



Newsletter



Ενημερωτικό Δελτίο, τεύχος αρ. 3, Οκτώβριος 2011

Το έργο REVERSE βασίζεται στην ανταλλαγή εμπειριών μεταξύ των 14 Ευρωπαϊκών εταίρων που συμμετέχουν σε αυτό και ειδικεύονται στην προστασία της βιοποικιλότητας. Ο σκοπός του έργου είναι να συμβάλλει στην ανάπτυξη της βιοποικιλότητας σε Ευρωπαϊκό επίπεδο, προωθώντας ορθές δράσεις που έχουν αναδειχθεί από τους εταίρους και οι οποίες μπορούν εύκολα να εφαρμοστούν και σε άλλες Ευρωπαϊκές Περιφέρειες.

3^ο ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ REVERSE: ΧΩΡΟΤΑΞΙΚΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ & ΒΙΟΠΟΙΚΙΛΟΤΗΤΑ

Κατά τη διάρκεια του 3^{ου} Διαπεριφερειακού Σεμιναρίου Reverse, οι εταίροι του έργου συναντήθηκαν προκειμένου να εργασθούν πάνω στο θέμα “Χωροταξικός Σχεδιασμός & Βιοποικιλότητα”. Το σεμινάριο πραγματοποιήθηκε στην πόλη Murcia (Ισπανία), το Μάρτιο του 2011 με διοργανωτή την Περιφέρεια της Murcia.

Το θέμα προσεγγίστηκε από διαφορετικές οπτικές γωνίες και παρουσιάστηκαν διάφορες αναπτυγμένες δράσεις:

- * Ενσωμάτωση του σεβασμού της βιοποικιλότητας σε διεθνείς πολιτικές χωροταξικού σχεδιασμού
- * Διατήρηση οικολογικών διαδρόμων μέσω πράσινων και γαλάζιων υποδομών
- * Δημιουργία εργαλείων υποστήριξης αποφάσεων για την εφαρμογή πολιτικών χωροταξικής διευθέτησης
- * Δημιουργία εργαλείων κανονιστικής διαχείρισης για την προστασία ευαίσθητων περιοχών
- * Ευαισθητοποίηση πολιτών και πολιτικών σε ζητήματα βιοποικιλότητας

Διοργανώθηκαν επισκέψεις μελέτης σε δύο καταπληκτικά Περιφερειακά Πάρκα:

Το Περιφερειακό Πάρκο “Calblanque, Monte de las Cenizas y Peña del Águila” βρίσκεται στο νότιο τμήμα της Περιφέρειας της Murcia, νότια της λιμνοθάλασσας Mar Menor. Η περιοχή αυτή είναι η καλύτερα διατηρημένη παραθαλάσσια περιοχή στην Περιφέρεια της Murcia και αποτελεί τμήμα του Ευρωπαϊκού Δικτύου Natura 2000.

Στο Περιφερειακό Πάρκο “Salinas de San Pedro”, οι εταίροι του έργου Reverse επισκέφθηκαν τους πιο σημαντικούς υδροβιότοπους ολόκληρης της Περιφέρειας που έχουν σχηματιστεί από αλυκές. Η Ειδική Προστατευόμενη Περιοχή για Πτηνά είναι το ετήσιο σημείο διέλευσης για τις αποικίες φλαμίνγκο και άλλων αποδημητικών πτηνών.



INTERREG IVC
INNOVATION & ENVIRONMENT
REGIONS OF EUROPE SHARING SOLUTIONS



ΣΥΝΕΔΡΙΟ “Πράσινες υποδομές, Βιοποικιλότητα & Χρήσεις γης”

Κατά τη διάρκεια του συνεδρίου “Πράσινες υποδομές, Βιοποικιλότητα και Χρήσεις γης” που πραγματοποιήθηκε στην πόλη Murcia στις 29 Μαρτίου 2011, οι εταίροι του έργου από ολόκληρη την Ευρώπη και εκπρόσωποι της Ευρωπαϊκής Επιτροπής παρουσίασαν τις τελευταίες εξελίξεις που αφορούν την ιδέα των πράσινων υποδομών και συζήτησαν σχετικά με ευκαιρίες χρηματοδότησης και τις προκλήσεις που παρουσιάζονται, την εφαρμογή και τις προσεγγίσεις σχεδιασμού καθώς και περιπτώσεις καλών πρακτικών.

Έγιναν παρουσιάσεις από εκπροσώπους των Γενικών Διευθύνσεων Περιβάλλοντος και Περιφερειών της Ε.Ε. σε θέματα όπως “Πράσινες υποδομές και Βιοποικιλότητα - Η ιδέα και η πρακτική στην Ε.Ε.”, “Περιφερειακή Πολιτική για τις Πράσινες Υποδομές - Ευκαιρίες και δυνατότητες για βελτίωση στην τρέχουσα περίοδο χρηματοδότησης” και “Μπορεί ο συσχετισμός των Πράσινων Υποδομών με τις Εκτιμήσεις Περιβαλλοντικών Επιπτώσεων και τα άρθρα 6.3 και 6.4 της Οδηγίας των Οικοτόπων να βελτιώσουν την προστασία της βιοποικιλότητας;”.

Παρουσιάστηκαν παραδείγματα από εταίρους του έργου, σχετικά με “Σχεδιασμό και εφαρμογή Πράσινων Υποδομών σε Περιφερειακό επίπεδο στη Ρουμανία”, “Εφαρμογή τεχνικών κριτηρίων στην εκτίμηση αστικών σχεδίων στην Περιφέρεια της Murcia” και “Κατάρτιση ενός νέου προγράμματος τοπίου και ενός σχεδίου χρήσης γης στην Περιφέρεια της Βρέμης” που αποτέλεσαν απτή απεικόνιση αυτής της θεματικής.

Τέλος, συζητήθηκαν σημαντικά θέματα κατά τη διάρκεια στρογγυλής τραπέζης:

- * Τρόποι επίλυσης ασυμβατοτήτων μεταξύ Πράσινων και Γκρίζων Υποδομών
- * Τρόποι βελτίωσης Περιφερειακής Πολιτικής: χρηματοδότηση για Πράσινες Υποδομές στο παρόν και στο μέλλον
- * Διατήρησης βιοποικιλότητας από την πλευρά των Περιφερειών. Τρόποι επίλυσης των δυσκολιών για μια πραγματικά βιώσιμη ανάπτυξη.

Για να μεταφορτώσετε όλες τις παρουσιάσεις αυτού του συνεδρίου, παρακαλούμε ακολουθήστε το σύνδεσμο: <http://reverse.aquitaine.eu/41-minute>

Το συνέδριο διοργανώθηκε στο πλαίσιο των δύο έργων INTERREG IVC: ‘Reverse’ και ‘SURF Nature’ <http://surf-nature.eu/>



ΟΙ ΟΡΘΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΜΕ ΜΙΑ ΓΡΗΓΟΡΗ ΜΑΤΙΑ

Χωροταξικός σχεδιασμός & Βιοποικιλότητα

Στο σημείο αυτό παρουσιάζονται τέσσερα επιτυχημένα παραδείγματα από εταίρους του έργου Reverse, τα οποία εμφανίζουν αποδεδειγμένη αποτελεσματικότητα όσον αφορά τη διατήρηση της βιοποικιλότητας.

- **Καθορίζοντας ένα Πράσινο Δίκτυο σε επίπεδο Περιφέρειας**
 Παρουσίαση από EMU (Εσθονία)

Σύμφωνα με το Χωροταξικό Σχέδιο της Εσθονίας, το Πράσινο Δίκτυο αποτελεί ένα **συνεχές δίκτυο περιοχών, με εκτεταμένη χρήση γης**, αλλά με μια, συγκριτικά, καλή φυσική κατάσταση που βοηθά στη διατήρηση της βιοποικιλότητας και της σταθερότητας του περιβάλλοντος.

Στην Εσθονία, η ιεραρχία του συστήματος χωροταξικού σχεδιασμού οργανώνεται γύρω από βασικές διοικητικές μονάδες: σε εθνικό επίπεδο, σε Περιφερειακό και σε Δημοτικό επίπεδο. Το Πράσινο Δίκτυο εξετάζεται, σε διαφορετικούς βαθμούς, και στα τρία αυτά επίπεδα σχεδιασμού. Το εθνικό μακροπρόθεσμο χωροταξικό σχέδιο, 'Estonia 2010', καθορίζει τις βασικές αρχές του οικολογικού (πράσινου) δικτύου της Εσθονίας, με τον προσδιορισμό διαδρόμων (corridors) και 12 βασικών περιοχών εθνικής και διεθνούς σημασίας.

Το 1999 ξεκίνησε η δεύτερη φάση του Περιφερειακού σχεδιασμού (θεματικός σχεδιασμός), ο οποίος στοχεύει στον καθορισμό περιβαλλοντικών όρων για την ανάπτυξη των χρήσεων γης και δόμησης. Οι κύριες δράσεις αυτής της φάσης περιελάμβαναν το σχεδιασμό του Πράσινου Δικτύου και τον προσδιορισμό των πιο αξιόλογων πολιτιστικών-ιστορικών τοπίων. Έως το Δεκέμβριο του 2002, κάθε μία από τις 15 περιφέρειες της Εσθονίας έπρεπε να έχει προετοιμάσει ένα χάρτη οικολογικών δικτύων σε κλίμακα 1:50.000, ως ένα από τα επίπεδα του θεματικού χωροταξικού σχεδιασμού. Για το σκοπό αυτό, χρησιμοποιήθηκαν τρεις μεθοδολογίες: μία για το σχεδιασμό των Πράσινων Δικτύων, μία για τον καθορισμό των αξιόλογων πολιτιστικών τοπίων και μία τρίτη, για το συνδυασμό των αποτελεσμάτων των προηγούμενων δύο μεθοδολογιών. Ωστόσο, χρειάστηκε να φτάσουμε έως τα τέλη του 2007 προκειμένου και οι 15 Περιφέρειες να ολοκληρώσουν την προετοιμασία αυτών των σχεδίων.

Σύμφωνα με τον εθνικό Νόμο για το Σχεδιασμό, το Πράσινο Δίκτυο πρέπει να προβλέπεται στο συνολικό σχέδιο κάθε δήμου. Το σχέδιο θα πρέπει να θέτει τα όρια του Πράσινου Δικτύου, όπως αυτό έχει καταρτιστεί στο θεματικό σχέδιο κάθε Περιφέρειας, και να προσδιορίζει, σε τοπικό επίπεδο, τις απαιτήσεις για τις χρήσεις γης εντός του Πράσινου Δικτύου. Το επταετές Πρόγραμμα Περιβαλλοντικής Δράσης της Εσθονίας για την περίοδο 2007-2013 θέτει ως στόχο τον καθορισμό και την εφαρμογή των μέτρων για το Πράσινο Δίκτυο εντός όλων των δήμων έως το 2013, όσον αφορά το χωροταξικό σχεδιασμό, τις περιβαλλοντικές συνθήκες και τους περιορισμούς. Έως το 2007, το Πράσινο Δίκτυο είχε συμπεριληφθεί σε 53 συνολικά σχέδια και σε ποσοστό 27% του συνόλου των δήμων.

Τα θέματα των οικολογικών δικτύων αφορούν σε πολλές πλευρές των χρήσεων γης, όπως για παράδειγμα στον σχεδιασμό υποδομών, στη δασοκομία, στη γεωργία και στην προστασία της φύσης. Η επιτυχημένη εφαρμογή της ιδέας του Πράσινου Δικτύου μπορεί κυρίως να γίνει με χωροταξικό σχεδιασμό σε χαμηλότερα επίπεδα και καθορισμό των συνθηκών για τις χρήσεις γης και άλλων πόρων, συμπεριλαμβανομένης και της Εκτίμησης Περιβαλλοντικών Επιπτώσεων. Προϋποθέτει επίσης την αποδοχή των οικολογικών αρχών τοπίου από όλους τους εμπλεκόμενους φορείς σε διάφορους τομείς χρήσεων γης. Επομένως, **η ευαισθητοποίηση του κοινού και η ενημέρωση όλων των ενδιαφερόμενων πλευρών, αποτελούν ουσιώδη παράγοντα** για την επιτυχημένη εφαρμογή του οικολογικού δικτύου.

- **Στρατηγική για την Οικολογική Συνεκτικότητα και τη Συνεκτικότητα Τοπίου στην επαρχία της Álava**

Παρουσίαση από την Κυβέρνηση των Βάσκων (Ισπανία)

Ο κατακερματισμός των οικοτόπων και των τοπίων αποτελεί πλέον μία από τις κύριες αιτίες της απώλειας της βιοποικιλότητας σε βιομηχανικές και πυκνοκατοικημένες χώρες, καθώς είναι πιο σημαντικός από την απλή καταστροφή ή υποβάθμιση των οικοτόπων, παρότι οι τελευταίες είναι πολύ περισσότερο αντιληπτές γενικά. Η λεγόμενη «σιωπηρή εξαφάνιση» πολλών πληθυσμών και βιοκοινοτήτων προκύπτει όταν, μετά από τον κατακερματισμό των οικοτόπων τους, ο αριθμός των ατόμων που απομένουν είναι κάτω από τον ελάχιστο βιώσιμο πληθυσμό.

Ο στόχος της Στρατηγικής για την Οικολογική Συνεκτικότητα και τη Συνεκτικότητα Τοπίου στην επαρχία της Álava είναι η επίτευξη **αποτελεσματικού σχεδιασμού και προστασίας των βιολογικών διαδρόμων στην Álava**, σύμφωνα με τις δεσμεύσεις του Περιβαλλοντικού Προγράμματος της Βασκικής Κοινότητας (2002-2012) και σύμφωνα με την Πανευρωπαϊκή Στρατηγική Βιοποικιλότητας και Ποικιλότητας Τοπίου.

Αρχικά, πραγματοποιήθηκε τεχνική ανάλυση η οποία αποτέλεσε τη βάση για τη μετέπειτα εφαρμογή της Στρατηγικής. Αυτή η ανάλυση είχε τους παρακάτω στόχους:

1. Χαρακτηρισμό της πολιτικής προστασίας της **οικολογικής συνεκτικότητας και της συνεκτικότητας του τοπίου** στην Ευρώπη και την Ισπανία
2. Ανάλυση της **οικολογικής συνεκτικότητας και της συνεκτικότητας τοπίου στην επαρχία της Álava**.
3. Ταυτοποίηση, ταξινόμηση και οριοθέτηση των πιο κατάλληλων περιοχών για την **οικολογική συνεκτικότητα και τη συνεκτικότητα τοπίου** στην Álava
4. Ανάλυση της **επίπτωσης των διαδικασιών κατακερματισμού** στην Álava
5. Προσδιορισμό μιας **στρατηγικής προστασίας** και, όταν είναι απαραίτητο, και μιας στρατηγικής **αποκατάστασης**, για τους κύριους οικολογικούς διαδρόμους και τους διαδρόμους τοπίου στην Álava.

Ο στόχος της μετέπειτα πρακτικής εφαρμογής της Στρατηγικής, μέσω της χρήσης του σχεδιασμού του Δικτύου Οικολογικών Διαδρόμων και Διαδρόμων Τοπίου σε διαδικασίες εξουσιοδότησης και Εκτίμησης Στρατηγικών Επιπτώσεων που επηρεάζουν τον πολεοδομικό σχεδιασμό, είναι να αποφευχθεί η απώλεια βιοποικιλότητας μέσω της διατήρησης των φυσικών χαρακτηριστικών σε περιοχές που εγγυώνται τη συνεκτικότητα.

Η Στρατηγική για την Οικολογική Συνεκτικότητα και τη Συνεκτικότητα Τοπίου αποδεικνύεται ένα πολύ ισχυρό εργαλείο για τη διατήρηση περιοχών που δεν προστατεύονται μεν από νομικούς μηχανισμούς, αλλά έχουν σημαντικές αξίες που εγγυώνται τη διατήρηση των οικολογικών διαδικασιών σε άλλες προστατευόμενες περιοχές.

Ωστόσο, η δυνατότητα μεταφοράς και εφαρμογής της στρατηγικής αυτής θα μπορούσε να βελτιωθεί μέσω της επίτευξης δύο στόχων: τον καθορισμό μιας μεθοδολογίας που θα διευκολύνει την αξιολόγηση των αποτελεσμάτων που λαμβάνονται από την εφαρμογή της Στρατηγικής και τον καθορισμό νομικών οδών, ώστε η εφαρμογή της Στρατηγικής να αποκτήσει κανονιστικό χαρακτήρα, τέτοιο που να της επιτρέπει να είναι αποτελεσματική και για περισσότερους τύπους διαδικασιών.



- Περιφερειακή στρατηγική “για την προώθηση της ελκυστικότητας μιας περιοχής μέσω της αναβάθμισης των τοπίων” λαμβάνοντας υπόψη τη βιοποικιλότητα

Παρουσίαση από την Περιφέρεια της Aquitaine (Γαλλία)

Στο πλαίσιο της προετοιμασίας του τοπικού εγγράφου χωροταξικού σχεδιασμού SCOT, της κατάθεσης αίτησης στο πρόγραμμα LEADER και του καθορισμού του τοπικού συνολικού προγράμματος, οι αιρετοί εκπρόσωποι στη Γαλλική επαρχία “Pays Val de Garonne – Gascogne” τόνισαν την ανάγκη για την ανάπτυξη δραστηριοτήτων που αυξάνουν την ελκυστικότητα της περιοχής.

Υπό αυτή την έννοια, τα τοπία εμφανίζονται ως πραγματικά πολύτιμα. Επειδή αυτά τα τοπία προσφέρουν ένα ευχάριστο βιοτικό περιβάλλον, είναι προφανές ότι πρέπει να ενισχυθούν και να διατηρηθούν. Τα **τοπία θεωρούνται εδώ ως ένα άριστο εργαλείο για τη βελτίωση της δυναμικής της τοπικής ανάπτυξης.**

Υπό αυτή την έννοια, και χάρη στα κανονιστικά εργαλεία χωροταξικού σχεδιασμού (“SCOT”, “PLU”), άλλα τοπικά πρακτικά εργαλεία (“συμβάσεις τοπίων”, εξειδικευμένη μηχανική) και οικονομικά εργαλεία (πρόγραμμα LEADER), οι αιρετοί εκπρόσωποι της επαρχίας “Val de Garonne – Gascony” αποφάσισαν να εφαρμόσουν μια πραγματική πολιτική που θα ευνοεί τα τοπία.

Με βάση μια ευρεία διαδικασία διαβούλευσης και ένα χάρτη τοπίου, σχεδίασαν έναν οδικό χάρτη για να κάνουν το τοπίο ουσιώδη παράγοντα στην ελκυστικότητα και την ανάπτυξη της περιοχής.

Ως ένα πρώτο βήμα, οι κύριες δράσεις εστίασαν στην ευαισθητοποίηση του κοινού και στη διάδοση της σημασίας του τοπίου (που συνδέεται με τη βιοποικιλότητα), μέσω εργαστηρίων, επιτόπιων επισκέψεων για περιήγηση σε αξιοθέατα, διοργάνωσης συνεδρίων, έκδοσης ενημερωτικού δελτίου, κ.α. Το ουσιώδες αυτό βήμα εξασφάλισε τη συμμετοχή πολιτικών προσώπων στη στρατηγική τοπίου. Επέτρεψε σε όλους τους αιρετούς εκπροσώπους και τοπικούς παράγοντες να συνειδητοποιήσουν τη σημασία των τοπίων και του ρόλου τους στην ελκυστικότητα της περιοχής, καθώς και να εργασθούν όλοι μαζί για τον ίδιο στόχο.

Εν τω μεταξύ, καταρτίστηκε ένα σχέδιο δράσης, το οποίο καθορίζει τις προτεραιότητες γύρω από τέσσερις θεματικούς άξονες: πολεοδομικό σχεδιασμό, γεωργία, νερό και οδικούς άξονες. Σήμερα, οι αιρετοί εκπρόσωποι επιβλέπουν την εφαρμογή των πρώτων δράσεων που περιλαμβάνονται σε αυτό το σχέδιο δράσης.

Διατηρώντας και αυξάνοντας τα διαφοροποιημένα τοπία, η πολιτική αυτή βοηθά στην προστασία και στην αύξηση της βιοποικιλότητας, με την υποστήριξη **δράσεων που ευνοούν τη βιοποικιλότητα**, π.χ. φύτευση τοπικών ποικιλιών δέντρων, αλσουλίων, επανεισαγωγή των φυσικών φρακτών.

Επιπλέον, αυτή η πολιτική τοπίου φάνηκε να αποτελεί μια καλή προσέγγιση στην αντιμετώπιση διαφόρων προβλημάτων, όπως η διατήρηση της βιοποικιλότητας, καθώς το θέμα του τοπίου είναι αρκετά συγκεκριμένο και χάρει ευρείας συναίνεσης.



- **‘Geocaching στη φύση’: ευαισθητοποιώντας τους πολίτες στο θέμα της βιοποικιλότητας**

Παρουσίαση TTZ (Γερμανία)

Το πρόγραμμα ‘geocaching στη φύση’ (geocaching@nature) είχε ως στόχο την εφαρμογή μιας διαδρομής geocaching στην περιοχή Bremerhaven. Το Geocaching μπορεί να περιγραφεί καλύτερα ως μια σύγχρονη μορφή του παιχνιδιού “**κυνήγι του θησαυρού**”. Οι συμμετέχοντες κρύβουν ένα μικρό κουτί, που ονομάζεται “κρύπτη” και περιέχει διάφορα μικροπράγματα και ένα ημερολόγιο, και στη συνέχεια δημοσιεύουν την κρυψώνα αναρτώντας τις συντεταγμένες στο διαδίκτυο. Φυσικά, υπάρχουν πολλά περισσότερα πίσω από αυτό το παιχνίδι. Για παράδειγμα, υπάρχουν διαφορετικά είδη geocaching, από το ευκολότερο, στο οποίο είναι εύκολη η ανακάλυψη της κρύπτης, έως τα δυσκολότερα, στα οποία ο μόνος τρόπος να βρεθεί η κρύπτη είναι με ειδικό εξοπλισμό, όπως εξοπλισμό κατάδυσης ή αναρρίχησης.

Η υπηρεσία περιβαλλοντικής προστασίας δημιούργησε μια διαδρομή geocache, η οποία διέρχεται από 4 σταθμούς στην Bremerhaven. Η υπηρεσία δανείζει συσκευές GPS σε όσους δεν διαθέτουν.

Ο πρώτος σταθμός είναι ο Σταθμός Εμπορευματοκιβωτίων 4 στα βόρεια της Bremerhaven. Οι αλυκές που υπάρχουν εκεί αποτελούν σημαντικό σταθμό ανάπαυσης και αναπαραγωγής για τα πουλιά.

Ο επόμενος σταθμός βρίσκεται σε ένα πάρκο. Εκεί, οι συμμετέχοντες μπορούν να βρουν περαιτέρω πληροφορίες για ενδημικά είδη, ακολουθώντας ένα φυσικό μονοπάτι στο πάρκο. Από εκεί, θα πρέπει να πάνε στο Fehrmoor, που είναι ένας βάλτος στα βόρεια της Bremerhaven.

Ο τέταρτος και τελευταίος σταθμός είναι ο ποταμός Geeste, ο οποίος βρίσκεται κοντά στο κέντρο της Bremerhaven.

Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να ανακαλύψουν αυτούς τους σταθμούς, με τα πόδια ή με τα ποδήλατά τους. Σε κάθε σταθμό, θα πρέπει να **λύσουν ένα γρίφο ή να απαντήσουν μια ερώτηση που αφορά τη φύση και το τοπίο της Bremerhaven**. Εάν λυθεί ο γρίφος, θα τους οδηγήσει στο επόμενο σημείο παρέχοντάς τους τις συντεταγμένες. Με αυτό τον τρόπο, μπορούν να γνωρίσουν καλύτερα και να εξοικειωθούν με τη φύση και τις περιοχές της πόλης που βρίσκονται κοντά σε αυτήν και οι οποίες είναι σημαντικές από άποψη περιβαλλοντικής προστασίας. Επιπλέον, αυξάνουν τις γνώσεις τους σε θέματα τοπικού περιβάλλοντος και ενισχύουν την ευαισθησία τους σε θέματα διατήρησης της φύσης και περιβαλλοντικής προστασίας. Η πρωτοβουλία αυτή απευθύνεται κυρίως σε μαθητές και νέους ηλικίας 11 έως 16 ετών, καθώς και σε οικογένειες, πεζοπόρους και περιηγητές.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις παραπάνω αλλά και περισσότερες ορθές πρακτικές, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας!

<http://reverse.aquitaine.eu/9-good-practices>

