

Οδηγός για μηδενικά πλαστικά στα ξενοδοχεία

Μειώστε τα πλαστικά μίας χρήσης και προσφέρετε μια
βιώσιμη εμπειρία στους πελάτες σας



Περιεχόμενα

Στρατηγική σελ. 3

Το ξέρατε ότι σελ. 5

Για το δωμάτιο σελ. 6

Για το μπάνιο σελ. 10

Για τη διαχείριση νερού σελ. 14

Για την εστίαση σελ. 16

Το σύστημα της ανακύκλωσης σελ. 29

Ευχαριστίες σελ. 30

Πώς να χρησιμοποιήσετε τον οδηγό:

Με ένα διπλό κλικ στις **ενδεικτικές** προτάσεις και **ενδεικτικούς** προμηθευτές, μπορείτε να ανακαλύψετε τη βιώσιμη λύση που ανταποκρίνεται στις ανάγκες του ξενοδοχείου σας — και μην ξεχάσετε να ακολουθήσετε τα tips μας!



Στρατηγική: 6 βήματα για την εξάλειψη των πλαστικών μιας χρήσης

1

Καθορίστε από πού
ξεκινάτε

- Ορίστε τους στόχους σας
- Κάντε μία πρώτη εκτίμηση για τα πλαστικά μίας χρήσης που καταναλώνετε
- Κατανοήστε πώς λειτουργεί το σύστημα αποβλήτων, τι ανακυκλώνεται



2

Εντοπίστε ποια θέλετε
να μειώσετε

- Δείτε ποια πλαστικά έχουν άμεση προτεραιότητα
- Ακολουθήστε κάθε βήμα της διαδικασίας
- Συμφωνήστε σε ποια πλαστικά θα στοχεύσετε



3

Καταργήστε, μειώστε και
αντικαταστήστε

- Κατανοήστε τα προβλήματα που σχετίζονται με τη χρήση
- Προτιμήστε την κατάργηση ή τη μείωση πριν καταφύγετε στην αντικατάσταση
- Βρείτε εναλλακτικές λύσεις για την αντικατάσταση των πλαστικών



Στρατηγική: 6 βήματα για την εξάλειψη των πλαστικών μιας χρήσης

4

Επιλέξτε την καλύτερη δυνατή λύση

- Αξιολογήστε αν οι εναλλακτικές μπορούν να εφαρμοστούν και ποια είναι η περιβαλλοντική τους επίδραση
- Εγκρίνετε τις εναλλακτικές λύσεις για δοκιμή και παραγγελία

5

Δοκιμάστε τις επιλεγμένες επιλογές

- Ενημερώστε και εκπαιδεύστε το προσωπικό σας
- Επικοινωνήστε απλά και αποτελεσματικά με τους πελάτες σας
- Ξεκινήστε τη δοκιμή

6

Αξιολογήστε το αποτέλεσμα της δοκιμής

- Καθορίστε βασικούς δείκτες αξιολόγησης
- Εντοπίστε και συλλέξτε τα απαραίτητα δεδομένα
- Αναλύστε τα αποτελέσματα



Το ξέρατε;

Περισσότεροι από 229.000 τόνοι πλαστικών απορριμμάτων καταλήγουν κάθε χρόνο στη Μεσόγειο, ποσότητα που αντιστοιχεί σε 500 δοχεία την ημέρα.



Ένας επισκέπτης καταναλώνει κατά μέσο όρο **5 έως 10** πλαστικά προϊόντα μίας χρήσης ανά διανυκτέρευση στο ξενοδοχείο.



Το πρόβλημα επιδεινώνεται τους θερινούς μήνες λόγω της αύξησης, **κατά 30%**, στην παραγωγή πλαστικών απορριμμάτων.



Περίπου 460 εκατομμύρια τόνοι πλαστικού παρήχθησαν παγκοσμίως το 2024, νούμερο το οποίο συνεχώς αυξάνεται. Οι εκτιμήσεις για το 2025 δείχνουν ότι το νούμερο αυτό ενδέχεται να ξεπεράσει τους 470 εκατομμύρια τόνους.



Tips για το δωμάτιο: Παντόφλες

Επιλέξτε παντόφλες από ανακυκλώσιμα ή βιοδιασπώμενα υλικά, όπως φυσικό βαμβάκι, λινό, μπαμπού ή φελλό.



Τονίστε ότι οι παντόφλες μπορούν να είναι επαναχρησιμοποιούμενες και καλέστε τους πελάτες να τις πάρουν μαζί τους



Σιγουρευτείτε ότι η συσκευασία των παντοφλών δεν έχουν πλαστικό, ώστε να μην ακυρωθεί η προσπάθειά σας



Προτάσεις για το δωμάτιο: Παντόφλες

Μειώνουμε!



Παρέχουμε μόνο
αν ζητηθούν!



Κλειστές παντόφλες από 100% άμυλο
καλαμποκιού, 5 mm, 0% πλαστικό
στη συσκευασία.

[Hotel and Spa](#)

Email: sales@hotelandspa.gr

Τηλέφωνο: 2114075116



Κλειστές λευκές παντόφλες από Bamboo
fibre & bio σόλα, αντιμικροβιακό
ύφασμα plant-based.

100% Βιοδιασπώμενες &
Κομποστοποιήσιμες.

[Pennie](#)

Email: hello@pennie.gr

Τηλέφωνο: 2105120595



Κλειστές παντόφλες λινές, 5 mm, με
0% πλαστικό στη συσκευασία.

[Hotel and Spa](#)

Email: sales@hotelandspa.gr

Τηλέφωνο: 2114075116

Tips για το δωμάτιο: Laundry Bags

Χρησιμοποιήστε τσάντες από βαμβάκι, λινό ή άλλα υφάσματα αντί για πλαστικές σακούλες.



Εξετάστε την ιδέα χρήσης επαναχρησιμοποιούμενων τσαντών που πλένονται εύκολα.



Σιγουρευτείτε ότι δεν υπάρχουν πλαστικές σφραγίδες ή κορδέλες



Προτάσεις για το δωμάτιο: Laundry Bags

Επαναχρησιμοποιούμε!



100% βαμβακερός σάκος για άπλυτα ρούχα, μπορούν να κατασκευαστούν σε οποιαδήποτε διάσταση και πάχος υφάσματος.

[Cotton Bags](#)

Email: info@rebags.gr

Τηλέφωνο: 2121052606



Μονόχρωμος σάκος για άπλυτα με κορδόνι για να σουρώνει & εκάι απλικέ κέντημα από 100% βαμβάκι.

[Pennie](#)

Email: hello@pennie.gr

Τηλέφωνο: 2105120595



Non-woven σάκος για άπλυτα, πολλαπλών χρήσεων

[Οικολογικές Τσάντες](#)

Email: info@rebags.gr

Τηλέφωνο: 2121052606

Tips για το μπάνιο: Dispensers

Τοποθετήστε δοσομετρητές
πολλαπλών χρήσεων αντί
για πλαστικά μπουκαλάκια.



Χρησιμοποιήστε σαπούνι
και σαμπουάν που είναι
βιολογικά ή βιοδιασπώμενα,
επιλέγοντας ελληνικές
εταιρείες.



Συντηρήστε τους ώστε να
αποφευχθεί η άσκοπη
αντικατάσταση και
εκπαιδεύστε το
προσωπικό σας για την
ορθή χρήση τους



Προτάσεις για το μπάνιο: Dispensers

Εαναγεμίζουμε!
Δεν πετάμε!



Pandrosia Earth Beauties Refill για
Dispenser Σαμπουάν και
Αφρόλουτρο 4 Λίτρα

[Hotel and Spa](#)

Email: sales@hotelandspa.gr

Τηλέφωνο: 2114075116



Βάση στήριξης μπουκαλιού μαζί με
Shampoo & Shower 5L, Conditioner
5L, Body Lotion 5L, Hand Wash 5L.

[Gusstex](#)

Email: info@gusstex.gr

Τηλέφωνο: 2444301049



Μεταλλική μαύρη βάση στήριξης
μπουκαλιού αφρόλουτρου/σαμπουάν/
κρέμας 300ml με dispenser.

[Pennie](#)

Email: hello@pennie.gr

Τηλέφωνο: 2105120595

Tips για το μπάνιο: Hotel Amenities

Παρέχετε τα μόνο κατόπιν
αιτήματος και όχι αυτόματα
σε όλους μειώνοντας την
άσκοπη σπατάλη



Αντικαταστήστε τα
πλαστικά amenities με
eco friendly εναλλακτικές
(π.χ. σφουγγάρι από
λούφα, μπατονέτες από
μπαμπού και
οδοντόβουρτσες eco)



Ζητήστε από τους
προμηθευτές να
παραδίδουν προϊόντα
χωρίς επιπλέον πλαστική
συσκευασία



Προτάσεις για το μπάνιο: Hotel Amenities

Μειώνουμε!
Παρέχουμε μόνο
αν ζητηθεί!



Φυσική οβάλ sisal loofah, με υφασμάτινη λαβή στο πίσω μέρος, σε ανακυκλώσιμη βιοδιασπώμενη συσκευασία.

[Pennie](#)

Email: hello@pennie.gr

Τηλέφωνο: 2105120595



Χτένα Επισκέπτη βιολογικής βάσης με 40% εκχύλισμα ρυζιού, σε φάκελο κραφτ

[Hotel and Spa](#)

Email: sales@hotelandspa.gr

Τηλέφωνο: 2114075116



Σετ που περιλαμβάνει 50 τεμάχια μπατονέτες από bamboo & βαμβάκι, σε ανακυκλώσιμη χάρτινη craft paper eco-packaging.

[Pennie](#)

Email: hello@pennie.gr

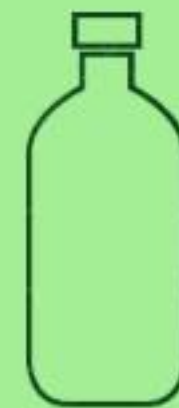
Τηλέφωνο: 2105120595

Tips για τη διαχείριση νερού: Πόσιμο νερό

Εγκαταστήστε ψύκτες στους κοινόχρηστους χώρους, ώστε οι επισκέπτες να γεμίζουν τα δικά τους παγούρια



Προσφέρετε γυάλινα μπουκάλια στα δωμάτια και ενθαρρύνετε τους επισκέπτες να τα γεμίσουν στους ψύκτες. Σερβίρετε κανάτες με φιλτραρισμένο νερό στα εστιατόρια/ μπαρ



Χρησιμοποιήστε ψύκτες νερού με μεγάλες πλαστικές φιάλες, οι οποίες επιστρέφονται για ξαναγέμισμα, μειώνοντας τα απόβλητα.



Προτάσεις για τη διαχείριση νερού: Πόσιμο νερό

Εαναγεμίζουμε!
Δεν πετάμε!



Επιδαπέδιος ψύκτης νερού με φίλτρα. Το μπουκάλι τοποθετείται στο κάτω μέρος και όταν αδειάσει, δεν το πετάτε αλλά το επιστρέφετε για επαναγέμισμα.

[OASIS](#)

Email: info@psyktes.gr

Τηλέφωνο: 2106000621



Γυάλινο μπουκάλι τετράγωνο των 1000 ml. Κατάλληλο για εμφιάλωση χυμού και νερού. Δυνατότητα εκτύπωσης του logo σας.

[AmGlass](#)

Email: info@amglass.gr

Τηλέφωνο: 2106021841



Επιτραπέζιος ψύκτης νερού δικτύου - πάγκου με φίλτρα, δυνατότητα ψύξης και παροχής δροσερού νερού.

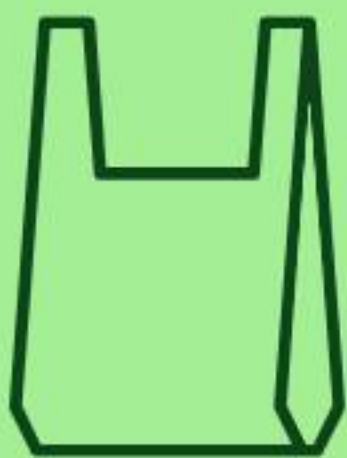
[OASIS](#)

Email: info@psyktes.gr

Τηλέφωνο: 2106000621

Tips για την εστίαση: Αναλώσιμα

Τοποθετήστε μόνο μία σακούλα ανά δωμάτιο, στο μπάνιο για τα υγρά απόβλητα. Έτσι μειώνετε τη χρήση πλαστικού και εξοικονομείτε χρήματα.



Καταργήστε τα πλαστικά μίας χρήσης στις συσκευασίες take away, επιλέγοντας βιώσιμες εναλλακτικές.



Επιλέξτε φυσικά υλικά συσκευασίας όπως μπαμπού, ζαχαροκάλαμο και χαρτί, που είναι κομποστοποιήσιμα και φιλικά προς το περιβάλλον.



Προτάσεις για την εστίαση: Αναλώσιμα

Όχι στα περιττά πλαστικά!
Χρησιμοποιούμε ΜΟΝΟ
όταν είναι απαραίτητο



Κομποστοποιήσιμη σακούλα
απορριμμάτων από Mater-Bi.

Χωρίς πλαστικό

[Skg EcoShop](https://www.skgecoshop.com)

Email: info@skgecoshop.com

Τηλέφωνο: 2315005998



Πιάτο ζαχαροκάλαμου. Κατάλληλα για
κρύα αλλά και ζεστά γεύματα, μπορούν
να χρησιμοποιηθούν σε φούρνο
μικροκυμάτων. 100% βιοδιασπώμενα.

[Skg EcoShop](https://www.skgecoshop.com)

Email: info@skgecoshop.com

Τηλέφωνο: 2315005998



Χάρτινες συσκευασίες φαγητού και
ξύλινα μαχαιροπίρουνα craft για
take away.

[DIMEX A.E.](https://www.dimexsa.gr)

Email: info@dimexsa.gr

Τηλέφωνο: 2102401011

Tips για την εστίαση: Ποτήρια

Χρησιμοποιήστε χάρτινα και βιοδιασπώμενα ποτήρια, χωρίς επικάλυψη πλαστικού .



Χρησιμοποιήστε ποτήρια πολλαπλών χρήσεων, τα οποία πλένονται στο πλυντήριο πιάτων.



Επιλέξτε τα επαναχρησιμοποιούμενα ποτήρια με εγγύηση (π.χ. σύστημα επιστροφής) – πρακτικό για take-away χωρίς απόβλητα.



Προτάσεις για την εστίαση: Ποτήρια

Χρησιμοποιούμε ξανά!
Δεν πετάμε!



Ποτήρια πολλαπλών χρήσεων από πλέξιγκλας. Ιδανικά για την πισίνα και το μπαρ. Δεν σπάνε και πλένονται στο πλυντήριο.

[Π. Σαρρής](#)

Email: sales@sarris.com.gr

Τηλέφωνο: 2104831713



Ο πελάτης καταβάλλει μια μικρή εγγύηση για το ποτήρι, την οποία παίρνει πίσω με την επιστροφή του. Σε περίπτωση που το κρατήσει, μπορεί να το ξαναχρησιμοποιήσει.

[RefeelMe](#)

Email: info@refeelme.gr

Τηλέφωνο: 6974787203



Λευκό βιοδιασπώμενο χάρτινο ποτήρι, χωρίς πλαστική στρώση, 200 ml

[EcoPacking](#)

Email: ecopackinghellas@gmail.com

Τηλέφωνο: 2130105034

Tips για την εστίαση: Καλαμάκια και καπάκια

Δώστε καλαμάκια μόνο αν ζητηθεί. Αντικαταστήστε τα πλαστικά καλαμάκια με χάρτινα, βιοδιασπώμενα ή από ζαχαροκάλαμο.



Χρησιμοποιήστε compostable καπάκια από φυτικό υλικό όπως ίνες καλαμποκιού αντί για κλαστικά πλαστικά τύπου PET.



Ενθαρρύνετε τους πελάτες να επιλέγουν “χωρίς καπάκι” όταν παίρνουν καφέ στο χέρι, ειδικά για κατανάλωση σε κοντινή απόσταση – λιγότερο πλαστικό, λιγότερα απόβλητα.



Προτάσεις για την εστίαση: Καλαμάκια και καπάκια

Μειώνουμε!

Παρέχουμε μόνο
αν ζητηθούν!



Χάρτινα, 100% βιοδιασπώμενα
καλαμάκια, σε διάφορα χρώματα

[Dimex A.E.](#)

Email: info@dimexsa.gr

Τηλέφωνο: 2102401011



Καπάκι πομπέ bagasse,
100% βιοδιασπώμενο

[Dimex A.E.](#)

Email: info@dimexsa.gr

Τηλέφωνο: 2102401011



Καλαμάκια από 100% φυσικό
σιτάρι, 18 εκ. μήκος

[EcoPacking](#)

Email: ecopackinghellas@gmail.com

Τηλέφωνο: 2130105034

Tips για την εστίαση: Καφές, ζάχαρη και τσάι

Για τον καφέ
χρησιμοποιήστε
κομποστοποιήσιμες ή
ανακυκλώσιμες κάψουλες
(αν χρησιμοποιούνται
μηχανές τύπου espresso)



Για το τσάι, αποφύγετε
φακελάκια με πλαστική
επικάλυψη, επιλέξτε
compostable tea bags ή
χύμα τσάι.



Για τη ζάχαρη,
αντικαταστήστε τα
πλαστικά sticks με
βιοδιασπώμενα sticks.
Εναλλακτικά, προσφέρετε
τη ζάχαρη σε κυβάκια σε
δοχεία.



Προτάσεις για την εστίαση: Καφές, ζάχαρη και τσάι



Γυάλινη ζαχαριέρα με δοσομετρητή.
Προσθέστε τη ζάχαρη χύμα είτε σε
κύβους.

Hotelexequip

Email: info@hotelexequip.gr

Τηλέφωνο: 2109510205



Οικολογικές κάψουλες που δεν
περιέχουν πλαστικό ή αλουμίνιο.
Βιοδιασπώμενες και Κομποστοποιήσιμες

Nektar Coffee

Email: info@nektarcoffee.gr

Τηλέφωνο: 2109831903



Στο SkgecoShop, κατόπιν παραγγελίας,
μπορείτε να βρείτε στικ ζάχαρης σε
βιοδιασπώμενη συσκευασία

Email: info@skgecoshop.com

Τηλέφωνο: 2315005998

Προτάσεις για την εστίαση: Καφές, ζάχαρη και τσάι



Ελληνικά βιολογικά βότανα
σε βιοδιασπώμενες πυραμίδες
τσαγιού.

[Pegasus Bio](https://www.pegasus-bio.gr)

Email: info@pegasus-bio.gr

Τηλέφωνο: 2394041191

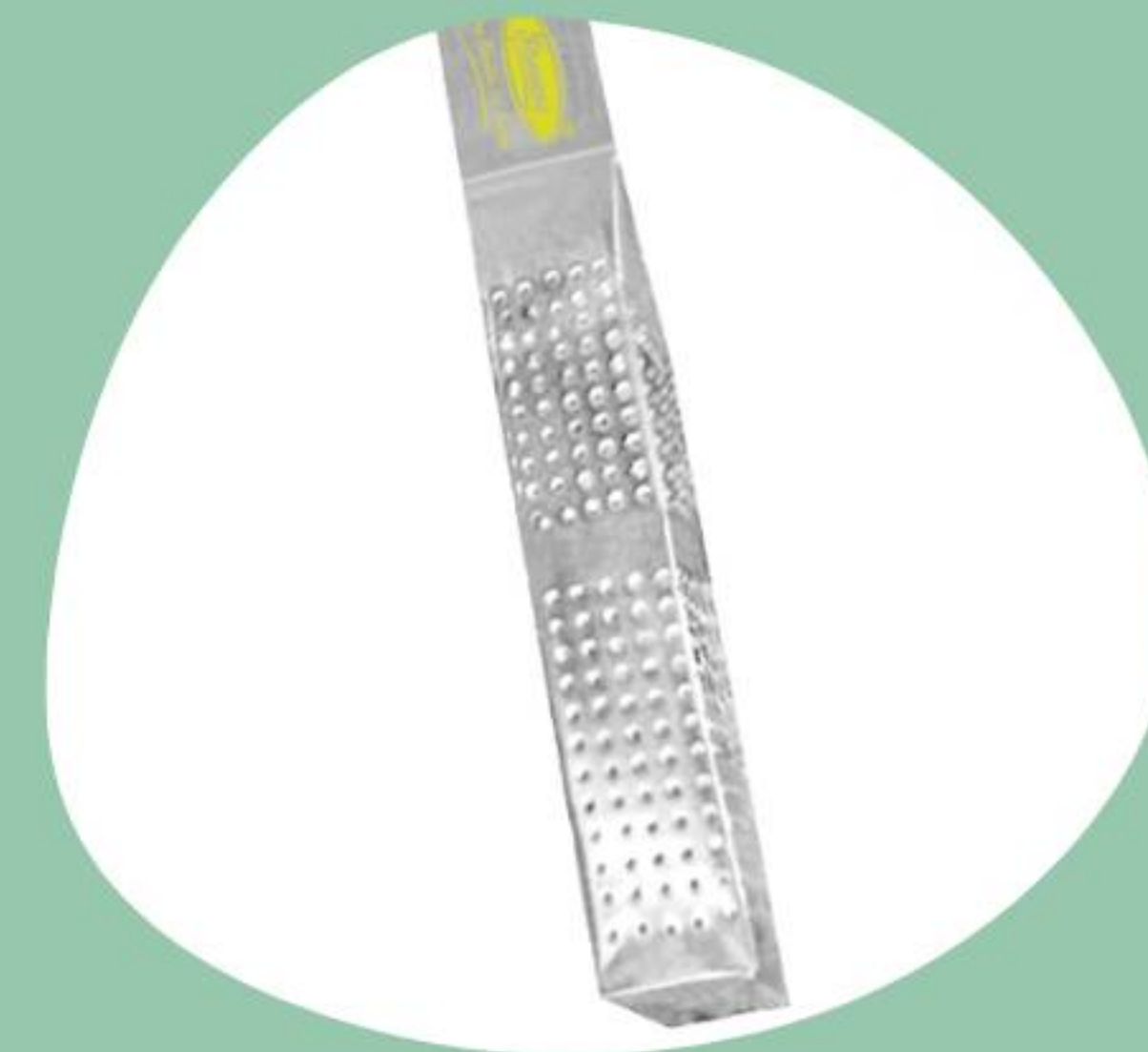


Βιοδιασπώμενη πυραμίδα
τσαγιού, ελληνικά βότανα

[Anthea](https://www.antheaorganics.gr)

Email: contact@antheaorganics.gr

Τηλέφωνο: 2311261042



Φύλλα τσαγιού σε ατομικά
sticks αλουμινίου

[Nektar Coffee](https://www.nektarcoffee.gr)

Email: info@nektarcoffee.gr

Τηλέφωνο: 2109831903

Tips για την εστίαση: Αναψυκτικά

Προτιμήστε γυάλινα
μπουκάλια ή γυάλινες
επιστρεφόμενες φυάλες
αντί για πλαστικά.



Αποφύγετε τα
αλουμινένια κουτάκια,
διότι η εσωτερική τους
επίστρωση περιέχει
πλαστικό.



Προετοιμάστε δικούς σας
σπιτικούς χυμούς και
προσφέρετέ τους μέσω
διανεμητών.



Προτάσεις για την εστίαση: Αναψυκτικά

Εαναγεμίζουμε!
Επιλέγουμε γυάλινα!



Προμηθευτείτε αναψυκτικά σε γυάλινα
μπουκάλια.

[Βίκος](#) ή [ΕΨΑ](#) ή [Λουξ](#)

Για **Βίκος**: info@vikos.com, 2651061951

Για **ΕΨΑ**: info@epsa.gr, 2428091901

Για **Λουξ**: info@loux.gr, 26105296801

Δοκιμάστε τη χρήση μηχανημάτων, όπως
τα soda guns, τα οποία συνδέονται
απευθείας με το δίκτυο νερού.

Προσφέρετε σπιτικούς χυμούς μέσω
διανεμητών.

[Horeca Next](#) ή [Barista Tools](#)

Για **Horeca Next**: orders@horecanext.gr,
2130998990

Για **Barista Tools**: info@baristatools.gr,
2103002590

Tips για την εστίαση: Σνακς

Για τα σνακς, προτιμήστε
αυτά που είναι σε
συσκευασίες χάρτινες ή
κομποστοποιήσιμες.



Προσφέρετέ τα σε
χάρτινες συσκευασίες ή
σε δοχεία αντί σε
πλαστικά περιτυλίγματα.



Ζήτηστε από τους
προμηθευτές να σας τα
παρέχουν σε
επαναγεμιζόμενες
συσκευασίες.



Προτάσεις για την εστίαση: Σνακς



Επιλέξτε γλυκά σνακς με χάρτινο ή αλουμινένιο περιτύλιγμα

[ION Αμυγδάλου](#) ή [Χαλβαδόπιτα Σύρου](#)

Για **ION**: info@ion.gr, 2144447000

Για **KOPPEΣ Σύρου**: info@korres-syros.gr,
2281082037



Σερβίρετε γλυκίσματα, όπως λουκούμια ή μπισκότα, χύμα σε χάρτινες συσκευασίες

[Χατζάκης](#) ή [Βιολάντα](#)

Για **Χατζάκης**: info@hatzakis.gr,
2831029023

Για **Βιολάντα**: info@violanta.gr,
2431043090



Προμηθευτείτε γυάλινα βαζάκια με ξηρούς καρπούς.

[Euphoria and Energy](#) ή [Αμαλθείας Κέρας](#)

Για **Euphoria & Energy**:
info@greeceandgrapes.com, 21302522151

Για **Αμαλθείας Κέρας**:
info@karpoemporiki.gr, 2102856874

Το σύστημα της ανακύκλωσης

Συλλογή και διαλογή

Τα απορρίμματα συλλέγονται ανά κατηγορία (οικιακά απορρίμματα, γυαλί, βιοαπόβλητα). Η πρώτη διαλογή γίνεται από τους πολίτες στο σπίτι και έπειτα από τους εργαζόμενους στη συλλογή απορριμμάτων.



Διαλογή σε κέντρο επεξεργασίας

Τα ανακυκλώσιμα απορρίμματα στέλνονται σε κέντρα διαλογής όπου χωρίζονται ανά υλικό (πλαστικό, χαρτί, μέταλλο, κ.ά.) με τη βοήθεια μηχανημάτων και μερικές φορές χειρωνακτικά.



Ανακύκλωση ή απόρριψη

Τα διαλεγμένα υλικά στέλνονται σε εργοστάσια ανακύκλωσης για να μετατραπούν σε νέα προϊόντα. Τα μη ανακυκλώσιμα απορρίμματα είτε καίγονται για παραγωγή ενέργειας είτε αποτίθενται σε χώρους ταφής (χωματερές).

Η σωστή διαλογή των απορριμμάτων βοηθά στη μείωση της ρύπανσης και στην εξοικονόμηση φυσικών πόρων



Ο παρών οδηγός χρηματοδοτήθηκε από τη BeMed, σε συνεργασία με τη MedVenture I.K.E και τη Green Destinations.

Για να μάθετε τις δράσεις της BeMed αναφορικά με το περιβάλλον και τα πλαστικά πατήστε τον ακόλουθο σύνδεσμο:

[Beyond Plastic Med](#)



Για να ενημερωθείτε πώς η Green Destinations μπορεί να βοηθήσει στην πιστοποίηση του καταλύματός σας, πατήστε τον ακόλουθο σύνδεσμο:

[Green Destinations](#)



Για παραπάνω πληροφορίες σχετικά με το πώς μπορείτε να καταπολεμήσετε τα πλαστικά μίας χρήσης και για επιπλέον πράσινες πρακτικές, επισκεφτείτε τη σελίδα [Green Guide](#) ή στείλτε μήνυμα στο info@green-guide.gr



Μείωσε τα πλαστικά; Πιστοποιήσου!

Αν θέλεις να πας ένα βήμα παραπέρα στον τομέα της βιωσιμότητας, η εφαρμογή αυτών των πρακτικών θα σε διευκολύνει να αποκτήσεις την πιστοποίηση Good Travel Seal της Green Destinations και μαζί πολύτιμα οφέλη για την επιχείρησή σου!

Μάθε παραπάνω πατώντας [εδώ](#)

Το μέλλον είναι στα χέρια σου!

