

[SCROLL DOWN FOR THE ENGLISH VERSION]



### **Το Elafonisos Eco αναλαμβάνει δράση κατά της εισβολής λεοντόψαρων με τον σεφ Λευτέρη Λαζάρου**

**Ελαφώνησος, Ελλάδα, Ιούνιος 2024** – Ο οικολογικός οργανισμός [Elafonisos Eco](#) ανακοινώνει μια σειρά από πρωτοβουλίες και δραστηριότητες που έλαβαν χώρα κατά τη διάρκεια του 7ου συμποσίου του Elafonisos Eco Week (EEW 2024) με στόχο την αντιμετώπιση της εισβολής των λεοντόψαρων στη Μεσόγειο, με ιδιαίτερη έμφαση στον αντίκτυπο στο νησί της Ελαφονήσου. Ο διεθνής φήμης σεφ Λευτέρης Λαζάρου, πραγματοποίησε μια ομιλία για τους τρόπους καταπολέμησής του, καθώς και τρόπους προετοιμασίας και μαγειρικής αυτού του ιδιαίτερου ψαριού.

Η εκδήλωση συγκέντρωσε διεθνείς εμπειρογνώμονες, τοπικές αρχές και μέλη της κοινότητας για να εξερευνήσουν καινοτόμες λύσεις και τρόπους διαχείρισης αυτής της κρίσης, καθώς και να προωθήσουν την ευαισθητοποίηση σχετικά με τις οικολογικές και γαστρονομικές πτυχές του λεοντόψαρου.

#### **Τι είναι το Λεοντόψαρο;**

Τα λεοντόψαρα, με τις χαρακτηριστικές ρίγες και τα δηλητηριώδη αγκάθια τους, είναι ένα εντυπωσιακό αλλά επικίνδυνο χωροκατακτητικό είδος που προέρχεται από τον Ινδο-Ειρηνικό Ωκεανό. Η ταχεία αναπαραγωγή και η αδηφάγος όρεξή τους αποτελούν σημαντική απειλή για τα θαλάσσια οικοσυστήματα στη Μεσόγειο, διαταράσσοντας την τοπική βιοποικιλότητα και τους οικοτόπους των κοραλλιογενών υφάλων.

#### **Οι κίνδυνοι του Λεοντόψαρου**

Τα λεοντόψαρα είναι αρπακτικά που τρέφονται με μικρά ψάρια και ασπόνδυλα, υπερτερώντας των ιθαγενών ειδών, με αποτέλεσμα την μείωση της βιοποικιλότητας. Η παρουσία τους έχει μεγάλη επίδραση στα θαλάσσια οικοσυστήματα, οδηγώντας στην παρακμή σημαντικών ειδών και στην αλλαγή των οικοτόπων τους. Επιπλέον, τα δηλητηριώδη αγκάθια στις σπονδυλικές στήλες τους αποτελούν κίνδυνο για τον άνθρωπο, προκαλώντας επώδυνα τσιμπήματα που μπορεί να οδηγήσουν σε σοβαρές αντιδράσεις.

## Προσεγγίσεις καταπολέμησής του

Κατά τη διάρκεια του ΕΕW 24, το Ελαφονisos Eco φιλοξένησε παρουσιάσεις και εργαστήρια, με επίκεντρο τη μετατροπή της απειλής του λεοντόψαρου σε πολλά υποσχόμενες ευκαιρίες. Οι βασικές προσεγγίσεις αφορούσαν στην:

- **Στοχευμένη αλιεία:** Ενθάρρυνση και εκπαίδευση των ντόπιων ψαράδων να πιάσουν λεοντόψαρα, έτσι ώστε να μειωθεί ο πληθυσμός τους.
- **Έρευνα και Παρακολούθηση:** Υποστήριξη επιστημονικής έρευνας για την κατανόηση της οικολογίας του λεοντόψαρου και την ανάπτυξη αποτελεσματικών στρατηγικών ελέγχου.
- **Εκστρατείες ευαισθητοποίησης του κοινού:** Εκπαίδευση του κοινού σχετικά με τους κινδύνους που συνδέονται με τα λεοντόψαρα και προώθηση πρακτικών ασφαλούς χειρισμού.

## Γαστρονομία και οφέλη

Μία από τις πιο υποσχόμενες λύσεις, είναι η κατανάλωσή του σαν φαγητό. Παρά τα δηλητηριώδη αγκάθια του, το κρέας του λεοντόψαρου είναι ασφαλές για κατανάλωση και εξαιρετικά θρεπτικό. Το ΕΕW24 περιλάμβανε γαστρονομικά εργαστήρια όπου ο διάσημος σεφ Λευτέρης Λαζάρου εξήγησε τη σημασία του ελέγχου του πληθυσμού των χωροκατακτητικών λεοντόψαρων στη Μεσόγειο ενθαρρύνοντας την κατανάλωσή τους και στην συνέχεια έδειξε πώς προετοιμάζει νόστιμα πιάτα με λεοντόψαρο, τονίζοντας τα οφέλη του:

- **Διατροφική αξία:** Το κρέας του λεοντόψαρου είναι χαμηλό σε κορεσμένα λιπαρά και υψηλό σε πρωτεΐνες και ωμέγα-3 λιπαρά οξέα.
- Έλεγχος του πληθυσμού τους: Καταναλώνοντας λεοντόψαρα, μπορούμε να βοηθήσουμε στον έλεγχο του πληθυσμού τους, ωφελώντας το περιβάλλον και την τοπική αλιεία. Αυτή η βιώσιμη επιλογή όχι μόνο υποστηρίζει τις προσπάθειές μας για τη διατήρηση της βιοποικιλότητας στη Μεσόγειο αλλά προσφέρει επίσης μια μοναδική γαστρονομική εμπειρία.

Τέλος ο κος Λαζάρου τόνισε την ανάγκη επιδοτήσεων της ΕΕ για την υποστήριξη των αλιέων στην αλίευση και την επεξεργασία λεοντόψαρων, μετατρέποντάς το σε επιθυμητή τροφική επιλογή.

«Πρέπει να εξαλείψουμε αυτή την απειλή, την απειλή του λεοντόψαρου, τρώγοντας το» – Λευτέρης Λαζάρου

Η ατζέντα για το ΕΕW24 περιελάμβανε επίσης μια ποικιλία δραστηριοτήτων που είχαν σχεδιαστεί για τη συμμετοχή των παρευρισκόμενων:

- **Εργαστήρια Υγείας και Ευεξίας:** Ενσωμάτωση βιώσιμων πρακτικών για την προσωπική ευημερία.
- **Διαχείριση απορριμμάτων, νερού και πλαστικού:** Προώθηση οικολογικών λύσεων για την προστασία των θαλάσσιων οικοτόπων.
- **Αειφόρος τουρισμός και μπλε ευκαιρίες:** Διερεύνηση τρόπων υποστήριξης του περιβάλλοντος με τον αειφόρο τουρισμό.

**Γίνετε μέλος της μάχης κατά του Λεοντόψαρου**

Το Elafonisos Eco προσκαλεί όλους να συμμετάσχουν σε αυτή την κρίσιμη πρωτοβουλία. Μέσα από συλλογικές προσπάθειες, μπορούμε να προστατεύσουμε τα πολύτιμα θαλάσσια οικοσυστήματά μας και να μετατρέψουμε την εισβολή των λεοντόψαρων σε ευκαιρία για οικολογική ισορροπία αλλά και μια γαστρονομική καινοτομία.

### **Σχετικά με το Elafonisos Eco**

Το Elafonisos Eco, που ιδρύθηκε το 2013, είναι ένας οικολογικός σύλλογος που εστιάζει σε περιβαλλοντικές δράσεις, στη διατήρηση των φυσικών πόρων, πάντα με θετικό κοινωνικό αντίκτυπο. Βασικός στόχος είναι να γίνει η Ελαφώνησος οικολογικό και βιώσιμο νησί, για τη διατήρηση του μοναδικού φυσικού περιβάλλοντος (μέρος του οποίου προστατεύεται από την UNESCO), παράλληλα με τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των μόνιμων κατοίκων, των επισκεπτών και των μελλοντικών γενεών.

### **Elafonisos Eco Week 2024 (EEW24)**

Το Elafonisos Eco είναι ο πρώτος οικολογικός σύλλογος που ιδρύθηκε σε ελληνικό νησί, και αναλαμβάνει πολύπλευρες δράσεις. Μέχρι στιγμής, με τη βοήθεια εθελοντών, έχει φυτέψει πάνω από δύο χιλιάδες δέντρα στο νησί, έχει κάνει δωρεά ένα μηχάνημα φιλτραρίσματος νερού για φρέσκο πόσιμο νερό αλλά και για την μείωση του πλαστικού, έχει οργανώσει καθαρισμούς παραλιών και έχει διοργανώσει συμπόσια με θέμα το περιβάλλον, μεταξύ άλλων. Δράσεις του, έχουν φιλοξενηθεί σε διεθνούς σημασίας συνέδρια όπως το Ocean Week 2024 στο Μονακό και οι πρωτοβουλίες μας έχουν σημαντικό αντίκτυπο σε παγκόσμιο επίπεδο.

Το Elafonisos Eco Week είναι ένα οικολογικό συμπόσιο που πραγματοποιήθηκε για 7η χρονιά στην Ελαφώνησο, από τις 10 έως τις 16 Ιουνίου. Η ετήσια αυτή εκδήλωση που διοργανώνεται από τον οικολογικό σύλλογο Elafonisos Eco, στοχεύει να τονίσει τη σημασία των οικολογικών στρατηγικών, ενώ συγκεντρώνει ανθρώπους από διαφορετικά υπόβαθρα για να συζητήσουν και να παρουσιάσουν ευκαιρίες για την προώθηση της περιβαλλοντικής διαχείρισης. Ο κύριος στόχος είναι η προώθηση της βιωσιμότητας για τον πλανήτη μας. Για περισσότερες πληροφορίες και για εγγραφή στις εκδηλώσεις μας, επισκεφτείτε την ιστοσελίδα μας ή επικοινωνήστε μαζί μας:

[info@elafonisoseco.org](mailto:info@elafonisoseco.org)  
<https://www.elafonisoseco.org/>  
<https://www.instagram.com/elafonisoseco/>

### **Elafonisos Eco Takes Action Against Lionfish Invasion with chef Lefteris Lazarou**

**Elafonisos, Greece, June, 2024** - Elafonisos Eco is proud to announce a series of initiatives and activities during the 7<sup>th</sup> symposium at Elafonisos Eco Week (EEW 2024) aimed at addressing the lionfish invasion in the Mediterranean, with a particular focus on the impact on the island of Elafonisos. Renowned chef Lefteris Lazarou gave a presentation on the elimination of lionfish and also demonstrated how to cook them.

Event brings together international experts, local authorities, and community members to explore innovative solutions and management this crisis as well as promoting awareness about lionfish's ecological and gastronomic aspects.

### **What is Lionfish?**

Lionfish, with their vibrant stripes and venomous spines, are a striking yet dangerous invasive species originally from the Indo-Pacific region. Their rapid reproduction and voracious appetite pose a significant threat to marine ecosystems in the Mediterranean, disrupting local biodiversity and coral reef habitats.

## The Dangers of Lionfish

Lionfish are predators that feed on small fish and invertebrates, outcompeting native species, and reducing biodiversity. Their presence has a cascading effect on marine ecosystems, leading to the decline of important species and altering habitats. Furthermore, their venomous spines pose a danger to humans, causing painful stings that can lead to severe reactions.

## Approaches to Minimise Impact

During EEW 24, Elafonisos Eco hosted a dedicated round table, as well as workshops, focusing on transforming the threat of lionfish into promising opportunities. Key approaches include:

- **Targeted Fishing:** Encouraging and educate local fishermen to catch lionfish, which helps reduce their population.
- **Research and Monitoring:** Supporting scientific research to understand the ecology of lionfish and develop effective control strategies.
- **Public Awareness Campaigns:** Educating the public about the risks associated with lionfish and promoting safe handling practices.

## Gastronomy and Human Benefits

One of the most promising solutions is promoting lionfish as a delicacy. Despite their venomous spines, the meat of lionfish is safe to eat and highly nutritious. EEW 24 included culinary workshops where renowned chef **Lefteris Lazarou** demonstrated how to prepare delicious lionfish dishes, highlighting its benefits:

- **Nutritional Value:** Lionfish meat is low in saturated fat and high in protein and omega-3 fatty acids.
- By consuming lionfish, we can help control their population, benefitting the environment and local fisheries. This sustainable choice not only supports our conservation efforts but also offers a unique culinary experience.
- Lazarou discusses the importance of controlling the invasive lionfish population in the Mediterranean by encouraging its consumption. He emphasises the need for EU subsidies to support fishermen in catching and processing lionfish, turning it into a desirable and mainstream food option.

“We need to eliminate this threat, the lionfish threat, by eating it”  
– Lefteris Lazarou

The agenda for EEW 24 also included a variety of activities designed to engage the community and stakeholders:

- **Health and Wellness Workshops:** Integrating sustainable practices with personal well-being.
- **Waste, Water, and Plastic Management:** Promoting eco-friendly solutions to protect marine habitats.
- **Sustainable Tourism and Blue Opportunities:** Exploring how responsible tourism can support conservation efforts.

## Join the Fight Against Lionfish

Elafonisos Eco invites everyone to participate in this critical initiative. Through collaborative efforts, we can protect our precious marine ecosystems and turn the lionfish invasion into an opportunity for ecological balance and culinary innovation.

### **About Elafonisos Eco**

Established in 2013, Elafonisos Eco is an ecological association that focuses on environmental actions, the conservation of the natural environment, and social impact. The main goal is to make Elafonisos an ecological and sustainable island, to preserve the unique natural environment (part of which is protected by UNESCO), while improving the quality of life for the locals, visitors and future generations.

Elafonisos Eco is the first ecological association on a Greek island, undertaking various actions. So far, with the help of volunteers, we have planted over 2000 trees on the island, we have added a fresh water kiosk to reduce the use of plastic bottles, organised beach clean-ups and set up eco-friendly symposiums, to name just a few. Our actions have been hosted during the Monaco Ocean Week 2024, and our initiatives are significant on a global level.

### **Elafonisos Eco Week 2024**

Elafonisos Eco Week is an ecological symposium that took place for the 7th year in Elafonisos, between the 10th and 16th of June, set up by ecological association Elafonisos Eco. This yearly event aims to highlight the importance of ecological strategies, while bringing together people from diverse backgrounds to discuss and introduce opportunities to promote environmental stewardship. The main objective is fostering sustainability for our planet. For more information and to register for events, visit our website or contact us:

[info@elafonisos-eco.org](mailto:info@elafonisos-eco.org)

<https://www.elafonisoseco.org/>

<https://www.instagram.com/elafonisoseco/>