

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΕΚΠΡΟΣΩΠΩΝ & ΣΤΕΛΕΧΩΝ ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΩΝ ΕΤΑΙΡΙΩΝ

Φέτος, **Μπορούμε** να προσφέρουμε ξανά ... από το **Κέντρο της Γης** !

Σάββατο, 08 Νοεμβρίου 2025 και ώρα 9:30 π.μ. – 4 μ.μ. περίπου

Κέντρο της Γης, Οικολογικό Πάρκο Αντώνη Τρίτση,

Λεωφ. Δημοκρατίας 67, Ίλιον 131 22

Είσοδος από το Εμπορικό Κέντρο “ESCAPE” στο Parking 3

ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ ΜΕΛΟΥΣ :

Ονοματεπώνυμο Μέλους	Συμμετοχή σε δραστηριότητα
	Food Waste ☐
	Βότανα στην καθημερινότητά μας ☐
	Παγκόσμιοι Στόχοι για τη Βιώσιμη Ανάπτυξη ☐

*** Παρακαλώ επιλέξτε μέχρι 2 από τις παραπάνω δραστηριότητες.

Ονοματεπώνυμο Συνοδού	Συμμετοχή σε δραστηριότητα
	Food Waste ☐
	Βότανα στην καθημερινότητά μας ☐
	Παγκόσμιοι Στόχοι για τη Βιώσιμη Ανάπτυξη ☐

*** Παρακαλώ επιλέξτε μέχρι 2 από τις παραπάνω δραστηριότητες.

Θα ήταν χαρά μας να συνοδεύεστε, από τα παιδιά σας!

Εάν το επιθυμείτε και εσείς, σας παρακαλούμε, για οργανωτικούς λόγους, να συμπληρώσετε τα ονόματα και την ηλικία τους :

Όνοματεπώνυμο Παιδιού	Ηλικία	Συμμετοχή σε δραστηριότητα

Εάν επιθυμείτε να συνοδεύεστε και από φίλους σας, σας παρακαλούμε να συμπληρώσετε και να μας στείλετε μια αντίστοιχη δήλωση συμμετοχής και θα σας ενημερώσουμε, το συντομότερο δυνατόν, ανάλογα με το ενδιαφέρον που θα έχουν εκδηλώσει τα Μέλη μας, για την δυνατότητα συμμετοχής τους.

Τι θα κάνουμε στη Συλλογική Κουζίνα;

Σύντομη Περιγραφή



Το Σάββατο 8 Νοεμβρίου, τα μέλη του ΣΕΣΑΕ ενώνουν δυνάμεις με την Οργάνωση Γη στο μαγευτικό κτήμα «Το Κέντρο της Γης» στο Ίλιον, για μια δράση που κάνει τη διαφορά. Μαζί, θα ετοιμάσουμε, θα μαγειρέψουμε και θα συσκευάσουμε **2.000 μερίδες φαγητού** για ανθρώπους που το έχουν πραγματικά ανάγκη.

👉 Με την καθοδήγηση της Οργάνωσης Γη και σε συνεργασία με το «Μπορούμε», οι μερίδες αυτές θα φτάσουν την ίδια μέρα σε εστίες αστέγων, καταφύγια προσφύγων και συσσίτια — εκεί όπου η προσφορά μας μεταφράζεται σε ελπίδα.

🌟 Αν θέλεις να ζήσεις μια μέρα γεμάτη νόημα, να προσφέρεις με την καρδιά σου και να γίνεις μέρος μιας ομάδας που δημιουργεί πραγματικό αντίκτυπο... **σε περιμένουμε!**

📧 Δήλωσε συμμετοχή τώρα και βοήθησέ μας να γεμίσουμε πιάτα — και καρδιές.

Συλλογική Κουζίνα



Οι 2.000 μερίδες φαγητού που θα ετοιμάσουμε δεν είναι απλώς γεύματα — είναι μια πράξη φροντίδας. Φτιαγμένες αποκλειστικά από εποχιακά, τοπικά και θρεπτικά υλικά, με έμφαση στα βιολογικά προϊόντα και στους μικρούς παραγωγούς, κάθε μερίδα θα είναι μια γιορτή της αλληλεγγύης και της βιωσιμότητας.

👩 Όλα θα γίνουν επί τόπου, από εμάς — τους εθελοντές. Χέρια που συνεργάζονται, καρδιές που χτυπούν στον ίδιο ρυθμό.

🎉 Και όταν η δράση ολοκληρωθεί, θα καθίσουμε όλοι μαζί γύρω από ένα μεγάλο γιορτινό τραπέζι. Κουρασμένοι, αλλά γεμάτοι. Από εμπειρίες, από χαμόγελα, από νόημα. Ένα τραπέζι που θα έχουμε στρώσει με τα χέρια μας — και με την αγάπη μας.

Συμμετοχή

Οι εθελοντές μας θα γίνουν μέρος μιας δυναμικής κουζίνας αλληλεγγύης, δουλεύοντας εκ περιτροπής σε ομάδες και σε ειδικά διαμορφωμένους σταθμούς.

Κάθε ομάδα θα έχει τον δικό της πάγκο εργασίας με εργασίες όπως:

- ♦ Πλύσιμο & τεμάχισμα των πρώτων υλών
- ♦ Προετοιμασία και μαγείρεμα στα καζάνια
- ♦ Σερβίρισμα στις συσκευασίες & τοποθέτηση στα κιβώτια
- ♦ Καθαριότητα & λάντζα — γιατί η προσφορά είναι ομαδική από την αρχή ως το τέλος!

♥ Και επειδή η προσφορά πάει χέρι-χέρι με τη χαρά, θα υπάρχουν και στιγμές χαλάρωσης, με δραστηριότητες που ενισχύουν τη σύνδεση, το γέλιο και την παρέα. Οι εθελοντές μας θα έχουν την ευκαιρία να ξεκουραστούν, να παίξουν, να μάθουν και να περάσουν ποιοτικό χρόνο με φίλους — παλιούς και νέους.



ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

🌱 Όταν δεν μαγειρεύουμε, μαθαίνουμε — και ζούμε τη φύση!

Για να διασφαλίσουμε την ομαλή ροή της δράσης, τα παιδιά και οι εθελοντές που κάποια στιγμή δεν θα βρίσκονται σε ενεργό σταθμό, δεν θα κάθονται απλώς...

Θα συμμετάσχουν σε μοναδικές βιωματικές δραστηριότητες στο πρότυπο περιβαλλοντικό κέντρο της Οργάνωσης Γη!

🧠🌱 Εκεί, θα εξερευνήσουν τη βιωσιμότητα μέσα από παιχνίδι, γνώση και εμπειρία.

Θα έρθουν σε επαφή με τη φύση, θα μάθουν για την κυκλική οικονομία, την οικολογική γεωργία και τον ρόλο μας ως ενεργοί πολίτες.

Μια δράση που δεν σταματά ποτέ — γιατί κάθε στιγμή είναι ευκαιρία για προσφορά, σύνδεση και εξέλιξη.

Για τους Μεγάλους & τους Μικρούς μας Εθελοντές

Δράση 1 : ♻️ Food Waste Lab: Μαγειρεύουμε έξυπνα, καταναλώνουμε συνειδητά



Πόσες φορές πετάμε τρόφιμα χωρίς να το σκεφτούμε; Στο Food Waste Εργαστήριο, μετατρέπουμε αυτή την ερώτηση σε δράση! Μέσα από βιωματικές εμπειρίες, θα ανακαλύψουμε πώς η σπατάλη τροφής επηρεάζει το περιβάλλον, την οικονομία και την κοινωνία — και πώς μπορούμε να την περιορίσουμε ξεκινώντας από το ίδιο μας το σπίτι.

👩🍳 Θα μάθουμε καλές πρακτικές, θα δούμε παραδείγματα που λειτουργούν και θα μαγειρέψουμε δημιουργικά με υλικά που συνήθως καταλήγουν στα σκουπίδια. Ναι, τα υπολείμματα μπορούν να γίνουν γευστικά, θρεπτικά και... απολαυστικά!

🌍 Γιατί κάθε μικρή αλλαγή στην κουζίνα μας, είναι ένα μεγάλο βήμα προς έναν πιο βιώσιμο κόσμο.

Δράση 2 : 🌿 Αρωματικά και θεραπευτικά βότανα, ένας ξεχασμένος θησαυρός



🌿 Βότανα στην καθημερινότητά μας: Μύρισε, μάθε, παίξε!

Ανακάλυψε τον μαγικό κόσμο των βοτάνων μέσα από ένα εισαγωγικό εργαστήριο γεμάτο αρώματα, γνώσεις και εκπλήξεις! Θα γνωρίσουμε τις ιδιότητες των πιο αγαπημένων βοτάνων και μυρωδικών, και πώς μπορούν να γίνουν σύμμαχοι στην υγεία, τη μαγειρική και την ευεξία μας.

✿ Και μετά... ώρα για δράση! Στο παιχνίδι «Βρες το γρίφο», οι ομάδες θα συναγωνιστούν στη λύση έξυπνων γρίφων και δοκιμασιών με θέμα τα βότανα. Ποιος θα αναγνωρίσει πρώτος το φασκόμηλο; Ποια ομάδα θα λύσει το μυστήριο του δεντρολίβανου;

🎨 Μια εμπειρία που συνδυάζει γνώση, συνεργασία και διασκέδαση — ιδανική για μικρούς και μεγάλους εξερευνητές της φύσης!

Δράση 3 : 🌍 Παγκόσμιοι Στόχοι: Πάίξε, μάθε, δράσε!



Ένα επιδαπέδιο παιχνίδι γεμάτο κίνηση, γνώση και συνεργασία! Δύο ομάδες μπαίνουν στο παιχνίδι με στόχο να κατακτήσουν τους **17 Παγκόσμιους Στόχους για τη Βιώσιμη Ανάπτυξη** — όχι απλώς ως έννοιες, αλλά ως τρόπους ζωής.

🧠 Μέσα από γρίφους, δοκιμασίες και στρατηγικές κινήσεις, οι συμμετέχοντες θα αποδείξουν ποιοι έχουν κατανοήσει βαθύτερα τους Στόχους και πώς μπορούν να τους εντάξουν στην καθημερινότητά τους: από την ανακύκλωση και την ισότητα, μέχρι την υπεύθυνη κατανάλωση και την προστασία του πλανήτη.

🎯 Ένα παιχνίδι που συνδυάζει διασκέδαση και εκπαίδευση, ενισχύοντας τη συνεργασία, την κριτική σκέψη και την περιβαλλοντική συνείδηση.

Οι μικροί μας φίλοι θα έχουν ακόμη την ευκαιρία ...

- Να συμμετέχουν στην εθελοντική δράση, αφιερώνοντας τις χαρούμενες πινελιές τους στις συσκευασίες μεταφοράς των φαγητών, ενώ θα έχουν πλούσιο πρόγραμμα δραστηριοτήτων με τη βοήθεια παιδαγωγών από τις 10:00' – 14:00'.
- Να απολαύσουν το μικρό πόνο σε **αποκλειστικότητα!!!**

