

Κηπουροί στην πόλη

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

image not found or type unknown



kipouroi6june

image not found or type unknown

Δεν είναι δύσκολο να καλλιεργήσεις λαχανικά στην πόλη. Στον κήπο, στο μπαλκόνι, στην ταράτσα. Έλα να γίνουμε κηπουροί στην πόλη!

Σχεδόν 7 στους 10 Έλληνες ζουν σε πόλεις. Η επαφή με το φυσικό περιβάλλον έχει χαθεί και μαζί έχουμε σχεδόν ξεχάσει πώς παράγονται τα φρούτα και λαχανικά που φτάνουν στο πιάτο μας. Η εμφανής λύση για να καταφέρουμε να αλλάξουμε την κατάσταση, να ομορφύνουμε την καθημερινότητά μας, να παράγουμε οι ίδιοι μέρος των τροφίμων που καταναλώνουμε, να βρούμε ένα υγιεινό και κυρίως αγχολυτικό χόμπι, ακούει στο όνομα «αστικοί λαχανόκηποι».

Λαχανόκηποι μπορούν να δημιουργηθούν σε αυλές, μπαλκόνια και ταράτσες κτηρίων. Δεν έχει σημασία πόσο μεγάλο ή μικρό χώρο διαθέτεις. Με μεράκι και διάθεση μπορείς να κάνεις θαύματα.

Λαχανόκηποι μπορούν επίσης να δημιουργηθούν σε ελεύθερους χώρους, σε πλαγιές και όχθες από ρέματα και ρυάκια, και γενικότερα σε χώρους που υπό άλλες συνθήκες θεωρούνται «αντιπαραγωγικοί». Αυτοί οι κήποι μπορούν να ποτιστούν με το νερό της βροχής και να δέχονται λίπασμα από υπολείμματα τροφών των νοικοκυριών, αυτά τα υπολείμματα που ούτως ή άλλως πετάμε μαζί με τις πολύτιμες θρεπτικές ουσίες που ακόμα περιέχουν. Μπορούν επίσης να γίνουν σημείο αναφοράς για μια γειτονιά και ταυτόχρονα να καλύψουν τις διατροφικές ανάγκες μιας σημαντικής μερίδας πολιτών, που βρίσκονται σήμερα στο έλεος της οικονομικής και κοινωνικής κρίσης.

Γιατί λαχανόκηποι στο μπαλκόνι ή σε ελεύθερους χώρους;

Τα οφέλη της ενασχόλησης με την καλλιέργεια λαχανικών στην πόλη είναι πολλά, και σε αφορούν:

- Βοηθούν στην κατανόηση του τρόπου παραγωγής των τροφίμων και διευκολύνουν την υιοθέτηση ενός πιο υγιεινού διατροφικού μοντέλου.
- Βελτιώνουν την σωματική και ψυχική υγεία κι αποκτάς ένα χόμπι.
- Σε φέρνουν σε επαφή με τη φύση και τους κύκλους της.
- Σε γεμίζουν με ικανοποίηση από τα επιτεύγματά σου.
- Καλύπτουν διατροφικές ανάγκες των πολιτών και σε περίπτωση ενός δημόσιου λαχανόκηπου βοηθούν να εξασφαλιστούν οι ανάγκες όλης της χρονιάς.
- Συνεισφέρουν στην εκπαίδευση των παιδιών πάνω σε υγιή πρότυπα και τα βοηθά να 'απεξαρτηθούν' από κακές συνήθειες, όπως η τηλεόραση και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια.
- Συμβάλλουν στη διαφύλαξη τοπικών απειλούμενων σπόρων.
- Βοηθούν στην απόκτηση ή βελτίωση δεξιοτήτων από άτομα με ειδικές ανάγκες.
- Πρασινίζουν τις αφιλόξενες πόλεις.
- Ομορφαίνουν το δημόσιο χώρο ή/και τα σπίτια μας.
- Βελτιώνουν την ποιότητα του μικροκλίματος στις πόλεις.

Πηγή: kalyterizoi.gr