

πάμε ανακύκλωση

2025-2026

1. ανακυκλώνουμε
2. δωρίζουμε πόντους
3. παρακολουθούμε τις επιδόσεις του σχολείου μας



followgreen

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

II. ΟΡΟΙ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ

1. ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

2. ΕΝΑΡΞΗ - ΛΗΞΗ

3. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ

3.1 ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ & ΜΕΘΟΔΟΣ ΣΥΛΛΟΓΗΣ

3.2 ΕΠΙΔΟΣΗ ΣΧΟΛΕΙΩΝ

A. ΠΟΝΤΟΙ ΑΠΟ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ

B. ΠΟΝΤΟΙ ΑΠΟ ΔΩΡΕΕΣ

4. ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ - ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

5. ΕΞΕΛΙΞΗ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ - ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ - ΠΡΟΒΟΛΗ

6. ΚΑΤΑΤΑΞΗ - ΒΡΑΒΕΙΑ - ΑΠΟΝΟΜΗ

ΧΑΡΤΙ

ΠΛΑΣΤΙΚΟ

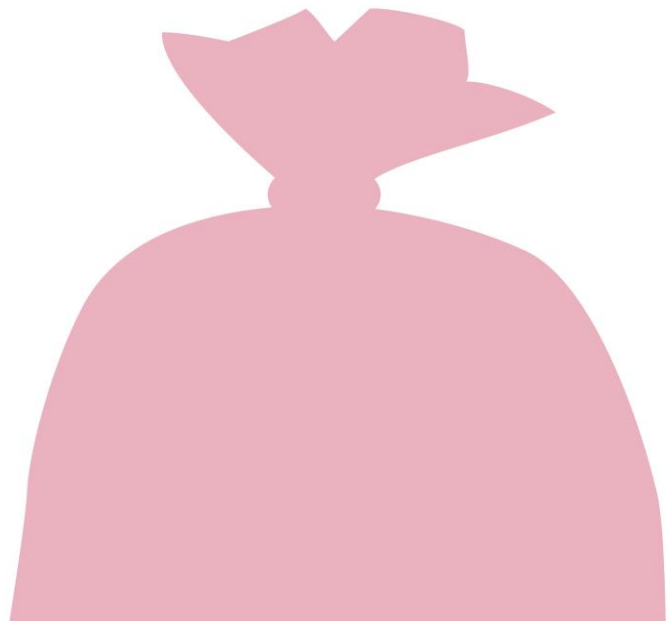
ΚΑΠΑΚΙΑ

ΑΛΟΥΜΙΝΙΟ

ΜΠΑΤΑΡΙΕΣ

ΕΝΔΥΜΑΤΑ - ΥΠΟΔΗΜΑΤΑ

ΤΗΓΑΝΕΛΑΙΟ



I. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στο πλαίσιο της δημοτικής πλατφόρμας για την επιβράβευση της ανακύκλωσης Followgreen (<http://www.followgreen.gr/komotini>), ο Δήμος Κομοτηνής διοργανώνει Σχολικό Μαραθώνιο «Πάμε Ανακύκλωση», σε συνεργασία με τις Διευθύνσεις Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Ροδόπης.

Ο σχολικός μαραθώνιος απευθύνεται σε όλους τους μαθητές των σχολείων του Δήμου, για τη σχολική χρονιά 2025-2026.

Στόχος του μαραθωνίου είναι η ευαισθητοποίηση των μαθητών γύρω από την ανακύκλωση και την ορθή διαχείριση των απορριμμάτων. Μαθητές και εκπαιδευτικοί καλούνται να ανακυκλώνουν **χαρτί**, **πλαστικό**, **αλουμίνιο**, **μπαταρίες**, **ενδύματα-υποδήματα** και **τηγανέλαιο** σε ειδικούς κάδους εντός των σχολικών μονάδων.

II. ΟΡΟΙ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ

1. ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

Δικαίωμα συμμετοχής στον μαραθώνιο έχουν όλα τα σχολεία του Δήμου. Απαραίτητη προϋπόθεση για τη συμμετοχή ενός σχολείου είναι η αποστολή του εντύπου συμμετοχής στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (e-mail) schools@followgreen.gr.

2. ΕΝΑΡΞΗ - ΛΗΞΗ

Ο μαραθώνιος ξεκινάει στις 23 Οκτωβρίου και λήγει τον Μάιο του 2026.

3. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ

3.1 ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ & ΜΕΘΟΔΟΣ ΣΥΛΛΟΓΗΣ

Τα **ανακυκλώσιμα υλικά** (**χαρτί, πλαστικό, αλουμίνιο**) συγκεντρώνονται σε σακούλες εντός των ειδικών κάδων που είναι τοποθετημένοι εντός των σχολικών μονάδων. Όταν γεμίσει η σακούλα που βρίσκεται εντός του κάδου, μεταφέρεται σε ειδικό χώρο αποθήκευσης και τοποθετείται νέα σακούλα στον κάδο.

Για τη συλλογή των παραπάνω υλικών, το σχολείο θα ενημερώνεται για τις ημερομηνία αποκομιδής από την ομάδα του Followgreen, ώστε να εκδηλώσει επιθυμία για την συλλογή των ανακυκλωσίμων. Στην συνέχεια το πλήρωμα της υπηρεσίας του Δήμου θα συλλέγει, θα ζυγίζει και θα καταγράφει τις ποσότητες του κάθε σχολείου.

Η συλλογή των **μπαταριών** γίνεται ύστερα από επικοινωνία του σχολείου απευθείας με την **ΑΦΗΣ** (τηλ: 210 8030244), όταν γεμίσει ο κάδος. Κατά τη συλλογή παραδίδεται στο σχολείο έντυπο παραλαβής, το οποίο το σχολείο αποστέλλει με email στο schools@followgreen.gr.

Η συλλογή των **ενδυμάτων** και των **τηγανελαίων** γίνεται ύστερα από επικοινωνία του σχολείου απευθείας με την **East-West Greece**: 2310024911 (t.k@eastwest-greece.com), όταν γεμίσει ο κάδος. Κατά τη συλλογή παραδίδεται στο σχολείο έντυπο παραλαβής, το οποίο το σχολείο αποστέλλει με email στο schools@followgreen.gr.



3.2 ΕΠΙΔΟΣΗ ΣΧΟΛΕΙΩΝ

Η επίδοση των σχολείων μετριέται σε πόντους, οι οποίοι συγκεντρώνονται με την ανακύκλωση που κάνει κάθε σχολείο και με τις δωρεές των μελών της πλατφόρμας (κατοίκων του Δήμου).

Πιο αναλυτικά, η διαδικασία είναι ως εξής:

A. ΠΟΝΤΟΙ ΑΠΟ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ

Το άδειασμα του κάδου πιστοποιείται από τη Διεύθυνση Καθαριότητας, την East-West και την ΑΦΗΣ σε πόντους ανά κιλό. Ειδικότερα:

ΥΛΙΚΑ	ΠΟΝΤΟΙ ΑΝΑ ΚΙΛΟ
Χαρτί	50 πόντοι
Πλαστικό	50 πόντοι
Καπάκια	100 πόντοι
Αλουμίνιο	150 πόντοι
Μπαταρίες	120 πόντοι
Ενδύματα - Υποδήματα	100 πόντοι
Τηγανέλαιο	150 πόντοι

B. ΠΟΝΤΟΙ ΑΠΟ ΔΩΡΕΕΣ

Τα σχολεία συγκεντρώνουν πόντους και από δωρεές των μελών της πλατφόρμας, μέσα στους οποίους συμπεριλαμβάνονται και οι γονείς/κηδεμόνες. Κάθε μέλος του followgreen μπορεί να δωρίσει σε οποιοδήποτε σχολείο έως **100 πόντους μηνιαίως**.

Οι παραπάνω πόντοι αθροίζονται και διαιρούνται με τους μαθητές του σχολείου.

Το άθροισμα των πόντων των ανακυκλώσιμων υλικών και των πόντων της δωρεάς, αποτελεί και το δείκτη επίδοσης του σχολείου, όπου θα καταγράφεται online στην ειδική σελίδα «ΣΧΟΛΕΙΑ» <http://www.followgreen.gr/komotini/contest>

Η σελίδα αυτή είναι προσβάσιμη από κάθε επισκέπτη του <http://www.followgreen.gr/komotini> αλλά η δωρεά πόντων γίνεται αποκλειστικά από τα μέλη της πλατφόρμας.

4. ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ - ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

Για όλα τα θέματα που αφορούν στον μαραθώνιο, η επικοινωνία γίνεται τηλεφωνικά στο **213 0436298** ή με email στο schools@followgreen.gr, από τον εκπρόσωπο που έχει ορίσει το σχολείο.



5. ΕΞΕΛΙΞΗ ΜΑΡΑΘΩΝΙΟΥ - ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ - ΠΡΟΒΟΛΗ

Για την εξέλιξη του μαραθωνίου υπάρχει συνεχής ενημέρωση στην ιστοσελίδα, <http://www.followgreen.gr/komotini/contest>, όπου καταχωρούνται οι επιδόσεις του κάθε σχολείου.

Μετά την έναρξη του μαραθωνίου, κάθε σχολείο μπορεί να κάνει είσοδο στην πλατφόρμα με username το email του σχολείου και password το τηλέφωνο.

6. ΚΑΤΑΤΑΞΗ - ΒΡΑΒΕΙΑ - ΑΠΟΝΟΜΗ

Η επίσημη ανακοίνωση της εκάστοτε τελικής κατάταξης των σχολείων θα γίνει με τη λήξη του μαραθωνίου, στην ιστοσελίδα <http://www.followgreen.gr/komotini/contest>

Όλα τα σχολεία θα επιβραβευθούν για τη συμμετοχή τους σε ειδική εκδήλωση που θα πραγματοποιηθεί από τον Δήμο.

Επιπλέον, θα λάβουν χρηστικά δώρα για τη διάκριση τους τα σχολεία που θα καταλάβουν τις πρώτες θέσεις.



ΧΑΡΤΙ



ΓΝΩΡΙΖΕΣ ΟΤΙ..

- Για την παραγωγή 1 τόνου χαρτιού απαιτούνται 17 δέντρα!
- Ένα χαρτί μπορεί να ανακυκλωθεί το πολύ έως 7 φορές
- Όταν φτιάχνουμε χαρτί από ανακυκλώσιμο χαρτί δημιουργείται λιγότερη ρύπανση στον αέρα και στον περιβάλλον
- Είναι καλύτερο για το περιβάλλον να ανακυκλώνουμε παλιό χαρτί από το να φτιάχνουμε νέο χαρτί από δέντρα



ΤΙ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ ΣΤΟΝ ΚΙΤΡΙΝΟ ΚΑΔΟ;

- Παλιά κατεστραμμένα βιβλία ή βιβλία, που δεν θέλουμε εμείς ή κάποιος άλλος
- Απλό χαρτί, παλιές φωτοτυπίες & γραφική ύλη
- Παλιές εφημερίδες & περιοδικά
- Χάρτινες συσκευασίες & χαρτόκουτα



ΤΙ ΔΕΝ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ;

- Χαρτί, που είναι βρώμικο
- Χαρτοπετσέτες, χαρτιά κουζίνας και χαρτιά υγιείας

ΠΛΑΣΤΙΚΟ



ΓΝΩΡΙΖΕΣ ΟΤΙ..

- 1 πλαστικό μπουκάλι νερού μπορεί να διατηρηθεί στη φύση έως 400 χρόνια



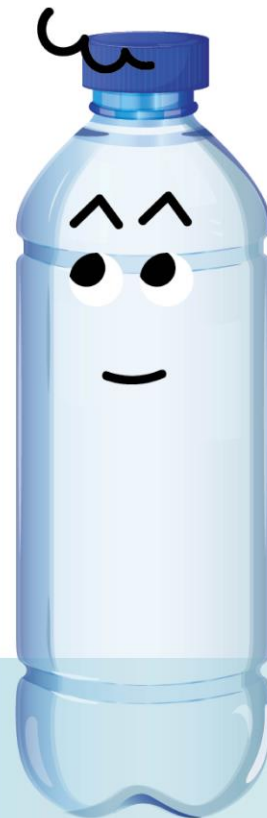
ΤΙ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ ΣΤΟΝ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ ΚΑΔΟ;

- Πλαστικά μπουκάλια νερού, αναψυκτικών, λαδιού, σαμπουάν, είδη καθαρισμού κ.α.
- Πλαστικά καπάκια από οποιαδήποτε μπουκάλια



ΤΙ ΔΕΝ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ;

- Καπάκια που δεν είναι από πλαστικό, π.χ. μεταλλικά ή πώματα από φελλό



ΚΑΠΑΚΙΑ



ΓΝΩΡΙΖΕΣ ΟΤΙ..

- Τα πλαστικά καπάκια είναι από τα 10 πιο ρυπογόνα αντικείμενα στον πλανήτη
- Λόγω του μικρού μεγέθους και των χρωμάτων τους θεωρούνται τροφή από τα θαλάσσια ζώα και πουλιά
- 1 καπάκι παρά το μέγεθός του μπορεί να διατηρηθεί πάνω από 300 χρόνια



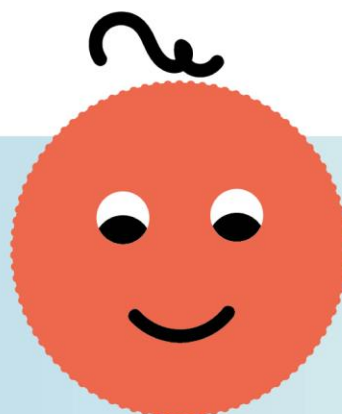
ΤΙ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ ΣΤΟΝ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙ ΚΑΔΟ;

- Πλαστικά καπάκια από μπουκάλια νερού, αναψυκτικού, χυμού ή γάλακτος



ΤΙ ΔΕΝ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ;

- Καπάκια που δεν είναι από πλαστικό, π.χ. μεταλλικά ή πώματα από φελλό



ΑΛΟΥΜΙΝΙΟ



ΓΝΩΡΙΖΕΣ ΟΤΙ..

Το κουτάκι αναψυκτικού από αλουμίνιο μπορούν να ανακυκλωθούν πολλές φορές, η δυνατότητα ανακύκλωσής τους διατηρείται για πάντα. Ανακυκλώνοντας 1 μεταλλικό κουτάκι αναψυκτικού εξοικονομούμε ενέργεια, για να δούμε τηλεόραση, για 3 ώρες και να ακούσουμε 4 ώρες ραδιόφωνο. Χρειάζονται 60 ημέρες, ώστε 1 χρησιμοποιημένο αλουμινένιο κουτάκι να ανακυκλωθεί και να βρεθεί πάλι στα ράφια των supermarket.



ΤΙ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ ΣΤΟΝ ΚΟΚΚΙΝΟ ΚΑΔΟ;

- Κουτάκια αναψυκτικού από αλουμίνιο



ΤΙ ΔΕΝ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ;

- Πλαστικά
- Υπολείμματα τροφών
- Τζάμια
- Υφάσματα
- Μπαταρίες
- Κλαδιά δέντρων



ΜΠΑΤΑΡΙΕΣ



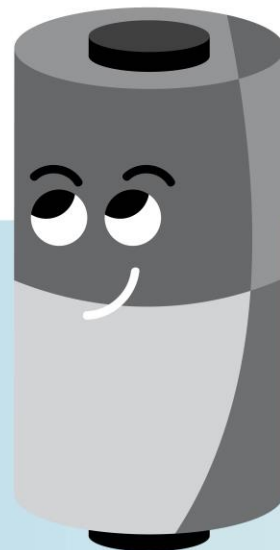
ΓΝΩΡΙΖΕΣ ΟΤΙ..

- Οι περισσότερες μπαταρίες κατασκευάζονται από επικίνδυνα βαρέα μέταλλα, που ρυπαίνουν το περιβάλλον και έχουν επιπτώσεις στην υγεία μας
- Σύμφωνα με έρευνα σε κάθε σπίτι βρίσκονται κατά μέσο όρο 78 μπαταρίες



ΤΙ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ ΣΤΟΝ ΚΑΔΟ ΜΠΑΤΑΡΙΩΝ;

- Όλα τα είδη φορητών μπαταριών (δηλαδή βάρους περίπου μέχρι 5000 γραμμάρια), είτε είναι πρωτογενείς (μίας χρήσης) είτε δευτερογενείς (επαναφορτιζόμενες)



ΕΝΔΥΜΑΤΑ - ΥΠΟΔΗΜΑΤΑ



ΓΝΩΡΙΖΕΣ ΟΤΙ..

- Κάθε Ευρωπαίος πολίτης αποσύρει από τη ντουλάπα του περίπου 15 κιλά ρουχισμού κάθε χρόνο. Περίπου το 85% των ρούχων που παράγονται καταλήγει στις χωματερές
- 98 εκατομμύρια τόνοι μη ανανεώσιμων πηγών -ανάμεσά τους και το πετρέλαιο- καταναλώνονται κάθε χρόνο για τις ανάγκες της βιομηχανίας ρούχων



ΤΙ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ ΣΤΟΝ ΚΑΔΟ;

- Ρούχα, παπούτσια, λευκά είδη, τσάντες, αξεσουάρ

Τοποθετούμε τα καθαρά ρούχα, παπούτσια ή άλλα υφασμάτινα προϊόντα σε μια καθαρή τσάντα



ΤΙ ΔΕΝ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ;

- Γυαλί, χαρτί, μέταλλο, απορρίμματα



ΤΗΓΑΝΕΛΑΙΟ



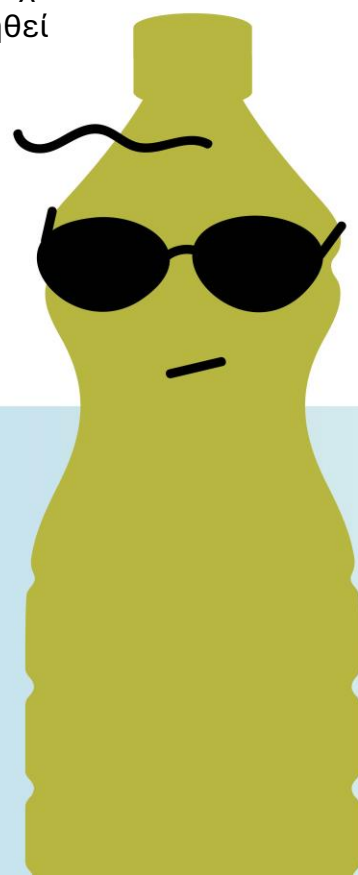
ΓΝΩΡΙΖΕΣ ΟΤΙ..

- Με την ανακύκλωση 1 λίτρου μαγειρικού λαδιού παράγουμε σχεδόν 1 λίτρο βιοντίζελ
- Από τα ανακυκλωμένα τηγανέλαια παράγεται σαπούνι και κερί



ΤΙ ΤΟΠΟΘΕΤΟΥΜΕ ΣΤΟΝ ΚΑΔΟ ΓΙΑ ΤΗΓΑΝΕΛΑΙΟ;

- Λάδι που έχει χρησιμοποιηθεί για το τηγάνισμα φαγητού.
- Θα πρέπει να έχει σουρωθεί (για να μην έχει κατακάθια από φαγητά) και να τοποθετηθεί σε πλαστικό μπουκάλι 1-1,5lt (μπουκάλι αναψυκτικού ή νερού).



The background features a light blue gradient with a collage of various waste-related icons in a darker blue. These icons include a shopping bag, a cardboard box, a milk carton, a pair of scissors, a water bottle, a coffee cup, a newspaper, a plastic cup, a piece of paper, a bottle, and a bag of trash. A large, white, abstract shape resembling a hand or a splash is positioned on the right side of the page.

followgreen

2025-2026