗ
	ΑΓΑΠΑΡΑΤΗ ΦΤΟΧΙΑΣ



ΑΙΤΙΑ

Ανάγκη ενήλικων
Φτωχά

Κοινωνικές συνθήκες

ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ

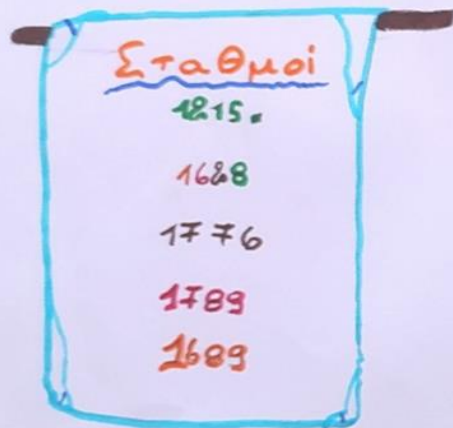
- Στόχοι βιωσιμής ανάπτυξης: κατάργηση παιδικής εργασίας.
- Ρόλος κράτους: Υποχρεωτική εκπαίδευση. Έλεγχοι σε επιχειρήσεις.
- Ρόλος κοινωνίας: Ενθάρρυνση παιτών. Στήριξη φτωχών οικογενειών.

ΜΟΡΦΕΣ

Εμπροσκή εργασία
Βιομηχανική εργασία
Παροχές σε σφαίρες

Σύνορος Καραφωλάκης, Γιώργος Τεγόρας

«Σημαντικότεροι σταθμοί στην ιστορία των δικαιωμάτων του ανθρώπου»



Κυανδρος του Κυρου

Τεϊρης Ανδρόνικος

Τεϊτοχλιδιδης Αθανάσιος

Α 30

ΚΑΤΑΠΑΤΗΣΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ

Όταν έχουμε καταπίεση ανθρωπίνων δικαιωμάτων πρόκειται για πράξεις ή παραλείψεις που εμποδίζουν τα άτομα να απολαύσουν τα αυτονόητα δικαιώματά τους, όπως η ζωή, η ελευθερία, η ισότητα και η αξιοπρέπεια.

Μερικά παραδείγματα περιλαμβάνουν τον βασανισμό, τις φυλακίδες χωρίς δίκη, τις διακρίσεις (εθνοτικές, θρησκευτικές, φύλου), τη λοκκρισία, την παιδική εργασία και τον περιορισμό της ελευθερίας της έκφρασης.

Οι συνέπειες που προκύπτουν από την παραβίαση αυτή ανακτά την ηθική πτώση μιας κοινωνίας και συχνά δείχνει αδυναμία ή αυθαιρεσία των κρατικών θεσμών.

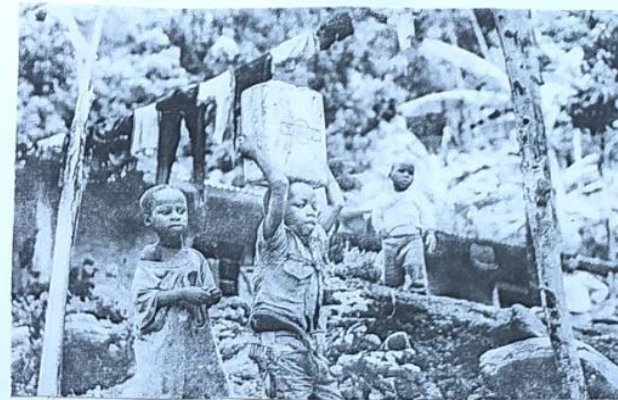
ΜΟΡΦΕΣ :

Οι μορφές καταπίεσης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων περιλαμβάνουν, τη βία, την τρομοκρατία, τα αυταρχικά καθεστώτα, τον περιορισμό της ελευθερίας λόγου, τις διακρίσεις, την παιδική εργασία, την οικογεντική εκμετάλλευση και την σκληρότητα των διεθνών οργανισμών.

Παρατηρούνται πογκρομίες ακρότητες και σε αναπτυσσόμενες κοινωνίες, επηρεάζοντας τη εσωτερική ακεραιότητα και τη ζωή του ατόμου.

ΑΙΤΙΑ

Η κατάσταση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων οφείλεται κυρίως σε οικονομικά εμπόδια (εκμετάλλευση, φτώχεια), πολιτική αεζαθία, αυταρχικά καθεστώτα και κοινωνικές προκαταλήψεις (ρατσισμός, ξενοφοβία). Επίπλέον ο αναταραχισμός, η κρίση αξιών, η αδιαφορία της κοινωνικής γνώμης, και η αδυναμία των διεθνών οργανισμών να επιβάλουν κυρώσεις, που εντείνουν το πρόβλημα.



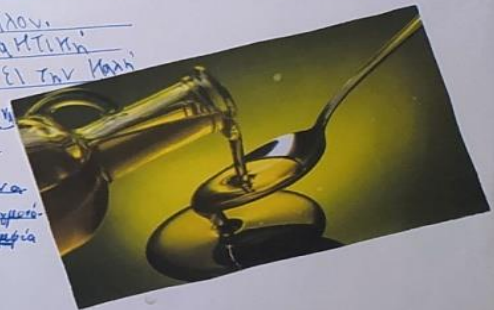
ΤΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ



Το ελαιόλαδο αποτελεί βασικό συστατικό της μεσογειακής διατροφής και επιστημονικές έρευνες έχουν αποδείξει τα σημαντικά οφέλη του για την υγεία. Είναι πλούσιο στο μονοακόρεστο λιπαρό οξύ ΕΛΑΙΜΟ (ΩΕ9), το οποίο αποτελεί το 70-80% των λιπαρών οξέων των ελαίων και περιέχει μεγάλες ποσότητες αντιοξειδωτικών, αντιφλεγμονωδών, αντιθρομβωτικών, βιταμίνη Ε, βιταμίνη Α, βιταμίνη Κ, πολυφαινόλες και καρπογενεόλη, προστατικά στοιχεία, τα οποία οφείλονται οι ευεργετικές ιδιότητές.

Μειώνει τις πιθανότητες εμφάνισης καρβίνου λόγω της προστασίας που παρέχει ενάντια στην καταστροφή των κυττάρων από τις ελεύθερες ρίζες. Μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης διαβήτη τύπου 2. Αρκετές μελέτες έχουν δείξει την θετική επίδραση του ελαιόλαδου στο σάκχαρο του αίματος και στην ευαισθησία στην ινσουλίνη. Ενισχύει την μνήμη και λειτουργία του εγκεφάλου.

Προστατεύει από καρδιαγγειακές παθήσεις με διάφορους μηχανισμούς. Η τακτική κατανάλωση ελαιόλαδου μπορεί να μειώσει την αρτηριακή πίεση, να αυξήσει την καλή χοληστερόλη (HDL), να βελτιώσει τη λειτουργία των αιμοφόρων αγγείων και να απορροφήσει το σχηματισμό θρόμβων. Μειώνει τις πιθανότητες εγκεφαλικού επεισοδίου. Το οποίο έχει φανεί μέσα από έρευνες που έχουν πραγματοποιήσει σε μεγάλο αριθμό ατόμων. Μπορεί να βοηθήσει στα συμπτώματα της ρευματικής αρθρίτιδας. Μπορεί να βελτιώσει τους ανεπιθύμητους δείκτες, να μειώσει το οξειδωτικό στρες, τους πόρους στις αρθρώσεις και τη πρωινή δυσκαμψία σε άτομα που πάσχουν από την ασθένεια.



Μάριος Μπακαλίδης, Αρχειοστής Παιδείας Α3

Οι σημαντικότεροι σταθμοί στην ιστορία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.

Ο κύλινδρος του Κιού - η πρώτη διακήρυξη ανθρωπίνων δικαιωμάτων
539 π.Χ.



Δεν θα πρέπει να δουλεύω, σαν σκλάβος

Αγγλική Διακήρυξη των δικαιωμάτων
1689

Γαλλική Επανάσταση - Διακήρυξη των δικαιωμάτων του ανθρώπου/πολίτη

1789

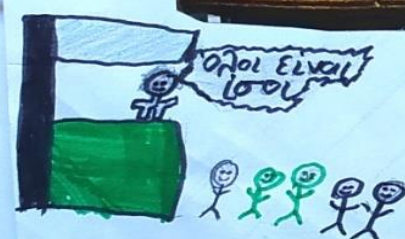


KING JOHN SIGNING MAGNA CHARTA



1215

(Magna Carta) Μάγνα Κάρτα
Στην Αγγλία κανείς δεν είναι υπέρνω του νόμου



Όλοι είναι ίσοι

1776

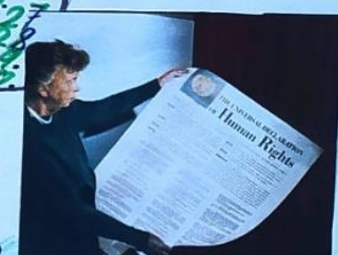
Διακήρυξη της Αμερικανικής ανεξαρτησίας.

1865

Σημαντικές νομικές ενέργειες: η κατάργηση της δουλείας.

1948

Ανθρώπινα δικαιώματα.	
1.	2.
3.	4.
5.	6.
7.	8.
9.	10.
11.	12.
13.	14.
15.	16.
17.	18.
19.	20.
21.	22.
23.	24.
25.	26.
27.	28.
29.	30.



Νέότερη ιστορία

- 1945 - Ίδρυση Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών (ΟΗΕ)
- 10/12/1948 - Οικουμενική Διακήρυξη ανθρωπίνων δικαιωμάτων.
- 1950 - Ευρωπαϊκή σύμβαση δικαιωμάτων του ανθρώπου.
- 1966 - Διεθνή σύμβαση, για τα ανθρώπινα δικαιώματα
- 2002 - Ίδρυση: Διεθνούς Ποινικού Δικαστηρίου.

Παναγιώτης Κώστας
Τσακνάκης Γιώργος
Α3

ΚΑΝΟΝΕΣ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΠΛΟΗΓΗΣΗΣ

Δε δίνουμε τα προσωπικά μας στοιχεία.

Δε συναντάμε άτομα που γνωρίσαμε στο διαδίκτυο.

Δεν απαντάμε σε υβριστικά μηνύματα.

Δεν ανοίγουμε μηνύματα από αγνώστους.

Δεν κατεβάζουμε παράνομα βίντεο και μουσική.

Δεν ανεβάζουμε φωτογραφίες.

Αποφεύγουμε ύποπτες ιστοσελίδες.

Δεν αποκαλύπτουμε τους κωδικούς πρόσβασης μας

ΘΕΤΙΚΑ ΚΑΙ ΑΡΝΗΤΙΚΑ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

Εθισμός

Απάτη

Κοινωνικοποίηση

Τυχερά παιχνίδια - Τζόγος

Εργασία εξ' αποστάσεως

Αποξένωση

Εκπαίδευση

Εκφοβισμός

Αγορές - Πωλήσεις

Παραβίαση Προσωπικών Δεδομένων

Ενημέρωση - Ψυχαγωγία

Επιπτώσεις στην υγεία

Κακόβουλα Λογισμικά