

# Βιωσιμότητα & Mail Art



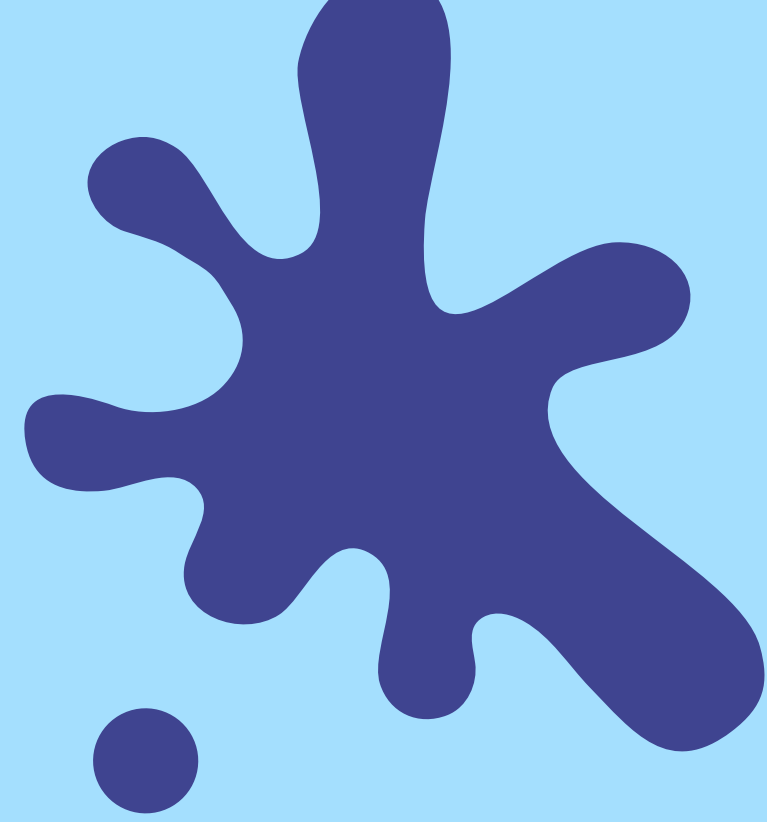
## 1. Εισαγωγή

Απευθύνεται σε κοινωνικούς λειτουργούς και εκπαιδευτές ενηλίκων που εργάζονται με ηλικιωμένους, με σκοπό να τους ευαισθητοποιήσουν στην περιβαλλοντική βιωσιμότητα έχοντας ως εργαλείο το Mail Art.

Η ενότητα Mail Art και Βιωσιμότητα έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει τους ηλικιωμένους που ασχολούνται με το Mailart να εμπλακούν και ταυτόχρονα να ευαισθητοποιηθούν στην περιβαλλοντική βιωσιμότητα. Σε αυτή την ενότητα οι ηλικιωμένοι θα χρησιμοποιήσουν υλικά που σχετίζονται με το περιβάλλον, όπως πλαστικά και ανακυκλωμένο χαρτί, ενώ θα δημιουργούν τα έργα τους.

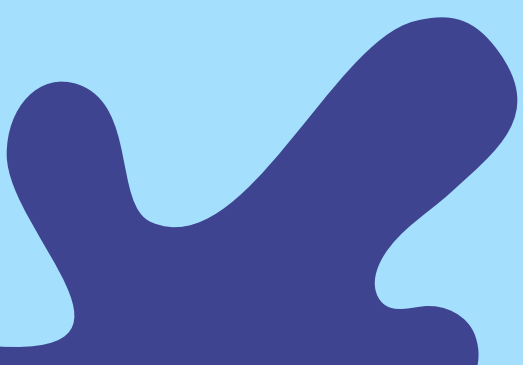
Σε αυτή την ενότητα, οι ηλικιωμένοι θα έχουν την ευκαιρία να μάθουν για την ιστορική σχέση μεταξύ τέχνης και βιωσιμότητας, και ιδιαίτερα για το πώς το Mail Art σχετίζεται με την περιβαλλοντική βιωσιμότητα. Οι ηλικιωμένοι θα εμβαθύνουν τόσο σε θεωρητικές όσο και σε πρακτικές πληροφορίες σχετικά με την τέχνη του Mail Art.

## 2. Ποια είναι τα οφέλη αυτής της δραστηριότητας για τους ηλικιωμένους;



Σε αυτήν την ενότητα:

- Οι ηλικιωμένοι θα μπορούν να χρησιμοποιούν τη δημιουργικότητά τους και να συμμετέχουν χειρονακτικά στη δημιουργία τέχνης Mail Art.
- Θα έχουν την ευκαιρία να εκφράσουν τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους μέσω του Mail Art.
- Εφαρμόζοντας τις έννοιες του περιβάλλοντος και της περιβαλλοντικής βιωσιμότητας, θα συμβάλλουν στην αύξηση της ευαισθητοποίησης.
- Επιπλέον, οι ηλικιωμένοι θα μπορούν να διαδίδουν τα μηνύματά τους σε διάφορα μέρη του κόσμου, με την αποστολή μέσω ταχυδρομείου των έργων τους από το Mail Art.
- Αυτό το εγχείρημα αποσκοπεί να τους δώσει τη δυνατότητα να αποκτήσουν ένα ευχάριστο χόμπι, ενώ ταυτόχρονα θα τους βοηθήσει να αντιμετωπίσουν τη μοναξιά και την απομόνωση, που σχετίζονται ιδιαίτερα με καταστάσεις όπως ο Covid19.





## 3. Γενικές πληροφορίες

### 3.1 Περιβάλλον, Πολιτισμός και Τέχνη

Ο πολιτισμός μπορεί να αναφέρεται στις τέχνες και την κληρονομιά, συμπεριλαμβανομένων κτιρίων, έργων τέχνης και αντικειμένων, ιστορικών τοποθεσιών και μερικές φορές ακόμη και προστατευόμενων τοπίων. Σε αυτό το πλαίσιο, συνδέεται συχνά με τις τέχνες.

Η τέχνη, μια αέναη ανθρώπινη δραστηριότητα, είναι μια καθολική και διαρκής ανταπόκριση στο περιβάλλον μας. Η σύνδεση της τέχνης με τον φυσικό κόσμο είναι ισχυρή. Συχνά, η φύση χρησιμεύει ως μούσα, έμπνευση για περιεχόμενο και σχόλια, και οι καλλιτέχνες χρησιμοποιούν φυσικά υλικά για να δημιουργήσουν τέχνη. Εξίσου συχνά, το περιβάλλον θεωρείται βασικό συστατικό της εθνικής πολιτιστικής κληρονομιάς των λαών.



Τέχνη και Περιβάλλον: Η τέχνη εμπνέεται από το περιβάλλον και την φύση, και δημιουργείται με φυσικά υλικά.

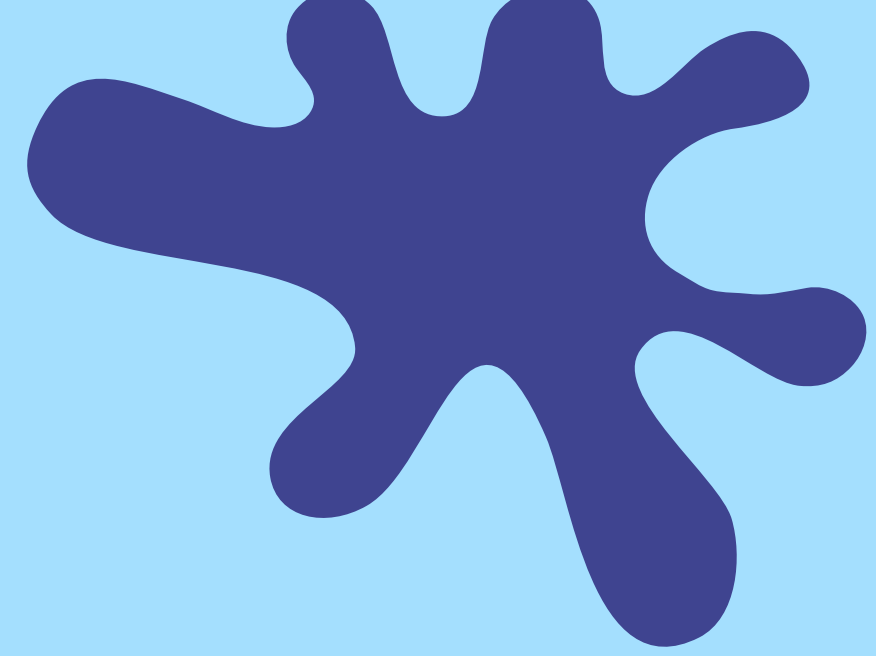
### 3.2 Η Τέχνη ως μέσο ευαισθητοποίησης στην Περιβαλλοντική Αειφορία

Μοναδικοί για τις τέχνες είναι οι λόγοι που μας επιτρέπουν να συλλάβουμε, να επηρεάσουμε, ακόμη και να δημιουργήσουμε τον κόσμο στον οποίο ζούμε. Με άλλα λόγια, οι τέχνες επηρεάζουν σημαντικά τον πολιτισμό. Ως εκ τούτου, θα πρέπει να είναι βασικό συστατικό μιας βιώσιμης κοσμοθεωρίας.



Οι τέχνες επηρεάζουν την περιβαλλοντική βιωσιμότητα μέσω του πολιτισμού.

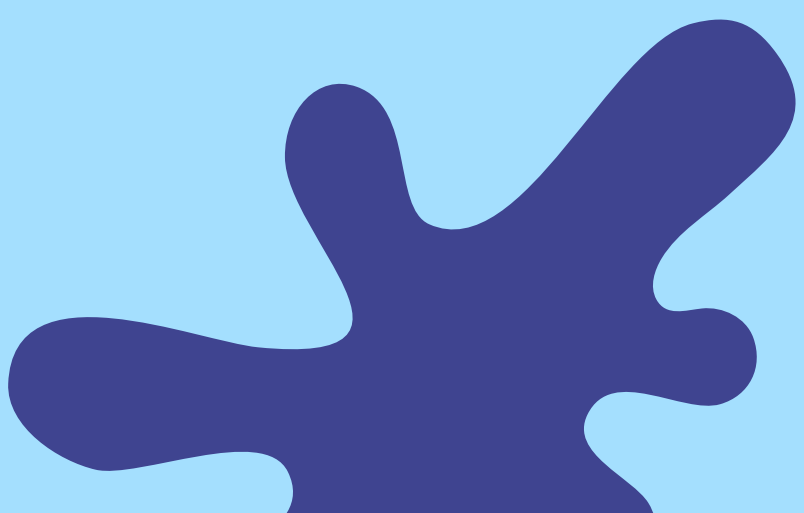
### 3.3 Επαναχρησιμοποιούμενα & ανακυκλωμένα υλικά στην τέχνη



Οι αειφόροι καλλιτέχνες προσπαθούν να βελτιστοποιήσουν τη χρήση των φυσικών πόρων για να μειώσουν το περιβαλλοντικό αποτύπωμα της δουλειάς τους και να αφυπνίσουν την κοινωνία ώστε να συνειδητοποιήσει την επίδραση της στο περιβάλλον και στο μέλλον του πλανήτη μας.

Ανάλογα με τα υλικά που χρησιμοποιούνται και την πρόθεση της δημιουργίας, η βιωσιμότητα στην τέχνη μπορεί να λάβει διάφορες μορφές λόγω της πολυσχιδούς εφευρετικότητας των καλλιτεχνών. Ακόμη και τα γυάλινα μπουκάλια, οι πλαστικές σακούλες και άλλα σκουπίδια μπορούν να γίνουν ένα είδος βιώσιμης τέχνης στα χέρια ορισμένων λαμπρών καλλιτεχνών. Αυτή η τάση της τέχνης, γνωστή και ως Upcycled Art ή Recycled Art, εφιστά την προσοχή στην υποβάθμιση του κόσμου και ευαισθητοποιεί τις οικολογικές ανησυχίες των ανθρώπων.

Το δημιουργικό δυναμικό των καλλιτεχνών περιορίζεται μόνο από τη φαντασία τους. Κατά συνέπεια, ένας αυξανόμενος αριθμός καλλιτεχνών, γνωστών και ως upcyclers, είναι αφοσιωμένος σε αυτή τη μορφή βιώσιμης τέχνης, χρησιμοποιώντας το ταχυδρομείο για να δημιουργήσει τη δική τους ατομική πρακτική. Έτσι, το Mail Art με την ποικιλία και την ελευθερία έκφρασης που δίνει ως καλλιτεχνική προσέγγιση, μπορεί να προάγει την τέχνη και να την κάνει προσιτή στο ευρύτερο κοινό. Επιπρόσθετα, ο καθένας μπορεί να δημιουργήσει απλές χειροτεχνίες, να εργαστεί όσο πιο απλά και γρήγορα μπορεί και να δημοσιεύσει το έργο του ή να το μοιραστεί σε πλατφόρμες για να προσεγγίσει περισσότερους ανθρώπους.





## 3.4 Το χαρτί ως μέσο δημιουργίας βιώσιμης τέχνης

Ανέκαθεν το χαρτί είχε την ικανότητα να ενισχύει και να εμπνέει την ανθρώπινη ύπαρξη. Από τα βιβλία και το χαρτί προσωπικής χρήσης, μέχρι τα χαρτονομίσματα, χρησιμοποιούμε το χαρτί καθημερινά. Το φαγητό που παραγγέλνουμε απέξω συνήθως μας έρχεται σε χάρτινη συσκευασία. Έτσι, το χαρτί έχει εξελιχθεί σε ένα μέσο που μας εμπνέει να παράγουμε σημαντική τέχνη και δημιουργικότητα.

Το χαρτί πλέον χρησιμοποιείται ως το κύριο μέσο τέχνης καθώς και ως επιφάνεια για πίνακες ζωγραφικής, σχέδια, τέχνη που ταχυδρομείται και καλλιγραφία.

## 3.5 Mail Art και βιώσιμα υλικά

Το Mail Art, το οποίο χρησιμοποιεί το χαρτί ως φυσικό πόρο, μπορεί να αυξήσει την ευαισθητοποίηση για τα αειφόρα υλικά που σχετίζονται με το περιβάλλον και τη φύση. Το Mail Art επιτρέπει επίσης τη δημιουργική χρήση άλλων περιβαλλοντικών υλικών εκτός από το χαρτί, και έτσι μπορεί να χρησιμεύσει ως μέσο για την αύξηση της περιβαλλοντικής βιωσιμότητας σε μεγάλο βαθμό.

Το ανακυκλωμένο χαρτί μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί για καρτ-ποστάλ ή φακέλους στο Mail Art.

Στο σημείο αυτό, θα πρέπει να επισημάνουμε ότι το Mail Art μπορεί να γίνει μέρος μιας πρωτοβουλίας για την αύξηση της μετάδοσης μηνυμάτων μεταξύ απομακρυσμένων περιοχών μέσω της τέχνης και του χαρτιού.



Τα μικροπλαστικά μπορούν να συλλεχθούν από το περιβάλλον και να ανασχηματιστούν σε χαρτί

## Πώς να ανακυκλώσετε χαρτί



α) Φτιάχνοντας κορνίζες



β) Μουλιάζοντας το άχρηστο χαρτί.



γ) Αφαιρέστε το χαρτί από την οθόνη



δ) Απλώστε τα χαρτιά για στέγνωμα



ε) Κατά την διαδικασία μπορείτε να ενσωματώσετε αποξηραμένα πέταλα λουλουδιών μέσα στον χαρτοπολτό



Παραδείγματα τέχνης αλληλογραφίας με χρήση βιώσιμων υλικών. Δείγματα Mail Art που δημιουργήθηκαν με περιβαλλοντικές έννοιες, συμπεριλαμβανομένων πλαστικών και ανακυκλωμένου χαρτιού.



## 3.6 Η σχέση της τέχνης με την Υγεία και το Περιβάλλον



### 3.6.1 Ευαισθητοποίηση των Καλλιτεχνών για την Υγεία και το Περιβάλλον

Οι καλλιτέχνες βλέπουν όλο και περισσότερο να προωθούνται προϊόντα που διαφημίζονται ως φιλικά προς το περιβάλλον. Έννοιες όπως “φιλικό προς το περιβάλλον”, “οικολογικά ασφαλές” και “πράσινο” δεν έχουν ουσιαστική σημασία και είναι απλώς ορολογία μάρκετινγκ. Άλλοι όροι επίσης μπορεί να φαίνεται ότι δίνουν ξεκάθαρα μηνύματα, ωστόσο κρύβουν περισσότερες πληροφορίες από αυτές που αποκαλύπτουν.

### 3.6.2 Μεθοδολογίες κατασκευής που είναι φιλικές προς το περιβάλλον

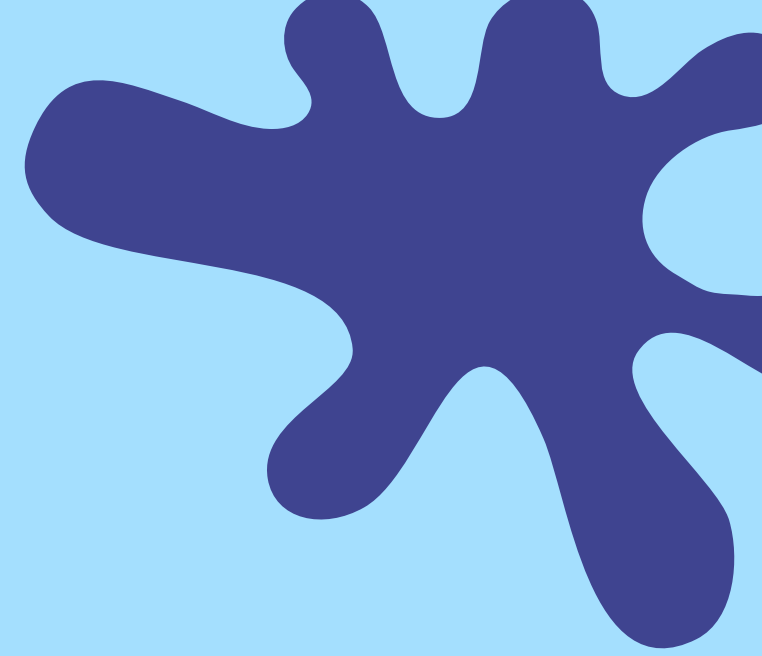
Πολλοί καλλιτέχνες αναζητούν προμηθευτές και κατασκευαστές υλικών φιλικών προς το περιβάλλον. Οι προσπάθειες των κατασκευαστών να είναι πιο φιλικό προς το περιβάλλον συνάδουν με τις προσπάθειες της βιομηχανίας να δημιουργήσει υλικά που είναι λιγότερο επιβλαβή για τους καλλιτέχνες.

### 3.6.3 Συστατικά που προέρχονται από τη φύση

Στο εμπόριο μπορεί κανείς να βρει χρώματα ακουαρέλας φτιαγμένα με φυτικές βαφές, κεριά μέλισσας και οξείδιο του αλουμινίου. Ή φιλικά προς το περιβάλλον μολύβια ακουαρέλας που είναι “φτιαγμένα από αναδασωμένο ξύλο, ή ξύλο που προέρχεται από δασοκομία που φυτεύει ένα δέντρο για κάθε ένα που κόβεται”.

Το λάδι καρυδιάς χρησιμοποιείται ως συνδετικό σε πολλές βαφές καλλιτεχνών. Όταν καθαρίζετε βούρτσες, το λάδι καρυδιάς αντικαθιστά την ανάγκη για διαλύτες. Το λάδι καρυδιάς βοηθά το χρώμα να ξεπλυθεί από τις τρίχες της βούρτσας, ενώ οι διαλύτες διασπούν το χρώμα και είναι γνωστές οι καρκινογόνες ουσίες που περιέχουν.





### 3.6.4 Συσκευασία που έχει ανακυκλωθεί

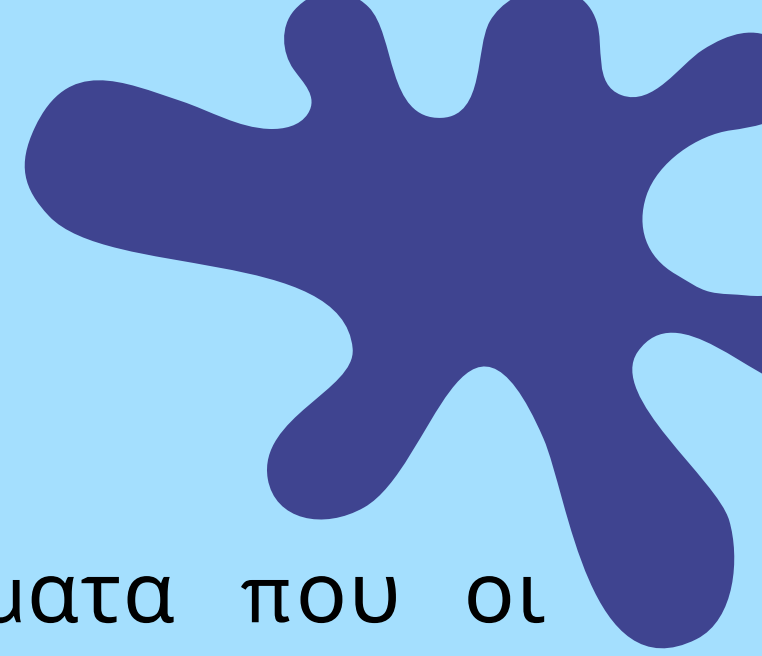
Άλλες εταιρείες πώλησης υλικών τέχνης προωθούν τις δικές τους φιλικές προς το περιβάλλον διαδικασίες παραγωγής και παράδοσης. Υπάρχουν υλικά με 100% ανακυκλώσιμες συσκευασίες μετά την κατανάλωση, βιοαποδομήσιμες πλαστικές σακούλες και ανακυκλώσιμα γυάλινα μπουκάλια κλπ.

### 3.6.5 Πηγές Εναλλακτικής Ενέργειας

Υπάρχουν υλικά στην αγορά που παράγονται εξ ολοκλήρου από αιολικές πηγές και υδροηλεκτρικές πηγές χαμηλού αντίκτυπου, γεγονός που οδήγησε σαφώς σε μικρότερο αποτύπωμα άνθρακα για τα χρώματα.

### 3.6.6 Λιγότερη κατανάλωση νερού

Η επεξεργασία και η επαναχρησιμοποίηση του νερού, αντί "απλώς να χρησιμοποιείται το νερό και να καταλήγει στην αποχέτευση", θεωρείται συνήθως ως μία από τις καλύτερες περιβαλλοντικές πρακτικές. Πολλές επώνυμες εταιρείες υλικών τέχνης εγκατέστησαν ένα σύστημα συλλογής βρόχινου νερού, το οποίο προσφέρει δωρεάν εναλλακτική παροχή νερού, για τη διαδικασία παραγωγής και τους επιτρέπει να μειώσουν τη χρήση πόσιμου νερού.



### 3.6.7 Πηγές παραγωγής χρωστικών

Η πηγή των χρωστικών είναι ένα από τα ζητήματα που οι κατασκευαστές τους φροντίζουν προσεκτικά να καλύπτουν, και το ερώτημα πώς και από που εξάγονται αυτές οι ουσίες σπάνια τίθεται από τους καλλιτέχνες. Οι χημικές εταιρείες που παίρνουν πρώτες ύλες και τις μετατρέπουν σε χρωστικές ουσίες που χρησιμοποιούνται σε πολλούς πίνακες ζωγραφικής έχουν μικρή επιρροή στους κατασκευαστές των προμηθειών καλλιτεχνών. Μεγάλες εταιρείες όπως οι κατασκευαστές αυτοκινήτων και οι εμπορικοί παραγωγοί χρωμάτων παρέχουν τη βάση για τις χρωστικές που παράγονται από τους κατασκευαστές χρωστικών ουσιών.

### 3.6.8 Διάθεση υλικών

Για τους καλλιτέχνες που ανησυχούν για τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις, οι επιλογές αφορούν κυρίως τον τρόπο με τον οποίο απορρίπτουν τα σκουπίδια τους και όχι τα πράγματα που αποκτούν. Τα ξύσματα χρωμάτων, τα ζωγραφισμένα σεντόνια και οι καμβάδες για παράδειγμα, μπορεί να περιέχουν επικίνδυνες ουσίες που δεν πρέπει να πετιούνται μαζί με τα συμβατικά σκουπίδια. Επίσης, είναι σημαντικό να μην πετούν διαλύτες ή άλλα διαλύματα που χρησιμοποιούν για τον καθαρισμό των βουρτσών στην τουαλέτα. Αντίθετα, θα πρέπει όλα να φυλάσσονται και να απομακρύνονται σύμφωνα με τη νομοθεσία περί διάθεσης επικίνδυνων αστικών αποβλήτων.

Οι καλλιτέχνες δεν μπορούν να αγοράσουν το δρόμο τους προς τη βιωσιμότητα και δεν μπορούν να αγνοήσουν πλήρως τις επιπτώσεις στην υγεία και το περιβάλλον του μέσου και της πρακτικής τους. Ωστόσο, με αυτές τις ιδέες, οι καλλιτέχνες μπορεί στο τέλος της ημέρας να έχουν λίγο περισσότερη περιβαλλοντική συνείδηση.



## 3.7 Mail Art για “έρευνα” και ως “ένα εργαλείο αλλαγής”



Οι τέχνες μπορούν να χρησιμοποιηθούν για δύο διαφορετικούς στόχους, πρώτον ως μέθοδος γνώσης συγκεκριμένων στοιχείων της πραγματικότητας («τέχνη στην έρευνα») και δεύτερον ως εμπειρία μάθησης και επικοινωνίας για την τροποποίηση αυτών των πραγματικοτήτων («η τέχνη ως εργαλείο αλλαγής»).

### 3.7.1 Τέχνη στην έρευνα

Η «τέχνη στην έρευνα» είναι μια αναζήτηση που βασίζεται σε μεθοδολογίες που αφορούν τις τέχνες. Πρόσφατες συστηματικές μελέτες (Coemans and Hannes, 2017· Wang et al., 2017) έχουν αποκαλύψει τη μεγάλη ποικιλία των ειδών τέχνης που χρησιμοποιούνται ως συστατικό προσέγγισης για τη συλλογή δεδομένων. Υπάρχουν τεκμηριωμένες έρευνες που χρησιμοποιούν εικαστικές τέχνες μέσω σχεδίου, ζωγραφικής, φωτογραφίας (φωτοφωνικό ή φωτοκόμικ), animation, λογοτεχνικής τέχνης, performance art (όπως θέατρο, χορός ή μουσική) και άλλες πολλαπλές μορφές όπως κολάζ μέσω upcycling ή τέχνη εγκατάστασης.

Ωστόσο, δεν υπάρχει έρευνα σε αυτόν τον τομέα που να χρησιμοποιεί το Mail Art.

### 3.7.2 Το Mail Art ως καλλιτεχνική ερευνητική προσέγγιση προς τη βιωσιμότητα

Το Mail Art θα μπορούσε να αξιολογηθεί ως μέσο συλλογής δεδομένων και ευαισθητοποίησης για την περιβαλλοντική βιωσιμότητα.

### 3.7.3 Το Mail Art ως “εργαλείο αλλαγής”

Σημειωτέον, είναι εξίσου σημαντικό να λαμβάνεται υπόψη το Mail Art στην έρευνα καθώς και σε πιο καινοτόμες προσεγγίσεις, όπως ένα «εργαλείο για αλλαγή». Η περιβαλλοντική βιωσιμότητα είναι μια εξαιρετική αφορμή για να ασχοληθεί κάποιος με το Mail Art, όχι μόνο λόγω των ιστορικών δεσμών μεταξύ των τεχνών και του περιβάλλοντος, αλλά και λόγω των βιώσιμων υλικών που χρησιμοποιούνται στο Mail Art. Επιπλέον, το Mail Art διευρύνει το μοίρασμα μεταξύ ανθρώπων από διαφορετικά μέρη του κόσμου.

## 4. Πρακτική εξάσκηση

Μία εφαρμογή των πρακτικών αυτής της ενότητας πραγματοποιήθηκε στα δύο εργαστήρια LTTA που έγιναν στην Μαδέιρα και στην Ελλάδα. Τά έργα που κατασκευάστηκαν είναι αντιπροσωπευτικό δείγμα της σύνδεσης μεταξύ του Mailart και του περιβάλλοντος

### 4.1 Περιγραφή Δραστηριότητας:

- Συγκεντρώστε υλικά σχετικά με την περιβαλλοντική βιωσιμότητα (π.χ. πλαστικά) και έχετε τα διαθέσιμα για τους συμμετέχοντες
- Φτιάξτε μικρές ομάδες όπως προτείνεται παραπάνω
- Δώστε αρκετό χρόνο για την χειρωνακτική αυτή εργασία, έχοντας υπόψη σας ότι στην ομάδα ηλικιωμένων ίσως υπάρχουν άτομα που αντιμετωπίζουν θέματα κινητικότητας κ.α.
- Δώστε σαφείς οδηγίες στους μαθητευόμενους για την χρήση των υλικών και εργαλείων.
- Εργαστείτε ταυτόχρονα με την εκπαίδευση. Δώστε αρκετό χρόνο στους ηλικιωμένους ώστε να ολοκληρώσουν τα έργα τους

**Για να έχει επιτυχία η δραστηριότητα, μπορείτε να ακολουθήσετε τα παρακάτω βήματα (γενικές οδηγίες):**

- Στόχος της δραστηριότητας: Η εκπαίδευση ηλικιωμένων στην δημιουργία τέχνης που ταχυδρομείται (Mail Art)
- Υλικά που χρησιμοποιήθηκαν: Υλικά σχετικά με την περιβαλλοντική βιωσιμότητα (ανακυκλωμένο χαρτί, κομματάκια πλαστικού), υλικά από την φύση (λουλούδια), σφραγίδες, μελάνη, κόλλα, πιστόλι σιλικόνης, χαρτόνι μέγεθους A4, μολύβια/στυλό, καρτ-ποστάλ, φάκελοι.
- Χωροταξία και περιβάλλον: Οι ηλικιωμένοι κάθισαν γύρω από ένα τραπέζι, όπου στο κέντρο του υπήρχαν τα υλικά.
- Μέγεθος ομάδας: Το εργαστήριο μπορεί να πραγματοποιηθεί με ομάδες 5 ατόμων και έναν εκπαιδευτή ανά ομάδα.
- Οδηγίες/Βήματα: Ο εκπαιδευτής δίνει οδηγίες στην ομάδα για τα βασικά, και όλοι μαζί ξεκινούν να ακολουθούν τα βήματα υπό την καθοδήγηση του εκπαιδευτή.
- Μετά την εκπαίδευση, οι ηλικιωμένοι καλούνται να δημιουργήσουν την εργασία με τα υλικά της επιλογής τους και την δική τους δημιουργική ιδέα.



# ΣΥΝΟΨΗ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ

Πρακτική εργασία 1- Γραμματόσημα σε ανακυκλωμένο χαρτί ως βάση για καρτ ποστάλ και φακέλους

Βήμα 1: Το ανακυκλωμένο χαρτί (όπως περιγράφεται στο Μέρος 3.4), η σφραγίδα και το μελάνι τοποθετούνται στο τραπέζι.

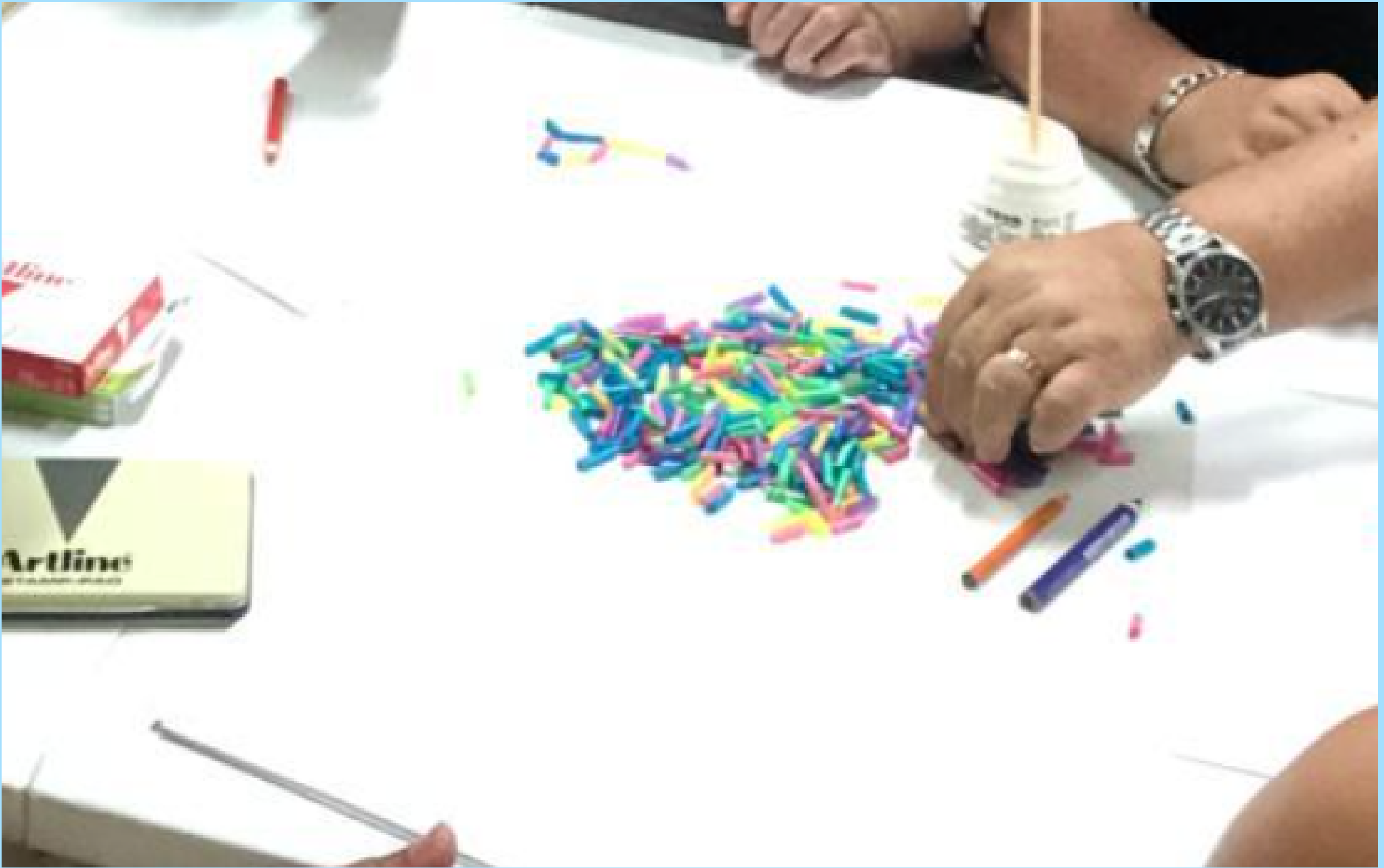


Βήμα 2: Τα γραμματόσημα εφαρμόζονται σε ανακυκλωμένο χαρτί για τη δημιουργία των τελικών μορφών.

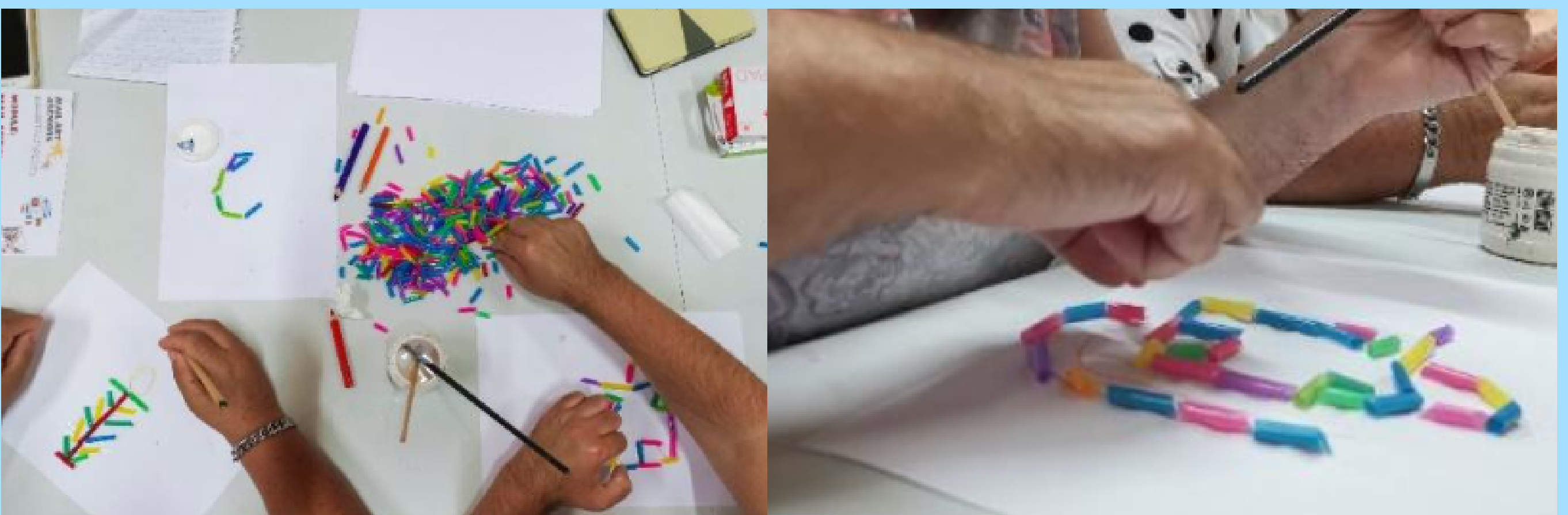


## Πρακτική εργασία 2-Καρτ ποστάλ δημιουργημένες με πλαστικά

Βήμα 1: Τα πλαστικά που συλλέγονται από το περιβάλλον κόβονται και τοποθετούνται στο τραπέζι μαζί με άλλα υλικά.



Βήμα 2: Τα πλαστικά κολλιούνται σε χαρτόνι A4 κομμένο σε σχήμα καρτ ποστάλ.





Βήμα 3: Τα γραμματόσημα εφαρμόζονται στην καρτ ποστάλ. Στυλό και μολύβια χρησιμοποιούνται για τη σύνταξη σημειωμάτων για την τελική δημιουργία.



Βήμα 4: Σε μια παραλλαγή της παραπάνω μεθόδου. Τα σχέδια εφαρμόζονται σε καρτ ποστάλ από ανακυκλωμένο χαρτί.



Βήμα 5: Οι καρτ-ποστάλ ταχυδρομούνται  
ώστε να επιτευχθεί ο στόχος του Mail Art.







## 5. Συμπεράσματα

Η τέχνη ακολουθεί την παγκόσμια τάση και συμβάλει σημαντικά στη βιωσιμότητα. Ο σκοπός της βιώσιμης τέχνης είναι να αυξήσει την ευαισθητοποίηση του κοινού για περιβαλλοντικές, πολιτικές και κοινωνικές ανησυχίες μέσω της καλλιτεχνικής έκφρασης.

Η βιωσιμότητα δεν είναι ένας εύκολος στόχος. Αντίθετα, είναι ένα ατελείωτο ταξίδι μάθησης προς έναν μετασχηματισμό που πρέπει να επιδιωχθεί, επηρεάζοντας τα ηθικά πρότυπα και τα συστήματα αξιών. Η βιωσιμότητα απαιτεί τόσο ατομική όσο και κοινωνική συμμετοχή στην εξέταση και την τροποποίηση μη βιώσιμων πρακτικών. Ως εκ τούτου, οι διεπιστημονικές προσεγγίσεις για τη βιωσιμότητα είναι απαραίτητες προκειμένου να δημιουργηθεί μια ενιαία αυστηρή προσέγγιση. Η διεπιστημονική μέθοδος επιτρέπει την εξέταση πολλών απόψεων και μορφών γνώσης (Wals & Rodela, 2014).

Το Mail Art έχει αναδειχθεί ως εργαλείο για το συνδυασμό διαφόρων μορφών τέχνης, του πολιτισμού και της περιβαλλοντικής βιωσιμότητας προκειμένου να συμβάλει στους στόχους της κοινωνίας.

Οι εκπαιδεύσεις μας στο Mail Art, που περιελάμβαναν τόσο θεωρητικές γνώσεις όσο και πρακτικές δραστηριότητες, έδειξαν τη δυναμική και τη χρησιμότητα του Mail Art στην επίτευξη των προαναφερθέντων στόχων.



# Βιβλιογραφικές αναφορές

Aalto, About Creative Sustainability, 2017, <http://acs.aalto.fi/about-creative-sustainability>

J. Anwar McHenry, Rural empowerment through the arts: the role of the arts in civic and social participation in the Mid West region of Western Australia, *J. Rural Stud.*, 27 (3) (2011), pp. 245-253

M. Arias Maldonado, Sustentabilidad y democracia. Hacia una articulación democrática del principio de sustentabilidad, *Revista Española de Ciencia Política*, 11 (2004), pp. 121-148

S. Axon, “Keeping the ball rolling”: addressing the enablers of, and barriers to, sustainable lifestyles, *J. Environ. Psychol.*, 52 (2017), pp. 11-25

S. Axon, The socio-cultural dimensions of community-based sustainability: implications for transformational change, *J. Clean. Prod.*, 266 (2020)

A. Bardi, R. Goodwin, The dual route to value change: individual processes and cultural moderators, *J. Cross Cult. Psychol.*, 42 (2) (2011), pp. 271-287

A. Bask, M. Halme, M. Kallio, M. Kuula, Business students' value priorities and attitudes towards sustainable development, *J. Clean. Prod.*, 264 (2020)

J. Bentz, K. O'Brien, Art for change: transformative learning and youth empowerment in a changing climate, *Elem Sci Anth*, 7 (2019), p. 52

P. Bourdieu *La Distinción* Taurus, Madrid (1988), A. Brem, R. Puente-Díaz, Are you acting sustainably in your daily practice? Introduction of the Four-S model of sustainability, *J. Clean. Prod.*, 267 (2020)

E. Brodin, L. Frick, Conceptualizing and encouraging critical creativity in doctoral education, *Int. J. Res. Dev.*, 2 (2) (2011), pp. 133-151

K. Brown, et. al., Empathy, place and identity interactions for sustainability, *Global Environ. Change*, 56 (2019), pp. 11-17

V.M. Cheng, Developing individual creativity for environmental sustainability: using an everyday theme in higher education, *Think. Skills Creativ.*, 33 (2019)

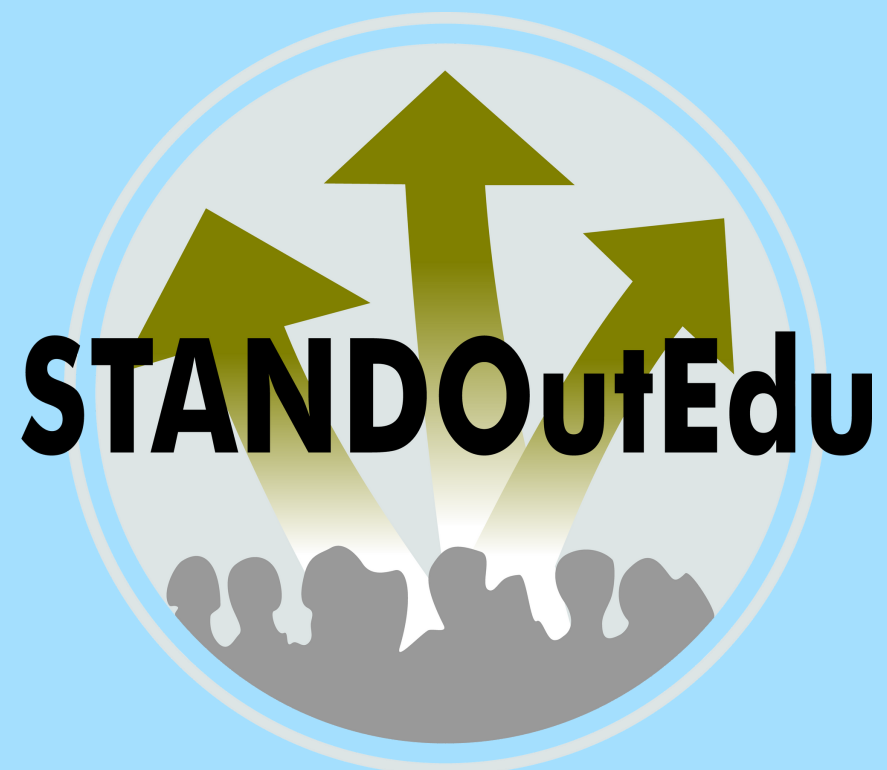
G. Chilton, P. Leavy, Arts-based research practice: merging social research and the creative arts, P. Leavy (Ed.), *The Oxford Handbook of Qualitative Research*, Oxford University Press, New York, NY (2014), pp. 403-422



**ΕΥΧΟΜΑΣΤΕ ΝΑ  
ΑΠΟΛΑΥΣΤΕ  
ΑΥΤΕΣ ΤΙΣ  
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕ  
Σ MAIL ART !!!**



# ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΤΟΥ ΈΡΓΟΥ







Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

