



ΠΡΟΤΥΠΟ ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟ ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΕΥΑΓΓΕΛΙΚΗΣ ΣΧΟΛΗΣ ΣΜΥΡΝΗΣ

Μεσόγειος:

Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας
χωρίζει, μας πληγώνει.....



Ερευνητική εργασία – project Α' Λυκείου

Σχολικό έτος 2012-13

Υπεύθυνος εκπαιδευτικός:

Θώδης Γεώργιος, φιλόλογος

Μεσόγειος:

Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας
χωρίζει, μας πληγώνει.....

*«Η Μεσόγειος θάλασσα είναι σαν μία ζώνη που περικλείει
το κέντρο του κόσμου.»*

Αίλιος Αριστείδης (117-181 μ.Χ.)

Για τη συγγραφή του βιβλίου δούλεψαν οι παρακάτω μαθήτριες και μαθητές της Α' Λυκείου:

ΤΟΜΕΑΣ ΙΣΤΟΡΙΚΩΝ-ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΩΝ ΕΡΕΥΝΩΝ

ΒΑΡΔΑΞΟΓΛΟΥ ΕΛΕΝΗ
ΓΚΙΤΖΙΡΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ
ΔΟΥΛΓΕΡΑΚΗ ΜΑΡΙΑ
ΖΩΡΖΟΥ ΛΟΥΙΖΑ-ΣΟΦΙΑ
ΠΟΥΛΟΥ ΤΙΝΑ

ΤΟΜΕΑΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΕΡΕΥΝΩΝ

ΤΣΑΜΤΙΡΗ ΒΑΝΑ
ΠΑΤΣΑΡΟΥΧΑ ΠΑΡΗ
ΚΩΣΤΑΡΑΚΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ
ΚΑΤΣΙΕΡΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ

ΤΟΜΕΑΣ ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΩΝ ΕΡΕΥΝΩΝ

ΓΙΑΝΝΕΙΟΥ ΜΑΡΙΑΝΑ
ΓΚΟΛΕΜΗ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑ
ΘΕΟΔΩΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ-ΜΑΡΙΑ
ΚΑΛΙΑΝΙΩΤΗ ΜΥΡΤΩ-ΑΓΓΕΛΙΚΗ

ΤΟΜΕΑΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΕΡΕΥΝΩΝ

ΚΑΚΟΥΡΗ ΕΛΕΝΗ
ΚΑΜΠΟΥΡΟΓΛΟΥ ΕΥΑ

ΤΟΜΕΑΣ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΡΕΥΝΩΝ

ΠΑΤΤΑΚΩΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΓΙΑΝΝΗΣ
ΤΕΛΕΚΟΥΔΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
ΠΕΤΣΕΛΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ
ΠΟΛΥΧΡΟΝΙΔΗ ΜΑΡΘΑ
ΧΑΤΖΗΑΝΑΓΝΩΣΤΟΥ ΜΑΡΙΟΣ

Υπεύθυνος εκπαιδευτικός: Θόδης Γεώργιος, φιλόλογος

Εισαγωγή

Η θάλασσα που μας περιβάλλει, η Μεσόγειος, κουβαλά ένα τεράστιο ιστορικό και πολιτισμικό φορτίο. Οι χώρες που την περιβάλλουν έχουν συνεισφέρει στη διαμόρφωση της ανθρώπινης ιστορίας πολύ περισσότερο από κάθε άλλη περιοχή του κόσμου.

Με αφετηρία την αρχαία Αίγυπτο, τη σκυτάλη της πολιτιστικής δημιουργίας πήραν στη συνέχεια οι Φοίνικες, οι Εβραίοι, οι αρχαίοι Έλληνες, οι Καρχηδόνιοι, οι Ρωμαίοι, οι Βυζαντινοί και οι Άραβες. Από τα τέλη του Μεσαίωνα στη μεγάλη αυτή «αρένα των πολιτισμών» μπήκαν και οι σύγχρονοι δυτικοευρωπαϊκοί λαοί (Γάλλοι, Γερμανοί, Ισπανοί και οι ιταλικές ναυτικές δημοκρατίες, με προεξάρχουσες τη Γένοβα και τη Βενετία) για να αντιπαρατεθούν δυναμικά στους Οθωμανούς και τους Βερβερίνους πειρατές που εξουσίαζαν τα νότια και τα ανατολικά παράλια της Μεσογείου. Ακόμη πιο πρόσφατα, από τα τέλη του 19ου αιώνα έως τα τέλη του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου, η λεκάνη της Μεσογείου αποτέλεσε ένα από τα θέατρα του αποικιακού ανταγωνισμού των Μεγάλων ευρωπαϊκών Δυνάμεων, ενώ στο δεύτερο μισό του 20ού αιώνα και μέχρι τις ημέρες μας έχει αποτελέσει κατ' επανάληψη θέατρο ψυχροπολεμικών αντιπαραθέσεων αλλά και «απρόβλεπτων» πολέμων μεταξύ των μεσανατολικών κρατών.

Τι είναι όμως η Μεσόγειος; Όλοι γνωρίζουμε ότι η Μεσόγειος είναι κάτι παραπάνω από μία απλή γεωγραφική έκφραση. Είναι χιλιάδες πράγματα μαζί, κατά τον Μπροντέλ. Δεν είναι ένα μόνο τοπίο, αλλά αμέτρητα τοπία. Δεν είναι μία θάλασσα, αλλά διαδοχή θαλασσών. Δεν είναι ένας πολιτισμός, αλλά μια κοινότητα πολιτισμών που συσσωρεύονται ο ένας πάνω στον άλλο.

Σ' αυτό το πλαίσιο, το ταξίδι στη Μεσόγειο είναι η ανακάλυψη της προϊστορίας και ιστορίας του ανθρώπινου γένους. Είναι μια βουτιά στα βάθη

των αιώνων. Είναι μια συνάντηση με πράγματα πολύ παλιά, που είναι όμως ακόμη ζωντανά και συνυπάρχουν με το νέο, το σύγχρονο.

Η Μεσόγειος υπήρξε πάντοτε τόπος ανταλλαγών: γύρω από τη «mare nostrum» αρκετοί πολιτισμοί συνέβαλαν στην ανάπτυξη και στην πολιτική, οικονομική, καλλιτεχνική και τεχνολογική εξέλιξη της περιοχής. Για τους ίδιους τους λαούς που ζουν στην περιφέρειά της, αποτέλεσε κατά καιρούς λίκνο και τάφο, δεσμό και εμπόδιο, ευλογία και πεδίο μάχης.

Από την άλλη πλευρά, τα σύνορά της αποτελούν παρατηρητήρια των πεποιθήσεων και της πολυπλοκότητας, των διαφορών μεταξύ εθνών, θρησκειών και πολιτισμών· αποτελούν περιοχές γεωγραφικής και ιστορικής επικοινωνίας ανάμεσα στην ευμάρεια και τη φτώχεια, την πολιτική σταθερότητα και την ανασφάλεια.

Η Μεσόγειος, ως γεωγραφικός χώρος, ως πεδίο έρευνας και μελέτης της σύγχρονης πολιτιστικής και κοινωνικής πραγματικότητας, με θολό ίσως ακόμη αλλά και συγχρόνως άκρως ενδιαφέρον το νέο τοπίο της να διαμορφώνεται από τις δραματικές αλλαγές που συντελούνται τα τελευταία χρόνια, με εμφανή τα ιδιαίτερα και παραδοσιακά χαρακτηριστικά του, αλλά και με σαφείς ενδείξεις επιρροής του παγκόσμιου μοντέλου, αποτελεί τη θεματική γύρω από την οποία αναπτύσσεται η ερευνητική εργασία με τίτλο: *Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει...* που πραγματοποιήθηκε κατά το σχολικό έτος 2012-13 από 20 μαθήτριες και μαθητές της Α' Λυκείου του Πρότυπου Πειραματικού Γενικού Λυκείου της Ευαγγελικής Σχολής Σμύρνης.

Ο υπεύθυνος της ερευνητικής εργασίας

Γεώργιος Β. Θώδης

Φιλολόγος

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Εισαγωγή	7
Πίνακας περιεχομένων	9
Πρόλογος	11
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο	
Η ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ	13
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2^ο	
ΦΥΣΙΚΑ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΟΓΕΝΗ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΟΥ	17
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3^ο	
ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΑ	31
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4^ο	
ΣΗΜΑΙΕΣ-ΓΛΩΣΣΕΣ-ΘΡΗΣΚΕΙΕΣ	33
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5^ο	
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΙ	57
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6^ο	
ΑΣΧΟΛΙΕΣ	67
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7^ο	
ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ	71

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8

ΤΟ ΘΑΛΑΣΣΙΟ ΟΙΚΟΣΥΣΤΗΜΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΟΥ – ΧΛΩΡΙΔΑ-ΠΑΝΙΔΑ	87
---	-----------

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9^ο

ΤΑ ΚΟΡΑΛΛΙΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΟΥ	97
----------------------------------	-----------

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10^ο

ΕΘΝΙΚΕΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΕΣ ΚΟΥΖΙΝΕΣ- ΓΕΥΣΕΙΣ	103
--	------------

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11^ο

ΤΟ ΕΜΠΟΡΙΟ ΣΤΗ ΜΕΣΟΓΕΙΟ	119
--------------------------------	------------

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 12^ο

ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΣΗ	137
---------------------	------------

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 13^ο

ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ	151
------------------	------------

Βιβλιογραφία- Δικτυογραφία	161
-----------------------------------	------------

Παράρτημα	165
------------------	------------

Πρόλογος

Με την έναρξη της σχολικής χρονιάς (2012-2013) οι μαθητές της Α΄ Λυκείου κληθήκαμε να επιλέξουμε μία από τις πέντε ερευνητικές εργασίες (project) που προτάθηκαν από τους καθηγητές του σχολείου μας. Από όλα τα θέματα που μας παρουσιάστηκαν, εμείς διαλέξαμε αυτό που μας τράβηξε το ενδιαφέρον περισσότερο από όλα και ήταν το εξής : *“Μεσόγειος : Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει.....”*

Ο κύριος λόγος που προτιμήσαμε τη συγκεκριμένη ερευνητική εργασία ήταν η επιθυμία μας να συλλέξουμε περισσότερες γνώσεις για τη Μεσόγειο σε διάφορους τομείς όπως η ιστορία, η γεωγραφία, η οικονομία κτλ. Στην αρχή βέβαια δυσκολευτήκαμε να βρούμε τα επιμέρους θέματα με τα οποία θα ασχολούμασταν. Επιλέξαμε διάφορα θέματα με γνώμονα να συνδυάζουν και να διαπραγματεύονται περισσότερους τομείς σε ένα.

Προσωπικά, πιστεύουμε ότι αν και τα υποθέματα ήταν πολύ ενδιαφέροντα, το να γράψουμε την εργασία ήταν ένα από τα πιο δύσκολα πράγματα που έπρεπε να κάνουμε. Οι περισσότεροι θα το απέδιδαν αυτό στη δυσκολία να φιλτράρουμε όλη αυτή την πληθώρα των πληροφοριών που μπορεί κάποιος να βρει-στην περίπτωση μας ίσχυε το αντίθετο- αφού η ελληνική ή μεταφρασμένη βιβλιογραφία ήταν πολύ περιορισμένη και οι πηγές στο διαδίκτυο δεν ήταν ιστορικά αξιόπιστες. Παρ' όλες τις δυσκολίες που συναντήσαμε -συγγραφικές και μη- προσπαθήσαμε να κάνουμε ό,τι καλύτερο μπορούσαμε και πιστεύουμε ότι καταφέραμε να αποδώσουμε αυτό που θέλαμε με επιτυχία.

Η εργασία μας πραγματοποιήθηκε το χρονικό διάστημα μεταξύ Οκτωβρίου 2012- Μαρτίου 2013. Αρχικά χωριστήκαμε σε 5 ομάδες και μετά διαλέξαμε το θέμα για το οποίο θα γράφαμε. Παράλληλα, δημιουργήθηκε και ένας διαδικτυακός τόπος (<http://jsail335.wix.com/mesogeios>)

προκειμένου να ανεβάζουμε τις εργασίες μας και να ανταλλάσσουμε απόψεις με τις άλλες ομάδες. Η πιο σημαντική εμπειρία, πιστεύουμε, ήταν ότι μας δόθηκε η ευκαιρία να γνωρίσουμε και τους άλλους λαούς της λεκάνης της Μεσογείου, οι οποίοι έπαιξαν σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση του πολιτισμού και της οικονομίας της.

Τέλος, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε τον καθηγητή μας κ. Θώδη Γεώργιο που χωρίς την πολύτιμη βοήθειά του, καθ' όλη τη διάρκεια της εργασίας, δεν θα μπορούσαμε να σας παρουσιάσουμε αυτό το αποτέλεσμα.

Οι ομάδες εργασίας

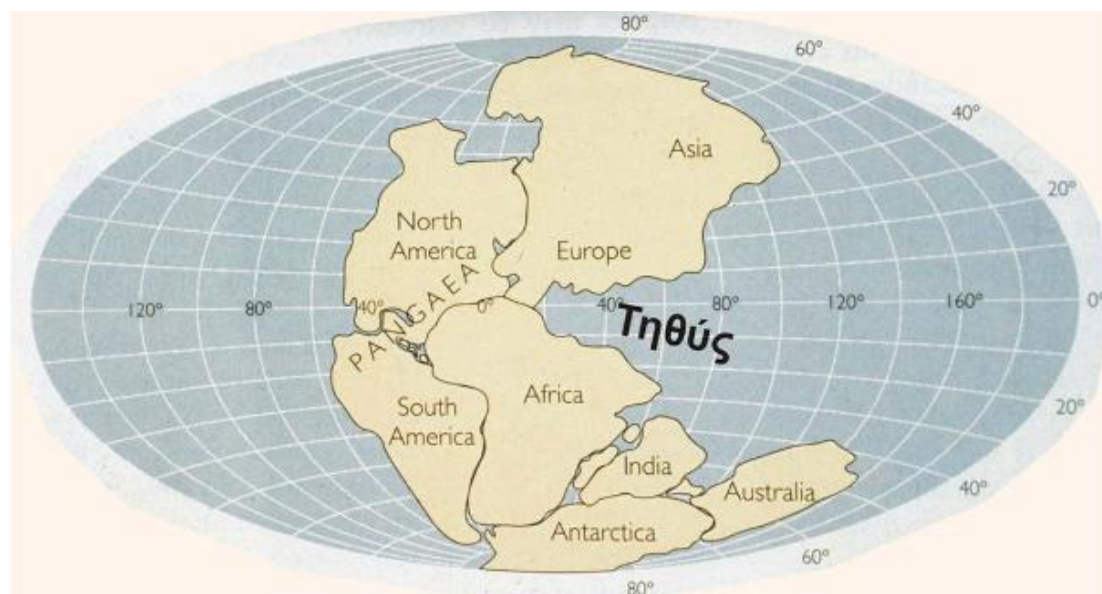
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ο

1.1. Η ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

«Γῆς τε καὶ Οὐρανοῦ παῖδες Ὠκεανός τε καὶ **Τηθύς** ἐγενέσθην, τούτων δὲ Φόρκυς Κρόνος τε καὶ Ρέα καὶ ὅσοι μετὰ τούτων». Ο Πλάτων στον Τίμαιο, 40.e.5 – 41.a.3 λέει ότι : «Από την Γη και τον Ουρανό γεννήθηκαν ο Ωκεανός και η **Τηθύς**. Από αυτούς γεννήθηκαν ο Φόρκυς, ο Κρόνος και η Ρέα και όλοι οι άλλοι που γεννήθηκαν μαζί με αυτούς»

Η Τηθύς αναφέρεται ως πρόσωπο και στην ελληνική μυθολογία. Ήταν μία από τις Τιτανίδες και γέννησε τρεις χιλιάδες ποτάμιους θεούς και ισάριθμες θεότητες, τις Ωκεανίδες. Κατά άλλη παραδοχή του μύθου η Τηθύς ήταν μητέρα του Φόρκυος, του Κρόνου και της Ρέας.

Στην επιστήμη της γεωλογίας η Τηθύς υπήρξε μια μεγάλη κεντρική θάλασσα, η οποία από το παλαιοζωικό μέχρι και τον τριτογενές αιώνα εκτεινόταν ανάμεσα στην Ευρασιατική ήπειρο και την Αφρικανική (Γκοντβάνα). Σημερινό υπόλειμμα της Τηθύος είναι η Μεσόγειος και η Ερυθρά Θάλασσα.



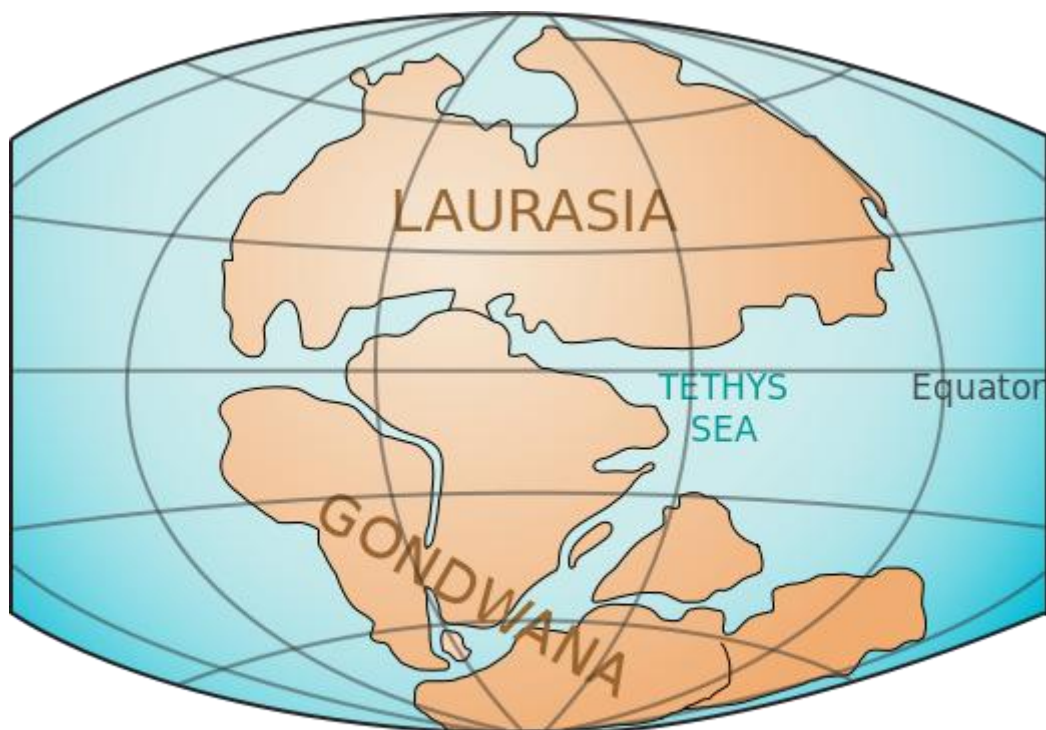
Όλο αυτό το μεγάλο γεωλογικό διάστημα (600 εκατομμύρια χρόνια περίπου) η Τηθύς παρέμεινε μία μακρόστενη θάλασσα που ένωνε τους δύο μεγάλους ωκεανούς της Γης. Έπαθε πολλές μεταβολές και τα όριά της μεταβλήθηκαν αρκετές φορές. Μεγάλη σημασία είχε κατά τις διάφορες ορογενέσεις και μάλιστα κατά την τελευταία αλπική ορογένεση. Μέσα στη θάλασσα αυτή και στα περιθώρια των δύο ηπείρων σχηματίστηκαν θαλάσσιοι τάφροι, μέσα στα οποία αποτέθηκαν ιζήματα και από αυτά αργότερα δημιουργήθηκαν οι αλπικές οροσειρές όπως οι Άλπεις, τα Πυρηναία, οι Δειναρικές Άλπεις, η Πίνδος, η οροσειρά Ταύρου, τα Ιμαλάια κ.λ.π.

Η Τηθύς έγινε εμπόδιο στην ανταλλαγή των χερσαίων πανίδων και χλωρίδων μεταξύ των βόρειων και νότιων περιοχών του μεγαλύτερου μέρους του πλανήτη μας. Το εμπόδιο όμως αυτό δεν ήταν ούτε μόνιμο ούτε αξεπέραστο. Σε πολλές φάσεις της γεωλογικής ιστορίας της Γης δημιουργήθηκαν κατάλληλες συνθήκες για τις επικοινωνίες, ανταλλαγές και μεταναστεύσεις ζώων και φυτών. Μέσα στη θάλασσα αυτή έζησαν στις διάφορες γεωλογικές εποχές πολλά ζώα.

Μετά την πλήρη του ανάπτυξη και την λειτουργία του επί ορισμένα εκατομμύρια χρόνια ο ωκεάνιος χώρος της Τηθύος άρχισε να συμπιέζεται από την βαθμιαία προσέγγιση των ηπείρων Ευρασίας και Γκοντβάνας που προήλθε από την αλλαγή του Παγκοσμίου γεωδυναμικού πλαισίου. Από τη συμπίεση αυτή και την τελική σύγκρουση των δύο ηπείρων ο ωκεανός της Τηθύος οδηγήθηκε στη βαθμιαία καταστροφή και εξαφάνιση του που άρχισε από την περίοδο Ανωτέρου Ιουρασικού - Κάτω Κρητιδικού.

Σύμφωνα με νεώτερες απόψεις η συμπίεση-εξαφάνιση της Τηθύος δεν προήλθε από μια γενική και ενιαία σύγκλιση Ευρασίας-Γκοντβάνας, αλλά από την διαδοχική αποκόλληση-απομάκρυνση ηπειρωτικών

τεμαχών από την Γκοντβάνα, τα οποία κινήθηκαν με μεγαλύτερη σχετική ταχύτητα προς Βορρά και συγκρούστηκαν με την Ευρασία.



TRIASSIC
200 million years ago

Αιτία της αλλαγής του Παγκοσμίου γεωδυναμικού πλαισίου που οδήγησε στην προσέγγιση Ευρασίας-Γκοντβάνας, ήταν το άνοιγμα του Ατλαντικού ωκεανού, που άρχισε το Ανω Ιουρασικό και προκάλεσε την βαθμιαία απομάκρυνση της Αφρικής από τη Νότια Αμερική με αποτέλεσμα τη σχετική κίνηση της Αφρικής προς την κατεύθυνση της Ευρασίας.

Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει.....

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο

2.1. ΦΥΣΙΚΑ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΟΓΕΝΗ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΟΥ

2.1. Εισαγωγή

Η Μεσόγειος είναι γνωστή από τα αρχαιότατα χρόνια ως μεγάλη κλειστή θάλασσα, που βρίσκεται ανάμεσα σε τρεις ηπείρους την Ευρώπη, την Ασία και την Αφρική. Στα δυτικά συνδέεται με τον Ατλαντικό Ωκεανό, δια του πορθμού του Γιβραλτάρ και στα ανατολικά με την Ερυθρά θάλασσα δια της διώρυγας του Σουέζ.



Η πατρότητα του όρου «Μεσόγειος θάλασσα» ανήκει ιστορικά στους Λατίνους και μάλιστα περί τα μέσα του 3ου αιώνα που πρώτος ο Σολίνος τη ονομάζει χαρακτηριστικά «Mare Mediterraneum» ως μεταξύ

δύο ηπείρων θάλασσα, καθιστάμενος ιστορικός ανάδοχος του ονόματος αυτής.

2.1.1. Γεωγραφική θέση

Η γεωγραφική θέση της Μεσογείου στον παγκόσμιο χάρτη της Γης προσδιορίζεται από τους γεωγραφικούς παραλλήλους και μεσημβρινούς που την πλασιώνουν, δηλαδή από το:

γεωγραφικό πλάτος 30° 15' Β. έως 45° 50' Β. και

γεωγραφικό μήκος 05° 21' Α. μέχρι 36° 10' Α.

Η Μεσόγειος θάλασσα βρίσκεται λοιπόν στο Βόρειο και Ανατολικό ημισφαίριο της Γης. Η γνωστή από τα αρχαιότατα χρόνια μεγάλη κλειστή θάλασσα, που βρίσκεται ανάμεσα σε τρεις ηπείρους την Ευρώπη, Ασία και την Αφρική. Στα δυτικά κλείνεται από την Αφρική και την Ευρώπη, ενώ υπάρχει το στενό του Γιβραλτάρ που χωρίζει τις δύο ηπείρους και ενώνει τη Μεσόγειο θάλασσα με τον Ατλαντικό ωκεανό. Στα ανατολικά κλείνεται από την Ασία, ενώ συγκοινωνεί με τον Εύξεινο Πόντο με το στενό των Δαρδανελίων. Στα βόρεια κλείνεται από την Ευρώπη και στα νότια από την Αφρική, ενώ μετά το άνοιγμα του Σουέζ συγκοινωνεί με την Ερυθρά θάλασσα και από κει με τον Ινδικό ωκεανό.

Η Μεσόγειος έχει τουλάχιστον δύο όψεις. Κατά πρώτο λόγο αποτελείται από μια σειρά ενιαίες, ορεινές χερσονήσους που τέμνονται από μεγάλες πεδιάδες: την Ιταλική, τη Βαλκανική, την Μικρά Ασία, την Βόρειο Αφρική και την Ιβηρική. Κατά δεύτερο λόγο, η θάλασσα παρεμβάλλει ανάμεσα τους γιατί η Μεσόγειος δεν είναι απλώς μια ενιαία θάλασσα, αλλά ένα σύμπλεγμα θαλασσών.

Οι πέντε χερσόνησοι της Μεσογείου παρουσιάζουν ομοιότητες ανάμεσα τους. Ως προς το γήινο ανάγλυφό τους, κατανέμονται

ομοιόμορφα σε πολλά όρη, λίγες πεδιάδες, αραιούς λόφους και πλατιά οροπέδια.

2.1.2. Διαστάσεις της Μεσογείου

Έχει έκταση 2.966.000 τ.χλμ. ή περίπου 800.000 τ. μίλια.

Το μέγιστο μήκος, από Γιβραλτάρ μέχρι των ακτών Συρίας, είναι 2.100 ν. μίλια ή 3.860 χλμ., το δε μέγιστο πλάτος 1.800 χλμ. ενώ το μέγιστο βάθος είναι 5.120 μ. σε απόσταση 62 μιλίων νοτιοδυτικά από το ακρωτήριο Ταίναρο. Το μέσο πλάτος είναι 600 χλμ.

Γενικά η Μεσόγειος Θάλασσα είναι η μεγαλύτερη κλειστή θάλασσα της Γης και μοιάζει με λίμνη. Η Μεσόγειος υπήρξε αλλά και είναι μέχρι σήμερα η σημαντικότερη στη παγκόσμια ιστορία θάλασσα που χώριζε και ένωνε λαούς και πολιτισμούς. Γύρω από τη Μεσόγειο αναπτύχθηκαν από τα πιο παλιά χρόνια μεγάλοι και σημαντικοί πολιτισμοί που έβαλαν τη σφραγίδα τους και στην κατοπινή εξέλιξη της ανθρωπότητας. Για πολλές χιλιάδες χρόνια αποτελούσε το κέντρο του πολιτισμού ολόκληρου του κόσμου.



2.1.3. Μορφολογία ακτών

Το Αιγαίο και το Ιόνιο πέλαγος, η Αδριατική, η Τυρρηνική και η Λιγυρική θάλασσα σχηματίζουν τη λεκάνη της Μεσογείου. Η μορφολογία των ακτών της ποικίλει. Μπορούμε να συναντήσουμε από χαμηλές και χωρίς κόλπους ακτές μέχρι απότομες και με πολλούς κόλπους και ακρωτήρια. Και στις δύο όμως περιπτώσεις με θαυμάσιες φυσικές ομορφιές. Το φαινόμενο του θερμοκηπίου θα επηρεάσει σχεδόν σίγουρα τη στάθμη της θάλασσας και από ότι προβλέπεται θα υπάρχει σε παγκόσμια κλίμακα μια αύξηση της τάξης των 12-18 cm έως τα έτη 2025-2030. Υπολογίζεται ότι το μεγαλύτερο μέρος των ακτών της Μεσογείου θα επηρεαστεί από αυτήν την αλλαγή.

2.1.4. Οι Μεσογειακές ακτές

Οι Μεσογειακές ακτές συγκρινόμενες με τις ακτές του Ατλαντικού ή του Ειρηνικού Ωκεανού, (που επίσης δέχονται σημαντικές ανθρωπογενείς περιβαλλοντικές πιέσεις), παρουσιάζουν δύο κύριες διαφορές που τις κάνουν να ξεχωρίζουν, υποχρεώνοντάς μας να τις αντιμετωπίσουμε ως κάτι ιδιαίτερο όσον αφορά τα έργα προστασίας και βελτίωσής τους. Γι αυτό συχνά δυσκολευόμαστε στην μεταφορά τεχνογνωσίας από άλλες περιοχές με παρόμοια προβλήματα (βόρειες ακτές της Ευρωπαϊκής Ένωσης, ανατολικές και δυτικές ακτές των ΗΠΑ και του Καναδά, Ιαπωνικό αρχιπέλαγος). Οι δύο αυτές κύριες διαφορές είναι ο ολιγοτροφικός χαρακτήρας της θάλασσας που τις βρέχει και η έλλειψη σημαντικής παλίρροιας.

Πρέπει μάλιστα να σημειώσουμε ότι ο ολιγοτροφικός χαρακτήρας της ανατολικής λεκάνης της Μεσογείου είναι τόσο έντονος που ούτε καν τα τεχνολογικά πρότυπα της δυτικής λεκάνης (Ισπανικές, Γαλλικές,

Ιταλικές ακτές) μπορούν πάντα να εφαρμοστούν στην αντιμετώπιση των οικολογικών προβλημάτων της Ελληνικής παράκτιας ζώνης.

Ο ολιγοτροφικός χαρακτήρας είναι αυτός που μας επιτρέπει να χαρακτηρίσουμε την Μεσόγειο ως "ημιέρημο" και συνοψίζεται σε τρία σημεία :

- μικρές συγκεντρώσεις θρεπτικών αλάτων (N, P, Si)

-εποχική και περιορισμένη ανάπτυξη φυτοπλαγκτικών και φυτοβενθικών πληθυσμών.

- σπάνια δημιουργία ανοξικών ή υποοξικών συνθηκών στο βυθό και πολύ περισσότερο σπάνια στη μάζα του νερού.

Ο ολιγοτροφικός χαρακτήρας της Μεσογείου καθορίζει σε μεγάλο βαθμό τις δυνατότητες παρέμβασης του ανθρώπου σε παράκτια προβλήματα, όπως η διαχείριση των αστικών λυμάτων, η χρήση λιπασμάτων στη γεωργία ή ακόμα και η κατασκευή φραγμάτων ή η εκτροπή ποταμών.

Η έλλειψη σημαντικής παλίρροιας εντείνει ακόμη περισσότερο τον ολιγοτροφικό χαρακτήρα της Μεσογείου, λόγω του ότι στερεί το θαλάσσιο περιβάλλον από την καθημερινή ανάδευση του βυθού από το παλιρροιακό ρεύμα.

Επιπλέον απλοποιεί τις τεχνικές παραμέτρους όλων των παράκτιων έργων (λιμενικών, οδικών κ.λ.π.) δεδομένου ότι η διακύμανση γύρω από τη μέση στάθμη είναι συνήθως ασήμαντη.

Η διαρκής αλληλεπίδραση της μάζας του νερού με το βυθό οδηγεί τους θαλάσσιους οργανισμούς σε στενές σχέσεις εξάρτησης με το σύνολο του θαλάσσιου χώρου (εξάρτηση τροφική, αναπαραγωγική, φωλιάσματος κ.λ.π.), ώστε δεν θα ήταν υπερβολή να θεωρήσουμε το σύνολο του θαλάσσιου περιβάλλοντος ως ένα ενιαίο οικοσύστημα.

Ωστόσο, για λόγους πρακτικούς είναι σκόπιμη η διάκριση δυο τουλάχιστον μεγάλων διαμερισμάτων (υποοικοσυστημάτων) στο θαλάσσιο περιβάλλον;

- 1) το οικοσύστημα του βυθού (βένθος) και
- 2) το οικοσύστημα της μάζας του νερού (πέλαγος).

Τόσο στο βένθος όσο και στο πέλαγος η παρουσία ή απουσία φωτός αποτελεί σημαντικό κριτήριο για την διάκριση επιμέρους διαμερισμάτων. Η παρουσία του φωτός επιτρέπει την φωτοσύνθεση. Η πρωτογενής παραγωγή είτε από τα φυτά του βυθού (φυτοβένθος) είτε από το φυτοπλαγκτόν, αποτελεί την ενεργειακή βάση κάθε θαλάσσιου τροφικού πλέγματος, ακόμη και στα μεγαλύτερα βάθη όπου επικρατεί απόλυτο σκοτάδι.

Ένα άλλο σημαντικό κριτήριο για την διαμερισματοποίηση του θαλάσσιου οικοσυστήματος είναι η απόσταση από την ακτή. Η επίδραση της χέρσου στο θαλάσσιο περιβάλλον είναι μερικές φορές τόσο σημαντική ώστε οι όροι παράκτιο θαλάσσιο οικοσύστημα και οικοσύστημα ανοικτής θάλασσας να θεωρούνται δόκιμοι.

Το οικοσύστημα του βυθού μπορεί να χωριστεί: α) στο οικοσύστημα της ηπειρωτικής κρηπίδας (υφαλοκρηπίδας) που ξεκινά από την ακτογραμμή και φθάνει μέχρι την αρχή της ηπειρωτικής κατωφέρειας, σε βάθος περίπου 150-180 μέτρων και β) στο οικοσύστημα των μεγάλων βαθών που αρχίζει από την ηπειρωτική κατωφέρεια και συνεχίζει στις αβυσσαίες πεδιάδες και αδαίες τάφρους (μέγιστο βάθος για τη Μεσόγειο περίπου 5.000 μέτρα). Αντίστοιχα, το οικοσύστημα της μάζας του νερού μπορεί να διακριθεί: α) στο οικοσύστημα των νηρητικών (παράκτιων) νερών, που υπέρκειται της υφαλοκρηπίδας και β) στο πελαγικό οικοσύστημα που βρίσκεται μακριά από τις ακτές, πέρα από την υφαλοκρηπίδα.

2.1.5. Ο οικολογικός χαρακτήρας της Μεσογείου.

Η Μεσόγειος είναι μία θάλασσα που δέχεται σημαντικές ποσότητες ρυπαντικών φορτίων από πολλές πηγές και τα επίπεδα συγκέντρωσης ορισμένων ρύπων είναι υψηλά, όπως π.χ. του υδραργύρου, του μολύβδου, του χαλκού, των πετρελαιοειδών κ.λ.π. Σε ό, τι αφορά την ρύπανση από υδράργυρο, τα ρυπαντικά φορτία που εισέρχονται στη Μεσόγειο από χερσαίες πηγές θεωρούνται δευτερεύουσας σημασίας σε σύγκριση με τις ποσότητες που αποδίδονται σε φυσικά φαινόμενα, όπως σεισμικές δονήσεις που απελευθερώνουν υδράργυρο από τον βυθό.



Οι βαριές περιπτώσεις ανθρωπογενούς ρύπανσης απαντώνται κατά κανόνα στην γειτονία σημειακών πηγών, όπως είναι οι εκβολές ρυπασμένων ποταμών ή αγωγών αποβλήτων, στις θαλάσσιες οδούς κίνησης πετρελαιοφόρων και σε ορισμένους κλειστούς κόλπους. Η λειτουργία του μεσογειακού θαλάσσιου οικοσυστήματος βρίσκεται σε στενή εξάρτηση από τις γεωφυσικές συνθήκες που επικρατούν στην θαλάσσια αυτή λεκάνη. Το υδρολογικό ισοζύγιο της Μεσογείου είναι

αρνητικό, αφού η εξάτμιση (γύρω στα 1000 mm/έτος) υπερέχει κατά πολύ των ατμοσφαιρικών κατακρημνισμάτων και των εισροών από τους ποταμούς (γύρω στα 500 mm/έτος). Αν δεν υπήρχε η προσφορά νερού από τον Ατλαντικό, η Μεσόγειος θα εξατμιζόταν σε 2000 χρόνια περίπου, όπως εξάλλου συνέβη πριν 5-6 εκατομμύρια χρόνια. Είναι λοιπόν καθοριστική η ύπαρξη ενός μηχανισμού αναπλήρωσης από τον ωκεανό, ο οποίος εξασφαλίζει την πλήρη ανανέωση του νερού της Μεσογείου μέσα σε 180 χρόνια περίπου. Το νερό του Ατλαντικού είναι λιγότερο αλμυρό, εισέρχεται επιφανειακά και αντιπροσωπεύει όγκο 20 έως 40 φορές μεγαλύτερο από εκείνο που εξατμίζεται. Το πλεόνασμα που δημιουργείται μ' αυτόν τον τρόπο εξέρχεται από τα βαθύτερα στρώματα της Μεσογείου προς τον Ατλαντικό. Προηγουμένως έχει διασχίσει όλη τη Μεσογειακή λεκάνη, από τα δυτικά προς τα ανατολικά σε μια διαδρομή κατά την οποία γίνεται συνεχώς αλμυρότερο (λόγω εξάτμισης). Τον χειμώνα, λόγω έντονης ψύξης, το νερό αυτό γίνεται πυκνότερο, βυθίζεται και αφού διασχίσει και πάλι όλη τη Μεσογειακή λεκάνη, από την ανατολή προς τη δύση, εξέρχεται στον Ατλαντικό ως βαθύ Μεσογειακό νερό.

Συνεπώς, η εξάτμιση ενός δεδομένου όγκου νερού της Μεσογείου θέτει σε κίνηση ένα πολύ μεγαλύτερο όγκο νερού προσφέροντας στη Μεσόγειο μια τεράστια ποσότητα κινητικής ενέργειας. Χάρη στην ενέργεια αυτή επιτυγχάνεται η άνοδος των θρεπτικών στοιχείων, η ανάμιξη και κατά συνέπεια η διατήρηση της πρωτογενούς βιολογικής παραγωγής. Παρ' όλους τους μηχανισμούς ανακύκλωσης των θρεπτικών στοιχείων, η γονιμότητα της Μεσογείου παραμένει χαμηλή σε σχέση με πολλές ρηχές θάλασσες του πλανήτη, ή με περιοχές του ωκεανού όπου συναντώνται μεγάλα θαλάσσια ρεύματα ή ανοδικές κινήσεις θαλάσσιων μαζών πλούσιων σε θρεπτικά άλατα αζώτου και φωσφόρου. Η Μεσόγειος είναι γενικώς μια θάλασσα ολιγοτροφική, με μεγάλη διαύγεια νερών,

κατάλληλη όπως λένε "περισσότερο για τουρίστες παρά για ψαράδες". Το χαρακτηριστικό αυτό της προσδίδει μία σημαντική αφομοιωτική ικανότητα ως προς την οργανική ρύπανση και μια σταθερότητα λόγω των περιορισμένων διακυμάνσεων του οικοσυστήματος μέσα στον χρόνο .

Η ανατολική λεκάνη της Μεσογείου, στην οποία ανήκουν και οι Ελληνικές θάλασσες, είναι το πλέον ολιγοτροφικό τμήμα της Μεσογείου με αποτέλεσμα η πρωτογενής παραγωγή του οικοσυστήματος να εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τον ανθρωπογενή "εμπλουτισμό" σε άλατα αζώτου και φωσφόρου. Συνεπώς, η ρύπανση που προκαλείται στο θαλάσσιο περιβάλλον είτε από τις γεωργικές απορροές είτε από τις απορροές αστικών λυμάτων με τελικό αποτέλεσμα το φαινόμενο του ευτροφισμού, θα μπορούσε να θεωρηθεί ότι περιλαμβάνει μια αρχική θετική φάση, αφού διευρύνει τη βάση της θαλάσσιας τροφικής πυραμίδας.

2.1.6. Ανανέωση των υδάτων

Η Μεσόγειος είναι μια θάλασσα με ιδιαιτερότητες, καθώς η δυσκολία στην ανανέωση των υδάτων της αποτελεί έναν εξαιρετικά επιβαρυντικό παράγοντα για το θαλάσσιο περιβάλλον. Απαιτούνται κατά τους πλέον μετριοπαθείς υπολογισμούς 40-50 χρόνια για να γίνει πλήρης ανανέωση των υδάτων της. Αυτό σημαίνει ότι οι αυξημένοι ρύποι που καταλήγουν στη Μεσόγειο παραμένουν εγκλωβισμένοι στην σχεδόν κλειστή αυτή θάλασσα και ακόμα και αν σταματούσε τώρα οποιαδήποτε ρύπανση θα απαιτούνταν μεγάλο χρονικό διάστημα προκειμένου να έχουμε μια καθαρή θάλασσα. Στη χώρα μας γενικότερα οι πετρελαιοκηλίδες, (οι ρυπάνσεις δηλαδή από πετρελαιοειδή της θάλασσας) αντιμετωπίζονται με μηχανικά μέσα σε αντίθεση με άλλες χώρες όπου προτιμώνται μέθοδοι με χημικές διασκορπιστικές ουσίες. Προσφέρεται άλλωστε η διαμόρφωση και η γεωγραφία των ελληνικών

ακτών έτσι ώστε να μπορέσουμε να περισυλλέξουμε το πετρέλαιο το οποίο έχει χυθεί στη θάλασσα. Παράλληλα κάθε μέρα εξατμίζονται από τη Μεσόγειο 4144 Km³.

Το νερό αυτό αντικαθιστούν :

24,11% οι βροχές

5,56% οι ποταμοί

3,68% το νερό από τη Μαύρη θάλασσα

66,65% το νερό του Ατλαντικού

Ακόμη η Μεσόγειος καλύπτει 2,5 εκατομμύρια τετραγωνικά χιλιόμετρα και περιλαμβάνει περίπου 4,3 εκατομμύρια νερό. Επίσης αποτελεί το 1% της θαλάσσιας έκτασης του πλανήτη.

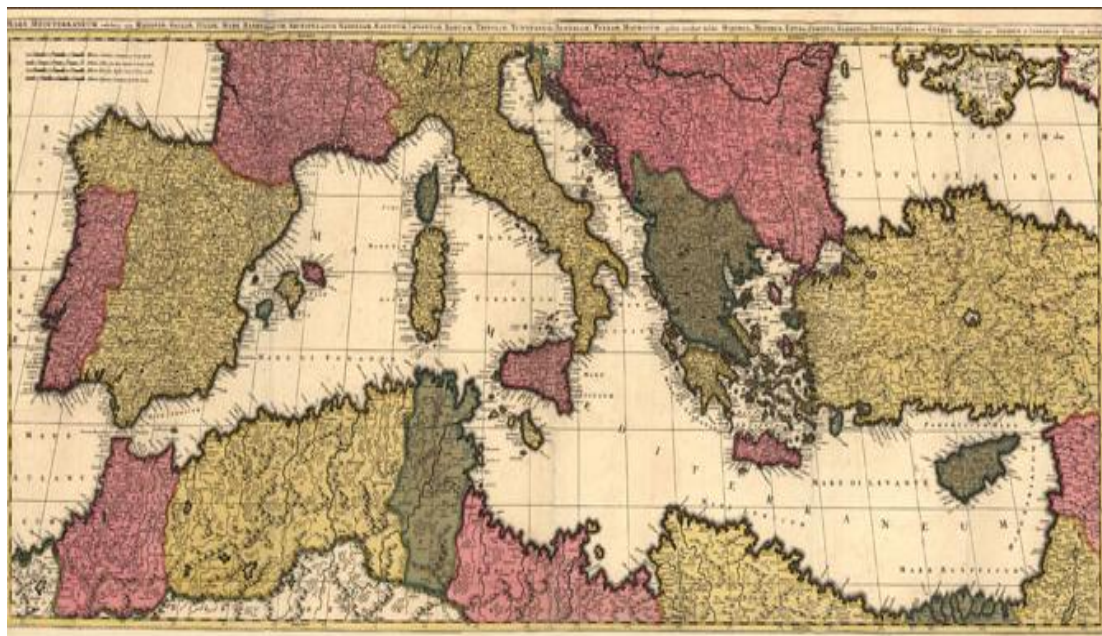
2.1.7. Κλίμα

Λόγω της θέσης και του ότι είναι μια κλειστή θάλασσα με μόνο δυο εξόδους στις ακτές της επικρατεί ήπιο κλίμα, που παρόμοιο με αυτό υπάρχει σε λίγα μέρη στον κόσμο και είναι αυτό που ονομάζεται Μεσογειακό. Ως Μεσογειακό κλίμα νοούνται οι κλιματολογικές εκείνες συνθήκες που επικρατούν και σε άλλες περιοχές που εξομοιώνουν τις συνθήκες αυτού του τύπου κλίματος, όπως η Καλιφόρνια, περιοχές του Μεξικού, Αυστραλίας, Νότιας Αφρικής, Χιλής, Αργεντινής.

Το Μεσογειακό κλίμα είναι ευρέως γνωστό. Σε γενικές γραμμές χαρακτηρίζεται από ζεστά, ξηρά καλοκαίρια και κρύους και υγρούς χειμώνες. Οι περισσότερες βροχοπτώσεις συμβαίνουν κυρίως κατά το φθινόπωρο και τον χειμώνα.

Η μέση θερμοκρασία το καλοκαίρι κυμαίνεται από 23° C στις Δυτικές περιοχές έως 26° C στις Ανατολικές περιοχές. Κατά τη χειμερινή περίοδο η μέση θερμοκρασία κυμαίνεται από 10° C στις Δυτικές περιοχές έως 16° C. στις Ανατολικές περιοχές Η Μεσόγειος είναι περιοχή που

θίγεται από την υπερθέρμανση του πλανήτη. Οι ερευνητές καταγράφουν από τα μέσα του 20^{ου} αιώνα άνοδο της στάθμης της θάλασσας.



2.1.8. Αλατότητα

Η αλατότητα της Μεσογείου είναι περίπου 3,8% υψηλότερη από αυτή του Ατλαντικού Ωκεανού. Αυτό είναι συνέπεια της έντονης εξάτμισης. Έτσι τα νερά που εξατμίζονται δεν καλύπτονται από τη μεγάλη εισροή γλυκού νερού των ποταμών και των ρεμάτων έτσι ώστε να αντισταθμίζονται. Η επιφανειακή αλατότητα αυξάνεται στα δυτικά προς ανατολικά από 3,63% στο στενό του Γιβραλτάρ σε 3,91% στα ανοικτά των ακτών της Μικράς Ασίας.

Μια όλο και περισσότερο αλμυρή Μεσόγειος μπορεί να ξεκινήσει μια νέα παγετωνική περίοδος σε μερικές δεκαετίες σύμφωνα με νέα αμερικανική έρευνα. Ο λόγος για την αύξηση της αλατότητας της Μεσογείου πριν 150.000 χρόνια ήταν μια μείωση στη κλίση του άξονα της γης, η οποία αποδυνάμωσε τους αφρικανικούς μουσώνες. Σήμερα το ξηρό κλίμα της Μεσογείου οφείλεται στις ανθρώπινες επεμβάσεις-ένα

αποτέλεσμα λόγω των εκτροπών των ποταμών για άρδευση, αλλά και στην παγκόσμια θέρμανση

2.1.9. Βάθη

Η Μεσόγειος έχει τέσσερις μεγάλες λεκάνες βαθέων υδάτων. Στο δυτικό μέρος της βρίσκεται η λεκάνη Βαλεαρίδες με βάθος έως 3255 μ. Στο δυτικό κεντρικό τμήμα βρίσκεται η λεκάνη Τυρρηνική με βάθος μέχρι και 3758 μ. Στο ανατολικό κεντρικό τμήμα βρίσκεται η λεκάνη Ιονίου με βάθος μέχρι και 5267 μ. Τέλος στην ανατολική περιοχή βρίσκεται η λεκάνη Λεβάντα με βάθος έως και 4517 μ. Το μέσο βάθος της Μεσογείου δεν ξεπερνά τα 2.000 μέτρα. Το βαθύτερο όμως σημείο της βρίσκεται νοτιοδυτικά της Πύλου της Μεσσηνίας, φτάνει τα 5.267 μέτρα και θα μπορούσε να σκεπάσει μαζί τον Όλυμπο και τον Κίσαβο τοποθετημένους τον ένα πάνω στον άλλο.

Η Μεσόγειος είναι βαθιά θάλασσα με πολλά παράλια και μεγάλα νησιά όπως:

- Κύπρος, Κρήτη, Εύβοια, Λέσβος, Ρόδος, Χίος, Κεφαλονιά και Κέρκυρα στην ανατολική Μεσόγειο.
- Σικελία, Σαρδηνία, Κορσική και Μάλτα στη κεντρική Μεσόγειο.
- Μαγιόρκα, Ίμπιζα και Μινόρκα στη δυτική Μεσόγειο.

2.1.10. Οικονομική και εμπορική σημασία της Μεσογείου ως θαλάσσιος δρόμος

Από πολύ νωρίς η θάλασσα συνδέεται εμπορικά, πολιτιστικά και κοινωνικά τους λαούς που ζούσαν στα παράλια της και τους εξέθρεψε με τον ενάλιο πλούτο της. Στις μέρες μας εξακολουθεί να παίζει σπουδαίο ρόλο στις διεθνείς εμπορικές και οικονομικές σχέσεις. Είναι πέρασμα για τη μεταφορά σημαντικής ποσότητας καυσίμων (πετρελαίου) και πρώτων

υλών που χρειάζονται οι βιομηχανικές χώρες της Ευρώπης και ακόμα για τη μεταφορά των αγροτικών και βιομηχανικών προϊόντων που παράγονται σε αυτές. Η Μεσόγειος όμως σήμερα αντιμετωπίζει έντονα και οξυμμένα προβλήματα. Τα παράλια της είναι πυκνοκατοικημένα (εδώζει το 1/10 του συνολικού πληθυσμού της γης). Οι γραφικές ακρογιαλιές της ελκύουν ολοένα και μεγαλύτερο αριθμό τουριστών. Κοντά στα μεγάλα λιμάνια υπάρχουν συγκροτήματα χημικής βιομηχανίας και μεταλλουργίας. Στις υφαλοκρηπίδες γίνονται γεωτρήσεις για εξόρυξη πετρελαίου και φυσικού αερίου. Πολλά πλοία διασχίζουν τα νερά της. Όλα αυτά συνδυασμένα με τη δυσκολία ανανέωσης του νερού δημιουργούν για την Μεσόγειο έντονα προβλήματα ρύπανσης που θα πρέπει να αντιμετωπιστούν έγκαιρα και δραστικά, γιατί ο πραγματικός κόσμος της θάλασσας είναι ένας κόσμος που δίνει διαρκώς τη μάχη της επιβίωσης κάτω από το νερό.

Αυτή η μάχη που κερδίζεται καθημερινά είναι εκείνο το στοιχείο που τον κάνει μαγικό και υπέροχο. Αν όλοι οι άνθρωποι είχαν αφουγκραστεί τον ήχο της ζωής κάτω από τα γαλάζια νερά, σίγουρα ο κόσμος αυτός θα ήταν καλύτερος.

2.1.11. Μεσογειακά κράτη

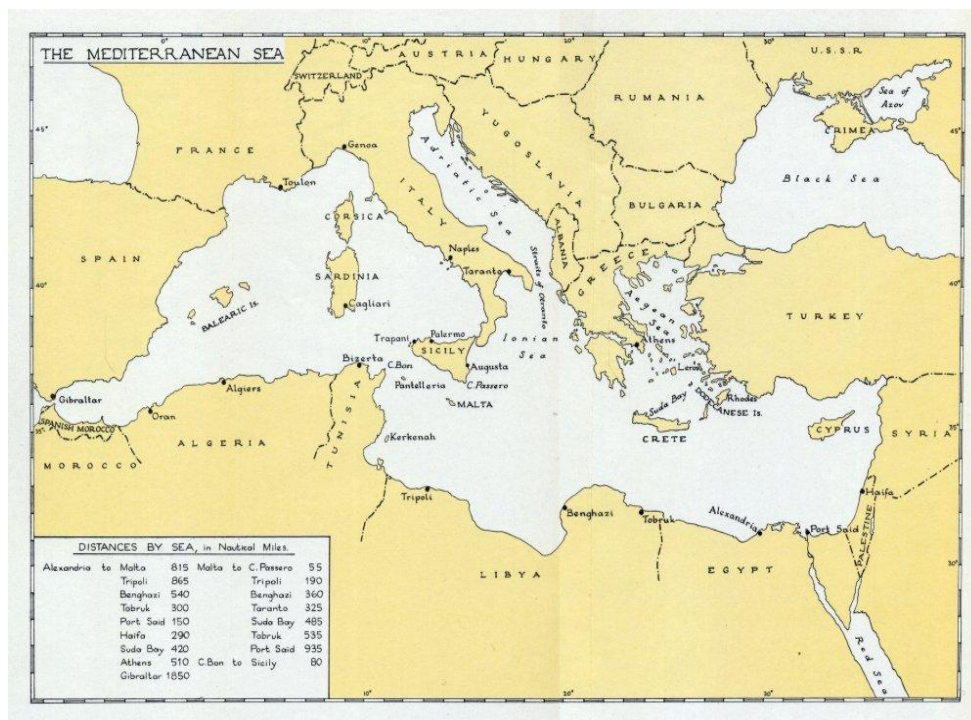
Ευρώπη: Αλβανία, Βοσνία-Ερζεγοβίνη, Γαλλία, Ελλάδα, Ισπανία, Ιταλία, Κροατία, Κύπρος, Μάλτα, Μονακό, Μαυροβούνιο, Πορτογαλία,¹ Σλοβενία².

¹ Η Πορτογαλική Δημοκρατία καταλαμβάνει το δυτικό τμήμα της Ιβηρικής χερσονήσου και παρότι δε βρέχεται από τα νερά της Μεσογείου αλλά από τον Ατλαντικό ωκεανό, ως χώρα συμπεριλαμβάνεται στις μεσογειακές.

² Η Δημοκρατία της Σλοβενίας, ενώ αρχικά άνηκε στον όμιλο των βαλκανικών μεσογειακών χωρών, αποφάσισε να αποχωρήσει και να αυτοαποκαλείται χώρα της Κεντρικής Ευρώπης.

Ασία: Ισραήλ, Λίβανος, Συρία³, Τουρκία.

Αφρική: Αλγερία, Λιβύη⁴, Μαρόκο, Αίγυπτος⁵, Τυνησία.



³ Η Συρία, ο Λίβανος, το Ισραήλ, όπως η Ιορδανία το Ιράκ και το Κουβέιτ ανήκουν στην επονομαζόμενη περιοχή του Μάσεκ, που σημαίνει «το μέρος όπου ο ήλιος ανατέλλει»

⁴ Η Λιβύη, η Τυνησία, η Αλγερία, το Μαρόκο και η Μαυριτανία ως βορειοδυτικές αφρικανικές χώρες ανήκουν στην πολιτική και οικονομική ένωση με την ονομασία Μάγκρεμπ, που σημαίνει «το μέρος όπου ο ήλιος δύει» (είναι η περιοχή που οι Ευρωπαίοι παλιότερα ονόμαζαν Βαρβαρία)

⁵ Η Αίγυπτος μετέχει και στο Μάσεκ, αλλά και στο συνασπισμό των χωρών του Μάγκρεμπ, λόγω των κοινών καταβολών (πολιτισμικών, εθνικών και γλωσσικών) που έχει και με τις δύο περιοχές.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο

3.1. ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΑ

Σύμφωνα με στοιχεία, που προέρχονται από τη UN statistics department, η δημοκρατία των χωρών της Μεσογείου, έχει ως εξής:

Δημογραφία των Μεσογειακών χωρών		
Χώρα	Πληθυσμός (εκτ.2008)	Ετήσια ποσοστιαία πληθυσμιακή αύξηση
Κόσμος	6.706.993.154	1,19%
ΕΕ	491.018.683	0,11%
Αλβανία	3.619.778	0,54%
Αλγερία	33.769.668	1,21%
Βοσνία Ερζεγοβίνη	4.590.310	0,67%
Κροατία	4.491.543	-0,04%
Αίγυπτος	81.713.520	1,68%
Ισραήλ	7.112.359	1,71%
Ιορδανία	6.198.677	2,34%
Λίβανος	3.971.941	1,15%
Λιβύη	6.173.579	2,27%
Μαυροβούνιο	678.177	-0,93%
Μαρόκο	34.343.220	1,51%
Συρία	19.747.586	2,19%
Τυνησία	10.383.577	0,99%
Τουρκία	71.892.808	1,01%
Πορτογαλία	10.676.910	0,31%
Ισπανία	40.491.052	0,10%
Γαλλία	64.057.792	0,57%
Μονακό	32.796	0,38%
Ιταλία	58.145.320	-0,02%
Μάλτα	403.532	0,41%
Σλοβενία	2.007.722	-0,09%
Ελλάδα	10.722.816	0,15%

Κύπρος	792.604	0,52%
---------------	---------	-------

Από τον πίνακα είναι φανερό ότι ένα από τα μεγαλύτερα προβλήματα που αντιμετωπίζει το σύστημα των χωρών γύρω από την Μεσόγειο είναι η διαφορά που υπάρχει στην πληθυσμιακή σύνθεση μεταξύ των χωρών του νότιου-νοτιοανατολικού και του βόρειου τμήματός της.

Παρατηρούμε ότι στις χώρες της Βόρειας Αφρικής και της Μέσης Ανατολής, το ποσοστό του πληθυσμού κάτω των 15 ετών κυμαίνεται από 19,6% (Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα) έως 44,9% (Κατεχόμενα Παλαιστινιακά Εδάφη) σε σύγκριση με τις χώρες της βόρειας πλευράς της Μεσογείου, όπου τα αντίστοιχα ποσοστά κυμαίνονται από 13,1% (Ιταλία) έως 17,4% (Γαλλία).

Αφενός, αποδεικνύεται η «γήρανση» του πληθυσμού των Ευρωπαϊκών χωρών και η επικείμενη ανάγκη για εργατικά χέρια στο εγγύς μέλλον ενώ, παράλληλα, έχοντας αναλύσει το πολιτικό καθεστώς κάθε χώρας, παρατηρούμε ότι στις χώρες που αντιμετωπίζουν πρόβλημα εσωτερικής αστάθειας και πολιτικής διένεξης, έχουν υψηλότερο ποσοστό πληθυσμού κάτω των 15 ετών.

Αυτό οφείλεται στη θνησιμότητα του πληθυσμού των χωρών αυτών λόγω πιθανών εμπόλεμων συρράξεων, αλλά και στο μεταναστευτικό ρεύμα για λόγους επιβίωσης μερίδας του πληθυσμού από 15 ετών και άνω προς τις γύρω χώρες, ασκώντας μεταναστευτικές πιέσεις και προς τα νότια παράλια της ΕΕ.

Αντίθετα, όσο η Ευρώπη γερνάει, το ποσοστό του πληθυσμού της άνω των 60 ετών θα αυξάνεται και θα αποτελεί το μεγαλύτερο ποσοστό του πληθυσμού πολλών ευρωπαϊκών περιοχών.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4ο

4.1. ΣΗΜΑΙΕΣ-ΓΛΩΣΣΕΣ-ΘΡΗΣΚΕΙΕΣ

4.1. Εισαγωγή

Μια σημαία είναι, κατά γενική αποδοχή, αποτύπωση εμβλήματος ή συμβόλου, που συνήθως απεικονίζεται πάνω σε τεμάχιο υφάσματος. Αν το έμβλημα είναι έθνους τότε η σημαία καλείται εθνική. Η εθνική σημαία αποτελεί κρατικό σύμβολο που θεωρείται το πιο σεβαστό σε ένα κράτος και προστατεύεται από τη κείμενη ανά χώρα νομοθεσία.

Στα βάθη της ιστορίας βλέπουμε διάφορους λαούς να χρησιμοποιούν αντί σημαίας (με την έννοια την οποία αποδίδουμε σήμερα), απομεινάρια ζώων, όπως κρανία, κόκκαλα κ.τ.λ.

Κανείς δε γνωρίζει επακριβώς από ποιον, πού και πότε φτιάχτηκε και χρησιμοποιήθηκε η πρώτη σημαία, αν και υπάρχουν πληροφορίες ότι στην αρχαία Κίνα χρησιμοποιούνταν σημαίες πριν από χιλιετίες. Αναφορά σχετικά με την ύπαρξη σημαιών συναντάμε και στην Παλαιά Διαθήκη.

Οι αρχαίοι Έλληνες -στην απώτατη αρχαιότητα- δε φαίνεται να μεταχειρίζονταν σημαίες, αντί αυτών δε, χρησιμοποιούσαν διακριτικά σημεία και συμβολικές παραστάσεις [γράμματα (Α, ΑΡ, Λ, Μ, Τ), ζώα (αετός, κουκουβάγια, λιοντάρι, πήγασος, σφίγγα, ταύρος, φίδι) ή σύμβολα (16κτινο άστρο, ημισέληνος, οφθαλμός, ρόδο, ρόπαλο του Ηρακλή, στάχυ, τρίαίνα)], τα οποία ονόμαζαν επίσημα και φέρονταν στις ασπίδες, τα κοντάρια ή τις πλώρες των πλοίων.

Στην αρχαία εποχή, οι πρώτοι που επιβεβαιωμένα έκαναν χρήση σημαίας στην πόλεμο ήσαν οι Σκύθες.

Όμως η χρήση των σημαίων, από την αρχαία ακόμη εποχή, δεν περιορίζεται μόνο στη χερσαία (στρατιωτική) χρήση, αλλά επεκτείνεται και στην ενάλια (ναυτική) χρήση, όπου, σύμφωνα με τα στοιχεία που διαθέτουμε, ξεκίνησε η χρήση τους με τη σημασία που τους αποδίδουμε σήμερα. Ονομάζονταν γενικά επίσημα, καθώς και σημεία (Ηρόδοτος, Θουκυδίδης και Σουίδα), φοινικίδες (Πλούταρχος και Πολύαιμος) και παράσημα (Πλούταρχος). Ιδιαίτερες ναυτικές σημαίες φαίνεται ότι διέθεταν τόσο οι Μυκηναίοι, οι Ρωμαίοι και οι Βυζαντινοί, όσο και όλοι οι ανεπτυγμένοι λαοί του Μεσαίωνα και της Αναγέννησης

Ιδιαίτερα δημοφιλείς στην ξηρά έγιναν οι σημαίες κατά τη Βυζαντινή και Μεσαιωνική Εποχή, όπου, εκτός από τους Αυτοκράτορες, σημαίες είχαν και οι οικογένειες (φατρίες) των ευγενών και ηγεμόνων. Αρχικά, η χρήση τους ήταν καθαρά πρακτική, δηλαδή περιοριζόταν στη σηματοδότηση μιας εδαφικής θέσης που είχε καταληφθεί από τη φυλή/στρατιά ή στην εκ του μακρόθεν αναγνώριση ενός σημείου συγκέντρωσης (κάτι αντίστοιχο με τα σημερινά στρατόπεδα). Δρασκελώντας τη Βυζαντινή Εποχή και προχωρώντας στο χρόνο και, ιδιαίτερα, στη μεσαιωνική Ευρώπη (η οποία μαστιζόταν από συχνές και σποραδικές μάχες και πολύχρονους και οργανωμένους πολέμους), βλέπουμε ότι η χρήση των πολεμικών λαβάρων βρίσκει πρόσφορο έδαφος στον τομέα της αναγνώρισης στο πεδίο της μάχης. Από εδώ γεννιούνται και οι ιδιαίτερες σημαίες, τα γνωστά οικόσημα των διαφόρων ευγενών. Από αυτά τα οικόσημα και τα αυτοκρατορικά λάβαρα δημιουργούνται στην Αναγεννησιακή Εποχή οι σημαίες των βασιλείων, οι οποίες στη νεότερη εποχή αποτέλεσαν τη χρωματική βάση για τις σημαίες των κρατών.

Η πρώτη κρατική σημαία εμφανίζεται στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής το Μάιο του 1776 (η γνωστή αστερόεσσα) και καθιερώνεται

επίσημα από το Ηπειρωτικό Κογκρέσο στις 14 Ιουνίου του 1777, ακολουθούμενη χρονικά από τη γαλλική (γνωστή και ως *tricolore*), η οποία, αν και υπήρχε από τον Ιούλιο του 1790, καθιερώθηκε στις 4 Φεβρουαρίου του 1794 από τη Γαλλική Εθνοσυνέλευση.

Σήμερα, οι σημαίες των χωρών της Μεσογείου και η ιστορία της καθεμιάς είναι:

4.2. Ελλάδα

Η εθνική σημαία της Ελλάδας περιέχει εννέα ισοπαχείς, οριζόντιες και εναλλασσόμενες λευκές και κυανές παράλληλες λωρίδες. Μέσα σε ένα κυανό τετράγωνο στο πάνω προσίστιο μέρος, υπάρχει ένας λευκός σταυρός. Οι εννέα λωρίδες αντιστοιχούν σε κάθε γράμμα ξεχωριστά, από τη λέξη "ελευθερία". Επίσης είναι τόσες όσες και οι συλλαβές του "Ελευθερία ή Θάνατος". Ο σταυρός συμβολίζει το επίσημο θρήσκευμα της χώρας, τον χριστιανισμό, και κατά άλλους, είναι πανάρχαιο σύμβολο του δυισμού και συμβολίζει τα τέσσερα στοιχεία της φύσης.



4.3. Ιταλία

Η σημαία της Ιταλίας είναι τρίχρωμη, με τρεις κάθετες λωρίδες, χρώματος πράσινου, λευκού και κόκκινου. Η Ιταλική τρίχρωμη σημαία

είναι ουσιαστικά ίδια με τη Γαλλική με το πράσινο χρώμα αντί για το μπλε. Σύμφωνα με ένα θρύλο, η αλλαγή πραγματοποιήθηκε εξαιτίας του ότι το πράσινο ήταν το αγαπημένο χρώμα του Ναπολέοντα. Η σημαία αυτή πρωτοεμφανίστηκε στις Γαλλικές δημοκρατίες της βόρειας Ιταλίας που δημιουργήθηκαν στα τέλη του 18ου αιώνα και υιοθετήθηκε κατά το 1797-98 από τη δημοκρατία Cisalpine. Το 1848 η πράσινο-άσπρο-κόκκινη σημαία υιοθετήθηκε με το θυρεό του στρατού (Οίκος του Savoy) στο κέντρο της. Το 1946, όταν η Ιταλία ανακηρύχθηκε δημοκρατία, ο θυρεός του στρατού αφαιρέθηκε από τη σημαία της. Υιοθετήθηκε στις 18 Ιουνίου 1946.



4.4. Γαλλία

Η εθνική σημαία της Γαλλίας είναι τρίχρωμη. Αποτελείται από τρεις κάθετες λωρίδες, χρώματος μπλε, άσπρου και κόκκινου. Είναι γνωστή και ως Τρίχρωμη Σημαία ή Τρικολόρ, από το γαλλικό Tricolore. Τα χρώματα της σύγχρονης σημαίας καθιερώθηκαν από τον Βαλερί Ζισκάρ Ντ' Εσταίν, αντικαθιστώντας μια προηγούμενη, πιο σκουρόχρωμη έκδοση της σημαίας.

Η σύγχρονη τρίχρωμη σημαία υιοθετήθηκε ως εθνική σημαία της Γαλλίας από τη Γαλλική Εθνοσυνέλευση στις 15 Φεβρουαρίου 1794 (27

Πλυβιόζ του έτους II του επαναστατικού ημερολογίου). Η χρήση της ξεκίνησε επίσημα στις 20 Μαΐου 1794.



4.5. Ισπανία

Η σημαία της Ισπανίας αποτελείται από τρεις οριζόντιες λωρίδες σε κόκκινο και κίτρινο (η κίτρινη μεσαία είναι διπλάσια σε πλάτος από την κάθε κόκκινη). Μία απλοποιημένη έκδοση του ισπανικού εθνόσημου εικονίζεται στην κίτρινη λωρίδα, κοντά στην πλευρά του ιστού. Η ισπανική σημαία καθιερώθηκε στις 19 Δεκεμβρίου 1981, οπότε και άλλαξε τελευταία φορά το εθνόσημο.



4.6. Κύπρος

Η σημαία της Κύπρου καθιερώθηκε το 1960 με την ανεξαρτησία της νήσου Κύπρου από τους Βρετανούς. Προέκυψε από διεθνή διαγωνισμό. Προϋποθέσεις ήταν στη σημαία να μην εικονίζεται σταυρός ή ημισέληνος, και να μην περιέχονται το μπλε και το κόκκινο χρώμα, σύμβολα και τα δυο της Ελλάδας και της Τουρκίας. Στη σημαία προβάλλεται η Κύπρος με πορτοκαλί χρώμα σε άσπρο φόντο. Κάτω από την Κύπρο δύο πράσινα κλαδιά ελιάς, ενωμένα στις άκρες που συμβολίζουν την ειρήνη μεταξύ των Ελλήνων και των Τούρκων της Κύπρου. Το χρώμα της Κύπρου στη σημαία συμβολίζει τον άλλοτε άφθονο χαλκό που υπήρχε στο νησί. Ακόμη το λεύκο φόντο συμβολίζει την ελευθερία. Το σχέδιο που κέρδισε στο διαγωνισμό ήταν του Τουρκοκύπριου ζωγράφου Ισμέτ Γκιουνέι και επιλέχθηκε από τον Πρόεδρο της Κυπριακής Δημοκρατίας, Μακάριο Γ' και τον αντιπρόεδρο Φαζίλ Κιουτσούκ (Fazıl Kutsuk). Η Κύπρος είναι η μοναδική πλήρως αναγνωρισμένη χώρα που απεικονίζει το χάρτη της στη σημαία της



4.7. Μάλτα

Η σημαία της Μάλτας είναι βασικά δίχρωμη (με λευκό και κόκκινο). Σύμφωνα με την παράδοση τα χρώματα της σημαίας δόθηκαν

από τον Κόμη Ρογήρο Α' της Σικελίας το 1091. Στην επάνω γωνία όπως κυματίζει η σημαία (στο τετράγωνο του άσπρου φόντου) είναι ο Σταυρός του Γεωργίου, με κόκκινο περίγραμμα. Με τον Σταυρό αυτό βραβεύτηκε όλος ο πληθυσμός της Μάλτας από τον βασιλιά Γεώργιο ΣΤ' για την «εξαιρετική γενναιότητα και τόλμη» του στη διάρκεια του Δεύτερου Παγκόσμιου Πολέμου.



Η σημαία αυτή καθιερώθηκε στις 21 Σεπτεμβρίου 1964, όταν η χώρα έγινε ανεξάρτητη. Η σημαία της Μάλτας κατέχει τη διεθνή πρωτοτυπία να είναι η μόνη εθνική σημαία στον κόσμο που να φέρει το σχέδιο από μια άλλη χώρα (στην περίπτωση αυτή, το Ηνωμένο Βασίλειο).

4.8. Μονακό

Η εθνική σημαία του Μονακό αποτελείται από δύο ισομεγέθεις οριζόντιες λωρίδες χρώματος κόκκινου (στην κορυφή) και λευκού. Είναι παρόμοια με τη σημαία της Ινδονησίας, η οποία είναι μακρύτερη και με τη σημαία της Πολωνίας, η οποία είναι λευκή στο πάνω μέρος και κόκκινη.



Τα χρώματα στη σημαία προέρχονται από τη δυναστεία των Γκριμάλντι, η οποία χρονολογείται τουλάχιστον από το 1339, ωστόσο το σχέδιο στη σημαία τροποποιήθηκε με το πέρασμα των αιώνων. Η απλούστερη έκδοση της σημαίας καθιερώθηκε στις 4 Απριλίου του 1881.

4.9. Αλβανία

Το φόντο της σημαίας της Αλβανίας είναι κόκκινο και συμβολίζει το αίμα που χύθηκε για την ανεξαρτησία της χώρας. Ο δικέφαλος αετός προέρχεται από το θυρέο του εθνικού ήρωα της χώρας, Γεωργίου Σκεντέρμπεη ή Καστριώτη. Τα δύο κεφάλια συμβολίζουν την κυριαρχία σε βορρά και νότο.



Σημειώνεται ότι η σημαία της χώρας είναι παρόμοια με τη πολεμική σημαία της πάλαι ποτέ πανίσχυρης Βυζαντινής Αυτοκρατορίας, η οποία ήταν επίσης κόκκινη με μαύρο δικέφαλο αετό και την οποία υιοθέτησε ο Γεώργιος Καστριώτης αγωνιζόμενος εναντίον του Σουλτάνου, μετά την Άλωση της Πόλης, υψώνοντάς την στο κάστρο του στην Κρούγια της Αλβανίας. Υιοθετήθηκε, με τη σημερινή της μορφή χωρίς το κίτρινο αστέρι της εποχής του Κομμουνισμού, στις 7 Απριλίου 1992.

4.10. Βοσνία

Η σημαία της Βοσνίας και Ερζεγοβίνης αποτελείται από μια κάθετη μπλε λωρίδα, με ένα κίτρινο ισοσκελές τρίγωνο στην κορυφή. Το υπόλοιπο της σημαίας είναι μεσαίο μπλε και έχει επτά ολόκληρα πεντάκτινα αστέρια χρώματος λευκού, με δύο μισά αστέρια στην πάνω και στην κάτω πλευρά, στην υποτείνουσα του τριγώνου. Οι τρεις κορυφές του τριγώνου συμβολίζουν τα τρία έθνη της Βοσνίας: τους Βόσνιους, τους Κροάτες και τους Σέρβους.



Τα αστέρια εκπροσωπούν την Ευρώπη και θεωρούνται απεριόριστου αριθμού. Τα χρώματα έχουν να κάνουν με την

ουδετερότητα και την ειρήνη: το άσπρο, το μπλε και το κίτρινο. Η σημαία υιοθετήθηκε στις 10 Φεβρουαρίου 1998.

4.11. Κροατία

Η σημαία της Κροατίας αποτελείται από τρεις ισομεγέθεις οριζόντιες λωρίδες, χρώματος κόκκινου, λευκού και μπλε (τα λεγόμενα πανσλαβικά χρώματα). Όταν η Κροατία ήταν τμήμα της Γιουγκοσλαβίας, η σημαία της ήταν ίδια (τρίχρωμη). με τη διαφορά ότι είχε ένα πεντάκτινο αστέρι ερυθρού χρώματος με κίτρινο περίγραμμα στη θέση του εθνόσημου.



Το αστέρι αντικαταστάθηκε από θυρέο το Μάιο του 1990, λίγο μετά τη διεξαγωγή των πρώτων πολυκομματικών εκλογών. Η σύγχρονη σημαία και το εθνόσημο υιοθετήθηκαν στις 21 Δεκεμβρίου 1990, περίπου 10 μήνες προτού η χώρα ανακηρύξει την ανεξαρτησία της από τη Γιουγκοσλαβία.



4.12. Μαυροβούνιο

Η σημαία του Μαυροβουνίου καθιερώθηκε στις 12 Ιουλίου 2004 από το Κοινοβούλιο της χώρας. Αποτελείται από το εθνόσημο του Μαυροβουνίου. Το πανό είναι κόκκινο και έχει στο κέντρο του έναν δικέφαλο αετό. Το εθνόσημο του Μαυροβουνίου προέρχεται από αυτό του Βασιλέα Νικολάου Α'. Τα κυριλλικά αρχικά ΗΙ (δηλ. ΝΙ) του Βασιλέα Νικολάου Α' δεν υπάρχουν στη σημερινή σημαία.



4.13. Σλοβενία

Η εθνική σημαία της Σλοβενίας αποτελείται από τρεις ισομεγέθεις οριζόντιες λωρίδες, χρώματος λευκού στην κορυφή, μπλε και ερυθρού, με το εθνόσημο της Σλοβενίας να βρίσκεται στην πάνω πλευρά από όπου υψώνεται η σημαία και βρίσκεται στο κέντρο ανάμεσα στη λευκή και τη μπλε λωρίδα.



4.14. Ισραήλ

Η σημαία του Ισραήλ καθιερώθηκε στις 28 Οκτωβρίου του 1948. Απεικονίζει ένα μπλε Αστέρι του Δαβίδ σε άσπρο φόντο, ανάμεσα σε δύο μπλε οριζόντιες λωρίδες. Η χώρα δεν έχει πλήρες Σύνταγμα, αλλά υπάρχουν οι Βασικοί Νόμοι του Ισραήλ από τις 20 Φεβρουαρίου 1958, βάσει των οποίων γίνεται η νομοθεσία. Το 2003 ξεκίνησε η διατύπωση συντάγματος και συνεχίζεται ακόμη το 2009. Υπάρχουν διαφορετικές αποχρώσεις στο μπλε από σημαία σε σημαία^[1] Η σημαία σχεδιάστηκε για το σιωνιστικό Κίνημα το 1891.



4.15. Λίβανος

Η σημαία του Λιβάνου ('بنا ع لم' στα αραβικά) αποτελείται από δύο κόκκινες οριζόντιες λωρίδες που περικλείουν μία άσπρη λωρίδα, η οποία είναι διπλάσια από την κόκκινη. Στο μέσο βρίσκεται ένας πράσινος κέδρος του Λιβάνου. Καθιερώθηκε στις 7 Δεκεμβρίου 1943. Η σύγχρονη σημαία σχεδιάστηκε για πρώτη φορά στην οικία κάποιων βουλευτών. Ο κέδρος πρέπει να είναι στο σύνολό του πράσινος^[1]. Είναι κοινό σφάλμα να ζωγραφίζονται τα κλαδιά του κέδρου καφέ ή μαύρα. Οι κόκκινες λωρίδες

αποτελούν σύμβολο του αίματος που χύθηκε για την απελευθέρωση. Η λευκή λωρίδα συμβολίζει την ειρήνη και το άσπρο χιόνι που καλύπτει τα όρη του Λιβάνου. Ο πράσινος κέδρος του είδους: *Cedrus libani* συμβολίζει την αιωνιότητα και τη σταθερότητα. Αυτός ο κέδρος μνημονεύεται στη Βίβλο.



4.16. Συρία

Η σύγχρονη σημαία της Συρίας επανακαθιερώθηκε το 1980. Αποτελεί επίσης τη σημαία της πάλαι ποτέ Ενωμένης Αραβικής Δημοκρατίας.



Τα χρώματα της σημαίας είναι τα κλασικά παναραβικά χρώματα, τα οποία επίσης βλέπουμε στις σημαίες της Υεμένης, της Αιγύπτου, στη

του Σουδάν και του Ιράκ. Τα δύο αστέρια συμβολίζουν την Αίγυπτο και τη Συρία, που είχαν ενωθεί στην Ηνωμένη Αραβική Δημοκρατία. Το πράσινο θεωρείται χρώμα των Ρασιντούν ή Φατιμίδων, το λευκό των Ομειιάδων και το μαύρο των Αββασιδών. Το κόκκινο χρώμα συμβολίζει το αίμα που έχυσαν οι μάρτυρες ή τη δυναστεία των Χασεμιτών.

4.17. Τουρκία

Η σημαία της Τουρκίας αποτελείται από μία λευκή ημισέληνο και ένα αστέρι σε κόκκινο φόντο. Το όνομα της σημαίας στα τουρκικά είναι *Ay Yıldız* (κυριολεκτικά, *άστρο της σελήνης*) ή *al sancak* (ερυθρό πανό). Το σχέδιο της σημαίας είναι αρχαίο και πανομοιότυπο με την τελευταία σημαία της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας, η οποία καθιερώθηκε το 1844, ως μέρος των μεταρρυθμίσεων του Τανζιμάτ. Οι γεωμετρικές αναλογίες της σημαίας με νόμο σταθεροποιήθηκαν βάσει του Νόμου για την Τουρκική Σημαία, το 1936.



4.18. Αίγυπτος

Η σύγχρονη σημαία της Αιγύπτου υιοθετήθηκε στις 4 Οκτωβρίου του 1984. Απεικονίζει το εθνικό έμβλημα, που είναι ο Αετός του Σαλαδίνου (ένας θυρεός που είναι ενσωματωμένος σε έναν χρυσό αετό, ο

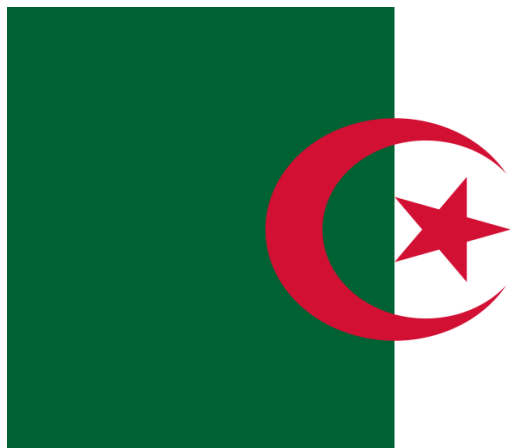
οποίος κοιτάζει προς τη μεριά της σημαίας και κάτω από αυτόν υπάρχει μια περγαμηνή, η οποία φέρει το όνομα της χώρας στα αραβικά). Ο Αετός του Σαλαδίνου βρίσκεται στο κέντρο σε άσπρη λωρίδα, ενώ η σημαία έχει άλλες δύο ισομεγέθεις λωρίδες, χρώματος κόκκινου (στην κορυφή) και μαύρου (κάτω). Το κόκκινο χρώμα αναφέρεται στην περίοδο πριν την Επανάσταση του 1952, η οποία έφερε στην εξουσία αξιωματικούς του Στρατού που ανέτρεψαν το Βασιλέα Φαρούκ. Το λευκό συμβολίζει την έλευση της Επανάστασης του 1952, η οποία είχε αποτέλεσμα τον αναίμακτο τερματισμό της μοναρχίας. Το μαύρο χρώμα συμβολίζει το τέλος της καταπίεσης του λαού της Αιγύπτου στα χέρια των μοναρχικών και βρετανικών αποικιοκρατικών δυνάμεων. Τα τρία αυτά χρώματα έγιναν τα παραδοσιακά παναραβικά χρώματα, τα οποία επίσης φέρουν οι σημαίες της Υεμένης, της Συρίας και του Ιράκ.



4.19. Αλγερία

Η σημαία της Αλγερίας αποτελείται από δύο ισομεγέθεις λωρίδες, χρώματος άσπρου και πράσινου και φέρει στο κέντρο ένα κόκκινο αστέρι και ένα μισοφέγγαρο. Μοιάζει με αυτή που χρησιμοποιούσε στην αρχή το Μέτωπο για την Εθνική Απελευθέρωση (FLN) και κάποιοι υποστηρίζουν ότι χρησιμοποιήθηκε από τον Abdel Kadir το 19ο αιώνα. Το άσπρο συμβολίζει την αγνότητα και το πράσινο το Ισλάμ. Η ημισέληνος είναι το

κατεξοχήν ισλαμικό σύμβολο και προέρχεται από την τουρκική σημαία. Υιοθετήθηκε στις 3 Ιουλίου 1962.



4.20. Λιβύη

Η σημαία της Λιβύης (αραβικά *علم ليبيا*) (καθιερώθηκε τον Σεπτέμβριο του 2011) αποτελείται από ένα λευκό αστέρι και μισοφέγγαρο σε τρεις λωρίδες, χρωμάτων κόκκινο- μαύρο- πράσινο, με την κεντρική μαύρη λωρίδα να είναι διπλάσια σε φάρδος από τις εξώτερες λωρίδες. Η σημερινή σημαία επίσης ήταν σημαία του Βασιλείου της Λιβύης από την ανεξαρτησία της Λιβύης από την Ιταλία, δηλαδή από το 1951 μέχρι και το 1969, δηλαδή μέχρι να γίνει το πραξικόπημα.



4.21. Μαρόκο

Η σημαία του Μαρόκου έχει κόκκινο φόντο και στο μέσο ένα πεντάκτινο πράσινο αστέρι, με μαύρες άκρες (Σφραγίδα του Σολομώντα). Η σημαία καθιερώθηκε με την ανεξαρτησία της χώρας, το 1956. Η χώρα έχει Σύνταγμα από τις 10 Μαρτίου του 1972.



4.22. Τυνησία

Η εθνική σημαία της Τυνησίας υιοθετήθηκε για πρώτη φορά το 1831 από τον μπέη της Τυνησίας, Χασίν Α'. Η ημισέληνος και το αστέρι αποτελούν παραδοσιακά σύμβολα του Ισλάμ και επίσης θεωρούνται σύμβολα καλοτυχίας.



Τα σύμβολα αυτά υποδηλώνουν επίσης ότι η χώρα ήταν κάποτε τμήμα της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας. Η σημαία, με το κόκκινο χρώμα

Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει.....

ήταν η ίδια όταν η Τυνησία ήταν υπό οθωμανική κυριαρχία και επανακαθιερώθηκε έπειτα από την ανεξαρτησία της χώρας από τη Γαλλία. Η Σημαία της Τυνησίας είναι κόκκινη και στο κέντρο φέρει λευκό δίσκο εντός του οποίου περιγράφεται κόκκινη ημισέληνος με το κυρτό μέρος προσίστια ενώ το κοίλος της περιβάλλει πεντάκτινο κόκκινο αστέρι.

4.2.1. Γλώσσες-Διάλεκτοι

Στις μεσογειακές ακτές κατοικούν περισσότερα από 200 εκατομμύρια άνθρωποι. Ο βορράς της Μεσογείου, που αποτελείται από ευρωπαϊκές χώρες, είναι περισσότερο αναπτυγμένος από τον νότο, που αποτελείται από ασιατικές και αφρικανικές χώρες. Ωστόσο, παρά τις θρησκευτικές, οικονομικές, εθνολογικές διαφορές και ανεξάρτητα από την ήπειρο στην οποία βρίσκεται κάθε χώρα, κοινή είναι η αντίληψη στους μεσογειακούς λαούς πως τους ενώνουν πολλά, πως η Μεσόγειος είναι το κοινό τους σπίτι.



4.2.2. Ευρώπη

Αλβανία: Αλβανικά (επίσημη γλώσσα), γκέγκικη (Β. Αλβανία, Κόσοβο, Δ. ΠΓΔΜ), τόσκικη (Νότια-Κεντρική Αλβανία).

Βοσνία Ερζεγοβίνη : Βοσνιακή (επίσημη γλώσσα), σερβική, κροατική.

Γαλλία: Γαλλικά.

Ελλάδα: Ελληνικά (επίσημη γλώσσα), καθαρεύουσα, δημοτική, κρητική διάλεκτος, κυπριακή, ποντιακή, τσακωνική κ.α.

Ισπανία: Ισπανικά (επίσημη γλώσσα), γαλικιανή, βασκική, καταλανική/βαλενθιανή

Ιταλία: Ιταλικά (επίσημη γλώσσα), η διάλεκτος της Λομβαρδίας και της Λιγουρίας, τα Ναπολετάνικα, τα Σικελιάνικα, η διάλεκτος της Σαρδηνίας και της Μπολόνια.

Κροατία: Κροατική (επίσημη γλώσσα), ιταλικά, στοκαβική διάλεκτος.

Μάλτα: Μαλτέζικη (επίσημη γλώσσα), διάλεκτος αραβικών.

Μαυροβούνιο: Μαυροβουνιακά (επίσημη γλώσσα), σερβική διάλεκτος.

Μονακό: Γαλλικά (επίσημη γλώσσα), ιταλικά, αγγλικά, μονεγασκικά.

Σλοβενία: Σλοβάκινα (επίσημη γλώσσα), lower carniola, upper carniola, stajerski, primorski.

Κύπρος: Κυπριακή διάλεκτος (διάλεκτος των ελληνικών-επίσημη γλώσσα).

4.2.3. Ασία

Ισραήλ: Εβραϊκά(επίσημη), αραβικά, ρουμανικά, ρωσικά, αμχαρικά, στερεότυπη εβραϊκή, ανατολική, σεφαραδίτικη, ασκεναζική.

Λίβανος: Αραβικά(επίσημη γλώσσα), γαλλικά, αρμενικά, αγγλικά, ανατολικά αραβικά, διάλεκτοι σε συνδυασμό των τεσσάρων γλωσσών(αραβικός-γαλλικός,αραβικό-αρμενικό)

Συρία: Αραβικά(επίσημη γλώσσα), αραμαϊκά, circassian, γαλλικά, αγγλικά, αραβικά του Ιράκ, ανατολικά αραβικά.

Τουρκία: Τουρκική γλώσσα(επίσημη γλώσσα), rumelice, kibrus, edirne, dogu, karadeniz, ege,guneydogu, orta anadolu, kastamonu.

4.2.4. Αφρική

Αίγυπτος: Αραβικά (επίσημη γλώσσα), δημοτική αιγυπτιακή γλώσσα-κοπτική γλώσσα, αγγλικά, γαλλικά.

Αλγερία: Γαλλικά, αραβικά (επίσημες γλώσσες), kabyle, berber, chaouia, chenoua, matmata.

Λιβύη: Αραβικά (επίσημη γλώσσα).

Μαρόκο: Αραβικά (επίσημη γλώσσα), βερβέρικη γλώσσα.

Τυνησία: Αραβικά (επίσημη γλώσσα).

4.3.1. Θρησκείες

4.3.2. Ευρώπη

Αλβανία: Το 80% του πληθυσμού αποτελείται από μουσουλμάνους. Ακολουθούν μετά χριστιανοί(20%) και ρωμαιοκαθολικοί(10%).

Βοσνία Ερζεγοβίνη: Υπάρχουν κυρίως τρεις θρησκείες οι μουσουλμάνοι(40%), οι ορθόδοξοι(31%) και οι ρωμαιοκαθολικοί (15%).

Γαλλία: Δεν υπάρχει επίσημη θρησκεία στη χώρα. Υπάρχει το χριστιανικό ρωμαιοκαθολικό δόγμα και διάφορες θρησκείες όπως: προτεσταντική, ιουδαϊκή, μουσουλμανική, χριστιανική ορθοδοξία.

Ελλάδα: Επίσημη θρησκεία είναι η χριστιανική ορθοδοξία. Βέβαια λόγω της θρησκευτικής ελευθερίας συναντάμε επίσης καθολικούς, ισλαμιστές, προτεστάντες και άλλους.

Ισπανία: Υπάρχει ανεξιθρησκία στη χώρα. Οι περισσότεροι κάτοικοι είναι χριστιανοί ρωμαιοκαθολικοί (80%) και μετά έχουμε

χριστιανούς(25.000), προτεστάντες, μάρτυρες του Ιεχωβά(60.000), μορμόνους και ιουδαίους(13.000).

Ιταλία: Το μεγαλύτερο ποσοστό καλύπτουν οι ρωμαιοκαθολικοί(85%). Έπειτα ακολουθούν καθολικοί, προτεστάντες και εβραίοι.

Κροατία: Οι περισσότεροι είναι ρωμαιοκαθολικοί (77%) και επιπλέον υπάρχει ένα μικρό ποσοστό ορθόδοξων(11%) και μουσουλμάνων(2%) και ένα ελάχιστο προτεσταντών(0,4%). Οι υπόλοιποι είναι άθεοι.

Κύπρος: Η πλειοψηφία είναι χριστιανοί ορθόδοξοι (και ανήκουν στην Ορθόδοξη Αυτοκέφαλη Εκκλησία της Κύπρου). Οι περισσότεροι από τους Τουρκοκύπριους είναι μουσουλμάνοι και υπάρχουν και μικρότερες θρησκείες όπως: εβραϊκή, διαμαρτυρόμενη, καθολική, μαρωνιτική και αρμενική.

Μάλτα: Υπάρχει θρησκευτική ελευθερία αλλά έχει καθιερωθεί ο ρωμαιοκαθολικισμός (99%) και ο καθολικισμός.

Μαυροβούνιο: Κύρια θρησκεία είναι η ορθοδοξία και ύστερα συναντάμε ισλαμιστές και καθολικούς.

Μονακό: Το μεγαλύτερο ποσοστό καλύπτουν οι χριστιανοί (95%) και το υπόλοιπο 5% αποτελείται από ρωμαιοκαθολικούς.

Σλοβενία: Η επίσημη-κύρια θρησκεία είναι ο καθολικισμός. Άλλες θρησκείες που υπάρχουν είναι ο ανατολικός ορθόδοξος χριστιανισμός και ο ισλαμισμός.

4.3.3. Ασία

Ισραήλ: Υπάρχει θρησκευτική ελευθερία αλλά η πλειονότητα του πληθυσμού είναι εβραίοι (81%). Επίσης υπάρχουν αρκετοί μουσουλμάνοι(15-20%) και λίγοι χριστιανοί (10%).

Λίβανος: Υπάρχουν 17 διαφορετικά δόγματα. Οι κυριότερες θρησκείες είναι: μουσουλμανισμός (59-60%) και χριστιανισμός (39-40%).

Συρία: Οι ισλαμιστές αποτελούν το μεγαλύτερο ποσοστό του πληθυσμού (90%) και μετά συναντούμε ένα μικρό ποσοστό χριστιανών(10%).

Τουρκία: Κυρίαρχη θρησκεία είναι ο ισλαμισμός με ένα πολύ μεγάλο ποσοστό (99%).Επίσης συναντάμε και άλλες θρησκείες όπως χριστιανισμός, ιουδαϊσμός και μπαχάι.



4.3.4. Αφρική

Αίγυπτος: Το μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού αποτελείται από μουσουλμάνους (93%) (κυρίως σουνίτες) και ύστερα υπάρχουν χριστιανοί κόπτες (6%), λίγοι ορθόδοξοι, καθολικοί και προτεστάντες.

Αλγερία: Κυρίαρχη θρησκεία είναι ο ισλαμισμός (100%). Παλαιότερα υπήρχαν 2.700 ρωμαιοκαθολικοί, 1500 προτεστάντες και ένα ποσοστό 3% αποτελούνταν από άθεους πολίτες.

Λιβύη: Οι μουσουλμάνοι αποτελούν το μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού (97%). Υπάρχουν επίσης χριστιανοί ορθόδοξοι κόπτες σε ποσοστό 1-2%.



Μαρόκο: Επίσημη θρησκεία είναι ο ισλαμισμός και επίσης υπάρχει ο μωαμεθανισμός(μουσουλμάνοι σουνίτες)

Τυνησία: Κύρια θρησκεία είναι ο ισλαμισμός, αλλά υπάρχει επίσης ο χριστιανισμός και ο ιουδαϊσμός.

5.1. ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΙ

Ελλάδα

Η Ελλάδα έχει προσφέρει τα μέγιστα στην ανθρωπότητα. Η ελληνική μυθολογία είχε πολύ μεγάλη επίδραση στον πολιτισμό, τις τέχνες και τη λογοτεχνία του δυτικού πολιτισμού και παραμένει μέρος της δυτικής κληρονομιάς. Είναι ένα μέρος του εκπαιδευτικού κύκλου από την παιδική ηλικία, ενώ οι ποιητές και οι καλλιτέχνες από τους αρχαίους χρόνους μέχρι σήμερα έχουν εμπνευστεί και έχουν αντλήσει πολλά από την ελληνική μυθολογία.

Ο ελληνικός πολιτισμός έχει αφήσει μεγάλη περιουσία στους άλλους λαούς όπως τα ομηρικά έπη της Ιλιάδας και της Οδύσσειας. Σημαντική είναι και η προσφορά αρχαίων Ελλήνων όπως αυτή του Ησίοδου, του Πλάτωνα, του Θαλή, του Πυθαγόρα, του Αισχύλου, του Σοφοκλή, του Ευριπίδη, του Αριστοφάνη και πολλών άλλων. Επιπλέον το ελληνικό δράμα, η ελληνική ποίηση και μουσική, η κωμωδία, η φιλοσοφία, η ρητορική, η ανεπανάληπτη αρχιτεκτονική, η γλυπτική και το ολυμπιακό πνεύμα σε συνδυασμό με όλα τα παραπάνω μετέφεραν γνώσεις, δεξιότητες, ευαισθησίες και αρετές στις μετέπειτα γενναίες και έβαλαν τα θεμέλια του δυτικού πολιτισμού.

Ιταλία

Η Ιταλία είναι γνωστή για τα πολιτισμικά μνημεία που άφησαν πίσω τους οι πολιτισμοί που αναπτύχθηκαν εκεί όπως το Κολοσσαίο, ο Πύργος της Πίζας κ.ά. Σημαντική ήταν και η προσφορά της Ιταλίας στην λογοτεχνία (Δάντης, Πετράρχης, Βοκκάκιος, κ.ά.) και στην επιρροή που

δέχθηκε η μουσική από Ιταλούς συνθέτες όπως ο Μοντεβέρντι, ο Πουτσίνι, ο Ροσίνι κ.ά. Η χώρα επίσης ανέδειξε κατά την περίοδο της Αναγέννησης έναν από τους σπουδαιότερους δημιουργούς στην ιστορία της τέχνης, τον γνωστό Μιχαήλ Άγγελο (1475-1564), με έργα όπως οι νωπογραφίες (π.χ. «Η Δευτέρα Παρουσία») για το Παπικό παρεκκλήσιο της Καπέλα Σιξτίνα στο Βατικανό, το «Άγαλμα του Δαβίδ» στον καθεδρικό ναό της Φλωρεντίας, η «Πιετά» (αποκαθήλωση) στην Βασιλική του Αγίου Πέτρου, «Το άγαλμα του Μωυσή» για τον τάφο του Πάπα Ιούλιου Β΄ κ.ά.

Γαλλία

Η Γαλλία έχει συνεισφέρει σε πολλούς τομείς στην Ευρώπη. Η γαλλική αρχιτεκτονική με τη μορφή του Γοτθικού ρυθμού έχει αντιγραφεί σε όλη την Ευρώπη με πιο σημαντικά πρότυπα την Βασιλική του St. Denis, και τους καθεδρικούς ναούς της Notre-Dame de Chartres και Notre-Dame d'Amiens. Κατά τη διάρκεια της Αναγέννησης η αρχιτεκτονική Μπαρόκ κάνει την εμφάνισή της και αργότερα ο νεοκλασικισμός, ενώ είναι γνωστή και για τον Πύργο του Αιφελ στο Παρίσι και την Πυραμίδα του Λούβρου.

Η γαλλική λογοτεχνία (18^ο-19^ο αιώνα) άνθισε με την εμφάνιση σπουδαίων συγγραφέων όπως ο Βολτέρος, ο Ρουσσώ, ο Βερλέν, ο Ουγκώ κ.α. Πολλά έργα τους έχουν γίνει δημοφιλή σε όλες τις ηλικίες ανά τον κόσμο όπως οι «Άθλιοι», οι «Τρεις Σωματοφύλακες», «Κόμης Μόντε Κρίστο», «20.000 Λεύγες κάτω από τη θάλασσα» κ.α. έχοντα κατακτήσει περισσότερα βραβεία Νόμπελ από κάθε άλλη χώρα. Έξαρση επίσης έχουν γνωρίσει και όλα τα είδη μουσικής, αρχής, γενόμενης από την όπερα και δίκαια η Γαλλία για μεγάλο διάστημα θεωρούνταν το πολιτιστικό κέντρο του κόσμου.

Ισπανία

Οι τέχνες στην Ισπανία έχουν επηρεαστεί από τα ρεύματα που αναπτύχθηκαν κατά καιρούς στην Ιταλία, στη Γαλλία και την Γερμανία, ειδικά κατά τις περιόδους Μπαρόκ και Νεοκλασικισμού. Σημαντικοί εκπρόσωποι των τεχνών στην Ισπανία είναι ο Πάμπλο Πικάσο, ο οποίος εισήγαγε μαζί με τον Μπρακ τον συνθετικό κυβισμό και με σπουδαιότερο έργο του την «Γκερνίκα», ο εκκεντρικός Σαλβαδόρ Νταλί με έργα όπως «Ο βιολοντσελίστας», «Η πρώτη μέρα της Άνοιξης», ο Φρανσίσκο Γκόγια με τεχνοτροπία «ροκοκό» και σπουδαιότερα έργα «Ο περίπατος στην Ανδαλουσία», «Η ντυμένη Μάγια» «Η γυμνή Μάγια» κ.ά.

Οι ρίζες της ανάγονται στον μεσαίωνα. Στοιχεία της βρίσκονται στις ιστορίες των λαϊκών αφηγητών. Παλαιότατο μνημείο της ισπανικής φιλολογίας είναι το ηρωικό έπος του Σιντ (1140 περίπου).

Η ισπανική φιλολογία έφτασε στη μεγαλύτερη ακμή της με τα έργα του Θερβάντες, που έγραψε το μυθιστόρημα Δον Κιχώτης, όπου γελοιοποιούνται τα ξεπερασμένα ιδανικά της ιπποσύνης και παρουσιάζεται πλατιά η εικόνα της ισπανικής ζωής. Το θέατρο έφτασε σε ψηλό επίπεδο με τα βαθύτατα ανθρωπιστικά δράματα και κωμωδίες του Λόπε ντε Βέγκα και των διαδόχων του Τίρο ντε Μολίνα, Καλντερόν ντε λα Μπάρκα κλπ.

Με τον πόλεμο εναντίον του Ναπολέοντα συνδέεται η νέα άνοδος των ισπανικών γραμμάτων και η ανάπτυξη του ισπανικού ρομαντισμού. Ο πιο μεγάλος ρομαντικός ποιητής ήταν ο Χοσέ ντε Εσπρονθέδα. Στα μέσα του 19ου αιώνα εμφανίζονται μεγάλοι ρεαλιστές, λογοτέχνες, όπως ο Χοσέ Βαλέρα, ο Πέρεθ Κάλντος και ο Μπλάσκο Ιμπάνιεθ. Στις αρχές του αιώνα μας εμφανίζονται μεγάλοι φιλόσοφοι και λογοτέχνες, όπως ο Μιγκουέλ Ουναμούνο, αλλά και έξοχοι ποιητές όπως ο Χιμένεθ, ο

Ερνάντεθ και, κυρίως, ο Φρεντερίκο Γκαρθία Λόρκα, που βρήκε τραγικό θάνατο στον εμφύλιο πόλεμο.

Μετά το 1936 η ισπανική λογοτεχνία περνάει περίοδο μαρασμού. Κυριαρχούν τα θρησκευτικά και ιστορικά θέματα και εξυμνείται η θλίψη και η μοναξιά. Πολλοί ισπανοί λογοτέχνες έχουν εκπατριστεί και ζουν στο εξωτερικό, αυτοεξόριστοι.

Πορτογαλία

Η Πορτογαλία έχει αναπτύξει την δική της κουλτούρα ως αποτέλεσμα των επιρροών από τους πολιτισμούς που κατά τους καιρούς κατοικήθηκε και από αυτούς που ήρθε σε επαφή κατά την περίοδο της αποικιοκρατίας της. Η αρχιτεκτονική της χαρακτηρίζεται από τον συνδυασμό στοιχείων της τελευταίας περιόδου της γοθικής αρχιτεκτονικής, της ισπανικής μπαρόκ και των στοιχείων της θάλασσας με παραστάσεις από την πορτογαλική εποχή των ανακαλύψεων.

Σλοβενία

Η χώρα κατά καιρούς έχει αναδείξει σπουδαίους ποιητές και συγγραφείς (France Preseren), ζωγράφους (Jurij Subic), καλλιτέχνες (Jacobs Gallus, Giuseppe Tartini) και ακαδημαϊκούς (Friderik-Fritz Pregl, τιμημένο με το Νόμπελ Χημείας κ.ά.)

Βοσνία-Ερζεγοβίνη

Ο γνωστότερος λογοτέχνης της χώρας είναι ο Ίβο Αντριτς, ο οποίος το 1961 κέρδισε το Νόμπελ Λογοτεχνίας. Άλλοι γνωστοί Βόσνιοι λογοτέχνες του 20ού αι. είναι ο Μέσα Σελίμοβιτς, ο ποιητής Αμπντουλάχ Σιντράν, ο Μακ Ντίζνταρ κ.ά. Ο Αντεμίρ Κένοβιτς και ο Εμίρ Κουστουρίτσα είναι οι γνωστότεροι κινηματογραφιστές που γεννημένοι

στη Βοσνία κατάφεραν να γίνουν παγκοσμίως γνωστοί με τα έργα τους και να κερδίσουν πολλές διακρίσεις σε διεθνή κινηματογραφικά φεστιβάλ (Φεστιβάλ Βενετίας, Φεστιβάλ Κανών). Ο Ντάνις Τάνοβιτς με την ταινία του «No man's Land» κέρδισε το 2001 το Όσκαρ Ξενόγλωσσης ταινίας. Επίσης από τη Βοσνία κατάγεται και ο Γκόραν Μπρέγκοβιτς ο οποίος είναι από τους πιο αναγνωρισμένους μουσικούς παγκοσμίως.

Κύπρος

Η πολιτιστική ζωή της Κύπρου φέρεται αρκετά ανεπτυγμένη και εκφράζεται μέσω των εικαστικών τεχνών, όπως η λογοτεχνία, η μουσική, ο λαϊκός πολιτισμός, η ποίηση, ο χορός, τα κονσέρτα, η όπερα, η ζωγραφική και η γλυπτική που αποτελούν μερικές από τις εκφάνσεις της. Παράλληλα μεταξύ των διαφόρων θεσμών που έχουν καθιερωθεί όπως διαλέξεων, συμποσίων και σεμιναρίων κυρίαρχη θέση κατέχει το φεστιβάλ «Τα Κύπρια» κάποια κινηματογραφικά καθώς κοινά πολιτιστικά προγράμματα με την Ελλάδα και άλλες χώρες. Στην Κύπρο επίσης λειτουργούν αρκετά μουσεία, βιβλιοθήκες και πινακοθήκες. Ειδικότερα η κρατική πινακοθήκη φιλοξενεί σε μόνιμη βάση όλη την κρατική συλλογή της σύγχρονης κυπριακής τέχνης, ενώ πολύ τακτικά φιλοξενεί σημαντικές εκθέσεις Κυπρίων και ξένων καλλιτεχνών. Το δε Υπουργείο Παιδείας και Πολιτισμού Κύπρου επιχορηγεί τη συμμετοχή Κυπρίων καλλιτεχνών σε διεθνείς καλλιτεχνικούς διαγωνισμούς. Η Κύπρος έχει αναδείξει σπουδαίους καλλιτέχνες και συγγραφείς στην ιστορία της όπως ο Κώστας Μόντης, ο Μάνος Λοΐζος, η Άννα Βίση, ο Δημήτρης Θ. Γκότσης κι ο Μάριος Τόκας πολλοί εκ των οποίων έχουν κάνει καριέρα και στην Ελλάδα. Τέλος στον αθλητισμό το πιο δημοφιλές άθλημα είναι το ποδόσφαιρο στο οποίο υπάρχουν κάποιες ιστορικές ομάδες όπως ο

Απόλλων Λεμεσού, η Ανόρθωση Αμμοχώστου, ο ΑΠΟΕΛ Λευκωσίας, η Ομόνοια Λευκωσίας και η ΑΕΛ Λεμεσού.

Αλβανία

Η γεωγραφική θέση της χώρας, στα νότια της Μεσογείου και σε ίση απόσταση από Δύση και Ανατολή, επέδρασε καταλυτικά και όλοι οι πολιτισμοί της Ευρώπης, από τον 4ο π.Χ. αιώνα μέχρι τον 20ο, άφησαν ανεξίτηλα σημάδια πάνω στην αλβανική κουλτούρα.

Ο λαϊκός πολιτισμός χαρακτηρίζεται από την έντονη εμφάνιση στοιχείων του δυτικού πολιτισμού στο βορρά, αναγεννησιακή Ιταλία και ρωμαιοκαθολικό πνεύμα, και στοιχείων του ανατολικού πολιτισμού στο νότο, ελληνική δημώδης έκφραση, βυζαντινή επίδραση και παράλληλη επιρροή χριστιανικής ορθόδοξης και ισλαμικής θρησκείας.

Η έκφραση του διατηρήθηκε αναλλοίωτη και ανεπηρέαστη μέχρι ότου η κυριαρχία των κομμουνιστών και η άνοδός τους στην εξουσία ανέστειλε κάθε εκδήλωση πολιτισμού, προς όφελος του σοσιαλιστικού ρεαλισμού, που μοναδικός του σκοπός υπήρξε η προβολή της ζωής του προλετάριου και της εξύμνησης του καθημερινού αγώνα για την εδραίωση και υπεράσπιση των μαρξιστικών ιδεωδών και το ηρωικό στοιχείο διατηρήθηκε μόνο ως προς τον αντιστασιακό αγώνα των προλετάρων κατά των ξένων κατακτητών και των υπονομευτών του καθεστώτος.

Το κίνημα αποκηρύχθηκε οριστικά το 1991, καθώς συμπαρασύρθηκε από την πτώση του καθεστώτος, όμως είχε προλάβει να δώσει δημιουργήματα, όμοια των οποίων συναντά κανείς σε όλες τις χώρες της πρώην ανατολικής Ευρώπης.

Αίγυπτος

Η Αίγυπτος έχει προσφέρει πολλά στον πολιτιστικό τομέα και είναι από τους μακροβιότερους πολιτισμούς στην αρχαιότητα. Οι πυραμίδες αποτελούν ένα τέτοιο χαρακτηριστικό στοιχείο της αιγυπτιακής πολιτιστικής κληρονομιάς. Στη συνέχεια, σημαντική θέση είχαν οι τέχνες ιδιαίτερα η χαρακτική και η ζωγραφική, κάτι που μαρτυρούν οι ανασκαφές με ευρήματα από τους τάφους των Αιγυπτίων. Επίσης η Αίγυπτος φημιζόταν για τη σοφία της. Αυτό το μαρτυρεί και η Καινή Διαθήκη, αναφέροντας πως ο Μωυσής διδάχτηκε τη σοφία τους. Δείγμα του πολιτισμού, ήταν ακόμα και η ισότητα μεταξύ ανδρών και γυναικών, γεγονός ασυνήθιστο για τον αρχαίο κόσμο. Ακόμη ανέπτυξαν την Ιατρική και απόκτησαν σπουδαίες γνώσεις ανατομίας. Σ' αυτό τους βοήθησε η ταρίχευση των νεκρών. Όσο για τη λογοτεχνία, οι Αιγύπτιοι δεν άφησαν πολλά βιβλία πίσω τους, γιατί η δυσκολία της γραφής δεν έδινε την ευκαιρία να εκφραστούν μ' αυτήν πολλοί άνθρωποι. Ελάχιστα κείμενα διατηρήθηκαν σε παπύρους και αυτά είναι θρησκευτικά, λυρικά και λαϊκές διηγήσεις, όπως το βιβλίο των Νεκρών, οι Ύμνοι, η Σάτιρα των Επαγγελματιών.

Ισραήλ.

Το Τελ Αβίβ είναι η έδρα της παγκοσμίου κύρους Φιλαρμονικής Ορχήστρας του Ισραήλ

Παραδοσιακά το Ισραήλ είναι χώρας της Μέσης Ανατολής, αλλά με πολλές επιρροές ευρωπαϊκών μεταναστών. Π.χ. η Λευκή Πόλη είναι παράδειγμα της Γερμανικής και διεθνούς αρχιτεκτονικής του Bauhaus. Το Μουσείο Τέχνης του Τελ Αβίβ είναι ένα από τα διεθνώς σημαντικά μουσεία σύγχρονης τέχνης. Ένας από τους σημαντικότερους συγγραφείς της χώρας ήταν ο σατιρικός Εφραίμ Κισόν.

Χιλιάδες χρόνια ιστορίας, η συγκέντρωση των Εβραίων από περισσότερες από 70 χώρες, μια κοινωνία πολυεθνικών κοινοτήτων που ζουν αρμονικά και μια αδιάκοπη διεθνής εισροή μέσω δορυφορικής και καλωδιακής τηλεόρασης έχουν συνεισφέρει στην ανάπτυξη μιας Ισραηλινής κουλτούρας που αντικατοπτρίζει παγκόσμια στοιχεία ενώ αγωνίζεται για την δική της ταυτότητα. Η πολιτιστική έκφραση μέσω των τεχνών είναι τόσο ποικίλα όσο και οι ίδιοι οι άνθρωποι, με λογοτεχνία, θέατρο, συναυλίες, προγράμματα ραδιοφώνου και τηλεόρασης, ψυχαγωγία, μουσεία και γκαλερί που καλύπτουν κάθε ενδιαφέρον και γούστο.

Λίβανος

Διεθνούς φήμης καλλιτέχνες που κατάγονται από τον Λίβανο είναι μεταξύ άλλων ο Χαλίλ Γκιμπράν, ο Ουαζντί Μουαουάντ και η Φαϊρούζ.

Συρία

Χωρίς αμφιβολία η Συρία αποτελεί σταυροδρόμι πολιτισμών, οι οποίοι άνθισαν κατά την διάρκεια των περασμένων χρόνων και χωνευτήρι διαφορετικών τρόπων σκέψης για περισσότερο από 10.000 χρόνια. Ένα κέντρο του ανθρώπινου πολιτισμού. Σουμέριοι, Αμορίτες, Χιτίτες, Ασύριοι, Αιγύπτιοι, Κανανίτες, Φοίνικες, Αραμαίοι, Πέρσες, Έλληνες, Ναβαταίοι, Ρωμαίοι, Βυζαντινοί, Άραβες. Μνημεία, αρχαιολογικοί χώροι, κάστρα, ακροπόλεις και νεκροπόλεις διηγούνται την ένδοξη Ιστορία αρχαίων Εθνών. Η Συρία ανέκαθεν αποτελούσε ένα από τα μεγαλύτερα κέντρα συνάντησης όλων των μεγάλων πολιτισμών της Μεσογείου και της κεντρικής Ασίας. Το κέντρο όπου αναμείχθηκαν σε ένα εξαιρετικό χαρμάνι οι διαφορετικοί πολιτισμοί της Ανατολής με την Δύση. Ο περιηγητής το βλέπει σε κάθε του βήμα. Παρακολουθεί την μίξη και

την ανάπτυξη όλων αυτών των πολιτισμών είτε στα Μουσεία, είτε στους αρχαιολογικούς χώρους, είτε στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων, που με την ζεστασιά τους και το χαμόγελό τους αγκαλιάζουν τον "ξένο".

Μαρόκο

Φορτωμένο με το "χρίσμα" της ιστορικότητας το Μαρόκο αποτελεί σήμερα "ζωντανό μουσείο" της ιστορίας της ευρύτερης περιοχής- μιας ιστορίας στην περίπτωση του γραμμένης κυρίως από τον αραβικό κόσμο και φιλοτεχνημένης (συχνότατα και με αίμα) από τους δυτικούς. Δεν είναι τυχαίο ότι το πλήρες όνομα της χώρας είναι Αλ Μαγκρίμπ που σε ελεύθερη μετάφραση σημαίνει "Δυτικό Βασίλειο" ή απλώς η "Δύση".

Αποικία των Φοινίκων, φέουδο πολυτελείας της Ρωμαϊκής αυτοκρατορίας, όταν πήρε το όνομα "Μαυριτανία", αλλά και εδαφικός πόθος για τους Βανδάλους, τους Βησιγότθους, τους Βυζαντινούς, τους Άραβες και αργότερα τους Ισπανούς, τους Γάλλους, τους Πορτογάλους και τους Άγγλους. Η φυσιογνωμία του Μαρόκο συνέλεξε στοιχεία από όλους αυτούς τους πολιτισμούς, κάτι που είναι ακόμη και σήμερα ανάγλυφο στις περισσότερες πόλεις του και ευθύνεται για την ύπαρξη ενός πραγματικού μωσαϊκού ιστορίας.

Το μερικώς αναλλοίωτο του μαροκινού πολιτισμικού πυρήνα αποτελεί έργο των Βερβέρων, της ντόπιας φυλής που κατοικεί επί το πλείστον, όπως και το μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού, δυτικά της οροσειράς του Άτλαντα.

Τυνησία

Ο λαϊκός πολιτισμός είναι πλούσιος από αραβικές και ισλαμικές παραδόσεις, οι οποίες έχουν δεχθεί βερβερινικές και δυτικές επιδράσεις. Σημαντική ήταν η προσφορά της αραβικής και γαλλόφωνης τυνησιακής

λογοτεχνίας. Στη συνέχεια σημαντικά αξιοθέατα και μνημεία υπάρχουν στην χώρα. Στην πόλη Καϊρουάν διασώζεται το τέμενος Σίντι Ουκμπά (8ος αιώνας), το τέμενος αλ-Ζαΐτούνα, το παλαιότερο και ιερότερο μνημείο της Τύνιδας (που ιδρύθηκε το 732 μ.Χ.) και το ακόμη πιο παλιό φημισμένο ριμπάτ (μοναστήρι-φρούριο) στη Μοναστίρ που θεμελιώθηκε το 180 μ.Χ. καθώς και τα τεμένη της Γκάφσα και της Μπέζα, του Σφαξ και του Μαντιά. Η πόλη Σούσσε είναι μια ιδιαίτερη περίπτωση πόλης που συνδυάζει αξιοθέατα από τη ρωμαϊκή εποχή -εκεί είχε ο Αννίβας το στρατηγείο του- και περίφημα δείγματα ισλαμικής αρχιτεκτονικής όπως το μεγαλοπρεπές ριμπάτ που χτίστηκε τον 9ο αιώνα. Επίσης στην πόλη υπάρχει μουσείο ρωμαϊκών ψηφιδωτών. Από τη ρωμαϊκή περίοδο ακόμη διασώθηκαν τα ερείπια της πόλης Ντούγκα. Τουριστικό ενδιαφέρον παρουσιάζουν και οι οάσεις με κοκοφοίνικες στο Κεμπίλι και στη Νεφτά. Ένα ακόμη αξιοθέατο είναι οι κατοικίες, που βρίσκονται χτισμένες κάτω από την επιφάνεια της γης στην Ματμάτα στην έρημο, πολλές από τις οποίες ανακαινισμένες χρησιμοποιούνται ως τουριστικά καταλύματα

Τα πρώτα αραβόφωνα τυνησιακά θεατρικά έργα γράφηκαν και ανέβηκαν στη σκηνή στις αρχές του 20ού αιώνα και έγιναν δεκτά με ενθουσιασμό από το τυνησιακό κοινό. Στα μέσα του ίδιου αιώνα οι δραματουργοί δεν επηρεάστηκαν από την αναγεννησιακή πνευματική κίνηση των άλλων λογοτεχνικών ειδών και τα θεατρικά έργα της εποχής διατήρησαν το στομφώδες ύφος και το διδακτικό περιεχόμενο των παλαιότερων χρόνων. Από τη σύγχρονη θεατρική παραγωγή ξεχώρισαν πέντε θεατρικά έργα με κοινωνικό περιεχόμενο του "Νέου Θεάτρου", το οποίο διηύθυνε ο Φαντλ Ντζαϊμπί (1945-).

6.1. ΑΣΧΟΛΙΕΣ

Τομείς παραγωγής.

Το μεγαλύτερο ποσοστό του πληθυσμού της Αλγερίας, της Αιγύπτου, της Ιορδανίας, του Λιβάνου, του Μαρόκου, της Συρίας, της Τυνησίας, της Τουρκίας, της Αλβανίας, της Κροατίας, της Κύπρου, της Γαλλίας, της Ελλάδας, της Ιταλίας, της Μάλτας, της Πορτογαλίας, της Σλοβενίας και της Ισπανίας ασχολείται με τον τριτογενή τομέα παραγωγής, δηλαδή μεταφορές, εμπόριο, ξενοδοχεία, εστιατόρια, τράπεζες, κτηματομεσιτικά γραφεία, ασφαλιστικές εταιρίες και διάφορες άλλες υπηρεσίες.

Ενώ το μεγαλύτερο πληθυσμιακό ποσοστό του Ισραήλ και της Λιβύης ασχολείται με τον δευτερογενή τομέα παραγωγής, δηλαδή με τις βιομηχανίες, με την παραγωγή ενέργειας και με τις κατασκευαστικές εταιρίες.

Ένα μεσαίο ποσοστό του πληθυσμού της Αλγερίας, της Ιορδανίας, του Λιβάνου, της Τυνησίας, της Τουρκίας, της Κροατίας, της Κύπρου, της Γαλλίας, της Ελλάδας, της Ιταλίας, της Μάλτας, της Πορτογαλίας, της Σλοβενίας και της Ισπανίας ασχολούνται με τον δευτερογενή τομέα παραγωγής.

Αντίθετα ένα μέσο πληθυσμιακό ποσοστό της Αιγύπτου, του Μαρόκου, της Συρίας και της Αλβανίας ασχολείται με τον πρωτογενή τομέα παραγωγής, δηλαδή με τη γεωργία, τη δασοκομία, την αλιεία, κ.ά. Ακόμα, με τον τριτογενή τομέα παραγωγής ασχολείται ένα μεσαίο ποσοστό του πληθυσμού της Λιβύης και του Ισραήλ.

*Η ΠΟΣΟΣΤΙΑΙΑ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΑΕΠ ΤΩΝ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΩΝ ΧΩΡΩΝ
ΑΝΑ ΤΟΜΕΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ(2007).*

ΧΩΡΑ/ ΤΟΜΕΑΣ	ΠΡΩΤΟΓΕΝΗΣ (γεωργία, δασοκομία, αλιεία)	ΔΕΥΤΕΡΟΓΕΝΗΣ (βιομηχανία, ενέργεια, κατασκευαστικά)	ΤΡΙΤΟΓΕΝΗΣ (μεταφορές, εμπόριο, ξενοδοχεία, εστιατόρια, τράπεζες, ασφάλειες, κτηματομεσιτικά, άλλες υπηρεσίες)
Αλγερία	8,1	29,4	62,5
Αίγυπτος	32	17	51
Ισραήλ	2,7	65,6	31,7
Ιορδανία	3,6	10,1	86,3
Λίβανος	5,1	19,1	75,8
Λιβύη	1,5	61,7	36,8
Μαρόκο	14,7	8,9	46,5
Συρία	19,2	14,5	66,3
Τυνησία	10,8	28,3	61
Τουρκία	8,71	27,81	63,48
Αλβανία	20,6	19,9	59,5
Κροατία	7	31,6	61,4
Κύπρος	2,6	19,1	78,3
Γαλλία	2,2	20,57	77,23
Ελλάδα	3,79	20,37	75,84
Ιταλία	2,04	27,03	70,93
Μάλτα	1,4	18	80,6
Πορτογαλία	2,5	24,47	73,03
Σλοβενία	2,37	34,38	64,25
Ισπανία	2,88	29,76	67,36

Το μικρότερο ποσοστό του πληθυσμού της Αλγερίας, του Ισραήλ, της Ιορδανίας, του Λιβάνου, της Λιβύης, της Τυνησίας, της Τουρκίας, της Κροατίας, της Κύπρου, της Γαλλίας, της Ελλάδας, της Ιταλίας, της Μάλτας, της Πορτογαλίας, της Σλοβενίας και της Ισπανίας ασχολείται με τον πρωτογενή τομέα παραγωγής σε αντίθεση με το μικρότερο πληθυσμιακό ποσοστό της Αιγύπτου, του Μαρόκου, της Συρίας και της Αλβανίας που ασχολείται με τον δευτερογενή τομέα παραγωγής.



Ανεργία

Η ανεργία σε μεγάλο βαθμό πλήττει την Λιβύη, την Κροατία, το Μαυροβούνιο, την Τυνησία, την Ισπανία, την Αλγερία, την Ιορδανία και την Αλβανία. Ενώ σε μεσαίο η ανεργία βρίσκεται στο Μαρόκο, στο Λίβανο, στη Συρία, στην Αίγυπτο, στην Ελλάδα, στην Τουρκία, στην Πορτογαλία και στην Γαλλία. Η ανεργία σε μικρό ποσοστό υπάρχει στην Ιταλία, στην Σλοβενία, στην Μάλτα και στο Ισραήλ. Το μικρότερο ποσοστό ανεργίας στη Μεσόγειο κατέχει η Κύπρος.

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟΙ ΔΕΙΚΤΕΣ ΑΕΠ ΑΝΕΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΩΝ ΧΩΡΩΝ (2008) Ο πίνακας περιέχει στοιχεία των ετών 2007-2008 και δεν συμβαδίζει απόλυτα με το σήμερα, ειδικότερα για τις ευρωπαϊκές χώρες που έχουν επηρεαστεί από την οικονομική κρίση [π.χ. η Ελλάδα το Μάρτη του 2013- όταν δηλαδή ολοκληρωνόταν αυτή η εργασία- είχε ανεργία 27% (πηγή: ΕΣΥΕ)]

ΧΩΡΑ	ΑΝΕΡΓΙΑ (%)
Αλγερία	12,9
Αίγυπτος	8,7
Ισραήλ	6,1
Ιορδανία	12,9
Λίβανος	9,2
Λιβύη	30
Μαρόκο	10
Συρία	9
Τυνησία	14
Τουρκία	7,9
Αλβανία	12,5
Κροατία	14,8
Κύπρος	3,8
Γαλλία	7,4
Ελλάδα	8
Ιταλία	6,8
Μάλτα	6,4*
Πορτογαλία	7,6
Σλοβενία	6,7
Ισπανία	13,9
Μαυροβούνιο	14,7

7.1. ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

7.1. Εισαγωγή

Η απόφαση της UNESCO να εντάξει τη Μεσογειακή διατροφή στον κατάλογο της Αυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς της Ανθρωπότητας προσδίδει στο συγκεκριμένο διατροφικό μοντέλο παγκόσμια αναγνωρισιμότητα.

Η Μεσογειακή διατροφή παρουσιάζει ένα μοντέλο διατροφής στο οποίο διαφοροποιείται από χώρα σε χώρα της Μεσογείου. Άλλο στην Ισπανία, την Ιταλία, την Ελλάδα και την Γιουγκοσλαβία. Επίσης η Μεσογειακή διατροφή παρουσιάζει διαφορές στην χλωρίδα, στην πανίδα και στις παραδόσεις. Η Χλωρίδα και η πανίδα σε συνδυασμό με το άριστο κλίμα, συντελούν στην εμφάνιση στην περιοχή της Μεσογείου και των πολιτισμών της ιστορίας του ανθρώπου. Καθοριστικό ρόλο για την ανάπτυξη οργανωμένων ομάδων ανθρώπων σε μια γεωγραφική περιοχή, διαδραματίζει η δυνατότητα της περιοχής να προσφέρει τροφή και νερό. Αυτά τα στοιχεία είναι άφθονα στη Μεσόγειο.



Υπάρχουν σχεδιασμένες επιδημιολογικές μελέτες από Έλληνες και Ξένους ερευνητές που δείχνουν ότι η μεσογειακή παραδοσιακή διατροφή προφυλάσσει σε μεγάλο βαθμό τον καρκίνο και τα καρδιαγγειακά νοσήματα. Όταν η διατροφή «δυτικοποιείται» εξαφανίζεται και η προφυλακτική επίδραση της «Μεσογειακής δίαιτας». Το 1995 κάποιοι

επιστήμονες του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ δημιούργησαν την «Πυραμίδα της Μεσογειακής διατροφής».



Η πυραμίδα της Μεσογειακής Διατροφής.

Αντιστοιχίες μικρομερίδων (κατά προσέγγιση)

Βασικά χαρακτηριστικά:

- Οι άφθονες φυτικές (ψωμί, λαχανικά, όσπρια και φρούτα)
- Το ελαιόλαδο
- Μέση προς μικρή κατανάλωση ψαριού, πουλερικών γαλακτοκομικών και αυγών
- Μικρή κατανάλωση κόκκινου κρέατος
- Κρασί κατά τη διάρκεια του γεύματος. (σύμφωνα με τον ορισμό στον οποίο κατέληξαν οι Ευρωπαίοι ειδικοί σε συνάντηση που πραγματοποιήθηκε στο Ιταλικό Εθνικό Συμβούλιο Ερευνών στις 11 Απριλίου 1997, στη Ρώμη).

Τα πλεονεκτήματα:

- Χάρη στην ποικιλία των τροφών της μεσογειακής διατροφής υπάρχουν ανεξάντλητες δυνατότητες. Ένα τρόφιμο μπορεί να μαγειρευτεί με πολλούς και διαφορετικούς τρόπους όπως για παράδειγμα τα χόρτα που μπορούν να γίνουν σαλάτα, γέμιση για πίτα ή συνοδευτικό σε κυρίως πιάτο.

- Απολαυστική και υγιεινή. Τα όσπρια, τα λαχανικά και τα δημητριακά σε συνδυασμό με το ελαιόλαδο και τα μυρωδικά όπως η ρίγανη, το θυμάρι κ.ά. μας προσφέρουν μια υγιεινή διατροφή που είναι παράλληλα και ιδιαίτερα νόστιμη.

- Ασπίδα για την υγεία μας. Είναι πλέον και επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι όσοι ακολουθούν μια μεσογειακή διατροφή έχουν λιγότερες πιθανότητες να παρουσιάσουν στεφανιαία νόσο σε σύγκριση με όσους ακολουθούν διαφορετική διατροφή. Εκτός όμως από την ευεργετική δράση στην καρδιά, η Μεσογειακή διατροφή σχετίζεται με την προστασία από τον ζαχαρώδη διαβήτη, την παχυσαρκία και από ορισμένες μορφές καρκίνου (π.χ. του παχέος εντέρου). Οι πλούσιες φυτικές ίνες των δημητριακών (σύνθετοι υδατάνθρακες) έχουν προστατευτική δράση κατά του καρκίνου στο κόλον, στο μαστό, στο ενδομήτριο και στον προστάτη. Τα φρούτα και τα λαχανικά, όταν καταναλώνονται σε αφθονία, φαίνεται να έχουν αντικαρκινική δράση, όσον αφορά στο πεπτικό σύστημα και σε άλλες μορφές. Οι επιστήμονες επισημαίνουν ότι η δράση των συστατικών και τροφών της μεσογειακής διατροφής οφείλεται στο συνδυασμό τους και όχι σε μεμονωμένη κατανάλωση.

- Η αντιοξειδωτικές ουσίες που υπάρχουν σε αφθονία στα συστατικά της μεσογειακής διατροφής (βιταμίνες A, E, και C, το β-καροτένιο και τα φλαβονοειδή (όπως ο φαινόλες του κρασιού), τα

φαινολικά οξέα (των φρούτων, των λαχανικών και του ελαιόλαδου) καταπολεμούν την οξειδωση-γήρανση των κυττάρων. Αυτό είναι και τα βασικό μυστικό της μεσογειακής διατροφής το οποίο επηρεάζει την μακροβιότητα.

- Μια φέτα ψωμί 30 γρ. – 35 γρ.
- 100 γρ. πατάτες
- Μισό φλιτζάνι (50 – 60 γρ.) μαγειρεμένο ρύζι ή ζυμαρικά
- Ένα φλιτζάνι ωμά άκοπα λαχανικά ή σε μισό φλιτζάνι ψιλοκομμένα
- Ένα μήλο 80 γρ., μία μπανάνα 60 γρ., ένα πορτοκάλι 100 γρ., 200 γρ. πεπόνι ή καρπούζι, 30 γρ. σταφύλι
- Ένα ποτήρι γάλα, ένα κεσεδάκι γιαούρτι, 30 γρ. τυρί
- Ένα αυγό
- 60 γρ. περίπου άπαχο μαγειρεμένο κρέας ή ψάρι
- Ένα φλιτζάνι μαγειρεμένα όσπρια

Πηγή: «Διατροφικές οδηγίες για ενήλικες στην Ελλάδα», Υπουργείο Υγείας, Ανώτατο Ειδικό, Επιστημονικό Συμβούλιο Υγείας.

7.2. «Βασικά συστατικά της πυραμίδας»

Αφθονία τροφών φυτικής προέλευσης όπως φρούτα, λαχανικά, πατάτες, δημητριακά και όσπρια.

Λάδι ελιάς ως βασικό έλαιο, που αντικαθιστά όλα τα άλλα λίπη και έλαια. Αποφύγετε έλαια με μεγάλη περιεκτικότητα σε λιπαρά οξέα όπως καλαμποκέλαιο, βαμβακέλαιο και ηλιέλαιο. Μειώστε τη κατανάλωση των τράνς-λιπαρών οξέων που βρίσκονται άφθονα στις μαργαρίνες και άρα σε όλα σχεδόν τα έτοιμα γλυκά και φαγητά.

Καθημερινή λήψη μικρών ποσοτήτων γαλακτοκομικών προϊόντων, όπως το τυρί και το γιαούρτι.

Κατανάλωση ψαριού και πουλερικών σε εβδομαδιαία βάση (όχι σε καθημερινή)

Προτιμώνται φαγητά που περιέχουν ω-3 λιπαρά οξέα όπως τα λιπαρά ψάρια (σολομός και σκουμπρί), τα καρύδια και τα πράσινα λαχανικά.

Αυγά το πολύ μέχρι 4 την εβδομάδα

Κατανάλωση ζάχαρης (που υπάρχει και στα γλυκά) σε εβδομαδιαία και όχι καθημερινή βάση.

‘Κόκκινο’ κρέας όπως μοσχάρι, χοιρινό μόνο λίγες φορές το μήνα.

Φυσική δραστηριότητα όπως περπάτημα στο επίπεδο που συντηρεί την αίσθηση καθημερινής υγείας και ευεξίας.

Λογική κατανάλωση κρασιού (συνήθως 1-2 ποτηράκια του κρασιού με τα γεύματα)



Το 2010, η ΟΥΝΕΣΚΟ συμπεριέλαβε την Πολιτιστική Κληρονομιά από κοινού με την Ελλάδα, την Ισπανία και το Μαρόκο.

7.3. Τα οφέλη

Τα πλεονεκτήματα είναι πολλά όσον αφορά την ποικιλία τροφίμων που είναι απολαυστική και υγιεινή. Πιο συγκεκριμένα, τα όσπρια, τα λαχανικά και τα δημητριακά σε συνδυασμό με το ελαιόλαδο και τα μυρωδικά, όπως η ρίγανη και το θυμάρι μας προσφέρουν μια υγιεινή και νόστιμη διατροφή. Ακόμα, είναι επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι όσοι ακολουθούν τη μεσογειακή διατροφή έχουν λιγότερες πιθανότητες να παρουσιάσουν στεφανιαία νόσο σε σχέση με αυτούς που δεν την ακολουθούν. Η Μεσογειακή διατροφή σχετίζεται με την προστασία από το διαβήτη, την παχυσαρκία και από ορισμένες μορφές καρκίνου όπως του παχέος εντέρου. Οι πλούσιες φυτικές ίνες των δημητριακών έχουν προστατευτική δράση κατά του καρκίνου, στο μαστό και στον προστάτη. Τα φρούτα και τα λαχανικά, όταν καταναλώνονται σε αφθονία, φαίνεται να έχουν αντικαρκινική δράση, όσον αφορά στο πεπτικό σύστημα και σε άλλες μορφές. Ακόμα, οι επιστήμονες επισημαίνουν ότι η δράση των συστατικών και των τροφών της μεσογειακής διατροφής οφείλεται στο συνδυασμό τους και όχι σε μεμονωμένη κατανάλωση. Επίσης, μεγάλο ποσοστό της ημερήσιας ενεργειακής πρόσληψης πρέπει να καλύπτεται από τους υδατάνθρακες χαμηλού γλυκαιμικού δείκτη.

Επιπλέον, οι ευεργετικές ιδιότητες των τροφών αυτών σχετίζονται με τις περιεχόμενες αντιοξειδωτικές ουσίες, το ασβέστιο, εκτός από την καθοριστική συμβολή του στην ανάπτυξη των οστών, μειώνει την αρτηριακή πίεση από τον καρκίνο του εντέρου. Οι αντιοξειδωτικές ουσίες που υπάρχουν σε αφθονία στα συστατικά της μεσογειακής διατροφής όπως στις βιταμίνες Α,Ε και C, το β καροτένιο και τα φλανοειδή, όπως οι φαινόλες του κρασιού, τα φαινολικά οξέα των φρούτων, των λαχανικών και του ελαιόλαδου καταπολεμούν την γήρανση των κυττάρων. Αυτό

είναι το κύριο μυστικό της μεσογειακής δίαιτας το οποίο επιμηκύνει τη διάρκεια της ζωής.

7.4. Το θείο δώρο: ελαιόλαδο

Αποτελεί τη βάση της μεσογειακής διατροφής και είναι το πλέον υγιεινό λάδι, χάρη στην υψηλή περιεκτικότητά του σε μονοακόρεστα λιπαρά οξέα (έως 83%). Σύμφωνα με πολυάριθμες επιστημονικές έρευνες, το ελαιόλαδο ως συστατικό της καθημερινής μας διατροφής προσφέρει:

- Μείωση της ολικής και της κακής χοληστερίνης
- Προστατεύει από τη στεφανιαία νόσο
- Δημιουργεί προδιάθεση για χαμηλότερη πίεση αίματος
- Φαίνεται να προφυλάσσει από τον καρκίνο

Η χρήση του ελαιόλαδου στα τηγάνι συστήνεται έναντι οποιουδήποτε άλλου λαδιού ή λίπους καθώς αντέχει περισσότερο. Καλό όμως είναι να το καταναλώνουμε ωμό και να το προσθέτουμε στο τέλος του μαγειρέματος.

Το ελαιόλαδο ονομάζεται στα ελληνικά το λάδι που προέρχεται από τους καρπούς της ελιάς. Αποτελεί τη βάση της μεσογειακής διατροφής, καλύπτει το μεγαλύτερο μέρος της κατανάλωσης λιπαρών ουσιών και είναι το πλέον υγιεινό λάδι. Αυτό οφείλεται στη υψηλή περιεκτικότητά του σε μονοακόρεστα λιπαρά οξέα έως το 83%. Σύμφωνα, με αρκετές επιστημονικές έρευνες, αποδείχτηκε ότι το ελαιόλαδο ως συστατικό της καθημερινής μας διατροφής, το οποίο προσφέρει μείωση της ολικής και κακής χοληστερίνης. Μας προστατεύει από την στεφανιαία νόσο, δημιουργεί προδιάθεση για χαμηλότερη πίεση του αίματος και μας προφυλάσσει από τον καρκίνο. Η χρήση του ελαιόλαδου στο συστήνεται έναντι οποιουδήποτε άλλου λαδιού ή λίπους. Καλό είναι να το καταναλώνουμε ωμό και να το προσθέτουμε στο τέλος του μαγειρέματος.

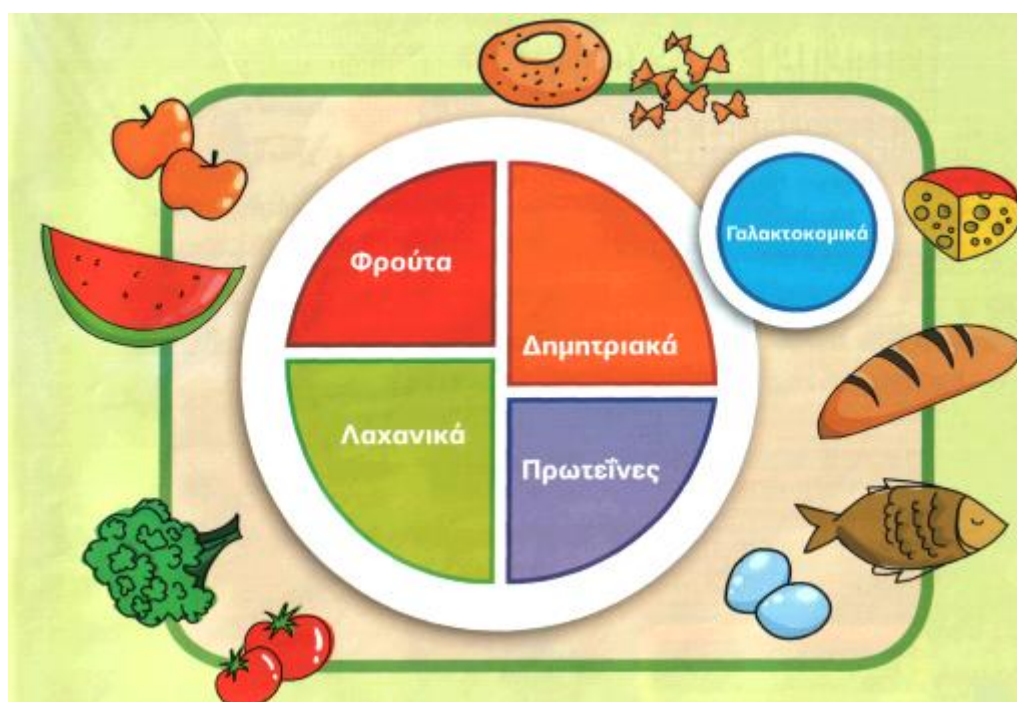
Τέλος, έχει διαπιστωθεί, όσοι καταναλώνουν στο φαγητό τους ελαιόλαδο έχουν χαμηλή τη χοληστερίνη. Αυτό οφείλεται στο ότι το ελαιόλαδο περιέχει μεγάλη ποικιλία αντιοξειδωτικών ουσιών όπως οι πολυφαινόλες και οι τοκοφερόλες, οι οποίες παρεμβαίνουν θετικά υπέρ του οργανισμού, μειώνουν την χοληστερόλη και εμποδίζουν την οξείδωσή της. Σίγουρα όλοι ακούμε καθημερινά τη φράση «παρθένο ελαιόλαδο». Τι είναι όμως αυτό? Είναι το λάδι, «φυσικός χυμός», το οποίο περιέχει ανέπαφα όλα τα βασικά συστατικά που περιείχε και μέσα στον ελαιόκαρπο {βιταμίνες, ιχνοστοιχεία, μικροστοιχεία} και κατ' επέκταση εκείνο που έχει όλες τις ευεργετικές για την υγεία ιδιότητες. Αξιοσημείωτο είναι ότι η Ισπανία παράγει μεγαλύτερες ποσότητες στη Μεσόγειο, ενώ η Ελλάδα παράγει πιο ποιοτικό ελαιόλαδο από την Ισπανία και την Ιταλία.

7.5. Φρούτα και λαχανικά

Είναι τρόφιμα πλούσια σε ενέργεια, φυτικές ίνες και αντιοξειδωτικές βιταμίνες. Σήμερα συστήνεται η κατανάλωση τουλάχιστον τριών μερίδων φρούτων και έξι μικρομερίδων λαχανικών από αυτά τα τρόφιμα καθημερινά. Τα φρούτα, όπως και τα λαχανικά, είναι πολύ σημαντικά για την υγεία του ανθρώπου, καθώς περιέχουν πολλές βιταμίνες και ανόργανα στοιχεία όπως τα μέταλλα και τα ιχνοστοιχεία. Για παράδειγμα, το πορτοκάλι είναι πλούσιο σε βιταμίνη C, η οποία αν δεν καταναλώνεται συχνά μπορεί ο άνθρωπος να οδηγηθεί σε σκορβούτο, δηλαδή είναι μια ασθένεια στην οποία ματώνουν τα ούλα. Τα φρούτα μαζί με τα λαχανικά βρίσκονται στη δεύτερη βάση της διατροφικής πυραμίδας της Μεσογειακής διατροφής, σύμφωνα με την οποία ο άνθρωπος θα πρέπει να καταναλώνει καθημερινά πέντε μερίδες φρούτων.

7.6. Ψάρια και θαλασσινά

Το ψάρι δίνει στον οργανισμό μας πρωτεΐνες, υψηλής βιολογικής αξίας, απαραίτητες για τη δόμηση των ιστών και την απόκτηση των φθορών τους. Ακόμα, τα ψάρια περιέχουν από όλα τα είδη των λιπών, δηλαδή μονοακόρεστα και κορεσμένα. Επίσης, είναι πηγή πολλών βιταμινών, (A,D,E,K) και οι λιποδιαλυτές βιταμίνες του συμπλέγματος Β όπως Β1, Β2, νιασίνη και Β12, οι οποίες είναι σημαντικές για τον μεταβολισμό των βασικών διατροφικών στοιχείων αλλά και για την υγεία των νευρικών ιστών και των ερυθρών αιμοσφαιρίων.



Επιπλέον, προσφέρουν πολύτιμα μεταλλικά στοιχεία όπως είναι το ασβέστιο (ειδικά από όσα μικρά ψαράκια τρώμε και τα κόκαλα, όπως ο γαύρος και η μερίδα) και ο φώσφορος, που και τα δύο μαζί, βοηθούν στην καλύτερη δόμηση των δοντιών και οστών, σελήνιο και ιώδιο. Το πιο τελευταίο, αλλά πολύ σημαντικό συστατικό των ψαριών είναι τα λιπαρά

οξέα, που έχουν θετική δράση σε πολλά διαφορετικά συστήματα του οργανισμού μας όπως είναι μείωση της χοληστερίνης και των τριγλυκεριδίων. Τέλος, βρίσκονται στα λιπαρά ψάρια, όπως το σκουμπρί η σαρδέλα, ο σολωμός και ο τόνος αλλά και στα θαλασσινά.

7.7. Μεσογειακή διατροφή – Παχυσαρκία.

Αρχικά, η παχυσαρκία μπορεί να προληφθεί και να ελεγχθεί μέσω της εξισορρόπησης ανάμεσα στην ενέργεια που ένα άτομο προσλαμβάνει με την τροφή και σε αυτήν που καταναλώνει. Αυτό επιτυγχάνεται με τη βοήθεια της υγιεινής μεσογειακής διατροφής σε συνδυασμό με την τακτική άσκηση. Η μεσογειακή δίαιτα μπορεί να συμβάλει σημαντικά στην αντιμετώπιση της παχυσαρκίας, λόγω της ποικιλίας των ροφών που περιλαμβάνει και την γαστρονομική απόλαυση που προσφέρει, δεδομένου, βέβαια, ότι θα πρέπει να περιορίζεται ανάλογα και η θερμιδική πρόσληψη, έτσι ώστε να υπάρχει θερμιδικό ισοζύγιο ώστε το λίπος να μην προκαλεί παχυσαρκία. Τέλος, το υψηλό περιεχόμενο σε άπεπτες φυτικές ίνες, ελαττώνει την όρεξη, προκαλώντας αίσθημα κορεσμού της πείνας.

Είναι γεγονός πως πολλές από τις λεγόμενες «ασθένειες του δυτικού κόσμου», όπως είναι ο διαβήτης, η παχυσαρκία, η υπερχοληστελαιμία είναι άμεσα συνδεδεμένες με τις διατροφικές συνήθειες των κατοίκων τους. Ακόμα, η υψηλή κατανάλωση του έτοιμου φαγητού και των τυποποιημένων τροφίμων, τα οποία περιέχουν κορεσμένα λίπη ωμά λαχανικά και φρούτα και τη χαμηλή κατανάλωση ελαιολάδου τα οποία είναι πλούσιες πηγές ινών βιταμινών και αντιοξειδωτικών ουσιών αναδεικνύουν τη σημασία της Μεσογειακής διατροφής της υγείας μας.

7.8. Μεσογειακή διατροφή - Σακχαρώδης διαβήτης.

Η παραδοσιακή μεσογειακή διατροφή μπορεί να ωφελήσει πολύ, άτομα που πάσχουν από διαβήτη. Το υψηλό ποσοστό υδατανθράκων(50-60% που βρίσκονται σε τρόφιμα όπως τα δημητριακά, τα όσπρια, τα λαχανικά και τα φρούτα), καθώς και η υψηλή πρόσληψη μονοακόρεστων λιπαρών οξέων από το ελαιόλαδο καθιστούν μια τέτοια μεσογειακή δίαιτα σημαντικό στοιχείο στην αντιμετώπιση του διαβήτη.

7.9. Μεσογειακή διατροφή-Καρκίνος

Η μεγάλη κατανάλωση φρούτων, λαχανικών και χόρτων φαίνεται πως έχει προστατευτική δράση έναντι του καρκίνου πολλών οργάνων. Οι υπεραλατισμένες τροφές αυξάνουν τον κίνδυνο νοσημάτων του στομάχου και της καρδιάς. Επίσης, υπάρχουν ισχυρές ενδείξεις για θετική συσχέτιση του καρκίνου του παχέος εντέρου και του παγκρέατος με την κατανάλωση κόκκινου κρέατος. Αντιθέτως το σκόρδο συμβάλλει στη θωράκιση οργανισμού από τη νόσο.

7.10. Μεσογειακή διατροφή- μακροζωία

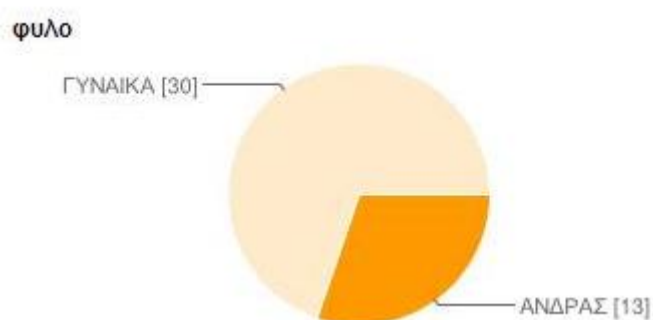
Οι επιστημονικές ενδείξεις για τα οφέλη της μεσογειακής διατροφής δεν περιορίζονται μόνο στη μείωση της στεφανιαίας νόσου. Η μεσογειακή δίαιτα παρουσιάζει αρκετές διαφοροποιήσεις από χώρα σε χώρα της Μεσογείου. Αυτό οφείλεται στις τοπικές συνήθειες και παραδόσεις και στην τοπική χλωρίδα και πανίδα κάθε περιοχής.

Όμως, υπάρχουν κοινά σημεία στις διατροφικές συνήθειες όλων των λαών της Μεσογείου, όπως είναι το ελαιόλαδο και η αφθονία των φρούτων, των οσπρίων και χορταρικών που συνθέτουν τα βασικά χαρακτηριστικά της μεσογειακής διατροφής.

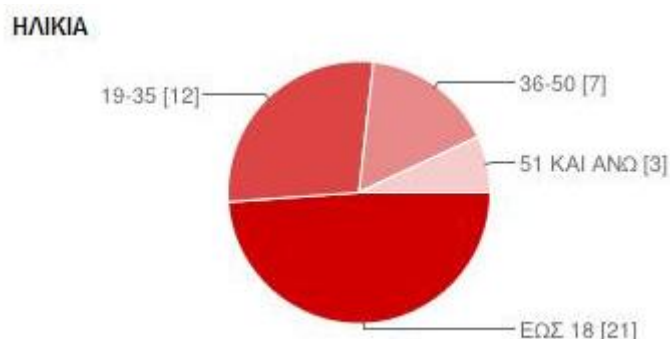
Αυτή η διατροφή των παππούδων μας είναι ευεργετική για την υγεία και μακροζωία μας.

7.11. Ερωτηματολόγιο

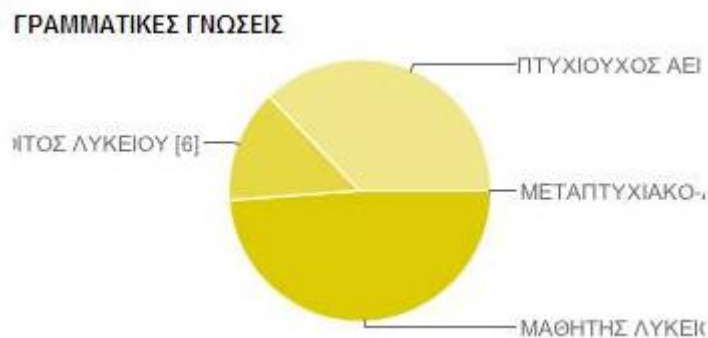
Στην έρευνα συμμετείχαν 43 άτομα, εκ των οποίων 13 ήταν άνδρες (ποσοστό 30,2%) και 30 γυναίκες (ποσοστό 69,8%).



Η ηλικιακή κατανομή αφορούσε όλες τις ηλικίες. Συγκεκριμένα, 21 άτομα ήταν έως 18 ετών, 12 άτομα ήταν 19-35 ετών, 7 άτομα ήταν μεταξύ 36-50 και 3 άτομα ήταν σε ηλικία πάνω από 51 ετών .



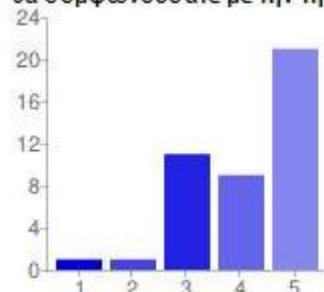
Τέλος, οι γραμματικές γνώσεις των ερωτωμένων ήταν:



Οι απαντήσεις, όπως προέκυψαν μετά την επεξεργασία, ήταν:

1 Θα συμφωνούσατε με την τήρηση μιας μεσογειακής διατροφής;

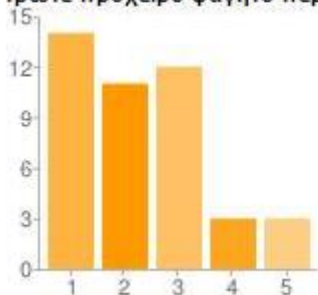
θα συμφωνούσατε με την τήρηση μιας μεσογειακής διατροφής



1 - σε ελαχιστο βαθμο
2
3
4
5 - σε μεγιστο βαθμο

2. Τρώτε πρόχειρο φαγητό περισσότερο από μια φορά την εβδομάδα;

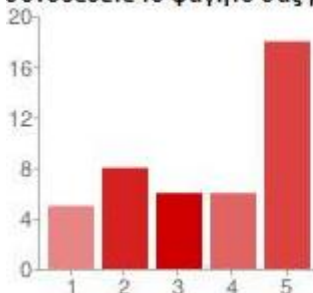
τρώτε προχειρο φαγητο περισσοτερο απο μια φορα την εβδομαδα



1 - σε ελαχιστο βαθμο
2
3
4
5 - σε μεγιστο βαθμο

3. Συνοδεύετε το φαγητό σας με σαλάτα;

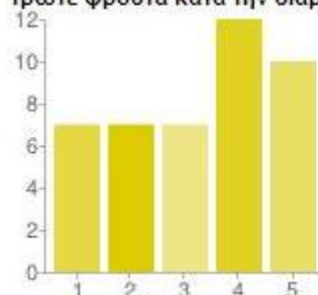
συνοδευετε το φαγητο σας με σαλατα



1 - σε ελαχιστο βαθμο
2
3
4
5 - σε μεγιστο βαθμο

4. Τρώτε φρούτα κατά τη διάρκεια της ημέρας;

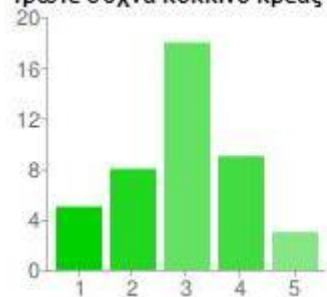
τρώτε φρουτα κατα την διαρκεια της μερας



1 - σε ελαχιστο βαθμο
2
3
4
5 - σε μεγιστο βαθμο

5. Τρώτε συχνά κόκκινο κρέας;

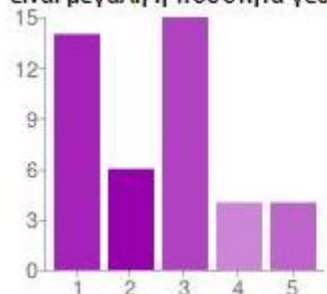
τρώτε συχνά κόκκινο κρέας



- 1 - σε ελαχιστο βαθμο
- 2
- 3
- 4
- 5 - σε μεγαιστο βαθμο

6. Είναι μεγάλη η ποσότητα γεύματος που καταναλώνετε στο έτοιμο φαγητό;

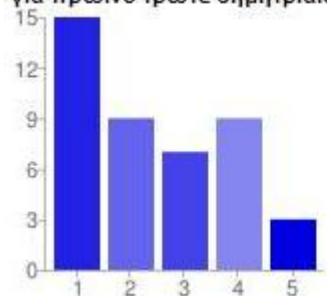
είναι μεγάλη η ποσότητα γευματος που καταναλωνετε στο ετοιμο φαγητο



- 1 - σε ελαχιστο βαθμο
- 2
- 3
- 4
- 5 - σε μεγαιστο βαθμο

7. Για πρωινό τρώτε δημητριακά;

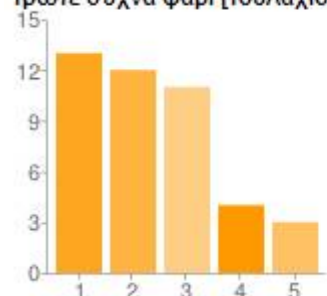
για πρωινο τρωτε δημητριακα



- 1 - σε ελαχιστο βαθμο
- 2
- 3
- 4
- 5 - σε μεγαιστο βαθμο

8. Τρώτε συχνά ψάρι [τουλάχιστον 1-2 φορές την εβδομάδα];

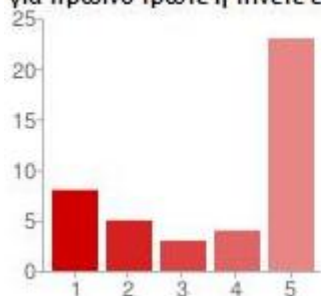
τρώτε συχνα ψαρι [τουλαχιστων 1-2 φορες την εβδομαδα]



- 1 - σε ελαχιστο βαθμο
- 2
- 3
- 4
- 5 - σε μεγαιστο βαθμο

9. Για πρωινό τρώτε ή πίνετε ένα γαλακτοκομικό προϊόν;

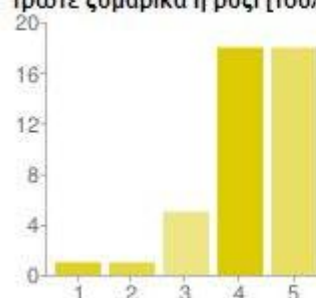
για πρωινο τρωτε η πινετε ενα γαλακτοκομικο προιον



- 1 - σε ελαχιστο βαθμο
- 2
- 3
- 4
- 5 - σε μεγαστο βαθμο

10. Τρώτε ζυμαρικά ή ρύζι [τουλάχιστον 1-2 φορές την εβδομάδα];

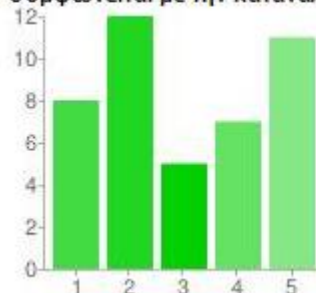
τρωτε ζυμαρικα η ρυζι [τουλαχιστον 1-2 φορες την εβδομαδα



- 1 - σε ελαχιστο βαθμο
- 2
- 3
- 4
- 5 - σε μεγαστο βαθμο

11. Συμφωνείτε με την κατανάλωση γλυκών μετά το βασικό σας γεύμα;

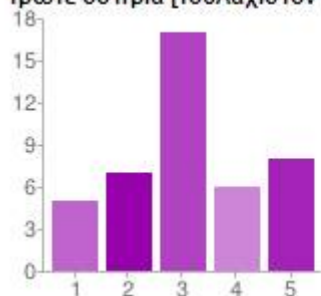
συμφωνειται με την καταναλωση γλυκων μετα το βασικο σας γευμα



- 1 - σε ελαχιστο βαθμο
- 2
- 3
- 4
- 5 - σε μεγαστο βαθμο

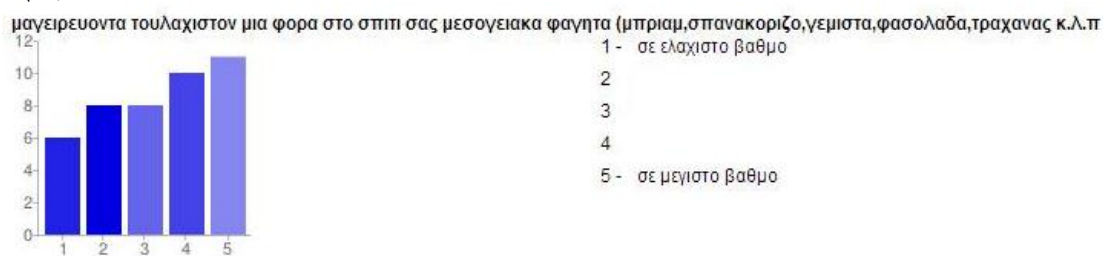
12. Τρώτε όσπρια [τουλάχιστον 1-2 φορές την εβδομάδα];

τρωτε οσπρια [τουλαχιστον 1-2 φορες την εβδομαδα]



- 1 - σε ελαχιστο βαθμο
- 2
- 3
- 4
- 5 - σε μεγαστο βαθμο

13. Μαγειρεύονται τουλάχιστον μια φορά την εβδομάδα στο σπίτι σας μεσογειακά φαγητά (π.χ. μπιριάμ, σπανακόρυζο, γεμιστά, φασολάδα, τραχανάς κ.λ.π.);



Σύμφωνα με τα παραπάνω διαγράμματα, συμπεραίνουμε ότι όσοι μας απάντησαν παρόλο που συμφώνησαν στην τήρηση της μεσογειακής διατροφής, στην πράξη δεν το ακολουθούν.

Έτσι, παρατηρούμε συχνή κατανάλωση κόκκινου κρέατος και ελάχιστη κατανάλωση ψαριών εβδομαδιαίως.

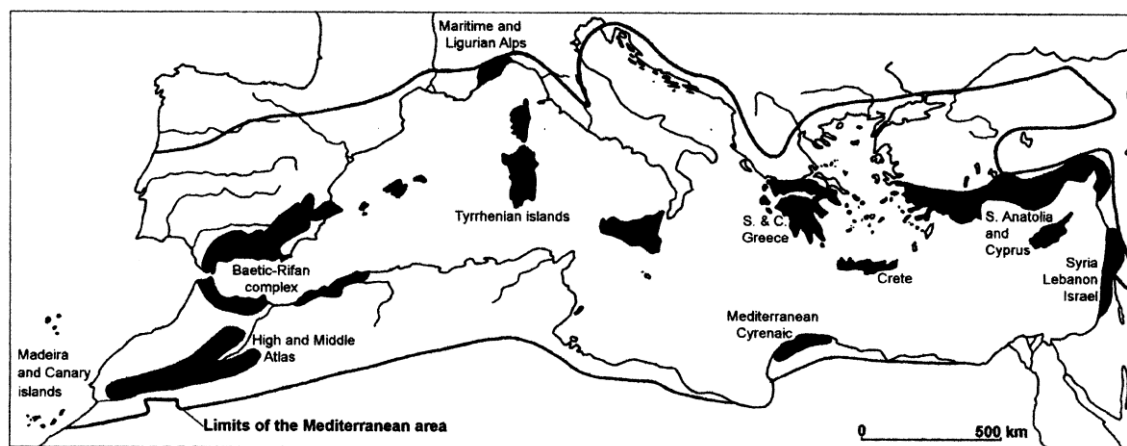
Θεωρούμε ότι από ένα μεγάλο δείγμα ερωτώμενων δόθηκαν απαντήσεις χωρίς ιδιαίτερη γνώση του περιεχομένου της μεσογειακής διατροφής, είτε οι απαντήσεις τους αφορούσαν τις προθέσεις, δηλαδή τη βούληση τους και όχι τι εφαρμόζουν τελικά στην πράξη. Είναι οι λεγόμενες «κοινωνικοποιημένες» απαντήσεις, που προκύπτουν από την τάση των ανθρώπων να δίνουν απάντηση που είναι γενικότερα αποδεκτή.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8ο

8.1. ΤΟ ΘΑΛΑΣΣΙΟ ΟΙΚΟΣΥΣΤΗΜΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΟΥ – ΧΛΩΡΙΔΑ-ΠΑΝΙΔΑ

8.1. Εισαγωγή

Η Μεσόγειος θάλασσα είναι μια "σταγόνα" στον παγκόσμιο ωκεανό. Ο όγκος των νερών της αντιπροσωπεύει μόλις το 0,7% της μάζας νερών του πλανήτη. Η Μεσόγειος όμως, είναι μια από τις πλουσιότερες θάλασσες, ως προς τον αριθμό των ζώων και φυτών που ζουν στα νερά της και αντιστοιχούν τουλάχιστο στο 10% της βιοποικιλότητας του παγκόσμιου ωκεανού. Το γεγονός αυτό οφείλεται στην γεωλογική ιστορία της, αλλά και στην ποικιλία φυσικοχημικών συνθηκών που επικρατούν σήμερα.



Τα 10 κέντρα χλωριδικής ποικιλότητας της Μεσογείου βάσει του πλούτου και του ενδημισμού των φυτικών ειδών.

Η χλωρίδα της Μεσογειακής λεκάνης εκτιμάται ότι περιλαμβάνει περίπου 25.000 φυτικά είδη. (αντίστοιχα στη Νότια Αφρική: 21.000 είδη, Αυστραλία: 25.000 είδη, και στα τροπικά δάση: 90.000 είδη)

Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι περίπου το 20% αυτών των ειδών είναι ενδημικά. Τα υπόλοιπα είδη είναι κοσμοπολιτικά, υποτροπικά του Ατλαντικού, είδη του Βόρειου Ατλαντικού (που μπήκαν στη Μεσόγειο κατά την πρόσφατη παγετώδη περίοδο) και της Ερυθράς θάλασσας (που μπήκαν από την διώρυγα του Σουέζ). Η εικόνα συμπληρώνεται από τα είδη που ο άνθρωπος έφερε στη Μεσόγειο, ηθελημένα ή κατά λάθος και προσαρμόστηκαν στο νέο τους περιβάλλον.

Η ισορροπία των ειδών με το αβιοτικό περιβάλλον δεν είναι στατική. Κλιματικές αλλαγές, αλλά και ανθρωπογενείς πιέσεις στο περιβάλλον επηρεάζουν την δυναμική ισορροπία, με απρόβλεπτες συνέπειες στην εξέλιξη της βιοποικιλότητας. Όταν οι δύο αυτές πηγές διατάραξης της ισορροπίας ωθούν προς την ίδια κατεύθυνση (π.χ. η θέρμανση του Πλανήτη), τότε οι επιπτώσεις στην βιοποικιλότητα μπορεί να γίνουν δραματικές. Οι σημαντικότερες ανθρωπογενείς πιέσεις στο οικοσύστημα της Μεσογείου είναι ο ευτροφισμός (που σχετίζεται με την χρήση γεωργικών λιπασμάτων και την απόρριψη αστικών αποβλήτων στη θάλασσα), η υπεραλίευση, η ρύπανση από πετρέλαιο (που σχετίζεται με τις θαλάσσιες μεταφορές) και βιομηχανικά απόβλητα. Ο τουρισμός, που αποτελεί κύρια πηγή εισοδήματος για τις περισσότερες χώρες της Μεσογείου, δημιουργεί μια ιδιαίτερη μορφή πίεσης στο περιβάλλον: την απώλεια ενδιαιτημάτων (π.χ. περιοχές ωτοκίας της θαλάσσιας χελώνας). Τέλος, τα είδη που μεταφέρθηκαν από τον άνθρωπο συχνά αποτελούν απειλή για την ενδημική χλωρίδα και πανίδα (π.χ. υπέρμετρη ανάπτυξη των τροπικών χλωροφυκών που ανταγωνίζονται τα υποθαλάσσια λιβάδια της Μεσογείου).

Η ανατολική Μεσόγειος, στην οποία εντάσσονται και οι Ελληνικές θάλασσες, διαφοροποιείται από την δυτική: είναι απομονωμένη από τον Ατλαντικό, βαθύτερη, αλμυρή, ζεστή και λιγότερο παραγωγική. Στο

πρόσφατο γεωλογικό παρελθόν (μερικά εκατομμύρια χρόνια πριν), απομονώθηκε περισσότερο και τμήματά της ξεράθηκαν. Στην διεθνή βιβλιογραφία αναφέρεται ότι η βιοποικιλότητα της ανατολικής Μεσογείου δεν έχει ακόμη ανακάμψει από αυτή την κρίση και για τον λόγο αυτό η χλωρίδα και η πανίδα είναι, συγκριτικά, φτωχότερες. Αν παρατηρήσουμε όμως προσεκτικά την βιοποικιλότητα μιας ομάδας φυτών π.χ. τα φύκη (Ροδοφύκη, Φαιοφύκη και Χλωροφύκη) θα κάνουμε μια σειρά από διαπιστώσεις.

- Για τις ακτές της δυτικής Μεσογείου υπάρχει πολύ μεγάλος αριθμός βιβλιογραφικών αναφορών, από πολλούς Γάλλους, Ιταλούς και Ισπανούς ερευνητές. Για τις ακτές της δυτικής Μεσογείου οι αντίστοιχες δημοσιεύσεις είναι λίγες, κυρίως από Έλληνες και Τούρκους ερευνητές. Έτσι, στην νοτιοδυτική Γαλλία, για λιγότερα από 150 χιλιόμετρα ακτογραμμής, καταγράφονται 426 είδη και για όλη την Ελλάδα, για περισσότερα από 15.000 χιλιόμετρα ακτογραμμής καταγράφονται 370 είδη. Είναι προφανές ότι το μεγαλύτερο μέρος της Ελληνικής ακτογραμμής δεν έχει ακόμη μελετηθεί.

- Ειδικότερα για τα Φαιοφύκη, ο κατάλογος περιλαμβάνει 214 είδη, από τα οποία 44 είναι απόντα στην ανατολική Μεσόγειο. Αν όμως εξετάσουμε τα είδη που λείπουν, διαπιστώνουμε ότι πρόκειται 1) για Ατλαντικά είδη που απαντούν μόνο στο Μαρόκο, 2) είδη που έχουν εισαχθεί από τον άνθρωπο 3) επίφυτα μικρού μεγέθους, που εύκολα περνούν απαρατήρητα (προφανώς υπάρχουν και στην ανατολική Μεσόγειο και κανείς δεν τα πρόσεξε).

- Αν συγκρίνουμε μια περιοχή της δυτικής Μεσογείου όπως π.χ. η Κορσική, όπου η προσπάθεια μελέτης της βιοποικιλότητας των φυκών είναι συγκρίσιμη με εκείνη της Ελλάδας σημειώνουμε ότι οι αριθμοί

συγκλίνουν τόσο ως προς τα απόλυτα μεγέθη, όσο και ως προς την σχέση μεταξύ των ταξινομικών ομάδων

Συνεπώς, η ανατολική Μεσόγειος μάλλον "φαίνεται" παρά είναι φτωχότερη σε βιοποικιλότητα από την δυτική. Οι Ελληνικές θάλασσες έχουν πολλά ενδιαφέροντα να μας πουν τα επόμενα χρόνια, καθώς η έρευνα της βιοποικιλότητας -και όχι μόνο- συνεχίζεται με ταχύ ρυθμό. Το ζητούμενο είναι η γνώση αυτή να χρησιμοποιηθεί για το καλό του ανθρώπου και του κόσμου που τον περιβάλλει.

8.2. Χλωρίδα

8.2.1. Η χλωρίδα της Μεσογείου στο παρελθόν

Στο παρελθόν, χαρακτηριστικό της μεσογειακής περιοχής αποτελούσε το αειθαλές σκληρόφυλλο δάσος *Quercus*, το οποίο κάλυπτε τις πεδινές και ημιορεινές ζώνες της Μεσογείου.

Αυτά τα δάση, υπέστησαν, από την έντονη επίδραση του ανθρώπου (υλοτομίες, πυρκαγιές κ.λπ.) και με τη σύγχρονη απόπλυση του εδάφους, σημαντική υποβάθμιση.

8.2.2. Η χλωρίδα της Μεσογείου στο παρόν

Σήμερα, η χαρακτηριστική βλάστηση της μεσογειακής περιοχής, η οποία έχει αντικαταστήσει σε μεγάλο βαθμό τα αρχέγονα δάση *Quercus*, είναι οι διάφορες μορφές θαμνώδους βλαστήσεως όπως τους αείφυλλους-σκληρόφυλλους θάμνους, με ιδιαίτερο γνώρισμα τα σχετικά μικρά, δερματώδη φύλλα και γενικώς με δομή που μειώνει την μεγάλη απώλεια ύδατος κατά της ξηρές περιόδους.

8.3. Πανίδα

Η πανίδα της Μεσογείου αποτελείται από είδη καθαρά μεσογειακά, είδη του Ατλαντικού και είδη που συναντάμε σε οποιαδήποτε θάλασσα. Έχουν υπολογιστεί πεντακόσια είδη ψαριών από τα οποία τα εβδομήντα περίπου είναι ενδημικά. Αξιόλογα για την εμπορικότητά τους είναι τα στρείδια και τα μύδια, καθώς επίσης και τα σφουγγάρια και τα ερυθρά κοράλλια του Αιγαίου και του Λιβυκού πελάγους.



Τα είδη και η ποσότητα των οργανισμών που ζουν, καθορίζονται και από άλλους παράγοντες όπως είναι: η μεγάλη περιεκτικότητα σε άλατα, η θερμοκρασία που παραμένει σταθερή (από το βάθος των 300 μέτρων και κάτω στους 13oC), η περιορισμένη ποσότητα θρεπτικών υλικών που κάνει τη θάλασσα ολιγοτροφική και η δυσκολία στην ανανέωση του νερού (στο βυθό του Γιβραλτάρ υπάρχει υποθαλάσσια οροσειρά).

Η πανίδα της Μεσογείου χαρακτηρίζεται από μεγάλη ποικιλία ειδών. Υπάρχουν καρχαρίες και ενδημικά στη Σαοδηνία. Φώκιες, δελφίνια, σκουμπριά, ρέγγες, σπάροι, θαλάσσιες χελώνες κλπ. Ακόμη

κοντά στις ακτές και στα μεγάλα βάθη υπάρχουν πολλά χταπόδια, καλαμάρια, σουπιές, αστακοί, καβούρια και πολλά άλλα όστρακα. Σε μερικές περιοχές και στα παράλια της Τυνησίας υπάρχουν σφουγγάρια, ενώ στις ακτές της Ιταλίας, της Αλγερίας και της Τυνησίας, υπάρχουν κόκκινα κοράλλια. Μεγάλη είναι η ποικιλία από φύκια. Μόνο στις ελληνικές θάλασσες υπάρχουν πάνω α από 157 είδη, που πολλά από αυτά είναι δυνατόν να αξιοποιηθούν και βιομηχανικά για την παραγωγή λιπασμάτων ή και πρωτεϊνών για ζωοτροφές. Τα πιο τυπικά φυτά των παραλίων της Μεσογείου θαλάσσης είναι η ελιά, το αμπέλι, η χουρμαδιά, το πεύκο, η βελανιδιά κ.λ.π Όμως τον κώδωνα του κινδύνου για την Μεσόγειο κρούουν οι ειδικοί του Ινστιτούτου θαλάσσιας έρευνας της Ιταλίας, οι οποίοι τονίζουν ότι οι κλιματικές αλλαγές και η άνοδος της θερμοκρασίας των υδάτων έχει αρχίσει να αλλάζει την πανίδα και την χλωρίδα της.



8.4. Συνέντευξη με τον καθηγητή του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών κ. Τρίγκα Παναγιώτη αναφορικά με τη βιοποικιλότητα των μεσογειακών οικοσυστημάτων.

Στο πλαίσιο της ερευνητικής εργασίας-project "*Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει...*" επισκέφτηκε την Τετάρτη 27-2-2013 το σχολείο μας ο κ. Τρίγκας Παναγιώτης, καθηγητής του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών και μίλησε στους μαθητές που παρακολουθούν την παραπάνω ερευνητική εργασία.

Η ενημέρωση αφορούσε την χλωριδική ποικιλότητα καθώς και τον ενδημισμό (θαλάσσιο, ορεινό, εδαφικό) στην περιοχή της Μεσογείου. Μεγάλη εντύπωση μας προκάλεσε η πληροφορία για τη χλωρίδα της Μεσογειακής λεκάνης ότι περιλαμβάνει περίπου 25.000 φυτικά είδη, αριθμός εντυπωσιακός, που δείχνει και τον πλούτο της περιοχής.

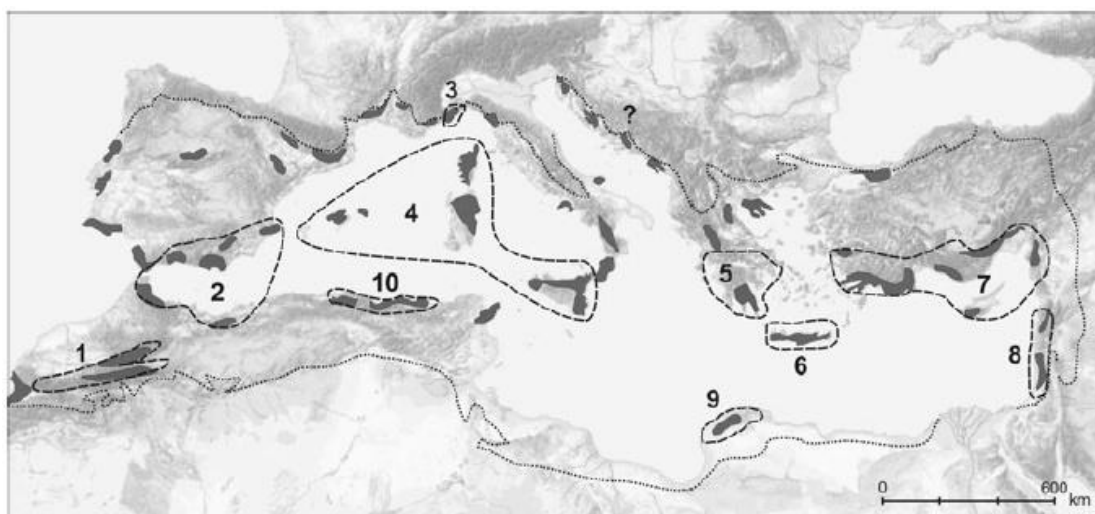
Ακολούθως, έγινε συζήτηση, όπου θίχθηκαν ζητήματα όπως η σημασία της χλωρίδας και του κλίματος στην αποίκιση και στην ανάπτυξη της Μεσογείου, η έκταση των ζημιών λόγω της ανθρώπινης δραστηριότητας και τα μέτρα πρόληψης που μπορούμε να εφαρμόσουμε.

Η επίσκεψη του κ. Τρίγκα, η ενημέρωση σε τόσο σημαντικά θέματα και η συζήτηση μαζί του μας εντυπωσίασαν, μας έδωσαν αρκετό υλικό για την εργασία μας αλλά και μας έκαναν να προβληματιστούμε για τη στάση μας απέναντι στη φύση.

Συγκεκριμένα, η **συνέντευξη** του κ. καθηγητή ήταν: (τις ερωτήσεις και την απομαγνητοφώνηση της συνέντευξης ανέλαβε η Μαρία Δουλγεράκη)

➤ Πόσο σημαντικό ρόλο διαδραμάτισαν η χλωρίδα και το κλίμα των χωρών της Μεσογείου στην αποίκηση και ανάπτυξή τους;

Η Μεσόγειος διαθέτει δέκα (10) θερμά σημεία βιοποικιλότητας – Hot Spots, όπως είναι ο αγγλικός όρος – με μεγάλο αριθμό ειδών και κυρίως ενδημικών, γεγονός πολύ σημαντικό για την αποίκηση και εξέλιξη των περιοχών, και γι' αυτό είναι πολύ σημαντική η διατήρησή τους. Αυτά είναι τα νησιά του Άτλαντα στο Μαρόκο, το Β. Μαρόκο, η Νότια Ισπανία, η Κορσική, η Σικελία, η Σαρδηνία, η Στερεά Ελλάδα, η Πελοπόννησος και η Κρήτη.



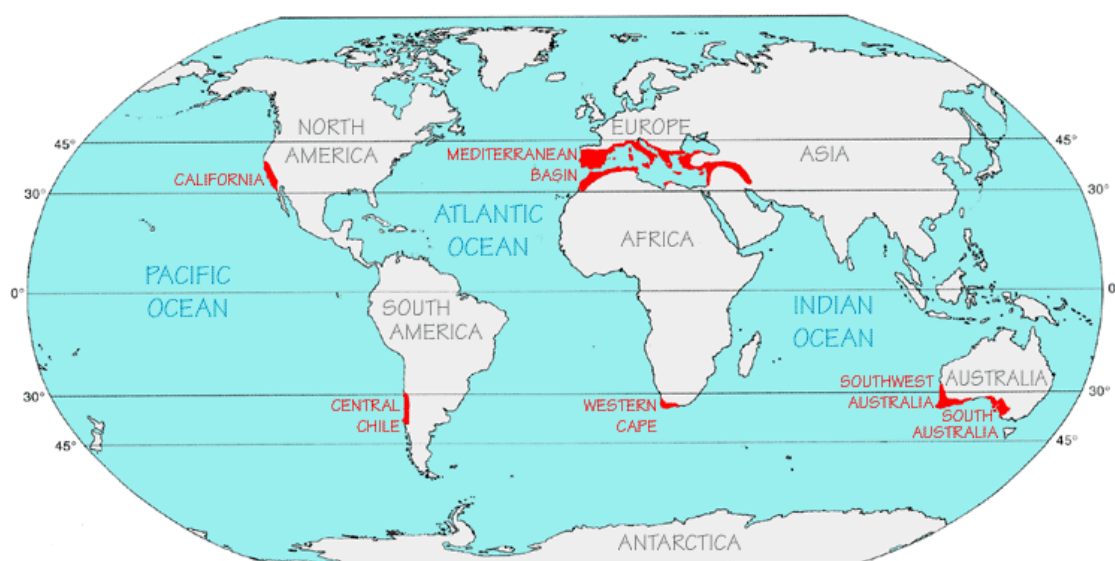
Τα 10 θερμά σημεία για τη χλωριδική ποικιλότητα στη Μεσόγειο και οι 52 περιοχές που θεωρείται ότι λειτούργησαν ως καταφύγια (refugia) κατά τη διάρκεια των παγετωδών περιόδων.

➤ Υπάρχει και άλλο σημείο στον κόσμο με παρόμοια χλωρίδα σαν αυτή των χωρών της Μεσογείου; Είχε την ίδια εξέλιξη;

Η Μεσόγειος βρίσκεται στο σταυροδρόμι τριών ηπείρων, της Ασίας, της Ευρώπης και της Αφρικής, γι' αυτό και η χλωρίδα της είναι εξαιρετικά πλούσια (περίπου 25.000 είδη), λόγω της μετανάστευσης ειδών και από τις

Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει.....

τρεις ηπείρους. Άλλα οικοσυστήματα στον πλανήτη, που βρίσκονται στο ίδιο γεωγραφικό πλάτος, με μεσογειακό τύπο κλίματος και την επιρροή της θάλασσας και έχουν παρόμοια χλωρίδα είναι η Χιλή, η Καλιφόρνια, το Ακρωτήριο της Καλής ελπίδας και το Περθ της Αυστραλίας. Ένα τρανταχτό παράδειγμα κοινής χλωρίδας είναι ότι σε όλα αυτά τα μέρη καλλιεργείται το αμπέλι και έχουμε παραγωγή παρόμοιων ποικιλιών κρασιού.



Οι περιοχές του πλανήτη με μεσογειακό τύπο κλίματος

➤ Η έντονη επίδραση του ανθρώπου έχει επιφέρει ερημοποίηση της γης στην Μεσογειακή περιοχή. Πόσο απειλείται το μέλλον των χωρών της Μεσογείου από το φαινόμενο αυτό;

Η ανθρώπινη δραστηριότητα θεωρείται ότι έχει φέρει αλλαγές στο κλίμα κι αυτό με τη σειρά του στο βιόκοσμο, όμως αυτές οι απόψεις δεν είναι πλήρως τεκμηριωμένες ούτε καθολικά αποδεκτές. Υπάρχουν πολλές φωνές που υποστηρίζουν ότι οι κλιματικές αλλαγές που παρατηρούνται είναι μέσα στα πλαίσια της φυσιολογικής διακύμανσης του κλίματος.

➤ Η Μεσόγειος Θάλασσα είχε πάντοτε την ίδια μορφολογία; (έκταση, βάθος, ποσότητα νερού). Αν όχι, τι έφερε τις μεταβολές;

Η λεκάνη της Μεσογείου δεν είχε πάντα την ίδια εικόνα και οι αλλαγές που υπέστη είναι αποτέλεσμα πολλών παραγόντων. Ένας από αυτούς είναι η συνεχόμενη μετακίνηση των τεκτονικών πλακών (της αφρικανικής που κινείται βορειοδυτικά και μετακινεί τα όρια της Μεσογειακής λεκάνης), η διάνοιξη της Διώρυγας του Σουέζ και η έξοδος της Μεσογείου στον Ατλαντικό. Σε μερικά εκατομμύρια χρόνια η Μεσόγειος μπορεί να μην υπάρχει!

➤ Υπάρχει κάτι ξεχωριστό στη βιοποικιλότητα της χλωρίδας της Ελλάδας;

Στην Ελλάδα έχουν καταγραφεί μέχρι σήμερα 6.000 είδη ενδημικών φυτών, είδη που δεν απαντώνται σε κανένα άλλο μέρος του πλανήτη. Η αναλογία είναι 1 στα 5, αριθμός εξαιρετικά εντυπωσιακός, γιατί η μοναδικότητα είναι αυτό που δίνει αξία.

Ευχαριστούμε θερμά τον κο Τρίγκα Παναγιώτη, καθηγητή του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών για τη συνέντευξη και τον πολύτιμο χρόνο που μας παραχώρησε.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9ο

9.1. ΤΑ ΚΟΡΑΛΛΙΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΟΥ

Παρόλο που τα κοράλλια περιλαμβάνονται στους πιο φημισμένους θαμώνες των βυθών, υπάρχει μια γενική σύγχυση ως προς το τι ακριβώς είναι και που ζουν οι οργανισμοί αυτοί. Καταρχήν, πρόκειται για ζώα. Ανήκουν στο φύλο των Κνιδόζωων (Cnidaria) και είναι στενοί συγγενείς της γνωστής μας θαλάσσιας ανεμώνης. Αυτή η συγγένεια άλλωστε εξηγεί και τη λανθασμένη εντύπωση λουλουδιού (ή δέντρου) που τείνει να μας προκαλεί η θέα των κοραλλιών.



Συνήθως η λέξη κοράλλι μας παραπέμπει αυτόματα στους τροπικούς υφάλους. Και όχι άδικα, αφού οι ύφαλοι αυτοί είναι πράγματι βιογενείς σχηματισμοί που δημιουργήθηκαν στη διάρκεια χιλιετιών από τις αλληπάλληλες αποθέσεις των ασβεστολιθικών σκελετών των κοραλλιών. Ας ξεκαθαρίσουμε, λοιπόν, ακόμα μία σημαντική διαφορά: αυτή μεταξύ των κοραλλιών που σχηματίζουν υφάλους (ερματυπικά) κι εκείνων που δεν έχουν αυτή τη δυνατότητα. Πολλές είναι οι διαφορές

μεταξύ των δύο αυτών τύπων. Μεταξύ άλλων, τα ερματυπικά κοράλλια διαθέτουν ασβεστολιθικό σκελετό και ζωοξανθέλλες.

Με άλλα λόγια, η κάθε αποικία πολυπόδων διαθέτει τους μικρούς της «λαχανόκηπους» τους οποίους καλλιεργεί και φροντίζει για να απολαμβάνει τους καρπούς τους. Χωρίς τη συμβίωση αυτή, οι ολιγοτροφικές τροπικές θάλασσες θα ήταν αδύνατο να συντηρήσουν μια τόσο εντυπωσιακά πλούσια βιομάζα όπως αυτή που απαντά στους κοραλλιογενείς υφάλους.

Κοράλλια με ζωοξανθέλλες υπάρχουν και στα ελληνικά νερά. Ο σχηματισμός των υφάλων ωστόσο είναι μια συνάρτηση πολλών παραγόντων (θερμοκρασία, αλατότητα, τροφικό καθεστώς κ.α.) που δεν ευνοείται ιδιαίτερα στη Μεσόγειο. Οι περιορισμοί αυτοί όμως, δεν ισχύουν και για τα μη ερματυπικά κοράλλια.

Από τους ομορφότερους αντιπροσώπους των κοραλλιών αυτών είναι αναμφισβήτητα οι Γοργόνιες. Πρόκειται για αποικιακό κοράλλι με κεράτινο σκελετό, οι πολύπλοκες διακλαδώσεις του οποίου σχηματίζουν μεγάλες βεντάλιες των πιο εντυπωσιακών χρωμάτων.



Περίπου 20 είδη γοργονίων απαντούν στα μεσογειακά νερά. Στις ελληνικές θάλασσες ωστόσο δεν έχουν αναφερθεί περισσότερα από 10 (σε

αυτά περιλαμβάνεται και το πολύτιμο κόκκινο κοράλλι *Corallium rubrum*).

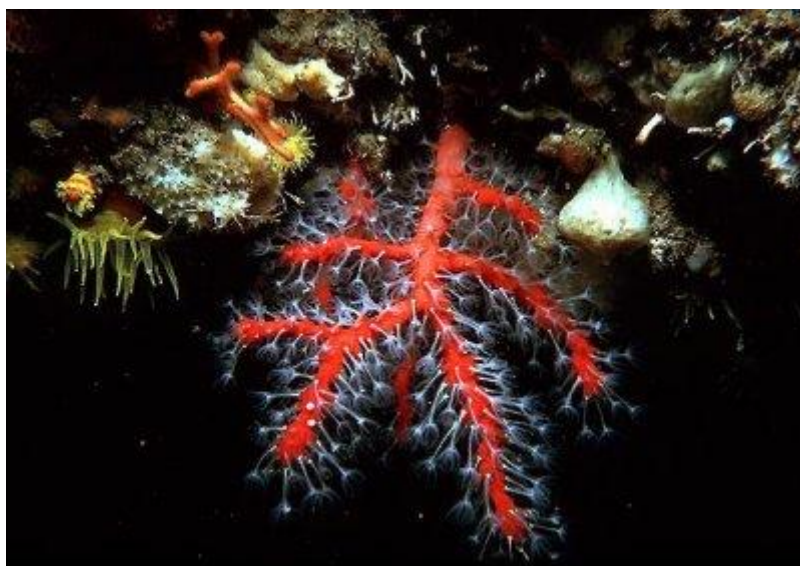


Στο βυθό του Αιγαίου υπάρχουν αποικίες του σπάνιου *Corallium rubrum*, του κόκκινου κοραλλιού στην Αστυπάλαια στη Χαλκιδική και αλλού. Η αλιεία του κοραλλιού είναι μία δραστηριότητα στην οποία παραδοσιακά επιδίδονταν οι Καλύμνιοι σφουγγαράδες. Στον ευρύτερο Ελληνικό χώρο, το κοράλλι ήταν ένα από τα αγαπημένα υλικά για την κατασκευή κοσμημάτων. Από τα κοσμήματα παλαιότερων εποχών που διασώθηκαν, παρατηρούμε εκτεταμένη χρήση των κοραλλιών από τους χρυσοκούς της Σαφράμπολης του Πόντου τον 17^ο έως 19^ο αιώνα.

Στη Μεσόγειο έχουν καταγραφεί ύφαλοι ηλικίας μεγαλύτερης από 7.500 ετών οι οποίοι φιλοξενούν περισσότερα από 1.600 διαφορετικά είδη ζωής (300 είδη φυκιών, 1.200 είδη ασπόνδυλων, 100 είδη ψαριών) ενώ οι επιστήμονες εκτιμούν ότι δεν αποκλείεται να βρεθούν κοράλλια ακόμα μεγαλύτερης ηλικίας στα ελληνικά νερά.

Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι τα αφιέρωναν στην Ίσιδα, και οι Ρωμαίοι στην Αφροδίτη. Στην αρχαία Ελλάδα τα κοράλλια ονομάζονταν «γοργονίδες»,

γιατί η αρχαία παράδοση έλεγε ότι σχηματίστηκαν από το αίμα της γοργόνας. Ο Πλίνιος αναφέρει πως οι Ινδοί μάντεις πίστευαν πως να φοράει κάποιος κοράλλι, είναι ισχυρό αποτρεπτικό για πολλούς κινδύνους, και πως οι ίδιοι τα χρησιμοποιούν στις μαγικές τους ιεροτελεστίες. Από τον 16^ο αιώνα και νωρίτερα, το μεσογειακό κοράλλι ήταν ένα περιζήτητο υλικό της κοσμηματοποιίας. Η πόλη Torre Del Greco στην περιοχή της Καμπανίας, κοντά στην Νάπολη, ονομάζεται «η πόλη του κοραλλιού». Από το 1400 μ.Χ. έχουν εγκατασταθεί στην περιοχή εργαστήρια, που επεξεργάζονται τα κοράλλια που αλιεύουν οι κάτοικοι της πόλης από την θάλασσα της Σικελίας. Η χρυσή περίοδος για το Torre Del Greco ήταν ο 19^{ος} αιώνας όπου χιλιάδες επαγγελματίες, εργάζονταν στην αλιεία, την γλυπτογραφία και την κοσμηματοποιία με βάση το κοράλλι. Σήμερα, παρότι έχει μπει για τα καλά στην προμήθεια και την κατεργασία του κοραλλιού η Κίνα, το Torre Del Greco είναι η τέταρτη βιομηχανική πόλη της Ιταλίας στην κοσμηματοποιία. Το χρώμα των κοραλλιών σε αυτές τις θάλασσες, κυμαίνεται από ανοιχτό ροζ μέχρι το πιο δημοφιλές, βαθύ κόκκινο.



Corallium rubrum (Πολύτιμο κοράλλι). Φωτογραφία από τον βυθό της Μεσογείου.

Παλιότερα οι επιστήμονες έτειναν να θεωρούν τα υπόλοιπα είδη απόντα από την ανατολική λεκάνη της Μεσογείου. Νεότερες όμως έρευνες φαίνεται να ανατρέπουν την υπόθεση αυτή: η δυνατότητά μας πλέον να προσεγγίσουμε βαθύτερα ενδιακτήματα προσθέτει ολοένα περισσότερες αναφορές για την ύπαρξη των έως πρόσφατα άγνωστων ειδών στα νερά μας.

Σχετικά λίγα είναι τα είδη γοργονίων που μπορεί να συναντήσει κανείς στη διάρκεια μιας κατάδυσης αναψυχής στα μέρη μας. Η κίτρινη και η λευκή γοργόνια (*Eunicella cavolinii* και *E.Singularis* αντίστοιχα) είναι τα είδη που απαντούν στα μικρότερα σχετικά βάθη. Σε περιοχές με μικρή διαύγεια όπως το Β. Αιγαίο (π.χ. Φιδονήσι) ή οι εκβολές ποταμοχειμάρρων (π.χ. Λαμπίρι) μπορούμε να τις δούμε ρηχότερα από τα 10 μέτρα. Εξίσου καλά νιώθουν πάντως και στα 100. Η κόκκινη γοργόνια (*Paramuricea clavata*) μας δυσκολεύει λίγο περισσότερο. Η -έως τώρα- ρηχότερη επίσημη αναφορά της στο Αιγαίο είναι τα 45 μέτρα. Συχνότερα πάντως εντοπίζονται βαθύτερα των 80. Η ροζ γοργόνια (*Leptogorgiasarmentosa*) είναι σχετικά πιο σπάνια και, σε αντίθεση με τις υπόλοιπες, δε σχηματίζει πυκνές συννευρέσεις αλλά απαντά αποκλειστικά σε μεμονωμένες αποικίες.



Από τα παραπάνω είδη οι κίτρινες και ειδικά οι κόκκινες γοργόνιες, είναι αυτές που συνθέτουν τα εντυπωσιακότερα υποβρύχια τοπία. Φανταστείτε κάθετους υποθαλάσσιους τοίχους καλυμμένους από άκρη σε άκρη με κρεμαστά κοράλλια. Προσθέτοντας στην εικόνα την απίστευτη βιοποικιλότητα που καταφεύγει σε αυτά τα «δάση» για να στηριχτεί/τραφεί/κρυφτεί/αναπαραχθεί το θέαμα είναι τουλάχιστον συγκλονιστικό. Κυριολεκτικά μια πανδαισία χρωμάτων και κίνησης.

Αν και οι χώρες της δυτικής Μεσογείου έχουν εδώ και καιρό αναγνωρίσει τόσο την αξία όσο και την τρωτότητα των ευπαθέστατων αυτών ειδών, στην Ελλάδα επιμένουμε να αγνοούμε ακόμα και τη γεωγραφική τους εξάπλωση, την ίδια μάλιστα στιγμή που η τραταλιεία καταστρέφει ανενόχλητη (οποία έκπληξις!) τους εναπομείναντες πληθυσμούς. Μεγάλη απειλή συνιστούν επίσης τόσο η ρύπανση όσο και η άνοδος της θερμοκρασίας ως συνέπεια του φαινομένου του θερμοκηπίου.

Άπαξ και οι αποικίες καταστραφούν η δυνατότητα ανάκαμψής τους είναι ελάχιστη. Όπως συμβαίνει γενικότερα στη θυελλώδη σχέση ανθρώπου και φύσης, αυτό που θέλει εκατοντάδες χρόνια να δημιουργηθεί, σε μια στιγμή μπορεί να εξαφανιστεί για πάντα.

Αν και το ζήτημα της προστασίας είναι τεράστιο, μικρές πράξεις από πολλούς μπορούν να συνεισφέρουν σημαντικά. Έστω και το να γνωρίζεις μπορεί να είναι μια εξαιρετικά καλή αρχή.

10.1. ΕΘΝΙΚΕΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΕΣ ΚΟΥΖΙΝΕΣ- ΓΕΥΣΕΙΣ

Ελλάδα

Η ελληνική κουζίνα είναι ένα μείγμα πολλών επιρροών από τη Μεσόγειο και τις ανατολικές γαστρονομικές παραδόσεις. Κύρια συστατικά που χρησιμοποιούνται είναι το ελαιόλαδο, τα θαλασσινά, τα γαλακτοκομικά προϊόντα, κρέας και τοπικά λαχανικά. Τραπέζι για τους Έλληνες μπορεί να είναι ένα κανονικό γεύμα ή η εναλλαγή πολλών πιάτων που ονομάζονται μεζέδες. Πιο γνωστοί μεζέδες είναι το χταπόδι ψητό, τζατζίκι, ταραμοσαλάτα, μελιτζανοσαλάτα κλπ. Τα κύρια πιάτα περιλαμβάνουν το μουςακά, το παστίσιο, ψητά κρέατα, τα λαχανικά στο φούρνο ή κατσαρόλας, κοτόπουλο σε διάφορες μορφές και τοπικά ζυμαρικά, όπως χυλοπίτες και τραχανάς. Τα νησιά προσφέρουν φρέσκο ψάρι, πιο συχνά στη σχάρα και καρκεύματα με λεμόνι και ελαιόλαδο. Διάσημο φαγητό του δρόμου είναι το σουβλάκι, το οποίο είναι κρέας χοιρινό, είτε σε ένα ξυλάκι ή τυλιγμένο σε πίτα. Τα τοπικά εμφιαλωμένα κρασιά είναι διεθνούς ποιότητας, με αυτά από τη Σαντορίνη, τη Νεμέα και τη Νάουσα να είναι τα πιο διάσημα. Άλλα τοπικά ποτά είναι το ούζο και το τσίπουρο. Κατά τα τελευταία 20 χρόνια μια νέα γαστρονομική κίνηση εμφανίστηκε. Είναι η Νέα Ελληνική Κουζίνα, που έχει δώσει νέα μορφή στα Ελληνικά πιάτα με βάση τα τοπικά υλικά, συχνά υψηλής ποιότητας.

Ιταλία

Η ιταλική κουζίνα θα μπορούσαμε να τη χαρακτηρίσουμε εξ' ολοκλήρου μεσογειακή. Το λάδι που παράγει και τα εγχώρια λαχανικά είναι τα βασικά συστατικά των γεύσεων της. Κάποια καινοτομία δεν υπάρχει αλλά ένα είναι το βέβαιο, πως οι Ιταλοί έχουν να υπερηφανεύονται για τα σπαγγέτι τους με τους πολλαπλούς πιθανούς συνδυασμούς και για τη ξακουστή, σε όλο τον κόσμο, πίτσα με τη λεπτή ζύμη. Οι ίδιοι πιστεύουν πως την αυθεντική γεύση της πίτσας και των σπαγγέτι μπορεί να την συναντήσει κάποιος μόνο αν γευματίσει στην Ιταλία, για αυτό μια δοκιμή θα μας πείσει. Άλλα αντιπροσωπευτικά πιάτα της Ιταλίας, είναι το ριζότο, το αραντσίι, και το πολέτα. Αν βρεθείτε στην χωριά της Ιταλίας τότε οπωσδήποτε θα πρέπει να δοκιμάσετε το παπαρδέλε κον λα λέπρε, λαζάνια με σάλτσα από κρέας λαγού, μια γεύση που μόνο ευχάριστη μπορεί να χαρακτηριστεί, ενώ για ορεκτικό προτιμήστε φρυγανισμένο τυρί με σκόρδο και λάδι. Όσο για μετά το φαγητό μπορείτε να δοκιμάσετε το τζελάτο, η ιταλική εκδοχή του παγωτού που παρασκευάζεται σε πολλές γεύσεις. Μετά και από το γλυκό να είστε σίγουροι πως θα σας προσφερθεί το παραδοσιακό και χωνευτικό ποτό των Ιταλών, το λιμοντσέλο. Είναι το ποτό που κάθε γνήσια οικογένεια της Ιταλίας έχει στο σπίτι της και το χρησιμοποιεί για όλες τις περιστάσεις.

Γαλλία

Όταν μιλάμε για Γαλλία έρχεται κατευθείαν στο μυαλό μας το καλό φαγητό και το ακριβό κρασί. Η γαλλική κουζίνα είναι πλούσια και διαδεδομένη σε όλο τον κόσμο. Η Γαλλία είναι επίσης γνωστή για την τυροκομία της, καθώς παράγει πάνω από 400 είδη τυριών. Παραδοσιακά

φαγητά θεωρούνται: ratatouille, καθώς και η μπουγιαμπέσα, η οποία είναι σούπα πλούσια σε ποικιλία ψαριών. Η γαλλικά κουζίνα δίνει ιδιαίτερη βάση στο επιδόρπιο. Μερικά παραδοσιακά γαλλικά επιδόρπια είναι η τυραμισού, η κρέμα καραμελέ, η κισλορραίν και τα macarons. Τέλος, η παραγωγή κρασιού για τους Γάλλους είναι ένα είδος τέχνης.

Η γαλλική κουζίνα χαρακτηρίζεται από τον αριστοτεχνικό συνδυασμό γεύσεων σε ένα απaráμιλλο γαστριμαργικό αποτέλεσμα, αυτό που οι Γάλλοι ονομάζουνε γκουρμέ. Κάποιες από τις πιο νόστιμες συνταγές είναι το μοσχάρι μπουργκινιόν, η σως μπεαρνέζ, ο τρόπος μαγειρέματος ογκρατέν, το μιλφέιγ, η κρεμ μπρουλέ, το φοντύ και άλλα που θα ανακαλύψετε.

Κύπρος

Η Κυπριακή παραδοσιακή κουζίνα είναι πλούσια σε θρεπτικά συστατικά, βασισμένη σε φρέσκα και αγνά υλικά. Τα Κυπριακά πιάτα θεωρούνται άκρως υγιεινά μιας και βασίζονται στη Μεσογειακή διατροφή και μαγειρεύονται συνήθως με ελαιόλαδο. Κύρια συστατικά είναι το χοιρινό το αρνί, το κοτόπουλο, το φρέσκο ψάρι, τα φρούτα και τα λαχανικά, τα άγρια χόρτα, το γιαούρτι, το τυρί και φυσικά τα μπαχαρικά και τα αρωματικά που μέσα από το άρωμα τους βοηθούν στο να αναδεικνύεται καλύτερα η γεύση.

Τα φρούτα και τα λαχανικά είναι πάντα φρέσκα και τα περισσότερα είναι κυπριακής παραγωγής, καλλιεργημένα σε όλα τα χωριά του νησιού. Η Κύπρος από αρχαιοτάτων χρόνων ήταν φημισμένη για τα εσπεριδοειδή της, πορτοκάλια, μανταρίνια και γκρέιπ φρουτς, τις φράουλες, μήλα, αχλάδια, καρπούζια, πεπόνια, σταφύλια και σύκα. Το πιο διάσημο γεύμα που πρέπει να δοκιμάσει κανείς, φτάνοντας σαν επισκέπτης στην Κύπρο, δεν είναι άλλο από τον παραδοσιακό "μεζέ", μια

παραλλαγή των ελληνικών "μεζέδων". Ο "μεζές" είναι σημείο αναφοράς κάθε κυπριακής ταβέρνας. Ο κάθε μάγειρας διαμορφώνει και εμπλουτίζει το δικό του "μεζέ", με αποτέλεσμα στη κάθε ταβέρνα να έχετε την ευκαιρία να δοκιμάσετε και διαφορετικά πιάτα.

Ο παραδοσιακός μεζές αποτελείται από αρκετά πιάτα, κρύα και ζεστά, που σερβίρονται πάντα σε μικρές ποσότητες για να δίνεται η ευκαιρία στο κοινό να δοκιμάζει ένα ευρύ φάσμα γεύσεων και αρωμάτων. Ξεκινώντας με τα ορεκτικά όπως φρέσκα και ξυδάτα λαχανικά, ελιές, καπνιστά και πικάντικα κρεατικά, χαλούμι (παραδοσιακό κατσικίσιο τυρί), τζατζίκι (γιαούρτι με τριμμένο αγγουράκι, σκόρδο και διόσμο), μελιτζανοσαλάτα, χούμους (μια πάστα με λειωμένα ρεβίθια, ελαιόλαδο και μαϊντανό), Ελληνική παραδοσιακή σαλάτα, με ντομάτα, αγγουράκι, ελιές και φέτα. Κυρίως ζεστά πιάτα όπως τηγανιτά και φαγητά φούρνου ή θαλασσινά. Τελειώνοντας, φυσικά, σειρά θα πάρουν τα φρούτα της εποχής, παραδοσιακά γλυκά και καφές.

Αγαπημένα φαγητά των Κυπρίων είναι τα φαγητά της σχάρας. Στη σχάρα θα βρείτε ποικιλία όχι μόνο από κρεατικά αλλά και λαχανικά, τυριά, ψάρια και θαλασσινά. Η αγάπη των Κυπρίων για τα φαγητά στη σχάρα είναι τόσο μεγάλη που σίγουρα θα τα βρείτε σε όλα τα εστιατόρια. Επίσης, αγαπημένα φαγητά είναι τα φαγητά στο φούρνο. Και σίγουρα θα γίνουν αγαπημένα σε όποιον τα δοκιμάσει. Μην σας φανεί παράξενο αλλά οι σούπες έχουν και αυτές μια ξεχωριστή θέση στο εδεσματολόγιο των Κυπρίων. Σε κάθε παραδοσιακό εστιατόριο θα βρείτε την παραδοσιακή σούπα αυγολέμονο με αυγό, λεμόνι, ρύζι και κοτόπουλο, κοτόσουπες, σούπα βοδινή και τραχανά.

Ισπανία

Η ισπανική κουζίνα θα μπορούσε να χαρακτηριστεί αρκετά ελαφριά, βασισμένη στα λαχανικά και με μεγάλη ποικιλία στα κρέατα και τα ψάρια. Παράλληλα, δεν χρησιμοποιούνται πολλά μπαχαρικά, παρά μόνο όσα χρειάζονται για να δώσουν γεύση στο κάθε πιάτο. Το τυπικό παραδοσιακό φαγητό για όλες τις περιοχές της Ισπανίας είναι αναμφισβήτητα η Παέγια, αν και στην πραγματικότητα οφείλεται στο πέρασμα των Μαυριτανών από την χώρα. Το ισπανικό αυτό έδεσμα είναι στην ουσία ρύζι, το οποίο μπορεί να συνδυαστεί με κοτόπουλο, χοιρινό κρέας, κουνέλι και πολύ συχνά και με θαλασσινά. Να επισημάνουμε πως το κρέας που σερβίρεται σχεδόν σε όλα τα εστιατόρια, κατά βάση, προέρχεται από τις βόρειες επαρχιακές πόλεις της χώρας και διακρίνεται για την ποιότητα του. Οι χοιρινές και μοσχαρίσιες μπριζόλες γνωστές ως Ιμπρίκο, περιλαμβάνονται σε όλα τα μενού των εστιατορίων. Ένα από τα πιο γνωστά και διαδεδομένα πιάτα της Ισπανίας είναι το Τορτίγια, που ουσιαστικά πρόκειται για ομελέτα, η οποία μαγειρεύεται με λαχανικά αλλά και με θαλασσινά. Επίσης, το Εσκαλιβάντα, ψητά λαχανικά στο φούρνο, το Γκάμπας ελ αλγίλιο, γαρίδες με σκόρδο και τσίλι, αλλά και το Καταλανικό κουνέλι με σοκολάτα, κουκουνάρια και αμύγδαλα, είναι γεύσεις που θα τις συναντήσετε παντού στην Ισπανία. Η διατροφή των Ισπανών αποτελείται σε μεγάλο βαθμό από τα ψάρια και τα θαλασσινά. Πολλές από τις καθημερινές συνταγές των ισπανίδων νοικοκυρών στηρίζονται στα οστρακοειδή και μάλιστα θεωρούνται από τα αγαπημένα τους φαγητά. Σε ότι αφορά τις σούπες δεν έχει πολλές επιλογές παρά μόνο το γκασπάτσο, το οποίο συνηθίζεται πολύ το καλοκαίρι στη ζεστή Ανδαλουσία. Πρόκειται για μια κρύα πηχτή σούπα, που φτιάχνεται από

ντομάτα, σκόρδο, ξύδι και ελαιόλαδο, ενώ ορισμένες φορές προστίθεται και ψωμί.

Το εθνικό ποτό των Ισπανών είναι η σανγκρία και καταναλώνεται τους καλοκαιρινούς κυρίως μήνες και σε γιορτές. Το 99% της παραγωγής της πραγματοποιείται στην Βαρκελώνη.

Βοσνία Ερζεγοβίνη

Στην κουζίνα της Βοσνίας φανερές είναι οι επιρροές της μαγειρικής της Κεντρικής Ευρώπης, των Βαλκανίων και της Μέσης Ανατολής. Αρνί, χοιρινό και μοσχάρι, κυρίως υπό τη μορφή λουκάνικου, που φέρει την ονομασία *cenarcici*, μπουρεκάκια (*pleskanica*), σερβιρισμένα με κρεμμύδια και φρέσκο *somun* (ένα είδος πίτας- ψωμιού), κυριαρχούν στο τραπέζι των Βόσνιων.

Μια από τις πλέον παραδοσιακές τοπικές σπεσιαλιτέ είναι το *Bosnanki lonac*, ένα μείγμα από στρώσεις κρεάτων και λαχανικών, που σεργίρεται σε κεραμικό συνήθως σκεύος. Όλα τα φαγητά συνοδεύονται, όπως και σε όλες τις δημοκρατίες της πρώην Γιουγκοσλαβίας, από τη *rakija*, το δυνατό οινοπνευματώδες ποτό από δαμάσκηνο ή από κρασί. Για όσους δε επιθυμούν κάτι πιο δροσερό, υπάρχει πάντα το αϊράνι, που συναντά κανείς σε όλες τις χώρες της Βαλκανικής.

Αλβανία

Πολλά από τα πιάτα της αλβανικής κουζίνας είναι τυπικά των Βαλκανίων και της Μεσογείου. Ωστόσο, δεν λείπουν και τα παραδοσιακά πιάτα, όπως το *Fergese* (φρικασέ) των Τιράνων (με αρνί ή μοσχάρι) και του Ελμπασάν (με πιπεριές), το *qofte te ferguara* (τηγανητοί κεφτέδες) και το *kolloface* της Κορυτσάς.

Από τη διατροφή των Αλβανών δεν λείπουν τα τυροκομικά προϊόντα, τα φρούτα και τα λαχανικά, όπως επίσης και τα ψάρια, στα οποία δείχνουν ιδιαίτερη προτίμηση οι νοικοκυρές του Δυρραχίου, του Αυλώνα και των Αγίων Σαράντα.

Χαλβάς, λουκούμι, μουχαλεμπί, ρεβανί και άλλα γλυκά, με έντονες ανατολίτικες επιρροές, σερβίρονται συνήθως ως επιδόρπιο, μετά από το κύριο γεύμα, που για τους Αλβανούς, όπως άλλωστε και για τους περισσότερους λαούς της Βαλκανικής, είναι το μεσημεριανό.

Μαυροβούνιο

Η κουζίνα του Μαυροβουνίου έχει αρκετά ετερογενή στοιχεία, αφού η γεωγραφία της περιοχής επηρεάζει και τις διατροφικές συνήθειες των κατοίκων της μικρής αυτής δημοκρατίας.

Έτσι, τα θαλασσινά στο πιάτο των κατοίκων των παράκτιων περιοχών δίνουν τη θέση τους στο αρνί στο τραπέζι των ορειβίσιων πληθυσμών.

Στα παραδοσιακά φαγητά του Μαυροβουνίου έντονες είναι οι επιρροές από την ευρωπαϊκή και τη μεσογειακή κουζίνα, αναμειγμένες με πολλά στοιχεία υγιεινής διατροφής. Αρνί μαγειρεμένο με διάφορους τρόπους- βραστό ή μαγειρεμένο με γάλα- kacamak σε φρέσκια κρέμα γάλακτος, βραστές πατάτες με τυρί και φρέσκια κρέμα, αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι των διατροφικών συνηθειών των κατοίκων των ορεινών περιοχών, που σημειώνουν με έμφαση πως το κρύο απαιτεί καλό φαϊ...

Οι συνταγές των κεντρικών και παράκτιων περιοχών από την άλλη, έχουν ως βάση την kastradina (αποξηραμένο ψαχνό αρνιού) ή τον καπνιστό και ενίοτε φρέσκο κυπρίνο από τη λίμνη Σκόδρα, μαζί με διάφορες άλλες ποικιλίες θαλασσινών.

Σε πολλές, μάλιστα, περιοχές τη χώρας, φρέσκα ντόνατς, σερβιρισμένα με μέλι και ξερά σύκα αποτελούν το "κερασάκι" στην τούρτα ενός καλού παραδοσιακού γεύματος.

Σλοβενία

Η σλοβενική κουζίνα έχει επηρεασθεί σε μεγάλο βαθμό από την κουζίνα των γειτονικών χωρών. Κυρίως η Ιταλία και η Ουγγαρία έχουν προσφέρει γεύματα στην Σλοβενία. Παραδοσιακό φαγητό της Σλοβενίας είναι οι μοσχαρίσιες κοτολέτες (φέτες μοσχαριού βουτηγμένες σε αυγό και φρυγανιά με γέμιση τυριού ή ζαμπόν). Αγαπημένα φαγητά είναι επίσης το goulash, το burek (τυρόπιτα ή κρεατόπιτα), το zlikrofi (είδος ραβιολιού) και το dunajski zrzeze (βιεννέζικο σνίτσελ). Παραδοσιακά γλυκά είναι το rotica (ρολό με ξηρούς καρπούς) και η gibanic (πίτα με μήλα και σπόρους παπαρούνας).

Κροατία

Η κροατική κουζίνα έχει ως βάση κυρίως το κρέας και αυτό φαίνεται ξεκάθαρα από τις προτιμήσεις των κατοίκων της, στις επιλογές που κάνουν στα πιάτα τους. Ένα τέτοιο πιάτο, είναι το κόμπανατς, το οποίο συνηθίζεται να τρώγεται κυρίως, στα ανατολικά της χώρας, και αποτελεί ένα συνδυασμό πολλών ειδών διαφορετικών κρεάτων και έντονων μπαχαρικών με την καυτή πάπρικα να επικρατεί. Στο Ζάγκρεμπ, αλλά σχεδόν και σε όλη την Κροατία, μία από τις δημοφιλέστερες και μοντέρνες γεύσεις, είναι το στρούκλι, που αποτελείται από ζυμαρικά τα οποία έχουν πλούσια γέμιση από τυρί. Στις παραθαλάσσιες τώρα περιοχές δεν θα πρέπει να παραλείψετε ένα γεύμα από φρέσκα ψάρια που πιθανότατα θα έχουν βγει από το βυθό της θάλασσας το προηγούμενο βράδυ, ενώ η μεγάλη ποικιλία οστρακοειδών, όπως χταπόδι,

καλαμάρι και μύδια σίγουρα θα σας αφήσει ικανοποιημένους. Στις ορεινές περιοχές, τα κύρια συστατικά των πιάτων είναι το λάδι, τα μανιτάρια και φυσικά, το κρέας. Το πιρόσκα και το πολίς σίγουρα θα τα συναντήσετε στα βόρεια της χώρας. Όσοι δεν είναι λάτρεις της παραδοσιακής κουζίνας δεν θα αντιμετωπίσουν κανένα πρόβλημα, καθώς σε κάθε γωνιά της Κροατίας υπάρχουν μαγαζιά που παρέχουν το γνωστό σε όλους μας γρήγορο φαγητό, όπου θα μπορούν να απολαύσουν πίτσες και χάμπουργκερ. Τα τελευταία χρόνια το επιδόρπιο που έχει καθιερωθεί και προτιμούν οι ντόπιοι είναι το κρεμσνάιτ, κέικ από κρέμα που παρασκευάζεται σε πολλές παραλλαγές.

Τυνησία

Η Τυνησιακή κουζίνα είναι ουσιαστικά η ένωση αραβικών, ευρωπαϊκών και οθωμανικών στοιχείων. Για την παρασκευή των πολλών σπεσιαλιτέ απαραίτητο υλικό είναι το λάδι. Ίσως το καλύτερο ορεκτικό που διαθέτει η συγκεκριμένη κουζίνα είναι το Μπρικ, τυλιγμένες λεπτές τραγανές πίτες σε τριγωνικό σχήμα που περιέχουν αυγά, κρέας και μαϊντανό. Το παραδοσιακό πιάτο είναι το κουσκούς μαγειρεμένο με κοτόπουλο, αρνί, λαχανικά ή ψάρι.

Άλλα φαγητά εξίσου γνωστά είναι το Κούσα, αρνάκι με κόκκινη σάλτσα και λαχανικά, και το Μεσουία.

Οι περισσότερες γεύσεις είναι αρκετά νόστιμες και πικάντικες εξαιτίας των μπαχαρικών όπως η Χάρισα, καυτερή κόκκινη πιπεριά με σάλτσα ντομάτας και σκόρδο. Τα γλυκά με μέλι, ξηρούς καρπούς και ανθόνερο, όπως για παράδειγμα ο μπακλαβάς, αποτελούν τα κυρίως τους επιδόρπια. Τέλος ο αραβικός καφές με κουκουνάρι και ανθόνερο είναι ένα από τα γνωστά τους ροφήματα.

Αλγερία

Ένα από τα παραδοσιακά φαγητά της Αλγερίας είναι το Φετάτε, και θεωρείται μάλιστα πως είναι η σπεσιαλιτέ της Σαχάρας. Επίσης υπάρχει το Ταγκουέλα, το παραδοσιακό ψωμί της Σαχάρας που προέρχεται από τους νομάδες της περιοχής και είναι αρκετά σκληρό. Το πιο καθημερινό και γνωστό φαγητό των κατοίκων της Αλγερίας είναι το Κουσκούς, ένα μείγμα από κρέας, πατάτες, κολοκύθια, καρότα και φάβα. Όσο αναφορά την παραδοσιακή κουζίνα τους αποτελείται από χειροποίητα ζυμαρικά που σεργίρονται με πατάτες και κοτόπουλο (Ρεχτά). Ο λαός της Αλγερίας παράγει τα δικά του γλυκά όπως κανταΐφι, μπακλαβά και καμπελούζ.

Μαρόκο

Στο Μαρόκο, η κουζίνα είναι μίγμα Βερβέρικης Ισπανικό-Ανδαλουσιανής, Κορσικανής, Πορτογαλικής, Αραβικής, Μεσογειακής και Αφρικανικής. Η μαροκινή κουζίνα συνδυάζει συχνά στα μαγειρέματά της φρούτα και κρέατα, όπως για παράδειγμα κυδώνι με αρνί ή βερίκοκα με πουλερικά, με νοστιμότατα αποτελέσματα. Πιάτα της μαροκινής κουζίνας είναι το κους-κους, δηλαδή αρνίσιο κρέας με λαχανικά και σουμούλ (ένα είδος ζυμαρικού). Το ταζίν (tajine) είναι το εθνικό φαγητό των Μαροκινών και αποτελείται από κρέας αρνιού ή κατσικιού, με διάφορα λαχανικά, μαγειρεμένο σε ένα κωνικό πήλινο σκεύος (tajine). Τέλος, άμεσα συνδεδεμένο με τη μαροκινή κουλτούρα είναι και το τσάι με μέντα, που σεργίρεται συνήθως καυτό.

Λιβύη

Τα παραδοσιακά γεύματα περιλαμβάνουν: πρώτο πιάτο σούπα, λίγο πικάντικη και σαλάτα απλή με ντομάτα και κρεμμύδι. Στη συνέχεια σερβίρουν τα ορεκτικά όπως χούμους, μελιτζανοσαλάτα, γεμιστές πιπεριές, ντολμαδάκια με αμπελόφυλλα και η αραβική πίτα. Στο κύριο πιάτο κυριαρχεί το πιλάφι με διάφορες σάλτσες- κοτόπουλο, κρέας ή ψάρι και λαχανικά. Σπεσιαλιτέ της περιοχής είναι το «οσμπάν». Πρόκειται για στομάχι αρνιού, γεμιστό με ρύζι, διάφορα μυρωδικά, συκώτι, νεφρά ή και άλλα κρέατα, που ψήνεται σε σάλτσα. Επίσης το «τατζίν»· πρόκειται για κρέας αρνιού σε πικάντικη σάλτσα και την «ταμίγια» που μοιάζει με το φαλάφελ.

Μάλτα

Η μαλτέζικη κουζίνα είναι προϊόν μια μακράς σχέσης που είχαν οι ντόπιοι με τους πολλούς ξένους που πέρασαν από το νησί με το πέρασμα των αιώνων, η οποία έχει δώσει στη Μάλτα ένα ενδιαφέρον μίγμα μεσογειακής κουζίνας. Πολλά φαγητά του νησιού έχουν προέλευση ιταλική/σικελική ή μαυριτανική.

Σήμερα η μαλτέζικη κουζίνα εξακολουθεί να είναι δημοφιλής σε σπίτια και εστιατόρια της Μάλτας, αλλά σίγουρα όχι και η πλέον διαδεδομένη. Είναι περισσότερο μια παραδοσιακή κουζίνα που έχει γίνει μέρος των ευρύτερων γαστρονομικών συνηθειών των Μαλτέζων, οι οποίοι έχουν μεσογειακή κουζίνα με έντονες ιταλικές επιδράσεις

Το Rastizzi φτιάχνεται από σφολιάτα γεμιστή με τυρί ρικότα. Μερικές φορές συνοδεύεται από ένα μη οινοπνευματώδες ποτό φτιαγμένο από βότανα που ονομάζεται kinnie.

Σπεσιαλιτέ του νησιού είναι η timpana (πίτα από μακαρόνια), η minestra σούπα και η πίτα lampuki φτιαγμένη με ψάρι.

Αίγυπτος

Μια χώρα με τέτοια ιστορία σίγουρα δε θα μπορούσε να έχει μια αδιάφορη γαστρονομική παράδοση. Η ποικιλία των Αιγυπτιακών συνταγών είναι ανεξάντλητη. Οι Αιγύπτιοι προτιμούν τις έντονες γεύσεις. Για το σκόρδο και το κρεμμύδι, πιστεύουν ότι η χρήση τους στην καθημερινή διατροφή βελτιώνουν την υγεία τους. Τα ψάρια και τα κρέατα μαρινάρονται με βότανα, μπαχαρικά και αρωματικά αποκτώντας ιδιαίτερες γεύσεις.

Περιλαμβάνει πιάτα που είναι βασισμένα κυρίως στα μπαχαρικά, βότανα και λαχανικά . Μία από τις πιο συνηθισμένες γεύσεις είναι το Φαλφάλε. Ένα από αγαπημένα εδέσματα των ντόπιων είναι και το Κόσαου, μείγμα ζυμαρικών, με πίκλες, πολτό ντομάτας, φακές, ρεβίθια και ρύζι. Η κουζίνα της Αιγύπτου δεν θα μπορούσε να μην περιελάμβανε στην παράδοση της, την γνωστή σε όλους μας αραβική πίτα, η οποία συνοδεύεται από κουκιά, λεμόνι , σκόρδο, μπόλικο λάδι και ονομάζεται Φαλμεντάμ. Έπειτα, υπάρχουν εξωτικά φρούτα που παράγει η Αίγυπτος όπως, ανανά , καρπούζι, μάνγκο και γκρέιπ φρουτ.

Η βάση στη διατροφή κάθε Άραβα είναι ένα ψωμί αποκαλούμενο Aish (σημαίνει “ζωή”), το οποίο είναι μια σκουρόχρωμη έκδοση της δικιάς μας πίτας στο σουβλάκι. Τα κυρίως γεύματα αποτελούνται από σούπες, μοσχαρίσιο κρέας, αρνί αλλά και περιστέρι που είναι πολύ δημοφιλές. Πολύ συχνά τα πιάτα συνοδεύουν τα φασόλια φάβα, όπως και σαλάτα, ρύζι ή ζυμαρικά

Πολλά είναι τα χαρακτηριστικά πιάτα της αιγυπτιακής κουζίνας, ανάμεσα σε αυτά ξεχωρίζουμε την παχύρρευστη και θρεπτικότερη σούπα

μολοχία, τις φελάφελ, τα φούλια (μαύρα φασόλια), τη χουμοσέγια (σαλάτα από ρεβύθια) και την ταχινέγια (σαλάτα από ταχίνι).

Τα φρούτα της Αιγύπτου έχουν μοναδική γεύση και άρωμα. Πεπόνια, σταφύλια, χουρμάδες, γκουάφα, μάνγκος, έχουν γλυκιά γεύση που εντυπωσιάζει όσους τα δοκιμάζουν.

Τα επιδόρπια της Αιγύπτου δεν είναι ιδιαίτερα πλούσια όπως αυτά άλλων αραβικών χωρών. Τα γλυκά τους παρασκευάζονται κυρίως με μέλι και σάμνα, ένα εξαιρετικά αρωματικό και θρεπτικό βούτυρο γάλακτος. Τα πιο χαρακτηριστικά είναι η κουνάφα, αντίστοιχο με το κανταΐφι και η μπασπούσα, γλυκό παρόμοιο με το σιμιγδαλένιο χαλβά.

Αρκετά παραδοσιακά πιάτα όπως το Ful Medames, το Kushari και το Mollokhia αλλά και από πιάτα που συναντώνται στην ευρύτερη περιοχή της Ανατολικής Μεσογείου, όπως το kebab και το falafel.

Το Ful Medames είναι ένα από τα εθνικά πιάτα της Αιγύπτου και τρώγεται συχνά και ως πρωινό. Αποτελείται από φασόλια φάβα που μαγειρεύονται λιγότερο ή περισσότερο σε ένα δοχείο χαλκού (για να παίρνει τη γεύση όπως λένε) και σερβίρεται με μπόλικο ελαιόλαδο, τεμαχισμένο μαϊντανό, κρεμμύδι, σκόρδο και χυμό λεμονιού. Παλιά αποτελούσε το φαγητό των αγροτών καθώς είναι ένα πιάτο τόσο πλήρους διατροφικής αξίας και πλούσιο σε ενέργεια που τους “κρατούσε” για όλη την ημέρα.

Το Kushari ή kosheri είναι ένα ακόμα δημοφιλές παραδοσιακό φαγητό στην Αίγυπτο και αξίζει να το δοκιμάσετε σε εστιατόρια που ειδικεύονται σε αυτό και μόνο, σερβίροντας λίγα άλλα φαγητά. Αποτελείται από μια βάση του ρυζιού με μαύρες φακές, ρεβύθια, μακαρόνια καλύπτεται από μια πικάντικη σάλτσα ντομάτας με αιγυπτιακό σκόρδο και ξύδι. Επίσης, μικρά κομματάκια κρεμμυδιού από

πάνω, ολοκληρώνουν το πιάτο, το οποίο μερικές φορές συνοδεύεται και από κομμάτια κρέατος.

Το Molokhia ή Molokhiyya είναι ένα πράσινο, καλοκαιρινό λαχανικό που μπορεί να βρει κανείς σχεδόν σε όλα τα μαγαζιά που πουλάνε προϊόντα Μέσης Ανατολής είτε ξεραμένο, είτε παγωμένο. Θεωρείται ότι δημιουργήθηκε στην Αίγυπτο κατά τη διάρκεια των Φαραώ ενώ άλλοι υποστηρίζουν ότι φτιάχτηκε αρχικά από τους αρχαίους Εβραίους.

Συρία

Η κουζίνα της είναι ανατολίτικη αλλά και διεθνής. Εθνικά φαγητά είναι το Kubbeh, το Yabrak και το Ouzi.

Τουρκία.

Η τουρκική κουζίνα είναι πλούσια σε αξέχαστες γεύσεις της Μεσογείου. Οι σεφ χρησιμοποιούν κυρίως μεγάλες ποσότητες φρέσκων προϊόντων. Όπως είναι η κουλτούρα της λεκάνης της Μεσογείου έτσι και εδώ κατά κύριο λόγο κυριαρχούν πιάτα με θαλασσινά, ψάρια φρούτα και λαχανικά. Στην Τουρκία, τον εικοστό αιώνα, δεν υπήρχαν γεύσεις άλλων εθνικοτήτων, λόγω των περιορισμένων συναλλαγών από το νερό. Αργότερα όμως, αυτό άλλαξε και σε μεγάλες πόλεις άνοιξαν πολλά εστιατόρια που προσέφεραν πιάτα στο μενού τους με καταγωγή από τη Γαλλία ή την Ιταλία. Τα πιο δημοφιλή πιάτα της τουρκικής κουζίνας, χωρίς αμφιβολία είναι: Γιαούρτι corbasi, γιαούρτι ή σούπα με βάση το ρύζι και τους σπόρους, το οποίο σε ορισμένες περιοχές σερβίρεται με ένα τεράστιο ποσό του τσίλι, ή van otlu - πικάντικο τυρί, με μια μεγάλη προσθήκη μπαχαρικών. Στην τουρκική κουζίνα από κρέατα δεσπόζει το αρνί, το οποίο δίνεται σε όλους τους δυνατούς τρόπους.

Παραδοσιακές γεύσεις και πιάτα.

- Sebzeli Ezme Kirmizi Mercimek Çorbasi (κρέμα με κόκκινες φακές και λαχανικά) - με βάση κόκκινες φακές, καρότα, κρεμμύδια, ντομάτα και πουρέ. Διακοσμείται με φύλλα μέντας και σε ορισμένες περιοχές της Τουρκίας, σερβίρεται με πατάτες.

- yaprak Etla Dolmasi (κιμάς σε αμπελόφυλλα) - Ο κιμάς σερβίρεται με βάση τις μεγάλες ποσότητες ντομάτας και φυσικά όλα τα είδη από βότανα και μπαχαρικά. Αυτό το πιάτο με διάφορα κρέατα, μπορείτε να το δοκιμάσετε σχεδόν σε κάθε τουρκική πόλη.

- Simit - Τουρκίας κουλούρι, που σερβίρεται με πολύ σουσάμι.

- Lahmacun - πίτσα Gouannon. Είναι φτιαγμένο από πολύ λεπτή ζύμη και γέμιση κρέατος. Θεωρείται ένα τοπικό σνακ που σερβίρεται γρήγορα.

- Κεμπάπ. Είναι μια εξαιρετική επιλογή μεταξύ όλων των διαφορετικών τύπων των πιάτων. Τα περισσότεροι είναι με κρέας στη σχάρα με sızradce, αλλά μπορείτε επίσης να βρείτε ποικιλίες κεμπάπ με κρέας βρασμένο ή ψημένο. Προστίθενται φυσικά, μεγάλες ποσότητες λαχανικών, όπως μελιτζάνες.

- Kofta - κιμάς όλων των ειδών. Αυτό είναι το είδος των πρόσθετων τροφίμων, τα οποία έχουν προετοιμαστεί με σκληρό σίτο ως επί το πλείστον.

Λίβανος

Το λιβανέζικο εθνικό πιάτο είναι το kibbe, μια πίτα κρέατος από λεπτά κομματιασμένο σίτο αρνιού και πλιγουριού. Το εθνικό ποτό είναι το Arak, ένα ισχυρό γλυκάνισο-αρωματικό ποτό που γίνεται από το ζυμωμένο χυμό σταφυλιών. Είναι συνήθως πιωμένο με ύδωρ και πάγο,

και συνοδεύει πάντα τα τρόφιμα.

Τα παραδοσιακά λιβανέζικα γεύματα αρχίζουν με μια ευρεία σειρά mezze-μικρά αλμυρά πιάτα, όπως οι εμβυθίσεις, σαλάτες, ζύμες, και λαχανικά. Το mezze ακολουθείται χαρακτηριστικά από μια επιλογή ψημένων στη σχάρα κρεάτων και ψαριών. Γενικά, τα γεύματα τελειώνουν με τον αραβικό καφέ και τους νωπούς καρπούς, αν και μερικές φορές προσφέρεται επίσης μια επιλογή γλυκών.

Ο Λίβανος καυχάται επίσης για τις διάσημες οινοποιίες του, οι οποίες βρίσκονται συνήθως στην εύφορη Κοιλάδα Bekaa. Αυτές περιλαμβάνουν τα: Chateau Ksara, Chateau Kefraya, Chateau Musar, και πολλά άλλα. Η πιο γνωστή Λιβανέζικη μύρα είναι η Almaza Brewery Almaza, η οποία απολαμβάνεται συχνά στην παραλία μια καυτή θερινή ημέρα.

11.1. ΤΟ ΕΜΠΟΡΙΟ ΣΤΗ ΜΕΣΟΓΕΙΟ

11.1. Εισαγωγή

Εμπόριο ονομάζουμε την αγορά και την πώληση αγαθών και την ανταλλαγή του. (Στις μέρες μας στον ορισμό αυτό έχει προστεθεί και η παροχή υπηρεσιών).

Το εμπόριο ξεκίνησε όταν οι άνθρωποι είχαν την ανάγκη να αποκτήσουν αγαθά, τα οποία δεν μπορούσαν να παράγουν μόνοι τους. Γι' αυτό το λόγο μπορούμε να υποθέσουμε, ότι το εμπόριο υπήρχε πάντα.

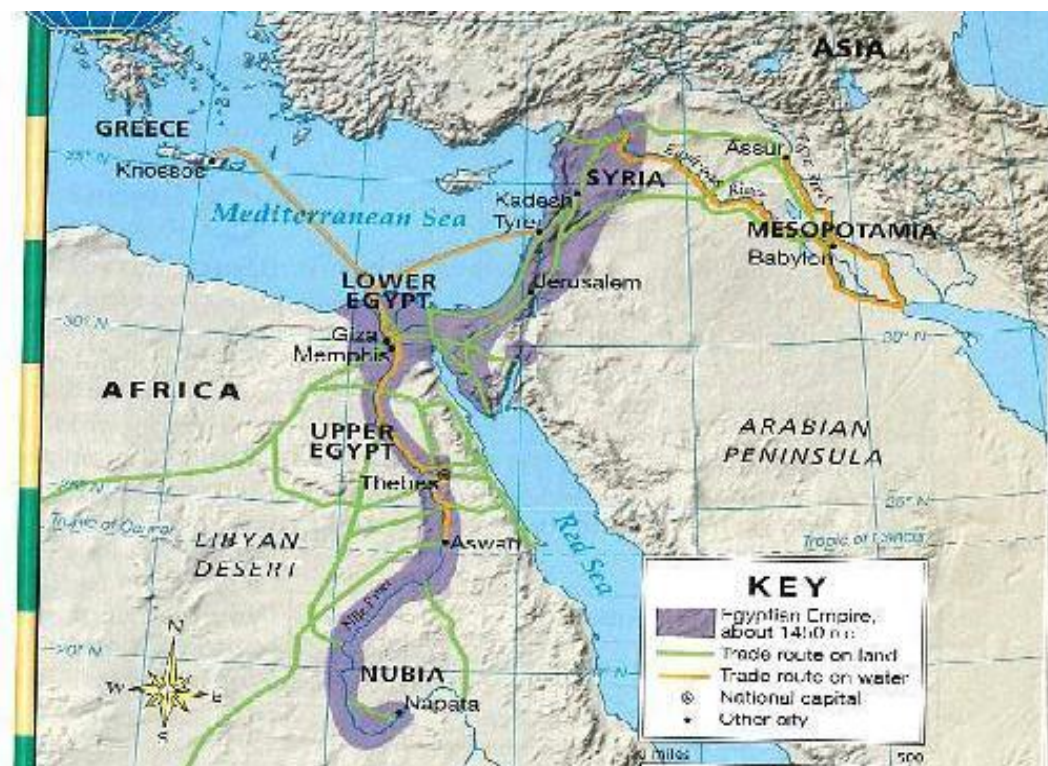


Ακόμα, το εμπόριο μεταξύ των διαφόρων πολιτισμών έχει παίξει κριτικό ρόλο στην ανθρώπινη ιστορία και ίσως είναι και από τα πιο σημαντικά ερεθίσματα που επηρέασε όλους τους πολιτισμούς. Μέσα από το εμπόριο οι άνθρωποι δεν αντάλλασσαν απλώς αγαθά, αλλά και τα έθιμα, τις παραδόσεις, τον πολιτισμό τους. Αρκεί να αναφέρουμε το παράδειγμα, ότι το ελληνικό αλφάβητο προήλθε από μετεξέλιξη του φοινικικού, το οποίο οι Έλληνες γνώρισαν από τα εμπορικά τους ταξίδια.

Μπορούμε λοιπόν να πούμε ότι το εμπόριο εκτός από οικονομική δραστηριότητα ήταν ένας τρόπος επικοινωνίας μεταξύ των λαών.

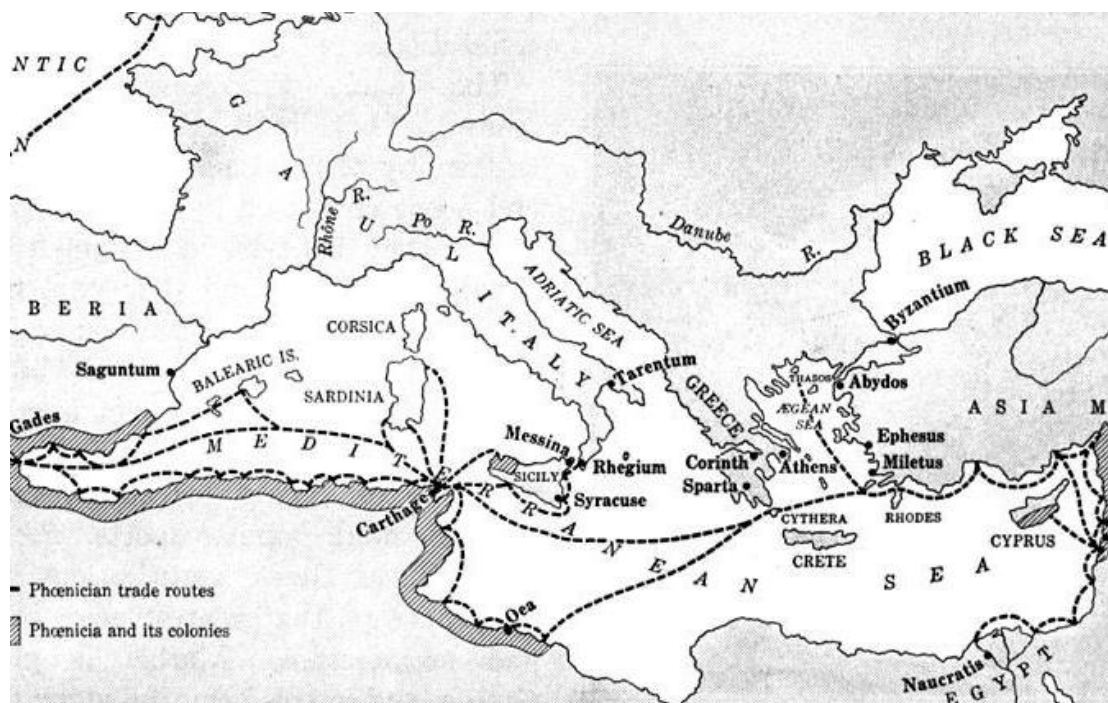
11.2. Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι και οι αρχαίοι Φοίνικες

Οι Αιγύπτιοι γνωρίστηκαν με το θαλάσσιο εμπόριο περίπου το 3.000 π.Χ. Η πλειοψηφία του εμπορίου τους γινόταν μεταξύ των λαών της Μεσογείου και της Μεσοποταμίας. Τα προϊόντα που συνήθως εξήγαν ήταν λινάρι, δημητριακά, πάπυροι, διάφορα κεραμικά, αγγεία (τα οποία πολλές φορές ήταν και επίχρυσα), δέρματα ζώων, ψάρια, φακές και εισήγαν χαλκό, άργυρο, ξυλεία, πολύτιμους λίθους κ.τ.λ. Από το Αιγαίο (κυρίως από το Μινωικό κράτος και την Κρήτη) οι πολλοί πλούσιοι μάλιστα έφερναν λάδι και κρασί, τα οποία θεωρούνταν είδος πολυτελείας και μεταφέρονταν μέσα σε μεγάλους αμφορείς συνήθως διακοσμημένους με λουλούδια ή ναυτικές εικόνες. Αν και το Αιγαίο έκρυβε πολλούς κινδύνους (π.χ πειρατεία) οι Αιγύπτιοι θα έκαναν αυτό το μεγάλο ταξίδι για τα τόσο μεγάλης αξίας αγαθά.



Το εμπόριο των Αιγυπτίων άνθισε μέχρι και τον 12^ο αι. π.Χ, μέχρι δηλαδή τον ερχομό των «λαών της θάλασσας» από τη λεκάνη της Μεσογείου, οι οποίοι προκάλεσαν αναταραχές στο Αιγυπτιακό Κράτος.

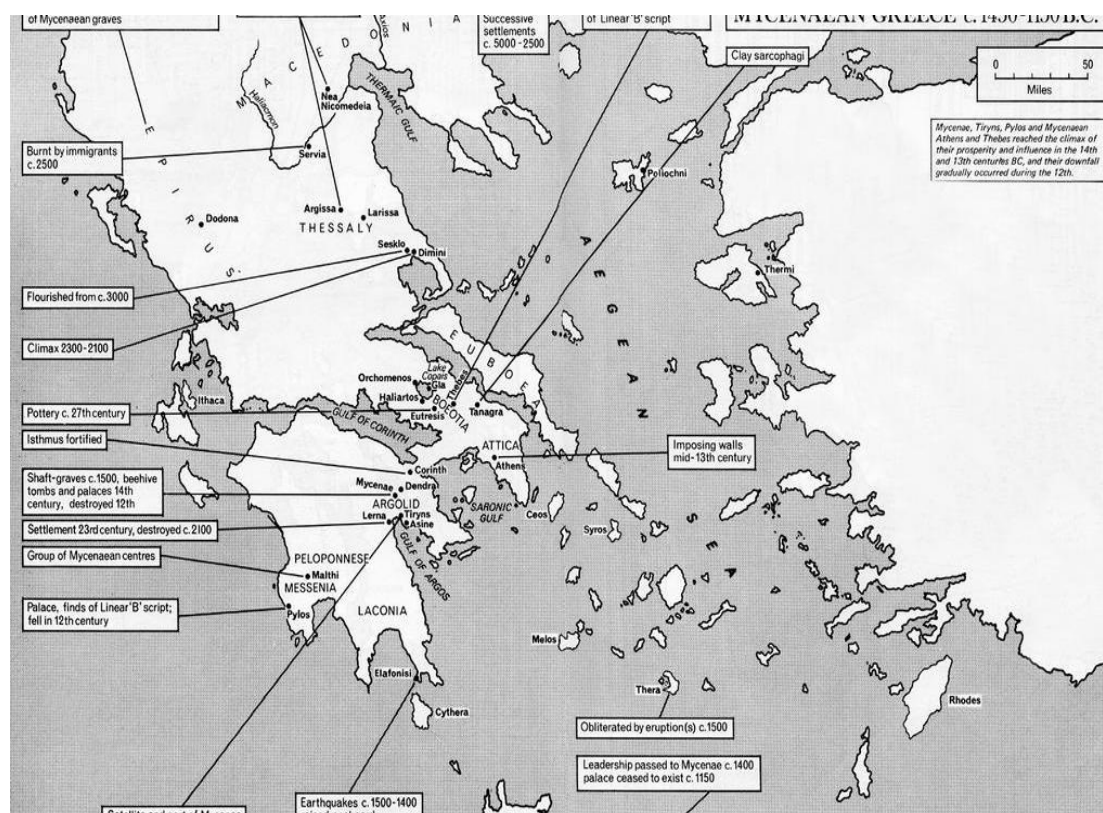
Οι Φοίνικες, όμως, ήταν ο πρώτος λαός που ανέπτυξε σε πολύ μεγάλο βαθμό το θαλάσσιο εμπόριο. Λόγω των εξαιρετικών πλοίων τους οι Φοίνικες κυριάρχησαν στη Μεσόγειο περίπου από 12^ο αι. π.Χ. μέχρι τον 8^ο αι π.Χ. Οι Φοίνικες αλληλεπιδρούσαν με πολλούς λαούς (συμπεριλαμβανομένων και των Ελλήνων) με τους οποίους αντάλλασσαν αγαθά, όπως πορφυρή μπογιά (την οποία έφτιαχναν από πορφυρούχα κοχύλια), πολύτιμα μέταλλα, αλιευτικά προϊόντα κ.τ.λ. Οι Φοίνικες είχαν ιδρύσει αποικίες σε παραθαλάσσιες περιοχές μεγάλων νησιών ή χερσονήσων (Κύπρος, Κρήτη, Σικελία κ.τ.λ.) για να διευκολύνονται με την μετακίνηση των εμπορευμάτων τους. Οι πόλεις Τύρος, Σιδών, Βύβλος, Άραδος και Βηρυτός ήταν διάσημα εμπορικά κέντρα.



11.3. Οι Έλληνες

11.3.1. Οι Μινωίτες

Οι Μινωίτες εμφανίζουν στοιχεία ανάπτυξης εμπορικών σχέσεων με άλλους λαούς στην προανακτορική περίοδο (~ 2800-1900 π.Χ.). Είχαν πολύ καλά πλοία και ταξίδευαν σε όλη τη Μεσόγειο. Τα προϊόντα που αγόραζαν ήταν το ελεφαντόδοντο, το χρυσάφι και οι ημιπολύτιμες πέτρες, τα οποία τα αντάλλασαν με λάδι, υφάσματα, κεραμικά κ.τ.λ. Για τον έλεγχο του εμπορίου αναπτύχθηκε ένα ασφαλές γραφειοκρατικό σύστημα.



Τα προϊόντα σφραγίζονταν και αποθηκεύονταν σε ειδικούς χώρους μέχρι τη μεταφορά τους στον τόπο του τελικού τους προορισμού. Η εισαγωγή των αναγκαίων πρώτων υλών και η ειρηνική περίοδος που εξασφάλιζε η μινωική θαλασσοκρατία, βοήθησαν την ανάπτυξη της τεχνολογίας και την άσκηση των τεχνών σε επίπεδο σημαντικής οικονομικής εκμετάλλευσης. Δυστυχώς η εμπορική δραστηριότητα των Μινωιτών σταματάει απότομα μετά τη δεύτερη καταστροφή των ανακτόρων περίπου το 1.500 π.Χ.



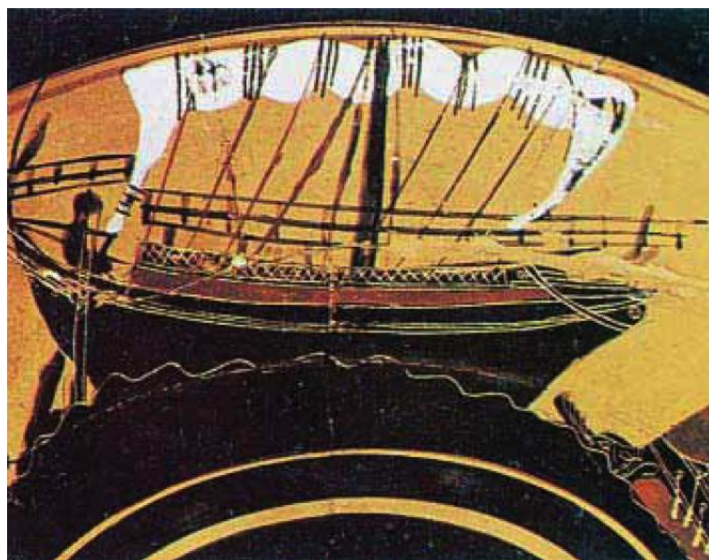
11.3.2. Οι Μυκηναίοι

Η οικονομία στη μυκηναϊκή κοινωνία ακολούθησε ανοδική πορεία από την εποχή των λακκοειδών τάφων, όταν το εμπόριο άρχισε να ακμάζει. Το 14ο αιώνα π.Χ. απέκτησε αυστηρά συγκεντρωτικό χαρακτήρα, όταν χτίστηκαν τα ανάκτορα που αποτέλεσαν το κέντρο της οικονομικής διοίκησης. Το ανάκτορο εκτός από κέντρο συγκέντρωσης και αναδιανομής

του αγροτικού πλεονάσματος και κέντρο επίβλεψης και διαχείρισης των αγροτικών περιφερειών, ήταν και κέντρο ελέγχου του διεθνούς εμπορίου. Το μυκηναϊκό εμπόριο επεκτάθηκε από την Παλαιστίνη και την Αίγυπτο έως την Κάτω Ιταλία και τη Σικελία, περιορίζοντας σιγά-σιγά την εμπορική επικράτηση των Μινωϊτών. Τα προϊόντα που εισήγαγαν ήταν ελεφαντόδοντο από την Αίγυπτο και τη Συρία, χαλκός από την Κύπρο, κασσίτερος από τη Βρετανία ή το Αφγανιστάν, ορεία κρύσταλλος από την Κύπρο. Τα εξαγωγίμα προϊόντα ήταν κυρίως το ελαιόλαδο, το αρωματικό λάδι, το κρασί, η ξυλεία, τα βιοτεχνικά προϊόντα -κυρίως όπλα-, καθώς και μισθοφόροι τους οποίους συχνά έστελναν σε ξένες χώρες και σε αντάλλαγμα αγόραζαν δούλους.

11.3.3. Η Αρχαϊκή Εποχή

Από τον 7ο αιώνα π.Χ. και εξής, το εμπόριο, και κυρίως το θαλάσσιο, βασίζεται σε ένα αναπτυγμένο δίκτυο αποικιών, εμπορικών σταθμών και ξένων αλλά φιλικών λιμανιών. Μέχρι το 475 π.Χ. περίπου, οι ανεξάρτητοι έμποροι που εμπορεύονταν μέσω θάλασσας αυξήθηκαν σε σχέση με τους στεριανούς συναδέλφους τους, καθορίζοντας έτσι τη μορφή που θα έχει το θαλάσσιο εμπόριο στην Κλασική περίοδο.



Το εμπόριο αυτή την εποχή συνδέεται και με την πειρατεία, η οποία με τη σειρά της σχετίζεται με μία σημαντική πηγή εισοδήματος, το δουλεμπόριο. Οι κάτοικοι των περισσότερων νησιών, όπως ήταν η Αίγινα, η Κρήτη και η Σάμος, επιδίδονταν σε αυτό από πολύ παλιά. Η Αίγινα παρουσίασε στην Αρχαϊκή περίοδο ένα νέο στοιχείο για τον ελλαδικό χώρο, το νόμισμα. Ακόμα, μέχρι τότε οι έμποροι («οί ἐν πορείᾳ») μετακινούνταν από τόπο σε τόπο και πουλούσαν τα εμπορεύματά τους. Η ευρεία κατανάλωση, καθώς και η αύξηση των αγορών οδήγησαν στη δημιουργία χώρων, όπου η διάθεση των προϊόντων θα ήταν συνεχής.

11.3.4. Η Κλασική Εποχή

Η κύρια εμπορική δύναμη κατά την Κλασική Εποχή είναι η Αθήνα με το λιμάνι του Πειραιά. Ο Πειραιάς ήταν το κατεξοχήν εμπορικό κέντρο της ανατολικής Μεσογείου. Εκεί έφταναν τα πλοία κάθε μεγάλης πόλης που συμμετείχε στο εμπόριο της περιοχής από την Καρχηδόνα έως και τις πόλεις της χερσονήσου της Κριμαίας. Η Αθήνα έτσι αποτελούσε το κέντρο εισαγωγής και εξαγωγής ποικίλων προϊόντων



Διάφορες κοινωνικές ομάδες απασχολούνταν με τη διεξαγωγή του αθηναϊκού εμπορίου:

➤ Κάπηλοι -μικροπωλητές δηλαδή που πουλούσαν τα αγαθά τους σε πάγκους στην αγορά-

➤ Αχθοφόροι

➤ Βαρκάρηδες

➤ Ναύκληροι -ιδιοκτήτες πλοίων που εμπορεύονταν δικά τους προϊόντα-

➤ Και έμποροι που ταξίδευαν με ξένα πλοία.

➤ Επίσης, πλούσιοι Αθηναίοι, ιδιοκτήτες γης ή εργαστηρίων με δούλους, συχνά επένδυαν σε προσοδοφόρα εμπορικά ταξίδια, χωρίς ωστόσο ποτέ οι ίδιοι να εμπλακούν άμεσα στις εμπορικές διαδικασίες.

Ακόμα, αν και ο ρόλος των μετοίκων και των ξένων στο εμπόριο ήταν σημαντικός δεν ήταν κυρίαρχος. Μολονότι η πλειοψηφία των εμπόρων και των ναυκλήρων αποτελούνταν από μετοίκους, ξένους και δούλους, εκείνοι που χορηγούσαν τα ναυτικά δάνεια ήταν οι πλούσιοι πολίτες της Αθήνας. Επιπλέον, υπήρχαν και Αθηναίοι που ασχολούνταν με το εμπόριο μέσω τραπεζικών μηχανισμών. Οι τραπεζικές συναλλαγές είχαν ευρεία διάδοση στην Αθήνα, καθώς το εμπόριο βασιζόταν στα δάνεια και στην κίνηση κεφαλαίων. Οι περισσότεροι γνωστοί τραπεζίτες δεν ήταν πολίτες, υπήρχαν μάλιστα και ορισμένοι που ήταν δούλοι.

11.3.5. Επιπτώσεις του Πελοποννησιακού Πολέμου (431-404 π.Χ.) στο εμπόριο της Αθήνας

Μεγάλες επιπτώσεις στην εμπορική δραστηριότητα της Αθήνας βλέπουμε κατά τη Τρίτη φάση του Πελοποννησιακού Πολέμου, το Δεκελεικό Πόλεμο (413-404 π.Χ) Αν και ο Δεκελεικός πόλεμος επηρέασε αρνητικά τόσο την παραγωγή ελαιόλαδου όσο και την εξόρυξη αργύρου - δύο από τα πιο σημαντικά εξαγόμενα προϊόντα της Αθήνας- δεν κατέστρεψε εντελώς το εμπόριο της πόλης. Επιπλέον, την ίδια περίοδο

αυξήθηκαν οι ανάγκες για την εισαγωγή διάφορων βασικών προϊόντων, όπως το σιτάρι.

Σε γενικές γραμμές κατά τη διάρκεια του Δεκελευκού πολέμου σημειώθηκε μία διαφοροποίηση στις εμπορικές συναλλαγές: μειώθηκαν οι εξαγωγές, ενώ αυξήθηκαν οι εισαγωγές. Το 413 π.Χ. τα συνολικά έσοδα από το θαλάσσιο εμπόριο ολόκληρης της Αθηναϊκής ηγεμονίας ξεπερνούσαν τα 18.000 τάλαντα, ενώ το μερίδιο του Πειραιά πρέπει να ήταν τουλάχιστον το 25%, δηλαδή 4500 τάλαντα. Η αξία όμως συνολικά των εισαγωγών και εξαγωγών στον Πειραιά το 402-401 π.Χ. ήταν 1800 τάλαντα και το 401 -400 π.Χ ακόμη λιγότερα. Ωστόσο, επειδή τα 1800 τάλαντα δε θεωρούνται ποσό ανάξιο λόγου, μπορεί να ειπωθεί ότι η οικονομία της Αθήνας δεν κατέρρευσε, απλά υπέστη μία μεγάλη κρίση.

11.3.6. Εποχή του Μεγάλου Αλεξάνδρου και Ελληνιστική Εποχή Μετά τις κατακτήσεις του Μεγάλου Αλεξάνδρου αυξήθηκαν οι εμπορικές συναλλαγές ανάμεσα στον ελληνικό κόσμο και στην Εγγύς Ανατολή, μέσα από θαλάσσιους και χερσαίους δρόμους.



Τα εμπορικά προϊόντα, μεταξύ αρώματα, μπαχαρικά και πολύτιμοι λίθοι κυκλοφορούσαν από την Κίνα και τις Ινδίες προς τη Μεσόγειο. Με

αυτή την ανάπτυξη του εμπορίου το νόμισμα έγινε βασικό μέσο συναλλαγής.

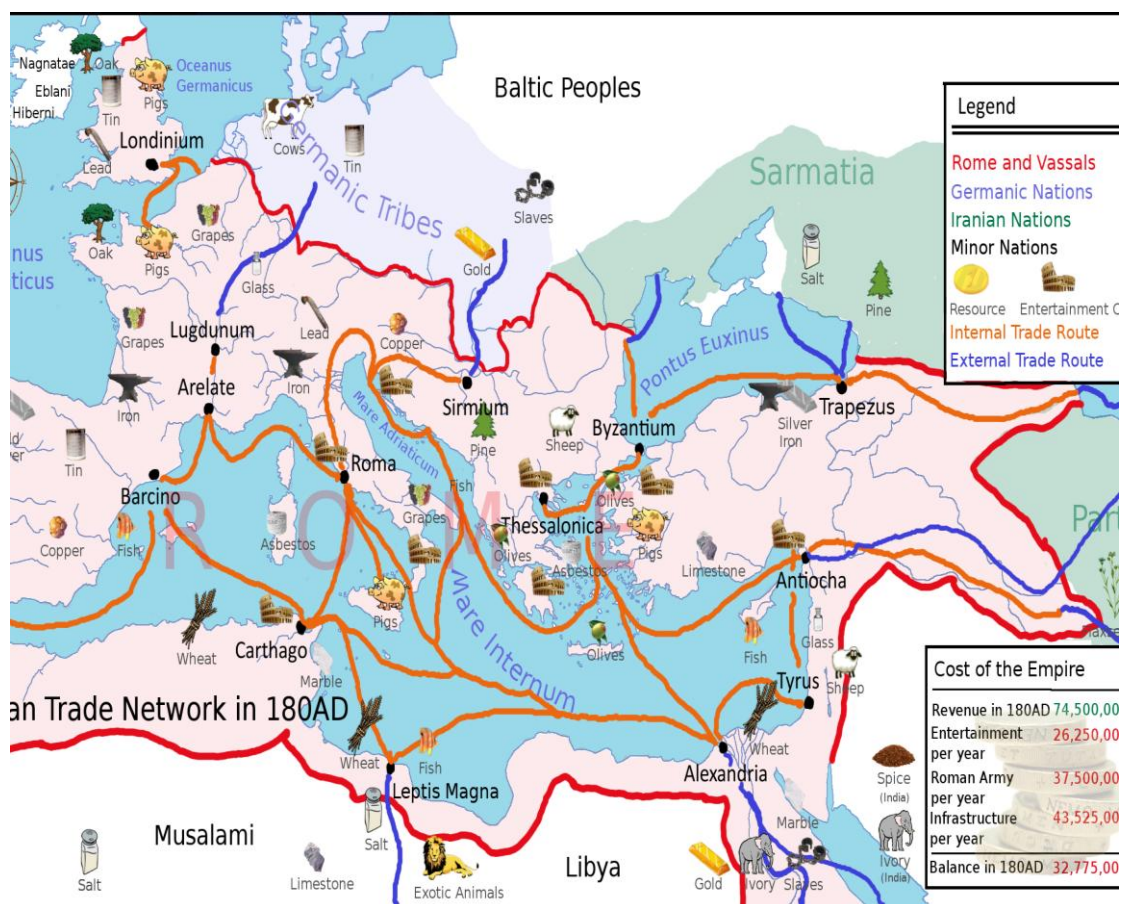
Ο Αλέξανδρος είχε κόψει νομίσματα για να πληρώνει τα εφόδια του στρατού και τους μισθοφόρους. Έτσι το νόμισμα κυκλοφόρησε πολύ περισσότερο από πριν. Αυτό έκανε πιο εύκολο το εμπόριο. Όσον αφορά στο εμπόριο της Ελληνιστικής περιόδου μπορεί να ειπωθεί ότι σε γενικές γραμμές αναπτύχθηκε. Αν και σε ορισμένα κράτη παρατηρήθηκαν όχι μόνο διαστήματα ανάπτυξης αλλά και ύφεσης σε ορισμένους κλάδους του, εάν εξεταστεί στο σύνολό του παρουσιάζει μία έντονη ενεργητικότητα. Σύμφωνα με τους μελετητές το εμπόριο αυτής της περιόδου μπορεί να διαχωριστεί σε εσωτερικό και σε διεθνές. Το πρώτο γινόταν στα βασίλεια και τα κράτη που ανήκαν στο ελληνιστικό "σύστημα", -ανεξάρτητα εάν πρόκειται για τοπικό ή για εμπόριο ανάμεσα σε περιοχές του ίδιου βασιλείου ή μεταξύ διαφορετικών κρατών. Το δεύτερο διεξαγόταν μεταξύ του ελληνιστικού κόσμου και κρατών έξω από αυτόν, όπως για παράδειγμα με την Ινδία, την Παρθία, τα νότια αραβικά κράτη, την Ιταλία, τις χώρες των Ιλλυρίων, των Θρακών, των Κελτών, των Σαρμάτων και των Σκυθών.



Επίσης, το εμπόριο, ανάλογα με το χαρακτήρα, την οργάνωση και τον τρόπο διεξαγωγής του, μπορεί να χαρακτηριστεί χερσαίο, θαλάσσιο

Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει.....

και εμπόριο των ποταμών. Ένα από τα πιο σημαντικά θαλάσσια εμπόρια ήταν αυτό της Μεσογείου, το οποίο ωστόσο δυσχέραινε η έλλειψη προόδου στη ναυσιπλοΐα. Το επάγγελμα όμως των ναυτικών εμπορών έκρυβε μεγάλους κινδύνους και αγωνίες, καθώς είχαν να αντιμετωπίσουν εκτός από τους πειρατές και τους διάφορους πολέμους ανάμεσα στα βασίλεια, τα στοιχεία της φύσης και την άγνοια. Πιθανότατα μάλιστα τα περισσότερα πλοία να χάθηκαν σε δυνατές καταιγίδες, ή εξαιτίας των δυσκολιών στη ναυσιπλοΐα και της έλλειψης χαρτών, παρά από πειρατικές επιθέσεις.



Το χερσαίο εμπόριο αντίθετα δεν αναπτύχθηκε πολύ και η πιο ενδιαφέρουσα εμπορική οδός ήταν εκείνη των καραβανιών από τη Συρία, τη Μεσοποταμία κ.τ.λ. Όσον αφορά εκείνο μέσω των ποταμών είχε περιορισμένη έκταση και αποκλειστικά τοπικό χαρακτήρα.

Ο πλέον σημαντικός ποταμός ήταν ο Νείλος, καθώς αποτελούσε την κύρια οδό του εσωτερικού εμπορίου της Αιγύπτου, αλλά και χρησιμοποιούνταν για τη μεταφορά των αγαθών από την Ινδία, την Αραβία και την ανατολική Αφρική προς τη Μεσόγειο.

11.3.7. Οι Ρωμαίοι και οι Βυζαντινοί

Γενικότερα στη Ρώμη οι εμπορικές δραστηριότητες θεωρούνταν ασχολίες των χαμηλότερων τάξεων, ενώ τα μέλη της υψηλής κοινωνίας βάσιζαν τον πλούτο τους στην εκμετάλλευση των γαιών, τις διοικητικές θέσεις και τα λάφυρα των πολέμων. Επομένως το εμπόριο δεν ήταν πολύ αναπτυγμένο.



Όμως κατά την εποχή της ρωμαϊκής ειρήνης το εμπόριο αναπτύχθηκε σε ένα ποσοστό. Εξήγαν ελάχιστα προϊόντα όπως μέταλλα και εισήγαν βαμβάκι, βαφές για ρούχα, κρασί, λάδι, σιτηρά κ.τ.λ.

Μετά του Ρωμαίους έρχονται οι Βυζαντινοί. Το εμπόριο των Βυζαντινών ξεκινάει περίπου τον 4^ο αι., αναπτύσσεται σημαντικά τον 5^ο αι. και από τότε κυριαρχεί στη Μεσόγειο (μαζί με τους Άραβες από τον 7^ο.)

μέχρι τον 12 αι., όπου παραγκωνίζεται από την Ιταλία. Η προνομιακή γεωγραφική θέση της ανάμεσα σε Ανατολή και Δύση την καθιστά κέντρο διαμετακομιστικού εμπορίου. Παράλληλα, λόγω της μεγάλης γεωγραφικής της έκτασης, το Βυζάντιο αποτελεί σημαντική εξαγωγική δύναμη γεωργικών και βιοτεχνικών προϊόντων και μεγάλη αγορά απορρόφησης αγαθών. Σημαντικότερα λιμάνια είναι η Κωνσταντινούπολη, η Αλεξάνδρεια, η Αντιόχεια, η Τραπεζούντα και η Θεσσαλονίκη.



Οι βυζαντινοί εξάγουν γεωργικά προϊόντα και πρώτες ύλες, όπως σιτάρι, κρασί, λάδι, ζάχαρη, μαστίχα, δέρματα, μαλλί, βαμβάκι, καθώς και είδη πολυτελείας, όπως μεταξωτά υφάσματα, σμάλτα, έργα ελεφαντουργίας και χαλκουργίας. Ακόμα, οι βυζαντινοί έχουν το μονοπώλιο σε πολλά είδη πολυτελείας, όπως το μετάξι, ο χρυσός, η πορφύρα, το αλάτι κ.τ.λ. Το μονοπώλιο αυτό ενισχύεται από το νόμο του καταλόγου των κεκωλυμένων, ο οποίος απαγορεύει την εξαγωγή αυτών των συγκεκριμένων προϊόντων.

11.3.8. Η Αναγεννησιακή Περίοδος

Το εμπόριο κατά την Αναγέννηση αναπτύσσεται σε μεγάλο βαθμό στη Βόρεια Ιταλία. Πιο συγκεκριμένα, αναπτύσσεται το εμπόριο ανταλλαγής πολυτελών αγαθών στη Μεσόγειο, όπως τα ψάρια και οι γούνες. Παράλληλα, όμως, αναπτύχθηκε και το εσωτερικό εμπόριο, φέρνοντας ευημερία στους πολίτες των εμπορικών πόλεων. Το διεθνές εμπόριο με τις χώρες της Μεσογείου έφερε πολλά χρήματα στους εμπόρους, οι οποίοι απέκτησαν μεγάλη οικονομική δύναμη. Αν και η βόρεια Ιταλία δεν εμπλέχτηκε με το εσωτερικό εμπόριο, κι εκείνη άκμασε λόγω της οικονομικής ανάπτυξης όλης της υπόλοιπης. Επίσης οι πόλεις της βόρειας Ιταλίας ενήργησαν ως κέντρα του διεθνούς εμπορίου για προϊόντα όπως μαλλί, μετάξι, μπαχαρικά, ασήμι και για οπλισμό. Κύρια εμπορικά κέντρα αποτελούσαν η Βενετία και η Γένοβα.



The Moneylender and his Wife. Quentin Massys, 1514.

11.3.9. Το ελληνικό εμπόριο στις αρχές και τα μέσα του 20^{ου} αιώνα

Σημαντικό ρόλο στην οικονομική ζωή των αρχών του 20ού αιώνα στην Ελλάδα έπαιξε το εμπόριο. Η πολύ περιορισμένη βιομηχανική

ανάπτυξη, σε συνδυασμό με τις εμπορευματικές καλλιέργειες που κυριαρχούσαν στη νότια Ελλάδα (π.χ. σταφίδα) αλλά και τη μεταπρατική παράδοση των Ελλήνων από τα χρόνια της οθωμανικής κατάκτησης, καθιστούσε τον τομέα των εμπορικών συναλλαγών βασικότατο παράγοντα της οικονομικής ανάπτυξης.



Σ' αυτό το σημείο πρέπει να επισημανθεί ο ρόλος των Ελλήνων των παροικιών, οι οποίοι είχαν δραστηριοποιηθεί έντονα στον τομέα του διαμετακομιστικού εμπορίου. Από τα τέλη του 19ου αιώνα αλλά κυρίως μετά το 1910 Έλληνες της διασποράς επανακάμπτουν στο εθνικό κέντρο συμβάλλοντας με τα κεφάλαιά τους στην οικονομική εξέλιξη. Παράλληλα, το ελληνικό εμπορικό ναυτικό έχει ήδη αναπτυχθεί από τα χρόνια της Οθωμανικής περιόδου. Από τα μέσα του 19ου αιώνα αρχίζει η μετάβαση από τη χρήση ιστιοφόρων στα ατμόπλοια. Αυτή η εξέλιξη συνεχίζεται με μεγάλη ένταση και ολοκληρώνεται στις αρχές του 20ου.

Έτσι, παρά τη δραματική μείωση του αριθμού των πλοίων από το 1875 ως το 1895 η χωρητικότητα του εμπορικού στόλου παρουσιάζει μια αντιστρόφως ανάλογα σημαντική αύξηση, που βέβαια έχει να κάνει με την ποιοτική διαφορά ανάμεσα στους δύο τύπους πλοίων. Η ελληνική ναυτιλία σιγά σιγά παίρνει ιδιαίτερα μεγάλες διαστάσεις. Το 1912 είναι η δεύτερη δύναμη στο εμπόριο της Μαύρης Θάλασσας μετά τη Μεγάλη Βρετανία, ενώ το 1914 είναι η 10η χώρα (6η με βάση τον πληθυσμό της) στην υπερωκεάνια ναυσιπλοΐα.

Στο μεσοπόλεμο η ανάπτυξη της αγοράς και η βελτίωση του κλίματος των επενδύσεων σχετίζονταν κυρίως με την προσπάθεια νομισματικής σταθεροποίησης και οικονομικής εξυγίανσης που ακολούθησαν οι κυβερνήσεις της εποχής. Τα χαμηλά -σε σύγκριση με τα ελληνικά- επιτόκια στις διεθνείς μητροπόλεις, είναι ο βασικός παράγοντας που ώθησε το ξένο επιχειρηματικό κεφάλαιο στη χρηματοδότηση μεγάλων δημόσιων έργων, αποξηραντικών, υδρευτικών καθώς και της επέκτασης του οδικού και σιδηροδρομικού δικτύου.. Μετά το ξέσπασμα της οικονομικής κρίσης του '29, τις παραδοσιακές αγορές στο χώρο του εμπορίου αντικατέστησαν οι νέες αγορές με το μηχανισμό του clearing (δηλ. συμψηφισμός σε είδος, χωρίς πληρωμή σε συνάλλαγμα) και βέβαια η αναπτυσσόμενη εγχώρια αγορά. Αυτή η μέθοδος, παρά τα σημαντικά μειονεκτήματά της, επέτρεπε τον αποτελεσματικό έλεγχο -εκ μέρους του κράτους- της σύνθεσης των εισαγωγών και των εξαγωγών. Με αυτό τον τρόπο, οι εισαγωγές μειώθηκαν στα απολύτως απαραίτητα (πρώτες ύλες κ.ά.), με συνέπεια τη μείωση του ελλείμματος του εμπορικού ισοζυγίου στο μισό σε διάρκεια 15 χρόνων (1924-1939).



11.3.10. Σύγχρονη Εποχή

Σύμφωνα με στοιχεία της Ε.Ε, μέσω της Μεσογείου διακινείται το 1/3 του όγκου του συνολικού παγκόσμιου εμπορίου, καθώς και το 1/4 της συνολικά μεταφερόμενης παγκοσμίως ποσότητας πετρελαίου. Για να υπάρξουν, όμως δυνατότητες οικονομικής ανάπτυξης χρειάζεται η συνεργασία όλων των χωρών της Μεσογείου.

Ακολουθεί ένας πίνακας με το εξαγωγικό εμπόριο της Ελλάδας στη Μεσόγειο:

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2013		
Προσωρινά στοιχεία (σε εκατ. ευρώ)		
Γεωγραφικές περιοχές	Εξαγωγές	
	2013	2012
ΣΥΝΟΛΟ	920,7	741,7
Γαλλία	51,2	43,4
Ιταλία	212,5	161,6

Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει.....

Ισπανία	60,5	27,0
Ουγγαρία	8,9	7,9
Σλοβενία	30,7	14,2
Κύπρος	80,6	105,2
Τουρκία	218,4	203,4
Αλβανία	23,2	39,7
Κροατία	3,7	3,6
Βοσνία-Ερζεγοβίνη	3,4	6,9
Μαυροβούνιο	9,3	9,5
Μαρόκο	48,7	2,4
Αλγερία	50,0	32,3
Τυνησία	2,9	15,2
Λιβύη	53,1	7,2
Αίγυπτος	18,2	24,9
Λίβανος	42,3	27,6
Συρία	0,5	8,7
Ισραήλ	2,4	0,9

12.1. ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΣΗ

Ο όρος *μετανάστευση*, τόσο κατά τις κοινωνικές επιστήμες όσο και κατά το Διεθνές Δίκαιο αναφέρεται στη, για διάφορους λόγους, γεωγραφική μετακίνηση ανθρώπων είτε μεμονωμένα είτε κατά ομάδες.

Η Μεσόγειος είναι ένας από τους διαδρόμους που χρησιμοποιούνται από τα μεταναστευτικά κύματα προς την Ευρώπη και προς τον υπόλοιπο κόσμο με στόχο την επιβίωση και ένα καλύτερο αύριο. Στο σημείο αυτό θα πρέπει να επισημανθεί το γεγονός ότι οι χώρες της Μεσογείου είναι χώρες που και δέχονται μετανάστες αλλά και από τις οποίες προέρχονται μετανάστες προς την ευρωπαϊκή ένωση και τον υπόλοιπο κόσμο.



Η μετανάστευση είναι πολύ δύσκολο, αν όχι ακατόρθωτο να αντιμετωπιστεί. Οι μετανάστες που κατακλύζουν την Μεσόγειο κάθε χρόνο είναι στην πλειοψηφία της μουσουλμανικής καταγωγής, κάτι που την υποχρεώνει να διαφυλάξει και να καλλιεργήσει ακόμα περισσότερο τις σχέσεις της με τον μουσουλμανικό κόσμο.

Πρέπει να οριστούν οι προϋποθέσεις, ώστε να διαφυλαχτεί η ευρωπαϊκή κουλτούρα και οι ευρωπαϊκές πολιτισμικές παραδόσεις, χωρίς αυτό να δημιουργεί προβλήματα ρατσισμού και αρνητικής αντιμετώπισης των μεταναστών από τα κράτη-μέλη και τους πολίτες τους.

Αιτίες

Οι λόγοι που γεννούν το φαινόμενο της μετανάστευσης είναι ποικίλοι κι εξαρτώνται από τις συνθήκες που επικρατούν κατά δεδομένη κάθε φορά χρονική περίοδο από τους τόπους της προγενέστερης διαμονής στους τόπους αποδημίας.

Ανθρώπινη μετανάστευση

Μεγαλύτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η μετανάστευση των ανθρώπων, που είναι φαινόμενο πανάρχαιο και που κάθε φορά καθορίζεται από διαφορετικούς παράγοντες. Στα προϊστορικά ακόμη χρόνια, οι διάφορες ανθρώπινες φυλές ήταν αναγκασμένες να μεταναστεύουν από τον έναν τόπο στον άλλο, προσπαθώντας να επιβιώσουν. Από τα κρύα κλίματα πήγαιναν στα πιο ζεστά, από τα ορεινά στα πεδινά, από τα φτωχά σε καρπούς και κυνήγι στα περισσότερο πλούσια. Βλέπουμε λοιπόν πως ο κύριος λόγος που δικαιολογούσε τη σταθερή μετανάστευση στο παρελθόν, ήταν η προσπάθεια επιβίωσης. Ο ίδιος λόγος ισχύει σε σημαντικό βαθμό και μέχρι σήμερα, που η μετανάστευση εμφανίζεται με καινούριες μορφές. Ενώ στα προϊστορικά χρόνια ήταν γενικό φαινόμενο η μετανάστευση κι αναγκαστικό πολλές φορές, στην ιστορική πια εποχή αρχίζει να διαφοροποιείται να σταματά βέβαια. Τώρα, μεγάλες ομάδες ανθρώπων μεταφέρονται από τον ένα

τόπο στον άλλο, μέσα στα πλαίσια κυριαρχησης πάνω στους συνανθρώπους τους και κατάκτησης καινούριων χωρών.

Αυτό ισχύει για τον αποικισμό από τους αρχαίους Έλληνες μεγάλων περιοχών της Μεσογείου, πράγμα που γενικεύεται κατά τους αλεξανδρινούς χρόνους, υποβοηθούμενο από την κατακτητική πολιτική των Ελλήνων βασιλιάδων της εποχής αυτής. Φοβερά μεγάλη ήταν η μετανάστευση των μεσογειακών Ευρωπαίων προς την Αμερική, Αφρική και Ασία, με την ανακάλυψη αυτών των ηπείρων και του φυσικού πλούτου που διάθεταν. Η μετανάστευση, που άρχισε αυτά τα χρόνια και συνεχίστηκε για αρκετούς αιώνες, έπαιξε καθοριστικό ρόλο στην όλη εξέλιξη της ανθρώπινης κοινωνίας. Ο κόσμος πήρε μια άλλη όψη κι οι ήπειροι αυτές έχασαν σε σημαντικό βαθμό το δικό τους καθαρό χαρακτήρα. Παράλληλα, τα αποτελέσματα αυτής της μετανάστευσης για τους λαούς των αποικιών ήταν μοιραία, γιατί ουσιαστικά οι μετανάστες μετέτρεψαν τους αυτόχθονες σε δούλους τους.

Μετά τον Α΄ Παγκόσμιο Πόλεμο, η μετανάστευση παίρνει καινούριες μορφές. Ο πόλεμος αυτός έριξε τις περισσότερες χώρες της νότιας Ευρώπης σε οικονομική κρίση, τις συνέπειες της οποίας προσπάθησε να αποφύγει σημαντικός αριθμός κατοίκων τους, μεταναστεύοντας στις ΗΠΑ, που δεν είχαν θιγεί άμεσα από την παγκόσμια σύρραξη και βάδιζαν σταθερά κι ανοδικά προς την κατάκτηση της παγκόσμιας ηγεμονίας. Παρόλα τα μέτρα που πάρθηκαν από τις κυβερνήσεις, η διαρροή των φτωχών νοτιοευρωπαίων προς τη μεγάλη ήπειρο συνεχίστηκε και μετά το Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο. Καινούριο κύμα μετανάστευσης έχουμε στη διάρκεια και μετά τον πόλεμο αυτό, όπου χιλιάδες άτομα ξεκληρίστηκαν, ξεσηκώθηκαν και κυνηγήθηκαν από τους τόπους τους και μεταφέρθηκαν, είτε εθελοντικά είτε συχνά με τη βία, στα πιο απίθανα μέρη της γης.

Μετά το Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, στην Ευρώπη η Γερμανία και στην Αμερική οι ΗΠΑ κι ο Καναδάς άρχισαν σιγά - σιγά να γίνονται οι παγκόσμιες αγορές εργατικής δύναμης, που εξασφαλιζόνταν από τα φτωχά και οικονομικά καθυστερημένα κράτη, σαν την Ελλάδα, Ισπανία, Τουρκία, ορισμένα κράτη της Ασίας κ.ά. Η δυνατότητα απορρόφησης όλων αυτών των μισθωτών εργατών από αλλού, δόθηκε στις παραπάνω χώρες με την τεράστια οικονομικοτεχνική ανάπτυξη που χαρακτηρίζει τα μεταπολεμικά χρόνια.

Μετανάστες από τη Μεσόγειο οι πρώτοι βορειοευρωπαίοι γεωργοί

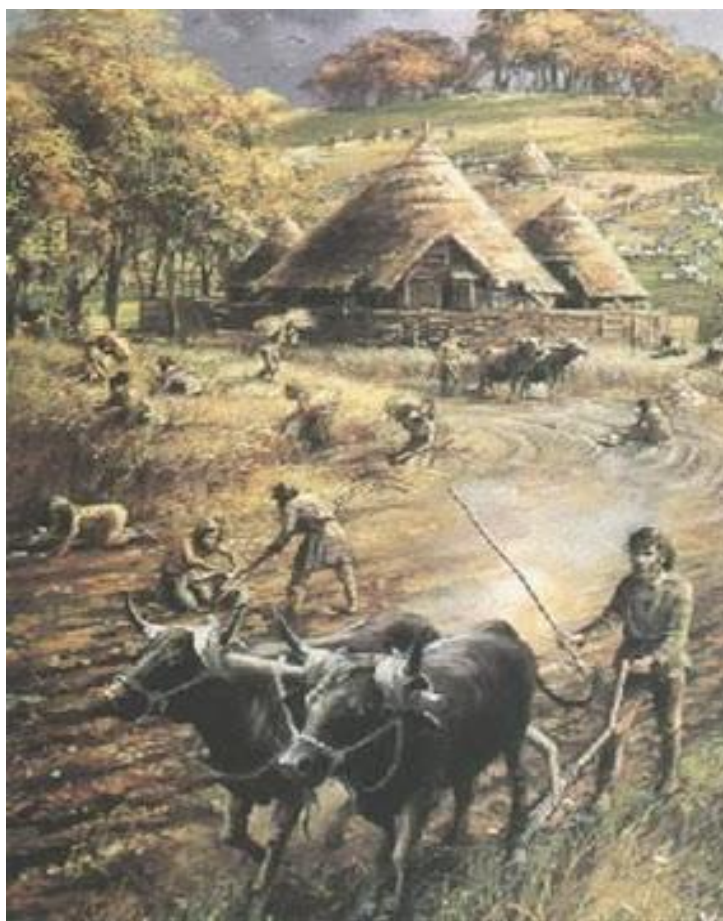
Πριν από μερικές χιλιάδες χρόνια, το ευρωπαϊκό lifestyle υπέστη μια δραματική αλλαγή: οι κοινωνίες τροφосуλλεκτών αντικαταστάθηκαν σταδιακά από τις πρώτες αγροτικές κοινότητες. Έρευνα που δημοσιεύεται στην επιθεώρηση «Science» διαπιστώνει τώρα ότι οι πρώτοι γεωργοί της Βόρειας Ευρώπης ήταν πιθανώς μετανάστες από τη Μεσόγειο, καθώς παρουσίαζαν γενετικές ομοιότητες με τους σημερινούς πληθυσμούς της Ελλάδας, της Ιταλίας και της Κύπρου. Από προηγούμενες αρχαιολογικές μελέτες είναι πλέον γνωστό ότι η γεωργία εμφανίστηκε στη Μέση Ανατολή πριν από περίπου 11.000 χρόνια. Πριν από 6.000 χρόνια, είχε πλέον εξαπλωθεί στο μεγαλύτερο μέρος της Ευρώπης. Οι ανθρωπολόγοι όμως συνεχίζουν να διαφωνούν για το πώς μπορεί να συνέβη αυτό. Ήταν άραγε οι ίδιοι οι γεωργοί που μετανάστευαν προς το βορρά, ή μήπως η ιδέα της γεωργίας διαδόθηκε από πολιτισμό σε πολιτισμό. Η τελευταία μελέτη, που δείχνει να ενισχύει την υπόθεση της μετανάστευσης, βρίσκεται σε συμφωνία με προηγούμενες γενετικές έρευνες οι οποίες όμως εξέταζαν ένα πολύ μικρό κομμάτι του γονιδιώματος, και συγκεκριμένα το χρωμόσωμα Υ ή το λεγόμενο μιτοχονδριακό DNA.

Αυτή τη φορά, οι ερευνητές ανέλυσαν ένα μεγαλύτερο τμήμα του γονιδιώματος, με συνολικό μήκος περίπου 250.000 ζευγών βάσεων, από τα τρία δισ. ζεύγη βάσεων στο σύνολο του ανθρώπινου DNA.



Η ερευνητική ομάδα στο Πανεπιστήμιο της Ουψάλα στη Σουηδία συνέκρινε τρεις σκελετούς που χρονολογούνται στα 5.000 χρόνια: τρεις τροφοσυλλέκτες που είχαν ταφεί στο νησί Γκότλαντ νότια της Στοκχόλμης και μια γυναίκα γεωργό που ζούσε την ίδια εποχή στην ηπειρωτική Σουηδία, σε απόσταση περίπου 400 χιλιομέτρων. Οι διατροφικές συνήθειες των νεολιθικών αυτών ανθρώπων ήταν γνωστές από τα ευρήματα στους τάφους τους. Η ανάλυση έδειξε ότι η προϊστορική αγρότισσα παρουσίαζε εκτεταμένες γενετικές διαφορές από τους τροφοσυλλέκτες της εποχής της, αλλά εμφάνιζε αξιοσημείωτες ομοιότητες με τους σημερινούς κατοίκους της νότιας Μεσογείου, και συγκεκριμένα τους κατοίκους της Ελλάδας, της Κύπρου και της Σαρδηνίας. Αντίθετα, οι τρεις τροφοσυλλέκτες της μελέτης έμοιαζαν γενετικά με τους σημερινούς κατοίκους της Σκανδιναβίας. Όπως αναφέρει η ερευνητική ομάδα στο Science, οι διαφορές που εντοπίστηκαν αποτελούν ένδειξη ότι η αγρότισσα του Γκότλαντ ήταν απόγονος μεταναστών από τη Μεσόγειο. «Αν η γεωργία είχε εξαπλωθεί

αποκλειστικά ως πολιτισμική διαδικασία, δεν θα περιμέναμε να βρούμε έναν αγρότη του βορρά με τόσο μεγάλη γενετική συγγένεια με τους νότιους πληθυσμούς» σχολιάζει ο εξελικτικός βιολόγος Π. Σκόγκκλουντ, πρώτος συγγραφέας της δημοσίευσης. Τα συμπεράσματα της έρευνάς του είναι σαφή, δεν μπορούν όμως να θεωρηθούν απολύτως βέβαια χωρίς την εξέταση περισσότερων νεολιθικών τροφосуλλεκτών και γεωργών.



Λαθρομετανάστευση

Σύμφωνα με στοιχεία που έδωσαν στη δημοσιότητα τα κεντρικά της Υ.Α. στη Γενεύη, περισσότερα από 58.000 άτομα μπήκαν το 2012ι λαθραία στην ΕΕ μέσω της Μεσογείου.

Η Υ.Α. κατέγραψε ένα ακόμη θλιβερό ρεκόρ: η Μεσόγειος αποδείχτηκε το πιο θανατηφόρο θαλάσσιο πέρασμα για πρόσφυγες και μετανάστες το 2011, καθώς περισσότεροι από 1.500 έχασαν τη ζωή τους προσπαθώντας να φθάσουν στην Ευρώπη.

Η συντριπτική πλειοψηφία των ανθρώπων αυτών διέσχισε τη Μεσόγειο στο πρώτο μισό του 2011 - από τα μέσα Αυγούστου ως το τέλος Δεκεμβρίου, αφίχθησαν μόνο τρία πλοία. Ανησυχία όμως προκαλεί το γεγονός ότι τον πρώτο μήνα του 2012, παρά τις άσχημες καιρικές συνθήκες και την άγρια θάλασσα, τρία πλοία έχουν ήδη αποπειραθεί να πραγματοποιήσουν το επικίνδυνο ταξίδι, από τα οποία το ένα αγνοείται μαζί με τους 55 επιβάτες του ενώ τα άλλα δύο που κατάφεραν να φθάσουν στην Ιταλία και τη Μάλτα χρειάστηκαν διάσωση.

Τα αρνητικά ρεκόρ του 2011 σημειώθηκαν παρά τη δράση της Frontex, που περιπολεί με σκάφη στα εξωτερικά θαλάσσια σύνορα της ΕΕ για να εξασφαλίσει ότι θα είναι όσο το δυνατόν πιο αδιαπέραστα, καθώς και τις ενέργειες της Europol η οποία έχει στο στόχαστρο τα οργανωμένα δίκτυα που διακινούν παράνομους μετανάστες.

Τη δεύτερη θέση κατέχει το έτος 2008, με 54.000 παράνομες αφίξεις σε Ελλάδα, Ιταλία και Μάλτα από τη Μεσόγειο. Σύμφωνα με την Ύπατη Αρμοστεία, τα έτη 2009 και 2010 σημειώθηκε αισθητή πτώση των αφίξεων δια θαλάσσης ακριβώς λόγω της ενίσχυσης των συνοριακών ελέγχων. Το ρεκόρ του 2011 οφείλεται στην κατάρρευση των καθεστώτων στην

Τυνησία και ιδίως στη Λιβύη, που έστειλε κύματα μεταναστών προς την Ευρώπη.

Από άποψη θανάτων, ο δεύτερος μεγαλύτερος αριθμός σημειώθηκε το 2007 όταν 630 άνθρωποι καταγράφηκαν ως νεκροί ή αγνοούμενοι στη Μεσόγειο.

Παρότι η Ελλάδα έχει τα μακρύτερα εξωτερικά θαλάσσια σύνορα της ΕΕ, η συντριπτική πλειοψηφία των περυσινών αφίξεων μέσω θαλάσσης πραγματοποιήθηκε στην Ιταλία - 56.000 άτομα, 1.574 και 1.030 σε Ελλάδα και Μάλτα αντίστοιχα. Αν όμως προσθέσουμε και τα χερσαία εξωτερικά σύνορα της ΕΕ στον Έβρο, η Ελλάδα συναγωνίζεται την Ιταλία για την πρώτη θέση καθώς 55.000 μετανάστες διέσχισαν παράτυπα τα ελληνοτουρκικά σύνορα, σύμφωνα με στοιχεία των ελληνικών Αρχών.

Οι επιζήσαντες διηγήθηκαν στο προσωπικό της Υ.Α. οδυνηρές ιστορίες, με ένοπλους φρουρούς να τους στοιβάζουν σε ακατάλληλα πλοία τα οποία πρόσφυγες και μετανάστες αναγκάζονταν σε πολλές περιπτώσεις να οδηγήσουν οι ίδιοι. Επιπλέον, ορισμένοι ανέφεραν στην Υ.Α. ξυλοδαγμό και κακοποίηση τους από συνταξιδιώτες τους.

Η Υ.Α. καλεί όλους τους πλοίαρχους της Μεσογείου, που αποτελεί ένα από τα πλέον πολυσύχναστα θαλάσσια περάσματα του κόσμου, να επαγρυπνούν και να εκτελούν τα καθήκοντά τους για τη διάσωση σκαφών σε κίνδυνο.

Η λαθραία εισροή μεταναστών στην Ευρώπη από τη Λιβύη αναμένεται να συνεχιστεί αμείωτη το 2013 διότι, όπως οι ίδιοι περιγράφουν στην Υ.Α., η εκεί κατάσταση γίνεται όλο και πιο επικίνδυνη, ιδίως για τους αφρικανούς οικονομικούς μετανάστες. «Μερικοί παρομοιάζουν την κατάσταση σε ορισμένες περιοχές της Λιβύης με την ανομία που επικρατεί στη Σομαλία», συνεχίζει ο Ελούλ από τη Βαλέτα. «Οι Λίβυοι τους αποκαλούν "μουταζάκα", που σημαίνει "μισθοφόρος" στα

Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει.....

αραβικά, και τους κατηγορούν ότι είναι "τα αδέρφια του Καντάφι". Οπως εξηγούν, οι λαθρέμποροι, που ζητούν 400 δολάρια το κεφάλι για να τους περάσουν στην απέναντι πλευρά της Μεσογείου, αποτελούν τη μοναδική τους διέξοδο».

Παράνομος μετανάστης

Παράνομος μετανάστης είναι εκείνος που δεν έχει την απαραίτητη άδεια από το νόμο ή τα απαραίτητα ταξιδιωτικά έγγραφα για να μπει ή να παραμείνει σε μια χώρα.



«Εξήντα οκτώ Σομαλοί, 58 άντρες και 10 γυναίκες, έφθασαν πρόσφατα στη Μάλτα ύστερα από τέσσερις ημέρες στην ανοιχτή

θάλασσα στοιβαγμένοι σε μια μικρή βάρκα. Μια γυναίκα γέννησε μέσα στη σωστική λέμβο της μαλτέζικης ακτοφυλακής ενώ ένας άντρας πέθανε στη διάρκεια του ταξιδιού επειδή ήπιε θαλασσινό νερό», λέει στο «Βήμα» ο κ. Φαμπρίτσιο Ελούλ από το γραφείο της Ύπατης Αρμοστείας του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες (UNHCR) στη Βαλέτα.



Προβλέψεις για το μέλλον

Η Ευρώπη θα χρειαστεί στο μέλλον περισσότερους μετανάστες για δημογραφικούς και οικονομικούς λόγους . Η μετανάστευση αποτελεί ένα μόνιμο ζήτημα για την Ευρώπη, ώστε οι μετανάστες να εντάσσονται στις ευρωπαϊκές κοινωνίες με σεβασμό στα δικαιώματά τους χωρίς να διαταράσσεται η κοινωνική συνοχή και η σταθερότητα της κοινωνίας υποδοχής, με στόχο να μεγιστοποιηθούν τα κοινωνικά και οικονομικά οφέλη και να ελαχιστοποιηθεί το κόστος και για τις δυο πλευρές. Η παράνομη μετανάστευση προς την ΕΕ έχει δημιουργήσει προβληματισμούς διότι πολλοί από αυτούς επιχειρούν την παράνομη είσοδο στις ευρωπαϊκές χώρες, έτσι αποφάσισε να επαναπατρίσει πίσω στις χώρες προέλευσής τους ένα μεγάλο αριθμό αυτών. Οι μετανάστες

αντιμετωπίζουν πρόβλημα δημογραφικής μεταβολής, αλλά και φτώχειας που επικρατεί μεταξύ τους.

Τα μεταναστευτικά κύματα θα περιοριστούν μετά από το έτος 2020, εκτός από αυτά που προέρχονται από τις υπο-Σαχάριες χώρες. Το ζήτημα της μετανάστευσης γίνεται οξύτερο όταν οι χώρες προέλευσης των μεταναστών αφενός δεν κάνουν προσπάθειες να εμποδίσουν τα μεταναστευτικά κύματα και, αφετέρου, δεν δέχονται, όπως έχουν την υποχρέωση, την επιστροφή των μεταναστών από τη χώρα της τελευταίας εισόδου, με σκοπό τον επαναπατρισμό τους στη χώρα προέλευσης τους.



Για την επίτευξη του στόχου της ένταξης των μεταναστών πρέπει οι χώρες υποδοχής να προσανατολιστούν και να ενθαρρύνουν:

- Την εκπαίδευση και την επιμόρφωση των μεταναστών με στόχο την ενεργότερη συμμετοχή τους στην κοινωνία.

- Την παραχώρηση δικαιωμάτων στους πολίτες τρίτων χωρών

- Την πρόσβαση των μεταναστών χωρίς διακρίσεις στην απασχόληση

- Την δυνατή δημόσια παρουσία, συμμετοχή και αλληλοδράση μεταξύ μεταναστών και πολιτών της

- Το ενδεχόμενο θέσπισης διαδικασιών ελέγχου των γλωσσικών δεξιοτήτων και γνώσεων
- Την πολιτική συμμετοχή των μεταναστών σε τοπικό επίπεδο
- Τον έλεγχο και την συνεχή παρακολούθηση των διακρίσεων και των ρατσιστικών συμπεριφορών
- Την γενική τάση που θα επικρατεί στο εσωτερικό των χωρών υποδοχής.

Η Ελλάδα, λόγω της εγγύτητας των νησιών του Αιγαίου με τα παράλια της γειτονικής Τουρκίας, έχει καταστεί <<πύλη εισόδου>> μεταναστών με κατεύθυνση τις ευρωπαϊκές χώρες.

Η Ελλάδα έχει τεράστια αύξηση, αποδεικνύοντας με αυτόν τον τρόπο α) την αδυναμία ελέγχου των συνόρων της β) την αδιαφορία της γειτονικής Τουρκίας γ) ότι το ζήτημα της μετανάστευσης πρέπει να αντιμετωπιστεί από κοινού με όλες τις άλλες χώρες της ΕΕ.

Οι επιχειρήσεις διάσωσης για τους πρόσφυγες που προσπαθούν να περάσουν στις βόρειες ακτές της Μεσογείου, έχουν σαν αποτέλεσμα χιλιάδες θύματα λόγω κακού συντονισμού.

Μόνο κατά το τρέχον έτος, οι νεκροί που προσδοκούσαν ένα καλύτερο αύριο στις βόρειες ακτές της Μεσογείου, ανέρχονται σε 170, συμπεριλαμβανομένου του τραγικού περιστατικού που σημειώθηκε στις αρχές Ιουλίου, όπου 54 έχασαν την ζωή τους από αφυδάτωση μέσα στην βάρκα που επέβαιναν.

Από το 1998 περίπου 13.500 έχουν αφήσει την τελευταία τους πνοή στην προσπάθεια τους να διασχίσουν την Μεσόγειο. Το 2011 είναι το έτος με τους πιο πολλούς νεκρούς, αφού άφησε πίσω του τουλάχιστον 1500 πτώματα.

Το πιο τρανταχτό παράδειγμα αποτυχημένων επιχειρήσεων διάσωσης συνέβη τον Απρίλιο του 2011 που 72 άτομα που επιβιβάστηκαν σε μια βάρκα από την Λιβύη, βρέθηκαν αβοήθητα για δύο εβδομάδες στη Μεσόγειο. Σε αυτό το διάστημα εμπορικά πλοία έπλεαν στην περιοχή και πλοία του ΝΑΤΟ πραγματοποιούσαν περιπολίες.



Η βάρκα παρασύρθηκε τελικά πίσω στην Λιβύη, αλλά μέχρι τότε είχαν πεθάνει ήδη 61 άτομα. Σοβαρά ερωτήματα παραμένουν αναπάντητα σχετικά με το γιατί το σκάφος δεν βοηθήθηκε παρά τα σήματα κινδύνων.

13.1. ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

13.1. Εισαγωγή

Ο τουρισμός είναι μια σπουδαίας σημασίας οικονομική δραστηριότητα στην περιοχή της Μεσογείου, με εξαιρετική συμβολή στην απασχόληση και στην οικονομική μεγέθυνση της περιοχής, παράλληλα με την ανάπτυξη και την κοινωνικοοικονομική της ολοκλήρωση, τόσο στις αγροτικές όσο και στις περιφερειακές και υποανάπτυκτες περιοχές. Επίσης σύμφωνα με στατιστικά ανάμεσα στους 35 πιο δημοφιλείς τουριστικούς προορισμούς παγκοσμίως συγκαταλέγονται 12 χώρες από την περιοχή της Μεσογείου.

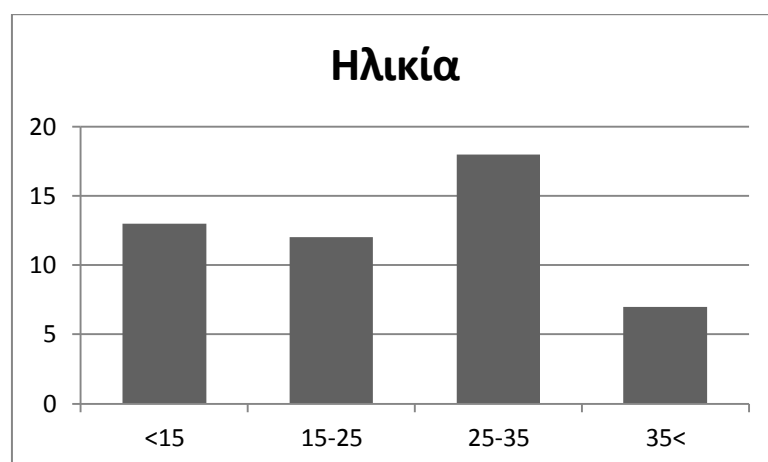
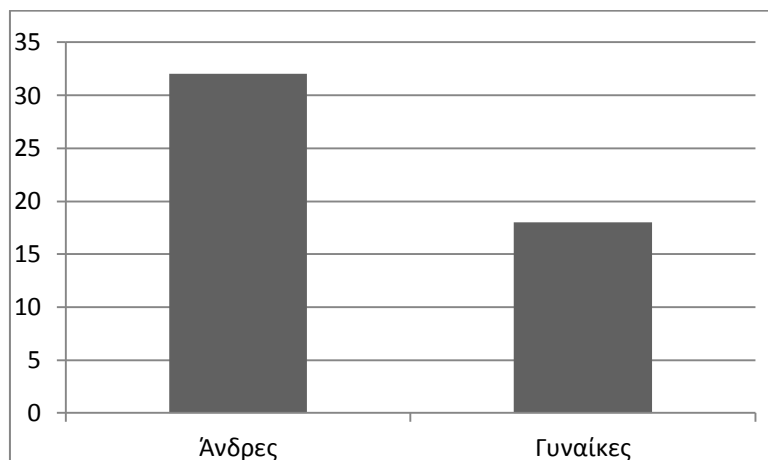
Η ομάδα μας ασχολήθηκε με τον τομέα τουρισμού στην Μεσόγειο. Αρχικά δημιουργήσαμε ένα ερωτηματολόγιο για να επιβεβαιώσουμε τα ερευνητικά ερωτήματα τα οποία μας παρακίνησαν να αναλάβουμε την εργασία. Στη συνέχεια επεξεργαστήκαμε τα αποτελέσματα του ερωτηματολογίου και καταλήξαμε σε κάποια συμπεράσματα.

Τα ερευνητικά ερωτήματα:

Για κάθε ερώτηση είχαμε κάνει και μία υπόθεση που στις περισσότερες περιπτώσεις επιβεβαιώθηκε.

Λόγω της οικονομικής κρίσης ξέραμε ότι οι άνθρωποι δεν ταξιδεύουν πολύ στην Μεσόγειο εκτός Ελλάδος, ενώ όταν ταξιδεύουν ξοδεύουν όχι πολλά χρήματα.

Δημογραφικά στοιχεία:

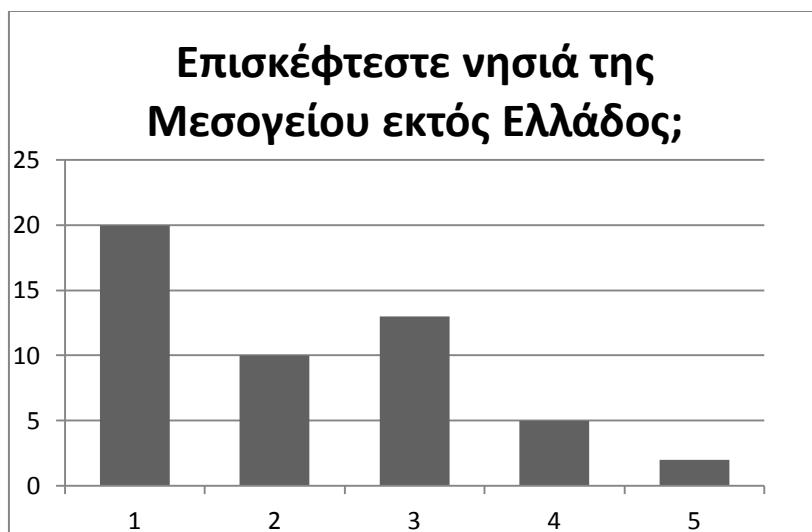


Ακολουθούν οι ερωτήσεις με τις απαντήσεις σε μορφή διαγράμματος:

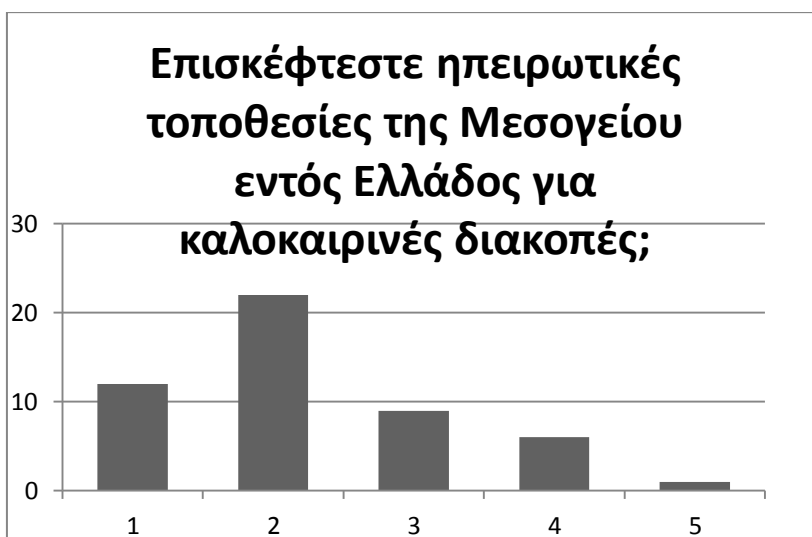
(1: ελάχιστος βαθμός , 5: μέγιστος βαθμός)



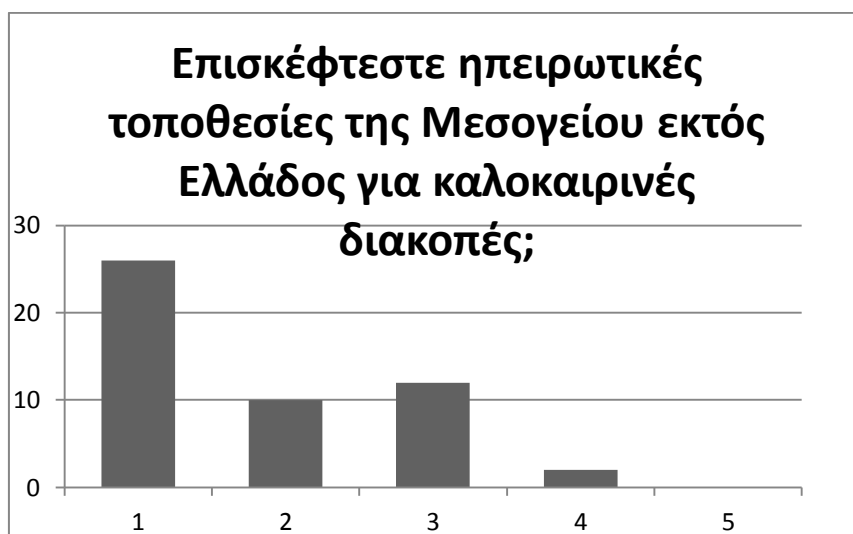
Σχόλιο: Στο παραπάνω γράφημα επιβεβαιώθηκαν οι υποθέσεις που είχαμε κάνει. Πιο συγκεκριμένα είχαμε υποθέσει πως οι περισσότεροι άνθρωποι επισκέπτονται νησιά στην Μεσόγειο εντός Ελλάδος, κάτι που επαληθεύτηκε μέσω των απαντήσεων από τα ερωτηματολόγια.



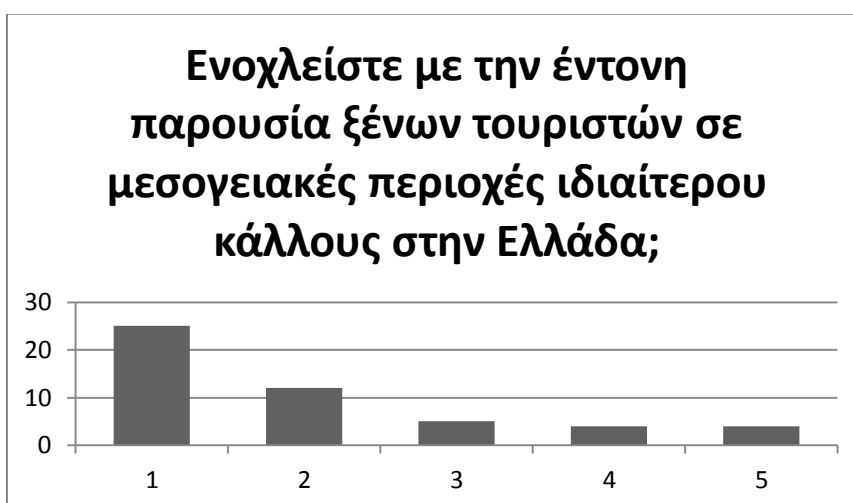
Σχόλιο: Επίσης επαληθεύτηκαν οι ερευνητικές μας υποθέσεις αφού το μεγαλύτερο μέρος των ανθρώπων δεν πηγαίνουν σε νησιά της Μεσογείου εκτός Ελλάδας κυρίως λόγω της οικονομικής κρίσης.



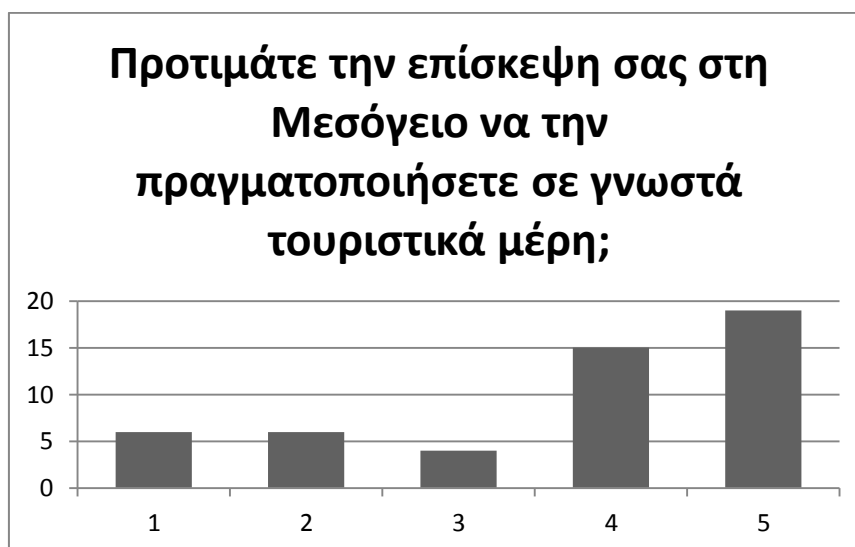
Σχόλιο: Παρατηρούμε πως πολύ λίγοι πηγαίνουν σε ηπειρωτικές τοποθεσίες την καλοκαιρινή περίοδο έστω και εντός Ελλάδας.



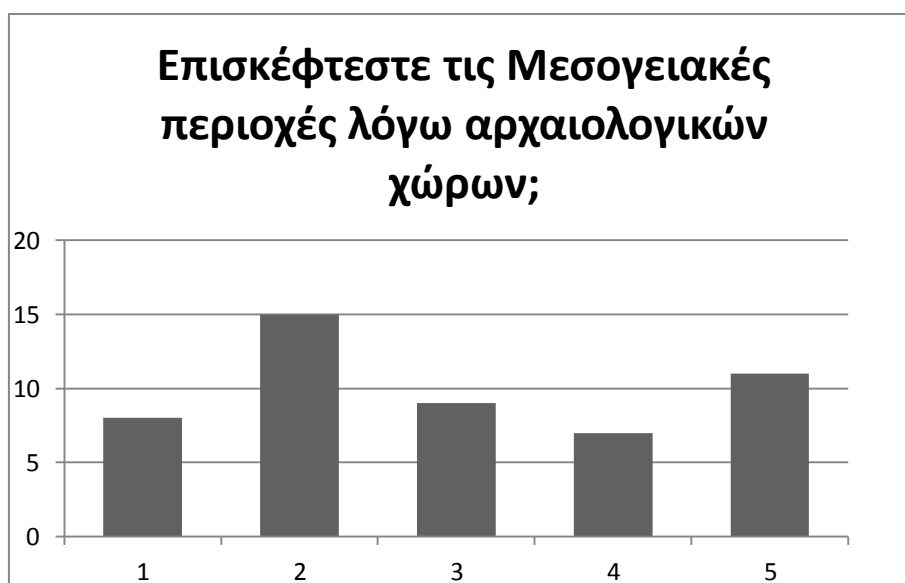
Σχόλιο: Επίσης εδώ βλέπουμε πως είναι μηδενικοί αυτοί που επισκέπτονται ηπειρωτικές τοποθεσίες εκτός Ελλάδας σε χώρες της Μεσογείου στην καλοκαιρινή περίοδο λόγω και της οικονομικής κρίσης.



Σχόλιο: Σε αυτή την ερώτηση βλέπουμε πως οι Έλληνες δεν ενοχλούνται σχεδόν καθόλου με την παρουσία των ξένων τουριστών στις ελληνικές παραλίες.



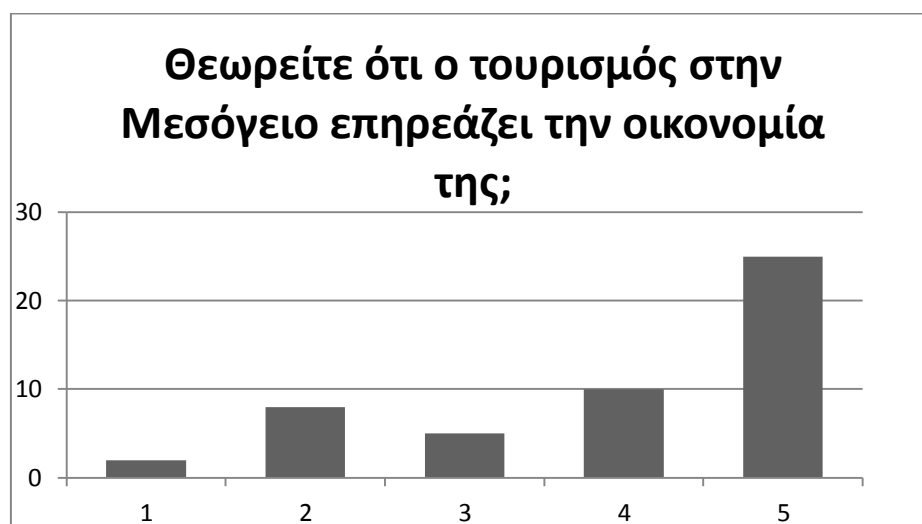
Σχόλιο: Εδώ παρατηρούμε πως υπάρχει μια κλίση των ανθρώπων προς τα διάσημα τουριστικά θέρετρα παρά προς τις μη γνωστές περιοχές.



Σχόλιο: Μοιρασμένοι οι ερωτηθέντες σε αυτή την ερώτηση κυρίως επειδή η σημερινή νεολαία προτιμά κατά κύριο λόγο τις γνωστές τουριστικές περιοχές παρά τις ιστορικές.

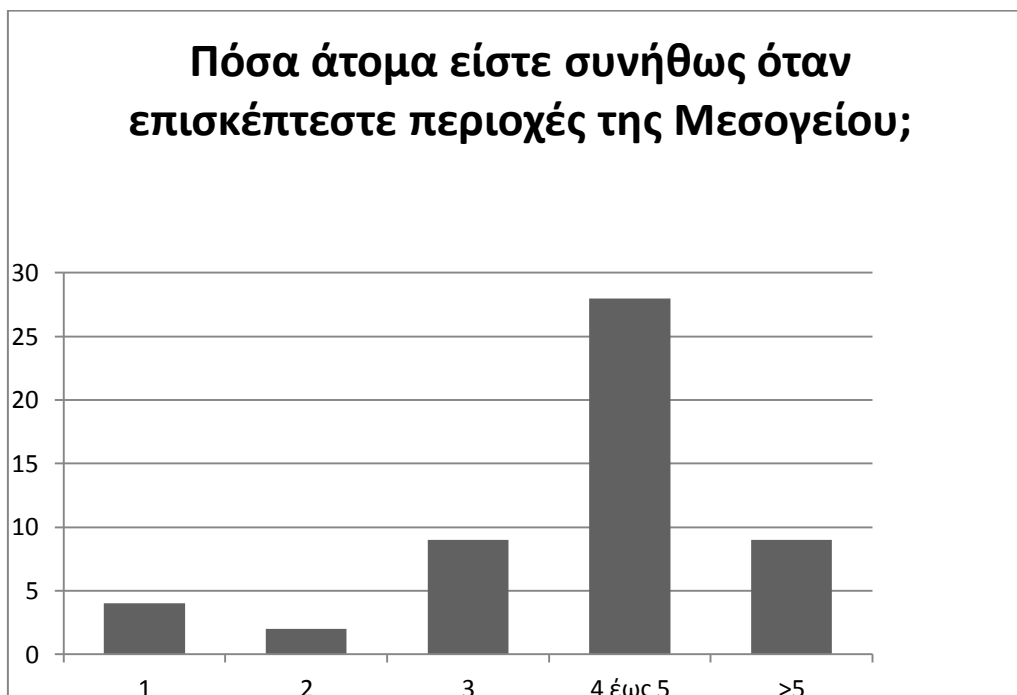


Σχόλιο: Ομοίως με το προηγούμενο διάγραμμα.



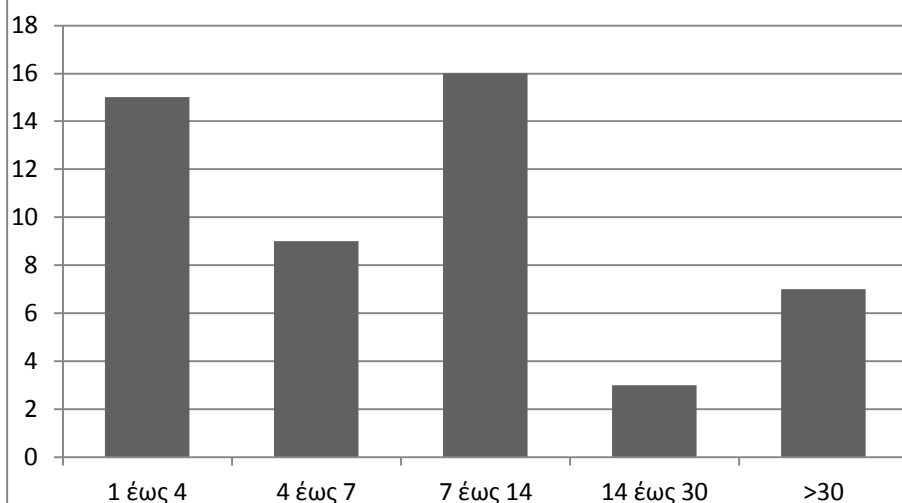
Σχόλιο: Σε αυτό το διάγραμμα φαίνεται πως η συντριπτική πλειοψηφία των ερωτηθέντων πιστεύει πως ο τουρισμός παίζει καθοριστικό ρόλο στην οικονομία της Μεσογείου.

Οι ακόλουθες ερωτήσεις του ερωτηματολογίου είναι πολλαπλής επιλογής:

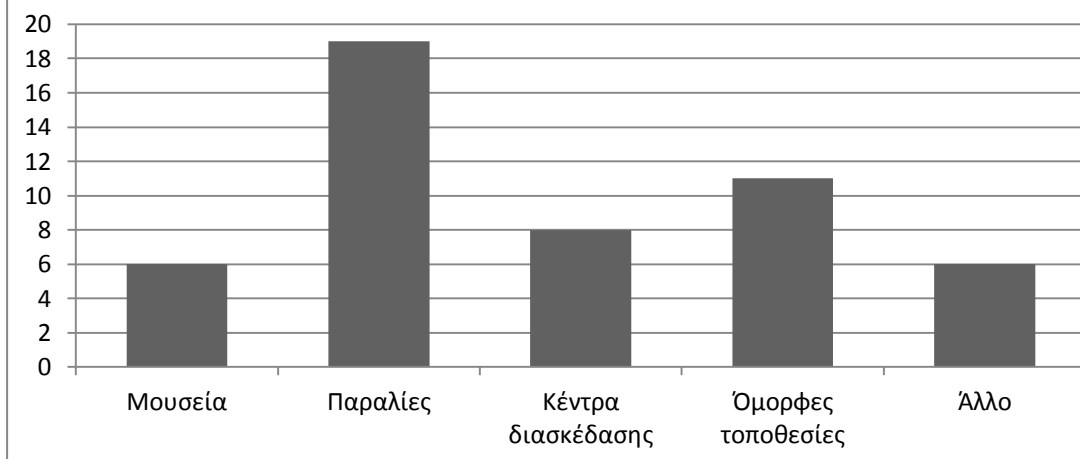


Σχόλιο: Στο παραπάνω διάγραμμα υπάρχει μια σαφής απεικόνιση της οικονομικής κρίσης.

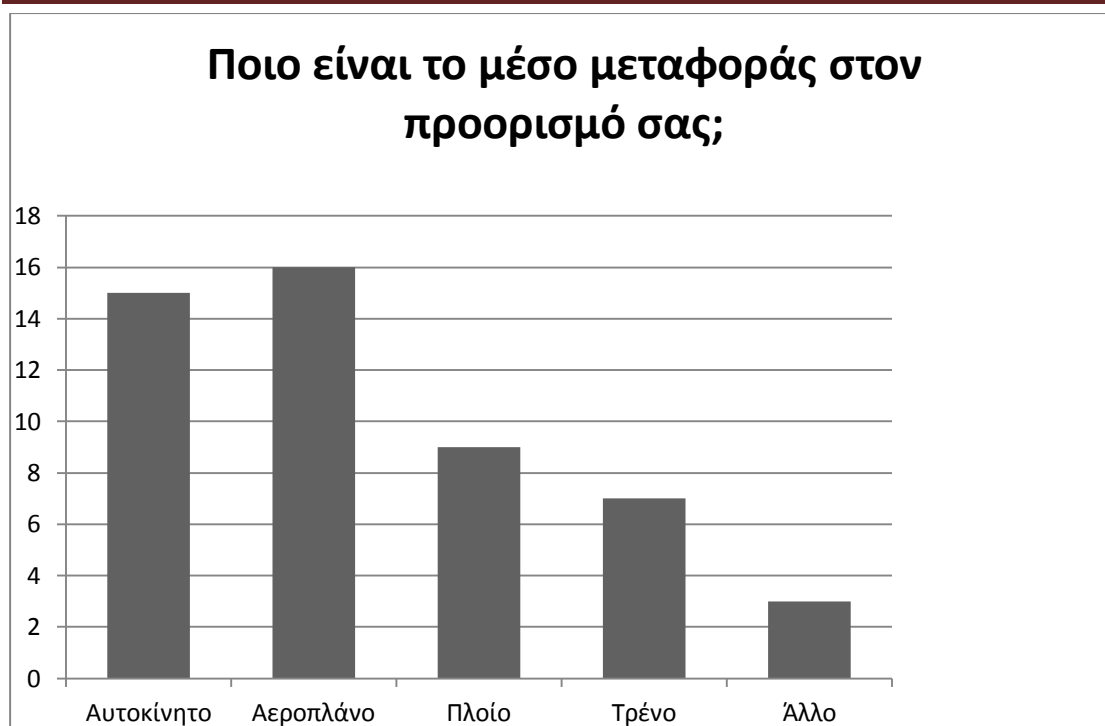
Πόσες ημέρες μένετε σε αυτές τις περιοχές συνήθως;



Τι είδους "αξιοθέατα" επισκέπτεστε σε αυτές τις περιοχές; (Μπορείτε να κυκλώσετε πάνω από μια απάντηση)







Σχόλιο: Στο τελευταίο διάγραμμα παρατηρούμε την προτίμηση του αεροπλάνου ως μέσο μεταφοράς και αυτό λόγω διαφόρων εκπτώσεων και διευκολύνσεων που προσφέρουν τελευταία οι αεροπορικές εταιρίες προς εγχώριους νησιωτικούς προορισμούς.

Βιβλιογραφία

- Abulafia D, (2004), *Η Μεσόγειος στην ιστορία*, Αθήνα: Πατάκη.
- Αηδόνη Σ. κ.ά., (2002), *Ταξίδια στις Βυζαντινές θάλασσες*, Αθήνα:
Υπουργείο Πολιτισμού και Τουρισμού
- Bavestrello, G. et al (1997). Damage by fishing activities to the Gorgonian coral *Paramuricea clavata* in the Ligurian Sea. *Aquatic Conservation: Marine and Freshwater Ecosystems*, 7(3): 253-262
- Boudouresque C.F. & Peret M., (1977). Inventaire de la flore marine de Corse (Mediterranee) Rhodophyceae, Phaeophyceae, Chlorophyceae et Bryopsidophyceae. *Bibliotheca Phycologia*, 25: 1-171
- Braudel, F. (2000), *Οι μνήμες της Μεσογείου*, Αθήνα: Λιβάνη
- Braudel, F.. κ.α.(1991), *Η Μεσόγειος. Άνθρωποι και πολιτισμική κληρονομιά*, Αθήνα: Αλεξάνδρεια
- Braudel, F. (1991), *Η Μεσόγειος και ο μεσογειακός κόσμος την εποχή του Φιλίππου Β' της Ισπανίας*, τ.1/Ο ρόλος του περιγύρου, τ.2/Συλλογικά πεπρωμένα, Αθήνα: ΜΙΕΤ
- Braudel, F. κ.α. (1990), *Η Μεσόγειος. Ο χώρος και η ιστορία*, Αθήνα: Αλεξάνδρεια
- Carpine C. & Grasshoff M., (1975). Les Gorgonaires de la Méditerranée. *Bulletin de l'Institut océanographique*, Vol. 71, No 1430, 193—39
- Curtin D. p (ed) (2002), *Cross-cultural trade in world history*, Cambridge: Cambridge University Press
- Dallman, P. (1998). *Ζωή εγκαταστάσεων στα παγκόσμια μεσογειακά κλίματα. Εγγενής κοινωνία εγκαταστάσεων Καλιφόρνιας*, Πανεπιστήμιο του Τύπου Καλιφόρνιας, Μπέρκλεϋ, Καλιφόρνια.
- EEA, (1999). State and pressures of the marine and coastal Mediterranean environment. *Env. Ass. Serries n. 5*, 137.

- Feldmann J. (1938). Recherches sur la vegetation marine de la Mediterranee: la cote des Alberes. *Revue Algologique*, XI: 247-330
- Garrabou J et al (1998). The impact of diving on rocky sublittoral communities: A case study of a Bryozoan population. *Conservation Biology*, 12(2): 302-312
- Gerloff J. & Geissler U., (1971). Eine revidierte liste der meeresalgen Griechenlands.. *Nova Hedwingia* XXII: 721-793
- Καπόπουλος Κ. (1989), *Παγκόσμια Ιστορία αρχαίων Πολιτισμών 300-1500 π.Χ.*, Αθήνα: Αυτοέκδοση.
- Μαστραπάς, Α. (2012), *Ιστορία του Αρχαίου Κόσμου*, Αθήνα: Ινστιτούτο Τεχνολογίας Υπολογιστών & Εκδόσεων
- Nikolaidou A., (2002), Mediterranean biodiversity. Proceedings of the 1st EFMS Congress
- Nouschi, A.(2009)*Η Μεσόγειος στον 20ό αιώνα*, (Μετ.: Κώστας Τσικερδάνος), Αθήνα: Μεταίχμιο.
- Panayotidis P. & Diapoulis A., (1984). Recherche sur le phytobenthos marin des cotes Greques 1800-1980. Procees verbaix du 4eme Congrees du Societee Botanique Greque, 105-111 (en Grec)
- Παναγιωτίδης, Π. (2002). *Το θαλάσσιο οικοσύστημα της Μεσογείου: ιδιαιτερότητες-βιοποικιλότητα*, Αθήνα: Ελληνικό Κέντρο Θαλασσιών Ερευνών
- Perez T., et al (2000) Mortalite massive d'invertebres marins: un evenement sans precedent en Mediterranee nord-occidentale. *C.R. Acad. Sci. Paris. Sciences de la vie*, 323: 853-865
- Πορσέλ Μπ., (2012). *Μεσόγειος: Ταραγμένα κύματα*, (μετ. Κατ. Σπαθή), Αθήνα: Πάπυρος.
- Ribera M.A., et al. (1992). Check-list of Mediterranean seaweed. I. Fucophyceae (Warming, 1884). *Bot. Mar.* 35 : 109-130.

Σειμένης, Ι. & Σειτήης Κ. (2011). *Η Μεσόγειος στις αρχές του 21ου αιώνα*,
Θεσσαλονίκη: Ζήτη

Skoufas G., et al. (2000). Growth variation of *Eunicella singularis* (Esper, 1794)
(Gorgonacea, Anthozoa). *Belg. J. Zool.* 130(Suppl.): 125-128.

Suc JP. (1984). Προέλευση και εξέλιξη της μεσογειακών βλάστησης και του
κλίματος στην Ευρώπη. *Φύση* 307: 429-428.

UNEP, (2004). *La Méditerranée*. MedOndes numero 52, 19.

Weinberg S., (1976). Revision of the common Octocorallia of the
Mediterranean circalittoral. I. Gorgonacea. *Beaufortia*, 313, vol 24: 63-103

Φοίτος Δ. & Καμάρη Γ. (2009). *Μαθήματα Γεωβοτανικής*, Πάτρα: εκδόσεις
Πανεπιστημίου Πατρών.

Δικτυογραφία

www.archipelago.gr

www.jan.ucc.nau.edu (Northern Arizona University)

www.imm.gr

www.medsos.gr

www.ypeka.gr

www.mesogeios.antthais.net

www.nut.uoa.gr

www.medregio.org

www.gourmed.gr

www.mageirikesdiadromes.gr

www.tovima.gr

www.pse.gr

Παράρτημα

Τίτλος έρευνας: Ο τουρισμός στη Μεσόγειο.

Θέμα, μεθοδολογία τρόπος και χρόνος απασχόλησης της ομάδας στόχου: Το θέμα της έρευνας αφορά στις επιλογές των Ελλήνων στο μεσογειακό τουρισμό. Η μέθοδος που ακολουθείται είναι η περιγραφική έρευνα με επισκόπηση και με εργαλείο συλλογής δεδομένων το συνημμένο ερωτηματολόγιο, για τη συμπλήρωση του οποίου απαιτείται μικρό χρονικό διάστημα. Η έρευνα εκτείνεται στο πλαίσιο του project που γίνεται στο σχολείο μας με τίτλο: *Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει...*

Ερευνητές: Ιωάννης Παπακωνσταντίνου, Ιωάννης Πελεκούδας, Δημήτρης Πετσέλης, Μάρθα Πολυχρονίδη, Μάριος Χατζηαναγνώστου.

Επιβλέπων Καθηγητής: Γεώργιος Β. Θώδης, φιλόλογος.

Η έρευνα δεν είναι δοκιμασία αξιολόγησης, το ερωτηματολόγιο είναι ανώνυμο και δεν υπάρχουν σωστές ή λανθασμένες απαντήσεις. Παρακαλούμε να απαντήσετε τις ακόλουθες ερωτήσεις, βάζοντας σε κύκλο τον αριθμό που εκφράζει το βαθμό συχνότητας σ' αυτό που κάνετε, με τη βοήθεια της κλίμακας.

Σε ελάχιστο βαθμό	1	2	3	4	5	Σε μέγιστο βαθμό
1. Επισκέπτεστε νησιά της Μεσογείου <u>εντός</u> Ελλάδος;	1	2	3	4	5	
2. Επισκέπτεστε νησιά της Μεσογείου <u>εκτός</u> Ελλάδος;	1	2	3	4	5	
3. Επισκέπτεστε ηπειρωτικές τοποθεσίες της Μεσογείου <u>εντός</u> Ελλάδος για καλοκαιρινές διακοπές;	1	2	3	4	5	
4. Επισκέπτεστε ηπειρωτικές τοποθεσίες της Μεσογείου <u>εκτός</u> Ελλάδος για καλοκαιρινές διακοπές;	1	2	3	4	5	
5. Ενοχλείστε με την έντονη παρουσία ξένων τουριστών σε περιοχές ιδιαίτερου κάλλους στη Μεσόγειο στην Ελλάδα;	1	2	3	4	5	
6. Προτιμάτε την επίσκεψη σας στη Μεσόγειο να την πραγματοποιείτε σε γνωστά τουριστικά μέρη;	1	2	3	4	5	
7. Θεωρείτε ότι ο τουρισμός στη Μεσόγειο επηρεάζει την οικονομία της;	1	2	3	4	5	
8. Επισκέπτεστε αυτές τις περιοχές λόγω αρχαιολογικών χώρων;	1	2	3	4	5	
9. Επισκέπτεστε μεσογειακές τοποθεσίες με σκοπό και να γευτείτε τοπικές συνταγές;	1	2	3	4	5	

Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει.....

1. Πόσα άτομα είστε συνήθως όταν επισκέπτεστε περιοχές της Μεσογείου;	A) 1 B) 2 Γ) 3 Δ) 4-5 E) >5
2. Πόσα χρήματα περίπου αφήνεται κάθε φορά που επισκέπτεστε περιοχές της Μεσογείου;	A) <500€ B) 500-1000€ Γ) 1000-1500€ Δ) 1500-2000€ E) >2000€
3. Πόσες ημέρες μένετε σε αυτές τις περιοχές συνήθως;	A) 1-4 B) 4-7 Γ) 7-14 Δ) 14-30 E) >30
4. Τι είδους “αξιοθέατα” επισκέπτεστε σε αυτές τις περιοχές; (Μπορείτε να κυκλώσετε πάνω από μια απάντηση)	A) Μουσεία ή/και αρχαιολογικούς χώρους B) Παραλίες Γ) Κέντρα διασκέδασης Δ) Τοποθεσίες ιδιαίτερου φυσικού κάλους E) Άλλο
5. Με ποιους προτιμάτε να περνάτε τις διακοπές σας εκεί;	A) Οικογένεια B) Φίλοι Γ) Συγγενείς Δ) Ανάμεικτα E) Άλλο
6. Πού συνήθως διανυκτερεύετε κατά τη διαμονή σας στην τοποθεσία;	A) Ιδιόκτητη κατοικία B) Ενοικιαζόμενα δωμάτια Γ) Ξενοδοχείο Δ) Κάμπινγκ E) Άλλο
7. Ποιο είναι το μέσο μεταφοράς στον προορισμό σας;	A) Αυτοκίνητο B) Αεροπλάνο Γ) Πλοίο Δ) Τρένο E) Άλλο

Δημογραφικά στοιχεία:

1. Σε ποιο ηλικιακό εύρος βρίσκεστε;

A) <25 B) 25-35 Γ) 35-50 Δ) 50<

2. Φύλο

A) Άνδρας B) Γυναίκα

Ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας!!!

Τίτλος έρευνας: Η μεσογειακή διατροφή.

Θέμα, μεθοδολογία, τρόπος και χρόνος απασχόλησης της ομάδας στόχου:

Το θέμα της έρευνας αφορά στη μεσογειακή διατροφή στους ανήλικους και στους ενήλικους της χώρας μας. Η μέθοδος που ακολουθείται είναι η περιγραφική έρευνα με επισκόπηση και με εργαλείο συλλογής δεδομένων το συνημμένο ερωτηματολόγιο, για τη συμπλήρωση του οποίου απαιτείται χρονικό διάστημα περίπου 10 λεπτών.

Η έρευνα εκπονείται στο πλαίσιο του project που γίνεται στο σχολείο μας με τίτλο “*Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει.....*”

Ερευνητές: Πατσαρούχα Παρή, Τσαμπίρη Βάνα.

Επιβλέπων Καθηγητής: Γεώργιος Β. Θώδης, φιλόλογος.

Η έρευνα δεν είναι δοκιμασία αξιολόγησης, το ερωτηματολόγιο είναι ανώνυμο και δεν υπάρχουν σωστές ή λανθασμένες απαντήσεις.

Παρακαλούμε να απαντήσετε τις ακόλουθες ερωτήσεις, βάζοντας σε κύκλο τον αριθμό που εκφράζει το βαθμό συχνότητας σ' αυτό που κάνετε, με τη βοήθεια της κλίμακας

Σε ελάχιστο βαθμό	1	2	3	4	5	Σε μέγιστο βαθμό
1	Θα συμφωνούσατε με την τήρηση μιας μεσογειακής διατροφής;					1 2 3 4 5
2	Τρώτε πρόχειρο φαγητό περισσότερο από μια φορά την εβδομάδα;					1 2 3 4 5
3	Συνοδεύετε το φαγητό σας με σαλάτα;					1 2 3 4 5
4	Τρώτε φρούτα κατά τη διάρκεια της ημέρας;					1 2 3 4 5
5	Τρώτε συχνά κόκκινο κρέας;					1 2 3 4 5
6	Είναι μεγάλη η ποσότητα γεύματος που καταναλώνετε στο έτοιμο φαγητό;					1 2 3 4 5
7	Για πρωινό τρώτε δημητριακά;					1 2 3 4 5
8	Τρώτε συχνά ψάρι [τουλάχιστον 1-2 φορές την εβδομάδα];					1 2 3 4 5
9	Για πρωινό τρώτε ή πίνετε ένα γαλακτοκομικό προϊόν;					1 2 3 4 5

Μεσόγειος: Τι είναι αυτό που μας ενώνει, μας χωρίζει, μας πληγώνει.....

10	Τρώτε ζυμαρικά ή ρύζι [τουλάχιστον 1-2 φορές την εβδομάδα];	1	2	3	4	5
11	Συμφωνείτε με την κατανάλωση γλυκών μετά το βασικό σας γεύμα;	1	2	3	4	5
12	Τρώτε όσπρια [τουλάχιστον 1-2 φορές την εβδομάδα];	1	2	3	4	5
13	Μαγειρεύονται τουλάχιστον μια φορά την εβδομάδα στο σπίτι σας μεσογειακά φαγητά (π.χ. μπριάμ, σπανακόρυζο, γεμιστά, φασολάδα, τραχανάς κ.λ.π.);	1	2	3	4	5

ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

ΦΥΛΟ: Γυναίκα

Ανδρας

ΥΨΟΣ:

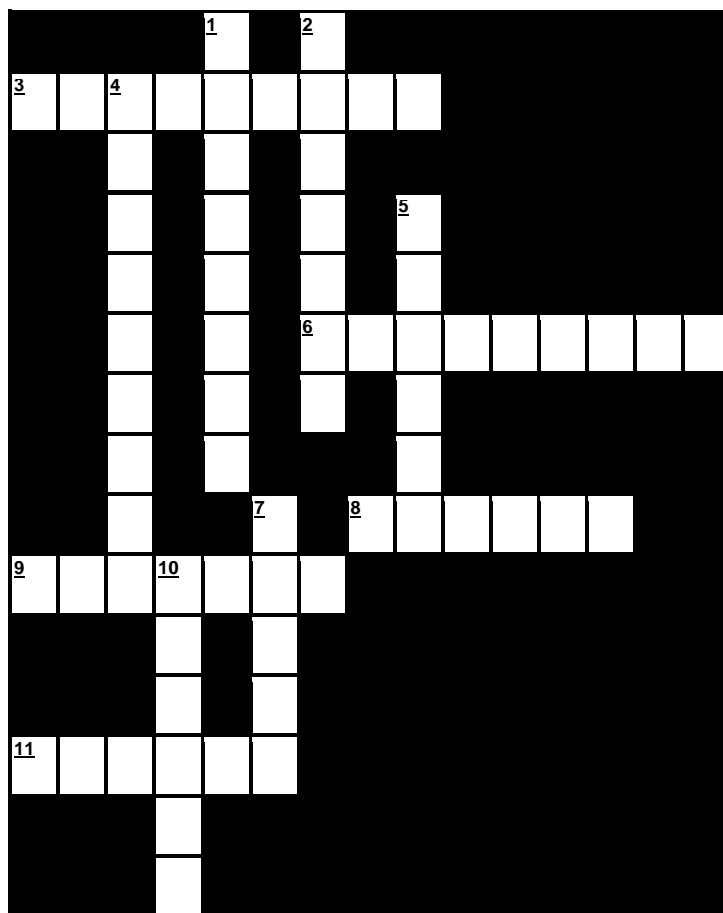
ΒΑΡΟΣ:

ΗΛΙΚΙΑ	
ΕΩΣ 18	<input type="text"/>
19-35	<input type="text"/>
36-50	<input type="text"/>
51 και ΑΝΩ	<input type="text"/>

ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΕΣ ΓΝΩΣΕΙΣ			
Μαθητής Λυκείου	<input type="text"/>	Πτυχιούχος ΑΕΙ ή ΤΕΙ	<input type="text"/>
Απόφοιτος Λυκείου	<input type="text"/>	Μεταπτυχιακό- Διδακτορικό	<input type="text"/>

Σας ευχαριστούμε πολύ για τη βοήθειά σας.

Σταυρόλεξο της θάλασσας



Οριζόντια	
3	1.000.000 τόνοι ----- χύνονται κάθε χρόνο στη Μεσόγειο λόγω ναυτικών ατυχημάτων, παράνομων πρακτικών καθαρισμού των δεξαμενών των πλοίων κτλ.
6	Τα δελφίνια δεν είναι ψάρια, είναι _____
8	Οι θαλάσσιες χελώνες που γεννούν στη Ζάκυνθο λέγονται _____
9	Υπάρχουν 400 είδη στην Ελλάδα
11	Τα περιβαλλοντικά προβλήματα της Μεσογείου είναι...
Κάθετα	
1.	Τα ζώα αυτά συμβολίζουν την ελευθερία, τη χαρά, τη δύναμη. Ζουν στη θάλασσα αλλά δεν είναι ψάρια.
2.	Στο νησί αυτό υπάρχουν παραλίες ωτοκίας για τις καρέτα-καρέτα
4.	Εξαιτίας του _____ καταστρέφονται οι παραλίες ωτοκίας της καρέτα-καρέτα και γίνονται ξενοδοχεία, εστιατόρια κ.α.
5.	Είναι η καρέτα -καρέτα
7.	Είναι η Μονάρχους μονάρχους
10.	Τόνοι από _____ χύνονται κάθε χρόνο στη Μεσόγειο.

