



Co-funded by  
the European Union



PLANNING

SEEDS

# PLANNING SEEDS

Σχεδιασμός Κοινοτήτων Αλληλέγγυας Οικονομίας για την Κοινωνική,  
Οικονομική και Περιβαλλοντική Αειφορία

**Ενότητα 6: Κοινότητες Αλληλέγγυας Οικονομίας: Επισκόπηση**



Center for  
Not-for-profit  
Law

diesis  
network



A.D. 1308  
unipg



tamat



PLANNING  
SEEDS

# Πίνακας περιεχομένων

1. Εισαγωγή
2. Βασικές αρχές και χαρακτηριστικά των Κοινοτήτων Αλληλέγγυας Οικονομίας
3. Οικονομικές και κοινωνικές επιπτώσεις των Κοινοτήτων Αλληλέγγυας Οικονομίας
4. Μελλοντικές προοπτικές και προκλήσεις
5. Κοινωνική καινοτομία και ψηφιακά οικοσυστήματα στη γεωργία



Co-funded by  
the European Union

## Σύντομη εισαγωγή σχετικά με την ενότητα, τους στόχους και τα αποτελέσματα εκμάθησης

Αγαπητοί Εκπαιδευόμενοι,

Καλώς ήρθατε στην Ενότητα για τις Κοινότητες Αλληλέγγυας Οικονομίας (ΚΑΟ)! Είμαστε ενθουσιασμένοι που θα εξερευνήσουμε πώς αυτές οι περιοχές προωθούν τη συνεργασία, την αλληλοβοήθεια και την κοινωνική δικαιοσύνη.

Θα μάθετε για τις βασικές αρχές και τα χαρακτηριστικά των ΚΑΟ, τον οικονομικό και κοινωνικό τους αντίκτυπο, τις μελλοντικές προοπτικές και προκλήσεις και τον ρόλο της κοινωνικής καινοτομίας και των ψηφιακών οικοσυστημάτων στη γεωργία.

Καλή εκμάθηση!



Co-funded by  
the European Union

# Σύντομη εισαγωγή σχετικά με την ενότητα, τους στόχους και τα αποτελέσματα εκμάθησης

## Στόχοι εκμάθησης



1. Ηθική και βιώσιμη σκέψη: να προβληματιστείτε σχετικά με το πόσο βιώσιμο είναι οι μακροπρόθεσμοι κοινωνικοί, πολιτιστικοί και οικονομικοί στόχοι, καθώς και σχετικά με την πορεία δράσης που έχει επιλεγεί
2. Χρησιμοποιήστε τη φαντασία και τις ικανότητές σας για να εντοπίσετε ευκαιρίες για τη δημιουργία αξίας: Προσδιοριστείτε τις ανάγκες και τις προκλήσεις που πρέπει να αντιμετωπιστούν .
3. Συστήματα σκέψης: να προσεγγίσετε ένα πρόβλημα βιωσιμότητας από όλες τις πλευρές· να εξετάσετε τον χρόνο, τον χώρο και το πλαίσιο προκειμένου να κατανοήσετε πώς τα στοιχεία αλληλεπιδρούν μέσα και μεταξύ των συστημάτων



# Εισαγωγή



Co-funded by  
the European Union

# Εισαγωγή



Χάρη σε αυτό το βίντεο, θα εξερευνήσετε τι σημαίνει «Κοινότητα Αλληλέγγυας Οικονομίας»: μια μετασχηματιστική προσέγγιση της οικονομικής ανάπτυξης που βασίζεται στις αρχές της συνεργασίας, της αμοιβαίας βοήθειας και της κοινωνικής δικαιοσύνης.

[Παρακολουθήστε το βίντεο από εδώ](#)



## AN OVERVIEW OF **SOLIDARITY ECONOMY DISTRICTS**

ENGLISH



Co-funded by  
the European Union

# Εισαγωγή

Η Κοινωνική και Αλληλέγγυα Οικονομία (ΚΑΛΟ) περιλαμβάνει διάφορες μορφές οικονομικών δραστηριοτήτων και σχέσεων που δίνουν προτεραιότητα στους κοινωνικούς και περιβαλλοντικούς στόχους έναντι του κέρδους. Περιλαμβάνει συλλογική δράση πολιτών και αλληλεγγύη για τον εκδημοκρατισμό της οικονομίας και της κοινωνίας, συμπεριλαμβανομένης της συμμετοχής από παραγωγούς, εργαζόμενους και καταναλωτές. Ο όρος ΚΑΛΟ χρησιμοποιείται ως γενικός όρος που περιλαμβάνει την «κοινωνική οικονομία», την «αλληλέγγυα οικονομία» και οργανισμούς και επιχειρήσεις του τρίτου τομέα. Στον πυρήνα της, η ΚΑΛΟ στοχεύει στην επανεπιβεβαίωση του κοινωνικού ελέγχου πάνω στην οικονομία και στην επανασύνδεσή του με την κοινωνία και τη φύση.

Ενώ πολλές οργανώσεις και επιχειρήσεις της ΚΑΛΟ δημιουργούνται για την αντιμετώπιση συγκεκριμένων κοινοτικών αναγκών, κάποιοι προσπαθούν επίσης να μεταμορφώσουν το οικονομικό σύστημα που βασίζεται σε αξίες όπως η συμμετοχική δημοκρατία, η αλληλεγγύη, η ισότητα, τα ανθρώπινα και γήινα δικαιώματα, η αυτοδιάθεση, η αμοιβαιότητα και η συνεργασία.

Όλα δίνουν έμφαση στις κοινωνικές αξίες και την ηθική στις οικονομικές δραστηριότητες και σχέσεις, οικοδομώντας τις πρακτικές τους στη δημοκρατική διακυβέρνηση, την αυτοδιαχείριση, την αμοιβαιότητα, την αλληλεγγύη και την ενεργό συμμετοχή στα κοινά.



# Εισαγωγή

Τις τελευταίες δεκαετίες, οι οργανώσεις αυτές έχουν αυξηθεί ραγδαία τόσο στις ανεπτυγμένες όσο και στις αναπτυσσόμενες χώρες. Οργανωμένα σε επίπεδο βάσης, έχουν βοηθήσει στην άμβλυνση των μακροπρόθεσμων επιζήμιων τάσεων, όπως η αύξηση της φτώχειας και της ανισότητας, ειδικά στις ανεπτυγμένες χώρες, η περιβαλλοντική υποβάθμιση και η αποβιομηχάνιση, η οποία έχει οδηγήσει τους ειδικευμένους εργαζόμενους να αντιμετωπίζουν την ανεργία. Επιπλέον, οι Οργανισμοί και οι Επιχειρήσεις της Κοινωνικής και Αλληλέγγυας Οικονομίας (ΟΕΚΑΛΟ) διαδραματίζουν καίριο ρόλο στην παροχή κοινωνικών υπηρεσιών στις κοινότητες, ιδιαίτερα σε περιόδους περικοπών του κυβερνητικού προϋπολογισμού και οικονομικών περιορισμών. Εκτός από την προσφορά δίκαιων υπηρεσιών, οι SSEOE έχουν επιδείξει αξιοσημείωτη ικανότητα διατήρησης και δημιουργίας θέσεων εργασίας κατά τη διάρκεια κρίσεων, όταν οι κυβερνητικές λύσεις και οι λύσεις της αγοράς υπολείπονται, μεταξύ άλλων και σε όλη τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19. Κατά συνέπεια, ένας αυξανόμενος αριθμός υπευθύνων για τη χάραξη πολιτικής αναγνωρίζει τη σημασία και τις δυνατότητες αυτού του είδους οργανισμών για την επίτευξη των στόχων βιώσιμης ανάπτυξης (ΣΒΑ) σε τοπικό επίπεδο.





# Εισαγωγή

Οι Κοινότητες Αλληλέγγυας Οικονομίας (ΚΑΟ) αντιπροσωπεύουν μια μετασχηματιστική προσέγγιση της οικονομικής ανάπτυξης, ριζωμένη στις αρχές της συνεργασίας, της αμοιβαίας βοήθειας και της κοινωνικής δικαιοσύνης. Σε αντίθεση με τα παραδοσιακά οικονομικά μοντέλα που δίνουν προτεραιότητα στη μεγιστοποίηση του κέρδους και τον ανταγωνισμό, οι ΚΑΟ επικεντρώνονται στη συλλογική ευημερία των κοινοτήτων, προωθώντας οικονομικές πρακτικές που είναι δίκαιες, βιώσιμες και δημοκρατικά διοικούμενες. Σε μια εποχή που χαρακτηρίζεται από αυξανόμενη οικονομική ανισότητα και περιβαλλοντική υποβάθμιση, οι ΚΑΟ προσφέρουν μια ακαταμάχητη εναλλακτική λύση που αντιμετωπίζει τόσο κοινωνικές όσο και οικολογικές προκλήσεις.



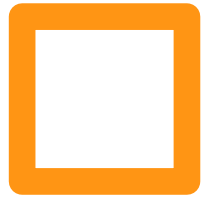
# Εισαγωγή

Η σημασία των Κοινοτήτων Αλληλέγγυας Οικονομίας εκτείνεται πέραν των απλών οικονομικών συναλλαγών. Ενσαρκώνουν ένα όραμα της κοινωνίας όπου οι οικονομικές δραστηριότητες ευθυγραμμίζονται με τις αξίες της αλληλεγγύης, του σεβασμού του περιβάλλοντος και του κοινού καλού. Αυτή η προσέγγιση όχι μόνο προάγει την τοπική οικονομική ανθεκτικότητα αλλά ενισχύει επίσης τον κοινωνικό ιστό των κοινοτήτων, προάγοντας την εμπιστοσύνη και τη συνεργασία μεταξύ των μελών τους





# Βασικές αρχές και χαρακτηριστικά των κοινοτήτων αλληλέγγυας οικονομίας



Co-funded by  
the European Union

# Βασικές αρχές και χαρακτηριστικά των κοινοτήτων αλληλέγγυας οικονομίας

Οι Κοινότητες Αλληλέγγυας Οικονομίας χαρακτηρίζονται από αρκετές βασικές αξίες και αρχές που τις διακρίνουν από τα παραδοσιακά οικονομικά μοντέλα. Στην καρδιά τους, οι ΚΑΟ δίνουν προτεραιότητα στην ευημερία των ανθρώπων και του πλανήτη πάνω από τη μεγιστοποίηση του κέρδους. Αυτό αντικατοπτρίζεται στη δέσμευσή τους στην κοινωνική δικαιοσύνη, την περιβαλλοντική βιωσιμότητα και τη δημοκρατική διακυβέρνηση.



# Βασικές αρχές και χαρακτηριστικά των κοινοτήτων αλληλέγγυας οικονομίας

Η κοινωνική δικαιοσύνη είναι ακρογωνιαίος λίθος των ΚΑΟ, καθώς προσπαθούν να δημιουργήσουν δίκαιες οικονομικές ευκαιρίες για όλα τα μέλη της κοινότητας. Αυτό περιλαμβάνει την αντιμετώπιση ζητημάτων όπως η εισοδηματική ανισότητα, οι διακρίσεις και ο αποκλεισμός. Με την προώθηση οικονομικών περιβαλλόντων όπου όλα τα άτομα, ανεξάρτητα από το υπόβαθρό τους, έχουν ίσες ευκαιρίες ανάπτυξης, οι ΚΑΟ βοηθούν στη γεφύρωση του οικονομικού χάσματος και προωθούν την κοινωνική συνοχή.



Co-funded by  
the European Union

# Βασικές αρχές και χαρακτηριστικά των κοινοτήτων αλληλέγγυας οικονομίας

Η περιβαλλοντική βιωσιμότητα είναι μια άλλη θεμελιώδης αρχή, με τις ΚΑΟ να προωθούν πρακτικές που ελαχιστοποιούν τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις και υποστηρίζουν την αναγέννηση των φυσικών οικοσυστημάτων. Αυτή η δέσμευση για τη βιωσιμότητα συχνά περιλαμβάνει την υιοθέτηση πράσινων τεχνολογιών, την προώθηση των ανανεώσιμων πηγών ενέργειας, και την εφαρμογή βιώσιμων γεωργικών πρακτικών. Δίνοντας προτεραιότητα στην υγεία του περιβάλλοντος, οι ΚΑΟ συμβάλλουν στη μακροπρόθεσμη βιωσιμότητα τόσο των τοπικών όσο και των παγκόσμιων οικοσυστημάτων.



# Βασικές αρχές και χαρακτηριστικά των κοινοτήτων αλληλέγγυας οικονομίας



Η δημοκρατική διακυβέρνηση αποτελεί καθοριστικό χαρακτηριστικό των ΚΑΟ, διασφαλίζοντας ότι όλα τα μέλη έχουν λόγο στις διαδικασίες λήψης αποφάσεων. Αυτή η συμμετοχική προσέγγιση ενισχύει την αίσθηση της ιδιοκτησίας και της λογοδοσίας, ενθαρρύνοντας τα μέλη να συνεργαστούν προς την κατεύθυνση κοινών στόχων. Η κουλτούρα της συνεργασίας και της αμοιβαίας βοήθειας που διακρίνει τις ΚΑΟ τις διακρίνει περαιτέρω από τα παραδοσιακά οικονομικά μοντέλα, όπου ο ανταγωνισμός συχνά υπονομεύει τη συλλογική ευημερία.



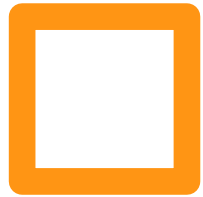
Co-funded by  
the European Union

# Βασικές αρχές και χαρακτηριστικά των κοινοτήτων αλληλέγγυας οικονομίας

Η οργανωτική δομή των ΚΑΟ είναι ποικίλη, συνήθως περιλαμβάνει διάφορα είδη συνεταιρισμών, κοινωνικών επιχειρήσεων και κοινοτικών οργανισμών. Οι συνεταιρισμοί, όπως οι εργατικοί συνεταιρισμοί, οι καταναλωτικοί συνεταιρισμοί και οι παραγωγικοί συνεταιρισμοί, λειτουργούν βάσει δημοκρατικών αρχών και διαδραματίζουν κεντρικό ρόλο στη λειτουργία των ΚΑΟ. Οι κοινωνικές επιχειρήσεις, οι οποίες δίνουν προτεραιότητα στους κοινωνικούς και περιβαλλοντικούς στόχους παράλληλα με την οικονομική βιωσιμότητα, είναι επίσης αναπόσπαστο μέρος των ΚΑΟ. Οι κοινοτικές οργανώσεις, συμπεριλαμβανομένων των μη κερδοσκοπικών οργανώσεων και των ομάδων βάσης, διευκολύνουν την ευρεία συμμετοχή και τη συμμετοχή της κοινότητας.







# Οικονομικές και κοινωνικές επιπτώσεις των ΚΑΟ



Co-funded by  
the European Union

# Οικονομικές και κοινωνικές επιπτώσεις των ΚΑΟ

Οι κοινότητες αλληλέγγυας οικονομίας έχουν βαθιά επίδραση τόσο στον οικονομικό όσο και στον κοινωνικό ιστό των κοινοτήτων που υπηρετούν. Δίνοντας προτεραιότητα στη συλλογική ευημερία έναντι του ατομικού κέρδους, οι ΚΑΟ συμβάλλουν σε πιο περιεκτικές και ανθεκτικές τοπικές οικονομίες.

Οι ΚΑΟ δημιουργούν θέσεις εργασίας και παρέχουν σταθερές ευκαιρίες απασχόλησης, συχνά σε τομείς που παραμελούνται από την επικρατούσα οικονομία. Τονώνουν την τοπική οικονομική δραστηριότητα διατηρώντας τον πλούτο μέσα στην κοινότητα και μειώνοντας την εξάρτηση από εξωτερικές αγορές και επιχειρήσεις. Αυτή η τοπική προσέγγιση της οικονομικής ανάπτυξης ενισχύει την οικονομική ανθεκτικότητα των κοινοτήτων, καθιστώντας τις λιγότερο ευάλωτες σε εξωτερικές διαταραχές. Με την ενίσχυση της τοπικής επιχειρηματικότητας και τη στήριξη των μικρών επιχειρήσεων, οι SED συμβάλλουν στη δημιουργία διαφορετικών και δυναμικών τοπικών οικονομιών που μπορούν να αντεπεξέλθουν καλύτερα στις οικονομικές διακυμάνσεις.



# Οικονομικές και κοινωνικές επιπτώσεις των ΚΑΟ

Οι κοινωνικές παροχές των ΚΑΟ είναι εξίσου σημαντικές. Προάγουν την αίσθηση της κοινότητας και της κοινωνικής συνοχής, καθώς τα μέλη εργάζονται από κοινού για κοινούς στόχους. Αυτό το πνεύμα συνεργασίας βοηθά στην οικοδόμηση εμπιστοσύνης και αμοιβαίας υποστήριξης μεταξύ των μελών της κοινότητας. Οι ΚΑΟ ενδυναμώνουν τις περιθωριοποιημένες ομάδες παρέχοντας τους πρόσβαση σε πόρους, δύναμη λήψης αποφάσεων και οικονομικές ευκαιρίες. Με την προώθηση της εκπαίδευσης και της ανάπτυξης δεξιοτήτων, οι ΚΑΟ ενισχύουν το ανθρώπινο κεφάλαιο εντός της κοινότητας, συμβάλλοντας στη μακροπρόθεσμη οικονομική και κοινωνική ευημερία. Ο περιεκτικός χαρακτήρας των ΚΑΟ διασφαλίζει ότι όλα τα μέλη της κοινότητας, ανεξάρτητα από την κοινωνικοοικονομική τους κατάσταση, έχουν την ευκαιρία να συμμετέχουν σε τοπικές οικονομικές δραστηριότητες και να επωφελούνται από αυτές.



# Οικονομικές και κοινωνικές επιπτώσεις των ΚΑΟ

Παρά τα πολλά οφέλη τους, οι ΚΑΟ αντιμετωπίζουν σημαντικές προκλήσεις. Η περιορισμένη πρόσβαση σε κεφάλαια, οι κανονιστικοί φραγμοί και ο ανταγωνισμός από μεγαλύτερες, κερδοφόρες επιχειρήσεις είναι μεταξύ των βασικών εμποδίων που αντιμετωπίζουν. Η διατήρηση της δημοκρατικής διακυβέρνησης και η εξασφάλιση ευρείας συμμετοχής μπορούν επίσης να αποτελέσουν προκλήσεις, ιδίως καθώς οι οργανισμοί αυξάνονται σε μέγεθος και πολυπλοκότητα. Η αντιμετώπιση αυτών των προκλήσεων απαιτεί καινοτόμες λύσεις και υποστηρικτικά πλαίσια πολιτικής που μπορούν να βοηθήσουν τις ΚΑΟ να ξεπεράσουν αυτά τα εμπόδια και να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητές τους.





# Μελλοντικές προοπτικές και προκλήσεις



Co-funded by  
the European Union

# Μελλοντικές προοπτικές και προκλήσεις

Παρά τα πολλά οφέλη τους, οι ΚΑΟ αντιμετωπίζουν σημαντικές προκλήσεις. Η περιορισμένη πρόσβαση σε κεφάλαια, οι κανονιστικοί φραγμοί και ο ανταγωνισμός από μεγαλύτερες, κερδοφόρες επιχειρήσεις είναι μεταξύ των βασικών εμποδίων που αντιμετωπίζουν. Η διατήρηση της δημοκρατικής διακυβέρνησης και η εξασφάλιση ευρείας συμμετοχής μπορούν επίσης να αποτελέσουν προκλήσεις, ιδίως καθώς οι οργανισμοί αυξάνονται σε μέγεθος και πολυπλοκότητα. Η αντιμετώπιση αυτών των προκλήσεων απαιτεί καινοτόμες λύσεις και υποστηρικτικά πλαίσια πολιτικής που μπορούν να βοηθήσουν τις ΚΑΟ να ξεπεράσουν αυτά τα εμπόδια και να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητές τους.



# Μελλοντικές προοπτικές και προκλήσεις

Ωστόσο, πρέπει να αντιμετωπιστούν πιθανά εμπόδια, όπως η περιορισμένη πρόσβαση στη χρηματοδότηση, οι κανονιστικοί φραγμοί και ο ανταγωνισμός από μεγαλύτερες, κερδοφόρες επιχειρήσεις. Καινοτόμες λύσεις, όπως η ανάπτυξη επενδύσεων κοινωνικού αντίκτυπου, η δημιουργία υποστηρικτικών πλαισίων πολιτικής και η χρήση ψηφιακών τεχνολογιών για την ενίσχυση της συνεργασίας και του συντονισμού μπορούν να συμβάλουν στην αντιμετώπιση αυτών των προκλήσεων. Αξιοποιώντας αυτές τις λύσεις, οι ΚΑΟ μπορούν να ενισχύσουν την ανθεκτικότητα και την ικανότητά τους να επιτυγχάνουν τους κοινωνικούς και οικονομικούς στόχους τους.



# Μελλοντικές προοπτικές και προκλήσεις

Οι Κοινότητες Αλληλέγγυας Οικονομίας προσφέρουν μια μετασχηματιστική προσέγγιση στην οικονομική ανάπτυξη που δίνει προτεραιότητα στην κοινωνική δικαιοσύνη, την περιβαλλοντική βιωσιμότητα και τη δημοκρατική διακυβέρνηση. Με την προώθηση πολυδεκτικών και ανθεκτικών τοπικών οικονομιών, οι ΚΑΟ συμβάλλουν στη δημιουργία πιο δίκαιων και βιώσιμων οικονομικών συστημάτων. Ωστόσο, η πλήρης αξιοποίηση των δυνατοτήτων των ΚΑΟ απαιτεί την αντιμετώπιση των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν και την αξιοποίηση των ευκαιριών που προσφέρουν οι αναδυόμενες τάσεις και οι τεχνολογικές καινοτομίες. Με την κατάλληλη υποστήριξη και στρατηγικές παρεμβάσεις, οι ΚΑΟ μπορούν να διαδραματίσουν καίριο ρόλο στη διαμόρφωση ενός πιο δίκαιου και βιώσιμου μέλλοντος.





# Μελλοντικές προοπτικές και προκλήσεις

Ο ρόλος της τεχνολογίας και της καινοτομίας είναι ιδιαίτερα σημαντικός στη μελλοντική ανάπτυξη των ΚΑΟ.

Οι ψηφιακές πλατφόρμες μπορούν να διευκολύνουν την ανταλλαγή πόρων, να ενισχύσουν την επικοινωνία και τον συντονισμό μεταξύ των ΚΑΟ και να παρέχουν νέες ευκαιρίες για συμμετοχή και συμμετοχή της κοινότητας. Αξιοποιώντας αυτές τις τεχνολογίες, οι ΚΑΟ μπορούν να βελτιώσουν την αποτελεσματικότητα, την εμπέλεια και τον αντίκτυπό τους. Για παράδειγμα, οι ψηφιακές πλατφόρμες μπορούν να επιτρέψουν στα ΚΑΟ να συνδεθούν με ένα ευρύτερο δίκτυο ενδιαφερόμενων μερών, να έχουν πρόσβαση σε νέες αγορές και να κινητοποιούν τους πόρους πιο αποτελεσματικά. Επιπλέον, οι τεχνολογικές καινοτομίες μπορούν να βοηθήσουν τις ΚΑΟ να εκσυγχρονίσουν τις λειτουργίες τους, να μειώσουν το κόστος και να βελτιώσουν την παροχή υπηρεσιών, αυξάνοντας έτσι την ανταγωνιστικότητα και τη βιωσιμότητά τους.





# Κοινωνική καινοτομία και ψηφιακά οικοσυστήματα στη γεωργία



Co-funded by  
the European Union

# Κοινωνική καινοτομία και ψηφιακά οικοσυστήματα στη γεωργία



Ελάτε να εξερευνήσετε τη συναρπαστική διασταύρωση της κοινωνικής καινοτομίας και των ψηφιακών οικοσυστημάτων στη γεωργία με τον Gianluca Brunori από το Πανεπιστήμιο της Πίζας. Το οξυδερκές του βίντεο ερευνά τον τρόπο με τον οποίο η ψηφιακή μεταμόρφωση αναδιαμορφώνει τις αλληλεπιδράσεις μας, ενισχύει την μάθηση και φέρνει επανάσταση στις γεωργικές πρακτικές. Μη χάσετε αυτήν την ευκαιρία να αποκτήσετε πολύτιμες πληροφορίες!

[Δείτε το βίντεο από εδώ](#)



## SOCIAL INNOVATION AND DIGITAL ECOSYSTEMS IN AGRICULTURE

ENGLISH



Co-funded by  
the European Union



Cofunded  
by UE

FIND OUT MORE ON  
**TRAININGFORFOOD.EU/PLANNING-SEEDS**

OR FOLLOW US ON SOCIAL MEDIA



**@PLANNING SEEDS**

YOU CAN FIND ALL THE VIDEOS ON YOUTUBE



**@TAMATNGO**